

**PENGARUH PUKULAN LOB TERHADAP DAYA TAHAN  
ATLET BULU TANGKIS PADA CLUB BINA BANGSA RAYA**



**SOETOJO TJONDRO SATRIO  
1604621048**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh  
Gelar Sarjana Olahraga**

**KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
AGUSTUS, 2023**

## PENGARUH PUKULAN LOB TERHADAP DAYA TAHAN ATLET BULU TANGKIS PADA KLUB BINA BANGSA RAYA

### ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh langsung pukulan lob terhadap daya tahan atlet bulu tangkis di Klub Bina Bangsa Raya. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Analisis data dilakukan menggunakan software *Structural Equation Modeling-Partial Least Squares* (SEM-PLS) dengan menguji *Outer Model*, *Inner Model*, dan Pengujian Hipotesis. Sampel penelitian diambil dari seluruh populasi yaitu sebanyak 30 atlet. Hasil pengujian menunjukkan bahwa variabel laten X memiliki pengaruh positif langsung terhadap Y. Nilai t-statistik untuk pengujian adalah 17,646. Berdasarkan temuan ini, t-statistik signifikan karena  $17,646 > 2,048$  dengan p-value  $0,000 < 0,05$ . Hal ini menyiratkan bahwa hipotesis diterima. Hal ini membuktikan bahwa variabel laten pukulan lob berpengaruh langsung terhadap variabel laten daya tahan. Dengan demikian, daya tahan memiliki peran penting dalam peningkatan pukulan lob pada atlet bulu tangkis. Jika atlet memiliki daya tahan baik maka pukulan lob yang dimiliki atlet tersebut akan mengalami peningkatan.

**Kata Kunci:** daya tahan, pukulan lob, atlet, bulu tangkis

**THE EFFECT OF LOB BLOCK ON ENDURANCE BADMINTON  
ATHLETE AT THE CLUB BINA BANGSA RAYA**

**ABSTRACT**

*This study aims to determine the direct effect of lob strokes on the endurance badminton athletes at the Bina Bangsa Raya Club. This study uses a descriptive research method with a quantitative approach. Data analysis was performed using Structural Equation Modeling-Partial Least Squares (SEM-PLS) software by testing the Outer Model, Inner Model, and Hypothesis Testing. The research sample was taken from the entire population as many as 30 athletes. The test results show that the latent variable X has a direct positive effect on Y. The t-statistic value for the test is 17.646. Based on these findings, the t-statistic is significant because  $17.646 > 2.048$  with p-value  $0.000 < 0.05$ . This implies that hypothesis is accepted. This proves that the latent variable of the lob has a direct effect on the latent variable of endurance. Thus, endurance has an important role in increasing lob strokes in badminton athletes. If the athlete has good endurance, the athlete's lob will increase.*

**Keyword:** *endurance, lobs, athlete, badminton*

## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
------	--------------	---------

**Pembimbing I**

Ari Subarkah, M.Pd

NIP. 197404022005011003



12/8/23

**Pembimbing II**

Dr. Mansur Jauhari, M.Si

NIP. 197408152005011003



21/8/23

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
------	---------	--------------	---------

1. Ferry Yohanes Wattimena, M.Pd  
NIP. 198202022010121003

Ketua



21/8/23

2. Fajar Arie MAngun, M.Pd  
NIDN. 0015029204

Sekretaris



12/8/23

3. Ari Subarkah, M.Pd  
NIP. 197404022005011003

Anggota



12/8/23

4. Dr. Mansur Jauhari, M.Si  
NIP. 197408152005011003

Anggota



21/8/23

5. Dr. Uzizatun Maslikah, M.Pd  
NIP : 198505042019032015

Anggota



21/8/23

**Tanggal Lulus: 2 Agustus 2023**

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, yaitu skripsi saya ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini adalah murni gagasan, rumusan dan penelitian saya sendiri, dengan bantuan dari pihak lain dan juga arahan dari dosen pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah di tulis atau dipublikasikan oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan di dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademi berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya yang sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 12 Januari 2023  
Yang membuat pernyataan



**Soetojo Tjondro Satrio**  
**No.Reg. 1604621048**



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://lib.unj.ac.id)

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Soetojo Tjondro Satrio  
NIM : 160421048  
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Olahraga / Kevelatihan Kecabangan Olahraga  
Alamat email : satriotuti@yahoo.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi     Tesis     Disertasi     Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Pengaruh Pukulan Lob Terhadap Daya Tahan Atlet Bulutangkis PB. Bina Bangsa Raya

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara **fulltext** untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 24 Agustus 2023

Penulis

(Soetojo Tjondro Satrio)

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan Alhamdulillah segala puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayah-Nya penyusunan skripsi yang berjudul “Pengaruh Pukulan Lob Terhadap Daya Tahan Atlet Bulu tangkis Pada Klub Bina Bangsa Raya” ini dapat diselesaikan guna memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada program studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga di Universitas Negeri Jakarta.

Perjalanan panjang telah penulis lalui dalam rangka menyelesaikan penulisan skripsi ini. Banyak hambatan yang dihadapi dalam penyusunannya, namun berkat kehendak-Nya lah sehingga penulis berhasil menyelesaikan skripsi ini. Oleh karena itu, dengan penuh kerendahan hati, pada kesempatan ini patutlah kiranya penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak **Prof. Dr. Johansyah Lubis. M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga UNJ yang selalu memberikan support kepada mahasiswa.
2. Bapak **Dr. Mansur Jauhari, M.Si.** selaku Ketua Program Studi KKO, sekaligus pembimbing 2. Terima kasih atas saran dan masukan selama bimbingan, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan cepat.
3. Ibu **Dr. Uzizatun Maslikah. S.Pd. M.Pd.** selaku pembimbing akademik atas motivasi dan arahan kepada penulis.
4. Bapak **Ari Subarkah. M.Pd.** selaku pembimbing 1 yang telah memberikan banyak masukan dan arahan dalam penyusunan skripsi.
5. Bapak Almarhum. **Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif. M.Pd.** yang telah memberikan motivasi yang begitu besar kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
6. Kedua orangtua Bapak **H. Sumar** (alm) dan Ibu **Hj. Sri Mudjiati** yang telah memberikan kasih sayang mereka dan selalu memberikan semangat kepada penulis sampai detik ini.

8. **Ajeng Rahmawati Chandraningrum, S. Kedokteran** dan **Annisa Dien Nur Fitrah** yang tidak pernah berhenti mengingatkan penulis untuk menjaga kesehatan dan memberikan doa kepada penulis.
9. Bapak **Khaeroni, M.Pd.** yang selalu mengingatkan dan memotivasi penulis untuk selalu belajar, sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
10. **Fahrur Roji**, sahabat dan pelatih Klub Bina Bangsa Raya yang mendukung penulis selama penelitian.
11. Ibu **Fitri** dan Ibu **Dinar** selaku staf FIK UNJ yang selalu mengarahkan penulis selama proses administrasi di kampus.
12. **Ripky**, sahabat dan pelatih Klub Sena Jakarta Selatan yang mendorong penulis untuk menjadi pribadi yang lebih baik.
13. Rekan-rekan RPL 89 dan alumni FPOK 89 yang masih setia menjadi sahabat dan masih membina silaturahmi sampai saat ini.
14. Semua pihak yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak bisa penulis sebutkan semuanya.

Jakarta, 2 Agustus 2023

**Soetojo Tjondro Satrio**



## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN SIDANG SKRIPSI .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>xii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Batasan Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah.....	4
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	4
<b>BAB II KAJIAN TEORITIK</b>	
A. Deskripsi Konseptual.....	5
1. Daya Tahan.....	5
2. Pukulan Lob.....	21
B. Penelitian Yang Relevan.....	33
C. Kerangka Berpikir.....	34
D. Hipotesis Penelitian .....	36
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Tujuan Penelitian .....	37

	8
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
C. Metode Penelitian .....	38
D. Populasi dan Sampel.....	39
E. Teknik Pengumpulan Data.....	39
F. Instrumen Penelitian .....	40
G. Teknik Analisis Data.....	44
H. Hipotesis Statistik .....	48
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data.....	49
B. Hasil Penelitian.....	50
C. Pembahasan.....	55
D. Keterbatasan Penelitian.....	56
<b>BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	57
B. Implikasi.....	57
C. Saran.....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN</b>	
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP</b>	