

**ANALISIS PERGERAKAN *AREA COVER* SATU
PERTANDINGAN BULUTANGKIS ATLET TUNGGAL
PUTRI**



*Mencerdaskan &
Memartabatkan Bangsa*

**AYU KURNIAWATI
1602619009**

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

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2024**

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I Ari Subarkah, S.Pd, M.Pd NIP. 19740402 200501 1 003		24/24 /01

Pembimbing II Dr. Bayu Nugraha, S.Pd, M. Pd NIP. 19811218 201012 1 002		19/24 /01
--	--	--------------

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Hendro Wardoyo, S.Pd, M.Pd NIP. 19720504 200501 1 002	Ketua		23/24 /01
Okki Yonda, S.Or, M.Pd NIP. 19921025 202321 1 018	Sekretaris		23/24 /01

Ari Subarkah, S.Pd, M.Pd NIP. 19740402 200501 1 003	Anggota		24/24 /01
--	---------	--	--------------

Dr. Bayu Nugraha, S.Pd, M. Pd NIP. 19811218 201012 1 002	Anggota		19/24 /01
---	---------	--	--------------

Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., S.E., M.Si. MCE NIP. 19791109 200312 2 001	Anggota		31/24 /01
--	---------	--	--------------

Tanggal Lulus : 15 Januari 2024

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini peneliti menyatakan bahwa:

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

Jakarta, 08 Januari 2024

Yang membuat pernyataan



Ayu Kurniawati
NIM. 1602619009



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: 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 : Ayu Kurniawati
NIM : 1602619009
Fakultas/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Alamat email : ayukurniawati2828@gmail.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 :

Analisis Pergerakan Area Cover Permainan Bulutangkis Atlet Tunggal Putri

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, 31 Januari 2024

Penulis

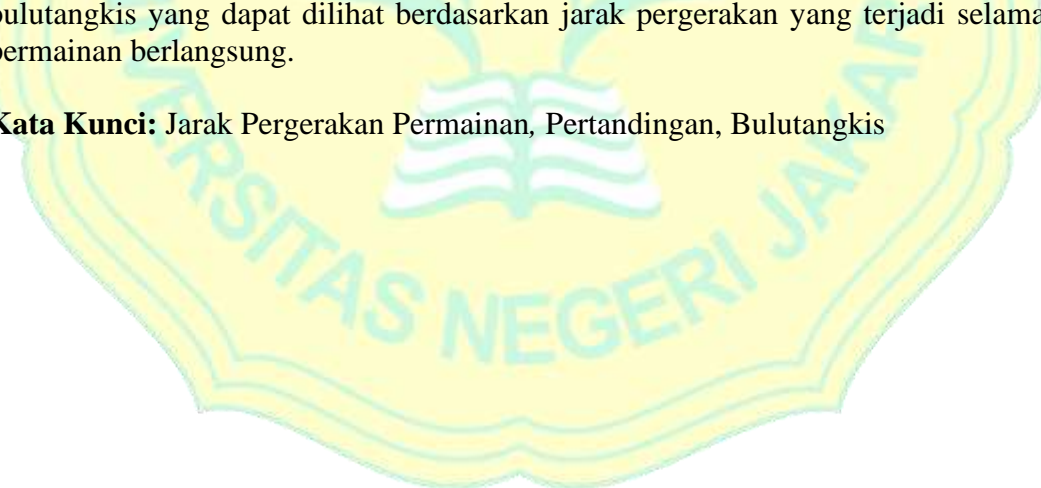
(Ayu Kurniawati)

ANALISIS PERGERAKAN *AREA COVER* DALAM SATU PERTANDINGAN BULUTANGKIS ATLET TUNGGAL PUTRI

ABSTRAK

Penelitian ini memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui berapa pergerakan permainan dalam cabang bulutangkis yang dilihat dari jarak metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode penelitian deskriptif kualitatif. Populasi penelitian adalah atlet yang bertanding pada kejuaraan *Madrid Spain Masters 2023* yang berjumlah 32 atlet dan *Kumamoto Masters Japan 2023* yang berjumlah 31 atlet. Teknik *sampling* yang digunakan adalah teknik *purposive sampling*, sehingga sampel yang digunakan adalah 10 video dokumenter tunggal putri Indonesia. Teknik pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan pengamatan video yang ada di *Youtube* pada kejuaraan *Madrid Spain Masters 2023* dan *Kumamoto masters Japan 2023* dan kemudian memasukkannya ke dalam tabel berdasarkan jarak gerak permainan yang ingin dihitung selama pertandingan berlangsung. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis kualitatif yaitu: reduksi, penyajian dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa jarak gerak *area cover* dalam satu pertandingan untuk kejuaraan *Madrid Spain Masters 2023* rata-ratanya adalah 799,395 meter dan untuk kejuaraan *Kumamoto masters Japan 2023* rata-ratanya adalah 797,995 meter. Sehingga disarankan kepada para pelatih untuk memberikan latihan sesuai dengan karakteristik cabang bulutangkis yang dapat dilihat berdasarkan jarak pergerakan yang terjadi selama permainan berlangsung.

Kata Kunci: Jarak Pergerakan Permainan, Pertandingan, Bulutangkis

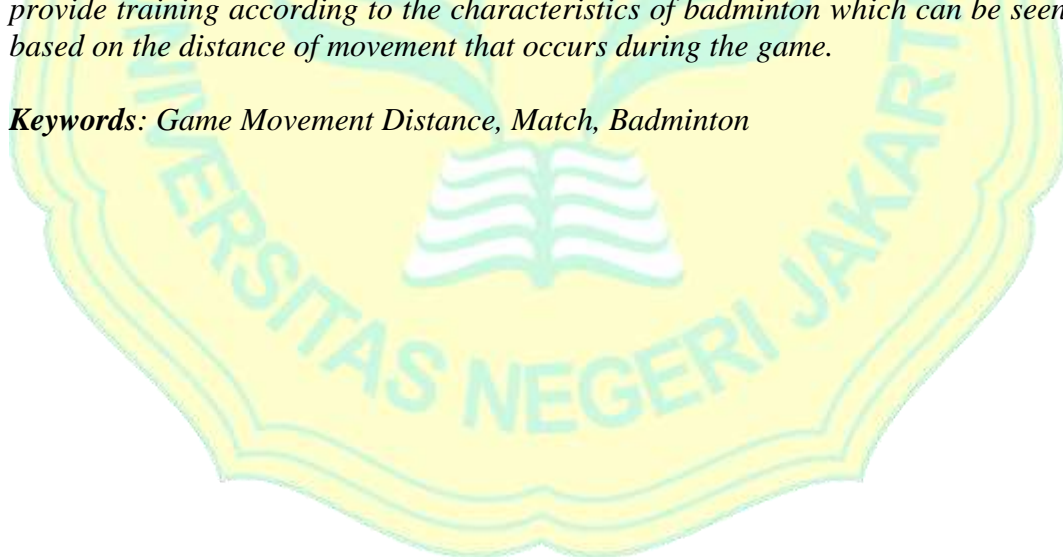


ANALYSIS OF AREA COVER MOVEMENT IN A WOMEN'S SINGLE ATHLETE BADMINTON MATCH

ABSTRACT

This research aims to find out how much movement the game plays in badminton as seen from a distance. The research method used in this research is a qualitative descriptive research method. The research population was athletes competing in the Madrid Spain Masters 2023 championship, totaling 32 athletes and Kumamoto Masters Japan 2023, totaling 31 athletes. The sampling technique used was a purposive sampling technique, so the samples used were 10 documentary videos of Indonesian women's singles. The data collection technique is carried out by observing videos on YouTube at the Madrid Spain Masters 2023 and Kumamoto Masters Japan 2023 championships and then entering them into a table based on the distance of the game that you want to calculate during the match. The data analysis technique uses qualitative analysis techniques, namely: reduction, presentation and drawing conclusions. The research results show that the average distance of the cover area in one match for the Madrid Spain Masters 2023 championship is 799.395 meters and for the Kumamoto Masters Japan 2023 championship the average is 797.995 meters. So it is recommended for coaches to provide training according to the characteristics of badminton which can be seen based on the distance of movement that occurs during the game.

Keywords: *Game Movement Distance, Match, Badminton*



KATA PENGANTAR

Puji dan syukur peneliti panjatkan kepada Allah SWT, Karna atas berkat karunia dan rahmat-Nya peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dengan tujuan untuk memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan. Peneliti menyadari bahwa tanpa bantuan serta bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi peneliti untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada; Bapak **Dr. Hernawan, S.E, M.Pd** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Tirto Apriyanto, S.Pd, M.Si.** selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Bapak **Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd.** Selaku Dosen pembimbing I, Bapak **Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd.** Selaku Dosen pembimbing II, dan juga **Ibu Dr. Ika Novitaria Marani, S.Pd., SE. M.Si. MCE** Selaku Dosen Pembimbing Akademik peneliti, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk peneliti dalam penyusunan skripsi ini. Kepada pihak yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang peneliti perlukan, serta Bapak, Mama dan Keluarga peneliti yang telah banyak membantu dan memberikan dukungan material maupun moral, dalam membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.

Peneliti berharap Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dan berkontribusi. Semoga skripsi ini menjadi manfaat bagi pihak yang membacanya dan bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, Januari 2024

AK

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Hasil Penelitian	5
BAB II KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERPIKIR	7
A. Kerangka Teoritis	7
1. Pengertian Analisis	7
2. Karakteristik Permainan Bulutangkis	9
3. Hakikat Latihan	18
4. Hakikat <i>Footwork</i>	32
5. Kondisi Fisik	42
6. Sistem Energi permainan Bulutangkis	61
8. Volume Latihan	67
9. Hakikat Permainan Tunggal	71
B. Kerangka Berpikir	73
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	75
A. Tujuan Penelitian	75
B. Tempat dan Waktu Penelitian	75
C. Metode Penelitian	76

D. Populasi dan Sampel.....	77
E. Instrumen Penelitian.....	78
F. Teknik Pengumpulan Data	78
G. Teknik Analisis Data	80
BAB VI HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	81
A. Deskripsi Data.....	81
1. Jarak Gerak Area Cover Kejuaraan Madrid Spain Masters 2023	82
2. Jarak Gerak Area Cover Kejuaraan Kumamoto Masters Japan 2023.....	84
B. Pembahasan.....	85
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	89
A. Kesimpulan	89
B. Saran.....	89
DAFTAR PUSTAKA	90
LAMPIRAN.....	95



DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Form Penelitian Jarak Gerak Pertandingan	79
2. Deskripsi Data Jarak Gerak <i>Area Cover</i> Olahraga Bulutangkis	82



DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Lapangan Bulutangkis.....	12
2. Tiang Net Harus Diletakkan Di Atas Garis Samping	13
3. Tidak Boleh Ada Jarak Antara Ujung Net dan Tiang	13
4. <i>Shuttlecock</i> Tumpul dan Runcing Dari Bahan Alami Bulu Ayam.....	14
5. <i>Shuttlecock</i> dari Bahan Alami Bulu Angsa/Entok	15
6. <i>Shuttlecock</i> Dari Bahan Sintetis	15
7. Bagian Utama Raket.....	17
8. Jenjang Latihan	23
9. Kaitan Beban Kerja, Kelelahan, Pemulihan, dan Over Kompensasi	25
10. Diagram arah gerak kaki (<i>Footwork</i>)	33
11. Pergerakan ke arah depan kiri	36
12. Pergerakan ke arah depan kanan	37
13. Langkah ke samping kiri	38
14. Pergerakan Ke Belakang Kanan.....	39
15. Pergerakan Ke Belakang Kiri.....	40
16. Otot dan Tulang Tungkai Manusia.....	51
17. Kerangka Berpikir	74

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Surat Izin Penelitian	96
2. Analisis Data Penelitian	97
3. Dokumentasi Penelitian.....	102
4. Surat Keterangan Sudah Penelitian	108

