

**MODEL LATIHAN *FOOTWORK* PERMAINAN BULUTANGKIS
PADA ATLET PB BMS JAKARTA TIMUR**



ARYOSENSA FITRANDY RAHARJO

1601619063

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

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI
FAKULTAS ILMU OLAHRAGA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2024

**MODEL LATIHAN *FOOTWORK* PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET
PB BMS JAKARTA TIMUR**

ARYOSENSA FITRANDY RAHARJO

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk menghasilkan model latihan *footwork* permainan bulutangkis pada atlet PB BMS Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan Research & Development (R & D) dari Borg and Gall. Subjek penelitian ini adalah dengan jumlah 10 atlet pada uji coba kelompok kecil dan 25 pada uji pemakaian. Pada penelitian ini peneliti bekerjasama dengan tiga ahli dalam bidang olahraga bulutangkis sebagai *expert judgment*. Uji validitas menggunakan uji justifikasi ahli, yaitu model latihan yang telah dibuat dan diujicobakan kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para ahli dalam bidang olahraga bulutangkis. Melalui uji validitas yang dilakukan dengan uji justifikasi ahli, menghasilkan produk berupa model latihan *footwork* sebanyak 20 model latihan yang sesuai dengan teori *footwork* permainan bulutangkis. Uji coba kelompok kecil menggunakan kuesioner dan dengan instrumen penilaian *footwork* pada 10 atlet PB BMS Jakarta Timur, menggunakan uji validitas reliabilitas dan hasilnya valid serta reliabel. Selanjutnya untuk uji coba pemakaian menggunakan tes court agility untuk mengontrol seluruh area permainan lapangan dengan memakai waktu. Analisis data penelitian menggunakan Uji T dengan taraf signifikansi 0,05. Analisis data diperoleh nilai rata – rata tes sebagai berikut *pretest* : 17.0724 dan *posttest* : 15.6648 maka model latihan *footwork* permainan bulutangkis ini efektif meningkatkan *footwork* atlet bulutangkis

Kata Kunci : Pengembangan, Model *Footwork*, Bulutangkis

***BADMINTON FOOTWORK TRAINING MODEL FOR ATHLETES IN PB BMS
EAST JAKARTA***

ARYOSENSA FITRANDY RAHARJO

ABSTRACT

The aim of this research and development is to create a badminton footwork training model for athletes in PB BMS East Jakarta. This research uses the research and development (R&D) research method from Borg and Gall. The subjects of this research were 10 athletes in small group trials and 25 in use trials. In this study, researchers collaborated with three experts in the field of badminton as expert judgment. The validity test uses an expert justification test, the training model that has been created and tested is then consulted and assessed by experts in the field of badminton. Through validity tests carried out using expert justification tests, a product was produced in the form of 20 footwork training models that are in accordance with the footwork theory of the game of badminton. The small group trial used a questionnaire and with instruments assesment footwork on 10 athletes in PB BMS East Jakarta, using validity and reliability test and the results were valid and reliable. Next, for trial use, use the court agility test to control the entire playing area of the field using time. Research data analysis used the T test with a significance level of 0.05. Data analysis obtained the following average test scores for pre-test; 17.0724 and post-test; 15.6648, so this badminton footwork training model is effective in improving the footwork of badminton athletes.

Keywords : *Development, Footwork Model, Badminton*

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama:
Pembimbing 1


Tanda Tangan Tanggal

Khaeroni, M.Pd
NIP. 197308182002121001

 17/07
2024

Pembimbing 2

Dr. Iwan Setiawan, M.Pd.
NIP. 197303052009121001

 17/07
2024


Nama

Jabatan

Tanda Tangan Tanggal

1. Prof. Dr. Johansyah Lubis, M.Pd
NIP. 196705081993031001

Ketua

 17/07
2024

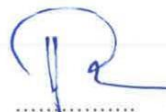
2. Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd
NIP. 198601252020121003

Sekretaris

 17/07
2024

3. Khaeroni, M.Pd
NIP. 197308182002121001

Anggota

 17/07
2024

4. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd
NIP. 197303052009121001

Anggota

 17/07
2024

5. Yafi Velyan Mayudi, M.Pd
NIP. 199011272023211025

Anggota

 17/07
2024

Tanggal Lulus : 11 Juli 2024

PERNYATAAN ORISINILITAS

Dengan ini saya 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 saya 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 saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya 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, 28 Juni 2024

Yang membuat pernyataan,



Aryosena Fitrandy Raharjo

No. Reg. 1601619063



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 : Aryosena Fitriandy Raharjo
NIM : 1601619063
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Pendidikan Jasmani
Alamat email : riboaryosena10@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 :

Model Latihan Footwork Permainan bulutangkis pada
atlet PB BMS Jakarta Timur

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 23 Juli 2024

Penulis


(Aryosena Fitriandy)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan/Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan jasmani Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu dalam kesempatan kali ini, saya ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Khaeroni, M.Pd., selaku Dosen pembimbing I, Bapak Dr. Iwan Setiawan, M.Pd., selaku Dosen pembimbing II yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Pihak PB BMS Jakarta Timur, PB Bumen Jaya, Club Bulutangkis Nations Kids, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, Ayah Karso Raharjo, Ibu Yayah Masriyah Alsafitri dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, Saudara kandung Ibnu Krisna Raharjo, yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 28 Juni 2024

AFR

DAFTAR ISI

Halaman	
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI	i
LEMBAR ORISINILITAS	ii
LEMBAR PERSEMBAHAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	4
C. Perumusan Masalah	4
D. Kegunaan Hasil Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORETIK	7
A. Konsep Pengembangan Model	7
1. Model Pengembangan ADDIE	8
2. Model Pengembangan Borg & Gall.....	10
3. Model Pengembangan ASSURE.....	12
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	16
C. Kerangka Teoretik.....	16
1. Pengertian Model Latihan.....	16
2. <i>Footwork</i>	18
3. Permainan Bulutangkis	30
4. Atlet.....	33

D. Rancangan Model.....	35
-------------------------	----

BAB III METODOLOGI PENELITIAN 36

A. Tujuan Penelitian	36
----------------------------	----

B. Tempat dan Waktu Penelitian	37
--------------------------------------	----

C. Karakteristik Model Yang Dikembangkan	37
--	----

D. Pendekatan Metode Penelitian	38
---------------------------------------	----

E. Langkah-langkah Pengembangan Model.....	39
--	----

1. Penelitian Pendahuluan	39
---------------------------------	----

2. Perencanaan Pengembangan Model.....	45
--	----

a. Model dengan meraih 1 warna cone	46
---	----

b. Model dengan meraih 2 warna cone	47
---	----

c. Model dengan meraih 3 warna cone	48
---	----

d. Model dengan meraih 4 warna cone	50
---	----

e. Model dengan meraih 5 warna cone	52
---	----

f. Model langkah ke berbagai arah	53
---	----

g. Model mengumpulkan cone satu arah	55
--	----

h. Model mengumpulkan cone dua arah	56
---	----

i. Model mengumpulkan cone tiga arah	57
--	----

j. Model mengumpulkan cone empat arah	59
---	----

k. Model mengumpulkan cone lima arah.....	61
---	----

l. Model kotak kecil <i>shuttlecock</i> 3.....	62
--	----

m. Model kotak besar <i>shuttlecock</i> 5.....	64
--	----

n. Model <i>shadow shuttlecock</i>	65
--	----

o. Model <i>shadow</i> raket bebas berpasangan.....	67
---	----

p. Model <i>shadow</i> raket maju mundur.....	68
---	----

q. Model mengambil bola tennis langkah arah kanan.....	70
--	----

r. Model mengambil bola tennis langkah arah kiri.....	71
---	----

s. Model mengambil bola tennis menggunakan <i>resistance band</i>	72
t. Model langkah menggunakan <i>resistance band</i>	74
3. Validasi, Evaluasi dan Revisi Model	76
a. Validasi	76
b. Evaluasi	77
c. Revisi Model	78
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	79
A. Hasil Pengembangan Model	79
1. Hasil Analisis Kebutuhan.....	79
2. Hasil Data Analisis Kebutuhan	80
B. Kelayakan Model	80
C. Efektifitas Model.....	84
1. Hasil Uji Coba Kelompok Kecil.....	84
2. Hasil Uji Coba Pemakaian.....	91
a. Nilai Rata-rata	93
b. Koefisien Korelasi.....	93
c. Signifikansi Perbedaan.....	94
D. Pembahasan.....	95
1. Penyempurnaan Produk	95
2. Pembahasan Produk	96
3. Keterbatasan Produk	97
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	98
A. Kesimpulan	98
B. Saran.....	98
DAFTAR PUSTAKA	100
RIWAYAT PENULIS.....	103