

**PERBANDINGAN METODE LATIHAN *DRILL* DAN POLA
PUKULAN TERHADAP KETEPATAN *SMASH* ATLET
BULUTANGKIS PB. FIKRY JAYA USIA 11-16 TAHUN**



RAKA ANGGER KAMAJAYA

1604620034

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

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
JANUARI, 2026**

PERBANDINGAN METODE LATIHAN *DRILL* DAN POLA PUKULAN TERHADAP KETEPATAN *SMASH* ATLET BULUTANGKIS PB. FIKRY JAYA USIA 11-16 TAHUN

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui 1) peningkatan pukulan ketepatan *smash* terhadap atlet PB. Fikry Jaya setelah diberikan Latihan *Drill*. 2) peningkatan pukulan ketepatan *smash* atlet PB. Fikry Jaya Setelah diberikan Pola Pukulan. 3) perbandingan latihan *Drill* dan Pola Pukulan terhadap ketepatan *Smash*. Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif Komparatif dengan desain penelitian menggunakan “two groups “pretest and post test design”. Subyek penelitian ini adalah atlet bulutangkis PB. Fikry Jaya, Kabupaten Bekasi sebanyak 20 diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan tes ketepatan *smash* yang diberikan target sebanyak 10 kali kesempatan, jika shuttlecock keluar dari lapangan, atau tidak melewati net maka bernilai 0. Analisa data dilakukan dengan menggunakan “uji t” *dependent* dan *independent* dengan taraf signifikan 0,05. Hasil penelitian: 1) latihan menggunakan Latihan *drill* memperoleh t hitung 5,73 lebih besar dari t tabel 2,262 maka diartikan H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat peningkatan, 2) latihan menggunakan Pola Pukulan diperoleh t hitung 5 lebih besar dari t tabel 2,262 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, artinya terdapat peningkatan yang signifikan, 3) membandingkan hasil tes akhir dari kedua metode latihan tersebut diperoleh hasil t hitung 1,50 lebih kecil dari t tabel 2,101 artinya tidak terdapat perbedaan signifikan Latihan *drill* dengan rata-rata 30,3 dan hasil dari pola pukulan dengan rata-rata 27,2.

Kata Kunci: Ketepatan *Smash*, *Drill*, Pola Pukulan

Intelligentia - Dignitas

**COMPARISON OF DRILL TRAINING METHODS AND STROKE
PATTERNS ON SMASH ACCURACY OF BADMINTON
ATHLETES OF PB. FIKRY JAYA AGED 11-16 YEARS**

ABSTRACT

This study aims to determine 1) the increase in the results of smash accuracy of PB. Fikry Jaya athletes after being given Drill Training. 2) the increase in the results of smash accuracy of PB. Fikry Jaya athletes after being given Punch Patterns. 3) the comparison of Drill training and Punch Patterns on Smash accuracy. This study uses a Comparative Quantitative method with a research design using "two groups" pretest and post test design. The subjects of this study were 20 badminton athletes from PB. Fikry Jaya, Bekasi Regency, taken using a purposive sampling technique. Data collection was carried out using a smash accuracy test that was given a target of 10 opportunities, if the shuttlecock went out of the field, or did not pass the net, it was valued at 0. Data analysis was carried out using the dependent and independent "t test" with a significance level of 0.05. The results of the study: 1) training using Drill training obtained a calculated t of 5.73 which was greater than the t table of 2.262, meaning H_0 was rejected and H_1 was accepted, meaning there was an increase, 2) training using Hit Patterns obtained a calculated t of 5 which was greater than the t table of 2.262, so H_0 was rejected and H_1 was accepted, meaning there was a significant increase, 3) comparing the final test results of the two training methods, the calculated t result was 1.50 which was smaller than the t table of 2.101, meaning there was no There is a significant difference in drill training with an average of 30.3 and the results of the hitting pattern with an average of 27.2.

Keywords : Smash Accuracy, Drill, Strokes

Intelligentia - Dignitas

LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing I

Ari Subarkah, M.Pd.
NIP. 197404022005011003



21/01/2026

Pembimbing II

Fajar Arie Mangun, M. Pd
NIDN. 0015029204



21/01/2026

Nama

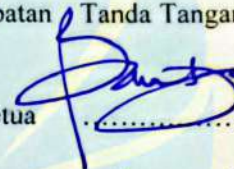
Jabatan

Tanda Tangan

Tanggal

Drs. Bambang Sutyono., M, Pd
NIP. 196203201987031002

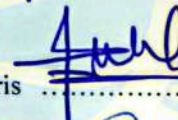
Ketua



21/01/2026

Dr. Abdul Gani, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197802172006041001

Sekretaris



21/01/2026

Ari Subarkah, M.Pd.
NIP. 197404022005011003

Anggota



21/01/2026

Fajar Arie Mangun, M. Pd
NIDN. 0015029204

Anggota



21/01/2026

Dr. Mansur Jauhari, M,Si
NIP. 197408152005011003

Anggota



21/01/2026

Tanggal Lulus :13 Januari 2026

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan oleh siapapun untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
3. Pernyataan ini penulis buat dengan sungguh-sungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka penulis 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.

Bekasi, 19 Januari 2026



Penulis

Intelligentia - Dignitas



KEMENTERIAN PENDIDIKAN TINGGI, SAINS DAN TEKNOLOGI
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 :
NIM :
Fakultas/Prodi :
Alamat email :

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 :

.....
.....
.....

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

Penulis

(.....)

KATA PENGANTAR

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

Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada **Ibu Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd.** selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta. **Bapak Ari Subarkah, M.Pd.** dan **Bapak Fajar Arie Mangun, M.Pd.** selaku dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk penulis dalam penyusunan skripsi ini. **Manager PB. Fikry Jaya, Imam Mulhuda** yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang penulis perlukan. **Bapak Teguh Nurripto, Ibu Suginah** dan **keluarga penulis**, yang telah memberikan dukungan material maupun moral.

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

Jakarta, 19 Januari 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	1
LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI	2
ABSTRAK	3
ABSTRACT	4
KATA PENGANTAR	5
DAFTAR ISI	6
DAFTAR GAMBAR	8
DAFTAR TABEL	9
DAFTAR LAMPIRAN	10
BAB 1	11
PENDAHULUAN	11
A. Latar Belakang Masalah	11
B. Identifikasi Masalah.....	17
C. Pembatasan Masalah.....	18
D. Rumusan Masalah	18
E. Kegunaan Hasil Penelitian.....	18
1. Manfaat Teoritis.....	19
2. Manfaat Praktis	19
BAB II	20
KAJIAN TEORETIK	20
A. Deskripsi Konseptual.....	20
B. Kerangka Berpikir	68
C. Hipotesis Penelitian.....	73
BAB III	74
METODOLOGI PENELITIAN	74
A. Tujuan Penelitian.....	74
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	74
C. Metode Penelitian	74

D. Populasi dan Sampel	76
E. Instrumen Penelitian	77
F. Teknik Pengumpulan Data	78
G. Teknik Analisis Data	79
H. Hipotesis Statistik	81
BAB IV	83
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	83
A. Deskripsi Data	83
B. Pengujian Hipotesis	87
C. Pembahasan	89
BAB V	91
KESIMPULAN DAN SARAN	91
A. Kesimpulan	91
B. Saran	91
DAFTAR PUSTAKA	92
LAMPIRAN	97

DAFTAR GAMBAR

1. Sistem tangga	50
2. American grip.....	62
3. Forehand grip	62
4. Backhand grip.....	63
5. Servis pendek	64
6. Servis panjang	64
7. Flick service	65
8. Pukulan lob.....	65
9. Pukulan drive	66
10. Pukulan smash.....	67
11. Pukulan dropshot.....	67
12. Netting.....	68
13. Desain penelitian	75
14. Keterampilan smash bulutangkis.....	79
15. Diagram data ketepatan smash kelompok A.....	84
16. Diagram data ketepatan smash kelompok B	85

DAFTAR TABEL

1. Distribusi Frekuensi Tes Awal Latihan Drill	83
2. Distribusi Frekuensi Tes Akhir Latihan Drill.....	84
3. Distribusi Frekuensi Tes Awal Pola Pukulan	85
4. Distribusi Frekuensi Tes Akhir Pola Pukulan	85
5. Hasil Uji Normalitas.....	86
6. Hasil Uji Homogenitas	87
7. Hasil Uji Hipotesis II (Paired Sampel t test).	88
8. Hasil Uji Hipotesis III (Independent sample t test).....	89



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data Penelitian	97
Lampiran 2. Distribusi Frekuensi Perhitungan Data Awal Latihan Drill	98
Lampiran 3. Uji-t Paired dependent Uji-t Paired dependent Latihan Drill	103
Lampiran 4. Uji-t Paired independent	104
Lampiran 5. Uji t Paired Independent Ketepatan Smash dengan Latihan Drill dan Pola Pukulan pada Tes Akhir	105
Lampiran 6. Program latihan	107
Lampiran 7. Data Sampel Penelitian	116

