

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN PUKULAN *OVERHEAD*
BULUTANGKIS BERBASIS PERMAINAN
UNTUK USIA 12 – 14 TAHUN**



NANANG KUSNADI

7217157738

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Doktor

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2019**

**PERSETUJUAN DEWAN PENGUJI DIPERSYARATKAN UNTUK
UJIAN TERBUKA/ PROMOSI DOKTOR**

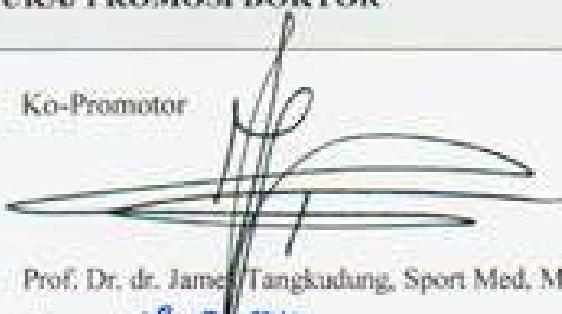
Promotor



Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd.

Tanggal 28-10-2019

Ko-Promotor



Prof. Dr. dr. James Tangkudung, Sport Med, M.Pd

Tanggal 18-09-2019

NAMA

TANDA TANGAN

TANGGAL



Prof. Dr. Izza Mayuni, MA
(Ketua)¹

 28/10/19

Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd
(Sekretaris)²

Nama : Nanang Kusnadi

No. Registrasi : 7217157738

Program Studi : Pendidikan Olahraga

Tanggal Lulus :

- 1) Direktur Pascasarjana Universitas
- 2) Koordinator Program Studi

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN PUKULAN *OVERHEAD*
BULUTANGKIS BERBASIS PERMAINAN
UNTUK USIA 12 – 14 TAHUN**

Nanang Kusnadi

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah menghasilkan model latihan pukulan *overhead* bulutangkis berbasis permainan untuk usia 12 – 14 tahun dan menguji efektivitas pengembangan model latihan pukulan *overhead* bulutangkis yang dibuat. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan *Research & Development* (R & D) dari Borg and Gall yang terdiri dari 10 (sepuluh) langkah. Kebaruan penelitian pengembangan ini adalah berupa model latihan pukulan *overhead* yang sistematis, memperhatikan ketepatan dan kecermatan, menyenangkan, melatih dalam mengambil keputusan dan melatih kejujuran. Penelitian ini menghasilkan sebuah buku teks yang terdiri dari pendahuluan, model latihan pukulan *overhead forehand clear*, model latihan pukulan *overhead backhand clear*, model latihan pukulan *overhead forehand dropshot*, model latihan pukulan *overhead backhand dropshot*, model latihan pukulan *overhead forehand smash*, model latihan pukulan *overhead backhand smash*, model latihan pukulan *overhead* kombinasi *clear, dropshot, smash*. Untuk mengetahui tingkat efektifitas model latihan pukulan *overhead* bulutangkis berbasis permainan menggunakan analisis data uji t dengan taraf signifikansi 0.05. Analisis data diperoleh nilai t-hitung = 6,847, df = 82 dan signifikansi = 0.000 < 0.05 maka H_0 ditolak. Kesimpulanya berdasarkan hasil penelitian dapat dikatakan bahwa model latihan pukulan *overhead* bulutangkis berbasis permainan yang dikembangkan efektif dan dapat meningkatkan pukulan *overhead* bulutangkis untuk atlet usia 12 – 14 tahun.

Kata kunci: Model, Bulutangkis, *Overhead*

**DEVELOPMENT MODEL OF THE OVERHEAD
TRAINING BADMINTON BASED ON GAME
FOR AGES 12-14 YEARS**

Nanang Kusnadi

ABSTRACT

The aim of this research and development is to produce a model of the overhead training badminton base of game for ages 12-14 years and to test the effectiveness of the development model of the overhead training made. This research uses the Research & Development (R&D) research method of Borg and Gall which consists of 10 (ten) steps. The novelty of this development research is in the form of a systematic overhead blow training model, paying attention to accuracy and accuracy, fun, training in making decisions and training honesty. This study produced a textbook consisting of an introduction, a forehand clear overhead stroke training model, a backhand clear overhead stroke training model, a forehand dropshot overhead stroke training model, a backhand dropshot overhead stroke training model, a forehand smash overhead stroke training model, an overhead stroke training model backhand smash, a clear, dropshot, smash combination overhead stroke training model. To determine the level of effectiveness of the game-based badminton overhead stroke training model using t test data analysis with a significance level of 0.05. Analysis of the data obtained the value of t -count = 6.847, df = 82 and significance = 0.000 < 0.05 then H_0 is rejected. Conclusions based on the results of the study can be said that the game-based model of badminton overhead blow training that was developed was effective and could increase badminton overhead punches for athletes aged 12-14 years.

Keywords: *Model, Badminton, Overhead*

PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Disertasi yang saya susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Doktor dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya adalah hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Disertasi yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumber secara jelas sesuai dengan norma, kaidah, dan etika penulisan ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Disertasi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Jakarta, Juli 2019



Nanang Kusnadi

KATA PENGANTAR

Puji syukur Alhamdulillah selalu dipanjatkan kehadirat Allah SWT atas limpahan Rahmat serta Hidayah-Nya sehingga Disertasi dengan judul "Pengembangan Model Latihan *Pukulan Overhead* Bulutangkis Berbasis Permainan untuk Usia 12 – 14 tahun" ini dapat diselesaikan. Disertasi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat dalam menyelesaikan program Doktor Pendidikan Olahraga di Universitas Negeri Jakarta.

Disertasi ini dapat diselesaikan tidak terlepas dari dukungan moril maupun materil dari berbagai pihak, oleh karena itu ucapan terima kasih disampaikan kepada:

1. Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd, selaku Promotor yang telah membimbing selalu memberikan arahan, koreksi dan motivasi sehingga disertasi ini dapat diselesaikan.
2. Prof. Dr. dr. James Tangkudung, SportMed, M.Pd, selaku co-promotor yang juga selalu memberikan arahan, koreksi dan motivasi dalam penyusunan disertasi ini.
3. Prof. Dr. Firmansyah Dlis., M.Pd selaku Koordinator S-3 Program Studi Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian disertasi ini.
4. Prof. Dr. Ilza Mayuni, MA selaku Plt. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.
5. Rektor Universitas Siiwangi Tasikmalaya Prof. Dr. H. Rudi Priyadi, Ir., MS dan Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd
6. Prof. Dr. Herman Subarjah, M.Si, Prof. Dr. FX. Sugiyanto, M.Pd dan Dr. H. Cucu Hidayat, M.Pd yang telah bersedia menjadi *expert judgement*.

7. Prof. Dr. Hj. Dewi Laelatul Badriah, M. Kes, AIFO yang selalu memberikan perhatian dan *support* untuk menyelesaikan studi S-3
8. Ketua Umum Pengkab. PBSI Tasikmalaya H. Nana Rukmana, SE., MM yang selalu memberikan perhatian dengan kelangsungan studi dan support untuk segera menyelesaikan studi S-3.
9. Ketua Perkumpulan Bulutangkis (PB), Pengurus, Pelatih juga atlet-atlet PB. Kenari Rajapolah, Bina Tangkis Singaparna, Leo Singaparna dan Arina Singaparna atas kerja sama dan dukungannya selama proses penelitian.
10. Kedua orang tua ku, ibu almarhumah Hj. Nurjanah dan bapak H. Sambas yang selalu berdoa dan berjuang untuk keselamatan, kesuksesan dunia akhirat putra nya.
11. Istriku Meilani Ruslanti, S.KM selalu mendampingi saya beserta ketiga putri tersayang Alfia Rahmadillah, Azkia Putri Salsabilla dan Alesha Zahira Fathiyaturahma yang menjadi motivator penulis dalam menyelesaikan disertasi ini dan setiap saat memberikan dorongan dan doa dalam penyelesaian studi ini.
12. Kakak Yeti Nurhayati dan adik-adik Eli Kusmawati, Edi Mustofa dan Muhamma Muchtar Hermansyah yang selalu memberikan dukungan selama studi.
13. Sahabat-sahabat ku mahasiswa S-3 Jurusan Pendidikan Olahraga Pascarasjana Universitas Negeri Jakarta angkatan 2015 khususnya kelas B.
14. H. Abdul Narlan, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani yang telah memberikan dukungan untuk penyelesaian studi ini. Juga rekan-rekan dosen di Jurusan Pendidikan Jasmani fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Siliwangi Tasikmalaya.
15. Teman, sahabat serta kolega yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Peneliti menyadari bahwa disertasi ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu kritik dan saran yang membangun sangat dibutuhkan. Semoga disertasi ini dapat

bermanfaat bagi penulis dan semua pihak yang berminat dalam pembinaan olahraga bulutangkis.

Jakarta, Oktober 2019

Nanang Kusnadi

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	
LEMBAR PERSETUJUAN PROMOTOR	ii
ABSTRAK.....	iii
RINGKASAN.....	v
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	xii
KATA PENGANTAR	xiii
DAFTAR ISI	xvi
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian.....	7
C. Perumusan Masalah	8
D. Kegunaan Hasil Penelitian	8
BAB II KAJIAN TEORETIK	9
A. Konsep Pengembangan Model.....	9
B. Konsep Penelitian Pengembangan	10
C. Konsep Model yang Dikembangkan.....	28
D. Kerangka Teoretik.....	33
1. Konsep Latihan	33
2. Prinsip-prinsip Latihan.....	35
3. Latihan Keterampilan Teknik	39
4. Tahapan Belajar Gerak.....	45
5. Bulutangkis	50
6. Pukulan <i>Overhead</i> Bulutangkis	58
7. Hakikat Permainan.....	72
8. Karakteristik Anak Usia 12 – 14 Tahun.....	76

	Halaman
E. Rancangan Model	79
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	81
A. Tujuan Penelitian	81
B. Waktu dan Tempat Penelitian.....	81
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	82
D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....	82
E. Langkah – langkah Pengembangan Model.....	84
1. Penelitian Pendahuluan.....	85
2. Perencanaan Pengembangan Model	86
3. Validitas, Evaluasi dan Revisi Model.....	87
4. Implementasi Model	88
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	93
A. Pengembangan Model	93
B. Kelayakan Model.....	95
C. Efektivitas Model	106
1. Hasil Uji Coba Tahap Kesatu/Uji Coba kelompok Kecil.....	106
2. Hasil Uji Coba Tahap Kedua/Uji Coba kelompok Besar	108
3. Uji Efektivitas.....	109
D. Pembahasan	112
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN.....	119
A. Kesimpulan.....	119
B. Implikasi	119
C. Saran	120
DAFTAR PUSTAKA	122
LAMPIRAN-LAMPIRAN.....	127

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1. Desain Pengembangan Borg and Gall	13
2.2. Desain Pengembangan Dick and Carey	16
2.3. Desain Pengembangan Thiagrajan.....	19
2.4. Desain Pengambangan ADDIE	20
2.5. Desain Pengambangan Kemp	23
2.6. Desain Pengembangan Sugiyono.....	24
2.7. Desain Pengembangan MPI.....	27
2.8. Latihan dengan Sasaran yang Nyata	29
2.9. Latihan dengan Menambahkan <i>Footwork</i>	29
2.10. Latihan dengan Variasi Sasaran	30
2.11. <i>Overhead</i> dengan <i>Rally</i> Dibantu Teman dan Berpasangan	31
2.12. Memukul <i>Shuttlecock</i> dari Satu Tempat ke Beberapa Sasaran	32
2.13. Memukul <i>Shuttlecock</i> dari Beberapa Tempat ke Satu Sasaran	33
2.14. Alur terjadinya gerakan secara fungsional.....	43
2.15. Lapangan Bulutangkis.....	52
2.16. <i>Shuttlecock</i>	53
2.17. Raket Bulutangkis	54
2.18. Pegangan Gebuk Kasur (America Grip)	56
2.19. Pegangan <i>Forehand</i> (<i>Forehand Grip</i>)	57
2.20. Pegangan <i>Backhand</i> (<i>Backhand Grip</i>)	57
2.21. Rangkaian Gerakan <i>Overhead Clear</i>	59
2.22. Lintasan Pukulan <i>Smash</i>	62
2.23. Rangkaian Gerak <i>Jumping Smash</i>	63
2.24. Lintasan Pukulan <i>Dropshot</i>	67
2.25 Rangkaian Gerak Pukulan <i>Backhand</i>	69
2.26. Rancangan Model yang Dikembangkan	80
3.1. Desain R and D Borg and Gal.....	84
3.2 Tes Pukulan <i>Clear</i> Bulutangkis	89
3.3 Tes Pukulan <i>Dropshot</i> Bulutangkis	90
3.4 Tes Pukulan <i>Smash</i> Bulutangkis	91

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Perbedaan Model Latihan yang Ada dan Pengembangan Model latihan.....	7
3.1 Design R and D Borg and Gall	83
4.1 Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan	94
4.2 Kesimpulan Uji Ahli Terhadap Model Latihan Pukulan <i>Overhead</i> Bulutangkis Berbasis Permainan untuk Usia 12 – 14 Tahun	96
4.3 Revisi Ahli.....	105
4.4 Revisi Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	107
4.5 Nilai Rata-rata, Standar Deviasi Kelompok Perlakukan	110
4.6 Uji Perbedaan Rata-rata Kelompok Perlakukan.....	110
4.7 Uji Perbedaan Rata-rata Kelompok Perlakukan dan Kontrol.....	111

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Angket Validasi Ahli.....	128
2. Keterangan Validasi Ahli	147
3. Catatan Ahli.....	150
4. Instrumen Penelitian.....	151
5. Program Latihan	154
6. Model Latihan Pukulan <i>Overhead Final</i>	163
7. Dokumentasi Penelitian.....	263
8. Surat Izin Penelitian	269
9. Surat Keterangan Penelitian	271
10. Daftar Riwayat Hidup	272



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 : Nanang Kusnadi
NIM : 7217157738
Fakultas/Prodi : Pascasarjana / Pendidikan Olahraga (S3)
Alamat email : nanangkusnadi@unsil.ac.id

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

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

yang berjudul :

Pengembangan Model Latihan Pukulan *Overhead* Bulutangkis Berbasis Permainan
untuk Usia 12 – 14 Tahun

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Ekslusif 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, 10 April 2020

Penulis

(Nanang Kusnadi)
nama dan tanda tangan