

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA DALAM MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR *FOOTWORK* BULUTANGKIS PADA
EKSTRAKULIKULER SMP YAKOBUS**



MUHAMAD RIZKI

1606824031

Tesis yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Untuk Mendapatkan Gelar Magister

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

2026

**EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA DALAM MENINGKATKAN
HASIL BELAJAR *FOOTWORK* BULUTANGKIS PADA
EKSTRAKULIKULER SMP YAKOBUS**

MUHAMAD RIZKI

Pendidikan jasmani, Kampus B, JL.Pemuda, No. 10, Rawamangun, RT.8/RW.5,
Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 13220

muhamad_1606824031@mhs.unj.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melihat efektivitas penggunaan media lampu reaksi, media audio dan media *footwork light trainer* dalam meningkatkan hasil belajar *footwork* bulutangkis pada ekstrakurikuler SMP Yakobus. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode *quasi eksperimen*, Populasi pada penelitian ini berjumlah 75 siswa terdiri dari siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pada SMP Yakobus. Pemilihan sampel menggunakan *non probability sampling* dengan teknik *quota sampling* yang mana setiap 25 siswa dibagi ke dalam 1 kelompok media lampu reaksi, media audio dan media *footwork light trainer*. Data dikumpulkan melalui hasil pengambilan nilai *pretest* dan *posttest* tes keterampilan *footwork* bulutangkis. Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji ancova, hasil perhitungan media lampu reaksi nilai $\text{sig } 0.000 < 0.005$, Media audio nilai $\text{sig } 0.001$, maka nilai $\text{sig } < 0.005$, Media *footwork light trainer* disimpulkan ketiga media efektif dalam meningkatkan hasil belajar *footwork* bulutangkis pada ekstrakurikuler SMP Yakobus maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dan media audio adalah media yang paling efektif dengan nilai rata-rata 23.087.

Kata Kunci: Media Lampu Reaksi, Media Audio, Media *Footwork Light Trainer*, Hasil Belajar *Footwork* Bulutangkis

***THE EFFECTIVENESS OF MEDIA USE IN IMPROVING BADMINTON
FOOTWORK LEARNING OUTCOMES ON YAKOBUS
JUNIOR HIGH SCHOOL EXTRACURRICULAR***

MUHAMAD RIZKI

Pendidikan jasmani, Kampus B, JL.Pemuda, No. 10, Rawamangun, RT.8/RW.5,
Rawamangun, Kec. Pulo Gadung, Kota Jakarta Timur, Daerah Khusus Ibukota
Jakarta 13220

muhamad_1606824031@mhs.unj.ac.id

ABSTRACT

This study aims to see the effectiveness of the use of reaction light media, audio media and footwork light trainer media in improving the learning outcomes of badminton footwork in the extracurricular of Yakobus Junior High School. The study uses a quantitative approach with a quasi-experimental method, The population in this study is 75 students consisting of students who participate in extracurricular activities at Yakobus Junior High School. The sample selection used non-probability sampling with the quota sampling technique where each 25 students were divided into 1 group of reaction light media, audio media and footwork light trainer media. Data was collected through the results of pretest and posttest scores of badminton footwork skill tests. The results of the hypothesis test using the ancova test, the results of the calculation of reaction light media with a sig value of $0.000 < 0.005$, audio media with a sig value of 0.001 , then a sig value of < 0.005 , the media footwork light trainer concluded that the three media were effective in improving the learning outcomes of badminton footwork in the extracurricular of junior high school, then H_0 was rejected and H_1 was accepted. And audio media was the most effective medium with an average score of 23,087.

Keywords: Reaction Light Media, Audio Media, Footwork Light Trainer Media, Badminton Footwork Learning Outcomes

LEMBAR PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN SETELAH SEMINAR SIDANG TESIS			
No	Nama Dosen	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dr. Sujarwo, M.Pd (Ketua Penguji)		17/6 - 2026
	Dr. Iwan Setiawan, M.Pd (Pembimbing I)		17/6 - 2026
3	Dr. Endang Darajat, M.KM (Pembimbing II)		17/6 - 2026
4	Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd (Penguji)		18/6 - 2026
5	Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE (Penguji)		8/6/2026
Judul Proposal Tesis : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR FOOTWORK BULUTANGKIS PADA EKSTRAKULIKULER SMP YAKOBUS			
Nama : Muhamad Rizki No. Registrasi : 1606824031 Program Studi : Magister Pendidikan Jasmani			

PERNYATAAN ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Lengkap : Muhamad Rizki
NIM : 1606824031
Tempat / Tanggal Lahir : Delas / 17 April 2002
Program : Magister
Program Studi : Magister Pendidikan Jasmani

Dengan ini menyatakan bahwa tesis dengan judul “Efektivitas Penggunaan Media Dalam Meningkatkan Hasil Belajar *Footwork* Bulutangkis Pada Ekstrakurikuler SMP Yakobus” merupakan karya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar dan tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Magister Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 2 Mei 2026
Yang Menyatakan



Muhamad Rizki
1606824031



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET 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 : Muhamad Rizki
NIM : 1606824031
Fakultas/Prodi : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan / Magister Pendidikan Jasmani
Alamat email : rizkimuhamad041702@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 : EFEKTIVITAS PENGGUNAAN MEDIA DALAM MENINGKATKAN HASIL BELAJAR FOOTWORK BULUTANGKIS PADA EKSTRAKULIKULER SMP YAKOBUS

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, 13 Juli 2026

Penulis

Muhamad Rizki

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Allah SWT, atas rahmat, hidayah, serta karunianya karena saya dapat menyelesaikan Tesis penelitian dengan judul **“Efektivitas Penggunaan Media Dalam Meningkatkan Hasil Belajar *Footwork* Bulutangkis Pada Ekstrakurikuler SMP Yakobus”**. Shalawat serta salam tak lupa kami sampaikan kepada junjungan kita nabi Muhammad SAW, yang telah membawa dari zaman kegelapan hingga zaman terang benderang, yang telah membawa peralihan dari zaman kejahiliyah ke zaman transformasi islam yang membimbing umat dengan ajaran-ajaran yang penuh hikmah dan cahaya.

Untuk itu dalam kesempatan ini, perkenankan peneiliti menyampaikan rasa hormat serta ucapan terimakasih yang tak terhingga kepada :

1. Prof. Dr. Nofi Marlina Siregar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta yang selalu memberikan arahan kepada kami untuk menyelesaikan studi tepat waktu.
2. Dr. Sujarwo, M.Pd selaku koordinator Program Studi Magister Pendidikan Jasmani pada program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang selalu memberikan arahan kepada kami mahasiswa Magister Pendidikan Jasmani Angkatan 2024 untuk dapat menyelesaikan studi dengan baik.
3. Dr. Iwan Setiawan, M.Pd selaku Dosen Pembimbing I yang selalu membimbing, memberi arahan, memberikan ilmu pengetahuan yang bermanfaat dan mengingatkan untuk menyelesaikan tepat waktu.
4. Dr. Endang Darajat, M.KM selaku Dosen pembimbing II yang memberikan saran dan masukan dalam membimbing peneliti dan juga selalu mengingatkan untuk menyelesaikan tugas akhir dengan baik dan tepat waktu.
5. Dr. Andi Hasriadi Hasyim, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan arahan dan masukan untuk menyempurnakan penulisan tesis ini dengan baik

6. Dr. Drs. Zulham, M.Si., MCE selaku penguji yang telah memberikan arahan dan masukan untuk menyempurnakan penulisan tesis ini dengan baik
7. Saya sangat berterimakasih banyak kepada orang tua saya tercinta Bapak Acon dan Ibunda Kusmawati yang telah telah berjuang sampai saat ini untuk anak bungsunya serta selalu mengingatkan dan memotivasi agar menyelesaikan tanggung jawab saya pada tugas akhir.
8. Saya berterima kasih kepada kakak pertama Eko Pratama dan kakak kedua Riandinata memberikan edukasi pentingnya pendidikan, memberikan saran untuk melanjutkan program magister dan mengingatkan menyelesaikan penulisan tesis ini dengan tepat waktu.
9. Saya ingin berterimakasih kepada teman-teman seperjuangan kelas magister pascasarjana Universitas Negeri Jakarta yang telah membantu serta memberikan banyak pengalaman selama proses perkuliahan.

Dalam penulisan tesis ini yang berjudul **“Efektivitas Penggunaan Media Dalam Meningkatkan Hasil Belajar *Footwork* Bulutangkis Pada Ekstrakurikuler SMP Yakobus”**. Saya berharap dapat memberikan kontribusi yang bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan di bidang yang saya teliti. Semoga hasil penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dan inspirasi bagi pembaca yang hendak menjelajahi bidang yang sama di masa depan.

Akhir kata, saya mohon maaf apabila terdapat kekurangan dalam penulisan tesis ini, kritik dan saran yang membangun sangat saya harapkan untuk perbaikan di masa yang akan datang

Jakarta, 17 April 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
PERNYATAAN PUBLIKASI.....	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Rumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	6
F. <i>State Of The Art</i>	6
G. <i>Road Map</i> Penelitian	8
H. <i>Gap</i> Penelitian	8
I. <i>Novelty</i> Penelitian	9
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	11
A. Deskripsi Konseptual.....	11
B. Hasil Penelitian Relevan.....	36
C. Kerangka Teoretik	37
D. Hipotesis Penelitian.....	40
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	42
A. Tujuan Penelitian.....	42
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
C. Metode Penelitian	42
D. Populasi dan Sampel.....	43

E. Teknik Pengumpulan Data.....	44
1. Keterampilan <i>Footwork</i> Bulutangkis.....	44
a. Definisi Konseptual.....	44
b. Definisi Operasional	45
c. Kisi-Kisi Instrumen.....	46
d. Jenis Instrumen	47
e. Pengujian Validitas dan Perhitungan Reliabilitas	49
F. Teknik Analisis Data.....	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	54
A. Deskripsi Data	54
B. Pengujian Persyaratan Analisis Data.....	64
a. Uji Normalitas	64
b. Uji Homogenitas	64
C. Pengujian Hipotesis	65
D. Uji Linearitas	66
E. Uji Regresi	67
D. Pembahasan Hasil Penelitian.....	69
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	75
A. Kesimpulan.....	75
B. Implikasi	75
C. Saran	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	78
RIWAYAT HIDUP	86

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 <i>Road Map</i> Penelitian	8
Gambar 2.1 Bentuk Pegangan <i>American Style</i>	17
Gambar 2.2 Bentuk Pegangan <i>Forehand Grip</i>	17
Gambar 2.3 Bentuk Pegangan <i>Backhand Grip</i>	18
Gambar 2.4 Bentuk Pegangan <i>Combination Grip</i>	19
Gambar 2.5 Memukul <i>Shuttlecock</i>	19
Gambar 2.6 Langkah Kaki (<i>Footwork</i>).....	21
Gambar 2.7 Pergerakan Ke Kiri Muka	22
Gambar 2.8 Pergerakan Ke Kanan Muka	23
Gambar 2.9 Pergerakan Ke Samping Kiri.....	24
Gambar 2.10 Pergerakan Ke Samping Kanan	25
Gambar 2.11 Pergerakan Ke Kanan Belakang.....	26
Gambar 2.12 Pergerakan Ke Kiri Belakang.....	27
Gambar 2.13 Pergerakan Ke Kiri Belakang.....	28
Gambar 2.14 Desain Peletakkan Media Lampu Reaksi.....	32
Gambar 2.15 Desain Peletakkan Media Audio.....	33
Gambar 2.16 Desain Peletakkan Media <i>Footwork Light Trainer</i>	34
Gambar 3.1 Lapangan Tes <i>Footwork</i>	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 <i>State of the art</i>	7
Tabel 2.1 Kelebihan dan kekurangan media	39
Tabel 3.1 <i>Design</i> penelitian.....	43
Tabel 3.2 kisi-kisi instrumen.....	47
Tabel 3.3 Instrumen penelitian.....	49
Tabel 4.1 Deskripsi Data Keterampilan <i>Footwork</i> Saat <i>Pretest</i>	54
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Media Lampu Reaksi Saat <i>Pretest</i>	55
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Media Audio Saat <i>Pretest</i>	56
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Media <i>Footwork Light Trainer</i> Saat <i>Pretest</i> ..	57
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi <i>Footwork</i> Bulutangkis <i>Posttest</i>	58
Tabel 4.6 Distribusi Frekuensi Media Lampu Reaksi Saat <i>Posttest</i>	58
Tabel 4.7 Distribusi Frekuensi Media Audio Saat <i>Posttest</i>	59
Tabel 4.8 Distribusi Frekuensi Media <i>Footwork Light Trainer</i> Saat <i>Posttest</i> .	60
Tabel 4.9 Uji Shapiro Wilk	64
Tabel 4.10 Uji Homogenitas	64
Tabel 4.11 Uji Hipotesis	65
Tabel 4.12 Uji Hipotesis (Ancova)	65
Tabel 4.13 Media Paling efektif.....	66
Tabel 4.14 Uji Linearitas	66
Tabel 4.15 Uji T Lampu Reaksi.....	67
Tabel 4.16 Uji Regresi Lampu Reaksi	67
Tabel 4.17 Uji T Media Audio	68
Tabel 4.18 Uji Regresi Media Audio	68
Tabel 4.19 Uji T Media <i>Footwork Light Trainer</i>	68
Tabel 4.20 Uji Regresi <i>Footwork Light Trainer</i>	68
Tabel 4.21 Uji Efektivitas Ketiga Media	69