

LEMBAR PERSETUJUAN

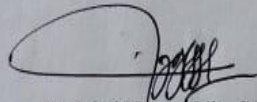
UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *LONG SERVICE*  
DALAM PERMAINAN BULU TANGKIS MELALUI  
METODE *BLOCKED PRACTICE* PADA SISWA  
KELAS XI SMA NEGERI 5 LUWU

disusun dan diajukan oleh:

Nur Elisa  
1685201061

telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I,



M. Iqbal Hasanuddin, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0922078804

Tanggal 125/05/22


Pembimbing II,



Irsan Kahar, S.Pd., M.Pd  
NIDN.0926048604

Tanggal 4/05/22

Mengetahui  
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani,



Ahmad, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 905088505

**PENGESAHAN SKRIPSI**

**UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *LONG SERVICE*  
DALAM PERMAINAN BULU TANGKIS MELALUI  
METODE *BLOCKED PRACTICE* PADA SISWA  
KELAS XI SMA NEGERI 5 LUWU**

disusun dan diajukan oleh:

Nur Elisa  
1685201061

telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi  
pada tanggal 16 JUNI 2021

**Susunan Dewan Penguji**

Pembimbing I



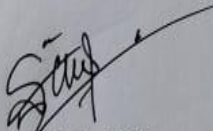
M. Iqbal Hasanuddin, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0922078804

Pembimbing II



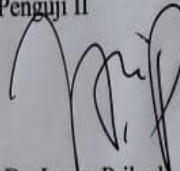
Irsan Kahar, S.Pd., M.Pd  
NIDN. 0926048604

Penguji I



Rasyidah Jalil, S.Or., M.Kes  
NIDN. 0920059202

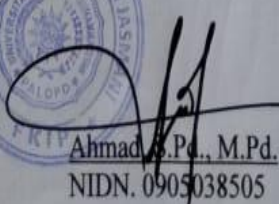
Penguji II



Dr. Imam Priadi, S.Sos.I., M.Pd.I  
NIDN. 0903068202

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan  
Untuk memperoleh gelar Sarjana  
Tanggal .....

Ketua Prodi Pendidikan Jasmani



Ahmad, S.Pd., M.Pd.  
NIDN. 0905038505

## SKRIPSI

### UPAYA MENINGKATKAN KEMAMPUAN *LONG SERVICE* DALAM PERMAINAN BULU TANGKIS MELALUI METODE *BLOCKED PRACTICE* PADA SISWA KELAS XI SMA NEGERI 5 LUWU

disusun dan diajukan oleh:

Nur Elisa  
1685201061

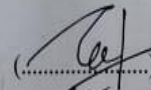
Telah dipertahankan dalam ujian skripsi pada tanggal 16 Juni 2021 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo.

#### Susunan Dewan Penguji

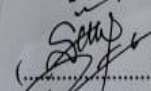
1. Pembimbing I : M. Iqbal Hasanuddin, S.Pd., M.Pd

(.....)

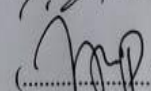
2. Pembimbing II : Irsan Kahar, S.Pd., M.Pd

(.....)

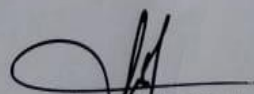
3. Penguji I : Rasyidah Jalil. S.Or.,M.Kes

(.....)

4. Penguji II : Dr. Imam Pribadi, S.Sos.I., M.Pd.I.

(.....)

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

  
Ahmad S.Pd., M.Pd.  
NIDN: 0905038505

## PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan tesis ini dengan judul "**Upaya Meningkatkan Kemampuan *Long Service* Dalam Permainan Bulu Tangkis Melalui Metode *Blocked Practice* Pada Siswa Kelas XI SMA Negeri 5 Luwu**". Penulisan skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini, selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi Sebagian persyaratan mencapai gelar derajat sarjana (S1) pada Univeritas Muhammadiyah Palopo.

Penyelesaian tulisan ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Oleh karena itu, penulis patut menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Salju, S.E, M.M. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Palopo.
2. Bapak Dr. Imam Pribadi, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo.
3. Bapak Ahmad, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo.
4. M. Iqbal Hasanuddin, S.Pd., M.Pd selaku dosen pembimbing I.

5. Bapak, Irsan Kahar, S.Pd.,M.Pd. selaku dosen pembimbing II.
6. Rekan-rekan mahasiswa yang juga telah memberikan dukungan dan kerja sama sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Keluargaku tercinta yang dengan ikhlas memberikan dukungannya, baik dari segi moril maupun materi.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, untuk itu, sangat diharapkan masukan berupa kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi mahasiswa dan calon guru dan secara umum bagi peningkatan mutu Pendidikan guna melahirkan manusia yang berkualitas.

Palopo, 23 Januari 2021



Nur Elisa

1685201061

## DAFTAR ISI

<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	5
1.3 Batasan Masalah .....	5
1.4 Rumusan Masalah.....	5
1.5 Tujuan Penelitian .....	5
1.6 Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS.....</b>	<b>7</b>
2.1 Permainan Bulutangkis .....	7
2.2 Tenik Dasar Permainan Bulutangkis .....	11
2.3 Teknik Service Panjang ( <i>Long Service</i> ) .....	16
2.4 <i>Blocked Practice</i> .....	17
2.5 Kerangka Berfikir .....	18
2.6 Hipotesis .....	18
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>19</b>
3.1 Jenis penelitian.....	19
3.2 Kehadiran Peneliti .....	23
3.3 Tempat dan Waktu Pelaksanaan.....	23
3.4 Subjek Penelitian .....	23
3.5 Sumber Data .....	23
3.6 Teknik Pengumpulan Data .....	23
3.6.1 Observasi .....	23
3.6.2 Tes.....	23
3.6.3 Dokumentasi .....	25
3.7 Teknik Analisis Data .....	26
3.8 Indikator Keberhasilan.....	27

<b>BAB IV HASIL Dan PEMBAHASAN .....</b>	<b>28</b>
4.1 Hasil penelitian .....	28
4.1.1 Deskripsi Data .....	28
4.2 Deskripsi Kondisi Awal.....	28
4.3 Hasil Penelitian Siklus I.....	32
4.4 Hasil Penelitian Siklus II .....	42
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>54</b>
5.1 Kesimpulan .....	54
5.2 Saran .....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>56</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lapangan Bulutangkis.....	9
Gambar 2.2 <i>Shuttlecock</i> .....	10
Gambar 2.3 Raket.....	10
Gambar 2.4 Servis Panjang ( <i>Forehand Serve</i> ).....	11
Gambar 2.5 Servis Pendek ( <i>Backhand Serve</i> ) .....	12
Gambar 2.6 Teknik memegang raket <i>american grip</i> .....	13
Gambar 2.7 Teknik memegang raket <i>forehand grip</i> .....	13
Gambar 2.8 Teknik memegang raket <i>backhand grip</i> .....	13
Gambar 2. 9 Teknik memegang raket <i>combination grip</i> .....	14
Gambar 2.10 Cara melakukan pukulan <i>dropshot atas</i> .....	15
Gambar 2.11 Cara melakukan pukulan <i>dropshot</i> bawah .....	16
Gambar 2.12 Sasaran pada pukulan <i>long service</i> .....	16
Gambar 2.13 Kerangka Berfikir.....	18
Gambar 3.1 Siklus PTK .....	19
Gambar 4.1 Grafik Hasil Belajar Siswa Pra Siklus.....	29
Gambar 4.2 Grafik Rentang Nilai Pra Siklus.....	31
Gambar 4.3 Grafik Hasil Siklus I.....	39
Gambar 4.4. Grafik Rentang Nilai Siklus I.....	40
Gambar 4.5 Grafik Hasil Siklus II .....	47
Gambar 4.6 Grafik Rentang Nilai Siklus II .....	49
Gambar 4.7 Grafik Perbandingan Perolehan Nilai dari Pra Siklus, Siklus I dan Siklus II.....	53



## **DAFTAR TABEL**

Tabel 3.1. Penilaian Keterampilan.....	25
Tabel 3.2. Kategori Kemampuan Siswa.....	27
Tabel 4.1 Hasil Belajar Siswa Pra Siklus.....	29
Tabel 4.2. Interval Nilai Pra Siklus .....	30
Tabel 4.3 Deskripsi Ketutasan Siklus I.....	38
Tabel 4.4. Interval Nilai Siklus I.....	39
Tabel 4.5. Deskripsi Ketuntasan Siklus I.....	40
Tabel 4.6 Hasil Siklus II.....	47
Tabel 4.7 Interval Nilai Siklus II.....	48
Tabel 4.8 Deskripsi Ketuntasan Siklus II.....	49
Tabel 4.9 Perbandingan Perolehan Nilai dari Pra Siklus, Siklus I dan II. ....	52

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. RPP Siklus I.....	59
Lampiran 2. RPP Siklus II .....	69
Lampiran 3.Data Awal .....	79
Lampiran 4. Data Siklus I .....	80
Lampiran 5. Data Siklus II.....	81
Lampiran 6.Dokume ntasi Kegiatan .....	82

## INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan teknik dasar servis panjang dalam permainan bulutangkis melalui metode *block practice* yaitu dengan cara mengajarkan dua atau tiga keterampilan yang dilaksanakan satu persatu hingga jumlah atau waktu yang ditentukan terselesaikan sebelum dilanjutkan keterampilan berikutnya. Untuk memperoleh suatu data yang tepat dalam melaksanakan penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK) dengan memberikan dua Kali siklus. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas XI Sma Negeri 5 Luwu sedangkan teknik pengumpulan data melalui metode observasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar servis panjang dalam permainan bulutangkis pada penerapan *block practice* pada siklus satu rata rata penguasaan teknik dasar servis panjang dalam permainan bulutangkis meningkat menjadi 60 atau tergolong cukup sedangkan siklus II pelaksanaan pembelajaran teknik dasar servis panjang dalam permainan bulutangkis melalui metode *block practice* meningkat menjadi 90 dikategorikan sangat baik. Sehingga dapat dikatakan bahwa peningkatan penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis setelah diberi tindakan pada siswa berupa metode *block practice* di SMA Negeri 5 Luwu.

**Kata kunci :** *Long Service, Block Practice*

## **ABSTRACT**

*This study aimed to improve the basic long serve techniques in badminton through the block practice method. The block practice method is teaching two or three skills which are carried out one by one until the specified amount or time is completed before continuing with the next skill. To obtain an appropriate data in carrying out this research, the researcher used the method of classroom action research (CAR) by giving two cycles. The sample used in this study were students of class XI SMA Negeri 5 Luwu. Data collection techniques were carried out through the observation method. The results of this study show that the mastery of basic long serve technique in the badminton in the application of block practice in cycle one on average increased to 60 or quite enough. In the second cycle, the implementation of learning basic long serve technique in the badminton through the block practice method increased to 90 which is categorized as very good. Thus, it can be concluded that there is an increase in mastery of basic long serve techniques after being given action to students in the form of block practice methods at SMA Negeri 5 Luwu.*

**Keywords:** *Long Service, Block Practice*

