

**HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN DENGAN
KETERAMPILAN SERVIS *BACKHAND* BULUTANGKIS
SISWA SMK NEGERI 1 TEMBILAHAN
KABUPATEN INDRAGIRI HILIR**

SKRIPSI

*Diajukan Sebagian Dari Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana pendidikan
Di Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Indragiri*



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.

2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.

3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalienasi hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

Universitas Islam Indragiri



OLEH

M. SAKTI RAMADHANI
NIM. 501191010012

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS ISLAM INDRAGIRI
TEMBILAHAN
2025**

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan :

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Keterampilan Servis *Backhand* Bulutangkis Siswa SMK Negeri 1 Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir", adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Islam Indragiri (UNISI) maupun perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, pendapat dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan tim pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan didalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik, berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lain sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Tembilahan, 29 Juli 2025

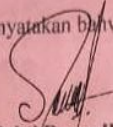
Peneliti



M. SAKTI RAMADHANI
NIM. 501191010012

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Menyatakan bahwa :


M. Sakti Ramadhani
501191010012

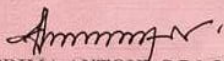
Telah di uji oleh tim penguji dari Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP UNISI untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S1) pada tanggal, 29 Juli 2025

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

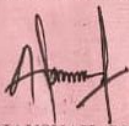

HAMZAH, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1014018303

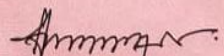

PRIMA ANTONI, S.Pd., M.Pd
NIDN. 10071129002

Mengetahui,

Dekan
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Indragiri

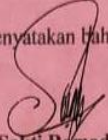
Ketua Prodi
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Islam Indragiri


ANDRIANSYAH, S.Pd., M.Pd
NIDN. 1006078902


PRIMA ANTONI, S.Pd., M.Pd
NIDN. 10071129002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Menyatakan bahwa :


M. Sakti Ramadhani
501191010012

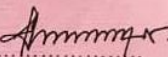
Telah di uji oleh tim penguji dari Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, FKIP UNISI untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S1) pada tanggal, 29 Juli 2025

Tim Penguji :

Ketua : Hamzah, S.Pd.,M.Pd
NIDN. 1014018303


.....

Sekretaris : Prima Antoni, S.Pd.,M.Pd
NIDN. 10071129002


.....

Penguji :

1. Niko Zulni Pratama, S.Pd.,M.Pd
NIDN. 1020069001


.....

2. Dr. Edi Susrianto, IP.,M.Pd
NIDN: 22047104


.....

3. Dahrial, S.Pd.,M.Pd
NIDN. 1027128202


.....

ABSTRAK

M.Sakti Ramadhani, 2025. Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Keterampilan Servis *Backhand* Bulutangkis Siswa SMK Negeri 1 Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh rendahnya keterampilan servis *backhand* pada siswa SMK Negeri 1 Tembilahan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan keterampilan servis *backhand* bulutangkis siswa SMK Negeri 1 Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir. Jenis penelitian ini adalah korelasional, yang bertujuan mengetahui hubungan antara dua variabel, yaitu kelentukan pergelangan tangan (X) dan keterampilan servis *backhand* (Y). Populasi penelitian meliputi seluruh siswa putra kelas XI.A dan XI.B sebanyak 22 orang, dan seluruhnya dijadikan sampel dengan teknik total sampling. Instrumen penelitian menggunakan Tes Busur Derajat untuk mengukur kelentukan pergelangan tangan dan tes servis *backhand* untuk menilai keterampilan. Analisis data dilakukan dengan uji normalitas Lilliefors dan uji korelasi Product Moment.

Hasil penelitian menunjukkan nilai koefisien korelasi $r_{hitung} = 0,51 > r_{tabel} = 0,423$ dengan $t_{hitung} 2,65 > t_{tabel} 1,725$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga terdapat hubungan signifikan antara kelentukan pergelangan tangan dan keterampilan servis *backhand*. Nilai determinasi sebesar 26,01% menunjukkan bahwa kelentukan pergelangan tangan memberikan pengaruh sebesar 26,01% terhadap keterampilan servis *backhand*.

Berdasarkan hasil penelitian, ditemukan hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan dengan hasil servis *backhand* bulutangkis siswa SMK Negeri 1 Tembilahan. Nilai koefisien korelasi $r_{hitung} = 0,51$ menunjukkan adanya hubungan positif yang cukup kuat antara kedua variabel. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa hubungan kelentukan pergelangan tangan memberikan pengaruh sebesar 26,01% terhadap keterampilan servis *backhand*. Meskipun demikian, terdapat faktor lain yang juga mempengaruhi keterampilan servis. Oleh karena itu, pelatihan kelentukan pergelangan tangan perlu diperhatikan dalam upaya meningkatkan kualitas servis *backhand* siswa.

Kata Kunci: Kelentukan Pergelangan Tangan dan Keterampilan Servis *Backhand* Bulutangkis.

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, Puji dan Syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan Rahmat-Nya kepada penulis, sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Hubungan Kelenturan Pergelangan Tangan Dengan Keterampilan Servis *Backhand* Bulutangkis Siswa SMK Negeri 1 Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir”,

Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana Pendidikan Strata Satu pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (Penjaskesrek) Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Indragiri.

Penulis menyadari bahwa hasil penelitian ini masih banyak terdapat kekurangan di dalam penulisanya, maka untuk itu penulis dengan senang hati menerima kritikan dan saran serta sumbangan, pikiran yang membangun (konstruktif) guna perbaikan penyempurnaan skripsi ini.

Di dalam penyusunan skripsi ini banyak sekali penulis libatkan baik itu secara langsung maupun tidak langsung , untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan rasa terima kasih yang sebesar- besarnya kepada:

1. Bapak Dr. H. Najamuddin, Lc, MA, selaku Rektor Universitas Islam Indragiri
2. Bapak Andriansyah, S.Pd. M.Pd, Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Indragiri yang telah memeberikan izin untuk mengadakan penelitian ini.

3. Bapak Prima Antoni, S.Pd, M.Pd, selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Universitas Islam Indragiri.

4. Bapak Hamzah, S.Pd,.M.Pd, selaku pembimbing I dan Bapak Prima Antoni, S.Pd,.M.Pd selaku pembimbing II saya yang telah bersedia mengorbankan banyak waktunya untuk membimbing hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.



5. Bapak Niko Zulni Pratama, S.Pd, M.Pd, MM, dan Bapak Dr. Edi Susrianto IP, M.Pd, serta Bapak Dahrial, S.Pd, M.Pd selaku Tim Penguji saya yang telah banyak memberikan saran dan masukan demi kemajuan skripsi ini.

6. Ayahanda dan Ibunda serta keluarga tercinta, yang telah memberikan motivasi dan dukungan yang sangat luar biasa dari awal duduk di bangku akademik hingga selesainya skripsi ini.

7. Kepala sekolah SMK Negeri 1 Tembilahan yang telah memberikan izin dan tempat untuk mengadakan penelitian

8. Buat Bapak dan Ibu Tata Usaha Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam Indragiri yang telah banyak membantu mengenai surat menyurat izin penelitian, sehingga penulis dapat melaksanakan penelitian dengan baik

9. Buat teman-teman seperjuangan yang telah banyak membantu dan memberi dorongan dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
1. Dilarang memperjualbelikan atau menyewakan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk keperluan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan catatan harus mencantumkan sumber.
3. Penggunaan untuk tujuan lain tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang merupakan pelanggaran hak cipta yang dapat dikenakan sanksi.
4. Universitas hanya berhak menyimpan, dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa di dalam penulisan skripsi ini terdapat banyak kesalahan dan kekurangan serta kelemahan karena penulis menyadari sepenuhnya keterbatasan dan kemampuan penulis, dengan ini penulis meminta maaf yang sebesar-besarnya.

Harapan penulis semoga dengan selesainya skripsi ini penulis paparkan akan bermanfaat bagi kita semua dan menjadi pedoman serta petunjuk kepada rekan-rekan di dalam penelitian di bidang yang sama.

Tembilahan, 29 Juli 2025



Penulis



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Universitas Islam Indragiri

1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
 2. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
 3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
- Pelanggaran juga dapat dikenakan sanksi.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.



DAFTAR ISI

v

HALAMAN PENGESAHAN SKR	
SURAT PERNYATAAN	i
ABSTRAK	ii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
 BAB I PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Rumusan Masalah	5
D. Tujuan Penelitian	5
E. Manfaat Penelitian	6
 BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	 7
A. Landasan Teori Penelitian.....	7
1. Hakekat Permainan Bulutangkis	7
2. Teknik Dasar Bulutangkis.....	8
3. Hakekat Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis	10
4. Hakekat Kelentukan Pergelangan Tangan.....	14
5. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelentukan Pergelangan Tangan	16
B. Kerangka Berpikir	18
C. Hipotesis.....	19
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	 20
A. Jenis Penelitian.....	20
B. Waktu Dan Tempat Penelitian	20
C. Populasi dan Sampel	20
D. Defenisi Operasonal	21

E. Instrumen Penelitian.....	22
F. Teknik Pengumpulan Data	25
G. Teknik Analisa Data	25
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	27
A. Deskripsi Data.....	27
1. Hasil Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.....	27
2. Hasil Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis	29
B. Pengujian Uji Normalitas Data	31
C. Pengujian Hipotesis.....	33
D. Pembahasan.....	34
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	39
A. Kesimpulan.....	39
B. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA.....	40
LAMPIRAN	42



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
 2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
 3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengulihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.



DAFTAR TABEL

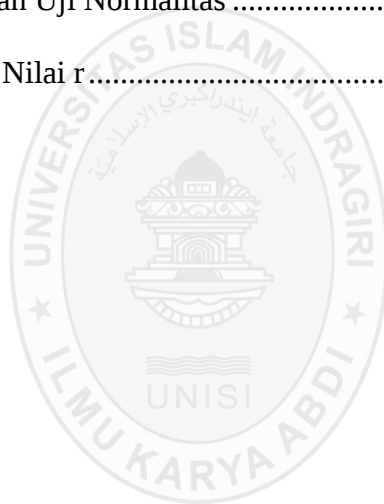
vii

Tabel	Halaman
Tabel 1. Norma Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.....	23
Tabel 2. Norma Tes Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis.	25
Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.....	28
Tabel 4. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis.....	30
Tabel 5. Tabel Rangkuman Uji Normalitas	32
Tabel 6. Interpretasi Dari Nilai r	37



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang memperbanyak atau menyalin, mendistribusikan, atau membuat karya lain dari buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit, kecuali dalam hal yang diperbolehkan penerbit untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
 2. Penggunaan tanpa izin penerbit untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia. Pelanggaran juga dapat dikenakan sanksi.
 3. Universitas Indragiri berkeinginan untuk mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengulangi hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku.

Universitas Islam Indragiri



DAFTAR GAMBAR

viii

Gambar	Halaman
Gambar 1. Servis Pendek <i>Backhand</i> Bulutangkis.....	14
Gambar 2. Kerangka Berpikir	19
Gambar 3. Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.....	23
Gambar 4. Tes Lapangan Servis Pendek <i>Backhand</i> Bulutangkis	24
Gambar 5. Diagram Batang Hasil Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.	29
Gambar 6. Diagram Batang Hasil Tes Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis	31



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
 1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
 2. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
 3. Universitas Indragiri berwenang untuk meninjau dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengulangi hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

Universitas Islam Indragiri

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Hasil Data Tes Kelentukan Pergelangan Tangan	42
2. Hasil Data Tes Keterampilan Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis	43
3. Analisis Deskriptif Data Hasil Tes Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Keterampilan Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis	44
4. Mean (Rata-Rata) Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Keterampilan Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis.....	45
5. Standar Deviasi Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Keterampilan Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis.....	47
6. Uji Normalitas Data Kelentukan Pergelangan Tangan	49
7. Uji Normalitas Data Keterampilan Servis <i>Backhand</i> Bulutangkis	50
8. Uji Korelasi <i>Product Moment</i> Data Hasil Tes Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan Servis <i>Backhand</i> Atas Bulutangkis	51
9. Pengujian Hipotesis	52
10. Pengujian Signifikasi Korelasi (Distribusi t).....	53
11. Daftar XIX Nilai Kritis L Untuk Uji <i>Lilliefors</i>	54
12. Tabel Dari Harga Kritik <i>Produck Moment</i>	55
13. Nilai Kritis Distribusi t	57
14. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 Ke z.....	58
15. Dokumentasi	59
16. Surat Izin Penelitian	



Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Universitas Islam Indragiri



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
2. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
Pelanggaran juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengulihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.