BULU TANGKIS

(Teori Pembelajaran Servis Lob dan Koordinasi Mata Tangan)

David Loba, S.Pd., M.Pd

BULU TANGKIS

(Teori Pembelajaran Servis Lob dan Koordinasi Mata Tangan)

PENULIS

David Loba, S.Pd., M.Pd

TANGGUH DENARA JAYA

UU No. 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta

Fungsi dan Sifat Hak Cipta Pasal 4

Hak Cipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 3 huruf a merupakan hak eksklusif yang terdiri atas hak moral dan hak ekonomi.

Pembatasan Pelindungan Pasal 26

Ketentuan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 23, Pasal 24, dan Pasal 25 tidak berlaku terhadap:

i. penggunaan kutipan singkat Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait untuk pelaporan peristiwa aktual yang ditujukan hanya untuk keperluan penyediaan informasi aktual;
ii. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk kepentingan penelitian ilmu pengetahuan;
iii. penggandaan Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait hanya untuk keperluan pengajaran, kecuali pertunjukan dan fonogram yang telah dilakukan pengumuman sebagai bahan ajar; dan
iv. penggunaan untuk kepentingan pendidikan dan pengembangan ilmu pengetahuan yang memungkinkan suatu Ciptaan dan/atau produk Hak Terkait dapat digunakan tanpa izin Pelaku Pertunjukan, Produser Fonogram, atau Lembaga Penyiaran.

Sanksi Pelanggaran Pasal 113

1. Setiap orang yang dengan tanpa hak melakukan pelanggaran hak ekonomi sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf i untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 1 (satu) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp100.000.000,00 (seratus juta rupiah).
2. Setiap orang yang dengan tanpa hak dan/atau tanpa izin Pencipta atau pemegang Hak Cipta melakukan pelanggaran hak ekonomi Pencipta sebagaimana dimaksud dalam Pasal 9 ayat (1) huruf c, huruf d, huruf f, dan/atau huruf h untuk Penggunaan Secara Komersial dipidana dengan pidana penjara paling lama 3 (tiga) tahun dan/atau pidana denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah).

BULU TANGKIS

(Teori Pembelajaran Servis Lob dan Koordinasi Mata Tangan)

David Loba, S.Pd., M.Pd

TATA LETAK:
Wahyuni Putri Adeningsi

DESAIN SAMPUL:
Rachmadiansyah

SUMBER:
www.tangguhdenarajaya.com

ISBN:
978-623-8209-25-5

CETAKAN PERTAMA:
November 2023

UKURAN:
xi + 122 Hal; 15.5 cm x 23 cm

Hak Cipta dilindungi Undang-Undang.
Dilarang menggandakan atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun tanpa izin tertulis dari penerbit dan penulis.

ANGGOTA IKAPI: 006/NTT/2022
PENERBIT TANGGUH DENARA JAYA
Jl. Timor Raya No. 130 B Oesapa Barat, Kelapa Lima
Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur
E-mail: tangguhdenarajaya@gmail.com
Telepon: 0380-8436618/081220051382

MOTTO

Hai anakku, dengarkanlah didikan ayahmu dan jangan menyia-nyiakan ajaran ibumu sebab karangan bunga yang indah itu bagi kepalamu dan kalung bagi lehermu (Amsal 1 : 8)

PERSEMBAHAN

Buku ini saya persembahkan kepada:

1. Ayahku yang terkasih Alexsander Dairo Lende (almarhum dan Ibuku Paulina Koni Magi (almarhumah) tercinta.
2. Ayah mertua Lodowyk Lende (almarhum) dan ibu mertua Paulina Zezi Milla (almarhumah).
3. Istriku yang tercinta Cornelia Antoneta Lodo, serta anak-anakku tersayang Wulandri Charistania Loba dan Kedua anak Glend Edward Loba (almarhum).
4. Saudara-saudara ku tersayang, di Katura (Sumba Barat Daya) yang selalu memberi doa dan dukunganya.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadiran Tuhan Yang Maha Kuasa atas rahmat-Nya sehingga dapat menyelesaikan penulisan buku ini dengan baik. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan buku ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak. Sehubungan dengan hal itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada yang terhormat kepada keluarga: istri Cornelia Antoneta Lodo anak Wulan semata wayang yang telah membantu menyediakan keperluan serta dukungan doa dalam penulisan buku ini. Berbagai pihak yang telah memberi bantuan untuk karya tulis ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Dengan ucapan terima kasih yang tidak terhingga, semoga jerih payah dan pengorbanan mereka mendapat rahmat dan imbalan yang sepadan dari Tuhan Yang Maha Esa. Penulis berharap semoga buku ini dapat bermanfaat bagi para pembaca dan pihak-pihak tertentu dalam pengembangan pembelajaran bulutangkis bagi masa depan.

Penulis
David Loba

DAFTAR ISI

MOTTO i
PERSEMBAHAN ii
KATA PENGANTAR iii
DAFTAR ISI iv
BAB I PENDAHULUAN 1
BAB II PERMAINAN BULU TANGKIS 10
BAB III TEKNIK DASAR PERMAINAN BULUTANGKIS . 13
A. Teknik Pegangan Raket (*Grip*) 14
B. Pukulan 16
C. Ketepatan (*Accuracy*) 16
BAB IV SERVIS 19
A. *Lob* Servis 21
B. Servis *Forehand* Pendek 21
C. Servis *Backhand* Pendek 22
BAB V *LOB* 23
A. Teknik *Lob* 24
B. Langkah-Langkah dalam Melakukan Pukulan *Lob* 25
C. Macam – Macam Teknik *Lob* dalam Pembelajaran ... 26
BAB V METODE BAGIAN 28
A. Pengertian Metode Bagian 29
B. Pembelajaran Servis *Lob* Bulutangkis dengan Metode Bagian 29
C. Pelaksanaan Servis *Lob* Dengan Metode Bagian 31
D. Pelaksanaan Pembelajaran Servis *Lob* Dengan Metode Bagian 32
E. Kelebihan dan Kelemahan Pembelajaran Servis *Lob* dengan Metode Bagian. 33
BAB VI METODE KESELURUHAN 37
A. Pengertian Metode Keseluruhan 41
B. Pelaksanaan Pembelajaran Servis Lob dengan Metode Keseluruhan 42
C. Kelebihan Dan Kelemahan Pembelajaran Servis *Lob* Bulutangkis Dengan Metode Keseluruhan 43

BAB V KOORDINASI 45
A. Pengertian Koordinasi 45
B. Peranan Koordinasi Mata Tangan Dalam Servis *Lob* . 48
C. Kegunaan Koordinasi Mata Tangan 50
BAB VI PERBANDINGAN KETEPATAN SASARAN SERVIS *LOB* DENGAN METODE PEMBELAJARAN KESELURUHAN DAN METODE PEMBELAJARAN BAGIAN 51
BAB VII PERBANDINGAN ANTARA TINGKAT KOORDINASI MATA TANGAN TINGGI DAN RENDAH 53
BAB VIII INTERAKSI ANTARA METODE PEMBELAJARAN DENGAN TINGKAT KOORDINASI MATA TANGAN 55
DAFTAR PUSTAKA 56
TENTANG PENULIS 62
RIWAYAT PENDIDIKAN 63
RIWAYAT PENGAJARAN 64

BAB I

PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan jasmani dan kesehatan di perguruan tinggi adalah membantu mahasiswa untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani. Salah satu aktivitas jasmani yang di jadikan sebagai sarana pendidikan adalah olahraga.

Bulutangkis merupakan mata kuliah dengan nama teori dan praktek bulutangkis. Mata kuliah bulutangkis di Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi (PJKR) adalah mata kuliah wajib yang di kategorikan sebagai mata kuliah Keahlian Berkarya (MKB) yang harus ditempuh mahasiswa sebagai bagian dari persyaratan dalam menyelesaikan studi dengan bobot 2 Satuan Kredit Semester.

Mahasiswa yang mengikuti proses perkuliahan pada mata kuliah teori dan praktek bulutangkis, dipersiapkan untuk menjadi guru profesional yakni berkenaan dengan penguasaan keterampilan teknis yang dipersyaratkan dalam melaksanakan tugas operasional pada bidang keahliannya. Hal ini merupakan konsekuensi logis dari kedudukan program studi pendidikan jasmani, Kesehatan, dan rekreasi (PJKR), sebagai lembaga ilmiah yang harus mengacuh pada tanggung jawab dan kewajiban untuk melaksanakan peranan dan fungsinya guna mencapai tujuan pendidikan.

Pembelajaran servis *lob* dalam permainan bulutangkis di Program Studi PJKR bertujuan untuk mencapai penguasaan belajar servis *lob* dengan baik serta memperoleh ketepatan pada sasaran servis. Untuk mendapatkan hasil servis yang tepat sasaran, maka perlu dilakukan pembelajaran dengan mengunakan metode belajar keseluruhan dan metode belajar bagian.