

ABSTRAK

Yudiani,walam.2024. *Pengaruh Latihan Pukulan Drill Menggunakan Raket Beban Terhadap Kemampuan Pukulan Long Backhand Bulutangkis pada atlet pemula PB.Starka*,
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi : Pembimbing: (I) Dr.
Dr.Drs.Ilham,M.kes. (II)Mohd. Adrizal,S.Pd.,M.Pd.

Kata kunci: pukulan *drill*,raket beban,*long backhand*.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan pukulan drill menggunakan raket beban terhadap kemampuan pukulan *long backhand* PB.Starka.Tempat penelitian ini dilaksanakan di kabupaten kerinci kecamatan kayu aro desa sangir tengah terkhusus PB.Starka,Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Desember- Januari semester ganjil Tahun 2023/2024.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif.Sumber data utama dalam penelitian kualitatif adalah dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa secara khusus pengaruh *drill* menggunakan raket beban terhadap kemampuan pukulan *long backhand* bulutangkis pada atlet pemula PB.Starka Kerinci ini telah mampu memberikan perubahan dan perbaikan terhadap kemampuan pukulan *long backhand*. Hal ini didukung dari analisis data yang dilakukan, antara tes awal dan tes akhir mempunyai hasil yang berbeda, Berdasarkan pada hasil uji hipotesis data, dapat dilihat dari hasil perhitungan bahwa nilai signifikansinya adalah 0,000 berarti $< 0,05$ dimana menunjukan adanya perbedaan yang signifikan antara variable awal dengan variable akhir. Perbedaan perlakuan tersebut dapat dilihat dari nilai min yang memiliki selisih 35,450. Maka diterima pada tingkat kepercayaan 95%.

