HALAMAN PENGESAHAN PENELITIAN

1) Judul	**Analisis Fase Gerakan *Smash Forehand* dan Regulasi Emosi pada Atlet Bulutangkis Prapora Bener Meriah**
2) Ketua Penelitian a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	**Riska Amanda, M.Pd** 8356780681230013 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
3) Anggota 1 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Ayu Dewi Setyawati, S.Pd., M.Pd., Gr 3348779680230053 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
4) Anggota 2 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Muhammad Farhan Aulya, S.Pd., M.Pd., Gr 3350777678130173 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
5) Anggota 3 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NUPTK c. Perguruan Tinggi d. Program Studi	Nugraha Pratama, M.Pd 8354777678130143 Universitas Bina Bangsa Getsempena S1 Pendidikan Jasmani
6) Anggota 4 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Aan Refayan 24104018 S1 Pendidikan Jasmani
7) Anggota 5 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Rahmat Muhajir 24104024 S1 Pendidikan Jasmani
8) Anggota 6 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	Fikri Bugemiara 24104046 S1 Pendidikan Jasmani

9) Anggota 7 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	 Nadya Sukma 24104328 S1 Pendidikan Jasmani
10) Anggota 8 a. Nama Lengkap dan Gelar b. NIM c. Program Studi	 Siti Jumiaty 24104197 S1 Pendidikan Jasmani
11) Waktu Penelitian	1- 3 Mei 2026
12) Lokasi	GOR KONI Aceh
13) Biaya yang Diperlukan a. Luar Negeri b. Pemerintah/Swasta c. Institusi Internal d. Mandiri	 : Rp. - : Rp. - : Rp. - : Rp. 26.000.000.,
Jumlah Dana	**Rp. 26.000.000.,**

Mengetahui
Ketua LPPM,

Dr. Muhammad Iqbal, M.A
NIDN. 1312038901

Banda Aceh, 13 Juli 2026
Ketua Tim Pengusul,

Riska Amanda, M.Pd
NUPTK. 8356780681230013

Menyetujui
Rektor Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh,

Prof. Dr. Hj. Lili Kasmini, S.Si. M.Si
NIDN. 07117126801

LPPM UBBG

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis fase gerakan smash forehand dan regulasi emosi pada atlet bulutangkis Pra PORA Kabupaten Bener Meriah. Penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Populasi penelitian berjumlah 14 atlet bulutangkis Pra PORA Kabupaten Bener Meriah yang seluruhnya dijadikan sampel melalui teknik total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan observasi untuk menilai fase gerakan smash forehand berdasarkan aspek persiapan, pelaksanaan, dan gerakan lanjutan (*follow through*), sedangkan regulasi emosi diukur menggunakan kuesioner *Emotion Regulation Questionnaire* (ERQ) yang dikembangkan oleh Gross (2002). Data dianalisis menggunakan statistik deskriptif berupa skor, persentase, dan kategori. Hasil penelitian menunjukkan bahwa fase gerakan smash forehand memperoleh total skor 149 dengan rata-rata 10,64 yang berada pada kategori Baik. Sebanyak 43% atlet berada pada kategori Baik, 28,5% kategori Baik Sekali, dan 28,5% kategori Cukup. Sementara itu, regulasi emosi memperoleh total skor 331 dengan rata-rata 23,64 atau persentase 59,11% yang berada pada kategori Sedang. Sebanyak 43% atlet memiliki regulasi emosi kategori Kuat, 50% kategori Sedang, dan 7% kategori Lemah. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa atlet bulutangkis Pra PORA Kabupaten Bener Meriah telah memiliki penguasaan teknik smash forehand yang baik, namun kemampuan regulasi emosi masih berada pada tingkat sedang sehingga diperlukan pembinaan psikologis yang terintegrasi dengan latihan teknik sehingga adanya peningkatan performa atlet.

Kata Kunci: biomekanika, smash forehand, regulasi emosi, atlet bulutangkis.