

KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SERVIS, LOB DAN SMASH BULU TANGKIS PADA EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 18 PONTIANAK

Remi Akbar, Fitriana Puspa Hidasari, Mimi Haetami
Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Untan Pontianak
Email: Remiakbar13@gmail.com

Abstract

The problem taken in this study is that there are many badminton extracurricular enthusiasts, but lack of achievement. Badminton training is done twice a week, but basic technical skills are not yet maximal. The lack of events was held as a general evaluation and routine exercises. Based on the problems of this study aims to determine the basic technical skills of long service, short service, lob, and badminton smash on extracurricular at SMP Negeri 18 Pontianak. The method taken in this study is a survey method to get data from a particular place. The population in this study were students who participated in badminton extracurricular activities by 20 students. Based on the results of the study of the item test data used from 20 students who took part in extracurricular badminton books at SMP Negeri 18 Pontianak received an average value of 59.88% which was included in the ENOUGH category.

Keywords: *Basic Technical Skills Of Badminton*

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah salah satu wadah yang digunakan untuk menambah pengetahuan kemampuan serta keterampilan dalam diri manusia sehingga berdampak membuat perubahan pola pikir, sifat serta gerak yang menuju kearah yang lebih baik. Pendidikan jasmani dan kesehatan adalah mata pelajaran yang merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dengan pengembangan jasmani, mental, dan sosial, yang selaras, serasi, dan seimbang, menurut Husdarta (2011: 3) "pendidikan jasmani dan kesehatan padahakikinya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional". Dalam mengembangkan keterampilan gerak anak dalam pendidikan jasmani sebenarnya sudah tidak sulit lagi untuk dilakukan karena telah banyak cara dan kenyataannya di beberapa sekolah masih terhambat dengan pradigma lama dan kurang inovatif karena disebabkan oleh

beberapa hal dan metode guru yang salah dalam penerapannya sehingga masih belum mencapai tujuan dalam pendidikan jasmani menurut Husdarta (2011:19) yaitu, "memberikan kesempatan kepada anak untuk mempelajari berbagai kegiatan yang membina sekaligus mengembangkan potensi anak, baik dalam aspek fisik, mental, sosial, emosional, dan moral".

Proses pembelajaran dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan memiliki berbagai materi pembelajaran tentang kesehatan dan olahraga dimana menuntut siswa untuk dapat mengetahui berbagai macam jenis cabang olahraga dan permainan, diantaranya adalah permainan bulutangkis. Menurut Herman Subarjah (2001:3) "permainan bulu tangkis merupakan permainan yang bersifat individual, dan dapat dilakukan dengan cara, satu orang melawan satu orang, atau dua orang melawan dua orang. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukul dan *kock* sebagai objek yang dipukul".

Materi pembelajaran bulutangkis merupakan materi ajar yang diberikan kepada siswa. Proses pembelajaran lebih menekankan pada kemampuan dan keterampilan gerak siswa, sehingga siswa di tuntut untuk

mengetahui teknik dasar dan memiliki keterampilan gerak yang baik. Keterampilan adalah kemampuan untuk menggunakan akal, fikiran, dan kreatifitas dalam mengerjakan dan mengubah ataupun membuat sesuatu menjadi lebih bermakna sehingga menghasilkan sebuah nilai yang lebih dari hasil pekerjaan yang dilakukan. Dalam permainan bulutangkis sangat membutuhkan keterampilan untuk menguasai teknik dasar permainannya seperti cara memegang raket, gerakan kaki (*footwork*) dan teknik dasar pukulan.

Menurut Sapta Kunta Purnama (2010:15) macam-macam teknik dasar pukulan dalam permainan bulutangkis adalah servis panjang, servis pendek, *lob*, *smash*, *dropshot*, *chop*, *drive*, dan *netting*. Untuk dapat menguasai teknik dasar tersebut perlu kaidah-kaidah yang harus dilaksanakan dalam latihan, sehingga menguasai tingkat keterampilan yang baik. Teknik dasar pukulan merupakan jantung dalam permainan bulutangkis karena tujuan permainan bulutangkis adalah memukul *shuttlecock* dengan raket dengan teknik tertentu dan berusaha menjatuhkan *shuttlecock* didaerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak menjatuhkan *shuttlecock* didaerah permainan sendiri. Menurut Agus Mukholid (2006 : 166) “Servis panjang biasanya di gunakan untuk permainan tunggal, sasaran *shuttlecock* ke dekat garis belakang dan menukik tajam lurus ke bawah, pukulan servis ini di lakukan dengan pukulan *forehand*”. Menurut Dhedy Yulianan (2017 : 21) “servis pendek adalah servis dimana *shuttlecock* melintas tipis melewati net. Pukulan nya mengarahkan *shuttlecock* ke sudut, perpotongan garis servis depan dengan garis tengah”. Pukulan servis pendek adalah pukulan dengan raket yang menerbangkan *shuttlecock* ke garis servis depan, garis servis tengah, dan garis servis tepi. Menurut Sainal (2018: 82) “pukulan *overhead lob* adalah pukulan yang di pukul dari atas kepala dengan menerbangkan *shuttlecock* melambung kearah belakang. Pukulan *overhead lob* adalah bola yang di pukul dari atas kepala”. Menurut Muhajir (2006: 26) “pukulan *smash* dalam permainan bulu tangkis merupakan suatu gerak ayunan tangan yang cepat, mendadak, menghasilkan pukulan yang keras, dan menerjunkan *cock* secara curam.pukulan *smash* yang di ayunkan dengan menggunakan perhitungan yang masak untuk menggunakan pukulan ini”.

Berdasarkan observasi yang dilakukan penulis di SMP negeri 18 Pontianak di ketahui bahwa terdapat ekstrakurikuler bulu tangkis, sepak bola, bola voli, basket. SMP Negeri 18 Pontianak sering mengikuti pertandingan bulu tangkis. Regenerasi dari waktu ke waktu banyak siswa kelas 1 dan 2 yang mengikuti ekstrakurikuler belum terlalu memahami teknik dasar bulu tangkis, sehingga mengakibatkan minim nya prestasi. Latihan dilaksanakan seminggu dua kali pada hari kamis dan sabtu di GOR ANDHIKA. Untuk hari kamis dilaksanakan pada jam 15-00 – 16-30 dan hari sabtu di laksanakan pada jam 08-00 – 09-30. Latihan di mulai dengan berbaris, berdoa, penjelasan dari pelatih, dan pemanasan. Selanjutnya siswa di minta untuk melakukan gerakan teknik dasar seperti servis, pukulan *lob*, pukulan *drive*, *smash*, dan *dropshot*. Lalu setelah siswa melakukan secara bergantian, siswa di minta berkumpul kembali untuk melakukan pendinginan. Dalam pelaksanaan observasi ada siswa yang masih salah dalam melakukan teknik dasar bulu tangkis seperti servis tidak sampai, *smash* yang nyangkut di net, gerakan yang salah dalam melakukan teknik dasar servis dan *dropshot* sehingga memudahkan lawan untuk melakukan pengembalian dan membuat poin. Berdasarkan wawancara kepada pelatih siswa banyak yang bermain tanpa arahan dari pelatih, banyak siswa yang malu untuk mencoba melakukan gerakan teknik dasar bulu tangkis, dan kurang *event* yang di selenggarakan untuk mengevaluasi hasil latihan. Dari hasil pengamatan di atas peneliti ingin melakukan penelitian survei keterampilan teknik dasar servis, *lob* dan *smash* bulu tangkis pada ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianak.

METODE PENELITIAN

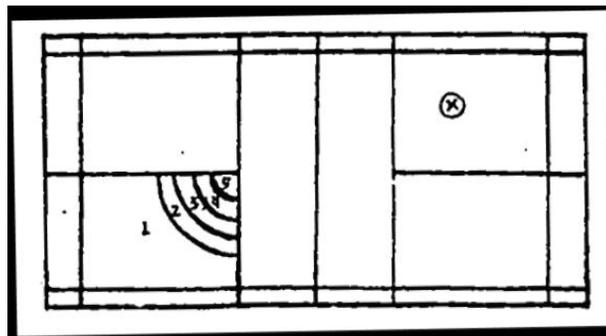
Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Suharmisi Arikunto (2010:3) mengatakan bahwa penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk menginformasikan mengenai status gejala yang ada, yaitu gejala menurut apa adanya pada saat penelitian. Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode survei. Sugiyono (2016:12) berpendapat bahwa metode

survei digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah (bukan buatan), tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data”. Lalu menurut Arikunto, Suharsimi (2006: 110) survei bukanlah hanya mengetahui status gejala, tetapi juga bermaksud menentukan kesamaan status dengan cara membandingkannya dengan standar yang sudah dipilih atau ditentukan”. Sugiyono (2016: 118), menyatakan bahwa “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas : objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan”. Jadi populasi adalah keseluruhan objek atau subjek yang berada pada suatu wilayah dan memenuhi syarat-syarat tertentu berkaitan dengan masalah penelitian, atau keseluruhan unit atau individu dalam ruang lingkup yang akan diteliti, Populasi penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMP Negeri 18 Pontianak.

Sugiyono (2016: 118), mengungkapkan bahwa “sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut”. Jadi sampel adalah sebagian dari populasi yang memiliki ciri yang sama dengan populasi dalam penelitian ini teknik

pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling yaitu semua anggota populasi mendapatkan kesempatan yang sama untuk menjadi sampel. Jadi peneliti mengambil sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMP Negeri 18 Pontianak yang berjumlah 20 orang.

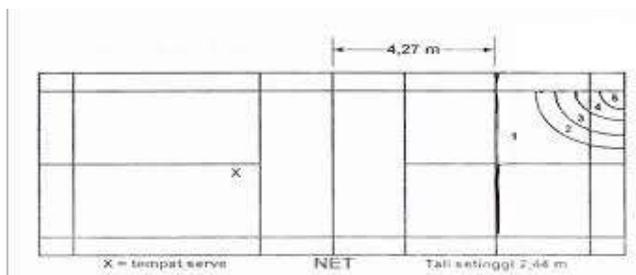
Teknik pengumpulan data yang di gunakan dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan tes teknik dasar servis pendek, servis panjang, *lob* dan *smash*. Menurut Suharsimi Arikunto (1995: 51) tes adalah merupakan suatu alat atau prosedur yang di gunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dalam suasana dengan cara aturan-aturan yang sudah di tentukan. Penyusunan instrument dengan cara menggunakan instrument test teknik dasar pukulan bulu tangkis yang terdiri dari servis pendek, servis panjang, *lob* dan *smash*. (1) Tes servis pendek Tes ini pertama kali di perkenalkan oleh French pada tahun 1941. “Kegunaan utama dari tes ini adalah mengukur kemampuan dan ketepatan penempatan servis dengan *shuttlecock* di bawah” Collins dan Hodges (Nurhasan 2007: 232).



Gambar 1. Item Test Servis Pendek

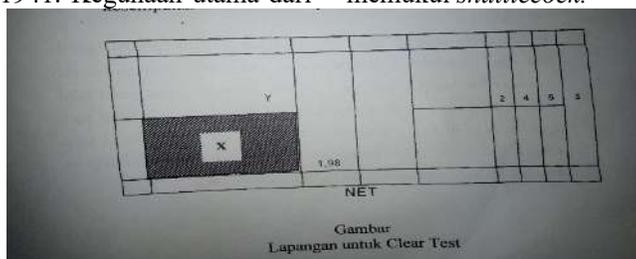
(2) Test servis panjang Tes ini pertama kali diperkenalkan oleh Scott Fox pada tahun 1959. Kegunaan utama dari tes ini adalah untuk mengukur ketepatan memukul *shuttlecock* ke arah sasaran tertentu dengan memukul servis

panjang (serve tinggi/panjang). Tiap testee diberi kesempatan melakukan servis sebanyak 20 kali (Nurhasan dan Hasanudin Cholil, 2007: 234).



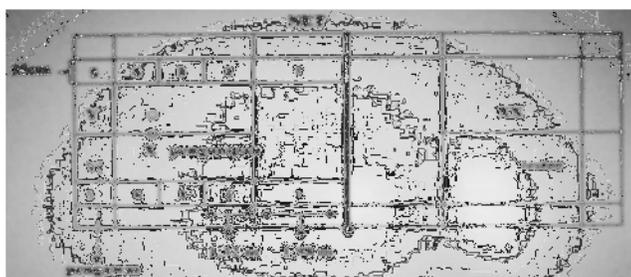
Gambar 2. Item test servis panjang

(3) item test *lob* Test ini di perkenalkan oleh tes ini adalah untuk mengukur kekuatan French pada tahun 1941. Kegunaan utama dari memukul *shuttlecock*.



Gambar 3. Item test Lob

(4) item test smash di perkenalkan pertama kali 236) kegunaan untuk mengetahui ketepatan oleh (Nurhasan dan Hasanudin Cholil, 2007: sasaran dalam menempatkan *shuttlecock*.



Gambar 4. Item test smash

Teknik analisis data dengan melakukan editing yaitu mengecek semua data yang dikumpulkan. Tabulasi yaitu proses pembuatan table. Mengklarifikasi nilai yang diperoleh siswa dalam skala yang telah di tetapkan.

Mempersentasekan dengan rumus $Dp = \frac{n}{N} \times 100 \%$. Muhammad Ali (dalam rahima, 2013: 32) Menyimpulkan hasil penelitian sehingga dapat diperoleh deskripsi, dan menentukan kriteria skor yang di peroleh.

Tabel 1. Kriteria penilaian

Persentase	Kriteria Interpretasi
0% - 20%	Sangat tidak baik
21% - 40%	Tidak baik
41% - 60%	Cukup
61% - 80%	Baik
81% - 100%	Sangat baik

HASIL PENELITIAN

Keterampilan teknik dasar bulu tangkis sangat penting untuk melakukan permainan bulu tangkis dari servis untuk memulai sebuah permainan, *lob* untuk mengembalikan pukulan lawan dan *smash* untuk membuat poin. Hasil penelitian test keterampilan teknik dasar bulu tangkis peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Pontianak dalam kategori cukup (59.88). Untuk dapat memulai bermain bulu tangkis dengan baik maka siswa harus dibekali dengan keterampilan teknik dasar yang baik. Siswa yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain bulu tangkis dengan baik pula.

Didalam proses penelitian peneliti menggunakan instrument test servis panjang, servis pendek, *lob* dan *smash*. Pukulan servis panjang dilakukan dengan memukul *shuttlecock* sekuat-kuat nya ke belakang bidang permainan lawan. Pukulan ini sering dilakukan oleh pemain tunggal atau sering dinamakan *deep single serve*. Penelitian yang dilakukan pada seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak 20 siswa, hasilnya bervariasi.

Untuk servis panjang kategori sangat baik 4.15% sebanyak 1 siswa, kategori baik 69,25% sebanyak 19 siswa. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam melakukan servis panjang permainan bulu tangkis kategori nya baik sebesar 73.4%. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian materi bulu

tangkis sangat baik terutama servis panjang. Untuk servis pendek hasilnya juga bervariasi kategori sangat baik 8.35% sebanyak 2 siswa, katagori baik 28.3% sebanyak 8 siswa, katagori cukup baik 14.35% sebanyak 6 siswa, dan untuk katagori tidak baik 6.8% sebanyak 4 siswa. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam servis pendek permainan bulu tangkis katagori nya cukup baik sebesar 57.2%.

Hal ini menunjukkan bahwa pemberian materi bulu tangkis cukup baik terutama servis pendek. Untuk *lob* hasilnya juga bervariasi kategori sangat baik 8.6% sebanyak 2 siswa, kategori baik 49.55% sebanyak 15 siswa, katagori cukup baik 8.6% sebanyak 3 siswa. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam test *lob* katagori nya baik sebesar 66.75%. Dan untuk *smash* hasilnya juga bervariasi kategori cukup baik 22.8% sebanyak 10 siswa, katagori tidak baik 18.8% sebanyak 10 orang. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam tes *smash* kategori cukup sebesar 41.6%. Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak sebanyak 20 siswa untuk servis panjang, servis pendek, *lob*, dan *smash* masuk dalam katagori CUKUP dengan nilai rata-rata 59.88.

Tabel 2. Hasil keseluruhan item test

No	Item test	Nilai rata-rata	Kategori
1	Servis panjang	73.4%	Baik
2	Servis pendek	57.8%	Cukup
3	Lob	66.75%	Baik
4	Smash	41.6%	Cukup
Jumlah rata-rata		59.88%	Cukup

Hal ini dapat diartikan bahwa kemampuan keterampilan yang dimiliki terbatas karena kurangnya pengalaman gerak. Setiap pembelajaran pada umumnya memiliki harapan dengan hasil tertentu. Hasil tersebut biasanya berupa penguasaan keterampilan, keterampilan seseorang yang tergambar untuk meningkatkan keterampilan tersebut dapat menentukan keberhasilan, dengan demikian keterampilan menunjukkan pada kualitas. Hal tersebut ditegaskan oleh Amung dan Yudha M. Saputra (1999/2000:57).

Karena keterampilan dapat dilakukan dengan cara mempertimbangkan 1) stabilitas lingkungan. 2) jelas tidaknya titik awal serta akhir dari gerakan, dan. 3) ketepatan gerak yang dimaksud.

Pembahasan

Keterampilan teknik dasar bulu tangkis sangat penting untuk melakukan permainan bulu tangkis dari servis untuk memulai sebuah permainan, lob untuk mengembalikan pukulan lawan dan smash untuk membuat poin. Hasil penelitian test keterampilan teknik dasar bulu tangkis peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 18 Pontianak dalam kategori cukup (59.88). Untuk dapat memulai bermain bulu tangkis dengan baik maka siswa harus dibekali dengan keterampilan teknik dasar yang baik. Siswa

yang memiliki teknik dasar yang baik cenderung dapat bermain bulu tangkis dengan baik pula.

Didalam proses penelitian peneliti menggunakan instrument test servis panjang servis pendek, lob dan smash. Pukulan servis panjang dilakukan dengan memukul *shuttlecock* sekuat-kuatnya ke belakang bidang permainan lawan. Pukulan ini sering dilakukan oleh pemain tunggal atau sering dinamakan *deep single serve*. Penelitian yang dilakukan pada seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak 20 siswa, hasilnya bervariasi. Untuk servis panjang kategori sangat baik 4.15% sebanyak 1 siswa, kategori baik 69,25% sebanyak 19 siswa.

Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam melakukan servis panjang permainan bulu tangkis kategori nya baik sebesar 73.4%. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian materi bulu tangkis sangat baik terutama servis panjang. Untuk servis pendek hasilnya juga bervariasi kategori sangat baik 8.35% sebanyak 2 siswa, kategori baik 28.3% sebanyak 8 siswa, kategori cukup baik 14.35% sebanyak 6 siswa, dan untuk kategori tidak baik 6.8% sebanyak 4 siswa. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam servis pendek

permainan bulu tangkis katagori nya cukup baik sebesar 57.2%. hal ini menunjukkan bahwa pemberian materi bulu tangkis cukup baik terutama servis pendek. Untuk *lob* hasilnya juga bervariasi katagori sangat baik 8.6% sebanyak 2 siswa, katagori baik 49.55% sebanyak 15 siswa, katagori cukup baik 8.6% sebanyak 3 siswa.

Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam test *lob* katagori nya baik sebesar 66.75%. Dan untuk *smash* hasil nya juga bervariasi katagori cukup baik 22.8% sebanyak 10 siswa, katagori tidak baik 18.8% sebanyak 10 orang. Dari hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak dalam tes *smash* katagori cukup sebesar 41.6%.

Berdasarkan data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulu tangkis di SMPN 18 Pontianak sebanyak 20 siswa untuk servis panjang, servis pendek, *lob*, dan *smash* masuk dalam katagori CUKUP dengan nilai rata-rata 59.88.

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian pada ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianak yang sudah peneliti cantumkan di bab IV dengan simpulan : (1) Dari data servis panjang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianak mendapatkan nilai rata-rata 73.4%. 2). Dari data servis pendek siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianak mendapatkan nilai rata-rata 57.8%. 3). Dari data *lob* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianakmendapatkan nilai rata-rata 66.75%. 4). Dari data *smash* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianakmendapatkan nilai rata-rata 41.6%. 5). Dari keseluruhan item test tingkat keterampilan bulu tangkis pada ekstrakurikuler di SMP Negeri 18 Pontianak servis panjang, servis pendek, *lob*, dan *smash* mendapatkan nilai rata-rata 59.88% dengan kategori CUKUP.

Saran

Saran yang dapat peneliti kemukakan berdasarkan hasil penelitian adalah sebagai berikut : (1) berdasarkan proses pembelajaran, peserta didik lebih dituntut aktif dalam pembelajaran agar proses tersebut dapat berlangsung dengan baik dan dapat meningkatkan hasil belajar khususnya *smash* permainan bulu tangkis. (2) perlunya inovasi baru berupa media-media yang bisa mendorong siswa lebih aktif dalam pembelajaran bulu tangkis. (3) perlunya diadakan latihan tanding dengan sekolah lain agar siswa lebih semangat dalam melakukan latihan.

DAFTAR RUJUKAN

- Agus Mukholid.(2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan*. Penerbit Yudhistira. Surakarta.
- Arikunto, Suharsimi 2006. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, Jakarta, rineka cipta. Dhedhy Yuliawan. 2017. *Bulu tangkis dasar*. Yogyakarta : CV Budi Utama.
- Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung : Alfabeta
- Herman Subardjah. (2001). *Bulutangkis*. Solo: CV”Seti Aji” Surakarta.
- Muhajir. (2004). *Pendidikan jasmani teori dan praktik SMA*. Jakarta : PT Erlangga.
- Nanang Martono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta : PT Raya Grafindo Persada.
- Nurhasan. (2007). *Modul Tes Dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung : UPI Poole, J. 2016. *Belajar bulutangkis*. Bandung. Pionir Jaya Purnama, S.K. (2010). *Kepelatihan bulutangkis modern*. Surakarta: UPI.
- Sapta kunta Purnama. (2010). *Kepelatihan bulu tangkis modern*. Surakarta : UNS Press
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D)*. Bandung : Afbeta
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur penelitian ; suatu pendekatan Praktek*. Jakarta : Rinenka cipta.
- Tohar. (1992). *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Depdikbud: Jakarta. Tony Grace. (1996). *Bulutangkis*. Jakarta utara: PT. raja Grafindo.

Yuliawan, Dhedy. (2017). *Bulu Tangkis Dasar*. Yogyakarta : CV budi utama.