

ANALISIS KEMAMPUAN TEKNIK PUKULAN ATLET BULU TANGKIS

Miftakhurrohman^{1*}, Ervian Arif Muhafid²

^{1,2} Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen, Jawa Tengah, Indonesia, 54318

* *Coressponding Author*: mfth2307@gmail.com

Keterangan

Rekam Jejak:
Received, Oktober 2022
Revised, November 2022
Accepted, Desember 2022

Kata Kunci:
Teknik;
Atlet;
Bulu Tangkis.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan pukulan atlet bulu tangkis PB Mutiara Kebumen. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah keseluruhan populasi yang berjumlah 26 atlet. Jenis data yang digunakan adalah data primer dan data sekunder. Setelah data terkumpul, data dianalisis dengan menggunakan distribusi frekuensi dengan perhitungan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi dari 26 sampel dimana 15 atlet mempunyai kemampuan *servis* baik sekali, 13 orang mempunyai kemampuan *servis* baik, dan 8 orang mempunyai kemampuan *servis* cukup baik. Untuk kemampuan *overhead lob* dengan frekuensi dari 26 sampel dimana 8 atlet mempunyai kemampuan *overhead lob* sangat baik, 12 atlet mempunyai kemampuan *overhead lob* baik, dan 6 atlet mempunyai kemampuan *overhead lob* cukup baik. Sedangkan untuk kemampuan smash dari frekuensi 26 atlet dimana 7 atlet mempunyai kemampuan *smash* sangat baik, 10 atlet mempunyai kemampuan *smash* baik, dan 9 atlet mempunyai kemampuan *smash* cukup baik.

PENDAHULUAN

Di Indonesia permainan bulu tangkis mengalami perkembangan yang pesat karena tidak lepas dari kerja keras pelatih, atlet, dan pengurus dalam pembinaan bulu tangkis (Prasetyo et al., 2022). Hal ini dapat dibuktikan dengan prestasi yang diraih dalam kejuaraan-kejuaraan yang diikuti oleh atlet bulu tangkis Indonesia seperti kejuaraan *Thomas Cup*, *Uber Cup*, *All England*, bahkan Olimpiade. Prestasi yang diraih bukanlah hal yang cepat dan mudah, semua itu melalui proses yang panjang dan waktu yang lama (Perwiranegara & Sukendro, 2021). Mulai dari pemasalahan, pembibitan, hingga pembinaan secara terpadu, terarah, dan berkelanjutan (Setiawan et al., 2021). Permainan bulu tangkis memerlukan berbagai gerakan yang atraktif, gerak yang sewaktu-waktu merubah arah dapat memberikan nilai seni tersendiri dalam permainan bulu tangkis (Muzakir & Helmi, 2021). Menjadi atlet bulu tangkis yang handal diperlukan berbagai macam syarat, salah satunya penguasaan teknik dasar. Dalam olahraga bulu tangkis terdapat berbagai teknik dasar, diantaranya pegangan raket, teknik pukulan, sikap berdiri, dan posisi serta *footwork*. Berbagai teknik pukulan bulu tangkis yang harus dikuasai adalah sebagai berikut; pukulan *servis*, pukulan *lob* atau *clear*, pukulan *dropshot*, pukulan *smash*, pukulan *drive* atau mendatar dan pengembalian *servis* atau *return servis* (Reza & Hardinoto, 2021).

Olahraga bulu tangkis pada saat ini sudah mulai berkembang dengan cepat. Olahraga ini juga banyak diminati oleh banyak orang (Ilham et al., 2021). Cabang olahraga bulu tangkis merupakan salah satu olahraga prestasi yang banyak dibina, olahraga bulu tangkis banyak digemari oleh masyarakat mulai dari anak-anak, remaja, bahkan orang tua pun menggemari olahraga ini. Kemampuan pukulan adalah kemampuan pukulan dalam bulu tangkis dengan tujuan menerbangkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lawan. Dalam permainan bulu tangkis atlet perlu menguasai dan memahami beberapa teknik dasar dalam permainan bulu tangkis. Teknik dasar tersebut antara lain yaitu *servis*, *overhead lob*, dan juga *smash*. Teknik pukulan yang dimaksud disini adalah suatu cara untuk melakukan gerakan memukul dengan menerbangkan *shuttlecock* ke daerah lawan. Teknik pukulan bulu tangkis benar-benar harus dipelajari terlebih dahulu, supaya dapat mengembangkan mutu prestasi bulu tangkis hal ini dikarenakan menang atau kalahnya seorang atlet dalam suatu pertandingan (Fansuri & Situmeang, 2021).

Servis atau lazim disebut dengan pukulan pembuka dalam permainan bulu tangkis (Mulawarman & Taufik, 2021). *Servis* merupakan pukulan pertama sebagai pembuka pertandingan dan merupakan serangan yang dilakukan lawan. *Overhead lob* adalah salah satu teknik khusus karena hasil *lob* menyebabkan lawan untuk menjauh dari area pertahanan. Pukulan *overhead lob* penting untuk dikuasai oleh seorang atlet karena merupakan salah satu pukulan terberat bagi pemula untuk memukul *shuttlecock* setinggi mungkin dan jatuh di lapangan lawan. Teknik pukulan berikutnya yaitu *smash*. *Smash* adalah pukulan serang yang efektif dalam permainan bulu tangkis. *Smash* adalah pukulan terkuat dimana kecepatan *shuttlecock* maksimum saat dipukul menggunakan raket (Hasibuan & Hasibuan, 2021).

METODE

Penelitian deskriptif adalah suatu metode penelitian yang memperlihatkan karakteristik populasi atau fenomena yang tengah diteliti (Sugiyono, 2013). Hingga akhirnya metode penelitian ini utamanya fokus pada menjelaskan objek penelitian dan menjawab peristiwa atau fenomena apa yang terjadi (Setyosari, 2016). Metode ini berbeda dengan metode lain yang cenderung lebih fokus pada pembahasan (Simarmata et al., 2021). Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan jenis penelitian deskriptif dengan mengamati kemampuan pukulan pada atlet bulu tangkis PB Mutiara Kebumen. Subjek penelitian berjumlah 26 orang atlet bulu tangkis putra. Pengamatan ini dilakukan pada hari Jum'at tanggal 23 Desember 2022. Instrumen yang dilakukan dalam pengumpulan data penelitian ini adalah melalui pengamatan secara langsung di lapangan. Pengamatan ini bertujuan untuk menggambarkan tentang situasi maupun koordinasi kemampuan pukulan atlet bulu tangkis PB Mutiara Kebumen. Populasi dalam penelitian adalah atlet yang mengikuti latihan bulu tangkis di PB Mutiara Kebumen.

HASIL & PEMBAHASAN

Selanjutnya akan diuraikan hasil penelitian dan pembahasan, data yang dianalisis sesuai dengan hasil temuan factual di lapangan, hasil analisis ini merupakan gambaran hasil kemampuan pukulan *servis*, *overhead lob* dan *smash* pada PB Mutiara Kebumen. Hasil kemampuan pukulan pada PB Mutiara Kebumen dapat dilihat pada tabel di bawah ini;

Tabel 1. Hasil Penelitian

Indikator	N	Min	Max	Mean
<i>Servis</i>	26	11	40	23,15%
<i>Overhead Lob</i>	26	11	40	24,07%
<i>Smash</i>	26	11	40	24,15%

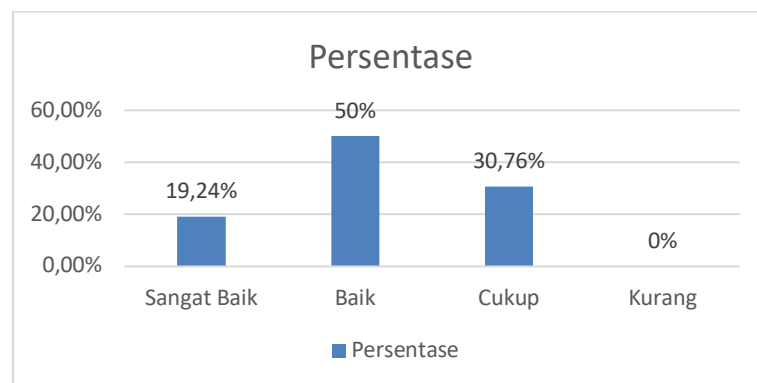
Kemampuan *Servis*

Berdasarkan analisis presentase yang dilakukan didapatkan nilai kemampuan *servis* disajikan dalam tabel sebagai berikut;

Tabel 2. Persentase Nilai Kemampuan *Servis* PB Mutiara Kebumen

No	Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	31-40	Sangat Baik	5	19,24%
2	21-30	Baik	13	50%
3	11-20	Cukup	8	30,76%
4	0-10	Kurang	0	0%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan data pada tabel 2 maka digambarkan dalam bentuk grafik pada gambar sebagai berikut;



Gambar 1. Grafik Persentase Nilai Kemampuan *Servis* PB Mutiara Kebumen

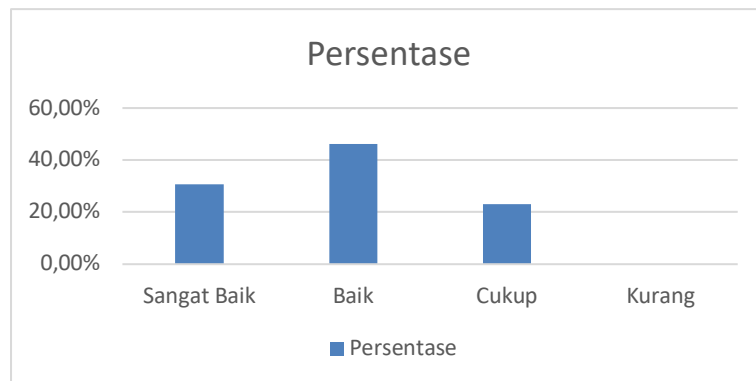
Kemampuan *Overhead Lob*

Berdasarkan analisis presentase yang dilakukan didapatkan nilai kemampuan *overhead lob* disajikan dalam tabel sebagai berikut;

Tabel 3. Persentase Nilai Kemampuan *Overhead Lob* PB Mutiara Kebumen

No	Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	31-40	Sangat Baik	8	30,76%
2	21-30	Baik	12	46,15%
3	11-20	Cukup	6	23,09%
4	0-10	Kurang	0	0%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan data pada tabel 3 maka digambarkan dalam bentuk grafik pada gambar sebagai berikut:



Gambar 2. Grafik Persentase Nilai Kemampuan *Overhead Lob* PB Mutiara Kebumen

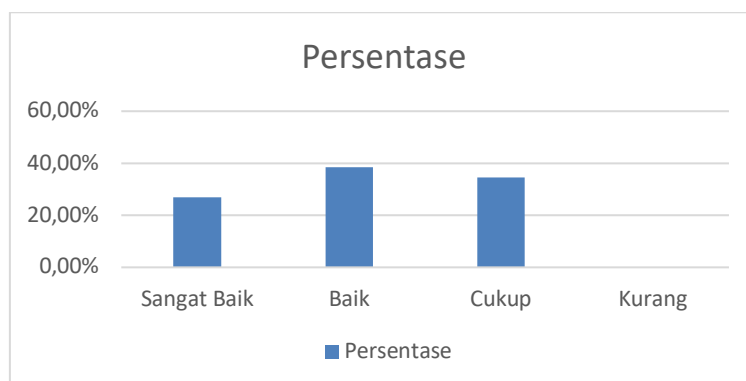
Kemampuan *Smash*

Berdasarkan analisis presentase yang dilakukan didapatkan nilai kemampuan *smash* disajikan dalam tabel sebagai berikut;

Tabel 4. Persentase Nilai Kemampuan *Smash* PB Mutiara Kebumen

No	Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	31-40	Sangat Baik	7	26,92%
2	21-30	Baik	10	38,46%
3	11-20	Cukup	9	34,62%
4	0-10	Kurang	0	0%
Jumlah			26	100%

Berdasarkan data pada tabel 4 maka digambarkan dalam bentuk grafik pada gambar sebagai berikut:



Gambar 3. Grafik Persentase Nilai Kemampuan *Smash* PB Mutiara Kebumen

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan keterampilan teknik dasar pukulan bulu tangkis maka secara umum keterampilan tersebut berada dalam kategori baik, dimana berdasarkan beberapa kemampuan diantaranya *servis* kemampuan yang ditunjukkan rata-rata baik. *Overhead lob* kemampuan yang ditunjukkan rata-rata baik. Begitu juga dengan *smash* kemampuan yang ditunjukkan atlet rata-rata baik. Hasil yang ditunjukkan tersebut didukung oleh catatan lapangan berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan diantaranya dengan pengukuran kemampuan pukulan dengan menunjukkan penampilan gerak yang baik pada kemampuan *servis*, *overhead lob*, dan juga *smash*. Penguasaan kemampuan teknik dasar pukulan

juga dapat dikuasai dengan baik karena rata-rata atlet disini sudah berlatih cukup lama. Adapun jumlah atlet yang mengikuti kegiatan ini ada 26 orang berdasarkan hasil observasi yang dilakukan.

Pembahasan

Bulu tangkis adalah olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat mulai dari anak-anak, wanita, dewasa, bahkan sampai orangtua juga menikmati permainan bulu tangkis. Di Indonesia perkembangannya sering mengalami naik turun prestasi, namun prestasi Indonesia cukup gemilang kancah internasional sehingga menjadi pertimbangan untuk negara-negara lain. Pembinaan yang terarahlah yang diberikan ke atlet nasional sehingga meraih prestasi yang gemilang, dengan diadakannya kompetisi di tingkat nasional dan internasional akan menambakan jam terbang pengalaman untuk atlet bulu tangkis Indonesia.

Upaya meningkatkan prestasi bukan hal yang mudah dengan waktu singkat atau instan semata, tetapi memerlukan waktu cukup lama dan berkesinambungan. Sehingga atlet bisa mencapai target yang diinginkan, dibutuhkan pembinaan terencana dan terprogram secara matang yang didukung oleh penunjang yang memadai. Melalui pembinaan sistematis dan berkesinambungan, maka target akan tercapai dan prestasi bisa meningkat sesuai dengan yang diharapkan. Terutama pembinaan tersebut dilakukan secara berjenjang yang dilakukan dari usia dini maupun remaja, tanpa adanya adanya pembinaan yang dilakukan secara berkesinambungan akan sangat sulit membuat bulu tangkis maju atau berprestasi.

Pembinaan dilaksanakan yaitu untuk mencetak atlet handal dibutuhkan suatu wadah untuk membina atlet. Terlaksananya latihan yang sistematis dan berkelanjutan, harus ada sarana dan prasarana yang mendukung. Faktor pokok untuk tercapainya tujuan suatu organisasi yaitu pendanaan. Tidak hanya melibatkan pelatih dan atlet, namun pihak pengurus juga, organisasi perbulu tangkisan, serta pihak yang mendukung prestasi bulu tangkis. Oleh karena itu perlunya pembinaan yang baik pada organisasi yang menjadi wadah kegiatan perbulu tangkisan.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan kemampuan pukulan bulu tangkis maka secara umum kemampuan tersebut berada dalam kategori baik, dimana berdasarkan beberapa kemampuan diantaranya servis, overhead lob, dan smash atlet rata-rata sudah melakukan dengan baik. Berdasarkan analisis data terhadap tes kemampuan *servis* pada atlet bulu tangkis PB Mutiara Kebumen dengan hasil kemampuan *servis* berada pada kategori baik. Simpulan dapat bersifat generalisasi temuan yang sesuai dengan permasalahan penelitian, atau dapat pula berupa rekomendasi untuk langkah selanjutnya.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian maka dapat disimpulkan hasil penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut nilai untuk *servis* yaitu nilai kemampuan dengan kategori baik sekali adalah 19,24% dengan frekuensi 5 orang. Kategori baik adalah 50,00% dengan frekuensi 13 orang. Kategori cukup adalah 30,76% dengan frekuensi 8 orang. Nilai untuk *ovwehead lob* yaitu nilai kemampuan dengan katagori sangat baik adalah 30,76% dengan frekuensi 8 orang. Kategori baik adalah 46,15% dengan frekuensi 12 orang, Kategori cukup adalah 23,09% dengan frekuensi 6 orang. Dan nilai untuk *smash* yaitu nilai kemampuan dengan kategori sangat baik 26,92% dengan frekuensi 7 orang. Kategori baik adalah 38,46% dengan frekuensi 10 orang. Kategori cukup adalah 34,62% dengan frekuensi 9 orang.

DAFTAR PUSTAKA

- Fansuri, H., & Situmeang, R. (2021). KONTRIBUSI VARIASI LATIHAN LADDER DRILL TERHADAP KELINCAHAN ATLET BULU TANGKIS. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.308>
-

- Hasibuan, M. H. H., & Hasibuan, M. N. (2021). KONTRIBUSI LATIHAN KNEE TUCK JUMP DAN WALL PUSH UP TERHADAP JUMP SMASH BULU TANGKIS. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.309>
- Ilham, I., Iqroni, D., & Setiawan, I. B. (2021). KINESIO TAPING PADA REHABILITASI CEDERA OLAHRAGA BULU TANGKIS. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i1.544>
- Mulawarman, A., & Taufik, T. (2021). KONTRIBUSI LATIHAN CABLE CROSSOVER DAN PULL OVER TERHADAP JUMP SMASH BULU TANGKIS. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia*, 1(2 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v1i2.310>
- Muzakir, H., & Helmi, B. (2021). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Back Hand Short Service Pada Permainan Bulu Tangkis Melalui Media Audio Visual Pada Siswa Kelas V SDN 066658 Medan Marelan Pada Tahun Ajaran 2020/2021. *Jurnal Mahasiswa Pendidikan Olahraga*, 2(1), 15–20.
- Perwiranegara, P. B. R., & Sukendro, S. (2021). ANALISIS KEBUGARAN JASMANI ATLET PANAHAN. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/joki.v2i1.545>
- Prasetyo, F., Wibowo, A., Yudhaprawira, A., & Denatara, E. T. (2022). *Influence Of Shadow And Shuttle Run Exercises On Badminton Sports Footwork Aged 13 - 15 Years At Pb Jaya Raya Jakarta*. 3(1), 57–68.
- Reza, S., & Hardinoto, N. (2021). Pengaruh Motivasi Terhadap Prestasi Pada Atlet Klub Bulutangkis Indocafe Medan Tahun 2020. *Jurnal Pendidikan Jasmani (JPJ)*, 2(1 SE-Articles). <https://doi.org/10.55081/jpj.v2i1.227>
- Setiawan, F. E., Aristiyanto, A., & Herdinata, G. R. P. (2021). Profil Kondisi Fisik Atlet Tarung Derajat. *Jurnal Olahraga Dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 2(1), 7–13.
- Setyosari, H. P. (2016). *Metode penelitian pendidikan & pengembangan*. Prenada Media.
- Simarmata, N. I. P., Hasibuan, A., Rofiki, I., Purba, S., Tasnim, T., Sitorus, E., Silitonga, H. P., Sutrisno, E., Purba, B., & Makbul, R. (2021). *Metode Penelitian Untuk Perguruan Tinggi*. Yayasan Kita Menulis.
- Sugiyono, D. (2013). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif dan R&D*.