

ANALISIS KETERAMPILAN SMASH PESERTA EKSTRAKURIKULER BULUTANGKIS SMP NEGERI 2 KARANGDOWO KLATEN

Analysis of Smash Skills of Extracurricular Participants at SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten

Wida Prasetyo Wibowo¹, Anugrah Nur Warthadi², Nurhidayat Nurhidayat³

^{1,2,3} Prodi Pendidikan Olahraga, Universitas Muhammadiyah Surakarta, Jalan Ahmad Yani,
Pabelan, Kartasura, Surakarta 57162, Jawa Tengah, Indonesia

Email : a810190001@student.ums.ac.id¹ ; Anw217@ums.ac.id² ; nur574@ums.ac.id³

Abstrak

Smash adalah pukulan keras dan menukik ke arah lapangan lawan yang bertujuan untuk mematikan lawan dan mendapatkan poin. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan smash peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan sampel 13 peserta perempuan dari total populasi 17 peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten. Berdasarkan hasil penelitian smash *forehand*, dari total 13 sampel yang diteliti, 1 orang sampel berada dalam interval >22,7 atau masuk kategori baik sekali dengan perolehan nilai sebesar 7,70%, 3 orang sampel berada dalam interval 20-22,6 atau kategori baik dengan perolehan nilai 23,00%, 6 orang sampel berada dalam interval 17,3-19,9 atau kategori sedang dengan perolehan nilai sebesar 46,30%, 3 orang sampel berada dalam interval 14,7-17,2 atau kategori buruk dengan perolehan nilai 23,00%. Pada smash *backhand*, dari total 13 orang sampel yang diteliti, 1 orang sampel berada dalam interval >16,2 atau kategori baik sekali dengan perolehan nilai 7,70%, 2 orang sampel berada dalam interval 14,6-16,1 atau kategori baik dengan perolehan nilai 15,40%, 7 orang sampel berada dalam interval 12,8-14,5 atau kategori sedang dengan perolehan nilai 53,90%, 3 orang sampel berada dalam interval 11,2-12,7 atau kategori buruk dengan perolehan nilai 23,00%. Smash peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten masuk pada kategori sedang baik itu *forehand* maupun *backhand*. Jadi, keterampilan smash pada peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten perlu ditingkatkan baik smash *forehand* maupun smash *backhand*.

Kata Kunci : ekstrakurikuler, smash, bulutangkis

ABSTRACT

Smash is a hard punch and dive towards the opponent's field with the aim of killing the opponent and getting points. The purpose of this study was to determine the smash skills of badminton extracurricular participants at SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten. The method used in this study was a survey method with a sample of 13 female participants from a total population of 17 badminton extracurricular participants at SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten. Based on the results of the smash forehand study, out of a total of 13 samples studied, 1 sample was in the interval > 22.7 or was in the very good category with a score of 7.70%, 3 samples were in the interval 20-22.6 or the category good with a score of 23.00%, 6 samples are in the interval 17.3-19.9 or the moderate category with a score of 46.30%, 3 samples are in the interval 14.7-17.2 or a bad category with an acquisition value of 23.00%. Based on the results of the smash backhand study, out of a total of 13 samples

studied, 1 sample was in the interval >16.2 or very good category with a score of 7.70%, 2 samples were in the interval 14.6-16.1 or good category with an acquisition score of 15.40%, 7 samples are in the interval 12.8-14.5 or a moderate category with an acquisition score of 53.90%, 3 samples are in the interval 11.2-12.7 or a bad category with an acquisition value of 23.00%. Thus, it can be concluded that the smash results of the extracurricular participants at SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten fall into the moderate category, both forehand and backhand. So, the smash skills of badminton extracurricular participants at SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten need to be improved both forehand smashes and backhand smashes.

Keywords : *extracurricular, smash, badminton*

PENDAHULUAN

Bulutangkis adalah salah satu cabang olahraga yang populer dan banyak sekali peminatnya di dunia termasuk di Indonesia. Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individual yang dapat dilakukan secara satu lawan satu, atau dua lawan dua (Arnake Savira Sari dkk, , 2023). Bermain bulutangkis tidak hanya membutuhkan keterampilan dalam bermain, tetapi juga posisi dan footwork yang benar. Dengan adanya posisi dan footwork yang baik dan sempurna, maka secara cepat akan mempermudah dalam bergerak ke berbagai arah lapangan serta menghasilkan pukulan yang berkualitas dalam permainan (Khoirul Akbar Adi Pamungkas dkk, 2021). Semakin maju suatu prestasi olahraga memerlukan sumber daya manusia yaitu atlet yang berkualitas, atlet dituntut agar memiliki fisik yang mumpuni untuk bersaing dengan lawannya (Iwan Hermawan dkk, 2021)

Agar dapat bermain bulutangkis dengan baik, maka harus menguasai macam-macam teknik dasar bulutangkis (Dony Oktafia Putra dkk, 2023). Salah satunya adalah smash, ada beberapa cara meningkatkan meningkatkan kualitas smash dalam bulutangkis, salah satunya adalah metode drill. Metode drill yaitu cara belajar yang lebih menekankan kepada penguasaan teknik dengan melakukan gerakan dengan sesuai yang diinstruksikan secara berulang-ulang agar dapat terjadinya otomatisasi gerakan (Iyakrus dkk, 2023).

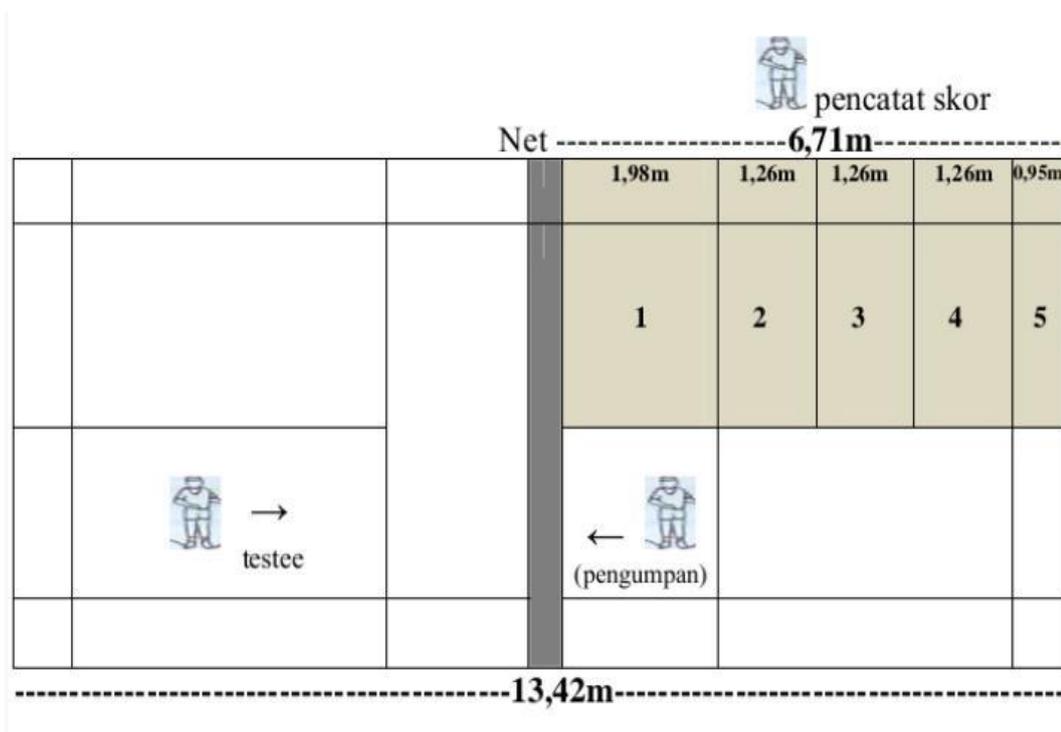
Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui keterampilan smash peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Karangdowo. Keterampilan adalah kemampuan yang digunakan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat (Davis dalam Anshori, 2020). Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakuka di luar

jam pelajaran baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan, pengetahuan dan kemampuan yang telah dimiliki siswa dari berbagai bidang studi (Subagiyo, 2023 : 23). Keberhasilan seorang atlet menguasai teknik pukulan olahraga bulutangkis didapatkan dari latihan terprogram dan terstruktur didukung menggunakan metode penelitian yang benar (Khoirul Akbar Adi Pamungkas dan Pungki Indarto, 2021). Untuk meningkatkan fisik atlet agar mampu bersaing dengan lawannya, atlet harus bekerja keras meningkatkan teknik baik dari segi taktik, pendidikan, kompetensi, motivasi maupun kondisi fisik yang prima (Iwan Hermawan dkk, 2022).

Untuk tujuan ini, perlu diadakan tes dan pengukuran smash peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten. Test adalah cara atau prosedur dalam rangka pengukuran dan penilaian terhadap sesuatu (Anas Sudijono, 2015). Dalam bulutangkis, smash dibagi menjadi 2 macam yaitu smash forehand dan smash backhand. Oleh karena itu, test dan pengukuran ini juga 2 macam yaitu test dan pengukuran smash forehand dan smash backhand.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode yang digunakan yaitu metode survei. Menurut Sugiyono (2018) metode survei adalah metode penelitian kuantitatif yang digunakan untuk mendapatkan data yang terjadi pada masa lampau atau saat ini. Tempat penelitian ini yaitu SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten yang dilaksanakan pada bulan April 2023. Populasi pada penelitian ini berjumlah 17 peserta dengan sampel 13 peserta, teknik samplingnya menggunakan purposive sampling, pengumpulan datanya menggunakan test dan pengukuran yaitu test pukulan smash dari Nurhasan (2001). Populasi adalah data keseluruhan yang menjadi pusat perhatian kemudian ditentukan oleh peneliti dalam waktu dan ruang lingkup (Margono, 2017). Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2018). Purposive sampling adalah metode pemilihan sampel menggunakan kriteria yang sudah dipilih oleh peneliti (Arikunto, 2019). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan test smash dengan target sasaran yang sudah diberi nilai.



Gambar 1. dari Nurhasan (2001)

HASIL

Hasil Penelitian disajikan pada tabel berikut ini

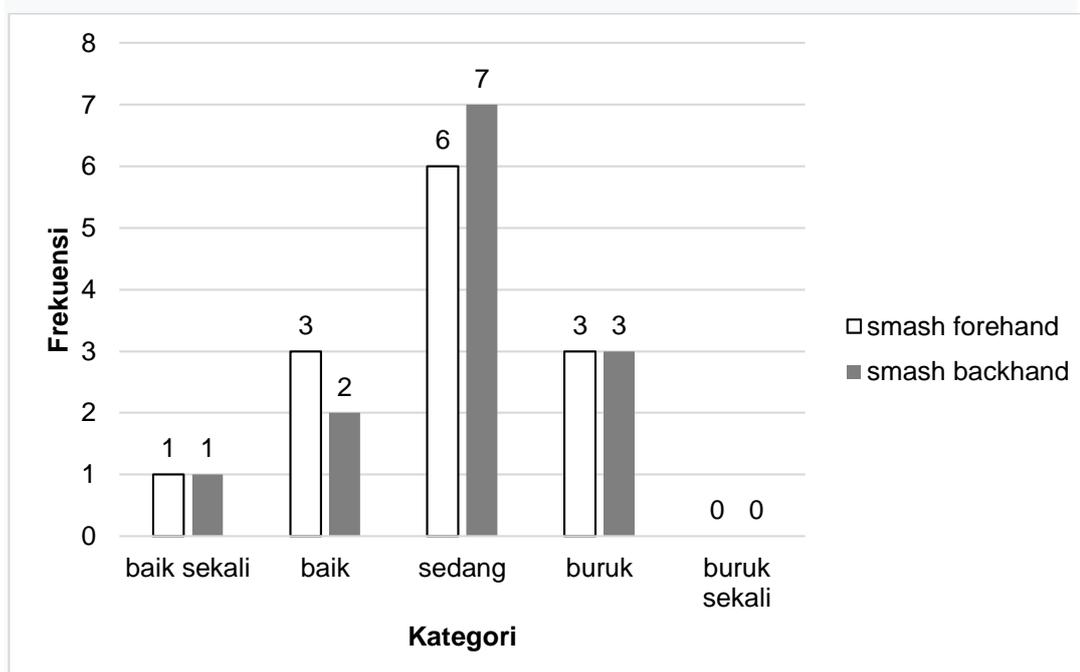
Tabel 1. Deskriptif statistik smash forehand

No	Rentang nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1.	>22,7	Baik sekali	1	7,70 %
2.	20 – 22,6	Baik	3	23,00 %
3.	17,3 – 19,9	Sedang	6	46,30 %
4.	14,7 – 17,2	Buruk	3	23,00 %
5.	<14,7	Buruk sekali	0	0 %
Jumlah			13	100 %

Tabel 2. Deskriptif statistik smash backhand

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase %
1.	>16,2	Baik sekali	1	7,70 %
2.	14,6 - 16,1	Baik	2	15,40%
3.	12,8 - 14,5	Sedang	7	53,90 %
4.	11,2 - 12,7	Buruk	3	23,00 %
5.	<11,2	Buruk sekali	0	0
Jumlah			13	100 %

Perbandingan hasil analisis deskripsi smash forehand dan smash backhand disajikan pada diagram berikut



Gambar 5. Histogram analisis deskripsi smash forehand dan smash backhand

PEMBAHASAN

Ada beberapa teknik dasar dalam bulutangkis, salah satunya adalah smash. Smash adalah pukulan yang keras dan menukik ke arah lapangan lawan yang bertujuan untuk mematikan lawan dan mendapatkan poin. Tujuan dari penelitian

ini adalah untuk mengetahui keterampilan smash peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten. Dari hasil test yang sudah dilaksanakan, keterampilan smash peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten berada pada kategori sedang baik itu smash forehand maupun smash backhand. Dari hasil tersebut, keterampilan smash para peserta perlu ditingkatkan. Banyak faktor dan cara untuk meningkatkan kualitas smash seperti latihannya, tekniknya dan menambah pengetahuan tentang smash.

Hasil pada penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya, artinya dalam jenjang SMP memang kemampuan smash secara umum masuk dalam kategori sedang. Akan tetapi perbedaannya adalah pada sarana dan prasarannya yang sekarang lebih modern dan canggih. Terdapat banyak sekali alat maupun media latihan meningkatkan kualitas smash sehingga latihannya pun bisa dilakukan secara mandiri. Penelitian ini bisa dijadikan referensi bagi pelatih bulutangkis di jenjang SMP dalam memberikan materi dan praktik. Banyak keterbatasan dalam penelitian ini baik dalam hal waktu, biaya dan kemampuan.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa keterampilan smash peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten masuk pada kategori sedang baik itu smash forehand maupun smash backhand. Dari hasil tersebut maka keterampilan smash peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Karangdowo Klaten perlu ditingkatkan. Penelitian ini bisa dijadikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dan referensi untuk para pelatih bulutangkis jenjang SMP dalam memberikan materi dan praktik tentang smash.

REFERENSI

- D. O. Putra, E. Sudarmanto, and N. Nurhidayat. (2023). Manajemen pembinaan Bulutangkis PB . RBT Humato. 2 (1): 84–93, 2023, doi: 10.31316/ijst.v2i1.4776.
- Arnake. S. Sari, P. Indarto, N. Nurhidayat, (2023). Pengaruh latihan drill interval istirahat aktif dan pasif terhadap keterampilan pukuan Lob, 2 (1): 63–71, doi: 10.31316/ijst.v2i1.4772.
- O. W. K. H. & T. H. Sari Helen Purnama (2017). Evaluasi program pembinaan atlet pekan olahraga nasional cabang olahraga bulu tangkis Provinsi Sumatera Selatan, *J. Phys. Educ. Sport.*, 6(3): 261–265. [Online]. Available: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/15076>.
- Nurhasan. (2001). Test Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Dan Prinsip-Prinsip Penerapannya. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga
- Iyakrus, Arisky Ramadhan, Wahyu Indra Bayu, Novi Mila Sari. (2023). Efektivitas Penggunaan Pitcher Machine Dalam Meningkatkan Keterampilan Smash Bulutangkis. *Jambura Health and Sport Journal*.
- Artha, I. K. A. (2021). Pengaruh Metode Drill Terhadap Hasil Smash Bulutangkis Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 4 Busungbiu. . . *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 46-55. <https://ojs.mahadewa.ac.id/index.php/jpkr/article/view/969>
- Hendra Sutiyawan, T., Yunitaningrum, W., & Purnomo, E. (2015). Keterampilan Teknik Dasar Pukulan Pada Proses Pembelajaran Bulu Tangkis. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*, 4(8), 1–15. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/11059>
- Isra, Z., & Asnaldi, A. (2020). Analisis Koordinasi Teknik Jump Smash Pemain Bulutangkis PB. Formula Padang Panjang. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 12(1), 45–55. <https://doi.org/10.17509/jko-upi.v12i1.24013>
- Juang, B. R. (2015). Analisis Kelebihan dan Kelemahan Keterampilan Teknik Bermain Bulutangkis Pada Pemain Tunggal Putra Terbaik Indonesia Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 3(1), 109–117.

- Muthiarani, A. (2017). Pengaruh Latihan Shadow Menggunakan Langkah Berurutan Dan Langkah Bersilangan Terhadap Kelincahan Footwork Atlet Bulutangkis Pb. Wiratama Jaya Yogyakarta. *Jurnal Pend. Kepelatihan Olahraga - S1*, 6(3), 1–9.
<http://journal.student.uny.ac.id/ojs/index.php/pko/article/view/7588/7228>
- Permana, putra sudeni suheri, Akhmad, S., & M, rizal rony. (2021). Jurnal master penjas & olahraga. *Jurnal Master Penjas & Olahraga*, 2(April), 127–136.
<http://ejournal.upi.edu/index.php/JKO>
- Prayadi, H. Y., & Rachman, H. A. (2013). Pengaruh Metode Latihan Dan Power Lengan Terhadap Kemampuan Smash Bulutangkis. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 63–71. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2346>
- Rema Ira Prastiwi, Riska Risty W, S.Fis., M. B. (2020). Hubungan Fleksibilitas Hamstring Badminton Program Studi S1 Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘ Aisyiyah Yogyakarta Badminton.
- Ridlo, A. F. (2015). Hubungan Antara Kordinasi Mata Tangan, Power Lengan Dan Percaya Diri Degan Keterampilan Smash Bulutangkis. *Journal Research of Physical Education*, 6(2), 223–232.
- Sari Helen Purnama, O. W. K. H. & T. H. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Atlet Pekan Olahraga Nasional Cabang Olahraga Bulu Tangkis Provinsi Sumatera Selatan. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(3), 261–265.
<https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes/article/view/15076>
- Sartika, D. (2019). *Jurnal Ilmu Sosail dan Pendidikan*. 3(3), 89–93.
- Setiawan, A., Effendi, F., & Toha, M. (2020). Akurasi Smash Forehand Bulutangkis Dikaitkan dengan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 50. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i1.949>