

Vol. 05 No. 02 Tahun 2023



Musamus Journal of Physical Education and Sport (MJPES)
<http://ejurnal.unmus.ac.id/index.php/physical>

Kualitas Servis Pendek *Forehand* dan *Smash* Pada Bulutangkis di Club PB Ramba Jaya

Didik Purwanto¹, Arief Aditya Rifandy², Rahmah³, Delvi Kristanti Lilo⁴, Christian Kungku⁵, Hendrik Mentara⁶, Tri Murtono⁷
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Tadulako, Indonesia^{1,2,3,4,5,6,7}

e-mail: didikpurwanto1283@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel:
 Diterima: 20 Mei 2023
 Disetujui: 20 Mei 2023
 Dipublikasikan: 21 Mei 2023

Keywords: *forehand, smash, bulutangkis*

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis bagaimana teknik dasar servis pendek forehand dan smash pada permainan bulutangkis di Club PB. Ramba Jaya. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Club PB. Ramba Jaya. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 atlet. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Non-probability Sampling dengan teknik Quota Sampling. Instrument yang digunakan dalam pengambilan data adalah tes servis pendek forehand dan smash pada permainan bulutangkis. Berdasarkan hasil penelitian mengenai tingkat keterampilan teknik dasar pada permainan bulutangkis di Club PB. Ramba Jaya peneliti dapat menarik kesimpulan bahwa terdapat 2 atlet yang masuk dalam kategori "Sangat Rendah" (10%). Terdapat 18 atlet yang masuk dalam kategori "Rendah" (90%). Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bulutangkis Club PB Ramba Jaya masih rendah.

Abstract

This study aims to analyze how the basic techniques of short serve forehand and smash in badminton games at Club PB. Rama Jaya. The population in this study were Club PB athletes. Rama Jaya. The sample in this study amounted to 20 athletes. The sampling technique in this study used Non-probability Sampling with the Quota Sampling technique. The instrument used in data collection is the short serve test forehand and smash in badminton games. Based on the results of research on the level of basic technical skills in badminton games at Club PB. Rama Jaya researchers can conclude that there are 2 athletes who fall into the "Very Low" category (10%). There are 18 athletes who fall into the "low" category (90%).

© 2023 Universitas Musamus Merauke

✉ Alamat korespondensi: Penjaskesrek, Universitas Tadulako, Indonesia
 E-mail: didikpurwanto1283@gmail.com

ISSN 2622-7835 (online)
 ISSN 2622-7827 (print)

PENDAHULUAN

Asal mula bulutangkis sebagai permainan sudah ada sejak zaman kuno. Saat ini, diperkirakan lebih dari 220 juta orang di seluruh dunia terlibat dalam olahraga ini baik secara rekreasi maupun profesional (Chen et al., 2017). Di beberapa wilayah dunia, terutama di negara-negara Asia, popularitasnya bahkan lebih tinggi dari sepak bola (Li et al., 2017). Bulutangkis adalah salah satu olahraga yang paling umum dilakukan di dunia dan semakin populer di seluruh dunia (Abia'n-Vice'n et al., 2021). Badminton adalah olahraga raket yang sangat populer dan diterima secara universal yang dimainkan di seluruh dunia. Menurut Federasi Bulu Tangkis Dunia, ada sekitar 150 juta orang bermain bulu tangkis di seluruh dunia, (Kang & Ramalingam, 2018). Bulutangkis adalah olahraga ketangkasan tinggi yang membutuhkan lunges, jumping, gerakan lengan yang cepat dan perubahan arah yang cepat dari berbagai posisi selama mengayunkan raket. Ini mengharuskan pemain untuk melintasi lapangan bulu tangkis ke kedua sisi dari lapangan tengah ke depan dan ke belakang untuk melakukan tembakan (Shariff et al., 2009). Sedangkan menurut (Carboch & Smocek, 2020) Bulutangkis adalah olahraga yang cepat dan dinamis melibatkan reaksi cepat, gerakan cepat dan tembakan kecepatan tinggi. Semua gerakan tersebut membutuhkan kelincahan tingkat tinggi saat melakukan fleksi dan ekstensi sendi tungkai bawah (pinggul, lutut, dan pergelangan kaki) secara cepat (Ortega-toro & Blanca-torres, 2020). Bulu tangkis adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua atau empat pemain di lapangan persegi panjang dengan jaring tinggi di tengahnya (Rusdiana et al., 2020). Gim ini dicirikan oleh berbagai aksi intens dan pola gerakan spesifik, yang terdiri dari akselerasi cepat, deselerasi, dan banyak pergeseran eksplisif dengan perubahan arah dalam jarak pendek (Huang et al., 2019). Durasi standar internasional pertandingan tunggal berkisar antara 25 hingga 110 menit, dengan durasi setiap poin bervariasi dari beberapa detik hingga beberapa menit (Deka et al., 2017).

Bulutangkis, sebagai olahraga yang cocok untuk segala usia (Zhang, 2021). Permainan bulutangkis dapat memperlancar peredaran darah, meningkatkan daya tahan tubuh, serta meningkatkan kesehatan fisik dan mental, yang banyak digandrungi oleh masyarakat (Arora et al., 2015). Selain itu, dalam olahraga kompetitif, bulu tangkis juga terus maju dan berkembang, dan penelitian terkait bulu tangkis juga dilakukan secara mendalam. Tetapi sebagian besar penelitian tentang cedera akibat olahraga dan pemulihannya (Chen et al., 2017). Fokus penelitian adalah untuk melihat kemampuan servis pendek forehand dan smash pemain Club PB Ramba Jaya

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif yaitu tentang tingkat kemampuan teknik dasar bermain bulu tangkis di PB Club Ramba Jaya. Dalam penelitian ini peneliti hanya ingin mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar permainan bulu tangkis di PB Club Ramba Jaya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan tes dan pengukuran untuk memperoleh data yang nyata.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Adapun populasi dalam penelitian ini adalah atlet di Club PB Ramba Jaya, yang berjumlah 20 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Non-probability Sampling* dengan teknik *Quota Sampling* teknik pengambilan sampel dengan jalan menetapkan lebih dulu kuota atau jumlah individu yang akan diteliti, tanpa memperhatikan siapapun yang akan diteliti (Maksum Ali, 2017).

Data yang sudah terkumpul perlu dianalisis agar dapat diambil kesimpulan. Suatu data tidak akan ada artinya jika tidak melalui proses analisis, maka dari itu analisis data merupakan langkah penting dalam suatu penelitian. Urutan menganalisis data yang diperoleh dengan cara mencatat angka atau nilai yang diperoleh berdasarkan tes yang telah dilakukan oleh masing-masing testi. Kemudian Nilai yang diperoleh dari tes servis, dan smash dikonsultasikan dengan norma penilaian yang merupakan kategori keterampilan dari masing-masing tes.

Tabel 1. Kriteria Pengkategorian

Interval Koefisiensi	Tingkat Hubungan
$M_i + 1,5 SD_i$ ke atas	Sangat Tinggi
$M_i + 0,5 SD_i$ s.d $M_i + 1,5 SD_i$	Tinggi
$M_i - 0,5 SD_i$ s.d $M_i + 0,5 SD_i$	Sedang
$M_i - 1,5 SD_i$ s.d $M_i - 0,5 SD_i$	Rendah
$M_i - 1,5 SD_i$ ke bawah	Sangat Rendah

Keterangan :

M_i : $\frac{1}{2}$ (Nilai maksimal Ideal + Nilai Minimum Ideal)

SD_i : $1/6$ (Nilai maksimal Ideal - Nilai Minimum Ideal)

Persentase terhadap masing-masing norma penilaian dengan rumus :

$f/n \times 100\%$

Keterangan :

f : frekuensi

N : jumlah subjek.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 2. Analisis yang telah dilakukan bahwa keterampilan servis pendek forehand

Jumlah Atlet	Persen (%)	Kategori
2	10	Sangat Tinggi
2	10	Tinggi
11	55	Sedang
4	20	Rendah
1	5	Sangat Rendah

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan bahwa keterampilan dasar servis pendek pada Club PB Ramba Jaya terdapat 1 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Sangat Rendah” dengan tingkat persentasi sebesar 5%. Terdapat 4 atlet yang memiliki kategori “Rendah” dengan tingkat persentasi sebesar 20%. Terdapat 11 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Sedang” dengan tingkat persentasi sebesar 55%. Terdapat 2 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Tinggi” dengan tingkat persentasi sebesar 10%. Terdapat 2 orang atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Sangat Tinggi” dengan persentasi 10%. Secara keseluruhan tingkat keterampilan servis pendek pada Club PB Ramba Jaya yang paling banyak dalam kategori “Sedang” sebanyak 11 Atlet dari 20 anggota Club

Tabel 3. Analisis yang telah dilakukan bahwa keterampilan samsh

Jumlah Atlet	Persen (%)	Kategori
1	5	Sangat Tinggi
3	15	Tinggi
13	65	Sedang
2	10	Rendah
1	5	Sangat Rendah

Berdasarkan analisis yang telah dilakukan bahwa keterampilan dasar Smash pada Club PB Ramba Jaya terdapat 1 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Sangat Rendah” dengan tingkat persentasi sebesar 5%. Terdapat 2 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Rendah” dengan tingkat persentasi sebesar 10%. Terdapat 13 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Sedang” dengan tingkat persentasi sebesar 65%. Terdapat 3 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Tinggi” dengan tingkat persentasi sebesar 15%. Terdapat 1 atlet yang memiliki tingkat keterampilan dalam kategori “Sangat Tinggi” dengan persentasi 5%. Secara keseluruhan tingkat keterampilan Smash pada Club PB Ramba Jaya yang paling banyak dalam kategori “Sedang” sebanyak 13 Atlet dari 20 anggota Club.

Bulu tangkis merupakan olahraga cepat yang melibatkan lompatan, lunges, dan perubahan arah dan akselerasi yang tidak terduga. Pergelangan kaki, lutut, dan pinggul pemain bulutangkis melewati posisi tertekuk dan diperpanjang saat bermanuver dari tengah lapangan ke kedua sisi lapangan dan ke depan dan ke belakang untuk melakukan pukulan (Reeves et al., 2015). Menurut (Yogo et al., 2013) untuk menjadi pemain bulutangkis yang baik, maka seorang atlet harus mengusai teknik dasar atau keterampilan dasar bermain bulutangkis dengan benar. Berdasarkan hasil penelitian yang mengatakan bahwa tingkat keterampilan Club PB. Ramba Jaya dalam kategori rendah perlu adanya latihan-latihan yang dapat meningkatkan kemampuan pemain dalam bermain bulutangkis, serta memperhatikan hal-hal yang menjadi faktor mengapa kemampuan dasar Club PB. Ramba Jaya masih rendah. Pemain bulu tangkis harus melakukan tiga gerakan secara berurutan (dua ke depan dan satu ke belakang lapangan bulu tangkis), kecepatan dinaikkan setiap menit melalui sinyal suara dari perintis hingga kelelahan sukarela pemain bulu tangkis (Abia'n-Vice'n et al., 2021).

Alasan lain Club PB. Ramba Jaya memiliki keterampilan teknik dasar rendah adalah keterbatasan sarana dan prasarana dalam bermain bulutangkis. Hanya ada 2 lapangan mengakibatkan latihan kurang maksimal. Selain itu penggunaan *shuttlecock* bekas dianggap kurang layak dalam program latihan juga menghambat teknik dasar siswa. Beberapa penyebab tersebut menyebabkan pencapaian terhadap prestasi di dalam pertandingan bulutangkis sulit diraih. Kondisi fisik dan teknik para pemain harus dibenahi dan ditingkatkan melalui latihan-latihan yang terprogram tanpa mengesampingkan latihan taktik dan mental. Selain itu bahwa minimnya kejuaraan antar club yang dilaksanakan di Kota Palu sehingga pemain kurang bersemangat dalam melakukan latihan.

PENUTUP

Setelah peneliti melakukan penelitian mengenai teknik dasar servis pendek *forehand* dan smash pada permainan bulutangkis di Club PB. Ramba Jaya dengan jumlah sampel 20 maka dapat disimpulkan sebagai berikut: 1) Servis Pendek *Forehand*, Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti diperoleh kesimpulan bahwasanya 1 atlet masuk dalam kategori sangat rendah (5%). 4 atlet masuk dalam kategori rendah (20%). 11 atlet masuk dalam kategori sedang (55%). 2 atlet masuk dalam kategori tinggi (10%). 2 atlet masuk dalam kategori sangat tinggi (10%). 2) Smash, berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti diperoleh kesimpulan bahwasanya 1 atlet masuk dalam kategori sangat rendah (5%). 2 atlet masuk dalam kategori rendah (10%). 13 atlet masuk dalam kategori sedang (65%). 3 atlet masuk dalam kategori tinggi (15%). 1 atlet masuk dalam kategori sangat tinggi (5%).

DAFTAR PUSTAKA

- Abia'n-Vice'n, J., Bravo-Sa'nchez, A., & Abia'n, P. (2021). AIR-BT, a new badminton-specific incremental easy-to-use test. *PLoS ONE*, 88, 1–13. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0257124>
- Arora, M., Shetty, S. H., Khedekar, R. G., & Kale, S. (2015). Over half of badminton players suffer from shoulder pain: Is impingement to blame? *Journal of Arthroscopy & Joint Surgery*, 2(1), 33–36. <https://doi.org/DOI 10.1016/j.jajs.2014.12.006>
- Carboch, J., & Smocek, P. (2020). International Journal of PHYSICAL EDUCATION , FITNESS AND SPORTS Serve and Return in Badminton : Gender Differences of Elite Badminton Players. *International Journal of PHYSICAL EDUCATION, FITNESS AND SPORTS*, 9, 44–48. doi: 10.34256%0A/ijpefs2014
- Chen, B., Mok, D., Lee, W. C. C., & Lam, G. W. K. (2017). High-intensity stepwise conditioning programme for improved exercise responses and agility performance of a badminton player with knee pain. *Physical Therapy in Sport*. *Physical Therapy in Sport: Official Journal of the Association of Chartered Physiotherapists in Sports Medicine*, 16(1), 80–85. DOI 10.1016/j.ptsp.2014.06.005
- Deka, P., Berg, K., Harder, H., & McGrath, B. M. (2017). Oxygen cost and physiological responses of recreational badminton match play. *J Sports Med Phys Fitness*, 57(6), 760–769. doi:10.23736/S0022-4707.16.06319-2%0D
- Huang, P., Liang, M., & Ren, F. (2019). Assessment of Long-Term Badminton Experience on Foot Posture Index and Plantar Pressure Distribution. *Applied Bionics and Biomechanics*, 2019. <https://doi.org/10.1155/2019/8082967%0A>
- Kang, A. L., & Ramalingam, V. (2018). Risk factors for lower extremity injuries in young badminton players Fatores de risco para lesões de extremidade inferior em jovens jogadores de badminton. *Scientia Medica*, 28(2), 1–6. <https://doi.org/Doi:10.15448/1980-6108.2018.2.28939>
- Li, S., Zhang, Z., Wan, B., Wilde, B., & Shan, G. (2017). The relevance of body positioning and its training effect on badminton smash. *J Sports Sci*, 35(4), 310–316. doi: 10.1080/02640414.2016.1164332
- Maksum Ali. (2017). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Ortega-toro, E., & Blanca-torres, J. C. (2020). *Effect of Scaling Task Constraints on the Learning Processes of Under-11 Badminton Players*. 5–7.
- Reeves, J., Hume, P. A., Gianotti, S., Wilson, B., & Ikeda, E. (2015). *A Retrospective Review from 2006 to 2011 of Lower Extremity Injuries in Badminton in New Zealand*. 337, 77–86. <https://doi.org/10.3390/sports3020077>
- Rusdiana, A., Subrajah, H., Imanudin, I., Kusdinari, Y., Syahid, M., & Kurniawan, T. (2020). Effect of Fatigue on Biomechanical Variable Changes in Overhead Badminton Jump Smash. *Ann Appl Sport Sci*, 8(4), 1–9. doi:10.29252/aassjournal.895
- Shariff, A. H., George, J., & Ramlan, A. A. (2009). Musculoskeletal injuries among Malaysian badminton players. *Journal Singapore Medicine*, 50(11), 21–23.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: PT Alfabeta.
- Yogo, H., Yogyakarta, U. N., Rachman, H. A., & Yogyakarta, U. N. (2013). Pengaruh metode latihan dan power lengan terhadap kemampuan smash bulutangkis. *October* 2020. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2346>
- Zhang, C. (2021). Characteristics of Surface Electromyography of Forehand Smash of Badminton Players. *Molecular & Cellular Biomechanics*. <https://doi.org/10.32604/mcb.2021.014352>