

**PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KETEPATAN
BACKHAND SERVICE BULUTANGKIS PESERTA EKSTRAKURIKULER
BULUTANGKIS DI SMP IT LUKMAN AL-HAKIM INTERNASIONAL**

ARTIKEL E-JOURNAL



Oleh :
Husni Ridwan Fianquri
12601241042

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016

PERSETUJUAN

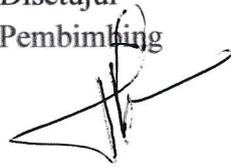
Jurnal yang berjudul “Pengaruh Permainan Target Terhadap Ketepatan *Backhand Service* Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional” ini disusun oleh Husni Ridwan Fianquri NIM. 12601241042, telah disetujui oleh pembimbing dan penguji I (*reviewer*).

Yogyakarta, 14 Juli 2016

Direview
Dosen Penguji I


Dr. Sugeng Purwanto, M. Pd.
NIP. 19650325 200501 1 002

Disetujui
Pembimbing


Drs. Amat Komari, M. Si.
NIP. 19620422 199001 1 001

PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KETEPATAN *BACKHAND SERVICE* PESERTA EKSTRAKURIKULER BULUTANGKIS DI SMP IT LUKMAN AL-HAKIM INTERNASIONAL

EFFECTS OF TARGET GAMES ON THE BACKHAND SERVICE ACCURACY ON THE PARTICIPANTS OF BADMINTON EXTRACURRICULAR IN SMP IT LUKMAN AL-HAKIM INTERNASIONAL

Oleh: Husni Ridwan Fianquri, Jurusan Pendidikan Olahraga FIK UNY husniridwan1@gmail.com,

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap ketepatan *backhand service* peserta ekstrakurikuler di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen *one group pretest-posttest design* dengan perlakuan sebanyak 12 kali. Subjek penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional sebanyak 22 siswa. Kemampuan servis diukur menggunakan instrumen kemampuan *backhand service* dalam buku James Poole (1986:24). Teknik analisis data menggunakan analisis uji t dan sebelumnya telah dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan diperoleh nilai t_{hitung} 18,585 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai rerata hasil pretest sebesar 12,82 sedangkan rerata hasil posttest naik menjadi 20,05.

Kata kunci: *backhand service*, ketepatan, permainan target

Abstract

This research aims to figure out the effect of target games to the accuracy of backhand service on the participants of badminton extracurricular in SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional. This research is an experimental research with one group pretest-posttest design with 12 times treatment. The subjects of this research are the participants of badminton extracurricular in SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional for about 22 students. Service ability is measures by instrument of backhand service ability in James Poole's book (1986:24). The data is analyzed by using t-test analysis and it is tested before for normality and homogeneity in advance. Based on the analysis of the research result and discussion, it is obtained the value of t_{count} at 18.585 with a significance value at 0.000. Mean value of pretest result is 12.82 and the mean value of posttest result is increasing up to 20.05.

Keywords: backhand service, accuracy, target games

PENDAHULUAN

Pendidikan yang diterima seseorang di sekolah merupakan bekal yang sangat berharga guna menghadapi tantangan zaman yang semakin lama mengalami perkembangan. Oleh karena itu sekolah menjadi alternatif yang utama bagi orang tua untuk mendidik seseorang agar dapat belajar dan menuntut ilmu. Di samping itu lingkungan sekolah juga ikut berperan penting untuk menentukan terbentuknya siswa yang berprestasi sesuai dengan bakat yang telah dimilikinya. Dengan demikian sudah selayaknya sekolah membuat suatu program guna meningkatkan kemampuan kognitif, afektif, dan psikomotor

agar siswa menjadi lebih berprestasi dan menjadi manusia seutuhnya.

Menurut Yudha M. Saputra (1998:5-6) sekolah seharusnya mempunyai tiga kegiatan program pendidikan, antara lain: (1) Kegiatan Intrakurikuler adalah kegiatan belajar mengajar yang dilaksanakan di dalam sekolah yang pengelolaan waktunya telah ditentukan oleh program, (2) Kegiatan Kokurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran biasa, yang bertujuan agar siswa lebih menghayati apa yang telah dipelajari pada kegiatan intrakurikuler, (3) Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di sekolah tetapi pelaksanaannya di luar jam sekolah

biasanya dengan tujuan memperluas pengetahuan siswa, antara lain mengenai hubungan antar mata pelajaran, penyaluran minat dan bakat serta pembinaan manusia seutuhnya. Berdasarkan pendapat yang telah disampaikan dapat disimpulkan bahwa ketiga kegiatan tersebut mempunyai arti dan tujuan yang hampir sama yaitu meningkatkan pengetahuan siswa, hanya saja proses dan waktu pelaksanaannya berbeda.

Dalam pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler, siswa diarahkan untuk memilih salah satu dari berbagai macam kegiatan yang diselenggarakan oleh sekolah berdasarkan minat, bakat, atau prestasi yang telah dimiliki siswa. Adapun pilihan kegiatan yang ada di SMP IT Lukman Hakim Internasional meliputi bulutangkis putra, bulutangkis putri, pramuka, bola basket putra, bola basket putri, catur, renang dan tae kwo do. Dengan demikian secara tidak langsung sekolah telah memberikan dukungan dan memfasilitasi siswa untuk mengembangkan dan menggali potensinya agar dapat berprestasi di salahsatu ekstrakurikuler tersebut seperti pramuka ataupun olahraga permainan. Di samping itu juga olahraga permainan dapat dijadikan sebagai sarana meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif, serta sportivitas melalui aktivitas jasmani.

Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis merupakan salahsatu cabang olahraga permainan yang diadakan di SMP IT Lukman Hakim Internasional. Olahraga ini merupakan salah satu cabang olahraga yang baru di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional. Minat siswa yang tinggi terhadap olahraga bulutangkis menyebabkan diselenggarakannya ekstrakurikuler bulutangkis di sekolah tersebut. Dalam pelaksanaan pembinaannya ekstrakurikuler bulutangkis di SMP IT Lukman Hakim Internasional ini merupakan salahsatu kegiatan ekstrakurikuler yang dilakukan di dalam ruangan tertutup (*Indoor*). Sehingga dalam pelaksanaan kegiatan ini tidak bergantung pada alam, karena dengan keadaan alam sedang panas ataupun hujan pembinaan ekstrakurikuler ini tetap akan berjalan sesuai dengan jadwal yang ada.

Permainan bulutangkis dilakukan dengan cara memukul *shuttlecock* di udara dengan menggunakan raket untuk bisa melewati net dengan menjatuhkan *shuttlecock* ke bidang permainan lawan. Dalam permainan ini tehnik dasar bermain harus betul-betul dikuasai untuk dapat mengembangkan bentuk permainan. Adapun keterampilan dasar olahraga bulutangkis dibagi menjadi empat bagian yaitu pegangan raket (*grip*), pukulan pertama (*service*), pukulan melampaui kepala (*overhead stroke*) dan pukulan dengan ayunan rendah (*underhand stroke*). Dari keempat keterampilan dasar di atas tentu masih banyak jenis-jenis pukulan yang lainnya, tetapi dengan keempat ketrampilan dasar tersebut apabila seseorang sudah mampu menguasainya tentunya seseorang sudah mampu bermain bulutangkis dengan baik (Poole, 2008 :16).

Salah satu teknik dasar dalam permainan bulutangkis adalah pukulan pertama (*service*). Agar bisa melakukan servis dengan akurasi yang baik tentunya tidak terlepas dari pembinaan dan latihan yang berkesinambungan dan terorganisasi dengan baik. Oleh karena itu pembinaan perlu dibiasakan sejak awal. Contoh model pembinaan untuk anak didik adalah dengan mengikuti ekstrakurikuler yang diselenggarakan sekolah.

Siswa mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di sekolah diharapkan dapat meningkatkan prestasi ketrampilannya bermain bulutangkis khususnya teknik servis. Servis merupakan teknik yang sangat penting dalam permainan bulutangkis karena merupakan awal dari permainan bulutangkis. Servis tidak hanya untuk memulai permainan tetapi juga bisa untuk menyerang. Dalam aturan permainan bulutangkis, servis merupakan modal awal untuk bisa memenangkan pertandingan. Seorang pemain yang tidak bisa melakukan servis dengan benar akan terkena *fault*. Contoh kasusnya adalah siswa belum bisa melakukan *backhand service* dan *shuttlecock* belum bisa mendekati garis serang lawan terkadang *shuttlecock* terlalu tinggi dan mudah dikembalikan oleh lawan. Hal ini yang sering terjadi, *shuttlecock* belum bisa tepat ke target yang dituju.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen *pre-test -posttest group design* yaitu eksperimen yang dilakukan hanya pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Di dalam desain ini dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum dan sesudah eksperimen. Observasi yang dilakukan sebelum eksperimen disebut *pre-test*, dan observasi sesudah eksperimen disebut *post-test* (Arikunto Suharsimi, 2001: 124). Kelompok dalam penelitian ini diberi *pretest*, *treatment*, dan *posttest*. Penelitian ini dilakukan dengan memberikan tes awal (*pre-test*) lebih dahulu, kemudian diberi perlakuan dengan permainan target (*treatment*), setelah itu diberi tes akhir (*posttest* dengan desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 1. Desain Penelitian

Keterangan :

Pre-test : Tes dilakukan sebelum subjek mendapatkan perlakuan

Treatment: Permainan Target

Post-test : Tes dilakukan setelah subjek mendapat perlakuan

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional Yogyakarta. Frekuensi ekstrakurikuler dua kali dalam seminggu dimulai pada 4 Januari 2016 sampai dengan tanggal 19 Februari 20156.

Target/Subjek Penelitian

Menurut Sugiyono (2010:81), sampel adalah bagian dari jumlah dan karakter yang dimiliki populasi tersebut. Pengambilan sampel ditunjukkan agar penelitian dapat berlangsung dengan efektif dan efisien. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling* yaitu teknik penentuan dengan pertimbangan tertentu. Kriteria sampel dalam penelitian tersebut adalah: (1) daftar hadir (keaktifan mengikuti latihan ekstrakurikuler), (2) bersedia mengikuti

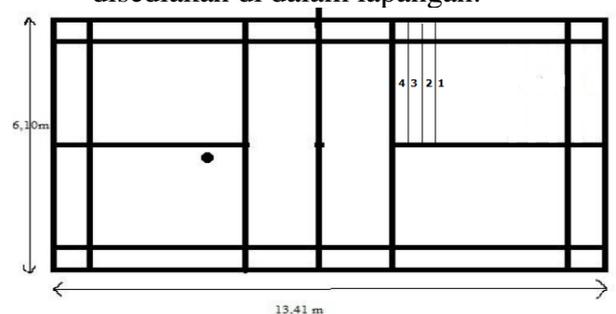
treatment, (3) siswa yang menjadi peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional (4) berjenis kelamin laki-laki. Alasan penggunaan sampel adalah keterbatasan waktu, tenaga, biaya maka jumlah sampel yang memenuhi syarat digunakan dalam penelitian ini berjumlah 22 siswa.

Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen ini menggunakan tes kemampuan *backhand service* berdasarkan buku dari James Poole (1986:24). Pertimbangan menggunakan test ini adalah test sederhana tapi menghasilkan suatu perkiraan yang cukup akurat. Pada dasarnya test ini bersifat langsung, prosedur tes adalah sebagai berikut:

1. Perlengkapan
 - a. Raket
 - b. *Shuttlecock*
 - c. Tali Pengukur
 - d. Lapangan Bulutangkis
 - e. *Stopwatch*
 - f. Formulir dan alat tulis
2. Petugas Tes sebanyak 2 orang di antaranya
 - a. Satu orang menulis hasil tes
 - b. Satunya mengawasi jalannya tes
3. Persiapan yang dilakukan testi

Testi diwajibkan untuk melakukan pemanasan terlebih dahulu sebelum mengikuti tes dengan melaksanakan peregangan statis dan dinamis yang dipimpin oleh testor.
4. Memulai tes
 - a. Seluruh testi melakukan *backhand service* sebanyak 10 kali percobaan.
 - b. Lakukan servis ke sasaran yang sudah disediakan di dalam lapangan.



Gambar 1. Lapangan bulutangkis servis pendek James Poole (1986:25)

- c. Masing-masing hasil tes yang didapat kemudian dicatat di dalam lembar pencatat skor
- d. Hasil dari tes pukulan servis pendek sebanyak 10 kali percobaan kemudian dikategorikan menurut James Poole (1986:24).

Teknik Analisis Data

Sebelum melakukan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat dengan uji normalitas untuk mengetahui apakah distribusi skor variable berkurva normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data digunakan uji *Kolmogorov Smirnov Z*. Untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data masing-masing variabel dengan melihat hasil dari signifikansi, apabila sig hitung > 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Uji prasyarat selanjutnya dengan uji homogenitas yang berfungsi untuk menunjukkan bahwa unsur-unsur sampel penelitian memang homogen (sama, sejenis) atau tidak homogen. Setelah data dinyatakan normal, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas varian. Ini dilakukan untuk menguji kesamaan beberapa sampel. Apabila hasil pengujian homogenitas tidak sama dengan keseluruhan responden penelitian (terdiri satu unsur saja, atau terdiri atas beberapa unsur), maka pengolahan data tidak bisa dilanjutkan ke dalam pengukuran pengaruh atau hubungan atau pengujian hipotesis. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji F dari data *pre-test* dan *post-test*.

Pengujian terakhir yaitu dengan uji hipotesis menggunakan metode eksperimen. Analisis data penelitian di lakukan dengan membandingkan data *pretest* dan *post-test* setelah perlakuan. Apabila nilai t_{hitung} lebih kecil dari nilai tabel maka H_0 (hipotesis 0) diterima dan jika nilai t_{hitung} lebih besar dari nilai t_{tabel} maka H_0 ditolak. Dalam penelitian ini menggunakan uji-t atau uji beda.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Data hasil *pre-test* dan *posttest* ketepatan servis pendek dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, *Pre-test*

Ketepatan Backhand Servis melalui permainan target memiliki nilai minimum 4.00, nilai maksimum 19.00, rerata 10.23, dan standar deviasi 3.975. *Post-test* Ketepatan *Backhand Service* melalui permainan target memiliki nilai minimum 16.00, nilai maksimum 25.00, rerata 20.05, dan standart deviasi 2.751.

Data hasil *pre-test* ketepatan servis pendek siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 1. Deskripsi Hasil *Pre-test* Ketepatan *Backhand service*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	9 – 10	5	22,78
2	11 – 12	7	31,82
3	13 – 14	3	13,64
4	15 – 16	4	18,18
5	17 – 18	3	13,64
JUMLAH		22	100

Deskripsi hasil *post-test* ketepatan servis pendek siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Deskripsi Hasil *Post-test* Ketepatan *Backhand service*

No	Kelas Interval	Frekuensi	Frekuensi Relatif (%)
1	16 – 17	5	22,73
2	18 – 19	5	22,73
3	20 – 21	5	22,73
4	22 – 23	4	18,18
5	24 – 25	3	13,64
JUMLAH		22	100

Berikut ini akan disajikan hasil uji normalitas yang diperoleh:

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		pretest	posttest
N		22	22
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	12,82	20,05
	Std. Deviation	2,702	2,751

Most Extreme Differences	Absolute	,164	,180
	Positive	,164	,180
	Negative	-,109	-,090
Kolmogorov-Smirnov Z		,771	,847
Asymp. Sig. (2-tailed)		,591	,471

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa semua data memiliki sig. > 0.05 , maka variabel berdistribusi normal. Karena data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan.

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan variansi, atau menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas dilakukan pada kedua kelompok data yang hendak diuji beda. Berikut hasil uji homogenitas:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian
Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
,025	1	42	,876

Dari data di atas diperoleh nilai Sig. 0.876 lebih besar dari pada 0.05 maka H_0 di terima apabila Nilai Sig. > 0.05 berarti H_0 yang menyatakan bahwa kedua kelompok tidak menunjukkan perbedaan atau memiliki variansi yang sama, sehingga dengan kata lain kedua varian homogen.

Pembahasan

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani saat ini permainan merupakan salah satu model pendekatan yang banyak digunakan sebagai pembelajaran kepada siswa, karena bermain adalah sebagian besar dari aktivitas anak. Di dalam permainan terdapat berbagai macam unsur menyenangkan, mudah, menarik dan tidak membosankan. Sehingga dengan adanya metode permainan ini diharapkan kemampuan ketepatan siswa dapat meningkat tanpa mengalami kepenatan dan kejenuhan dalam melakukan latihan. Dari alasan tersebut maka metode ini sangat disarankan untuk diterapkan pada ekstrakurikuler bulutangkis di sekolah maupun di klub bulutangkis dalam metode peningkatan ketepatan (target).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap ketepatan *backhand service* peserta ekstrakurikuler

bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim. Hasil pengujian hipotesis diperoleh hasil bahwa hipotesis diterima, yaitu ada pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *backhand service* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis. Rata-rata dari hasil pengujian hipotesis dapat dilihat bahwa *post-test* lebih besar dari *pre-test* dengan selisih 7.23. Hal ini disebabkan karena permainan target memiliki karakteristik yang hampir sama dengan ketepatan yaitu keinginan untuk memberi arah ke sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu.

Tidak dipungkiri bahwa perkembangan anak-anak tidak dapat dipisahkan dengan bermain, karena pada dasarnya anak-anak sangat menyukai bermain dalam segala hal. Hal tersebut dapat dicermati oleh peneliti ketika peneliti memberikan pembelajaran bulutangkis, sehingga membuat peneliti ingin menerapkan metode latihan yang lain dalam memberikan materi bulutangkis.

Peranan metode bermain dalam ekstrakurikuler bulutangkis adalah salah satu upaya untuk meningkatkan minat siswa terhadap ekstrakurikuler bulutangkis. Hal ini sangat penting karena dengan meningkatnya minat siswa terhadap suatu kegiatan maka secara langsung atau tidak langsung akan berakibat meningkatnya motivasi siswa untuk dapat mendapatkan hasil belajar yang optimal.

Dalam pembelajaran bulutangkis dengan permainan target atau sasaran, mampu melatih ketepatan *backhand service*. Dengan semakin tepatnya servis pendek terhadap sasaran maka diharapkan ketepatan servis pendek anak semakin bagus yang berakibat pada semakin akurat penempatan servis pendek bulutangkis yang dicapai.

Berdasarkan uraian di atas permainan target dapat dimanfaatkan sebagai alat untuk pembelajaran bulutangkis. Khususnya di sekolah menengah pertama. Penyajian pembelajaran di Sekolah Menengah Pertama perlu kreatifitas pelatih agar tujuan dapat tercapai dengan baik. Sesuai dengan tingkat perkembangan siswa di Sekolah Menengah Pertama, pembelajaran bulutangkis untuk siswa di Sekolah Menengah

Pertama dapat diberikan dalam bentuk permainan menirukan. Permainan target tersebut tersedia keterampilan untuk menghadapi tantangan yang merangsang gerak eksplosif bagi ketepatan servis dengan cara bermain dalam suasana yang mengembirakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis data dan hasil penelitian serta pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan permainan target terhadap ketepatan *backhand service* peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP IT Lukman Al-Hakim Internasional dengan nilai t_{hitung} 18,585 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,005$. Nilai rerata hasil ketepatan pukulan *backhand service* atau *pre-test* sebesar 12.82, sedangkan ketepatan *post-test* naik menjadi 20.05.

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan:

1. Bagi pihak sekolah, agar memberikan dan mendukung peserta ekstrakurikuler bulutangkis dengan memberikan fasilitas lebih khususnya lapangan bulutangkis *indoor* supaya siswa dapat mengembangkan kemampuan dan bakat-bakatnya dengan baik.

2. Bagi siswa, agar lebih bersemangat dan termotivasi karena adanya metode permainan target ini dapat meningkatkan kemampuan ketepatan *backhand service*.
3. Bagi Pelatih, agar meningkatkan kreativitas melatihnya menggunakan metode lain untuk meningkatkan tehnik lainnya.
4. Bagi peneliti selanjutnya lebih mendalami dan menambah dengan variabel dan permainan lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto Suharismi. (2001). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Poole, James, (1986). *Belajar Bulutangkis*. Bandung: CV. Pioner Jaya
- Sugiyono. (2009). *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Yudha. M. Saputra. (1998). *Pengembangan Kegiatan Ko- dan Ekstrakurikuler*, Yogyakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.