

## PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KETEPATAN SERVIS *FOREHAND* PANJANG DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS PADA PEMAIN USIA 12-15 TAHUN DI SEKOLAH BULUTANGKIS GIWANGAN YOGYAKARTA

Oleh: Khalis Agung Sadewa, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, [khalissadewa@yahoo.com](mailto:khalissadewa@yahoo.com)

### Abstrak

Penelitian ini dilatarbelakangi pukulan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun yang relatif kurang akurat serta belum adanya program latihan yang bermaterikan servis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap ketepatan pukulan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen *one group pretest-posttest design* dengan perlakuan (*treatment*) sebanyak 12 kali pertemuan. Populasi penelitian ini adalah pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan sebanyak 10 pemain. Tes ketepatan pukulan servis *forehand* panjang menggunakan instrumen tes ketrampilan *Long Serve Test* Scott-Fox oleh Amat Komari (1988:34-36) dengan validitas 0,54 dan reabilitas 0,77. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji-*t*, yaitu dengan membandingkan hasil *pretest* dengan hasil *posttest* pada kelompok eksperimen dan sebelumnya telah diuji normalitas dan homogenitas terlebih dahulu. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan diperoleh nilai  $t_{hitung}$  7,380 dengan nilai signifikansi sebesar  $0.000 < 0.005$ . Nilai rerata hasil ketepatan pukulan servis *forehand* panjang awal atau *pretest* sebesar 48,00, sedangkan ketepatan *posttest* naik menjadi 56,90. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  diterima, artinya ada pengaruh permainan target terhadap ketepatan servis *forehand* panjang pada pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan Yogyakarta.

**Kata Kunci :** Ketepatan, Servis Forehand Panjang, Permainan Target.

### Abstract

The research is based on players aged 12 to 15 years old's long forehand serve which is relatively less than accurate and there's no serve exercise program. This research aims to determine the influence of target game towards the accuracy of long forehand serve of players aged 12 to 15 years old at Giwangan Badminton School Yogyakarta. This research is one group pretest-posttest design experiment with 12 treatment sessions. The population of this research are 10 players aged 12 to 15 years old at Giwangan Badminton School Yogyakarta. This accuracy of long forehand serve tests using Long Serve Test Scott-Fox methods by Amat Komari (1988:34-36) with the validity 0,54 and the reliability 0,77. Data analysis techniques in this research using t-test, by comparing pretest results with posttest results in the experimental group, which has previously been tested about their normality and homogeneity. Based on the results of the analysis research, obtained  $t_{hitung}$  value 7,380 with significance value  $0.000 < 0.005$ . The average accuracy value of long forehand serve pretest is 48,00, while posttest accuracy rising to 56,90. It can be concluded that there's an influence of target game towards the accuracy of long forehand serve of players aged 12 to 15 years old at Giwangan Badminton School Yogyakarta.

**Keywords :** Accuracy, Long Forehand Serve, Target Game

### PENDAHULUAN

Permainan bulutangkis sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat Indonesia. Tidak hanya sebagai sarana hiburan, tetapi

permainan bulutangkis dapat dijadikan sarana prestasi. Berbagai kejuaraan bulutangkis rutin diadakan, mulai dari kejuaraan di tingkat RT, RW, Desa,

Provinsi sampai kejuaraan tingkat nasional.

Pencapaian prestasi bulutangkis dapat optimal jika latihan dilakukan sejak usia dini. Adanya waktu yang terprogram dan kesempatan berlatih yang lebih banyak, maka diharapkan anak-anak tersebut tumbuh menjadi pemain bulutangkis yang baik dan handal. Salah satu faktor yang dapat mengoptimalkan pencapaian prestasi dalam bulutangkis yakni dengan dibentuknya perkumpulan bulutangkis usia dini.

Diantara teknik-teknik pukulan dalam permainan bulutangkis, dalam penelitian ini, peneliti menemukan salah satu jenis teknik sebagai kajian utama penelitian, yaitu teknik pukulan, dalam hal ini adalah pukulan servis *forehand* panjang. Teknik pukulan menurut Tohar (1992:40) adalah “cara-cara melakukan pukulan pada permainan bulutangkis dengan tujuan menerbangkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lawan”.

Di Sekolah Bulutangkis Giwangan Yogyakarta, pemain usia 12-15 tahun cenderung lebih diarahkan untuk menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan bulutangkis, salah satunya adalah servis *forehand* panjang. Servis ini membutuhkan tenaga yang

lebih banyak dan kuat daripada teknik servis lainnya. Keuntungan dari servis *forehand* panjang ini adalah dapat membuat lawan mengeluarkan lebih banyak tenaga dan membuat lawan *out of position* sehingga lebih mudah mengarahkan *shuttlecock* ke bidang lawan yang kosong. Oleh karena itu, ketepatan pemain dalam melakukan servis *forehand* panjang harus ditingkatkan dan dikembangkan secara maksimal. Rata-rata servis yang dilakukan pemain masih tanggung atau menyamping. Akan tetapi, belum dilaksanakan latihan khusus untuk mengembangkan ketepatan teknik servis *forehand* panjang.

Untuk mengatasi masalah yang dibahas di atas dengan tujuan agar kemampuan pemain usia 12-15 tahun ini semakin meningkat, khususnya dalam teknik ketepatan servis *forehand* panjang, maka terobosan yang dilakukan adalah dengan menerapkan salah satu jenis permainan, yaitu permainan target. Oleh sebab itu, untuk menguji dan membuktikan dengan penelitian, sehingga judul yang dipilih adalah “Pengaruh Permainan Target Terhadap Ketepatan Servis *Forehand* Panjang dalam Permainan Bulutangkis pada Pemain Usia 12-15 Tahun di

Sekolah Bulutangkis Giwangan Yogyakarta”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen dengan bentuk rancangan *one-group pretest-posttest design* yang digambarkan sebagai berikut. Penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalkan. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one pretest-posttest group* (Suharsimi Arikunto, 2010:124).

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 2 Januari 2016 sampai dengan 1 Februari 2016 di GOR DM Giwangan. *Treatment* dilaksanakan tiga kali per minggu yaitu senin, jumat, dan sabtu dengan waktu tatap muka 60 menit. Dalam waktu 60 menit terbagi dalam beberapa tahap latihan selama 12 kali pertemuan ditambah 2 kali pertemuan digunakan untuk pelaksanaan *pretest* dan *posttest*.

### **POPULASI-SAMPEL PENELITIAN**

Subyek pada penelitian ini adalah pemain usia 12-15 tahun dari Sekolah Bulutangkis Giwangan

Yogyakarta. Penelitian dilaksanakan selama 1 bulan. Pengambilan data dilaksanakan di lapangan indoor DM Giwangan. Berdasarkan keterangan di atas bahwa subyek dibatasi sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat-sifat sama, maka subyek yang digunakan dalam penelitian ini memenuhi persyaratan karena memiliki sifat-sifat yang sama sebagai berikut :

- a. Sama-sama pemain bulutangkis di Sekolah Bulutangkis Giwangan Yogyakarta.
- b. Sama-sama berusia 12-15 tahun.

### **Prosedur**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen *one group pretest-posttest design* dengan perlakuan (*treatment*) sebanyak 12 kali pertemuan. Populasi penelitian ini adalah pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan sebanyak 10 pemain. Tes ketepatan pukulan servis *forehand* panjang menggunakan instrumen tes ketrampilan *Long Serve Test* Scott-Fox oleh Amat Komari (1988:34-36) dengan validitas 0,54 dan reabilitas 0,77.

### **Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data**

Dalam penelitian ini instrumen yang digunakan adalah tes ketrampilan *Long Service* atau servis panjang. Tes ini diadopsi dari Skripsi (Amat Komari, 1988). Oleh sebab itu untuk mendukung keberhasilan dalam suatu penelitian instrumen harus dirancang sedemikian rupa sehingga mampu menghasilkan data yang sesuai dengan apa yang diharapkan. Adapun prosedur tes servis *forehand* panjang sebagai berikut :

- a. Tujuan : Untuk mengetahui kemampuan siswa dalam ketepatan servis panjang.
- b. Peralatan yang digunakan : (1) raket, (2) *Shuttlecock*, (3) Net, (4) Pita sepanjang net dengan lebar minimal 5 cm dan direntangkan sejajar dengan net berjarak 14 *feet* atau 4,27 m dari net dengan tinggi 8 *feet* dari lantai, dan (5) alat tulis.
- c. Pelaksanaan tes : (1) testi berdiri di area servis, (2) *Shuttlecock* yang dipukul harus melewati tali atau di atas tali dengan cara servis yang sah ke arah sasaran, (3) melakukan servis.

Tiap-tiap bagian dilakukan sebanyak 8 kali.

### **Teknik Analisis Data**

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis *Uji-t* (*t-test*). Untuk mendapatkan hasil yang baik perlu dilakukan pengujian normalitas. Disamping normal juga harus homogen. Sampel-sampel yang berasal dari satu populasi dan diperkirakan sama, belum tentu demikian keadaannya. Apabila dua atau lebih sampel diperiksa dengan teknik tertentu dan ternyata homogen, makadapat dikatakan bahwa sampel-sampel itu berawal dari populasi yang sama (Suharsimi Arikunto, 2010: 357). Maka untuk menguji keabsahan sampel perlu dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas.

#### **a. Uji Normalitas**

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah distribusi skor variabel berkurva normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data digunakan uji Kolmogorov Smirnov Z dengan bantuan seri program statistik (SPSS) edisi 16 for windows. Untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data masing-masing variabel dengan melihat hasil dari signifikasi, apabila sig hitung > 0,05, maka data dinyatakan berdistribusi normal

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan antar kelompok data. Uji homogenitas dilakukan dengan uji F dengan bantuan SPSS. Uji Homogenitas dimaksud dengan membagi varians yang terbesar dengan varians yang terkecil yang diperoleh

c. Uji-t

Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis *Paired Sample t-test* dengan bantuan SPSS. Untuk menguji efektivitas atau *testing* signifikasinya menurut Suharsimi Arikunto (2010: 125) menggunakan *t-test* dengan rumus:

$$t = \frac{|Md|}{\sqrt{\frac{\sum x^2 d}{N(N-1)}}$$

Keterangan :

Md = Mean dari deviasi (d) antara *posttest* dan *pretest*

Xd = Jumlah perbedaan kuadrat setiap pasangan

N = Banyaknya subjek

**Hasil Penelitian dan Pembahasan**

Deskripsi data penelitian berfungsi untuk mempermudah penelitian yang telah dilakukan. Deskripsi data penelitian meliputi data *pretest* dan *posttest* dari eksperimen yang dilakukan.

Tabel 1. Data *Pretest* dan *Posttest*.

Subyek	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Subyek	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
X1	50	66	X6	46	56
X2	54	68	X7	52	60
X3	43	49	X8	55	62
X4	39	43	X9	35	40
X5	52	62	X10	54	63

*Pretest* Pengaruh Permainan Target Terhadap Ketepatan Servis *Forehand* Panjang memiliki nilai minimum 35.00, nilai maksimum 55.00, rerata 48.00, median 51.00, modus 52.00, dan standar deviasi 6.96. *Posttest* Pengaruh Permainan Target Terhadap Ketepatan Servis *Forehand* Panjang memiliki nilai minimum 40.00, nilai maksimum 68.00, rerata 56.90, median 61.00, modus 62.00, dan standar deviasi 9.70.

Tabel 2. Data Perbandingan *pretest* dan *posttest*.

Subyek	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
Mean	48.00	56.90
Median	51.00	61.00
Mode	52.00	62.00
Std. Dev	6.96	9.70
Min.	35.00	40.00
Max.	54.00	68.00

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen yang bertujuan

untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap ketepatan pukulan servis *forehand* panjang pemain bulutangkis usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan. Hasil *posttest* pada penelitian ini tidak menunjukkan adanya penurunan dari hasil *pretest* yang telah dilakukan. Hasil *pretest* dan *posttest* ketepatan ketepatan servis *forehand* panjang dideskripsikan sebagai berikut:

a. Data hasil *pretest* dan *posttest*

Hasil penelitian tersebut dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, untuk hasil *pretest* nilai minimum = 35, nilai maksimal = 55, rata-rata (*mean*) = 48.00, dengan simpangan baku (*std. Deviation*) = 6.96. Sedangkan untuk hasil *posttest* nilai minimum = 40, nilai maksimal = 68, rata-rata (*mean*) = 56.90, dengan simpangan baku (*std. Deviation*) = 9.70. Hasil dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik.

Statistik	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>
<i>N</i>	10	10
<i>Mean</i>	48	56,90
<i>Median</i>	51	61
<i>SD</i>	6,96	9,70

<i>Minimum</i>	35	40
<i>Maximum</i>	55	68

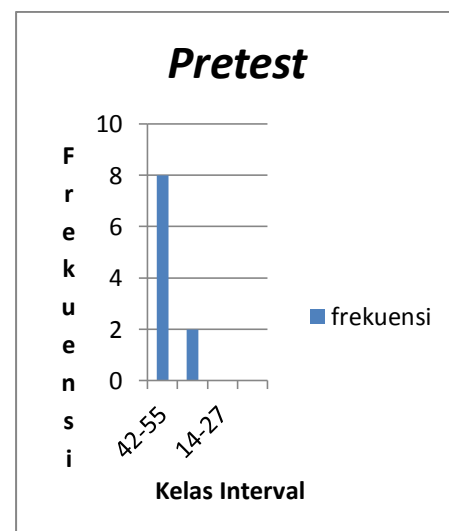
1. Data Hasil *Pretest*

Deskripsi hasil *pretest* ketepatan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan Yogyakarta juga dapat disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Deskripsi Hasil *Pretest*

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
42 – 55	8	80 %
28 – 41	2	20 %
14 – 27	0	0 %
0 - 13	0	0 %

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar histogram yang diperoleh:



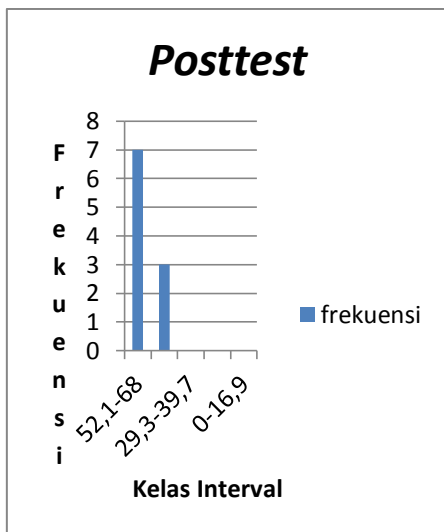
2. Data Hasil *Posttest*

Deskripsi hasil *posttest* ketepatan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan Yogyakarta juga dapat disajikan dalam distribusi frekuensi. Deskripsi hasil tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Deskripsi Hasil *Posttest*

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase
52,1 – 68	7	70 %
40,7 – 51,1	3	30 %
29,3 – 39,7	0	0 %
17,9 – 28,3	0	0 %
0 – 16,9	0	0 %

Apabila digambarkan dalam bentuk histogram, berikut gambar histogram yang diperoleh:



b. Uji prasyarat

Sebelum dilakukan analisis data, akan dilakukan uji prasyarat analisis data yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Hasil uji prasyarat analisis disajikan berikut ini:

1. Uji Normalitas

Uji normalitas diujikan pada masing-masing data penelitian yaitu data *pretest* dan *posttest*. Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov Z dengan program SPSS 16. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Berikut ini akan disajikan hasil uji normalitas yang diperoleh:

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian.

		<i>Tests of Normality</i>					
V	A	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
		Statis	df	Sig.	Statis	df	Sig.
0	0						
0	0						
1							
PRET	1	.217	10	.199	.880	10	.129
POST	1	.225	10	.162	.890	10	.168

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

## 2. Uji Homogenitas

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 7. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data Penelitian.

df	F	Sig.
9	11.986	.220

Dari data di atas diperoleh nilai Sig. 0.67 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 varian yang sama, sehingga dengan kata lain kedua varian homogen.

## Pembahasan

Permainan merupakan model pendekatan dalam pembelajaran yang banyak digunakan sebagai pembelajaran

kepada siswa dalam pendidikan jasmani saat ini. Hal ini didasari oleh karakteristik anak yang sebagian besar aktivitas jasmani adalah bermain. Dalam bermain terdapat unsur menyenangkan, mudah, menarik, sederhana, dan dilakukan secara sukarela. Sehingga dengan cara berulang-ulang metode ini diharapkan secara tidak sadar siswa akan mengalami peningkatan ketepatan tanpa mengalami kejenuhan dan kepenatan dalam menjalani latihan. Dari alasan di atas, metode ini sangat tepat dan disarankan untuk diterapkan pada sekolah bulutangkis usia dini maupun di klub bulutangkis dalam metode peningkatan ketepatan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan Yogyakarta. Hasil pengujian hipotesis diperoleh hasil bahwa hipotesis diterima, yaitu ada pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun. *Mean* dari hasil pengujian hipotesis dapat dilihat bahwa *pretest* lebih besar daripada *posttest* dengan selisih 8,90.



Hal ini disebabkan karena permainan target memiliki karakteristik yang hampir sama dengan ketepatan yaitu keinginan untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu. Adapun urutan kegiatan yang harus dilakukan sehingga akhirnya dapat ditarik kesimpulan adalah: (1) diadakan *pretest* dengan tujuan supaya ketepatan pukulan servis *forehand* panjang awal pemain diketahui, (2) pemberian *treatment* permainan target sebanyak 12 kali pertemuan dengan frekuensi 4 kali dalam satu minggu, (3) diadakannya *posttest* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan ketepatan pukulan servis *forehand* panjang terhadap subjek yang diberi perlakuan.

Berdasarkan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji-*t*, dapat diketahui bahwa  $t_{hitung} 7,380$  dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000$ . Dari hasil uji-*t* nilai Sig yang diperoleh adalah  $0,000 < 0,005$ , maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya permainan target dapat meningkatkan ketepatan pukulan servis *forehand* panjang pemain usia 12-15 tahun di sekolah bulutangkis Giwangan Yogyakarta.

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **SIMPULAN**

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa Ada Peningkatan Ketepatan Servis *Forehand* Panjang Melalui Permainan Target pada Pemain Usia 12-15 tahun di Sekolah Bulutangkis Giwangan, Yogyakarta dengan nilai  $t_{hitung} 7,380$  dengan nilai signifikansi sebesar  $0,000 < 0,005$ . Nilai rerata hasil ketepatan pukulan servis *forehand* panjang awal atau *pretest* sebesar 48,00 sedangkan ketepatan *posttest* naik menjadi 56,90.

#### **SARAN**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi pemain usia 12-15 tahun agar menggunakan permainan target terhadap peningkatan servis *forehand* panjang.
2. Bagi pelatih agar meningkatkan kreativitas latihan untuk servis *forehand* panjang dengan metode yang bervariasi.
3. Bagi peneliti selanjutnya supaya memperhatikan hal-hal yang ada dalam keterbatasan penelitian ini.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Amat Komari. (1988). Hubungan Antara Tinggi Badan, Kelentukan, Kelincahan Dan Kecepatan Dengan Kecakapan Bermain Bulutangkis. *Skripsi*. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Tohar. (1992). *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Jakarta: Depdikbud.