

PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN PUKULAN SMASH SISWA DI SEKOLAH BULUTANGKIS MANUNGGAL BANTUL YOGYAKARTA

THE INFLUENCE OF TARGET GAMES TOWARDS STUDENTS' SMASH ACCURACY AT MANUNGGAL BADMINTON SCHOOL BANTUL YOGYAKARTA

Oleh : Ramadhan Sidik

Email : sidikbernabeu@yahoo.com

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi ketepatan pukulan *smash* siswa di Sekolah Bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta yang relatif kurang akurat karena metode latihan yang diberikan sangat monoton dan tidak menarik sehingga tidak ada antusiasme siswa dalam proses latihan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di Sekolah Bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen one group pretest-posttest design dengan perlakuan sebanyak 12 kali. Subjek penelitian ini adalah siswa di Sekolah Bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta sebanyak 20 siswa. Tes ketepatan pukulan *smash* diukur menggunakan instrumen kemampuan ketepatan pukulan *smash* oleh Saleh Anasir (2010: 28) dengan validitas 0,926 dari *criterion round robin tournament* dan reabilitas 0,97 dari *test-retest*. Teknik analisis data menggunakan analisis Uji t dan sebelumnya telah diuji normalitas dan homogenitas terlebih dahulu. Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan diperoleh nilai t hitung 6.498 dengan nilai signifikansi sebesar $0.000 < 0.005$. Nilai rerata hasil ketepatan pukulan *smash* awal atau pre-test sebesar 29,00 sedangkan ketepatan posttest naik menjadi 35,00.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di Sekolah Bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta.

Kata kunci: Permainan Target, Ketepatan, *Smash*, Bulutangkis

Abstract

This research was based on the students' smash at Manunggal Badminton School, Bantul, Yogyakarta which was relatively less accurate because the method was very monotonous and unappealing so that students were lack of enthusiasm. This research aimed to know the influence of of target games towards students' smash accuracy at Manunggal Badminton School, Bantul, Yogyakarta.

This research was an experimental research in form of one group pretest-posttest design which was carried out in 12 treatments. The subjects of this research were 20 students of Manunggal Badminton School, Bantul, Yogyakarta. The smash accuracy was measured by using smash accuracy measurement instrument constructed by Saleh Anasir (2010: 28). The validity value obtained from criterion round robin tournament of this instrument was 0.926, whereas the reliability value from the test-retest was 0.97. The data were analysed by using t-test analysis after the normality and homogeneity test of the data had been performed. Based on the research results analysis and explanation, the obtained t_{count} value was 6.498, while the significance value was $0.000 < 0.005$. The students' initial average of smash accuracy score or pretest was 29.00, whereas the posttest score of students' smash accuracy increased to 35.00 afterwards.

The aforementioned findings indicated that the hypothesis of the research was accepted. The conclusion of this research was that the target games significantly affected students' smash accuracy at Manunggal Badminton School, Bantul, Yogyakarta

Keywords: target games, accuracy, smash, badminton

PENDAHULUAN

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dan digemari oleh masyarakat Indonesia, mulai dari anak-anak sampai orang tua. Bulutangkis olahraga yang paling sering menyumbangkan emas di pentas olimpiade, karena itu olahraga bulutangkis menyebar dipelosok daerah-daerah Indonesia.

Bulutangkis adalah suatu olahraga permainan net memakai raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang berhadapan. Bulutangkis dimainkan dengan pemain di satu sisi bertujuan memukul bola permainan (kok atau shuttlecock) melewati net agar jatuh di bidang permainan lawan. Tujuan permainan bulutangkis adalah untuk memukul sebuah kok menggunakan raket, melewati net ke wilayah lawan di seputar batasan bidang tertanda sebelum pemain atau pasangan lawan bisa memukulnya balik.

Pukulan *smash* menjadi ujung tombak untuk mendapatkan poin, karena pukulan *smash* merupakan pukulan keras dan tajam yang dilakukan pemain bulutangkis untuk membangun pola penyerangan. Pukulan *smash* tidak sembarang keras dan tajam saja, namun perlu juga memerlukan ketepatan agar lawan semakin sulit mengembalikan *shuttlecock*. Selain gerakan yang relatif cepat dan benar, pemain dituntut untuk fokus terhadap sasaran. Hal ini yang dirasa tidak mudah dilakukan untuk pemain pemula. Untuk itu perlu di butuhkan latihan yang cukup banyak untuk membiasakan gerakan kaki, tangan dan ketepatan hasil pukulan ke area lawan.

Latihan ketepatan pukulan smash sudah biasa dilakukan dengan metode latihan *drill*, namun selain dengan metode *drill* juga dapat dilakukan dengan sebuah latihan yang mungkin masih belum familiar dilakukan di sekolah-sekolah, latihan yang dapat dilakukan yaitu permainan target.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan di lapangan, pengajaran bulutangkis di sekolah bulutangkis manunggal masih monoton, hal ini di tunjukan dengan seringnya siswa di berikan latihan *drill* saja, sehingga

latihan kurang bervariasi menjadikan kurangnya motivasi siswa peserta sekolah bulutangkis Manunggal. Kenyataan tersebut dapat dilihat dari antusias siswa menyikapi materi latihan sangat rendah sehingga menyebabkan siswa bosan. Apabila pembina sekolah bulutangkis dapat memvariasi metode latihan dengan sebuah permainan, kemungkinan siswa akan lebih tertarik dan termotivasi untuk bergerak aktif. Metode latihan yang sesuai dengan kondisi siswa di sekolah bulutangkis Manunggal adalah permainan target karena permainan target adalah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik.

Penulis ingin menguji dan membuktikan dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Permainan Target Terhadap Peningkatan Ketepatan Pukulan *Smash* Siswa di Sekolah Bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta” yang diharapkan akan mengatasi masalah yang dibahas di atas dengan tujuan agar siswa peserta sekolah bulutangkis ini semakin meningkat keterampilan bermain bulutangkis, khususnya ketepatan pukulan smash.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain pre-eksperimental dengan bentuk *eksperimen pretest-posttest group design* yaitu *eksperimen* yang dilakukan hanya pada satu kelompok saja tanpa kelompok pembanding. Metode penelitian *eksperimen* adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan (Sugiyono, 2010:107).

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta. Bertempat di Jl. P Senopati No. 6 Palbapang

Bantul. Penelitian dilakukan pada 9 Januari sampai 7 Februari 2017.

Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa peserta sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta yang berjumlah 50 siswa dan diambil sampel sebanyak 20 siswa dengan teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*.

Desain Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini yaitu,

1. Permainan target

Permainan target adalah suatu bentuk permainan akurasi penyampaian objek pada sasaran tertentu yang disusun dengan nilai-nilai bermain dan dilakukan selama 12 kali pertemuan serta telah dimodifikasi sesuai dengan tujuan meningkatkan ketepatan pukulan *smash* dalam bulutangkis.

2. Ketepatan *smash*

Ketepatan *smash* adalah ketepatan hasil pukulan *smash* oleh siswa setelah melakukan pukulan *smash* sebanyak 20 kali percobaan dengan menggunakan instrumen tes ketepatan pukulan *smash* oleh Saleh Anasir (2010: 26-28). Jatuhnya *shuttlecock* pada sasaran yang akan menjadi pedoman hasil tes.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan tes pukulan *smash*. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data pre-test ketepatan pukulan *smash* sebelum selesai diberikan perlakuan dan data protest setelah sampel diberi perlakuan dengan menggunakan latihan permainan target.

2. Instrumen

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes memukul *shuttlecock* dengan keras dan tajam (*smash*) ke sasaran pada lapangan permainan bulutangkis yang sudah ditandai dan diberi nomor pada garis di tepi lapangan bulutangkis. Tes kemampuan ketepatan pukulan *smash* bulutangkis yang diukur menggunakan instrument dalam penelitian Saleh Anasir (2010 : 26-28) yang berjudul Hubungan antara ketepatan *Smash*

Penuh dan Kemampuan Bermain Bulutangkis pada siswa kelas atas SD Puri Nitikan, dengan validitas 0,926 dari kreiteria round robin tournament dan reabilitas 0.97 dari test-retest.

Teknik analisis data

Teknik analisis data pada penelitian ini menggunakan pengujian hipotesis, maka perlu dilakukan uji prasyarat. Untuk itu dalam penelitian ini akan diuji normalitas dan homogenitas untuk uji prasyarat sedangkan untuk pengujian hipotesis peneliti menggunakan analisis data penelitian dilakukan dengan membandingkan data *pretest* dan *posttest* setelah perlakuan. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari nilai tabel maka H_0 diterima dan jika nilai t hitung lebih besar dari t tabel maka H_0 ditolak. Dalam penelitian ini uji-t menggunakan SPSS 20.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan analisis statistik deskriptif sebagai berikut, untuk hasil *pretest* nilai minimal = 19, nilai maksimal = 42, rata-rata (mean) = 29.00, dengan simpangan baku (std. Deviaton) = 6.489. Sedangkan untuk hasil *posttest* nilai minimal = 28, nilai maksimal 48, rata-rata (mean) = 35.00, dengan simpangan baku (std. Deviaton) = 5.078.

Tabel 1. Deskriptif Statistik Ketepatan *Smash*

Statistik	Pretest	Posttest
N	20	20
Mean	29.00	35.00
Median	28.00	35.00
Mode	22 ^a	32 ^a
SD	6.489	5.078
Minimum	19	28
Maximal	42	48

1. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas diujukan pada masing-masing data penelitian yaitu *pretest* dan *posttest*. Uji normalitas dilakukan menggunakan rumus Kolmogorov-Smirnov Z dengan

program SPSS 20. Data dikatakan berdistribusi normal apabila nilai signifikansi yang diperoleh lebih besar dari 0,05. Berikut ini akan disajikan hasil uji normalitas yang diperoleh.

Dari data yang didapat bahwa semua data memiliki nilai p (sig.) $>$ 0.05, maka variable berdistribusi normal. Karena data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan.

Tabel 2. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data Penelitian

Kel	P	Sig	Ket
Pretest	0.577	0.05	Normal
Posttest	0.549	0.05	Normal

b. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan variansi, atau menguji bahwa data yang diperoleh berasal dari populasi yang homogeny. Uji homogenitas dilakukan pada kedua kelompok data yang hendak diuji beda. Uji homogenitas dalam penelitian ini menggunakan *Levene Statistic*. Kriteria pengambilan keputusan diterima apabila nilai $p >$ 0,05. Berikut hasil uji homogenitas yang diperoleh:

Tabel 3. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas

Levene Statistic	df 1	df 2	Sig.
.220	3	16	.881

Dari tabel di atas dapat dilihat nilai pretest sig.p 0.881 $>$ 0.05 sehingga data bersifat homogen. Oleh karena itu semua data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik.

2. Uji Hipotesis (uji-t)

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah “ada pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta”. Apabila hasil analisis

menunjukkan perbedaan yang signifikan, maka permainan target tersebut memberikan pengaruh terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta. Berikut hasil analisis diperoleh data sebagai berikut:

Tabel 4. Rangkuman Hasil Uji t

Kel	Mean	t hitung	df	Sig	Ket
Pretest	29.00	6.4	1	0.0	Signifikan
Posttest	35.00	98	9	00	

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh nilai t hitung sebesar 6.498 dengan nilai signifikansi 0.000. Ternyata hasil perhitungan nilai Sig yang diperoleh $0,000 <$ 0,05. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima dan H_a ditolak. Dapat ditarik kesimpulan bahwa hipotesis diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan permainan target terhadap ketepatan pukulan *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta.

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 ekstrakurikuler bulutangkis maupun di sekolah bulutangkis dalam metode peningkatan ketepatan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash*

siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta. Hasil pengujian hipotesis diperoleh hasil bahwa hipotesis diterima, yaitu ada pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta. *Mean* dari hasil pengujian hipotesis dapat dilihat bahwa *pre-test* lebih kecil daripada *post-test* dengan selisih 6,00. 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 *pre-test* dengan tujuan supaya ketepatan pukulan *smash* awal siswa diketahui, (2) pemberian *treatment* permainan target sebanyak 12 kali pertemuan dengan frekuensi 3 kali dalam satu minggu, (3) diadakannya *post-test* yang bertujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya peningkatan ketepatan pukulan *smash* terhadap subjek yang diberi perlakuan.

Berdasarkan pengujian hipotesis dengan menggunakan uji t, dapat diketahui bahwa t hitung 6.498 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 *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa: ada pengaruh yang signifikan permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta dengan nilai t hitung 6.498 dengan nilai signifikansi sebesar $0,000 < 0,005$. Nilai rerata hasil ketepatan pukulan *smash* awal atau *pre-test* sebesar 29,00 sedangkan ketepatan *post-test* naik menjadi 35,00.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh permainan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *smash* siswa di sekolah bulutangkis Manunggal Bantul Yogyakarta

diatas, maka terdapat beberapa saran yang bisa disampaikan oleh peneliti yaitu:

1. Bagi siswa yang masih mempunyai ketepatan pukulan *smash* kurang, dapat dilatih dan ditingkatkan dengan cara berlatih secara kontinyu, salah satunya menggunakan latihan permainan target.
2. Bagi guru atau pelatih agar selalu memperhatikan kemampuan anak dalam teknik dasar bulutangkis dengan memberikan pembelajaran dengan berbagai metode latihan yang efektif, yaitu metode latihan permainan target, dengan harapan siswa mempunyai ketepatan pukulan *smash* yang baik.
3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya melakukan penelitian dengan sampel dan populasi yang lebih luas, sehingga ketepatan pukulan *smash* siswa bulutangkis dapat teridentifikasi lebih luas lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amat Komari. (2008). *Jendela Bulutangkis*. Yogyakarta: FIK UNY
- Djoko Pekik Irianto. (2002). *Dasar Keplatihan*. Yogyakarta: Lukman Offset
- Saleh Anasir (2010). *Hubungan Antara Ketepatan Pukulan Smash Penuh dan Kemampuan Bermain Bulutangkis pada Siswa kelas IV, V, VI, SD Piri Nitikan Yogyakarta*. Skripsi: FIK UNY
- Sugiono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D)*. Bandung: Alfabeta
- Yonex Frasto Wibowo. (2013). *Pengaruh Bermain Lempas Shuttlecock Terhadap Kemampuan Smash Putra Usia 11-15 Tahun di Sekolah Bulutangkis Garuda Jaya Purworejo*. Skripsi: FIK UNY