

Ketepatan Pukulan *Smash* Dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Di MTsN 3 Aceh Barat

Putra Fahlevi Mustika¹, Junaidi², Aldiansyah Akbar³

Putra Fahlevi Mustika, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

putrafahlevi@gmail.com

Junaidi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

junaidiusm84@gmail.com

Aldiansyah Akbar, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

aldiansyah.akbar@gmail.com

Abstrak

Penelitian bertujuan untuk mengetahui ketepatan pukulan smash dalam permainan bulutangkis peserta Ekstrakurikuler di MTsN 3 Aceh Barat. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat yang berjumlah 17 siswa dan digunakan sebagai sampel penelitian, sehingga disebut penelitian populasi atau total sampling. Teknik pengumpulan data berupa tes ketepatan smash yang menjadi subjek dalam penelitian. Penelitian ini menggunakan teknik analisis statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ketepatan pukulan smash siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis putra di MTsN 3 Aceh Barat berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,77% (2 siswa), “kurang” sebesar 5,88% (1 siswa), “cukup” sebesar 41,18% (75 siswa), “baik” sebesar 35,29% (6 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,88% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 5,00, ketepatan pukulan smash siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat masuk dalam kategori “cukup”.

Kata Kunci: Ketepatan Pukulan *Smash*, Permainan Bulutangkis

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pendidikan Jasmani adalah kegiatan yang menunjang atau menjadi media bagi pembelajaran, dapat diartikan juga pendidikan merupakan proses untuk mengembangkan kemampuan sikap rohaniah baik dari aspek mental, intelektual bahkan spiritual. Pendidikan merupakan proses pembelajaran melalui kegiatankegiatan yang bermanfaat untuk meningkatkan kualitas seseorang dan melatih kemampuan psikomotorik agar mencapai tujuan yang diinginkan. Dalam pendidikan jasmani terdapat beberapa aspek salah satunya adalah Kebugaran jasmani.

Menurut Wirnantika, Pratama & Hanief, (2017) kegiatan kebugaran jasmani dapat

dilakukan sehari-hari tanpa mengalami kelelahan yang berarti, sehingga masih ada tenaga untuk melakukan aktivitas lainnya. Kebugaran jasmani memiliki fungsi yang sangat kompleks dalam pembelajaran olahraga, seperti halnya komponen-komponen kebugaran jasmani yang memiliki peran masing-masing dan dapat mempengaruhi dalam pencapaian prestasi Olahragawan. Jika dilakukan secara rutin akan memberikan hasil yang baik dan membahagiakan

Tetapi pendidikan jasmani adalah bagian penting dari pendidikan karena melalui pendidikan jasmani diarahkan dengan baik, anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang terjaga untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan menyumbang pada kesehatan fisik dan mentalnya. Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan.

Ada tiga kegiatan proses pembelajaran di sekolah, yaitu: intrakurikuler, ekstrakurikuler, dan ko-kurikuler. Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi (Moh.Uzer Usman, 1993:22). Disinilah terdapat bibit olahragawan yang tidak akan habis apabila program olahraga di sekolah secara keseluruhan dapat dilaksanakan dengan baik.

Bermain bulutangkis memerlukan alat untuk melaksanakan permainan tersebut, di antaranya: lapangan, reket, net, dan shuttlecock. Raket adalah alat yang terbuat dari serat karbon yang berbentuk tongkat yang memiliki kepala, serta bagian kepala yang terdapat senar yang dililitkan pada bagian kepala reket (Herman Subardjah, 2004: 50). Raket sendiri memiliki fungsi sebagai alat untuk memukul shuttlecock. Menurut Herman Subardjah (2000: 53) shuttlecock harus mempunyai 16 lembar bulu yang ditancapkan pada dasar shuttlecock atau gabus yang dilapisi kain atau kulit. Permainan bulutangkis dimainkan di atas lapangan yang berbentuk persegi Panjang.

Menjadi pemain bulutangkis yang handal diperlukan berbagai macam syarat, salah satunya penguasaan teknik dasar. Dalam olahraga bulutangkis terdapat berbagai teknik dasar, diantaranya pegangan reket, teknik pukulan, sikap berdiri, dan posisi serta footwork. menurut Tohar (1992: 67) mengemukakan macam- macam teknik pukulan bulutangkis yang harus dikuasai adalah sebagai berikut: pukulan servis, pukulan lob atau clear, pukulan dropshot, pukulan smash, pukulan drive atau mendatar dan pengembalian servis atau return

servis. Berdasarkan hal tersebut, seorang pemain bulutangkis harus dapat menerapkan taktik dengan tujuan menghindari terjadinya kesalahan yang dilakukan sendiri seperti memukul shuttlecock keluar dari daerah permainan atau memukul shuttlecock.

Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat berjalan cukup baik, latihan dilaksanakan dua kali dalam satu minggu, yaitu hari sabtu dan minggu pukul 15.30-17.00 WIB. Sarana dan prasarana yang digunakan juga cukup memadai, misalnya lapangan yang digunakan masih cukup bagus dan merupakan lapangan *indoor*.

Berdasarkan hasil observasi di MTsN 3 Aceh Barat, ada beberapa siswa yang kurang baik dalam melakukan *smash*, sehingga kemampuan siswa dalam melakukan smash mash sangat bervariasi, ada siswa yang sudah bisa melakukan dengan baik dan ada juga siswa yang masih kurang dalam menguasai keterampilan *smash*. Siswa dalam melakukan teknik *smash* masih salah, sehingga perkenaan pada *shuttlecock* kurang tepat, misalnya tangan kurang diluruskan pada saat memukul, bahkan masih banyak pemain pada saat melakukan *smash shuttlecock* menyangkut di net dan bahkan keluar lapangan. Seharusnya pukulan *smash* dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mendapatkan poin atau mematikan lawan.

Pola latihan *smash* juga kurang begitu diperhatikan, latihan lebih diperbanyak pada latihan fisik dan *game*. Pada saat bermain, sebagian besar hasil *smash* yang dilakukan oleh siswa terlalu melebar ke kanan dan ke kiri, sehingga pukulan *smash* yang seharusnya menghasilkan poin untuk diri sendiri, justru malah lebih banyak menghasilkan poin untuk lawan.

Kecepatan pukulan smash sangat dipengaruhi oleh kualitas otot yang dimiliki pemain. Untuk memperoleh hasil pukulan smash yang cepat, tentunya diperlukan power lengan dan juga dari semua kelompok otot yang mendukung gerakan smash.

Dari sekian banyak kelompok otot yang berperan dalam gerakan smash bulutangkis yang paling dominan dalam gerakan smash yaitu lengan, tungkai dan perut. Oleh karena itu pemberian latihan khusus pada otot tersebut perlu mendapat perhatian yang lebih, dengan tidak mengesampingkan latihan bagi kelompok otot pendukung lainnya. Otot merupakan salah satu jaringan yang ada di dalam tubuh manusia. Lengan adalah salah satu bagian anggota gerak atas manusia.

Berdasarkan dari hasil pengamatan dilapangan diperoleh hasil bahwa ketika melakukan pembelajaran *smash*, terutama ketika menggunakan metode *drill* membuat raut muka siswa terlihat sedih dan kecewa sehingga ketika mendapat giliran melakukan

pukulan *smash*, hasil pukulannya cenderung tidak maksimal.

Berdasarkan pamparan tersebut seorang pemain bulutangkis harus dapat menerapkan taktik dengan tujuan menghindari terjadinya kesalahan yang dilakukan sendiri, seperti memukul shuttlecock keluar dari daerah permainan atau memukul shuttlecock menyangkut di net.

Berdasarkan latar belakang diatas yang dikemukakan maka penulis sangat tertarik untuk mengkaji lebih mendalam dengan judul” Ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis peserta Ekstrakurikuler di MTsN 3 Aceh Barat”.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Seberapa baik Ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis peserta Ekstrakurikuler di MTsN 3 Aceh Barat”.

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis peserta Ekstrakurikuler di MTsN 3 Aceh Barat.

Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi penulis dan pihak terkait:

1. Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat dalam memberikan suatu informasi pada bidang ilmu pengetahuan olahraga, terutama cabang olahraga bulutangkis yang dikaitkan dengan Ketepatan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis, serta sebagai bahan informasi ilmiah untuk kepentingan peneliti selanjutnya.

2. Secara Praktis

- a. Bagi sekolah, yaitu untuk khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada sebelumnya.
- b. Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai masukan dan referensi untuk menambah kajian teoritik.
- c. Bagi masyarakat umum sebagai bahan masukan tentang gambaran *smash* bulutangkis sehingga mendukung memperkenalkan *smash* bulutangkis kepada masyarakat sehingga masyarakat menjadi tau tentang *smash* bulutangkis..

METODELOGI PENELITIAN

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Menurut Nazir (1988: 63) metode

deskriptif merupakan suatu metode dalam meneliti status sekelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu sistem pemikiran ataupun suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Penelitian ini merupakan pendekatan kualitatif, menggunakan survey. Menurut Suharsimi Arikunto (2006: 312), metode survei merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung

Populasi dan Sampel

Menurut Kountur (2008), populasi adalah keseluruhan dari obyek yang akan diteliti. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat yang berjumlah 17 siswa dan digunakan sebagai sampel penelitian, sehingga disebut penelitian populasi atau *total sampling*.

Teknik Pengumpulan Data

Sugiyono, (2018) mengemukakan bahwa pengumpulan data dapat dilakukan dalam berbagai setting, berbagai sumber, dan berbagai cara. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah dengan melakukan tes ketepatan *smash* yang menjadi subjek dalam penelitian.

Teknik Analisis Data

Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase.

Waktu dan Tempat Penelitian

Jl. Manek Roo, Drien Rampak, Kec. Johan Pahlawan, Kabupaten Aceh Barat, Aceh, waktu penelitian akan dilaksanakan bulan Juni 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data, yaitu tentang ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat. Data hasil penelitian ketepatan pukulan *smash* disajikan pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 1. Data Hasil Ketepatan Pukulan *Smash*

No	Kode Siswa	Skor
1	Siswa 1	59
2	Siswa 2	62
3	Siswa 3	63
4	Siswa 4	40

5	Siswa 5	69
6	Siswa 6	54
7	Siswa 7	64
8	Siswa 8	51
9	Siswa 9	56
10	Siswa 10	40
11	Siswa 11	52
12	Siswa 12	59
13	Siswa 13	49
14	Siswa 14	53
15	Siswa 15	53
16	Siswa 16	53
17	Siswa 17	58

Distribusi frekuensi data hasil penelitian tentang ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat didapat skor terendah (*minimum*) 40,0, skor tertinggi (*maksimum*) 69,0, rerata (*mean*) 55,00, nilai tengah (*median*) 54,0, nilai yang sering muncul (*mode*) 53,0, *standar deviasi* (SD) 7,73. Hasil deskriptif statistik ketepatan *smash* bulutangkis siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat, disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Deskriptif Statistik Ketepatan *Smash*

Statistik	
<i>N</i>	17
<i>Mean</i>	55,00
<i>Median</i>	54,00
<i>Mode</i>	53
<i>Std, Deviation</i>	7,730
<i>Minimum</i>	40,00
<i>Maximum</i>	69,00

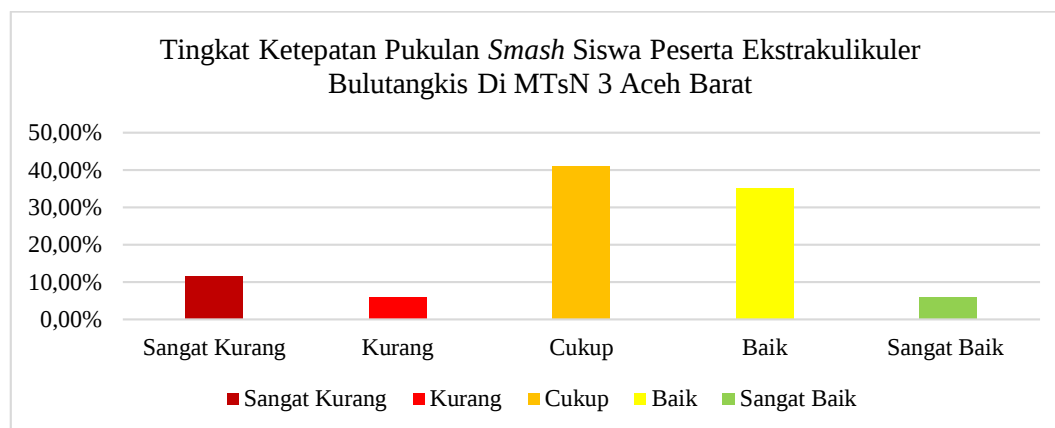
Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Ketepatan Pukulan *Smash* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	
			Absolut	%
1	$65,60 < X$	Sangat Baik	1	5,88%
2	$57,87 < X \leq 65,60$	Baik	6	35,29%
3	$50,13 < X \leq 57,87$	Cukup	7	41,18%
4	$42,40 < X \leq 50,13$	Kurang	1	5,88%
5	$X \leq 42,40$	Sangat Kurang	2	11,77%

Jumlah	17	100%
--------	----	------

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel tersebut di atas, ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat dapat disajikan dalam diagram batang pada gambar berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Ketepatan Pukulan *Smash* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Di MTsN 3 Aceh Barat

Berdasarkan tabel 3 dan gambar 1 di atas menunjukkan bahwa ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis putra di MTsN 3 Aceh Barat berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,77% (2 siswa), “kurang” sebesar 5,88% (1 siswa), “cukup” sebesar 41,18% (75 siswa), “baik” sebesar 35,29% (6 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,88% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 5,00, ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat masuk dalam kategori “cukup”.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat berada pada “sangat kurang” sebesar 11,77% (2 siswa), “kurang” sebesar 5,88% (1 siswa), “cukup” sebesar 41,18% (75 siswa), “baik” sebesar 35,29% (6 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,88% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 5,00, ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat masuk dalam kategori “cukup”.

Jika dilihat dengan kondisi sarana dan prasarana olahraga, kondisi sarana dan prasarana yang cukup baik dan mendukung, sehingga siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat sudah dapat menggunakan fasilitas

yang cukup lengkap, misalnya kondisi lapangan cukup baik, dan merupakan lapangan *indoor* dengan lantai yang tidak licin dan memenuhi standar. Jadwal latihan ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat yaitu berlatih setiap 1 kali dalam satu minggu. Karena jadwal latihan yang hanya 1 kali dalam satu minggu, siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tidak mengikuti latihan di luar jadwal ekstrakurikuler, dan latihan hanya difokuskan pada latihan fisik dan bermain, sehingga ketepatan *smash* siswa berkategori sedang. Guru atau pelatih ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat perlu memberikan latihan yang lebih, khususnya latihan yang dapat meningkatkan ketepatan *smash*. *Smash* dalam bulutangkis tidak hanya dilakukan dengan keras saja, akan tetapi juga harus terarah ke sasaran yang susah dijangkau oleh lawan.

Menurut Poole (1986: 143) *smash* adalah “pukulan *overhead* yang keras, diarahkan ke bawah yang kuat, merupakan pukulan menyerang yang utama dalam bulutangkis”. Untuk dapat memenangkan sebuah pertandingan tentunya pemain harus memiliki kemampuan bertanding yang baik. Salah satu teknik untuk memenangkan permainan adalah *smash*. Dengan melakukan pukulan keras dan terarah akan menyulitkan lawan untuk mengembalikan pukulan tersebut. Pukulan *smash* adalah bentuk pukulan keras yang sering digunakan dalam permainan bulutangkis. Karakter dari pukulan ini adalah keras dan laju *shuttlecock* cepat menuju lantai lapangan. Pukulan ini membutuhkan kekuatan otot tungkai, bahu, lengan, fleksibilitas pergelangan tangan, serta koordinasi gerak tubuh yang harmonis.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis putra di MTsN 3 Aceh Barat berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,77% (2 siswa), “kurang” sebesar 5,88% (1 siswa), “cukup” sebesar 41,18% (75 siswa), “baik” sebesar 35,29% (6 siswa), dan “sangat baik” sebesar 5,88% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 5,00, ketepatan pukulan *smash* siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di MTsN 3 Aceh Barat masuk dalam kategori “cukup”.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta
- Kountur, Ronny. (2008). *Manajemen Risiko Operasional Perusahaan*. Jakarta:

- Pendidikan Pembinaan Manajemen.
- Moh. Uzer Usman. (1993). *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Nazir. (1988). *Metode Penelitian*. Jakarta : Ghalia Indonesia.
- Poole, James. (2016). *Belajar Bulutangkis*. Bandung: Pionir Jaya.
- Subarjah, Herman. (2004). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tohar. (1992). *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Semarang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan
- Wirnantika, Pratama & Hanief, (2017) [ejournal.unesa.ac.id > index > jurnal-pendidikan-jasmani](http://ejournal.unesa.ac.id/index/jurnal-pendidikan-jasmani).