

Hubungan Tinggi Badan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 1 Singkil

Riski Riyanto¹, Junaidi², Bungsu Amelia Sofya³

Riski Riyanto, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
riskiriyanto1@gmail.com

Junaidi, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
Junaidiusm84@gmail.com

Bungsu Amelia Sofya, Universitas Serambi Mekkah, Aceh
bungsuameliasofya@serambimekkah.ac.id

Abstrak

Ekstrakurikuler bulutangkis merupakan salah satu ekstrakurikuler yang dilaksanakan di SMP Negeri 1 Singkil, keterampilan siswa dalam bermain bulutangkis masih rendah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 1 Singkil tahun 2023. Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Jumlah sampel diambil secara sampling purposive sebanyak 20 siswa yaitu siswa putra terbaik yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 1 Singkil. Teknik pengumpulan data menggunakan survey, dengan teknik pengambilan data dengan menggunakan tes dan pengukuran. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini berupa alat stadiometer untuk tes tinggi badan, shuttle run untuk kelincahan, dan (round robin) untuk tes keterampilan bermain bulutangkis. Teknik analisis data menggunakan analisis regresi dan korelasi, baik secara sederhana maupun ganda, melalui uji prasyarat normalitas dan linieritas. Hasil penelitian menunjukan bahwa: (1) ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan bermain bulutangkis besar sumbangan 19,38%. (2) ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis besar sumbangan 27,81%. (3) secara bersama-sama terdapat hubungan antara tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Singkil dengan besar sumbangan 47,2%.

Kata kunci: Tinggi Badan, Kelincahan, Keterampilan Bulutangkis

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Bulutangkis merupakan cabang olahraga permainan yang menggunakan raket untuk memukul shuttlecock, shuttlecock dipukul melewati atas net yang membatasi tengah-tengah lapangan. Permainan ini dapat dimainkan oleh satu melawan satu (single) atau dua

lawan dua (double). Permainan bulutangkis dilahirkan di India, dan dipopulerkan di Inggris dan menjadi permainan kelas atas. Subarjah dan Hidayat (2007: 30) berpendapat bahwa: Permainan bulutangkis merupakan jenis olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket sebagai alat pemukul, shuttlecock sebagai obyek yang dipukul, dan berbagai keterampilan dasar hingga keterampilan yang paling kompleks. Di Indonesia olahraga bulutangkis mengalami perkembangan pesat karena tidak lepas dari kerja keras pelatih, atlet, pengurus dalam pembinaan bulutangkis. Hal ini dapat dilihat dari prestasi yang diraih dalam kejuaraan yang diikuti oleh atlet Indonesia seperti kejuaraan Thomas Cup, Uber Cup, All England, serta Olimpiade.

Prestasi yang diraih bukanlah hal yang cepat dan mudah, semua itu melalui proses dan waktu lama. Mulai dari pembibitan, hingga pembinaan secara terpadu, terarah, dan berkelanjutan. Seperti permainan bulutangkis yang merupakan permainan yang harus menggunakan gerakan yang aktif. Beragam gerakan yang sewaktu-waktu merubah arah dapat memberikan nilai seni tersendiri dalam permainan bulutangkis. Menurut Herman Subardjah (2000:13), tujuan permainan bulutangkis adalah berusaha untuk menjatuhkan *cock* di daerah lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul *cock* dan menjatuhkannya di daerah permainan sendiri. Agar bisa mendapatkan prestasi yang optimal dalam permainan bulutangkis, selain setiap pemain harus memiliki kekuatan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, ketepatan, daya tahan juga harus menguasai keterampilan dasar bermainnya. Penguasaan keterampilan dasar adalah salah satu usaha untuk meningkatkan menuju prestasi yang lebih tinggi. Tingkat keterampilan yang dimiliki para pemain akan menentukan penampilannya dalam bermain bulutangkis karena daya tarik permainan bulutangkis terletak pada kealamian permainan tersebut.

Menurut Poole James (1993:10) bahwa keterampilan dasar olahraga bulutangkis dapat dibagi dalam empat bagian: (1) pegangan raket dan gerakan '*serve*', (2) pukulan '*forehand overhead*' (3) pukulan '*backhand overhead*', dan (4) pukulan '*underhand*'. Maka dari itu, setiap pemain harus menguasai teknik-teknik dasar bermain bulutangkis tersebut. Pemain yang menguasai teknik-teknik bermain lebih baik, maka pemain tersebut akan terlihat matang jika dibandingkan dengan pemain yang penguasaan tekniknya masih rendah. Dengan demikian, penguasaan keterampilan teknik dasar harus dikuasai oleh setiap pemain bulutangkis untuk menuju prestasi yang maksimal. Sekolah merupakan

lembaga dan organisasi yang tersusun rapi segala kegiatan direncanakan dan diatur sesuai dengan kurikulum.

Untuk menghadapi kemajuan zaman, kurikulum pendidikan selalu diadakan perubahan, diperbaiki dan disempurnakan agar apa yang diberikan di sekolah terhadap anak didiknya dapat digunakan untuk menghadapi tantangan hidup di masa sekarang maupun yang akan datang, sehingga sekolah sebagai tempat untuk belajar agar tujuan hidup atau cita-citanya tercapai. Hal ini berlaku pada mata pelajaran pendidikan jasmani.

Menurut H.J.S Husdarta (2011:18), pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Menurut Agus Susworo DM dan Fitriani (2008:13), pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan dengan pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sadar, sistematis, dan intensif guna merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, motorik, berfikir, emosional, sosial, dan moral. Pendapat senada dikemukakan oleh Sukintaka (2001:5), pendidikan jasmani adalah proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktifitas jasmani yang dikelola secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya.

Dari berbagai pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa Pendidikan jasmani merupakan proses belajar mengajar melalui aktivitas jasmani untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan psikomotor, afektif, dan kognitif secara menyeluruh, selaras, dan seimbang untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya. Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara keseluruhan yang tidak dapat dipisahkan dan ikut membantu tujuan pendidikan secara umum.

Apabila mengacu pada hal tersebut, tentu saja pelajaran pendidikan jasmani yang diberikan sekolah sangatlah kurang, sehingga kebijakan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga sebagai aktivitas fisik untuk menambah pengalaman siswa dalam kegiatan olahraga.

Kegiatan ekstrakurikuler juga sangat terbantu dapat membentuk sikap mental dan dedikasi sehingga dapat meningkatkan prestasi salah satu cabang olahraga tertentu dalam waktu yang lebih lama. Menurut Moh. Uzer Usman dan Lilis Setiawati (1993:22) dijelaskan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan didalam sekolah maupun diluar sekolah. Program

ekstrakurikuler diperuntukan bagi siswa yang ingin mengembangkan bakat dan kegemaran cabang olahraga serta lebih membiasakan hidup sehat.

SMP Negeri 1 Singkil adalah salah satu Sekolah Menengah Pertama yang berada di Jln.Arief Rahman Harim Kec. Singkil Kab. Aceh Singkil. Sekolah ini merupakan salah satu sekolah yang sering mengadakan ekstrakurikuler bulutangkis. Sarana dan prasarana adalah salah satu faktor pendukung dalam mencapai prestasi bulutangkis yang baik. SMP N 1 Singkil memiliki lapangan bulutangkis sendiri walaupun dalam ruangan yang kecil layak untuk di gunakan untuk latihan.

Di SMP N 1 Singkil banyak kegiatan ekstrakurikuler olahraga seperti bulutangkis, futsal, renang, Voli dan Bola kaki. Untuk kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SMP N 1 Singkil sendiri diikuti oleh siswa sekolah tersebut. Pembina Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis yaitu guru penjasnya yang mengajar pada sekolah tersebut. Pelaksanaan kegiatan dilakukan di lapangan bulutangkis di sekolah setempat. Yang di jadwalkan setiap hari sabtu dan minggu yang di jadwalkan pukul 14.00- 16.00 dan dilakukan presensi daftar hadir setiap pelaksanaan kegiatan.

Pembimbing juga sangat berperan untuk meningkatkan prestasi bulutangkis siswanya baik secara tim maupun secara individu, karena di SMP N 1 Singkil keterampilan siswa dalam bermain bulutangkis masih rendah. Pada saat melakukan pengamatan pada proses latihan bermain siswa, sebagian besar siswa masih sering melakukan kesalahan-kesalahan dalam permainan bulutangkis seperti teknik memegang raket, servis, pukulan *backhand* dan *smash*. Akan tetapi, ada juga beberapa siswa yang teknik bermain bulutangkisnya dapat dikatakan baik, kelincahan yang dimiliki oleh setiap siswa juga masih berbeda-beda ada yang memiliki kelincahan bagus dan ada juga yang memiliki kelincahan yang kurang bagus, dan siswa yang memiliki tinggi badan paling tinggi yaitu 170 dan yang paling pendek 150, rata-rata siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis memiliki tinggi badan 162 - 165 cm.

Dengan melakukan kegiatan latihan secara sistematis dan terus menerus melalui pengulangan yang konstan maka organisasi tubuh akan menjadi baik sehingga gerakan yang tadinya kurang dikuasai dan dilakukan dengan banyak membutuhkan tenaga, lama kelamaan gerakan itu akan dapat dikuasai dengan baik dan dapat dilakukan secara otomatis serta reflektif.

Sebagai salah satu dasar seorang pemain bulutangkis harus memiliki postur tubuh yang tinggi artinya dengan postur tubuh yang tinggi bulutangkis dapat menempatkan pukulan dengan lebih leluasa dan lebih mudah dalam menjangkau *shuttlecock* selain itu dengan postur tubuh yang tinggi seorang pemain bulutangkis dapat menguasai lapangan sehingga dapat menjangkau dan mengembalikan *shuttlecock* yang ditempatkan lawan tanpa menemui kesulitan yang berarti. Begitu pula dengan kelincahan sangat berpengaruh dalam permainan bulutangkis karena untuk melakukan gerakan-gerakan yang mampu mengubah arah posisi tubuh dengan cepat dan tepat tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuh.

Tetapi dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SMP N 1 Singkil masih banyak perbedaan keterampilan siswa dalam bermain bulutangkis. Seperti ada yang mempunyai pukulan smash yang keras dan tajam, gerakan yang cepat untuk mengubah posisi tubuh kearah lain. Namun ada juga yang mempunyai pukulan smash pelan dan gerakan mengubah arah yang lambat. Padahal dalam permainan bulutangkis menuntut adanya tinggi badan dan kelincahan guna menunjang aktivitas olahraga dalam rangka mencapai keterampilan bermain bulutangkis yang baik.

Berdasarkan pendapat permasalahan di atas, maka yang akan dibahas pada penelitian ini berhubungan dengan judul “Hubungan Tinggi Badan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Siswa SMP N 1 Singkil tahun 2023”

Rumusan Masalah

Bertolak dari latar belakang tersebut di atas, maka rumusan masalah yang hendak dieksplorasi dalam penelitian ini adalah (1) Adakah hubungan tinggi badan dengan keterampilan bermain bulutangkis siswa SMP N 1 Singkil tahun 2023. (2) Adakah hubungan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis siswa SMP N 1 Singkil tahun 2023. (3) Adakah Hubungan Tinggi Badan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bulutangkis siswa SMP N 1 Singkil tahun 2023.

Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tinggi badan dengan keterampilan bermain bulutangkis siswa SMP N 1 Singkil tahun 2023, mengetahui hubungan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis siswa SMP N 1 Singkil

tahun 2023, dan mengetahui hubungan tinggi badan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain bulutangkis siswa SMP N 1 Singkil tahun 2023.

Manfaat Penelitian

1. Secara teoritis. Dapat membuktikan secara ilmiah mengenai pengaruh antara tinggi badan dan kelincahan terhadap keterampilan bermain bulutangkis dan dapat dijadikan sebagai masukan untuk meningkatkan program latihan ekstrakurikuler di SMP N 1 Singkil
2. Secara praktis. Hasil penelitian diharapkan mampu memberi sumbangan yang bermanfaat kepada guru olahraga untuk meningkatkan program latihan dalam permainan bulu tangkis dan dapat menjadi referensi kepada peneliti selanjutnya yang mengenai dunia olahraga bulutangkis.

METODELOGI PENELITIAN

Jenis dan Rancangan Penelitian

Penelitian ini termasuk ke dalam jenis penelitian korelasional. Penelitian korelasional bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya hubungan serta berarti atau tidaknya hubungan itu (Suharsimi Arikunto, 2010: 313).

Populasi dan Sampel

Menurut Sugiyono (2016:80), Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang diterapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dalam penelitian ini populasi yang diambil yaitu siswa putra peserta ekstrakurikuler SMP N 1 Singkil sebanyak 32 siswa. Sampel diambil yang terbaik dari siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis SMP N 1 Singkil, sebanyak 20 Siswa dari total peserta ekstrakurikuler 32.

Teknik Pengumpulan Data

Menurut Sugiyono (2012 : 224), teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mengumpulkan data. Teknik pengumpulan data menggunakan metode survey dengan teknik tes dan pengukuran pengumpulan data dengan metode survey tujuan untuk pengumpulan data sederhana dan juga bersifat menerapkan atau menjelaskan hubungan variabel penelitian.

Teknik Analisis Data

Untuk menganalisis data digunakan dengan teknik statistik, yaitu: 1. Uji prasyarat

analisis data dengan menggunakan uji normalitas dan uji linearitas. 2. Uji korelasi dengan menggunakan uji korelasi person dan uji korelasi ganda. 3. Uji regresi dengan menggunakan uji regresi sederhana dan regresi ganda. 4. Sumbangan efektif dan sumbangan relatif.

Waktu dan Tempat Penelitian

Lokasi penelitian dilaksanakan di SMP N 1 Singkil Jln. Arief Rahman Harim, Pasar Singkil, Kec. Singkil, Kab. Aceh Singkil, Waktu pengambilan data direncanakan pada bulan Oktober 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

a. Deskripsi Tinggi Badan

Tinggi badan dilambangkan dengan X_1 , diperoleh tinggi badan dengan minimum 158cm dan maksimum 175cm. Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil tes tinggi badan maka dapat diketahui analisis deskripsinya sebagai berikut, Tinggi Minimum = 158, Tinggi Maksimum = 175, Mean = 167,9, Median = 169, Standar Deviasi = 4,887 dan Range = 17. Berikut tabel distribusi frekuensi variabel tinggi badan yang diperoleh:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Statistik Tinggi Badan

Interval kelas	Frekuensi	Persen (%)
158 – 161	2	10,0 %
162 – 165	3	15,0 %
166 – 169	6	30,0 %
170 – 173	7	35,0%
174 – 177	2	10,0 %
Total	20	100,0 %

b. Deskripsi Kelincahan

Kelincahan dilambangkan dengan X_2 , diperoleh skor dengan nilai minimum 11 dan nilai maksimum 15 kali. Berdasarkan data yang diperoleh dari tes kelincahan maka dapat diketahui analisis deskripsinya sebagai berikut: skor minimum = 11, skor maksimum = 15, mean = 13,05, median = 13, standar deviasi = 1,050, dan range = 4. Berikut tabel distribusi frekuensi statistik kelincahan yang diperoleh:

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Statistik Kelincahan

Interval kelas	Frekuensi	Persen (%)
11-11,5	1	5,0%
12-12,5	5	25,0%

13-13,5	8	40,0%
14-14,5	4	20,0%
15-15,5	2	10,0%
Total	20	100,0%

c. Deskripsi Keterampilan Bermain Bulutangkis

Keterampilan bermain bulutangkis dilambangkan dengan Y, keterampilan bermain bulutangkis tersebut dapat ditentukan dengan bermain bulutangkis dengan menggunakan sistem pertandingan setengah kompetisi (*round robin*) saling bertemu satu sama lain, nilai tertinggi menjadi rangking teratas. Peraturan permainan menggunakan peraturan PBSI. Penilaian menggunakan *game poin* 21 dan hanya 1 set. Berdasarkan data yang diperoleh dari tes keterampilan bermainbulutangkis maka dapat diketahui analisis deskripsi sebagai berikut: skor minimal 246,00, skor maksimal 399,00, mean= 330,75, median= 331,50, standar deviasi=51.180, dan range= 153 . Berikut tabel distribusi frekuensi statistik keterampilan bermain bulutangkis yang diperoleh:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Statistik Keterampilan Bulutangkis

Interval kelas	Frekuensi	Persen (%)
246-276	4	20,0%
277-307	2	10,0%
308-338	5	25,0%
339-369	3	15,0%
370-400	6	30,0%
Total	20	100,0%

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Dalam uji ini akan menguji hipotesis nol (H_0) bahwa sampel berasal dari populasi berdistribusi normal. Dalam perhitunganya menggunakan program IBM SPSS 19 dengan uji *Kolmogorov-Smirnov*. Untuk mengetahui normalnya dilihat dari Sig pada kolom *Kolmogorov-Smirnov*, jika sig > 0,05 maka data berdistribusi normal. Hasil uji dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4. One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		keterampilan
N		20
Normal Parameters ^{a,b}	Mean	330.75
	Std. Deviation	51.180

Most Extreme Differences	Absolute	.122
	Positive	.122
	Negative	-.113
Kolmogorov-Smirnov Z		.547
Asymp. Sig. (2-tailed)		.925

a. Test distribution is Normal.

Dari hasil diatas dapat dilihat bahwa nilai KSZ sebesar 547 dan Asymp.sig sebesar 0,925 lebih besar dari 0,05 maka dapat disimpulkan data berdistribusi normal.

b. Uji Linieritas

Dalam uji ini akan menguji hipotesis nol (H_0) bahwa bentuk regresi linier. Kriterianya adalah “Jika Sig. Deviation from Linarity lebih besar atau sama dengan taraf signifikansi yang dipakai (0,05) berarti berkorelasi linier”. Hasil perhitungan uji linieritas dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 5. Hasil Perhitungan Linieritas

Variabel	Linearity statistic	
	Sig.	interpretations
$X_1 \rightarrow Y$	0,530	Linear
$X_2 \rightarrow Y$	0,181	Linear

Dependent Variabel: Kemampuan

Sumber: data sekunder Compare Means

Berdasarkan tabel diatas, terlihat bahwa nilai sig. *Deviation from Linarity* keseluruhan variabel $> 0,05$ maka dinyatakan linear.

3. Uji Korelasi

Koefisien nilai korelasi adalah hasil perhitungan menggunakan rumus dari *Pearson* tujuannya untuk mengetahui signifikan atau tidakada hubungan antara dua variabel, dalam penelitian ini nilai korelasi yangdiperoleh adalah:

Tabel 6. Koefisien Korelasi

Korelasi	r_{hitung}	r_{tabel}	Kesimpulan
$X_1 - Y$	0,542	0,444	Signifikan
$X_2 - Y$	0,604	0,444	Signifikan
$X_1, X_2 - Y$	0,687	0,444	Signifikan

Berdasarkan tabel diatas dapat diperoleh nilai korelasi untuk tinggi badan dan keterampilan bermain bulutangkis ($X_1 - Y$), nilai $r_{hitung} = 0,542 > 0,444$ yang menandakan bahwa hubungan yang terjadi adalahsignifikan. Untuk kelincahan dan keterampilan

bermain bulutangkis ($X_2 - Y$), perolehan nilai $r_{hitung} = 0,604 > 0,444$ yang menandakan bahwa hubungan yang terjadi adalah signifikan. Secara bersama-sama tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis ($X_1, X_2 - Y$) memperoleh nilai $r_{hitung} = 0,687 > 0,444$ yang menandakan hubungan yang terjadi adalah signifikan.

4. Uji Regresi Linear

a. Regresi Linear Sederhana X_1 dengan Y

Dengan menggunakan IBM SPSS 19, uji regresi linear sederhana didapatkan hasil pada tabel dibawah ini:

Tabel 7. Regresi Linear Sederhana Tinggi Badan

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-616.523	346.270		-1.780	.092
Tinggi Badan	5.644	2.062	.542	2.738	.014

a. Dependent Variable: Keterampilan

Setelah dilakukan analisis data maka persamaan regresi yang diperoleh dari konstanta dan koefisien variabel tinggi badan dan keterampilan bermain bulutangkis pada tabel diatas diperoleh model persamaan regresi : $\hat{Y} = -616,523 + 5,644X_1$.

b. Regresi Linear Sederhana X_2 dengan Y

Dengan menggunakan IBM SPSS 19, uji regresi linear sederhana didapatkan hasil pada tabel dibawah ini:

Tabel 8. Regresi Linear Sederhana Kelincahan

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-50.764	119.134		-.426	.675
Kelincahan	29.258	9.101	.604	3.215	.005

a. Dependent Variable: Keterampilan

Setelah dilakukan analisis data maka persamaan regresi yang diperoleh dari konstanta dan koefisien variabel tinggi badan dan keterampilan bermain bulutangkis pada tabel diatas diperoleh model persamaan regresi : $\hat{Y} = -50,764 + 29,258X_2$.

c. Regresi Linear Ganda

Pembuktian adanya hubungan antara tinggi badan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan bermain bulutangkis dianalisis menggunakan analisis

statistika program IBM SPSS 19, uji regresi ganda adalah sebagai berikut:

Tabel 9. Regresi Linear Berganda *Coefficients^a*

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
(Constant)	-584.918	308.416		-1.897	.075
Tinggi Badan	3.721	2.003	.357	1.858	.081
Kelincahan	22.313	9.320	.461	2.394	.028

a. Dependent Variable: Keterampilan

Setelah dilakukan analisis data maka persamaan regresi yang diperoleh dari konstanta dan koefisien variabel tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis (X_1 , X_2 dengan Y) pada tabel diatas diperoleh model persamaan regresi ganda:

$$\hat{Y} = -584,918 + 3,721X_1 + 22,313X_2.$$

5. Sumbangan Efektif dan Sumbangan Relatif Terhadap Variabel

a. Sumbangan Efektif

Berdasarkan hasil analisis regresi yang dilakukan, bahwa semua variabel bebas memiliki hubungan dengan variabel terikat sebesar 47,2% pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di SMP N 1 Singkil. Dengan demikian besarnya sumbangan efektif prediktor dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 10. Sumbangan Efektif

Kemampuan	B	Cross product	Regresi	Sumbangan Efektif Total
Tinggi Badan	3,721	2561,100	23206,909	47,2
Kelincahan	22,313	612,950		

Dari tabel diatas hasil sumbangan efektifnya sebagai berikut:

$$SE_{tinggi\ badan} = \frac{3,721 \times 2561,100 \times 47,2}{23206,909} \times 100\% = 19,38\%$$

$$SE_{kelincahan} = \frac{22,313 \times 612,950 \times 47,2}{23206,909} \times 100\% = 27,81\%$$

Berdasarkan perhitungan diatas bahwa kedua variabel memberikan sumbangan sumbangan sebesar 47,2%. Secara rinci besarnya sumbangan masing-masing variabel dari tinggi badan sebesar 19,38%, kelincahan sebesar 27,81% dengan total 47,2%. Ini berarti bahwa kemampuan bermain bulutangkis tidak hanya dipengaruhi oleh kedua variabel dalam penelitian ini, namun masih ada 52,8% dipengaruhi oleh variabel lain seperti power

otot tungkai, power otot lengan dan koordinasi mata tangan dan kaki, daya tahan, kekuatan, kelentukan dan kecepatan.

b. Sumbangan Relatif

$$SR_{tinggi\ badan} = \frac{19,38\%}{47,2\%} \times 100\% = 41\%$$

$$SR_{kelincahan} = \frac{27,81\%}{47,2\%} \times 100\% = 59\%$$

Berdasarkan perhitungan diatas, secara rinci besarnya sumbangan masing-masing variabel dari tinggi badan sebesar 41% dan kelincahan sebesar 59% dengan demikian total sumbangan relatifnya 100%.

6. Pengujian Hipotesis

a. Pengujian Hipotesis Pertama

Hipotesis pertama berbunyi “ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan keterampilan bermain bulutangkis”. Berdasarkan hasil analisis korelasi tinggi badan dan keterampilan bermain bulutangkis diperoleh nilai $r_{hitung} = 0,542 > r_{tabel} = 0,444$ yang menandakan bahwa hubungan yang terjadi adalah signifikan dengan besar sumbangan efektif 19,38%. Maka hipotesis pertama yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan keterampilan bermain bulutangkis diterima.

b. Pengujian Hipotesis Kedua

Hipotesis kedua berbunyi “ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keterampilan bermain bulutangkis”. Berdasarkan hasil analisis korelasi kelincahan dan keterampilan bermain bulutangkis diperoleh nilai $r_{hitung} = 0,604 > r_{tabel} = 0,444$ yang menandakan bahwa ada hubungan signifikan dengan besar sumbangan efektif 27,81%. Maka, hipotesis kedua yang menyatakan ada hubungan yang signifikan antara kelincahan dan keterampilan bermain bulutangkis diterima.

c. Pengujian Hipotesis Ketiga

Hipotesis ketiga berbunyi “ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis”. Berdasarkan hasil analisis korelasi kedua variabel tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis diperoleh nilai $r_{hitung} = 0,687 > r_{tabel} = 0,444$ yang menandakan ada hubungan yang signifikan dengan sumbangan efektif 47,2%. Maka, yang menyatakan ada hubungan antara tinggi badan dan kelincahan dengan keterampilan bermain bulutangkis diterima.

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis dan pembahasan, dapat diambil simpulan bahwa:

- a. Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dengan keterampilan bermain bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Singkil, hubungan tersebut memberikan sumbangan 19,38%.
- b. Ada hubungan yang signifikan antara kelincihan dengan keterampilan bermain bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Singkil, hubungan tersebut memberikan sumbangan 27,81%.
- c. Ada hubungan yang signifikan antara tinggi badan dan kelincihan dengan keterampilan bermain bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 1 Singkil, dari hubungan keduanya memberikan sumbangan 47,2%.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Susworo DM dan Fitriani. (2008). Pemahaman Peserta Pembekalan Guru Kelas/Agama Dalam Mata Pelajaran Penjas Terhadap Pendidikan Jasmani SD Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. (Nomor 1 tahun 2008). Hlm. 2 dan 13.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- H.J.S Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.
- Moh.Uzer Usman dan Lilis Setiawati. (1993). *Upaya Optimalisasi Kegiatan. Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Poole, James. (1993). *Belajar Bulutangkis*. Bandung : Pionir Jaya.
- Subarjah, Herman. (2000). *Bulutangkis*. Bandung: FPOK IKIP Bandung.
- Subarjah, Herman dan Hidayat, Yusuf (2007). *Permainan Bulutangkis*. Bandung: FPOK UPI Bandung.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*, Cetakan ke-24. Bandung: Alfabeta
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Solo: Esa Grafika.