



Dampak Latihan *Flick Serves* Terhadap Kemampuan Servis Panjang Bulutangkis Pada Siswa SMP Negeri 3 Kepulauan Walea

The Effect Of Flick Serves Training On Badminton Long Service Capability In The Third State Junior School Students Of Walea Island

Erwin Zainuddin¹, Abu Bakar², Moh. Ifkhal Sianto³

Universitas Muhammadiyah Palu¹, Universitas Muhammadiyah Luwuk², Universitas Tandulako³

e-mail: erwinpkr@gmail.com¹, abubakarunismuh@gmail.com², mohikhalsianto@gmail.com³

Abstrak

Berdasarkan observasi peneliti, pada pembelajaran servis panjang ditemui sebelumnya dari data yaitu hasil observasi awal siswa SMP Negeri 3 Walea Kepulauan dari 30 jumlah hanya 9 orang siswa (33,33%) yang mampu mempraktekan keterampilan dasar servis panjang dengan baik. Sedangkan yang sisahnya 21 orang siswa (66,67%) harus dilakukan pratik lanjutan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan servis terhadap kemampuan servis panjang pada siswa. Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen maka digunakan rancangan *pretest posttest desaign group*. Uji statistik yang digunakan adalah Uji T. Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 3 Walea Kepulauan yang berjumlah 30 siswa dengan teknik purposive sampling. Penelitian ini dilakukan selama 6 minggu. Hasil penelitian ini dapat dilihat bahwa hasil latihan *flick serves* diuji meliputi peningkatan terhadap servis panjang yaitu dari pre test sebesar 0.902 sedangkan post test sebesar 0.879. t hitung nilai p (0,003) < 0,05, hasil ini menunjukkan bahwa H₀ ditolak yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan peningkatan kemampuan servis panjang bulutangkis yang dimiliki siswa SMN 3 Walea Kepulauan sebelum dan sesudah diberikan latihan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa pemberian treatment latihan servis terhadap kemampuan servis panjang siswa memberikan pengaruh signifikan dibandingkan sebelum diberikan perlakuan.

Kata kunci: bulutangkis, flick serves, kemampuan servis, latihan,

Abstract

Based on the observations of researchers, in the extended service learning found previously from the data, namely the initial observations of SMP Negeri 3 Walea Kepulauan students from 30 total, only nine students (33.33%) were able to practice basic long service skills well. Meanwhile, twenty one students (66.67%) had to do advanced practice. The purpose of this study was to find out how much influence service training had on long-service ability in students. The type of research to be carried out is quantitative research with experimental methods, and then a pretest-posttest group design is used. The statistical test used was Test T. The population of this study was students of SMPN 3 Walea Islands, which amounted to 30 students with purposive sampling techniques. This study was conducted in 6 weeks. The results of this study can be seen in that the results of flick serve training tested include an increase in long serves, namely from the pretest of 0.902 while the posttest of 0.879. t calculates the p-value (0.003) < 0.05. This result shows that H₀ is rejected, which means there is a significant difference in the increase in badminton length service ability owned by SMN 3 Walea Islands students before and after being given training. Thus, it can be concluded that the provision of service training treatment on the student's long serviceability has a significant effect compared to before treatment.

Keywords: badminton, flick serves, serviceability, training,

Style APA dalam mensitasi artikel ini: Zainudin, E., Bakar, A., Sianto, M. I. (2023). Dampak Latihan *Flick Serves* Terhadap Kemampuan Servis Panjang Bulutangkis Pada Siswa SMP Negeri 3 Kepulauan Walea. PENJAGA: Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 4(1), 7-12

Correspondence author: Erwin Zainuddin, Universitas Muhammadiyah Palu, Indonesia. E-Mail: erwinpkr@gmail.com

Received: 22 November 2023, **Revised :** 13 Desember 2023, **Accpted :** 22 Desember 2023

PENDAHULUAN

Permainan bulutangkis adalah olahraga salah satu termasuk dalam kurikulum pembelajaran PJOK dalam materi olahraga permainan bola kecil untuk mencapai tujuan Pendidikan melalui belajar pendidikan jasmani dalam upaya meningkatkan kemampuan seorang siswa dalam suatu bidang olahraga tertentu, maka dari itulah sebagai realisasinya adalah dilaksanakan kegiatan olahraga, (Zulhenri & Sukoco, 2021). dan lembaga-lembaga pendidikan mulai dari Sekolah Dasar (SD) sampai ke Perguruan Tinggi. Olahraga bulutangkis salah satu olahraga yang paling pesat berkembang, mulai dari desa, kota klub kecil hingga klub yang besar di Indonesia, (Arman, 2016). Maka siswa melakukan kegiatan seperti bermain bulutangkis tanpa menyampingkan aspek kompetensi dan prestasi pada pelajaran Permainan bulutangkis adalah salah satu jenis olahraga yang diminati diberbagai masyarakat merupakan cabang olahraga yang sudah lama dimainkan di berbagai negara hingga di daerah – daerah pelosok meskipun menggunakan istilah berbeda, (Pratomo & Subianto, 2013).

Menurut (Tohar dalam Fahmi Abdul Fatah, 2017). Teknik dasar bulutangkis merupakan penguasaan pokok yang mesti diketahui oleh pemain bulutangkis dalam melakukan permainan bulutangkis. Adapun menurut (Pole, 2011) teknik dasar yang wajib diketahui oleh pemain bulutangkis adalah 1) Pegangan Raket, 2) Pukulan Servis, 3) Pukulan *Overhead Stroke*, 4) Pukulan *underhand stroke* pentingnya sebuah servis dalam sebuah permainan bulutangkis menjadi modal utama pada serangan pertama sebelum terjadinya rally Panjang dalam permainan. Servis merupakan teknik dasar yang harus pertama kali dikuasai untuk dapat melakukan permainan bulutangkis, (Hetti, 2010). Menurut (Yene, 2016) servis merupakan pukulan yang menentukan awal perolehan nilai, servis yang dilakukan dengan baik maka dapat mengendalikan permainan. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan pada kemampuan servis panjang Menurut Wacono dkk (2021) servis panjang merupakan pukulan servis yang dilakukan dalam permainan bulutangkis dengan memukul *shuttlecock* dari bawah dan diarahkan ke bagian belakang atas lapangan lawan. Latihan merupakan suatu *treatment* (tindakan) yang diberikan kepada fungsi organ tubuh maupun akal yang menunjang adanya peningkatan (perkembangan) setelah diberikan latihan tersebut. Latihan biasanya dipengaruhi oleh kemampuan yang dimiliki, kemampuan yang kecil maka latihan tersebut akan besar dan sebaliknya, akan tetapi untuk menciptakan kemampuan yang stabil, maka latihan harus melihat kebutuhan yang diperlukan. Sebagai dikemukakan oleh (Harsono, 2001, p. 13) sebagai berikut " Latihan merupakan proses yang terorganisir dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian bertambah volume beban latihan atau pekerjaannya". Adapun tujuan dari latihan tersebut adalah merupakan terjadinya perubahan tingkah laku anak didik bukan dari segi psikomotor tapi mencakup tiga aspek yang domain yaitu kognitif, efektif maupun psikomotor yang terjadi setelah pemberian perlakuan berlangsung (Saripin, 2015).

Pembelajaran khususnya pada cabang olahraga bulutangkis di SMP Negeri 3 Walea Kepulauan. Bahwa penguasaan dasar permainan bulutangkis masih sangat rendah, khususnya dalam hal melakukan servis panjang. Banyak hal menjadi faktor penyebab rendahnya minat yang dicapai para siswa tersebut, seperti sarana dan prasarana yang kurang memadai, dan adanya kecenderungan guru menekan pada keterampilan tehnik yang kelihatannya sangat membosankan bagi siswa. Dalam hal ini pembelajaran servis panjang ditemui sebelumnya dari data yaitu hasil observasi awal siswa SMP Negeri 3 Walea Kepulauan dari 30 jumlah terdiri dari 30 laki – laki hanya 9 orang siswa (33,33%) yang mampu mempraktekan keterampilan dasar servis panjang dengan baik. Sedangkan yang sisahnya 21 orang siswa (66,67%) harus dilakukan praktik lanjutan. Hasil observasi peneliti, dari catatan lapangan bahwa yang sering dilakukan siswa hanya permainan dan tehnik gerakan saja padahal untuk meningkatkan keterampilan servis panjang harus diperlukan banyak latihan sasaran. Setelah itu peneliti mewawancarai seorang siswa bahwa pada saat belajar guru kurang memperhatikan komponen latihan sasaran. Siswa itu bingung seperti

apa cara untuk meningkatkan teknik servis Panjang yang benar – benar menyulitkan lawan tanpa bisa dikembalikan dengan baik.

Hasil penelitian serupa oleh Guntur, dkk (2020) metode latihan drill terhadap peningkatan servis panjang menunjukkan adanya pengaruh terhadap peningkatan servis panjang. Penelitian lainya teknik servis bulutangkis dengan metode latihan terus menerus rata-rata nilai yang didapat 26,125 dan teknik servis bulutangkis dengan metode latihan interval rata-rata nilai yang didapat 23,25 jadi ada selisih rata-rata 2,875. Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh latihan terus menerus dan latihan interval, (Sumintarsih dan Tri (Guntur, 2020), (Saptono, 2022). Serta penelitian terkait lainya pengaruh latihan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *long service forehand* bulutangkis pada atlet usia 12 - 15 tahun di PB. Ideal Kota Jambi berada pada kategori baik, (Wawan Junresti Daya, Sukendro, Suaidi, 2019). Kebaharuan dari penelitian ini latihan servis dapat memberikan hasil yang efektif terhadap servis Panjang pada permainan bulutangkis. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti berkeinginan ingin melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Latihan *flick serves* Terhadap Kemampuan Servis panjang Bulutangkis pada siswa SMP Negeri 3 Walea Kepulauan. Agar masalah yang dihadapi dapat terpecahkan dan memberikan dampak positif kepada siswa dan sekolah.

METODE

Penelitian ini menggunakan Metode kspерimen. Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen maka digunakan rancangan *pretest posttest desain group*. Uji statistik yang digunakan adalah Uji T. Populasi penelitian ini adalah siswa SMPN 3 Walea Kepulauan yang berjumlah 30 siswa dengan teknik *purposive sampling*. Penelitian ini dilakukan selama 6 minggu. Jenis penelitian yang akan dilakukan adalah penelitian kuantitatif dengan metode eksperimen karena mencari hubungan sebab akibat antara dua variabel. Salah satu ciri penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) (maksum, 2012). Berdasarkan metode eksperimen tersebut, maka digunakan rancangan pre test post test desain group (Maksum, 2012). Uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis setelah itu data yang terkumpul dari pengukuran dianalisa melalui bantuan computer program SPSS *for windows* dengan taraf signifikan 95%. Uji statistik yang digunakan adalah Uji T.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini akan dijelaskan hasil dan uji normalitas, uji homogenitas, uji hipotesis setelah itu data yang terkumpul dari pengukuran dianalisa melalui bantuan computer program SPSS *for windows* dengan taraf signifikan 95%. Uji statistik yang digunakan adalah Uji T.

Tabel 1. Descriptive Statistic

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre_K1	30	4.08	5.80	5.0427	.38356
Post_K1	30	4.08	5.80	5.0367	.38259
Valid N (listwise)	30				

Berdasarkan hasil data **Tabel 1** yang diperoleh bahwa hasil latihan servis terdapat rata-rata *pretest* 5.0427 dan *posttest* terdapat rata-rata 5.0367.

Uji Normalitas Data

Tabel 2. Uji Normalitas Data

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statis- tic	Df	Sig.	Statis- tic	df	Sig.
Pre_K1	.073	30	.200*	.983	30	.902
Post_K1	.088	30	.200*	.982	30	.879

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Tabel 2 menunjukkan uji normalitas yang dilakukan dalam penelitian ini menggunakan *Shapiro wilk*, jika *p-value* lebih besar dibandingkan 0.05, maka data dinyatakan berdistribusi normal. Data yang diuji meliputi data penelitian peningkatan terhadap servis panjang yaitu dari *pretest* sebesar 0.902 sedangkan *posttest* sebesar 0.879.

Uji Homogenitas

Tabel 3. Uji Homgenitas

	Test of Homogeneity of Variances			
	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pre_K1	.008	1	28	.928
Post_K1	.045	1	28	.833

Tabel 3 menunjukkan bahwa nilai signifikan dari semua data lebih dari 0.05, maka dapat disimpulkan bahwa data bersifat homogen. Setelah mengetahui bahwa data yang dihasilkan berdistribusi normal dan homogen, maka data penelitian tersebut layak untuk digunakan dalam melakukan analisis selanjutnya.

Uji T

Tabel 4. Uji T

	Paired Samples Test						t	d f	Sig. (2- tailed)
	Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Servis Panjang	.00600	.01545	.00282	.00023	.01177	2.127	29	.042	

Tabel 4 menunjukkan bahwa tingkat signifikansi variabel diperoleh sig < 0,05 dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan latihan *flick serves* terhadap servis panjang dalam Bulutangkis.

PEMBAHASAN

Servis dalam permainan bulutangkis sangat penting karena servis merupakan serangan utama dalam permainan, (Haerun, Hasanuddin, dan Juhanis, 2020). bagi performa atlet untuk mencapai puncak prestasi. Mengingat pentingnya sebuah servis dalam meningkatkan performa atlet yaitu membuat perencanaan program latihan yang baik, maupun menyajikan program latihan secara tepat. Seorang pelatih memiliki wewenang dalam menyusun program latihan dalam meningkatkan kemampuan servis pendek maupun panjang agar dapat memiliki servis yang diinginkan. Servis panjang merupakan salah satu faktor penting dalam permainan bulutangkis. Servis panjang merupakan kemampuan suatu gerakan tipu untuk mengecoh lawan pada saat bermain bulutangkis banyak cara untuk meningkatkan keterampilan servis menurut beberapa hasil penelitian terkait seperti yang di sampaikan Hasil penelitian serupa oleh Guntur, dkk (2020) metode latihan drill terhadap peningkatan servis panjang menunjukkan adanya pengaruh terhadap peningkatan servis panjang.

Penelitian lainya teknik servis bulutangkis dengan metode latihan terus menerus rata-rata nilai yang didapat 26,125 dan teknik servis bulutangkis dengan metode latihan interval rata-rata nilai yang didapat 23,25 jadi ada selisih rata-rata 2,875. Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengaruh latihan terus menerus dan latihan interval, (Sumintarsih dan Tri Saptono, 2022). Serta penelitian terkait lainya pengaruh latihan target terhadap peningkatan ketepatan pukulan *long service forehand* bulutangkis pada atlet usia 12 - 15 tahun di PB. Ideal Kota Jambi berada pada kategori baik, (Wawan Junresti Daya, Sukendro, Suaidi, 2019). Hasil penelitian terkait lainya oleh Zuhendri dan Pramuji Sukoco Pengaruh latihan koordinasi mata tangan terhadap ketetapan drive pada ekstrakurikuler Bulutangkis hasil menunjukkan: (1) ada perbedaan pengaruh metode Latihan *drill* tetap dan *drill* kombinasi (*strokes*) terhadap ketepatan pukulan *drive*, *drill* tetap lebih baik daripada *drill* kombinasi (*strokes*); (2) ada perbedaan pengaruh koordinasi mata tangan tinggi dan rendah terhadap ketepatan pukulan drive, koordinasi mata tangan tinggi lebih baik daripada rendah; dan (3) ada interaksi antara metode latihan *drill* tetap dan *drill* kombinasi (*strokes*) dan koordinasi mata tangan tinggi dan rendah terhadap ketepatan pukulan *drive*

KESIMPULAN

Setelah melakukan pengujian dan menganalisis data dapat disimpulkan bahwa penelitian pengaruh latihan *flick serves* terhadap kemampuan servis panjang Bulutangkis pada siswa Walea Kepulauan meningkatkan signifikan setelah diberikan treatment latihan servis. Dengan gerakan yang diulang-ulang tentu dapat meningkatkan keinginan dan kemampuan siswa dalam teknik – teknik dasar gerakan servis panjang, secara menyeluruh dapat dikatakan bahwa latihan servis merupakan variabel yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan servis panjang siswa kelas 3 SMP Negeri Walea Kepulauan. Sehingga latihan tersebut dapat digunakan dalam upaya meningkatkan servis panjang.

Referensi

- Ali Maksum. (2012). Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Aksan, Hermawan. (2016). Mahir Bulutangkis. Bandung: Nuansa
- Arman, Arman. (2016). Hubungan Kadar Hemoglobin (Hb) dengan Daya Tahan Umum (general endurance) Pemain Sepakbola Club Bunga Lestari Kabupaten Gowa. FIK.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: RinekaCipta.
- Fahmi Abdul Fatah, R. M. (2017). Pengaruh Latihan Dengan Posisi Net Berubah Terhadap Hasil Short Servis Backhand Dalam Bulutangkis. Sportive, 1-7.
- Grice, Tony. (2007). Petunjuk Praktis Untuk Pemula Dan Lanjut.

- Guntur, I. Z. (2020). Pengaruh Metode Drill Terhadap Keterampilan Servis Panjang Permainan Bulutangkis Pada Ektrakurikuler di SMA Rengasdengklok. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 157-162.
- Harsono. (2001). *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kusuma.
- Indriana, Dina. 2011. *Ragam Alat Bantu Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Diva Pers.
- Kusuma, Indra, Angga., dkk. 2022. *Badminton For ALL*. Surabaya: Jakad Publishing.
- Poole, J. (2011). *Belajar Bulutangkis*. Bandung: Pionar Jaya.
- Pratomo, A.U.D. & Subiyono, H.S. (2013). Perbedaan Hasil Latihan Umpan Balik Lob Langsung Dan Lob Tak Langsung Terhadap Ketepatan Lob Dalam Olahraga Bulutangkis Di PB Tugu Muda Kota Semarang. *Journal of sport sciences and Fitness*.
- Saripin. (2015). Meningkatkan Gerak Dasar Short Servis Backhand Melalui Model Peer Teaching Pada Permainan Bulutangkis. *mimbar pendidikan dasar* , 47-52.
- Sugiono, (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta
- Sumintarsi, Saptono Tri. Teknik servis Bulutangkis dengan Metode Latihan Terus Menerus dan Interval. *Jurnal Indonesia Sosial Teknologi*, Vol 3, 1-11.
- Wawan Junresti Daya, S. S. (2019). Pengaruh Latihan Target Terhadap Peningkatan Ketepatan Pukulan Long Servis Forhand Bulutangkis pada Atlet Usia 12 - 15 tahun di PB Ideal Kota Jambi. *Cerdas Sifa*, 1-8.
- Tohar. (1992). *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Jakarta: Depdikbud.
- Yene, S. (2016). Peningkatan Servis Panjang Bulutangkis Melalui Model Problem Based Learning. *Jurnal pendidikan olahraga* , 165-174.
- Wacono, M, N, S., Janiarli, M. & Putra, M, A.(2021). Hubungan Koordinasi Mata-Tangan Dan Power Otot Lengan Dengan Ketepatan Servis Panjang Dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Ektrakurikuler SMP Negeri 5 Rambah Samo. *Sport Education And Health Journal Universitas Pasir Pengaraian*.
- Zulhendri, Sukoco. Pramuji. Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Drive Pada Ektrakurikuler Bulutangkis. *Jurnal Pedagogi Olahraga dan Kesehatan*, 2 (1), 2021, 1-13