



Tinjauan Penempatan Teknik *Backhand Overhead Lob* Bulu Tangkis PB Wardah Padang 2023

Andrifhannes Surya Gemilang, Syamsuar, Khairuddin, Muhammad Arnando

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

andrifhannessg@gmail.com, syamsuar912@gmail.com,

khairuddin.ai@gmail.com, 171050@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : *Backhand overhead lob*, Atlet, Bulu Tangkis

Abstrak : Masalah pada penelitian ini adalah belum ditinjau ketepatan teknik pukulan *backhand overhead lob* pada PB. Wardah 2023. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana kemampuan ketepatan teknik *backhand overhead lob* Bulutangkis PB Wardah Kota Padang. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* dengan teknik tes pengukur kemampuan Pukulan *Backhand Overhead Lob* menggunakan alat tes pukulan *Lob Poole Forehand and Backhand Clear Tes.* Subjek penelitian ini adalah atlet Bulutangkis PB Wardah Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet dan sampel berjumlah 15 atlet. Penelitian ini dilakukan di hall Benteng Kota Padang. Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan penelitian tentang tinjauan penempatan teknik *backhand overhead lob* bulutangkis PB Wardah Padang 2023 dalam kategori Normal.

Keywords : *Backhand overhead lob*, Athlete, Badminton

Abstract : The problem in this study is that the accuracy of the backhand overhead lob technique in PB has not been reviewed. Wardah 2023. The purpose of this study was to determine the accuracy of the backhand overhead lob technique in PB Wardah Badminton Padang City. The method used in this study was a survey method with a test technique for measuring the ability of the Backhand Overhead Lob using the Lob Poole Forehand and Backhand Clear Test. The subjects of this study were PB Wardah Badminton athletes in Padang City. The population in this study were all athletes and the sample consisted of 15 athletes. This research was conducted in the hall of the Citadel of Padang City. Based on the results of data analysis and discussion that has been carried out, the researcher concludes the research on the placement review of PB Wardah Padang 2023 badminton backhand overhead lob technique in the Normal category

PENDAHULUAN

Tujuan keolahragaan yaitu untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, Prestasi, kecerdasan, dan kualitas Manusia (Damrah, D., Pitnawati,

P., & Erianti, E. 2019). Menurut Bakhtiar, S., Khairuddin, K., Yelis, R., Putri, L. P., & Sari, S. N. (2020). Olahraga juga menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, kompetitif, dan disiplin, mempererat dan membina persatu-an dan

kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa dan menjaga perdamaian dunia.

Salah satunya adalah bulutangkis, olahraga yang terkenal dapat mengharumkan nama bangsa Indonesia ini karena mampu menjuarai berbagai event kejuaraan dunia baik dari Sea games sampai Olimpiade (Arnando, M. 2018). Menurut Arnando, M. M., Syafruddin, S., Ihsan, N., & Sari, D. N. (2022). mengatakan bahwa Bulu Tangkis adalah permainan yang dimainkan satu lawan satu (*single*) atau dua lawan dua (*double*) dengan cara memukul kok (*Shuttle Cock*) menggunakan raket agar melewati net, sehingga berusaha mengembalikan kok tersebut agar tidak jatuh di area sendiri. Dalam cabang olahraga bulutangkis terdapat teknik dasar, seperti yang dikemukakan Bisma Hardinata, (2022) bahwa "Teknik dasar keterampilan bulutangkis yang harus dikuasai pemain bulutangkis antara lain : (1) sikap berdiri (*stand*) (2) teknik memegang raket, (3) teknik memukul bola, (4) teknik langkah kaki (*Footwork*)". Keempat teknik dasar tersebut harus dikuasai pebulutangkis untuk menunjang atau mencapai tujuan permainan. Permainan bulutangkis mengenal adanya teknik pukulan. Menurut Haerun, M., Hasanuddin, H., & Juhani, J. (2020). Di antara semua teknik ini pukulan *backhand overhead lob* merupakan pukulan yang sering menjadi titik kelamahan bagi pemula karna teknik ini termasuk yang paling sulit di kuasai dalam bermain bulutangkis.

Pukulan lob dapat dilakukan dari bawah (*under head lob*) maupun dari atas kepala (*over head lob*). Pukulan lob merupakan pukulan yang sangat penting bagi pola pertahanan (*defensive*) maupun pola penyerangan (*offensive*) (Saputra, D. R. 2023). Oleh karena itu pembinaan perlu diberikan sejak awal.

Pukulan *backhand overhead lob* adalah "Pukulan yang *Backhand overhead lob* merupakan pukulan yang sangat sulit dilakukan terutama pada sasaran dengan posisi tubuh yang tidak menghadap ke lawan, sehingga akan mempengaruhi apabila setelah memukul dan mendapat pukulan selanjutnya dari lawan sulit dikembalikan" (Aji, R. B., & Komari, A. 2018). Oleh karena itu, salah satu persyaratan untuk sukses dalam bermain bulutangkis diperlukan penguasaan teknik dasar bermain bulutangkis, salah satunya teknik *backhand overhead lob* karna teknik ini dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu modal awal yang tidak dapat di pisahkan di dalam permainan bulutangkis dan juga menjadi salah satu penentu untuk memenangkan pertandingan.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan peneliti di lapangan dan wawancara dengan pelatih bahwa beberapa atlet sudah ada yang bisa menguasai teknik dasar bulutangkis namun sebagian besar atlet di PB Wardah ini kurang menguasai salah satu teknik dasar permainan bulutangkis antara lain: 1) Teknik pemegangan raket; 2) Teknik pukulan lob. Akan tetapi observasi tersebut masih bersifat pembicaraan yang tidak di sertai dengan fakta-fakta data yang valid. Berdasarkan latar belakang di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk bisa mendapatkan jawaban yang lebih valid dari permasalahan yang ada maka perlu dilakukan sebuah penelitian sehingga jawaban yang diberikan dapat dipertanggung jawabkan.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *survey* dengan teknik tes dan pengukuran. Subjek penelitian ini adalah

atlet Bulutangkis PB Wardah Kota Padang. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet dan sampel berjumlah 15 atlet. Penelitian ini dilakukan di hall Benteng Kota Padang. Metode pemilihan informan menggunakan metode purposive sampling dengan kategori atlet muda yang telah mengikuti beberapa pertandingan. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan mengukur kemampuan Pukulan *Backhand Overhead Lob* menggunakan alat tes pukulan *Lob Poole Forehand and Backhand Clear Tes*. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Menurut Syamsuar, S., & Reflianto, R. (2019). Statistik deskriptif adalah statistik yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan. Menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi, (Chumairoh, C., 2023).

HASIL

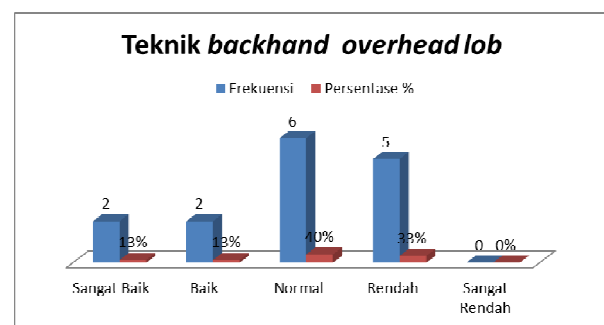
Dari hasil pengukuran dan pengolahan data keseluruhan tinjauan penempatan teknik *backhand overhead lob* Bulu Tangkis terlihat jumlah nilai tertinggi adalah 45 dan nilai terendah 14. Selanjutnya memperoleh nilai rata-rata hitung (mean) sebesar 25,2 dengan standar deviasi sebesar 9,28. Distribusi frekuensi data tinjauan penempatan teknik *backhand overhead lob* Bulu Tangkis pada tabel.

Tabel 1. Distribusi frekuensi data tinjauan penempatan teknik *backhand overhead lob* Bulutangkis

NO	Kategorisasi	Frekuensi	Persentase %
1	Sangat Baik	2	13%

2	Baik	2	13%
3	Normal	6	40%
4	Rendah	5	33%
5	Sangat Rendah	0	0%

Berdasarkan data di atas diketahui bahwa terdapat 0% atlet yang memiliki kriteria sangat kurang, 33% atlet memiliki kriteria kurang, 40% atlet yang memiliki kriteria yang normal, 13% atlet yang berkriteria baik dan 13% atlet yang berkriteria sangat baik. Data menunjukkan bahwa frekuensi terbesar penempatan teknik *backhand overhead lob* Bulutangkis PB Wardah Padang dalam kategori **Normal**.



Gambar 1. Histogram distribusi frekuensi tinjauan penempatan teknik *backhand overhead lob* Bulu Tangkis

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meninjau penempatan teknik *Backhand Overhead Lob* Bulutangkis PB Wardah Padang. Berdasarkan hasil penelitian bahwa tingkat penempatan teknik *Backhand Overhead Lob* Bulutangkis PB Wardah Padang terdapat 0% atlet yang memiliki kriteria sangat kurang, 33% atlet memiliki kriteria kurang, 40% atlet yang memiliki kriteria yang normal, 13% atlet yang berkriteria baik dan 13% atlet yang berkriteria sangat baik. Data menunjukkan bahwa frekuensi terbesar penempatan teknik *backhand overhead lob* Bulutangkis PB Wardah Padang dalam kategori **Normal**.

Berdasarkan data penelitian diatas menunjukkan bahwa frekuensi terbesar penempatan teknik *backhand overhead lob* atlet Bulutangkis PB Wardah Padang dalam kategori sedang. Hal ini didapat karena perbedaan keterampilan atlet, setiap atlet memiliki tingkat keterampilan yang berbeda-beda (Cania, A. A., & Alnedral, A. 2019). Beberapa atlet mungkin memiliki kemampuan alami dan keterampilan teknik yang lebih baik dalam melaksanakan *backhand overhead lob*, sehingga dapat menganggapnya sebagai teknik yang baik. Namun, ada juga atlet yang mungkin membutuhkan lebih banyak latihan dan pengalaman untuk menguasai teknik ini dengan baik, sehingga mereka mungkin menganggapnya sebagai teknik yang masih perlu ditingkatkan (Wulandari, I., & Arnando, M. (2019). Pengalaman juga menjadi faktor penting karena atlet yang telah memiliki pengalaman lebih lama dalam menggunakan teknik *backhand overhead lob* cenderung lebih mahir dan nyaman dalam melakukannya. Mereka mungkin memiliki pengetahuan dan keahlian lebih tentang kapan dan bagaimana menggunakan teknik ini secara efektif dalam permainan (Astri, N., & Zarwan, Z. 2018).

Berdasarkan pernyataan di atas hal tersebut menunjukkan bahwa semua faktor di atas saling terkait dan berkontribusi pada keberhasilan atau kegagalan penempatan teknik *backhand overhead lob*. Atlet juga harus meningkatkan lagi penempatan teknik *backhand overhead lob* agar dapat menunjang keberhasilan dalam sebuah pertandingan. Oleh karena itu, atlet perlu mengembangkan keterampilan teknik ini secara menyeluruh dan terus berlatih untuk mencapai tingkat keterampilan yang optimal dalam permainan bulu tangkis. Hal tersebut sejalan dengan pernyataan Lengga, S. W., Adi, S., & Fadhli, N. R. (2020). Teknik *backhand overhead lob*

yang baik dan benar tidak terlepas dari faktor akurasi yang merupakan bentuk dari koordinasi mata, tangan, dan footwork (kaki). Komponen-komponen dalam meraih prestasi yang terdiri dari kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Keempat faktor tersebut merupakan komponen penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Selain itu, ada faktor yang mempengaruhi prestasi atlet yang secara garis besar dapat dikelompokkan atas dua faktor, yaitu internal (dalam) dan eksternal (luar) (Gahafi, A., Arsil, A., Erianti, E., & Arnando, M. 2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan yang telah dilakukan, peneliti menyimpulkan penelitian tentang tinjauan penempatan teknik *backhand overhead lob* bulutangkis PB Wardah Padang 2023 dalam kategori Normal. Faktor-faktor teknik *backhand overhead lob* bulutangkis saling terkait dan berkontribusi pada keberhasilan atau kegagalan penempatan teknik *backhand overhead lob*. Atlet juga harus meningkatkan lagi penempatan teknik *backhand overhead lob* agar dapat menunjang keberhasilan dalam sebuah pertandingan. Oleh karena itu, peran pelatih dan pengurus cabang olahraga juga diperlukan untuk memperhatikan tehnik yang perlu titingkatkan oleh atletnya. Atlet perlu mengembangkan keterampilan teknik ini secara menyeluruh dan terus berlatih untuk mencapai tingkat keterampilan yang optimal dalam permainan bulu tangkis.

DAFTAR PUSTAKA

Aji, R. B., & Komari, A. (2018). Tingkat Kemampuan Pukulan Lob Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Di Sd Budi Mulia Dua Panjen Yogyakarta Level Of

- Students'lob Shots Ability On The Badminton Extracurricular Held In The Budi Mulia Dua Panjen Elementary School, Yogyakarta. Pgsd Penjaskes, 7(7).
- Arnando, M. M., Syafruddin, S., Ihsan, N., & Sari, D. N. (2022). Pengaruh Metode Latihan Sirkuit Dan Madu Terhadap Kemampuan Vo2 Max Atlet Bulutangkis Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 7(1), 99-107.
- Arnando, M. 2018. Pengaruh Latihan Ledder Drill (Agility) terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 109-109
- Astri, N., & Zarwan, Z. (2018). Studi Kemampuan Teknik Pukulan Lob dan Netting Atlit Bulutangkis PB. Semen Padang. *Jurnal JPDO*, 1(2), 148-153
- Bakhtiar, S., Khairuddin, K., Yelis, R., Putri, L. P., & Sari, S. N. (2020). Pengaruh Umpan Balik, Koordinasi terhadap Kemampuan Objek Kontrol Siswa Paud. *Sporta Sainatika*, 5(1), 59-71.
- Bisma Hardinata, B. R. I. A. N. T. A. R. A. (2022). Survei Keterampilan Servis Pendek Dan Servis Panjang Bulutangkis Usia 13-15 Tahun Putra Di Desa Kembang (Doctoral Dissertation, Stkip Pgri Pacitan).
- Cania, A. A., & Alnedral, A. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Atletik Jarak Menengah Unit Kegiatan Universitas Negeri Padang. *Jurnal JPDO*, 2(1), 192-197.
- Chumairoh, C. (2023). Pengaruh Product Placement pada Sinetron "Ikatan Cinta" terhadap Minat beli yang dimoderasi Sikap Konsumen (Doctoral dissertation, STIE PGRI Dewantara Jombang).
- Damrah, D., Pitnawati, P., & Erianti, E. (2019). Pelatihan Tenis Terhadap Guru Pendidikan Jasmani sekolah Dasar Negeri di Kota Padang. *Widya Laksana*, 8(2), 202-207.
- Gahafi, A., Arsil, A., Erianti, E., & Arnando, M. (2023). Hubungan Kelincahan dan Koordinasi Mata Kaki terhadap Kemampuan Dribbling Bola Pada Pemain PSKB. *Jurnal JPDO*, 6(3), 115-121.
- Haerun, M., Hasanuddin, H., & Juhanis, J. (2020). Survei Tingkat Keterampilan Servis Pendek Dalam Permainan Bulutangkis Pada Mahasiswa Bkmf Bulutangkis Fik Unm (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Makassar).
- Lengga, S. W., ADI, S., & FADHLI, N. R. (2020). Metode Latihan Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Backhand Overhead Clear Pada Atlet Bulutangkis Usia 8-12 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, 4(2), 20-30.
- Syamsuar, S., & Reflianto, R. (2019). Pendidikan dan tantangan pembelajaran berbasis teknologi informasi di era revolusi industri 4.0. *E-Tech: Jurnal Ilmiah Teknologi Pendidikan*, 6(2).
- Saputra, D. R. (2023). Pengaruh Latihan Lempar Shuttelcock Terhadap Kemampuan Pukulan Lob Pada Pemain Bulutangkis Pb Bungo Sport Kabupaten Bungo. *Jurnal Tunas*

Pendidikan, 5(2), 502-510.
Wulandari, I., & Arnando, M. (2019).
Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan
Terhadap Kecepatan Service Tennis.
Jurnal Performa, 4(1), 19-28.