



Studi Kemampuan Teknik Smash Dan Servis Atlet Bulutangkis Persatuan Bulutangkis All Star Junior Kota Payakumbuh

Anki Pagamo, Kamal Firdaus, Erianti, Muhammad Arnando

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang
ankipagamo2001@gmail.com, kamalfirdaus@fik.unp.ac.id, erianti@fik.unp.ac.id,
muhammadarnando@fik.unp.ac.id

Kata Kunci: *Kemampuan Teknik Smash, Servis Bulutangkis*

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya prestasi yang diduga disebabkan oleh kemampuan teknik pemain bulutangkis Persatuan Bulutangkis All Star Junior Kota Payakumbuh. Tujuan untuk mengetahui kemampuan teknik yang dimiliki pemain bulutangkis Persatuan Bulutangkis All Star Junior Kota Payakumbuh yang berkenaan dengan teknik *servis* dan *smash*. Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi pada penelitian ini adalah atlet PB All Star Junior berjumlah 25 orang dengan usia 12-17 tahun. Terdiri dari 10 putri dan 15 putra. Penarikan sampel dilakukan dengan teknik *total sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan cara melakukan tes *servis* pendek, tes *servis* panjang dan tes *smash*. Sedangkan analisa data dilakukan menggunakan deskriptif statistik dengan rumus $P = F/N * 100\%$. Hasil penelitian ini menunjukkan: 1) Teknik *servis* pendek atlet PB All Star Junior 11 orang berada di skor 21-30 (44,00%) pada kategori "cukup". 2) Teknik *servis* panjang atlet PB All Star Junior 12 orang berada di skor 21- 30 (48,00%) pada kategori "cukup". 3) Teknik *smash* atlet PB All Star Junior 14 orang berada di skor 50-59 (56,00%) pada kategori "kurang sekali".

Keywords: *Smash Technique Ability, Badminton Serve*

Abstract: *The problem in this study originates from the researcher's observations, namely the low technical ability of the Payakumbuh City All Star Junior Badminton Association players. This study aims to determine both the technical abilities possessed by Badminton All Star Junior Association badminton players in Payakumbuh City with regard to serve and smash techniques. This type of research is descriptive research. The population in this study were 25 PB All Star Junior athletes aged 12-17 years. Consists of 10 female athletes and 15 male athletes. Sampling was carried out using a saturated sampling technique or also called a census. Data collection was carried out by conducting short service tests, long service tests and smash tests. Meanwhile, data analysis was performed using descriptive statistics. The results of this study indicate: 1) The short serve technique of 11 PB All Star Junior athletes is at a score of 21-30 (44.00%) in the fair category. 2) The long serve technique of 12 PB All Star Junior athletes is at a score of 21-30 (48.00%) in the moderate category. 3) The smash technique of 14 PB All Star Junior athletes is at a score of 50-59 (56.00%) in the less once category*

PENDAHULUAN

Olahraga adalah suatu kegiatan aktifitas fisik yang bisa dilakukan diluar maupun di dalam ruangan (Argantos, 2020). Olahraga bulutangkis banyak digemari oleh

tua dan muda, baik laki- laki maupun perempuan, khususnya di Indonesia. Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan

kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional (Hasriwandi Nur, 2018). Kegiatan olahraga saat ini juga sudah menjadibagian dari kehidupan masyarakat. Seseorang melakukan olahraga dengan tujuan masing-masing terutama untuk mendapatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, maupun kesenangan (Sepriadi, 2017). Menurut Rika & Eldawaty (2018) masyarakat sangat perlu untuk berolahraga karena dengan berolahraga dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani seseorang, salah satu hal yang paling penting adalah bagaimana suatu masyarakat selalu terlihat sehat. Menurut Dessi N. S., Indri W., & Sefri H. (2020) Pembentukan dan pengembangan olahraga harus dikembangkan sedini mungkin semaksimal mungkin, untuk menciptakan generasi muda berprestasi dan nama bangsa. Seiring dengan perkembangan zaman kegiatan olahraga banyak mengalami peningkatan. Olahraga ini merupakan olahraga prestasi yang dipertandingkan baik ditingkat daerah maupun sampai ke tingkat dunia. Oleh sebab itu banyak daerah-daerah yang melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga bulutangkis. Dalam Undang-Undang RI Nomor 11 tahun 2022 tentang olahraga prestasi pada pasal 1 ayat 7&12 yang menyatakan bahwa:

“Pembina Olahraga adalah orang yang memiliki minat dan pengetahuan, kepemimpinan, kemampuan manajerial, dan/atau pendanaan yang didedikasikan untuk kepentingan pembinaan dan pengembangan Olahraga. Olahraga Prestasi adalah Olahraga yang membina dan mengembangkan Olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan”.

Berdasarkan kutipan yang telah dikemukakan di atas maka, salah satu wilayah di Sumatera Barat yaitu Kota Payakumbuh telah melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga bulutangkis. Bulutangkis adalah cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat diseluruh dunia, permainan bulutangkis dapat dimainkan mulai dari anak-anak hingga orang dewasa dan dapat dilakukan di dalam maupun di luar ruangan (Iwan Hasyim, Iyan Nurdiyan Hari, Deni Mudian. 2018).

Olahraga bulutangkis memiliki karakter olahraga yang cepat jadi pemain harus memiliki fisik, teknis, kualitas taktis, dan mental untuk memenangkan permainan (Eval Edmizal. 2019). Permainan bulutangkis dimulai dengan penyajian *shuttlecock* atau servis dari salah seorang pemain ke lawannya secara diagonal atau jalannya *shuttlecock* menyilang. Jika *servis* diterima oleh penerima *servis* maka terjadilah permainan yakni saling memukul *shuttlecock* melewati atas net hingga terjadi *shuttlecock* tidak dalam permainan (mati). Permainan bulutangkis dimainkan dengan sistem *rally point* dengan mencari angka 21 poin dalam setiap set/gim. Akan tetapi, jika terjadi imbang 20-20 jelang akhir pertandingan, laga akan dilanjutkan dengan aturan *deuce*. Adapun jumlah set dalam permainan bulutangkis adalah 2 dan 3 set. Pemain/tim yang meraih 2 kemenangan langsung berarti memenangi pertandingan. Sementara dibutuhkan 3 set jika terjadi setiap pemain/tim meraih satu kemenangan set. Set atau gim ketiga disebut *rubber game*.

Menurut Syafruddin (2011) Prestasi terbaik (top/peak performance) atlet merupakan hasil dari pembinaan dan latihan yang diberikan kepada atlet melalui latihan-latihan dan kompetensi yang terprogram dengan baik dan terarah. Pencapaian prestasi atlet terbaik atlet ditentukan dan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara garis besar

dapat dikelompokkan atas dua faktor, yaitu faktor internal (dalam) dan faktor eksternal (luar).

Faktor internal adalah faktor yang berasal dari dalam, yaitu dari diri atlet itu sendiri dengan segala potensi yang dimilikinya. Keberhasilan prestasi yang ditunjukkan/ditampilkan seorang atlet dalam suatu kompetisi terutama ditentukan dan dipengaruhi oleh kemampuan atau potensi atlet itu sendiri secara terpadu, baik kemampuan fisik, teknik, taktik, dan kemampuan mentalnya. Prestasi terbaik seorang atlet tidak akan dapat dicapai dengan gemilang tanpa perpaduan keempat komponen/unsur prestasi tersebut. Oleh karena itu, untuk meraih prestasi puncak dalam suatu cabang olahraga perlu dilakukan pembinaan secara intensif dan terprogram dengan baik terhadap keempat komponen prestasi tersebut.

Sedangkan yang dimaksud dengan faktor eksternal adalah faktor yang mempengaruhi prestasi atlet yang berasal dari luar diri atlet, atau dari luar potensi yang dimiliki atlet, meliputi: faktor pelatih, program latihan, gizi, sarana dan prasarana, motivasi atlet. Intinya adalah semua faktor yang mempengaruhi prestasi atlet yang berasal dari luar diri atlet.

Teknik merupakan keterampilan khusus yang harus dikuasai oleh atlet bulutangkis. Penguasaan teknik yang bagus, sangat mendukung dalam penguasaan lapangan. Sedangkan teknik menurut Kamal Firdaus (2019), merupakan suatu cara atau prosedur yang digunakan oleh seseorang agar sesuatu dapat dilakukan dengan cepat dan berhasil. Penguasaan suatu teknik selain dibutuhkannya kondisi fisik, juga memerlukan latihan secara berulang-ulang terhadap suatu teknik yang dipelajari gunanya

untuk memantapkan dan menstabilkan keterampilan teknik yang dimiliki.

Teknik di dalam permainan bulutangkis itu ada dua yaitu teknik pukulan dan teknik footwork menurut Tohar (2005) "teknik pukulan adalah cara-cara melakukan pukulan dalam permainan bulutangkis dengan tujuan untuk menerbangkan shuttlecock ke bidang lapangan lawan". Dan menurut Muhammad Arnando (2018) "Footwork (olah kaki) dalam bulutangkis berfungsi membawa tubuh pada suatu titik tertentu sesuai dengan datangnya bola dan kemudian baru membuat suatu gerakan memukul bola secara tepat dan cermat ke suatu arah tertentu di lapangan lawan.

Dalam permainan bulutangkis ada beberapa teknik pukulan yang harus dikuasai oleh pemain, menurut Zarwan (2020) antara lain: *servis*, *lob*, *smash*, *dropshot*, *drive* dan *net shot*. Teknik-teknik tersebut merupakan faktor yang mempengaruhi dari karakteristik permainan bulutangkis untuk membantu penampilan pemain pada saat di dalam lapangan.

Salah satu teknik yang penting dalam permainan bulutangkis itu adalah *servis*. Karena *servis* menurut Poolee dalam Sofyan Ardyanto (2018) mengatakan "pada permainan bulutangkis teknik dasar servis adalah pukulan pertama untuk mengawali permainan. *Servis* dalam bulutangkis ada 2 yaitu *servis* pendek dan panjang. *Servis* pendek merupakan pukulan dengan raket yang menerbangkan shuttlecock ke bidang lapangan lain dengan arah diagonal yang bertujuan sebagai pembuka permainan dan merupakan pukulan yang penting dalam permainan bulutangkis". *Servis* adalah salah satu syarat untuk memulai permainan. Jika *servis* tidak dilaksanakan dengan baik atau sering terjadi kesalahan, tentu permainan

tidak akan dimulai dan sangat mudah sekali lawan untuk mendapatkan point.

Selain pukulan *servis* sebagai syarat untuk memulai permainan dan menjadi salah satu upaya untuk melakukan serangan pertama. Untuk mematikan gerak lawan secara cepat, tepat dan kuat dapat diperlukan pukulan *smash* dengan jatuh shuttlecock harus sepanjang garis atau tertuju penuh badan lawan dan dapat mematikan lawan dengan cepat. Menurut Prayadi & Rachman, dalam Syahriadi, S. (2020) mengatakan "*Smash* adalah pukulan *overhead* (atas) yang diarahkan kebawah dan dilakukan dengan tenaga penuh. *Smash* merupakan salah satu senjata pemain untuk dapat memperoleh point demi point, karena di dalam permainan bulutangkis, pemain yang berusaha mencoba untuk melakukan serangan, maka pemain tersebut lebih besar peluang untuk mendapatkan point dibandingkan pemain yang bertahan. Oleh sebab itu, pukulan *smash* harus dimiliki oleh setiap pemain bulutangkis.

PB All Star Junior merupakan salah satu klub bulutangkis yang berada di kota Payakumbuh. Di PB All Star Junior pembinaan sudah dilakukan semenjak bulan November tahun 2015 sampai sekarang masih aktif dan banyak peminatnya. Latihan dilakukan pada hari Selasa, Kamis, dan Minggu pagi. Rata-rata setiap latihan para Atlet memiliki frekuensi latihan 4 jam, dengan waktu latihan pada hari Selasa dan Kamis mulai pukul 16.30-21.30 WIB dan hari Minggu mulai pukul 08.30-12.30 WIB. Tujuan diadakannya latihan bulutangkis ini untuk dapat meraih prestasi pada pertandingan bulutangkis ditingkat daerah maupun nasional.

Berdasarkan data yang diperoleh dan wawancara peneliti dengan Dendy Fajar selaku pelatih PB All Star Junior mengenai prestasi atletnya. Pertandingan yang telah di

ikuti oleh PB All Star Junior dari mulai tingkat Daerah, Kota dan Provinsi, seperti pada pertandingan O2SN baik tingkat SD, SMP, SMA dan pertandingan Walikota Cup, serta Gubernur Cup yang diadakan di Sumatera Barat. Dari beberapa pertandingan yang diikuti tersebut sebagai atlet pernah meraih juara 1, 2 dan 3.

Berdasarkan data prestasi yang di peroleh dari pelatih di beberapa pertandingan yang diikuti oleh PB All Star Junior pada tahun 2019 Pekan Olahraga Santri Antar Daniyah mendapat juara 1 tunggal putra, Open Turnamen Bulutangkis Piala Bupati Pasaman Timur mendapat juara 1 tunggal pemula putra, juara 2 tunggal usia dini putri, dan juara 3 tunggal remaja putri. Pada tahun 2020 Kejuaraan Batam Open tunggal putri gugur di babak penyisihan. Pada Open Turnamen Bulutangkis Piala Bupati Tahun 2021 mendapat juara 1 tunggal putri dan tunggal putra hanya mampu bertahan di babak perdelapan final. Pada tahun 2022 Piala Gubernur Sumatera Barat mendapat juara 3 tunggal putri.

Namun sejak tahun 2022 sampai sekarang, terjadi penurunan prestasi hal ini dapat dilihat dari di beberapa hasil pertandingan yang di ikuti oleh PB All Star Junior masih banyak atlet yang tidak mencapai prestasi puncak sejak tahun 2019 sampai sekarang, dilihat pada tahun 2020 pada Kejuaraan Batam Open Se- Sumatera tunggal putri dan ganda putra gugur di babak penyisihan. Tahun 2021 dalam Turnamen PB. Djarum tunggal putri hanya mampu mencapai babak perdelapan final dan tunggal putra gugur di babak penyisihan dan tahun 2022 Liga Bulutangkis Sumatera Barat tunggal putri, tunggal putra dan ganda putra gugur di tahap penyisihan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di lapangan pada saat pertandingan

maupun latihan dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan prestasi atlet PB All Star Junior. Kenyataannya pada saat melakukan teknik *servis* dan *smash* disaat latihan maupun saat pertandingan, atlet PB All Star Junior belum sesuai dengan apa yang diharapkan, hal ini dibuktikan pada saat *servis forehand* masih banyak cock yang belum sampai melambung tinggi ke area belakang lapangan, tentu posisi cocknya akan berubah menjadi bola yang tanggung, sehingga lawan dapat dengan mudah melakukan *smash* dan berarti peluang lawan untuk mendapatkan point sangat besar. Begitu juga dengan teknik pukulan *backhand servis* pendek, saat melakukan *servis backhand* pendek masih banyaknya cock yang menyangkut di permukaan net dan jalannya bola parabol atau tanggung di atas net sehingga dengan mudah lawan dapat melakukan pukulan serangan atau tekanan kepada si pemain, baik itu di pemain tunggal maupun ganda. Dan pada saat melakukan pukulan *smash* juga dibuktikan dari bolanya yang tidak tajam kebawah, arah cock saat *smash* selalu terdorong ke belakang sehingga bolanya out (keluar). Dan sangat sedikit sekali kesempatan percobaan untuk melakukan *smash*. Sehingga peluang untuk mendapatkan point bagi pemain sangat kecil.

Berdasarkan data, dan hasil wawancara tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mendalam mengenai kemampuan teknik *smash* dan *servis* pada atlet PB. All Star Junior Kota Payakumbuh. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menjadi evaluasi latihan berupa keterampilan *smash* dan *servis*, sehingga dapat menjadi acuan pelatih dalam menyusun program latihan yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *smash* dan *servis* pada atlet bulutangkis PB. All Star Junior Kota Payakumbuh.

METODE

Jenis penelitian ini tergolong pada jenis penelitian deskriptif. Populasi menurut Arikunto (2010), “merupakan keseluruhan dari objek penelitian“. Populasi penelitian ini atlet Bulutangkis PB. All Star Junior yang berjumlah 25 orang, dengan rincian yaitu 15 orang putra dan 10 orang putri. Sampel berpedoman jumlah populasi di atas, jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu 25 dengan teknik pengambilan sampel yaitu *total sampling*, sebagai mana yang dikatakan oleh Sugiono (2010) bahwa, purposive sampling adalah teknik pengambilan sampel yang diambil berdasarkan pertimbangan tertentu, dengan tujuan hasil tes homogen. Ini dikarenakan perbedaan kondisi fisik putra dan putri.

Instrumen tes servis pendek, tes servis panjang dan tes *smash*. Teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu statistik persentase dengan rumus $P = \frac{F}{N} \times 100\%$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Kemampuan Teknik Servis Pendek

Hasil data kemampuan teknik *servis* pendek bulutangkis dari 25 orang atlet bulutangkis club PB All Star Junior Kota Payakumbuh, ditemukan nilai tertinggi adalah 42 dan nilai terendah 19. Distribusi skor menghasilkan rata-rata hitung (*mean*) 29,44 dan simpangan baku (*standar deviasi*) adalah 6,64.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Teknik Servis Pendek Backhand Atlet Bulutangkis Club PB All Star Junior

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut (F _a)	Frekuensi Relatif (F _r)	Kategori
1	2-11	2	8,00	Baik Sekali
2	11-20	6	24,00	Baik
3	21-30	11	44,00	Cukup
4	31-40	6	24,00	Kurang
	Jumlah	25	100,00	

2. Kemampuan Teknik Servis Panjang

Hasil data kemampuan teknik servis panjang bulutangkis dari 25 orang atlet bulutangkis club PB All Star Junior, ditemukan nilai tertinggi adalah 43 dan nilai terendah 18. Distribusi skor menghasilkan rata-rata hitung (*mean*) 31,36 dan simpangan baku (*standar deviasi*) adalah 7,58. Distribusi frekuensi hasil data kemampuan teknik servis panjang atlet bulutangkis PB All Star Junior tersebut dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Teknik Servis Panjang Atlet Bulutangkis Club PB All Star Junior

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Relatif (Fr)	Kategori
1	18 - 20	4	16,00	Baik Sekali
2	21 - 23	5	20,00	Baik
3	24 - 26	12	48,00	Cukup
4	27 - 30	4	16,00	Kurang
	Jumlah	25	100	

3. Kemampuan Teknik Smash

Hasil data kemampuan teknik smash bulutangkis dari 25 orang atlet bulutangkis club PB All Star Junior, ditemukan nilai tertinggi adalah 72 dan nilai terendah 50. Distribusi skor menghasilkan rata-rata hitung (*mean*) 57,68 dan simpangan baku (*standar deviasi*) adalah 6,65. Distribusi frekuensi hasil data kemampuan teknik smash atlet bulutangkis PB All Star Junior tersebut dapat dilihat pada tabel 7.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Teknik Smash Atlet Bulutangkis Club PB All Star Junior

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Relatif (Fr)	Kategori
1	50 - 54	6	24%	Baik Sekali
2	55 - 59	8	32%	Baik
3	60 - 64	9	36%	Cukup
4	65 - 69	2	8%	Kurang
5	70 - 72	10	40%	Berbagai Kategori
	Jumlah	25	100	

B. Pembahasan

1. Kemampuan Teknik Servis

1) Servis Pendek

Servis pendek (*short service*) dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu teknik servis yang dilakukan dengan cara *backhand* dan juga cara *forehand*, seorang atlet bulutangkis harus menguasai kedua cara servis ini. Cara melakukan servis pendek *backhand* menurut Sapta Kunta purnama (2010) cara pelaksanaan servis pendek yang baik dan benar yaitu 1) Berdirilah sedekat mungkin dengan garis depan. 2) Letakan kedua kaki dapat sejajar atau depan belakang menyesuaikan kebiasaan. 3) Shuttlecock dipegang salah satu tangan dengan ketinggian dibawah pinggang. 4) Kepala raket ditempatkan dibelakangkepala shuttlecock. 5) Tentukan arah sasaran servis, lihat shuttlecock, lakukan pukulan dengan halus untuk mendapatkan arah shuttlecock yang sesuai dengansasaran dan tipis diatas net.

Sedangkan servis pendek *forehand* cara melakukannya menurut Zarwan (2014) terdiri dari tiga tahap yaitu sikap awal, saat pelaksanaan dan sikap akhir. Sikap awal yaitu kaki kiri di depan dan kaki kanan di belakang kira-kira selebar bahu bagi yang memegang raket dengan tangan kanan atau sebaliknya. Berat badan pada kaki kiri belakang dan shuttlecock dipegang dengan tangan kiri maksimum setinggi pinggang arah kanan di depan badan. Tangan melakukan pukulan berada di belakang shuttlecock, pandangan antarashuttlecock dan sasaran.

Kemudian pada saat pelaksanaan atau saat melakukan pukulan, pindahkan berat badan pada kaki depan. Gerakan tangan yang melakukan servis berkelanjutan arah ke depan dan perkenaan shuttlecock dengan raket berada di depan badan dengan tenaga yang sedikit. Boleh melakukan dengan mengiris shuttlecock

agar jalannya lebih rendah. Selanjutnya sikap akhir, setelah *servis* dilakukan maka diikuti dengan pengambilan sikap siap untuk melakukan pukulan yang berikutnya.

Dalam penelitian ini untuk mengetahui kemampuan *servis* pendek dilakukan dengan cara *backhand*. Berdasarkan analisis data 25 orang atlet bulutangkis club PB All Star Junior, hanya 2 orang yang memiliki *servis* pendek kategori baik sekali dan 6 orang atlet kategori baik. Hal ini berarti lebih dari sebagian dari jumlah sampel belum memiliki keterampilan *servis* pendek karena berada pada kategori cukup dan kurang.

2) *Servis Panjang*

Servis panjang dalam permainan bulutangkis sering disebut juga dengan *long service*. Menurut Icut dalam Yandi Yolanda Nasri (2019) "*Long service* merupakan servis tinggi yang biasanya digunakan dalam permainan tunggal". Sedapat mungkin memukul *shuttlecock* sampai dekat garis belakang dan menukik tajam lurus ke bawah. Sedangkan menurut Tohar (2005), menyatakan bahwa : "*Servis* panjang adalah pukulan *service* yang dilakukan dengan cara memukul *shuttlecock* setinggi-tingginya, dan jatuh ke garis belakang bidang lapangan lawan. Berdasarkan pendapat para ahli, dapat disimpulkan bahwa servis panjang adalah pukulan servis yang dilakukan dengan cara memukul *shuttlecock* setinggi-tingginya dan jatuh ke garis belakang bidang lapangan lawan. Pemain tunggal adalah pemain yang lebih sering menggunakan servis panjang dari pada servis pendek. Pukulan *shuttlecock* yang tinggi dan berada di garis belakang lawan ketika melakukan servis, lawan akan merasa kesulitan dalam melakukan pukulan pengembalian servis tersebut sehingga pemain yang melakukan servis tadi dapat mempunyai

kesempatan untuk menyerang lawan serta mendapatkan poin.

Berdasarkan analisis data tentang kemampuan teknik *servis* panjang (*long service*) dari 25 orang atlet bulutangkis PB All Star Junior, ditemukan ada 4 orang atlet kategori baik sekali dan ada 5 orang atlet kategori baik. Selebihnya sebanyak 16 orang atlet memiliki kemampuan *servis* panjang kategori cukup dan kategori kurang. Hal ini dapat dikatakan kemampuan *servis* panjang atlet bulutangkis PB All Star Junior masih banyak yang belum baik.

Kemampuan seseorang untuk dapat melakukan *servis* panjang dengan baik dalam permainan bulutangkis, tentu banyak faktor pendukung atau dipengaruhi oleh beberapa faktor. Diantaranya adalah kekuatan otot lengan sesuai dengan pendapat Khairul Hadziq (2013) "*pukulan lob* adalah pukulan dengan tujuan menerbangkan *shuttlecock* setinggi mungkin dan mengarah jauh ke daerah permainan lawan bagian belakang". Kemudian faktor kelentukan tubuh, diperlukan dalam mengayun lengan sejauh mungkin dari arah belakang lalu ke depan dengan koordinasi gerakan yang baik. Menurut Arie Asnaldi (2016) pukulan lob adalah "*pukulan melambung shuttlecock* yang diarahkan tinggi kebelakang wilayah lawan" Di samping itu diperlukan konsentrasi untuk mengarahkan *shuttlecock* agar tidak keluar lapangan, selanjutnya kemampuan *servis* panjang ini dapat ditingkatkan melalui latihan secara berulang-ulang, kontiniu dan berkesinambungan.

2. Kemampuan Teknik *Smash*

Smash dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu teknik pukulan yang keras, *shuttlecock* yang dipukul pada saat melambung tinggi sehingga dapat mati di daerah permainan lawan. Hal ini sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh James Poole

dalam Moh Tri Mulyono (2016) mengatakan pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis adalah “senjata yang sangat ampuh untuk mengumpulkan angka dalam suatu pertandingan bulutangkis”. Seseorang mampu untuk melakukan *smash* dengan tepat sasaran, tentu banyak faktor yang mempengaruhinya, diantaranya adalah daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan, koordinasi mata-tangan, perkenaan bola dengan tangan, keseimbangan tubuh diudara, ayunan lengan, kecepatan reaksi dan serta emosional pemain pada saat melakukan *smash* (Yulifri, 2018).

Berdasarkan analisis data tentang kemampuan *smash* dari 25 orang atlet bulutangkis club PB All Star Junior, ditemukan untuk kategori baik sekali dan kategori baik tidak ada satu orangpun, sedangkan untuk kategori cukup hanya 3 orang atlet. Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sebagian besar dari jumlah sampel belum memiliki kemampuan teknik *smash* dengan baik, karena ada sebanyak 22 orang atlet kemampuan *smash*nya kategori kurang dan kurang sekali. Hal ini diketahui dari pengukuran kemampuan teknik *smash* sesuai dengan tes yang diberikan kepada atlet sebagai sampel dalam penelitian ini.

Penguasaan teknik pukulan *smash* ini sangat penting bagi atlet untuk mengumpulkan poin dalam meraih kemenangan. Di samping itu kemampuan teknik *smash* dapat juga dikatakan sebagai kekuatan untuk meraih kemenangan. Kemudian dalam melakukan *smash* yang perlu diperhatikan antara lain misalnya pukulan *smash* digunakan secara *ekstensif* dalam partai ganda. Semakin tajam sudut yang anda buat semakin sedikit waktu yang dimiliki lawan untuk bereaksi. Selain itu semakin akurat *smash* yang digunakan seseorang, semakin

luas lapangan yang harus ditutupi pemain lawan.

Dalam melakukan *smash* memang tidaklah mudah karena diperlukan latihan secara maksimal, melalui latihan proses gerakan *smash* dapat diperbaiki dan ditingkatkan kemampuannya. Artinya dengan melakukan latihan-latihan *smash* dengan teknik yang benar, dilakukan secara kontiniu dan berkesinambungan akan dapat meningkatkan kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis. Di samping itu kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis didukung oleh unsur-unsur kondisi fisik seperti daya ledak otot tungkai untuk setinggi mungkin loncatan untuk meraih *shuttlecock*, kelentukan tubuh dan daya ledak otot lengan untuk memukul *shuttlecock* sekeras mungkin, serta koordinasi mata-tangan agar *shuttlecock* dapat di arahkan sesuai dengan yang diinginkan atau daerah yang sulit diterima oleh pemain lawan.

SIMPULAN

1. Teknik servis pendek backhand, hanya dua atlet kategori baik sekali, enam atlet kategori baik dan sebanyak tujuh belas atlet kategori cukup dan kategori kurang.
2. Teknik servis panjang forehand, hanya empat atlet kategori baik sekali, lima atlet kategori baik dan sebanyak enam belas atlet kategori cukup dan kategori kurang.
3. Teknik *smash*, tidak ada satu orang pun atlet yang memilikinya kategori baik sekali dan kategori baik, sedangkan untuk kategori cukup hanya tiga orang atlet. Artinya sebanyak dua puluh dua atlet kategori kurang dan kategori kurang sekali.

DAFTAR PUSTAKA

- Argantos. 2020. Pelaksanaan Latihan Beban di Axel Fitness. Padang: Universitas

- Negeri Padang Jurnal Performa Olahraga Volume 5 Nomor 1, 2020, Hlm 18-25 ISSN Online : 2714-660X ISSN Cetak : 2528-6102 Journal Homepage : <http://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel>
- Arie, Asnaldi. (2016). Hubungan Pendekatan Latihan Mased Practice Dan Distributed Practice Terhadap Ketepatan Pukulan Lob Pemain Bulutangkis. *Jurnal Menssana*, 1(2), 20-26.
- Dessi. N. S., Indri W., & Sefri H. 2020. Contributions of Arm Muscle Strength Against Forehand Drive Skills for Table Tennis Athletes. In 1st International Conference of Physical Education (ICPE 2019) (pp. 120-123). Atlantis Press.
- Hasriwandi Nur, N. Nirwandi, and A. Asmi. 2018. "Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma N 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 93-101.
- Eval, Edmizal dan Vega, Soniawan. 2019. Analisis Pengembangan Agility Test Spesifik Bulutangkis. Padang: Universitas Negeri Padang Jurnal Performa Volume 4. Nomor 1. Juni 2019 ISSN (Cetak) : 2528-6102 <http://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/index>
- Hasyim, Iwan., Iyan Nurdiyan Hari., dan Deni Mudian. 2018. Pengaruh Metode Latihan Sirkuit Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bulutangkis. Subang: Universitas Subang BIORMATIKA Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang Vol. 4 No. 1 Februari 2018 ISSN (p) 2461-3961 (e) 2580-6335
- Kamal, Firdaus & Febrio, M., (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Putra Bulutangkis PB. Formula Kota Padang Panjang. *Jurnal JPDO*, 2(3), 12-15
- Khairul Hadziq. 2013. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Bandung: Yrama Widya
- Muhammad Arnando. (2018). Pengaruh Latihan Ledder Drill (*Agility*) terhadap Kemampuan Footwork Bulutangkis Mahasiswa Unit Kegiatan Olahraga Universitas Negeri Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 109-109.
- Mulyono, M. T. (2016). Hubungan Power Lengan, Kekuatan Genggaman, Dan Kekuatan Otot Tungkai Dengan Hasil Smash Penuh (survey pada klub Hamas Mangkang Semarang tahun 2015). (Doctoral dissertation, Universitas Negeri Semarang)
- Nasri, Y. Y., Sepdanius, E., & Haris, F. (2019). Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Kemampuan Servis Panjang Pemain Bulu Tangkis SMA Negeri 1 Lengayang Kabupaten Pesisir Selatan. *Jurnal Stamina*, 2(3), 227-240.
- Rika S. & E. Eldawaty. 2018. kebugaran jasmani ibu-ibu di jorong kp. Alai nagari jambak kecamatan lubuk sikaping kabupaten pasaman", *jm*, vol. 3, no. 2, pp. 47-52.
- Sapta Kunta Purnama,. 2010. *Kepelatihan Bulutangkis Modern*. Surakarta: Yuma Pustaka.
- Sepriadi, S., Hardiansyah, S., & Syampurma, H. 2017. Perbedaan tingkat kesegaran jasmani berdasarkan status gizi. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 7(1), 24- 34.

- Sofyan, A. (2018). Peningkatan Teknik Servis Pendek Pada Bulutangkis Melalui Media Audio Visual. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan dan Pengajaran)*, 4(3)
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.Syafruddin (2011)
- Suharsimi, Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta; Penerbit Rineka Cipta
- Syahriadi, S. (2020). Latihan Pliometrik dan Latihan Berbeban terhadap Jumping Smash Atlet Bulutangkis. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 133-142.
- Tohar, (2005). *Olahraga Pilihan Bulutangkis: UNP Pres*Tohar, (2008). *Olahraga Pilihan Bulutangkis: UNP Press*.
- UU RI No 3. 2005. *Sistem Keolahragaan Nasional Nasional*. Jakarta : Sinar Grafika.
- Yulifri, F. U., & Sepriadi, F. U. (2018). Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal MensSana*, 3(1), 19-32.
- Zarwan, & Arnando, M. (2020). *Buku Ajar Bulutangkis (Edisi Revisi)*. SUKABINA Press.