

Analisis Ketepatan Pukulan *Smash* Atlet Bulutangkis Usia 13-15 Tahun di PB Tugu Muda Semarang

Danang Ramadhan¹✉

Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang ⁽¹⁾

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat ketepatan smash yang benar melalui analisis ketepatan smash. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Tingkat ketepatan smash dalam permainan Badminton di PB Tugu Muda Semarang untuk di analisis. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah metode survei dengan instrument tes dan pengukuran. Populasi seluruh atlet PB Tugu Muda Semarang yang berjumlah populasi 20 orang. Instrumen yang digunakan yaitu tes ketepatan smash. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat analisis ketepatan smash dalam permainan bulutangkis di PB Tugu Muda Semarang yang berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5,00% (1 atlet), “kurang” sebesar 30,0% (6 atlet), “Cukup” sebesar 30,00% (6 atlet), “Baik” sebesar 25,00% (5 atlet), dan “sangat baik” sebesar 10,00%(2 atlet). Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa hasil analisis ketepatan smash dalam permainan bulutangkis di PB Tugu Muda Semarang terdapat tingkatan yang cukup.

Kata Kunci: *ketepatan; smash; bulutangkis*

Abstract

The aim of this research is to determine the level of accuracy of smashes in Badminton games at PB Tugu Muda Semarang for analysis. The data collection technique used is a survey method with test and measurement instruments. The population of all PB Tugu Muda Semarang athletes is 20 people. The instrument used is the smash accuracy test. The data analysis technique used in this research is descriptive statistics. The results of the research show that the analysis level of smash accuracy in badminton at PB Tugu Muda Semarang is in the "very poor" category of 5.00% (1 athlete), "poor" of 30.0% (6 athletes), "Fair" of 30.00% (6 athletes), "Good" of 25.00% (5 athletes), and "very good" of 10.00% (2 athletes) Based on the results of the research and discussion that has been carried out, it can be concluded that the results of the analysis of smash accuracy in badminton at PB Tugu Muda Semarang are at a sufficient level.

Keywords: *accuracy; smash; badminton*

Copyright (c) 2025 Danang Ramadhan.

✉ Corresponding author : Danang Ramadhan

Email Address : danangramadhan@students.unnes.ac.id (Yogyakarta, Indonesia)

Pendahuluan

Olahraga yaitu segala gerak badan yang dilakukan manusia dengan teknik tertentu untuk membentuk tubuh dengan intensitas, batas waktu dan tujuan tertentu (Palar, Wongkar dan Ticoalu, 2015:316). Di dalam dunia olahraga, prestasi merupakan salah satu faktor dalam keberhasilan pembangunan olahraga. Menurut Anang Setiawan, dkk (2020:50) cabang olahraga yang masih populer di Indonesia yaitu bulutangkis. Untuk menjadi seorang pemain bulutangkis yang terampil, dibutuhkan beberapa persyaratan, di antaranya adalah menguasai teknik-teknik dasar. Dalam olahraga bulutangkis, terdapat beraneka ragam teknik dasar yang harus dikuasai, seperti teknik memukul, pegangan raket, sikap berdiri, posisi, dan juga gerakan kaki (*footwork*). Terdapat beberapa jenis teknik pukulan bulutangkis yang perlu dikuasai, yaitu pukulan servis, pukulan *lob* atau *clear*, pukulan *dropshot*, pukulan *smash*, pukulan *drive* atau mendatar, serta pengembalian servis atau *return service* (Miftakhurrohman & Muhafid, 2022). Bukan hanya keterampilan teknis, namun dalam bermain bulutangkis juga melibatkan sikap, posisi, dan gerakan kaki sebagai dasar sebelum memulai permainan di lapangan. Posisi dan sikap yang benar saat berdiri di lapangan harus memastikan bahwa berat badan tetap seimbang pada kedua kaki dan menjaga keseimbangan tubuh dengan baik.

Sebuah sikap yang optimal akan memungkinkan seseorang untuk dengan cepat bergerak ke segala arah di lapangan bulutangkis. Langkah kaki, atau *footwork*, merupakan dasar penting untuk dapat menghasilkan pukulan yang berkualitas dengan posisi yang tepat. Untuk dapat memukul dengan posisi yang tepat, seorang atlet harus memiliki kecepatan gerakan yang memadai. Kecepatan gerakan kaki tidak dapat tercapai tanpa *footwork* yang terlatih dengan baik (Puja *et al.*, 2021). Guna menjadi atlet bulutangkis yang handal, diperlukan penguasaan teknik dasar yang mencakup berbagai hal, salah satunya adalah teknik *smash*. Pukulan *smash* memiliki peran penting dalam mendapatkan angka karena pukulan ini adalah jenis pukulan menyerang yang dilakukan dengan kekuatan penuh. Pukulan *smash* adalah pukulan overhead yang dilakukan dengan mengarahkan *shuttlecock* ke bawah dengan tujuan utama untuk mematikan lawan. Pukulan ini sering digunakan dalam permainan bulutangkis karena karakteristiknya yang keras dan membuat *shuttlecock* bergerak cepat menuju lantai lapangan. Untuk melakukan pukulan *smash* dengan baik, diperlukan kekuatan pada otot tungkai, bahu, dan lengan, serta fleksibilitas pada pergelangan tangan dan koordinasi gerakan tubuh yang teratur (Antoni, 2017).

Pukulan *smash* sering digunakan karena bisa memberikan tekanan pada musuh sehingga membuat musuh harus selalu waspada dan tanggap dalam menghadapinya. *Smash* dilakukan dari atas dengan menggunakan tenaga penuh dan diarahkan ke bawah. Tujuannya adalah untuk mengakhiri permainan lawan, sehingga identik dengan pukulan yang menyerang (Arizzi & Kustoro, 2022). Untuk mempelajari pukulan *smash* dengan baik, seorang pelatih harus dapat memperhatikan faktor-faktor yang mendukung agar pemain bisa mencapai hasil maksimal. Pukulan ini membutuhkan banyak tenaga, sehingga pelatih harus mampu mengembangkan latihan yang tepat untuk meningkatkan kekuatan fisik pemain. *Smash* memegang arti yang sangat penting karena dapat memberikan waktu yang sedikit bagi lawan untuk bersiap-siap untuk mengembalikan setiap bola yang dipukul ke atas. Semakin curam sudut arah pukulan, semakin sedikit waktu yang dimiliki musuh untuk bereaksi. *Smash* dapat dikatakan baik jika memenuhi tiga kriteria, yaitu: tepat, cepat, serta akurat. Pukulan yang cepat mengindikasikan bahwa bola dipukul dengan tenaga yang kuat sehingga *shuttlecock* dapat bergerak secara cepat. Loncatan juga sering digunakan untuk menambah kekuatan pukulan sehingga *shuttlecock* dapat dipukul lebih kuat ke bidang permainan lawan. Dalam pembelajaran pukulan *smash*, sangat penting untuk terus melatih agar ketepatan dan kekuatan pukulan dapat meningkat seiring berjalannya waktu.

Pukulan tepat berarti memukul *shuttlecock* dengan raket pada posisi yang pas dan tepat waktu, sesuai dengan arah datangnya *shuttlecock*. Pukulan akurat merupakan

ketepatan dalam menempatkan *shuttlecock* pada tempat yang sulit dijangkau oleh lawan atau di bidang permainan lawan yang kosong sehingga lawan tidak dapat mengantisipasi. Semua kriteria ini harus diperhatikan oleh pemain dan ditingkatkan melalui latihan yang berulang-ulang.

Bulutangkis merupakan olahraga yang dimainkan oleh dua orang untuk tunggal atau dua pasangan untuk ganda yang saling berlawanan. Tujuan bulutangkis yaitu memukul *shuttlecock* melewati jarring (net) agar jatuh di bidang permainan lawan yang sudah ditentukan dan berusaha mencegah lawan melakukan hal yang sama (Atmasubrata, 2012:53). Menurut Wang Yu Sheng, et al (2020) bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari di Indonesia, baik oleh kalangan ekonomi bawah sampai atas, laki-laki, perempuan, anak-anak sampai orang tua dengan berbagai tujuan diantaranya untuk rekreasi atau hiburan, menjaga kebugaran, kesehatan dan olahraga prestasi.

Seiring dengan perkembangan olahraga bulutangkis maka diperlukan pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga yang terencana dengan matang dan terprogram, yang dilaksanakan oleh pemerintah maupun keseluruhan lapisan masyarakat. Menurut Roki Putra (2019:234) untuk mencapai prestasi olahraga bulutangkis yang optimal banyak faktor yang mempengaruhi. Diantara faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pencapaian prestasi adalah kondisi fisik dan teknik.

Teknik dalam permainan bulutangkis sangatlah penting untuk menjadikan permainan semakin menarik dan menghasilkan prestasi yang optimal. Teknik pukulan bulutangkis yang harus dikuasai yaitu pukulan servis, pukulan lob atau clear, pukulan dropshot, pukulan smash, pukulan drive atau mendatar dan pengembalian servis atau return service. Salah satu teknik untuk memperoleh poin atau angka yaitu pukulan smash (Yudha Aryan Prabowo, 2015:3). Pukulan smash merupakan pukulan overhead (atas) yang diarahkan ke bawah dan dilakukan dengan tenaga penuh. Pukulan ini identik dengan pukulan menyerang karena tujuannya adalah mematikan permainan lawan. Pukulan smash selain harus dilakukan dengan keras juga dilakukan dengan tepat mengarah ke sasaran yang susah dijangkau lawan (Yudha Aryan Prabowo, 2015:4).

Peningkatan teknik dalam permainan bulutangkis khususnya di Indonesia adalah dengan melakukan pembinaan prestasi secara rutin. Dalam pembinaan olahraga dibutuhkan suatu wadah atau organisasi yang bisa digunakan untuk membina atlet sehingga menjadi atlet yang dapat diandalkan. Selain itu adanya sarana dan prasarana olahraga yang mendukung terlaksananya latihan. PB. Tugu Muda Semarang merupakan satu klub yang membina atlet berkategori usia dini, usia anak-anak, usia pemula, dan usia remaja. Rentang usia atlet yaitu usia 6-15 tahun, tentunya pada usia tersebut merupakan usia yang ideal untuk dibina.

Peneliti telah melakukan observasi pada tanggal 1 Agustus 2021 di lapangan terhadap atlet bulutangkis usia 13-15 tahun di PB. Tugu Muda Semarang ketika proses latihan dan bertanding. Terlihat bahwa atlet masih ada beberapa yang kurang baik dalam menguasai keterampilan *smash*, sehingga ketepatan dalam pukulan smash masih kurang baik. Pada saat bertanding, sebagian besar hasil pukulan smash yang dilakukan oleh atlet terlalu melebar ke kanan dan ke kiri, sehingga pukulan smash yang dihasilkan justru poin untuk lawan. Seharusnya pukulan smash dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mendapatkan poin atau mematikan lawan. sehingga perlu dilakukan.

Metodologi

Jenis penelitian ini yaitu penelitian kuantitatif deskriptif. Menurut Sugiyono (2019:16) metode penelitian kuantitatif yaitu metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *positivisme*, digunakan untuk digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu. Menurut Lisdiantoro (2016) Metode analisis data dengan teknik tes dan pengukuran. menyatakan bahwa metode analisis merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan

subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala padawaktu penelitian berlangsung Penelitian kuantitatif deskriptif bertujuan untuk membuat pecandaraan secara sistematis, faktual, dan akurat mengenai fakta-fakta dan sifat-sifat populasi atau daerah tertentu (Sumadi Suryabrata, 2015:75).

Desain penelitian ini yaitu menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Menurut Sumadi Suryabrata (2015:76) tujuan penelitian survei yaitu untuk mencari informasi faktual yang mendetail yang menggambarkan gejala yang ada. Mengutip Miftakhurrohman & Arif Muhafid (2022) Metode ini berbeda dengan metode yang lain cenderung lebih focus ke pembahasan untuk mengindentifikasi masalah-masalah atau untuk mendapatkan justifikasi keadaan dan praktik-praktik yang sedang berlangsung, untuk membuat komparasi dan evaluasi serta untuk mengetahui apa yang dikerjakan oleh orang-orang dalam menangani masalah atau situasi yang sama.

Hasil dan Pembahasan

Perkembangan permainan bulutangkis di Semarang khususnya di Kota Semarang pada umumnya akhir-akhir ini cukup menggembirakan. Banyak klub-klub yang membuka pembinaan terhadap atlet usia dini yang berminat ingin mengembangkan bakatnya. Bermunculannya Klub ini sangat menguntungkan bagi perkembangan bulutangkis di Indonesia yang pada saat ini telah dilanda berbagai masalah. Diharapkan dengan banyaknya klub persatuan bulutangkis akan bermunculan pemain-pemain muda berbakat yang memiliki kualitas dan kemampuan teknik bermain yang baik, karena dengan memiliki pemain yang berkualitas ini akan terbentuk suatu tim yang dapat bersaing dengan tim-tim kuat dari daerah lain. Atlet bulutangkis dapat dikatakan mempunyai ketepatan smash dengan baik apabila sudah menguasai teknik tersebut. Berdasarkan hasil penelitian tentang ketepatan smash dalam permainan bulutangkis di PB Tugu Muda Semarang usia 13-15 tahun berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 5,00% (1 atlet), “kurang” sebesar 30,0% (6 atlet), “cukup” sebesar 30,0% (6 atlet), “baik” sebesar 25,00% (5 atlet), dan “sangat baik” sebesar 10,0% (2 atlet). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 58,00, ketepatan pukulan *smash* atlet Bulutangkis Usia 13-15 Tahun Di PB Tugu Muda Semarang masuk dalam kategori “cukup”.

Berdasarkan hasil penelitian diatas peneliti menganalisa bahwa sedikitnya atlet yang masuk dalam kategori baik sekali, baik dan cukup dikarenakan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu : faktor proses latihan, faktor pribadi dan faktor minat. Faktor proses latihan dimana pelatih memegang peranan penting dalam proses latihan, pelatih sangat berpengaruh terhadap keberhasilan ketepatan smash, dengan banyaknya metode yang dipakai oleh atlet bulutangkis atau dengan cara memodifikasi bentuk latihan bulutangkis agar menjadi menarik sehingga proses latihan akan disukai oleh atlet bulutangkis dan tentunya program latihan akan berjalan dengan baik, ini tentunya akan mempengaruhi kemampuan gerak, faktor pribadi juga sangat mempengaruhi dimana setiap pemain mempunyai bakat yang berbeda-beda yang dimiliki oleh masing-masing individu. Selain itu juga ada faktor lingkungan, faktor ini meliputi sarana dan prasarana dan kondisi sekitar dimana pembelajaran itu dilaksanakan. sarana dan prasarana yang digunakan mencukupi maka akan memudahkan pelatih dan pemain dalam proses peningkatan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis di PB Tugu Muda Semarang. Rekomendasi untuk meningkatkan ketepatan smash untuk pemain yaitu perlakuan latihan drill smash dan stroke smash, latihan imagery dan permainan target Striking/fielding games (permainan pukul-tangkap-lari) dan Invasion games (permainanserangan/invasi) dengan berbagai tujuan, ada yang berlatih untuk tujuan belajar keterampilan, mengembangkan strategi, mempersiapkan mental sebelum kompetisi, mengembangkan keterampilan mental, mengatasi stres dan rintangan dalam olahraga baik itu cedera, latihan berat, dan gangguan-gangguan lainnya.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ketepatan pukulan smash atlet PB Tugu Muda Semarang dalam kategori cukup.

Daftar Pustaka

- Atmasubrata, G. (2012). *Serba Tahu Dunia Olahraga*. Surabaya: Dafa Publishing.
- Chrisly M. Palar, D. W. dan S. H. R. T. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *E-Biomedik (EBm)*, 3, 316–321.
- Fajar Arie Mangun dan Marlinda Budiningsih. (2017). Model Latihan Smash Pada Cabang Olahraga Bulutangkis Untuk Atlet Ganda. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 08, 78–91.
- Febrianawati Yusup. (2018). Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian Kuantitatif. *Jurnal Tarbiyah*, 7, 17–23.
- Gyta Krisdiana Cahyaningrum, Elyana Asnar, dan T. W. (2018). Perbandingan Latihan Bayangan Dengan Drilling Dan Strokes Terhadap Kecepatan Reaksi Dan Ketepatan Smash. *Jurnal Sportif*, 4, 159–170.
- Hendya Alif Junanda, A. R. dan N. I. R. (2016). Kecepatan Dan Akurasi Shuttlecock Pada Jump Smash Dengan Loncatan Vertikal Dan Parabol Depan Dalam Bulutangkis. *Terapan Ilmu Keolahragaan*, 01, 17–23.
- Himawan Ardi. (2019). *PB Bina Prestasi Purwokerto di Kabupaten Banyumas Tahun 2017*. Universitas Negeri Semarang.
- Ibnu Nur Budiawan. (2016). *Hubungan Kemampuan Servis Panjang dan Servis Pendek Dengan Keterampilan Bermain Tunggal Bulutangkis Siswa Kelas VII Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bulutangkis Di SMP Negeri 2 Ngemplak Kabupaten Sleman DIY*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Jouseph Singh, Suhel Reza, A. M. (2011). Physical Characteristics and Level of Performance in Badminton: A Relationship Study. *Journal of Education and Practice*, 2, 6–9.
- Mochamad Rizki Adi Wibowo. (2020). *Faktor Penentu Ketepatan Smash Klub Bolavoli Predator Tahun 2020 (Study Korelasi Kekuatan Otot Tungkai, Koordinasi Mata Tangan, dan Kelentukan Tungkai)*. UN PGRI Kediri.
- Muhammad Rinaldi. (2020). *Buku Jago Bulu Tangkis*. Tangerang: Cemerlang.
- Nanang Kusnadi. (2020). Pengembangan Model Latihan Pukulan Dropshot Bulutangkis Untuk Usia 12-14 Tahun. *Journal of S.P.O.R.T*, 4, 1–11.
- Nenden. (2010). *Bermain Bulutangkis, Yuk*. Bekasi: CV. Ananda Baika.
- Novri Gazali dan Romi Cendra. (2017). Pelatihan Shuttle Time Bulutangkis di SD Negeri 91 Pekanbaru. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 23, 305–308.
- Purnama, S. K. (2016). *Kepelatihan Bulutangkis Modern*. Surakarta: Yuma Pressindo.
- Reza Hermansyah, Iman Imanudin, B. (2017). Hubungan power otot lengan dan koordinasi dengan kecepatan dan. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 02(01), 44–50.
- Roki Putra. (2019). Kontribusi Daya Ledak Otot Lengan, Kelentukan Dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bulutangkis Pb. Bintama Kerinci. *Ensiklopedia of Journal*, 1, 233–238.
- Setiawan, A., Effendi, F., & Toha, M. (2020). Akurasi Smash Forehand Bulutangkis Dikaitkan dengan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata-Tangan. *Jurnal MAENPO: Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 10(1), 50. <https://doi.org/10.35194/jm.v10i1.949>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2019). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sumadi Suryabrata. (2015). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Synta Kusuma Wardani. (2020). *Pengaruh Latihan Drilling Dan Shadow Diawali Dengan Visualisasi Terhadap Ketepatan Netting Bulutangkis*. Universitas Negeri Yogyakarta.

- Wang Yu Sheng, Anggi Ginanjar, G. T. W. (2020). The Effects of Teaching Badminton Practice on Improving Badminton Capabilities of Sports Department Students. *European Journal of Molecular & Clinical Medicine*, 07, 3853–3866.
- Yani Ramadani. (2012). Pengembangan Instrumen dan Bahan Ajar Untuk Meningkatkan Kemampuan Komunikasi, Penalaran dan Koneksi Matematis dalam Konsep Intergal. *Jurnal Penelitian Pendidikan*, 13, 44–52.
- Yudha Aryan Prabowo. (2015). *Ketepatan Pukulan Smash Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Putra Di SMP Negeri 13 Yogyakarta*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Yuliawan, D. (2017). *Bulutangkis Dasar*. Yogyakarta: Deepublish.