TERHADAP PENEMPATAN HASIL *SMASH*

Dede Komaludin, Drs. Sabri, M.Pd.[1]

ABSTRACT

The purpose of this study was to determine the effect of giving variation of the shuttlecock to the smash placement in the Badminton game at SDN 1 Sukarame following the badminton exstracurricular activities. This study used a quasi experimental method, with a sample of 40 students and was divided into 2 groups of experimental and control classes. Thr data analysis technique used t-test through the prerequisite test for normality and homogeneity. This research used Pretest-Postest Control Group Design.

The results of this study indicate there is an Effect of Shuttlecock Throw variations on the placement of smash results in Badminton games of SDN 1 Sukarame students who take part in Badminton extracurricular activities. This is evidenced by the t-test in the experimental and control groups of 0,000 less than 0,05 (Sig< 0,05). So it can be concluded that the ability of smashes on those who follow the Badminton exstracurricular activities of the experimental class is better than students who take on the control class Badminton extracurricular activities.

Giving the variation of the suttlecock throw can affect the placement of the smash in the Badminton extracurricular activities. The practice of giving the variation of the suttlecock throw continuously as well as the time to play more, can increase smash result. Students (skill) in the game of Badminton, a lot of practice and mastering techniques in the game of Badminton and the seriousness of students in practicing regularly more often to practice, can improve the physical condition of students. Badminton games require service, lob, smash, dropshot, and Drive.

***Keywords**: throw variation, shuttlecock, smash, extracurricular.*

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian variasi shuttlecock terhadap penempatan smash dalam permainan Badminton di SDN 1 Sukarame mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu, dengan sampel 40 siswa dan dibagi menjadi 2 kelompok kelas eksperimen dan kontrol. Teknik analisis data menggunakan uji-t melalui uji prasyarat

[1] UIN Sultan Maulana Hasanuddin Banten

normalitas dan homogenitas. Penelitian ini menggunakan Pretest-Postest Control Group Design.
Hasil penelitian ini menunjukkan ada pengaruh variasi Shuttlecock Throw pada penempatan hasil smash pada permainan Badminton siswa SDN 1 Sukarame yang ikut serta dalam kegiatan ekstrakurikuler Badminton. Ini dibuktikan dengan uji-t pada kelompok eksperimen dan kontrol 0,000 kurang dari 0,05 (Sig <0,05). Jadi dapat disimpulkan bahwa kemampuan smash pada mereka yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler Bulu Tangkis kelas eksperimen lebih baik daripada siswa yang mengambil kelas kontrol kegiatan Ekstrakurikuler Bulu Tangkis.
Pemberian variasi pukulan lemparan dapat mempengaruhi penempatan smash dalam kegiatan ekstrakurikuler Badminton. Praktek memberikan variasi lemparan lemparan tembakan terus menerus serta waktu untuk bermain lebih banyak, dapat meningkatkan hasil smash. Siswa (keterampilan) dalam permainan Bulu Tangkis, banyak latihan dan teknik menguasai dalam permainan Bulu Tangkis dan keseriusan siswa dalam berlatih secara teratur lebih sering berlatih, dapat meningkatkan kondisi fisik siswa. Permainan bulutangkis membutuhkan servis, lob, smash, dropshot, dan drive.

Kata Kunci:variasi lemparan, *shuttlecock, smash,ekstrakulikuler*.

Pendahuluan

Permainan bulutangkis adalah cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat di seluruh dunia, tidak terkecuali di Indonesia. Hal ini dapat dilihat dengan banyaknya masyarakat yang ikut serta dalam setiap kegiatan olahraga bulutangkis yang diselenggarakan, baik dalam bentuk pertandingan tingkat RT hingga tingkat dunia, seperti Thomas dan Uber Cup atau Olimpiade. Bulutangkis dapat dimainkan mulai dari anak-anak hingga orang dewasa dan dapat dilakukan di dalam maupun di luar ruangan.

Dalam cabang olahraga bulutangkis terdapat berbagai teknik dasar, diantaranya teknik *service*, *smash*, *lob*, *drop*, dan gerak kaki. Sebagaimana dikemukakan James Poole bahwa, "Keterampilan dasar olahraga bulutangkis dapat dibagi dalam lima bagian : (1) *service*, (2) *smash*, (3)

overhead, (4) *drive*, dan (5) *drop*. ”Kelima teknik dasar permainan bulutangkis tersebut harus dikuasai pebulutangkis untuk menunjang atau mencapai tujuan permainan salah satu teknik dasar olahraga bulutangkis yang banyak digunakan untuk mematikan permainan lawan adalah *smash.*[2] Menurut Poole *smash* adalah “pukulan *overhead* yang keras, diarahkan ke bawah yang kuat, merupakan pukulan menyerang yang utama dalam bulutangkis”.[3]

Untuk dapat memenangkan sebuah pertandingan tentunya pemain harus memiliki kemampuan bertanding yang baik Salah satu teknik untuk memenangkan permainan adalah smash dengan melakukan pukulan keras dan terarah akan menyulitkan lawan untuk mengembalikan pukulan tersebut. Permainan bulu tangkis karena di gemari oleh seluruh masyarakat indonesia, maka permainan ini di pelajari juga disekolah. Mulai dari tingkat sekolah dasar sampai dengan di tingkat perguruan tinggi melalu pelajaran Pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan.Pendidikan jasmani Olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang dilakukan secara sistematis yang didalamnya terkandung aspek kognitif, afektif, psikomotor dan fisik. Ada 3 macam pembelajaran di sekolah yaitu: intrakurikuler, kokurikuler, dan ekstrakurikuler. Semua kegiatan memiliki peran penting dalam proses pembelajaran.

---

[2] James Poole, *Belajar Bulutangkis, (*Bandung: Pionir Jaya, 2006). 10.
[3] James Poole, *Belajar Bulutangkis, (*Bandung: Pionir Jaya, 2008). 143.

Dalam bulutangkis teknik dasar yang perlu dikuasai yaitu: cara memegang raket, gerakan pergelangan tangan, gerakan melangkahkan kaki atau footwork, dan pemusatan pikiran atau konsentrasi.[4]

Berdasarkan hasil observasi di Sekolah Dasar Negeri 1 Sukarame, ada beberapa siswa yang kurang baik melakukan *smash*, dan ada juga beberapa siswa yang masih kurang menguasai teknik *smash*. Kesalahan yang sering dilakukan yaitu kurang akuratnya dalam penempatan bola saat melakukan *smash*. Mengarahkan *shuttlecock* masih melebar ke kanan atau ke kiri. Jadi, beberapa siswa masih kurang tepat dalam melakukan pukulan *smash*. Seandainya melakukan pukulan *smash* lebih diperhatikan dapat membantu ketepatan siswa dalam mematikan lawan. Kesalahan yang lain saat latihan bulu tangkis yaitu, pukulan *smash* yang dilakukan banyak menyangkut di net. Seharusnya pukulan *smash* dapat dijadikan senjata untuk mendapatkan poin, justru poin mudah didapatkan oleh lawan dengan kesalahan sendiri. Sangat disayangkan jika melakukan kesalahan sendiri akan merugikan diri sendiri. Tidak hanya itu saja, siswa jarang melakukan pukulan *smash* saat latihan bulu tangkis. Cenderung melakukan pukulan yang lain seperti: *lob* dan *dropshot*. Kegunaannya hanya ke arah mengecoh atau memancing lawan. Sedangkan pukulan paling efektif untuk mematikan lawan yaitu pukulan *smash*. Untuk itu dibutuhkan cara melatih pukulan *smash* pada siswa. Hasil observasi yang diamati, saat pembelajaran pukulan *smash* dengan metode *drill*, siswa kurang menyukai metode tersebut. Kebanyakan siswa

[4] Mardiana, Purwadi, Satya. (2009). *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.

bosan, jenuh dengan latihan metode *drill*, dan hanya ingin bermain game saja.

Dengan memberikan variasi lemparan *shuttlecock*, siswa bisa lebih tertarik dan termotivasi dalam melakukan latihan, siswa juga akan merasa senang, tidak jenuh serta mampu membuat siswa bergerak aktif, sehingga diharapkan akan memberikan dampak positif bagi peserta ekstrakurikuler untuk giat dalam melakukan latihan *smash* agar dapat meningkatkan ketepatan *smash* siswa di sekolah.

Agar pembinaan yang ada semakin berkembang dengan baik dibutuhkan sistem mekanisme pembinaan dengan latihan yang baik dengan metode bermain. Menindak lanjuti perihal yang harus diketahui tentang ketepatan *smash* peserta ekstrakulikuler di Sekolah Negeri 1 Sukarame. Dari latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul " **PENGARUH PEMBERIAN VARIASI LEMPARAN *SHUTTLECOCK* TERHADAP PENEMPATAN HASIL *SMASH***

Teknik dalam Permainan Bulutangkis

Teknik dasar permaian bulutangkis ada dua yaitu teknik memegang raket dan teknik memukul atau teknik pukulan. Teknik memegang raket terdiri dari tiga jenis, yaitu cara pegangan dasar atau *forehand,* pegangan *backhand,* dan pegangan Amerika.

Teknik pegangan *forehand* ini dilakukan dengan cara seperti sedang bersalaman. Teknik lainnya adalah pegangan *backhand* dilakukan untuk menghindari atau berusaha mendapatkan pukulan dengan memfokuskan

pada punggung tangan yang berada di depan. Teknik lainnya adalah pegangan Amerika pegangan ini dikenal seperti sedang memukul kasur.

Servis ini terdiri dari beberapa jenis, yaitu pukulan servis panjang, pukulan servis pendek, pukulan servis cambuk, dan pukulan servis mendatar. Sementara pukulan *lob* merupakan sebuah pukulan yang dilakukan dengan tujuan untuk melambungkan kok setinggi mungkin ke arah daerah belakang lapangan lawan. Akan tetapi, perlu diperhatikan agar jangan sampai kok jatuh berada di luar garis daerah lapangan lawan.

Pukulan *lob* ini terdiri atas dua jenis pukulan, seperti *underhand lob* dan *overhead lob.* Pukulan *underhand lob* dilakukan dengan cara melakukan pukulan pada kok tepat pada bagian bawah badan dan melambungkan setinggi mungkin ke arah belakang daerah lapangan lawan. Sedangkan *overhead lob* dilakukan dengan cara memukul kok dari atas kepala dan melambungkan setinggi mungkin ke arah belakang daerah lapangan lawan.

Selain melakukan teknik pukulan, teknik melakukan servis juga perlu di pelajari karena dilakukan sebagai awalan dari suatu permainan. Biasanya, digunakan pada awal perpindahan bola atau kok. Servis dapat dilakukan dari kedua sisi, sisi kanan atau sisi kiri, dengan arah menyilang. Target dari servis ini adalah mengarahkan kok melewati jaring atau net dan jatuh di lapangan lawan. *Shuttlecock* yang jatuh harus harus tepat di daerah lapangan di mana lawan berdiri. Jika *Shuttlecock* terjatuh di luar daerah lapangan lawan, maka dianggap keluar dan skor untuk lawan yang akan menerima *Shuttlecock*.

Penentuan posisi melakukan servis ditentukan dengan cara penentuan jumlah poin atau skor yang telah dikumpulkan pemain yang akan melakukan pukulan servis. Namun pada set awal, pemain yang harus melakukan servis ditentukan oleh oleh sebuah undian yang dilakukan wasit dan set berikutnya dilakukan oleh pemenang set pertama. Jika poinnya genap, maka pemukul atau yang melakukan servis berada di posisi kanan. Sementara jika poinnya ganjil, maka pemukul berada di posisi kiri.[5]

Seorang pemain bulutangkis yang baik dan berprestasi dituntut untuk memahami dan menguasai salah satu komponen dasar yaitu teknik dasar permainan bulutangkis. Teknik dasar permainan bulutangkis adalah penguasaan pokok yang harus diketahui oleh pemain bulutangkis dan dipahami oleh setiap pemain dalam melakukan kegiatan permainan bulutangkis.[6]

Teknik dasar bulutangkis yang wajib dikuasai oleh seorang pemain bulutangkis adalah (1) Pegangan raket, (2) Gerakan pergelangan tangan, (3) Gerakan melangkah kaki, (4)Teknik pukulan.[7] Didalam teknik pukulan terdapat berbagai macam teknik diantaranya *servis*, *lob*, *dropshot*, *Smash*, *netting*. Dari bermacam teknik pukulan ada tiga teknik pukulan yang dalam pelaksanaannya mempunyai kesamaan yaitu *lob*, *Smash* dan *dropshot*. Ketiga macam teknik pukulan tersebut sama-sama dilakukan dari atas kepala.

---

[5] Mikanda Rahmani, *Buku Super lengkap olahraga* (jakarta: Dunia Cerdas,2014:72-73).
[6] Tohar, *Olahraga Pilihan Bulutangkis*, (Semarang: UPT MKK UNNES, 1992:34).
[7] James Poole, *Belajar Bulutangkis*, (Bandung: Pionir Jaya, 1986:12-13).

Pukulan *lob* adalah suatu pukulan dalam permainan bulutangkis yang dilakukan dengan tujuan untuk menerbangkan *shuttlecock* setinggi mungkin mengarah kebelakang garis lawan.[8] Pukulan *dropshot* adalah pukulan yang menghasilkan penerbangan *shuttlecock* yang diarahkan dengan penerbangan yang curam dan jatuhnya berada sedekat mungkin dengan net di daerah bidang lawan.[9]

Smash adalah "Suatu pukulan yang keras dan curam ke bawah mengarah ke bidang pihak lawan".[10] Yang membedakan dari ketiga teknik pukulan itu adalah arah sasaran, untuk pukulan *lob* di *base line*, pukulan *Smash* tajam ke bawah dan pukulan *dropshot* jatuh ke depan mendekati net.

Adapun yang mempengaruhi hasil ketiga pukulan yang dilakukan tersebut adalah berasal dari kecepatan ayunan raket, sehingga lawan akan sulit memperkirakan dengan tepat pukulan yang akan diterimanya karena posisi untuk melakukan pukulan sama jadi akan sulit dibedakan apakah akan melakukan pukulan *lob, dropshot,* ataupun *Smash*.

Pengertian *Smash* dalam Permainan Bulutangkis

Smash adalah pukulan *overhead* (atas) yang diarahkan ke bawah dan dilakukan dengan tenaga penuh. Pukulan ini identik sebagai pukulan menyerang. Pukulan *smash* merupakan pukulan yang keras dan tajam, bertujuan untuk mematikan lawan secepat-cepatnya. Pukulan *smash* adalah bentuk pukulan keras yang sering digunakan dalam permainan bulutangkis. Karakteristik pukulan ini adalah keras, laju jalannya kok

[8] Tohar, *Olahraga Pilihan* 47.
[9] Tohar, *Olahraga Pilihan* 50-51.
[10] Tohar, *Olahraga Pilihan* 57.

cepat menuju Iantai Iapangan, sehingga pukulan ini membutuhkan aspek kekuatan otot tungkai, bahu, lengan, dan fleksibilitas pergelangan tangan serta koordinasi gerak tubuh yang harmonis.[11] Menurut Purnama, latihan untuk meningkatkan kerasnya *smash* dilakukan dengan latihan berbeban atau dengan raket *squash.*[12]

Pemberian Variasi Lemparan shuttlecock

Bermain melempar *shuttlecock* merupakan permainan yang diawali dengan mengambil *shuttlecock* yang sudah diletakkan di tepi lapangan lalu bergerak menuju arah yang ditentukan. Kemudian melemparkan *shuttlecock* ke arah depan melewati net dengan yang diasumsikan baik untuk meningkatkan kelincahan *footwork* siswa ekstrakulikuler bulutangkis, terutama dalam usia muda, karena sesuai dengan salah satu bentuk latihan *footwork* bulutangkis yang disampaikan oleh Sapta Kunta Purnama.

Metode

Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah metode kuasi eksperimen. Metode kuasi eksperimen merupakan metode yang dilakukan pada kondisi yang alamiah dengan penelitian yang digunakan adalah untuk memberikan perlakuan tertentu terhadap yang lain dalam kondisi yang terkendalikan. Metode penelitian ini sebagai bagian dari metode kuantitatif yang mempunyai ciri khas tersendiri, terutama dengan adanya kelompok kontrol..[13]

---

[11] H. Subardjah, *Bulutangkis*, (Solo: CV"Seti Aji" Surakarta 2000), 47.

[12] S.K. Purnama, *Kepelatihan Bulutangkis Modern*, (Surakarta: Yuma Pustaka,2010), 21.

[13]Sugiono, *Metode Penelitian Pendidikan*, 107

Hasil Penelitian dan Pembahasan

a. Hasil *Pretest* dan *Postest* Kelompok Eksperimen

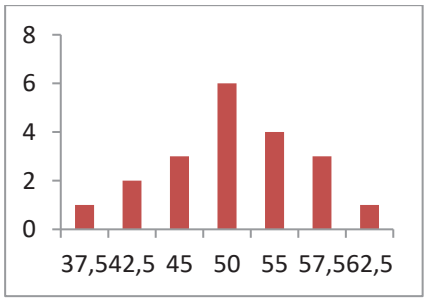
1. Hasil *Pretest*

Pretest Pemberian variasi lemparan *shuttlecock* pada kegiatan ekstrakulikuler Bulutangkis SDN 1 Sukarame memiliki skor nilai minimum 37,5, skor nilai maksimum 62,5, mean 50.45, median 50.00, modus 50, dan standar deviasi 6.32.

Tabel 4.1: Skor Nilai (*Pretest)* Kelas Eksperimen

Skor Nilai	Frekuensi
37,5	1
42,5	2
45	3
50	6
55	4
57,5	3
62,5	1
Jumlah	20

Berdasarkan distribusi frekuensi hasil *Pretest* kelas eksperimen, maka dapat digambarkan dalam grafik berikut:



Gambar 4.1 Grafik Data Kelompok Eksperimen (*Pretest)*

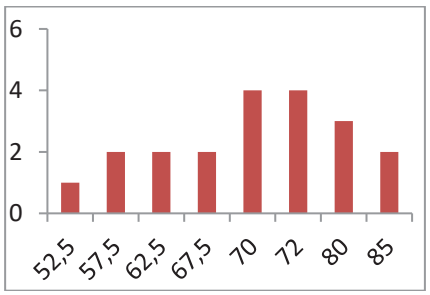
2. Hasil *Postest*

Postest Pemberian variasi lemparan *shuttlecock* pada kegiatan ekstrakulikuler Bulutangkis SDN 1 Sukarame memiliki skor nilai minimum 52,5, skor nilai maksimum 85, mean 70.10, median 70.00, modus 70, dan standar deviasi 9.10.

Tabel 4.2: Skor Nilai (*Postest)* Kelas Eksperimen

Skor Nilai	Frekuensi
52,5	1
57,5	2
62,5	2
67,5	2
70	4
72	4
80	3
85	2
Jumlah	20

Berdasarkan distribusi frekuensi hasil *postest* kelas eksperimen, maka dapat digambarkan dalam grafik berikut:



Gambar 4.2 Grafik Data Kelompok Eksperimen (*Postest)*

b. Hasil Pretest dan Postest Kelompok Kontrol

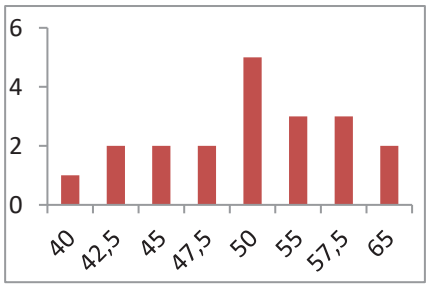
1. Hasil Pretest

Pretest Pemberian variasi lemparan *shuttlecock* pada kegiatan ekstrakulikuler Bulutangkis SDN 1 Sukarame kelompok kontrol memiliki skor nilai minimum 40, skor nilai maksimum 65, mean 51.38, median 50.00, modus 50, dan standar deviasi 7.0.

Tabel 4.3: Skor Nilai (*Pretest)* Kelas Kontrol

Skor Nilai	Frekuensi
40	1
42,5	2
45	2
47,5	2
50	5
55	3
57,5	3
65	2
Jumlah	20

Berdasarkan distribusi frekuensi hasil *pretest* kelas kontrol, maka dapat digambarkan dalam grafik berikut:



Gambar 4.3 Grafik Data Kelompok Kontrol (*Pretest)*

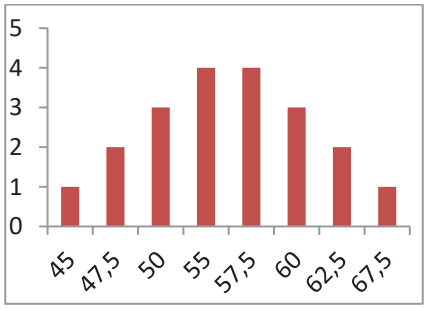
2. Hasil Postest

Postest Pemberian variasi lemparan *shuttlecock* pada kegiatan ekstrakulikuler Bulutangkis SDN 1 Sukarame kelompok kontrol memiliki skor nilai minimum 45, skor nilai maksimum 67,5 mean 55.40, median 56.00, modus 55, dan standar deviasi 5.771.

Tabel 4.4: Skor Nilai (*Postest)* Kelas Kontrol

Skor Nilai	Frekuensi
45	1
47,5	2
50	3
55	4
57,5	4
60	3
62,5	2
67,5	1
Jumlah	20

Berdasarkan distribusi frekuensi hasil *postest* kelas kontrol, maka dapat digambarkan dalam grafik berikut:



Gambar 4.4 Grafik Data Kelompok Kontrol (*Postest)*

Pengolahan Data

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui apakah data sampel yang telah diperoleh berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak normal. Data yang berdistribusi normal merupakan syarat penggunaan statistika parametrik. Jika data yang diperoleh berdistribusi normal maka pengujian menggunakan uji parametrik, sedangakan jika data tidak berdistribusi normal maka pengujian akan menggunakan uji non-parametrik. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan Uji *Kolomogorov-Smirnov.* Kriteria yang digunakan yaitu diperoleh data yang berdistribusi normal apabila nilai signifikansi > dari 0,05. Berikut ini hasil uji normalitas.

Hasil Uji Normalitas Kelompok Eksperimen dan Kontrol

One-sample kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Predicted Value
N		20
Normal Parameters[a]	Mean	51.3750000
	Std. Deviation	2.68667191
Most Extreme Differences	Absolute	.172
	Positive	.128
	Negative	-.172
Kolmogorov-Smirnov Z		.768
Asymp. Sig. (2-tailed)		.598
a. Test distribution is Normal.		

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,598 atau lebih dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual *pre-test* kelompok eksperimen dan kontrol tesebut berdistribusi normal.

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Unstandardized Predicted Value
N		20
Normal Parameters[a]	Mean	55.4000000
	Std. Deviation	1.70133994
Most Extreme Differences	Absolute	.167
	Positive	.167
	Negative	-.146
Kolmogorov-Smirnov Z		.748

Asymp. Sig. (2-tailed)	.630
a. Test distribution is Normal.	

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa nilai signifikansi sebesar 0,630 atau lebih dari 0,05, maka dapat disimpulkan bahwa nilai residual *pos-test* kelompok eksperimen dan kontrol tesebut berdistribusi normal.

2. Uji Homogenitas

Uji homogenitas dilakukan untuk mengetahui data yang diperoleh memiliki varians yang homogen atau tidak. Dengan kata lain, uji ini bertujuan untuk mengetahui apakah kedua kelompok memiliki hasil yang homogen atau tidak. Adapun cara penyajiannya dengan menggunakan uji *One Way Anova*. Kriteria yang digunakan yaitu diperoleh data yang berdistribusi homogen apabila nilai signifikansi > dari 0,05. Berikut ini hasil uji homogenitas.

Hasil Uji Homogenitas Kelompok Eksperimen dan Kontrol

Variabel	Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Pretest Kelompok Eksperimen-Kontrol	1.073	4	13	0.409
Postest Kelompok Eksperimen-Kontrol	3.917	6	12	0.201

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa untuk uji homogenitas pada *pre-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,409, nilai signifikansi *post-test* kelompok eksperimen dan kelompok kontrol sebesar 0,201. Dari penjelasan tersebut, maka dapat diketahui bahwa semua nilai signifikansi lebih besar dari 0,05. Jadi dapat disimpulkan bahwa

populasi memiliki varian yang homogen atau data berasal dari populasi dengan varian yang sama.

Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan analisis uji-t dengan analisis menggunakan program statistik SPSS Versi 16. Pengujian hipotesis ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh pemberian variasi lemparan *shuttlecock* terhadap penempatan hasil smash (kuasi eksperimen pada kegiatan ekstrakulikuler di SDN 1 Sukarame). Berdasarkan hasil analisis diperoleh data sebagai berikut:

Hasil Hipotesis

		Levene's Test for Equality of Variances	t-tes-for Equality of Means			
		T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
Postest	Equal varians Assumed	6,100	38	,000	14.700	2,410
	Equal varians not Assumed	6,100	32,153	,000	14.700	2,410

Berdasarkan tabel di atas, Karena data diketahui homogen, maka nilai sig yang digunakan adalah sig dari equal variences assumed yaitu 0.000. karena analisis yang digunakan adalah uji t satu arah, maka nilai sig terlebih dahulu dibagi 2 menjadi 0.000/2=0.000 < 0.05 maka H0 ditolak sehingga dapat disimpulkan

bahwa pemberian variasi lemparan *suttlecock* berpengaruh terhadap penempatan hasil smash siswa. Siswa yang menggunakan lemparan variasi *shuttlecock* dalam hal ini kelas eksperimen lebih baik dari pada yang tidak menggunakan variasi lemparan dalam hal ini kelas kontrol.

Pembahasan

Dengan demikian berdasarkan penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat Pengaruh pemberian variasi lemparan *shuttlecock* terhadap penempatan hasil *smash* (kuasi eksperimen pada kegiatan ekstrakulikuler di SDN 1 Sukarame).

Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikansi hitung pada uji t satu arah sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 (Sig< 0,05).

Pemberiann variasi lemparan *suttlecock* dapat mempengaruhi penempatan hasil smash dalam kegiatan ekstrakulikuler bulutangkis, Latihann pemberiann variasi lemparan *suttlecock* secara continue dan terus menerus serta waktu untuk bermain lebih banyak, dapat meningkatkan penempatan hasil *smash* siswa (*skill*) dalam permainan bulutangkis, banyak berlatih dan menguasai teknik dalam permainan bulutangkis serta keseriusan siswa dalam berlatih secara rutin lebih sering berlatih, dapat meningkatkan kondisi fisik siswa. Permaian bulutangkis memerlukan keterampilan service, *lob*, *smash*, *dropshot*, dan *Drive*.

Pada saat *treatment* berlangsung siswa sangat antusias saat mengikuti permainan bulutangkis tersebut. Siswa sangat bersemangat dan setiap anak merasa tidak mau kalah dari

lawannya. Tidak ada yang mengeluh saat permainan lemparan *shuttlecock* siswa semua merasa senang dan tidak merasa terbebani. Bermain melempar *shuttlecock* merupakan laihan modifikasi dalam bentuk permainan yang dipandang mampu meningkatkan ketepatan *smash*. Karena pada dasarnya latihan melempar *shuttlecock* ini menyerupai gerakan pukulan *smash* dalam bulutangkis. Dalam pelaksanaannya, *shuttlecock* dilempar melewati net sejauh arah yang telah ditentukan, yang tentunya dengan posisi jarak lempar yang makin jauh, jumlah lemparan yang meningkat, dan sasaran yang berubah setiap minggunya. Hal ini dibuktikan dengan nilai kenaikan persentase sebesar 19,65%.

Ketepatan pukulan *smash* pada atlet bulutangkis dapat meningkat apabila latihan dilakukan secara terprogram, terencana, dan dilakukan dengan benar. Gerak yang terjadi dalam aktivitas olahraga, merupakan akibat adanya stimulus yang diproses di dalam otak dan selanjutnya direspon melalui kontraksi otot, setelah menerima perintah dari sistem komando syaraf, yaitu otak. Oleh karena itu keterampilan gerak selalu berhubungan dengan sistem motorik internal tubuh manusia yang hasilnya dapat diamati sebagai perubahan posisi sebagian badan atau anggota badan (Schmidt & Lee, 2008: 334).[14] Belajar gerak merupakan suatu rangkaian asosiasi latihan atau

[14] Schmidt, *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis* 5th Edn. Champaign, IL: Human Kinetics, 2011).334

pengalaman yang dapat mengubah kemampuan gerak ke arah kinerja keterampilan gerak tertentu. Sehubungan dengan hal tersebut, perubahan keterampilan gerak dalam belajar gerak merupakan indikasi terjadinya proses belajar gerak yang dilakukan oleh seseorang. Dengan demikian, keterampilan gerak yang diperoleh bukan hanya dipengaruhi oleh faktor kematangan gerak melainkan juga oleh faktor proses belajar gerak. Selanjutnya gerak yang dilakukan secara berulang-ulang akan tersimpan dalam memori pelaku yang sewaktu-waktu akan muncul bila ada stimulus yang sama. Untuk itu, keterampilan gerak dalam olahraga harus selalu dilatihkan secara berulang-ulang agar tidak mudah hilang dari memori, sehingga individu tetap terampil dalam setiap melakukan gerakan.

Peningkatan ketepatan yang terjadi dikarenakan adanya asosiasi pengetahuan yang diperoleh anak pada pertemuan sebelumnya dengan pengetahuan yang baru dan asosiasi tersebut semakin kuat ketika dilakukan secara berulang. Hal ini berdasarkan pada teori belajar *law of exercise* yang dikemukakan oleh Thondrike (Rahyubi, 2012: 164) yang menyatakan bahwa "prinsip hukum latihan menunjukkan bahwa prinsip utama dalam belajar adalah pengulangan, semakin sering diulangi materi pelajaran akan semakin dikuasai".[15]

[15] Rahyubi, *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, (Bandung: Nusa Media, 2012).164

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut: Terdapat Pengaruh Pemberian Variasi Lemparan *Shuttlecock* Terhadap Penempatan Hasil *Smash* di SDN 1 Sukarame pada kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis. Hal tersebut dapat ditunjukan dengan hasil hipotesis yaitu 0,000 lebih kecil dari 0,05 (*Sig<0,05)* dan analisis yang digunakan adalah uji t satu arah, maka nilai sig terlebih dahulu dibagi 2 menjadi 0,000/2 = 0,000 < 0,05 sehingga nilai signifikansi hitung pada uji t kelompok *pretest* dan *posttest* sebesar 0,000 lebih kecil dari 0,05 *(Sig<0,05)* maka H0 ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa kemampuan *smash* pada yang mengikuti kegiatan ekstrakulikuler bulutangkis kelas eksperimen lebih baik daripada siswa yang mengikuti kegiatan eksrakulikuler bulutangkis kelas kontrol.

Pemberiann variasi lemparan *suttlecock* dapat mempengaruhi penempatan hasil smash dalam kegiatan ekstrakulikuler bulutangkis, Latihan pemberiann variasi lemparan *suttlecock* secara continue dan terus menerus serta waktu untuk bermain lebih banyak, dapat meningkatkan penempatan hasil *smash* siswa (*skill*) dalam permainan bulutangkis, banyak berlatih dan menguasai teknik dalam permainan bulutangkis serta keseriusan siswa dalam berlatih secara rutin lebih sering berlatih, dapat meningkatkan kondisi fisik siswa. Permaian bulutangkis memerlukan keterampilan *service*, *lob*, *smash,dropshot*, dan *Drive*.

Daftar Pustaka

Agus, Salim. 2007. *Buku Pintar Bulutangkis.* Bandung: Jembar.

Baddeley Steve, 1992, *Go and Play Badminton, Techniques and Tactics,* London

Herman, Subardjah. 2000, *Bulutangkis*, Solo: CV"Seti Aji" Surakarta.

Irawan, Soehartono. 2004, *Metode Penelitian Sosial*, Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.

PBSI, PB. 2001, *Buku Pedoman Bulutangkis*. Jakarta: PB. PBSI.

Pemerintahan Daerah Khusus Ibukota Jakarta. 1995. *Petunjuk Permainan Bulutangkis*. Jakarta.

Permendikbud No 21 tahun 2016 tentang Standar Proses.

Poole, James. 1986, *Belajar Bulutangkis*, Bandung: Pionir Jaya.

Purnama, S.K. 2010, *Kepelatihan Bulutangkis Modern*, Surakarta: Yuma Pustaka.

Purwadi, Satya, Mardiana, 2009, *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Rahmani Mikanda, 2014, *Buku Super Lengkap Olahraga,* Jakarta: Dunia Cerdas.

Rahyubi, 2012, *Teori-teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik*, Bandung: Nusa Media.

Riduwan, 2015, *Dasar-Dasar Statistika,* Bandung: Alfabeta.

Rivai Hendri, dkk.2004, *pendidikan jasmani.* Diambil dari http://scolar.google.co.id/scolar?hl=id&as_sdt=0%20c5&q=pengaruh+latihan+dengan+menggunakan+media+raket+tenis+terhadap+gerak+dasar+lob+permainan+bulutangkis+&btnG=Kirim diambil pada tanggal 25 Februari 2017.

Sanjaya, Wina. 2014, *Penelitian Pendidikan*, Jakarta: Kencana.

Schmidt, 2011, *Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis* 5th Edn. Champaign, IL: Human Kinetics.

Sugiarto, Icuk. dkk, 2002, *Total Badminton.* Surakarta: CV. Setyaki Eka Nugraha.

Sugiono, 2015, Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R & D, Bandung: Alfabet.

Sukintaka, 1991, *Teori Bermain Untuk D2 PGSD Penjaskes*, Yogyakarta: FPOK IKIP.

Tatang Muhtar. Sumarno, 2009. *Bulu Tangkis*, Jakarta: Modul.

Tohar, 1992, *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat.