



Tingkat Kemampuan Pukulan Lob Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Di SMPN 1 Kotabaru Cikampek

Noviani Cahya Nur Asri¹, Bambang Ismaya², Ruslan Abdul Gani³

¹Mahasiswa Universitas Singaperbangsa Karawang

^{2,3}Dosen Universitas Singaperbangsa Karawang

Abstract

Received: 8 Agustus 2022

Revised: 12 Agustus 2022

Accepted: 16 Agustus 2022

This Research is Motivated by the Problem of not knowing level of badminton lob hitting ability of badminton extracurricular participants at SMPN 1 KOTABARU Cikampek Therefore. the purpose of this study was to determine the level of badminton lob hitting ability of badminton extracurricular participants at SMPN 1 KOTABARU Cikampek the Approach in this research is descriptive with a quantitative approach. The Method used is a survey method with test and measurement techniques. The Population used was all badminton extracurricular participants at SMPN 1 KOTABARU Cikampek as many as 15 students and the sample used was total sampling technique. The Level of badminton lob hitting ability of badminton extracurricular participants at SMPN 1 KOTABARU Cikampek based on the result of this study showed that in the Very Good category it was 13% (2 students), in the Good category it was 13% (2 Students), in the Enough category it was 40% (6 Students), in the Less category it was 0% (0 students), and in the Very Poor it was 33% (5 Students). It means, the highest level of badminton lob hitting ability of badminton Extracurricular Participants at SMPN 1 KOTABARU Cikampek is in the Enough Category or it can be said to be Enough..

Keywords: *Badminton, Lob Shot, Extracurricular, Partisipants.*

(*) Corresponding Author: Noviani@gmail.com

How to Cite: Asri, N. C., Ismaya, B., & Gani, R. (2022). Tingkat Kemampuan Pukulan Lob Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis Di SMPN 1 Kotabaru Cikampek. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(15), 430-436. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7052121>

PENDAHULUAN

Olahraga di Indonesia terus mengalami perkembangan secara pesat. Seiring berjalannya waktu, perkembangan olahraga tersebut ditandai dengan banyaknyawarga negara Indonesia yang melakukan aktifitas olahraga dalam kehidupan sehari-hari. Warga Indonesia yang melakukan aktifitas olahraga tersebut memiliki tujuan yang berbeda-beda. Adapun tujuan mereka melakukan aktifitas olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani, derajat kesehatan, dan untuk meraih prestasi dibidang olahraga tertentu, oleh karena itu dengan melakukan aktifitas olahraga, masyarakat Indonesia sudah mulai mengetahui dan mulai dapat merasakan manfaat dari olahraga tersebut. Ratal (1985:21) menyatakan bahwa: "Keolahragaan diartikan suatu rentetan kegiatan-kegiatan atau gerakan-gerakan manusia". Berdasarkan tujuan-tujuan pendidikan kesehatan dengan mempergunakan aktifitas dan gerakan jasmaniah untuk meningkatkan kemampuankemampuan jasmaniah, rohaniah, intelek, keindahan dan sosial seseorang".

Olahraga badminton atau bulutangkis merupakan salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal di seluruh dunia. Berbagai organisasi atau klub



bulutangkis telah dibentuk, baik pada tingkat Negara tertentu maupun tingkat Internasional. Didalam suatu negara tertentupun, seperti Indonesia, telah dibentuk sangat banyak klub bulutangkis yang berlapis-lapis, mulai dari tingkat desa, kabupaten, provinsi bahkan nasional. Permainan bulutangkis merupakan cabang olahraga permainan yang digemari oleh masyarakat Indonesia, baik laki-laki maupun perempuan, mulai dari anak-anak hingga dewasa baik di daerah maupun di kota-kota besar. Permainan bulutangkis sebagai olahraga prestasi mendapat perhatian yang relatif besar dari masyarakat yang ditunjukkan dengan dukungan dan pembinaan melalui berbagai wadah yang salah satunya adalah sekolah atau diklat yang dilakukan oleh pengurus cabang persatuan bulutangkis seluruh Indonesia (pengcab PBSI). Wadah ini merupakan wujud kepedulian masyarakat terhadap perkembangan bulutangkis dan upaya pencapaian terhadap prestasi yang setinggi-tingginya. Sekolah atau diklat bulutangkis sebagai wadah pembinaan olahraga bulutangkis usia dini mulai banyak bermunculan di daerah-daerah. (Muhtar dan Sumarno (2009:3) mengatakan: Bulutangkis atau badminton sebagai olahraga hiburan dan prestasi digemari oleh tua muda, baik laki-laki maupun perempuan, khususnya di Indonesia. Hal ini dikarenakan permainan bulutangkis disamping mudah dimainkan juga peralatannya mudah didapatkan. Permainan bulutangkis merupakan suatu permainan yang komplek . Macammacam pukulan dalam permainan bulutangkis terutama adalah: service, smash, drive, drop shot netting, lob. Dalam permainan ini dibutuhkan koordinasi gerak tubuh yang benarbenar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bulutangkis.

Untuk dapat bermain bulutangkis dengan baik, setiap pemain dituntut untuk menguasai teknik dasar, sehingga kemenangan permainan pun akan mudah untuk diraih sebagai hasil akhir dari suatu pertandingan. Salah satu teknik dasar permainan bulutangkis yang perlu dikuasai oleh pemain adalah teknik lob. Lob memegang peranan yang sangat penting bagi pola bertahan maupun menyerang. Muhajir (2013:64) menjelaskan “Lob adalah suatu pukulan dalam permainan bulutangkis yang dilakukan dengan tujuan untuk menerbangkan shuttlecock setinggi mungkin mengarah jauh keberlakang garis lapangan”. Oleh karena itu, betapapun kemampuannya seseorang melakukan berbagai pukulan maka tidak akan sempurna bila tidak melengkapi dengan pukulan lob yang baik.

Untuk dapat melakukan pukulan lob dengan baik yang dapat menerbangkan shuttlecock setinggi mungkin yang mengarah jauh ke belakang garis lapangan membutuhkan kelentukan bahu dan pergelangan tangan yang baik. Hal ini sependapat dengan Pole (1992:31) yang megatakan “Shuttle sebaiknya mendarat sedekat mungkindengan garis belakang lawan. Untuk mencapai itu, gunakan putaran lengan bawah dan pergelangan tangan anda”.

Jadi jelas bahwa penguasaan teknik dasar pukulan lob adalah salah satu teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain bulutangkis agar dapat bermain secara efektif dan efisien sehingga dapat mencapai prestasi yang maksimal. Adapun komponen fisik yang mendukung terhadap kemampuan lob adalah kelentukan pergelangan tangan dan sendi bahu. Dalam melakukan putaran lengan dan pergelangan tangan membutuhkan kelentukan pada sendi. Dengan adanya kelentukan yang baik, seseorang dapat memutar sendi hingga batas maksimalnya. Hal inilah yang dibutuhkan dalam melakukan pukulan lob yang baik.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau menjelaskan peristiwa yang sedang berlangsung pada saat penelitian tanpa menghiraukan sebelum dan sesudahnya. Arikunto (1991:63) mengatakan bahwa “Penelitian deskriptif mempelajari tentang masalah-masalah dalam masyarakat serta situasi tertentu termasuk kegiatan, sikap, pandangan dan proses yang berlangsung serta pengaruh dari fenomena tertentu”. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, yaitu pendekatan yang memungkinkan dilakukan pencatatan dan analisis data hasil penelitian secara eksak dan menganalisis datanya menggunakan perhitungan statistik”.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari pembahasan penelitian ini yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Data Hasil Pukulan Lob

NO	NAMA	KELAS	JENIS KELAMIN	PUKULAN LOB	KATEGORI
1	Asyifa	7 J	P	9	Sangat Kurang
2	Daniel	8 I	L	25	Sangat Baik
3	Dinda	8 A	P	12	Cukup
4	Dita	8 A	P	11	Sangat Kurang
5	Keisha	8 A	P	6	Sangat Kurang
6	Kenzo	7 F	L	21	Baik
7	Lulu	8 J	P	17	Cukup
8	Najmi	7 G	P	3	Sangat Kurang
9	Novi	7 B	P	15	Cukup
10	Noviliana	7 E	P	15	Cukup
11	Rafiv	8 B	L	31	Sangat Baik
12	Uliq	7 F	P	8	Sangat Kurang
13	Uswatun	7 E	P	18	Cukup
14	Vika	8 B	P	17	Cukup
15	Vino	8 G	L	31	Sangat Baik

Penjelasan lebih lanjut dari tabel diatas diuraikan secara rinci melalui data statistik mengenai kemampuan pukulan lob bulutangkis, yakni diperoleh skor paling rendah (minimum) 3, skor paling tinggi (maksimum) 31, nilai rata-rata

(mean) 15,93, nilai tengah (median) 15, nilai yang sering muncul (modus) adalah 31, dan Standar Deviasi (SD) 8,11. Hasil lebih lengkap, dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 2. Data Statistik

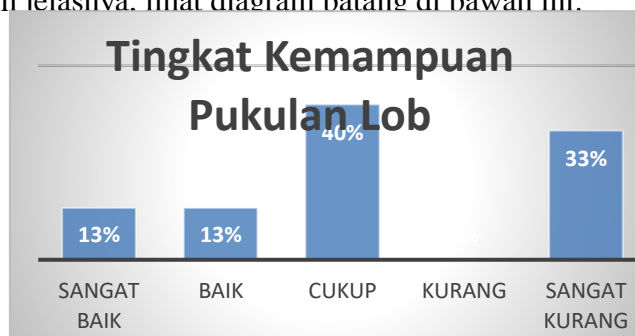
Data statistic	
Minimum	3
Maksimum	31
Mean	15,93
Median	15
Modus	31
Standar Deviasi	8,11

Jika ditunjukkan dalam bentuk distribusi frekuensi, tingkat kemampuan pukulan *lob* bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMPN 1 Kotabaru Cikampek, dapat ditunjukkan pada tabel di bawah ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi

No	Interval	Kategori	F	Presentase
1	$28,1 < X$	SB	2	13%
2	$20,0 < X \leq 28,1$	B	2	13%
3	$11,9 < X \leq 20,0$	C	6	40%
4	$3,8 < X \leq 11,9$	K	0	0%
5	$\leq 3,8$	K	5	33%
JUMLAH			15	100%

Jika Berdasarkan tabel distribusi di atas, tingkat kemampuan pukulan *lob* bulutangkis di SMPN 1 Kotabaru Cikampek dapat disajikan berupa diagram batang. Untuk lebih jelasnva. lihat diagram batang di bawah ini:



Gambar 1. Diagram Batang Hasil Pukulan Lob

Dari diagram batang diatas yang ditunjukkan, dapat dikatakan bahwa tingkat kemampuan pukulan *lob* bulutangkis peserta ekstrakurikuler bulutangkis

di SMPN 1 Kotabaru Cikampek pada kategori “Sangat Baik” sebesar 13% (2 siswa), pada kategori “Baik” sebesar 13% (2 siswa), pada kategori “Cukup” sebesar 40% (6 siswa), pada kategori “Kurang” sebesar 0% (0 siswa), dan pada kategori “Sangat Kurang” sebanyak 33% (5 siswa).

Melihat kenyataan bahwa hasil dari penelitian pukulan *lob* yang telah dilaksanakan, menghasilkan 5 kategori dengan hasil presentase yang berbeda, yaitu pada kategori “Sangat Baik” sebesar 13% (2 siswa), pada kategori “Baik” sebesar 13% (2 siswa), pada kategori “Cukup” sebesar 40% (6 siswa), pada kategori “Kurang” sebesar 0% (0 siswa), dan pada kategori “Sangat Kurang” sebanyak 33% (5 siswa). Dapat diketahui dari presentase di atas yang paling dominan adalah kategori cukup dengan jumlah 6 siswa. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pramono (2015) dengan judul “Tingkat Kemampuan Dasar Memukul *Lob* dalam Permainan Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri 2 Karangpucung Kecamatan Kertanegara Kabupaten Purbalingga 2015”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Tingkat kemampuan dasar memukul *lob* dengan kategori sangat tinggi sebesar 2 (10%), tinggi sebesar 3 (15%), sedang sebesar 8 (40%), rendah sebesar 6 (30%), sangat rendah sebesar 1 (5%). Berdasarkan hasil dari keseluruhan kategori tersebut dapat diketahui bahwa keterampilan dasar memukul *lob* peserta ekstrakurikuler siswa SD Negeri 2 Karangpucung, Kecamatan Kertanegara, Kabupaten Purbalingga kemampuannya adalah sedang.

Ditambahkan dari hasil Penelitian oleh Aji, (2018) dengan judul "Tingkat Kemampuan Pukulan *Lob* Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis di SD BUDI MULIA DUA PANJEN YOGYAKARTA". Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan memukul *lob* peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SD Budi Mulia Dua Panjen Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 10,00% (2 siswa), “kurang” sebesar 15,00% (3 siswa), “sedang” sebesar 50,00% (10 siswa), “baik” sebesar 25,00% (5 siswa), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 siswa).

Hasil yang didapatkan bisa dipengaruhi oleh beberapa sebab, diantaranya yaitu karena dampak pandemic *covid-19* yang mengakibatkan kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SMPN 1 Kotabaru Cikampek pasif sementara guna memutus rantai penyebaran wabah tersebut, juga karena aktifitas yang dilakukan oleh siswa sebelumnya yang dapat mempengaruhi kondisi fisik pada saat proses pelaksanaan tes atau pola latihan yang kurang variatif sehingga hasil pukulan *lob* hanya pada kategori cukup.

Ada beberapa factor lainnya yang mempengaruhi kemampuan pukulan *lob* peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMPN 1 Kotabaru, yakni:

1. Faktor Siswa

Siswa merupakan subjek belajar, sehingga segala bentuk aktifitas fisik mungkin tidak terkontrol, banyaknya aktifitas yang dilakukan siswa akan membuat kondisi fisik berubah-ubah sehingga hasil penelitian mungkin kurang sesuai seperti yang diharapkan, namun peneliti selalu berusaha untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan yang sebenar-benarnya.

2. Faktor Pelatih Ekstrakurikuler

Dalam upaya proses mengembangkan potensi siswa, seorang guru/pelatih memiliki tugas yang sangat penting. Sehingga pelatih hendaknya memberikan bentuk latihan fisik yang sesuai dengan takaran anak SMP sehingga melihat dari hasil diatas dapat diuraikan bahwa pelatih sudah cukup memenuhi syarat dalam memberikan bentuk dan program latihan bagi siswa. Pelatih merupakan fasilislator dalm memberikan latihan ekstrakurikuler bulutangkis. Oleh karena itu, pelatih sangat berpengaruh dalam peningktn kemampuan pukulan *lob* dalam bulutangkis, metode latihan yang pelatih gunakan harus bisa menarik anak dan pelatih harus bisa memotivasi siswa agar semangat dalam mengikuti latihan.

3. Faktor Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana pendidikan jasmani diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah merupakan hal yang vital. Karena tanpa adanya sarana dan prasarana pembelajaran tidak berjalan. Di SMPN 1 Kotabaru Cikampek sudah mempunyai sarana dan prasarana yang cukup memadai sehingga dapat menunjang proses belajar mengajar pendidikan jasmani dan memberikan motivasi bagi siswa untuk aktif dalam berlatih.

4. Faktor Lingkungan

Dukungan dari lingkungan sekitar juga mendorong keberhasilan pembelajaran. Suatu sekolah akan tercipta suasana kondusif apabila lingkungan sekitar ikut berupaya dan menjaga suasana dan kenyamanan sehingga kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik.

KESIMPULAN

Melihat Hasil dari pembahasan tersebut bahwa Kenyataan hasil dari penelitian pukulan *lob* yang telah dilaksanakan, menghasilkan 5 kategori dengan hasil presentase yang berbeda, yaitu pada kategori “Sangat Baik” sebesar 13% (2 siswa), pada kategori “Baik” sebesar 13% (2 siswa), pada kategori “Cukup” sebesar 40% (6 siswa), pada kategori “Kurang” sebesar 0% (0 siswa), dan pada kategori “Sangat Kurang” sebanyak 33% (5 siswa).

REFERENSI

- Aksan, H. (2012). *Mahir bulutangkis jilid 1*. Jakarta: Nuansa Cendikia.
- Astri, N. I., & Zarwan. (2018). Studi Kemampuan Teknik Pukulan Lob dan Netting Atlit Bulutangkis PB. Semen Padang. *Jurnal Pendidikan Dan Olahraga*, 1(1), 148–153.
- Bambang Ismaya. *Pengelolaan Pendidikan*. Reflika Aditama. 2020.
- Harsono, M. (2017). *Meningkatkan Kebugaran Tubuh Melalui Permainan dan Olahraga Bulu Tangkis*. PT Gramedia Widia Sarana Indonesia.
- Irfan Rahman, Ruslan Abdul Gani, Irfan Zinat Achmad. *Persepsi Siswa pada Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Tingkat SMA*. Jilid 9. Volume 2. 2020.
- Irfandy, A. Y., & Nurhasan. (2017). Pengaruh Media Shuttlecock Gantung Terhadap Hasil Belajar Lob Forehand Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 6(2).
- Rinaldi, M. (2020). *Jago Bulutangkis Untuk Pemula*. Cemerlang.

- Subarkah, A., & Marani, I. N. (2020). Analisis Teknik Dasar Pukulan Dalam Permainan Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 5(2), 106–114.
- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitatif , Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta. 2013
- Yamin. Martini. *Strategi & Metode dalam Model Pembelajaran*. Jakarta: Referensi GP Prees Group. 2013.