

Pengaruh Latihan *Footwork* Terhadap Kemampuan *Smash* Bulutangkis Siswa Kelas VI SD Negeri 21 Kota Sorong

Untung Romualdo Purba¹, Harmaman², Waskito Aji Suryo Putro³

¹²³Universitas Pendidikan Muhammadiyah Sorong

Email: aldopurba221@gmail.com¹ mamannaghjjs@gmail.com² ajiwaskito@unimudasorong.ac.id³

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa terhadap kemampuan *footwork smash* bulutangkis siswa SD Negeri 21 Kota Sorong. Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen. Desain penelitian ini menggunakan desain “*pretest-posttest control grup design*”. Populasi dalam penelitian adalah siswa SD Negeri 21 Remu Kota Sorong yang berjumlah 30 siswa. Teknik *sampling* yang digunakan adalah *purposive sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa SD Negeri 21 Remu Kota Sorong yang masih aktif dan kurang dalam melakukan *footwork smash* berjumlah 8 siswa. Instrumen kemampuan *smash*. Analisis dalam penelitian ini adalah menggunakan *uji-t*, yaitu dengan membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan *footwork smash* siswa melalui latihan variasi t hitung 974 dan nilai p sebesar 368.

Kata kunci : bulutangkis, *footwork*, *smash*.

ABSTRACT

This study aims to determine the ability of students to the ability of footwork smash badminton students of SD Negeri 21 Sorong City. This type of research is experimental research. This research design uses the “pretest-posttest control group design” design. The population in the study was SD Negeri 21 Remu Kota Sorong students totaling 30 students. The sampling technique used was purposive sampling. The sample in this study were SD Negeri 21 Remu Kota Sorong students who were still active and lacking in doing footwork smash totaling 8 students. The smash ability instrument. The analysis in this study was to use the t-test, namely by comparing the results of the pretest with the posttest in the experimental group and the control group. The results showed that there was a significant increase in the ability of footwork smash students through variation training t count 974 and p value of 368.

Keywords: *badminton, footwork, smash.*

INFO ARTIKEL

Riwayat Artikel:

Diterima : 06 Juni 2024

Disetujui : 14 Juni 2024

Tersedia secara *Online* 2024

Doi:

<https://unimuda.e-journal.id/unimudasportjurnal/index>

PENDAHULUAN

Olahraga bulu tangkis awal mula dimainkan dalam upacara adat atau sebagai hiburan. Berawal dari permainan tersebut maka dikembangkan menjadi olahraga yang lebih kompetitif. Olahraga bulu tangkis dimainkan di Inggris pada abad ke-12. Dahulu permainan ini menggunakan dayung atau tongkat (*battledore*) dan menjaga objek tetap di udara dan mencegahnya jatuh menyentuh tanah. Abad ke-18, permainan ini dimainkan di Polandia. Selanjutnya pada abad ke 19 permainan ini dimainkan di India, di Pune. Karena dimainkan di Pune, maka lebih dikenal sebagai permainan Pooona. Berlanjutnya waktu permainan ini ditambahkan berupa alat jaring atau net sebagai pembatas lapangan. Kemudian para tentara membawa permainan itu kembali ke Inggris pada 1850-an.

Nama Badminton berasal dari nama sebuah kota Badminton, tempat kediaman Duke of Beaufort di wilayah Gloucestershire yang tidak jauh letaknya dari Bistol Inggris. Sesuai yang di sampaikan H.A.E. Scheele, yang pernah menjabat sekretaris Internasional Badminton Federation (IBF). Sekitar tahun 1870-an, perkumpulan olahraga atau klub badminton boleh dikatakan hampir hampir tidak ada. Olahraga seperti badminton dimainkan hanya terbatas di lingkungan aristocrat saja dan menggunakan ruang-ruang tamu mereka yang sangat luas. Tapi dalam perkembangannya, olahraga badminton semakin meriah dan disukai oleh masyarakat dengan hadirnya klub Folkstone yang merupakan klub pertama berdiri di Kent, Inggris.

Di Indonesia, olahraga badminton mulai sejak tahun 1930-an. Di Indonesia bermula pada daerah jajahan Inggris yaitu Malaysia dan Singapura yang susupkan di Indonesia bagian barat yaitu bagian yaitu Sumatra sekitar tahun 1930. Selain di Sumatra, ada pula yang berlangsung di Jakarta. Ikatan Sport Indonesia (ISI) menaungi bulu tangkis pada masa itu. Tahun 1933 perkumpulan bulu tangkis di Jakarta yang populer yaitu Bataviase Badminton Bond dan Bataviase Badminton League, kemudian kedua perkumpulan tersebut bergabung menjadi Bataviase Badminton Unie (BBU). Tahun 1934 terdapat kejuaraan di Jawa Barat dan sekita Pulau Jawa. Pada masa penduduk Jepang Tahun 1942, Bulu Tangkis berkembang pesat dan menggantikan istilah Badminton yang dianggap asing dengan istilah Indonesia. RMS Tri Tjondrokusumo sebagai ketua ISI (Ikatan Sport Indonesia) bagian Badminton, mengusulkan nama bulu tangkis sebagai pengganti nama badminton sehingga dapa diterima dikalangan umum pulau Jawa dan seluruh Nusantara. Satu tahun kemudian di Jakarta dibentuk suatu gerakan olahraga dengan nama GELORA (Gerakan Olahraga Republik Indonesia) yang dipimpin oleh Otto Iskandar Dinata.

Dalam Undang-Undang Dasar 1945 RI Nomor 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 4, menjelaskan bahwa olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Dalam pasal 1 ayat 4 juga membahas tentang organisasi olahraga adalah sekumpulan orang yang menjalin kerja sama dengan membentuk organisasi untuk penyelenggaraan olahraga sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan. Pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang wajib di cantumkan dalam kurikulum pendidikan dan pengajaran, salah satu materi pelajaran yang dipelajari oleh siswa adalah Bulutangkis. Bulutangkis adalah cabang olahraga yang termasuk kedalam kelompok bermain. Permainan Bulutangkis dapat dimainkan didalam maupun diluar lapangan, dengan lapangan yang dibatasi garis-garis ukuran panjang dan lebar yang tertentu.

Bulu tangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di Indonesia. Olahraga ini juga sangat digemari oleh masyarakat disemua kalangan, dimulai dari yang tua sampai yang muda, laki-laki dan perempuan. Olahraga juga bisa dijadikan sebagai hiburan karena olahraga mempertemukan orang-orang yang sebelumnya belum saling mengenal dan terjalin silaturahmi dan olahraga bisa dijadikan pemersatu salah satunya adalah bulutangkis yang sangat digemari Masyarakat dan mudah dimainkan (Wawan Aditya Purnama, 2023). Hal ini dapat tercermin dari banyaknya klub-klub mulai dari level daerah sampai nasional. Disamping itu, dapat dilihat dari antusias masyarakat disetiap ada pertandingan bulu tangkis. Oleh karena itu, PBSI sebagai induk organisasi bulu tangkis melakukan pembinaan besar-besaran (Rahman & Warni 2017).

Permainan bulu tangkis merupakan jenis permainan yang memerlukan kecepatan dan kelincahan yang baik untuk memukul *shuttlecock*, dimana teknik langkah kaki atau *footwork* dan pukulan atau *stroke* yang benar akan menghasilkan pukulan yang sempurna (Hamid & Aminuddin, 2019). Salah satu teknik dasar dalam permainan Bulutangkis yaitu *smash*. Untuk melaksanakan proses belajar mengajar yang pada pelajaran bulutangkis *smash* ini, maka seorang guru harus memikirkan suatu metode mengajar yang sesuai. Karena materi pembelajaran bulutangkis *smash* ini tidak bisa dilakukan dengan waktu yang singkat untuk melaksanakannya.

Untuk mempermudah siswa dalam melaksanakan praktik *footwork smash* dengan baik, salah satu metode ajar yang dapat digunakan guru penjaskes adalah teknik latihan *skipping* untuk meningkatkan locatan smash dalam bulutangkis karena dengan menggunakan metode ini bentuk pembelajaran sebagai alat untuk menciptakan proses belajar mengajar dengan memberikan latihan-latihan terhadap apa yang dipelajari siswa sehingga memperoleh suatu keterampilan tertentu. Kata latihan mengandung arti bahwa sesuatu itu selalu diulang-ulang, akan tetapi bagaimanapun juga antara situasi belajar yang pertama dengan situasi belajar yang realistis, ia akan berusaha melatih ketrampilannya. Bila situasi belajarnya diubah-ubah kondisinya sehingga menuntut respon yang berubah, maka ketrampilan akan lebih disempurnakan.

Footwork smash adalah teknik pengaturan langkah kaki agar menjadi lebih efektif saat bermain bulu tangkis di lapangan. *Footwork smash* juga dapat diartikan sebagai pukulan yang paling potensial dan bertenaga dalam bulu tangkis, yaitu gerakan menangkis cock bulu tangkis dengan raket. Subardjah dalam (Salahuddin, 2021) menjelaskan *footwork* yaitu banyak gerakan pada langkah dua kaki dapat mengendalikan badan seseorang untuk memiliki posisi badan yang baik agar mudah dalam gerak saat melakukan pukulan shuttlecock mengikut posisinya.

Berdasarkan observasi hasil pembelajaran pada pelaksanaan proses belajar mengajar dengan materi pembelajaran bulu tangkis pada *footwork smash* di kelas VI SD Negeri 21 Remu Kota Sorong yaitu: masih beberapa siswa yang tidak dapat melakukan *footwork smash* dengan baik. Pada saat melakukan *footwork smash* siswa SD Negeri 21 Remu Kota Sorong masih banyak cara memegang raket tidak benar, saat melakukan *footwork smas* posisi badan tidak menghadap kedepan tetapi tetapi terlalu menyamping.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis eksperimen. Maksom (2009) mengemukakan bahwa, penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan secara ketat untuk mengetahui hubungan sebab-akibat diantara variable-variabel.

Salah satu ciri pokok dari penelitian ini adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang diberikan pada subjek penelitian. Penelitian eksperimen dicirikan dengan 3 hal, yaitu adanya kelompok *footwork*, kelompok *smash*, dan ukuran keberhasilan. Penelitian eksperimen yang memenuhi ketiga hal diatas, maka dapat dikatakan eksperimen murni. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah “ One Groups Pretest-posttest design”, yaitu desain penelitian yang tepat pretest sebelum diberikan perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan, dengan demikian dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan diadakan sebelum diberikan perlakuan (sugiyono 2007).

Metode penelitian cara yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data penelitiannya (Arikunto, prsedur penelitian suatu pendetakan praktis, 2006). Tujuan mengumpulkan data yaitu untuk menguji data bukan mutlak membuktikan kebenaran atau tidak kebenaran suatu hipotesis. Penelitian yang akan digunakan adalah kuantitatif dengan metode eksperimen. Metode penelitian eksperimen merupakan metode penelitian yang digunakan untuk mencari pengaruh *tredment* (perlakuan) tentukan (Sugiono, metode penelitian pendidikan kuantitatif, kualitatif, dan RSD, 2010). Dengan perlakuan yang diberikan terlihat sebab akibat sebagai pengaruh pelaksanaan latihan di dalam proses pemberian *tredment* berupa latihan *footwork* terhadap kemampuan *smash* pada permainan bulutangkis siswa SD Negeri 21 Kota Sorong. Penelitian ini penulis menggunakan metode dua *grup desain pretest dan posttes*. (Arikunto, prosedur penelitian suatu pendekatan praktek.

Desain eksperimen ini terhadap kelompok yang disebut kelompok eksperimen, yaitu kelompok yang sengaja di pengaruhi oleh variabel-variabel tertentu. Juga ada kelompok control, yaitu kelompok perbandingan. Kelompok control di maksud sebagai perbanding sampai manakah terjadi perubahan akibat variabel-variabel eksperimen.

Langka-langkah penelitian adalah serangkaian proses penelitian, dimana peneliti dari awal yaitu merasa menghadapi masalah, berupaya untuk memecahkan masalah, sampai akhirnya mengambil keputusan yang berupa kesimpulan bagaimana hasil penelitiannya, dapat memecahkan masalah atau tidak.

Tempat penelitian yang akan diteliti yaitu di SD Negeri 21 Kota Sorong. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SD Negeri 21 Kota Sorong yang berjumlah 30 peserta didik.

Sampel atau biasa disebut dengan sampling adalah proses menyelesaikan sejumlah elemen dan populasi yang di teliti untuk dijadikan sampel, dan memahami sifat atau karakter dari subjek yang di jadikan sampel yang nanti dapat dilakukan generalisasi dari elemen populasi (Sugiono,2014). Teknik sampel dalam penelitian adalah *random sampling*, teknik ini dilakukan atas tujuan tertentu. Teknik random sampling teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 8 orang. kemudian dibagi menjadi dua kelompok yang terdiri dari 4 orang anggota setiap kelompok pembagian kelompok eksperimen dan kelompok control. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis Uji-t (t test. Untuk mendapatkan hasil yang baik perlu dilakukan pengujian normalitas. Di samping normal.

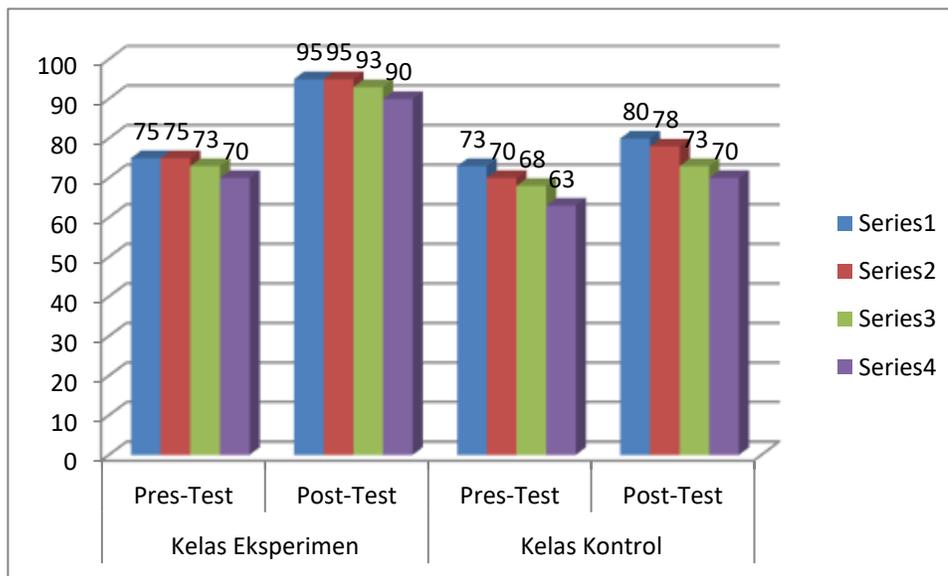
HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskriptif data penelitian berfungsi untuk mempermudah penelitian yang telah dilakukan. Deskriptif data penelitian meliputi data *pres-test* dan *post-test* dari eksperimen yang akan dilakukan. Dalam sub-sub ini akan disajikan satu dalam penelitian, dari data *pretest* dan *posttest* dari kelompok eksperimen latihan *Footwork* terhadap kemampuan *smash*.

Table 1. Perhitungan uji antar kelompok

Kelompok	<i>sig</i>	Keterangan
<i>Pre-test kelas eksperimen</i>	0,220	Ber. Normal
<i>Post-test kelas eksperimen</i>	0,220	Ber. Normal
<i>Pre-test kelas kontrol</i>	0,899	Ber. Normal
<i>Post-test kontrol</i>	0,691	Ber. Normal



Gambar 1. Histori perbandingan rata-rata *pre-test post-test*

PEMBAHASAN

Berdasarkan kajian teori dapat ditemukan suatu hipotesis sebagai berikut: “ada pengaruh latihan *footwork* terhadap kemampuan *smash* pada permainan bulutangkis SD Negeri 21 Kota Sorong yang digunakan untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh signifikan adalah apabila nilai signifikan lebih besar dari 0,05 (signifikan $>0,05$ maka H_0 ditolak dan jika nilai signifikan kurang dari 0,05 (signifikan $<0,05$) maka H_1 diterima. Setelah diketahui kemampuan awal kedua kelas, selanjutnya peserta diberikan pembelajaran dengan metode yang berbeda pada materi bulutangkis. Berdasarkan hasil uji statistik variabel kontrol diperoleh nilai *uji-t* antara *pretest* dan *posttest* latihan variasi terhadap kemampuan *smash* yang memiliki nilai *t* hitung.

949, $p = 0,50$ karena $p > 0,05$ maka tidak ada pengaruh signifikan dilihat dari nilai rata-rata, maka diperoleh nilai rata-rata *pretest* = 73.25 dan nilai rata-rata *posttest* = 75.25 karena nilai rata-rata *pretest* lebih besar dari nilai rata-rata *posttest* maka terjadi penurunan kemampuan *passing* sebesar = 68.50.

Hal tersebut sejalan dengan metode pembelajaran yang digunakan oleh peneliti yaitu dengan menggunakan. Latihan *footwork* terhadap kemampuan *smash* adalah teknik cara mengajar, dimana peserta didik melaksanakan latihan-latihan agar memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari. Latihan yang praktis, mudah dilakukan serta teratur melakukannya membina peserta didik dalam meningkatkan penguasaan keterampilan, bahkan mungkin peserta didik dapat memiliki ketangkasan itu dengan sempurna. Dengan menggunakan dalam pembelajaran diharapkan peserta didik lebih aktif, kreatif, inovatif, bertanggung jawab, dan saling bekerja sama. Karena pada umumnya pembelajaran dengan menggunakan latihan variasi terhadap kemampuan *smash*, ini merupakan pembelajaran yang bersifat kelompok. Sehingga peserta didik dituntut untuk saling bekerjasama di kelompoknya dalam mengerjakan latihan-latihan yang diberikan oleh guru. Peserta didik juga dituntut aktif dalam proses pembelajaran, menghargai sesama teman maupun guru dan bertanggung jawab dalam kelompok maupun individu ketika dalam proses pembelajaran berlangsung. Sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai secara efektif dan efisien. Berdasarkan uraian di atas maka dapat disimpulkan bahwa latihan *footwork* terhadap kemampuan *smash* dapat mempengaruhi hasil belajar di kelas VI SD Negeri 21 Kota Sorong.

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan pada penelitian ini, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian dan pembahasan dapat diambil kesimpulan bahwa ada pengaruh latihan *footwork* terhadap kemampuan *smash* pada permainan bulutangkis siswa SD Negeri 21 Kota Sorong. Dapat dilihat dari nilai uji *t* pada dua kelas thitung $>$ Sig yaitu $0,974 > 0,368$ dengan taraf signifikan $0,05$. Itu dibuktikan melalui perlakuan dari kelompok eksperimen dan control nilai *pretest* dan *posttest* yaitu dengan nilai tes awal diperoleh nilai *pretest* yaitu = 69,50 dengan standar deviasi 4,203. Sedangkan untuk nilai dari nilai *posttest* diperoleh dengan nilai rata-rata = 75,25 dengan Standar Deviasi = 2,363. Dengan menggunakan metode kemampuan *smash* di kelas VI SD Negeri 21 Kota Sorong, yaitu dengan nilai tes awal diperoleh dari nilai-nilai *pretest* yaitu dan nilai rata-rata = 75.25 dengan standar deviasi 4,573. Sedangkan untuk nilai dari nilai *posttest* diperoleh dengan nilai rata-rata = 93,25 dengan Standar Deviasi = 2,636. .

DAFTAR PUSTAKA

Achmad Rifai, Domi Bustomi, dan Sumbara Hambali, "Perbandingan Latihan *Footwork* Dan *Shadow* Terhadap Kelincahan Atlet Tim Bulutangkis Pbsi Tanah Laut Usia 12-15." *J. Kejaora (Kesehatan Jasm. dan Olah Raga)*, vol. 5, no. 1, hal. 25–31, 2020, doi: 10.36526/kejaora.v5i1.848

Agility Pada Pemain Bulutangkis Pbsi Tanah Laut Usia 12-15." *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 18.1 (2019).

Arikunto *Intrumen pengumpulan data (2010)*

Rahman, Taufiq, and Herita Warni. "Pengaruh latihan shadow 8 terhadap agility pada pemain bulutangkis PB. Mustika Banjarbaru usia 12–15 tahun." *Multilateral: Pendidikan Jasmani dan Olahraga* 16.1 (2017).

Ramadhan, Chandra Rizki; HIDASARI, Fitriana Puspa. Pengaruh Target Games Training Terhadap Akurasi Servis Pendek Backhand. *Pendidikan Jasmani Khatulistiwa*, 2020

Salahuddin, M. (2021). Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Pukulan Dropshot Dalam Permainan Bulutangkis. *Jurnal Panrita*, 1(2), 87-94

Saleh, Ahmad; KAHAR, Irsan; GALUGU, Nur Saqinah. Akurasi Pukulan Smash Pada Atlet Bulutangkis: Studi Pada Atlet Bulutangkis Kota Palopo. *Jurnal Kejaora (Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga)*, 2022

Siyoto, Sandu, and Muhammad Ali Sodik. *Dasar metodologi penelitian*. literasi media publishing, 2015.

Sugiyono, (2010). "*Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan RSD*", Bandung Alfabeta.

Tjellander, Bengt. *Hur jag blev lärares lärare: Den förändrade lärarrollen-den forskande pedagogiska processhjälparen och vetandeskapandet: En didaktikfilosofisk betraktelse*. Diss. Linköping University Electronic Press, 2004.

Tri Hadi Karyono sejarah bulu tangkis di *dunia dan di Indonesia (2011)*

Wawan Aditya Purnama & Imam Mahfud. 2023. Pengaruh Latihan Footwork Menggunakan Raket Terhadap Ketepatan Forehand Smash Pada Ekstrakurikuler Bulutangkis. *Journal of Physical Education (JouPE)*. Vol. 4, No. 1, 2023