

**PENGARUH PERMAINAN TARGET TERHADAP KETEPATAN SERVIS  
GAYA FOREHAND PADA PESERTA EKSTRA KULIKULER  
BULUTANGKIS DI SMP KOSGORO SRAGI TAHUN 2017**

**RUDI ARDHI DIANATA  
SUJARI**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Olahraga Kesehatan  
Universitas PGRI Banyuwangi  
Email: rudiardhidianata@gmail.com

**ABSTRAK**

Servis merupakan pukulan tunggal yang merupakan teknik dasar dalam memulai permainan. Teknik ini juga dapat dimaksimalkan dalam perolehan angka. Sehingga teknik juga perlu dilatih dengan maksimal pada atlet. Pada pembinaan atlet usia dini di sekolah tentunya perlu dilatih dalam kegiatan ekstrakurikuler. Dalam pembinaan ekstrakurikuler Bulutangkis di SMP Kosgoro Sragi teknik servis masih belum maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan servis peserta ekstrakurikuler di SMP Kosgoro Sragi melalui permainan target.

Dalam penelitian ini, tehnik pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah tehnik tes. Data tes yang dihasilkan berupa rata-rata skor *pretest* dan *posstest* kemampuan testi dalam melakukan servis gaya *forehand*. Tes yang dibuat berupa kemampuan siswa melakukan servis gaya *forehand* dengan sasaran yang telah ditentukan. Tes dilaksanakan sebelum dan sesudah *treatment* diberikan. Tes dilakukan dengan metode yang sama agar dapat terlihat perbedaan sebelum dan sesudah diberikan *treatment*. Analisa pengujian data dalam penelitian ini menggunakan statistik uji-t.

Berdasarkan hasil penelitian di atas diperoleh hasil  $t_{hitung} (7,783) >$  dari  $t_{tabel} (2,119)$ , artinya ada pengaruh permainan target terhadap ketepatan servis gaya *forehand* pada peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Kosgoro Sragi. Pengaruh tersebut ditunjukkan dengan peningkatan servis gaya *forehand* sebesar 33,09 %.

**Kata Kunci :** *Permainan Target, Servis Gaya Forehand*

**PENDAHULUAN**

Pendidikan pada hakekatnya adalah usaha sadar untuk mengembangkan kepribadian dengan kemampuan di dalam dan di luar sekolah dan berlangsung seumur hidup dan dilaksanakan dalam lingkungan keluarga, sekolah, dan masyarakat. Menurut Suyitno (2009) mengungkapkan bahwa pendidikan adalah upaya memanusiakan manusia.

Pendidikan merupakan suatu kegiatan yang bersifat umum bagi setiap manusia dimuka bumi ini. Sejak dahulu dari generasi ke generasi, walaupun berawal dari sesuatu yang sederhana, sesungguhnya pendidikan itu sudah ada. Pengetahuan, pemahaman dan pengalaman tentang pendidikan senantiasa perlu dipersegar dan diperkaya, mengingat ilmu konsep tentang pendidikan adalah hasil

pemikiran manusia yang bersifat dinamis dan berubah-ubah karena pengaruh situasi dan kondisi kehidupan umat manusia pada umumnya. Sedangkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional pasal 1 ayat 1 (2003) diungkapkan bahwa: pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara.

Dapat disimpulkan pendidikan merupakan usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar secara aktif dan mengembangkan potensi peserta didik, serta sebagai sarana untuk memanusiakan manusia.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan yang berisikan serangkaian materi pelajaran yang ada dalam kehidupan sehari-hari dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani peserta didik. Pendidikan jasmani memiliki kelengkapan sebagai pendidikan yang utuh melibatkan tiga domain penting tujuan pendidikan yaitu aspek kognitif, afektif, dan psikomotor. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu pelajaran yang diajarkan di sekolah. Mata pelajaran ini sengaja diterapkan sebagai upaya untuk meningkatkan kesegaran jasmani. Menurut Karisma (2014) pendidikan jasmani merupakan bagian integral

dari keseluruhan proses pendidikan melalui berbagai aktivitas jasmani yang bertujuan untuk mengembangkan individu atau siswa secara fisik.

Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan tidak hanya mencakup kurikulum sekolah, namun juga mencakup berbagai aspek kompetensi maupun kemampuan siswa dalam menghadapi berbagai tantangan masa depan. Salah satunya dengan kegiatan olahraga yang dilakukan di luar jam sekolah atau kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan di sekolah tetapi pelaksanaannya di luar jam sekolah biasanya dengan tujuan memperluas pengetahuan siswa, antara lain mengenai hubungan antar mata pelajaran, penyaluran minat dan bakat serta pembinaan manusia seutuhnya.

Dalam pengembangan kegiatan ekstrakurikuler, program olahraga yang paling banyak dilakukan. Guru biasanya membentuk unit atau klub olahraga sehingga siswa dapat memilih cabang olahraga yang sukainya. Bagi yang ingin menyalurkan prestasi olahraganya dapat diselenggarakan kegiatan perlombaan dan pertandingan olahraga, baik antar atau inter sekolah. Selain itu ekstrakurikuler juga dapat membentuk mental dan dedikasi sehingga dapat meningkatkan prestasi salah satu cabang olahraga yang sudah menjadi hobi dan bakat siswa dalam cabang olahraga tertentu dalam waktu lebih lama (Hastuti, 2008).

Pengembangan kegiatan ekstrakurikuler lebih mengandalkan inisiatif sekolah. Secara yuridis, pengembangan kegiatan ekstrakurikuler memiliki landasan

hukum yang kuat, karena diatur dalam surat Keputusan Menteri yang harus dilaksanakan oleh sekolah, salah satu keputusan Menteri Pendidikan Nasional RI No. 125/U/2002 tentang kalender pendidikan dan jumlah jam belajar efektif di sekolah pengaturan kegiatan ekstrakurikuler dalam keputusan ini terdapat pada Bab 5 pasal 9 ayat 2 “pada tengah semester 1 dan 2 sekolah melakukan kegiatan olahraga dan seni (porseni), karya wisata, lomba kreatifitas atau praktek pembelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan pendidikan seutuhnya.” Dalam bagian lampiran keputusan mendiknas ini juga dinyatakan liburan sekolah atau madrasah selama bulan ramadhan diisi dan dimanfaatkan untuk melaksanakan berbagai kegiatan, yang diarahkan pada peningkatan akhlak mulia, pemahaman atau amaliah agama termasuk kegiatan ekstrakurikuler lainnya yang bermuatan moral.

### **Permainan Target**

Permainan target merupakan sebuah permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik. Permainan ini sebenarnya menjadi dasar bagi permainan-permainan yang lain, karena hampir setiap permainan memiliki target atau goal yang dijadikan sasarannya. Misalnya, permainan bolabasket, sepakbola, bulutangkis dan sebagainya memiliki sasaran yang bermacam-macam. Di dalam permainan target para siswa didorong mengembangkan kesadaran

taktikal dan kemampuan pembuatan keputusan manakala hal ini menjadi orientasi utama dalam pengajaran.

Kesadaran taktikal adalah prasyarat untuk kemampuan penampilan, tetapi pada saat bersamaan para siswa harus menampilkan baik pengetahuan maupun keterampilan untuk melakukan permainan dengan sebaik-baiknya. Secara dasar taktik merupakan suatu siasat atau akal yang dirancang dan dilaksanakan dalam sebuah permainan. Menurut Winarni (2008) untuk dapat memahami pendekatan taktikal dalam pengajaran permainan, sangatlah realistis untuk memperdebatkan pendekatan keterampilan melawan pendekatan taktikal, daripada mempertanyakan keduanya tentang bagaimana mengkombinasikan diantara keduanya.

Dalam beberapa jenis permainan ada aktivitas yang jika diamati akan menyerupai permainan target, misalnya dalam bulutangkis ada sasaran yang dinilai. Pada saat bermain bulutangkis pemain yang akan melakukan servis akan mengarahkan *shuttlecock* ke daerah pemain lawan yang sebisanya servis yang dilakukan dapat menghasilkan poin. Dengan memodifikasi target yang berbeda akan menjadikan siswa tidak merasa bosan dalam melakukannya, serta akan efisien dalam waktu karena target bisa dibuat banyak dan siswa tidak jenuh dalam menunggu untuk melakukan kesempatan. Tetapi dalam melakukan bermain modifikasi permainan target ini siswa tetap menggunakan teknik servis yang benar saat menembak ke sasaran yang telah ditentukan.

Menurut Alwi (2008) permainan target merupakan sesuatu yang dijadikan untuk bermain/perbuatan bermain yang dimainkan (bulutangkis dan sebagainya) yang mempunyai sasaran atau batas ketentuan dan sebagainya yang telah ditetapkan untuk dicapai. Permainan target adalah salah satu klasifikasi dari bentuk permainan dalam pendekatan *Teaching Game for Understanding* (TGfU) yang memfokuskan pada aktivitas permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai. Ciri khas permainan target yaitu: konsentrasi, ketenangan, fokus, *no body contact*, dan akurasi yang tinggi.

Menurut Akhiruyanto (2008) pendekatan bermain nantinya akan memberikan suatu pengembangan keragaman dan kualitas gerak. Hal ini dapat dibuktikan ketika disampaikan berbagai bentuk permainan yang menarik, beriringan dengan penekanan pada kesetaraan dalam adu keterampilan (*balance skill competences*). Sedangkan menurut Saryono (2009) prinsip dalam permainan target adalah mencoba melakukan lemparan dan atau pukulan sesedikit mungkin untuk mencapai tujuan permainan

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan target merupakan permainan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan dan semakin sedikit pukulan menuju sasaran semakin baik, serta memfokuskan pada aktivitas permainan yang membutuhkan kecermatan, akurasi yang tinggi dalam memperoleh nilai.

## METODE PENELITIAN

Daerah penelitian merupakan lokasi atau tempat penelitian akan dilakukan. Penentuan daerah penelitian ini ditentukan secara sengaja atau *purposive*. Menurut Nasution (2003) *purposive* merupakan pengambilan sampel hanya atas dasar pertimbangan penelitiannya saja yang menganggap unsur-unsur yang dikehendaki telah ada dalam anggota sampel yang diambil. Sedangkan menurut Sugiyono (2013) *purposive sampling* adalah tehnik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu. Pertimbangan tertentu ini, misalnya orang tersebut dianggap paling tahu tentang apa yang diharapkan, atau mungkin dia sebagai penguasa sehingga akan memudahkan peneliti menjelajahi objek atau situasi sosial yang diteliti.

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Kosgoro Sragi, Kecamatan Songgon Kabupaten Banyuwangi. Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen dengan menggunakan metode pendekatan *one group pretest-posttest design* yang digambarkan sebagai berikut :

**Tabel 1. Desain Penelitian**

<i>Pretest</i>	<i>Treatment</i>	<i>Posttest</i>
X1	T	X2

## Instrumen Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan instrumen pengumpulan data dengan menggunakan permainan target yang dimodifikasi sebagai berikut :



**Gambar 1. Modifikasi Permainan Target**

**Pelaksanaan**

- a) Tes berada dalam daerah service dan melakukan service yang sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku.
- b) Kesempatan melakukan service sebanyak 5 kali

**Penskoran**

- a) Skor setiap service ditentukan oleh bola melampaui net dan masuk pada sasaran.
- b) Skor setiap sasaran memiliki nilai yang berbeda sesuai dengan tingkat kesulitan.

**DISKUSI HASIL PENELITIAN**

Hasil pengambilan data *posttest* dan *pretest* ketepatan servis gaya *forehand* dipaparkan dalam tabel berikut :

**Tabel 2. Data Pretest dan Postest**

No	Pretest	Postest
1	11	13
2	8	13
3	9	12
4	11	14
5	11	14
6	13	22
7	11	21
8	12	18
9	12	18
10	8	10
11	10	16

12	10	17
13	8	11
14	11	19
15	10	16
16	10	11
17	15	24
180		269

Dari data pretest dan posttest di atas diperoleh informasi bahwa terdapat peningkatan ketepatan servis gaya *forehand* melalui permainan target. Peningkatan paling tinggi diperoleh dengan selisih skor pretes dan posttest sebesar 10 angka, Sedangkan skor peningkatan paling rendah dengan selisih posttest dan pretest sebesar 1.

Berdasarkan kajian teori yang telah dirumuskan oleh peneliti ditemukan hipotesa sebagai berikut : “Permainan target mempengaruhi ketepatan siswa dalam melakukan servis gaya *forehand* dalam permainan bulutangkis”. Kaidah yang digunakan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan yang signifikan dalam penelitian apabila  $t_{hitung} >$  dari pada  $t_{tabel}$  maka  $H_a$  diterima.

Teknik analisis data pada penelitian ini adalah tehnik statistik kandungan rumus yang digunakan dengan uji-t. Bentuk penyajian data yang dilakukan dalam bentuk data interval. Pengujian data yang peneliti lakukan dengan aplikasi SPSS versi 16.

**Tabel 3. Paired sample t-test**

Kelompok	$t_{hitung}$	Kriteria
Pre test- Post test	7,783	0.05 Ada perbedaan

Berdasarkan hasil penelitian di atas diperoleh hasil  $t_{hitung}$  (7,783) > dari  $t_{tabel}$  (2,119), artinya ada pengaruh permainan target terhadap ketepatan servis gaya *forehand* pada peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Kosgoro Sragi. Pengaruh tersebut ditunjukkan dengan peningkatan servis gaya *forehand* sebesar 33,08%.

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil analisa pengujian hipotesa diperoleh hasil  $t_{hitung}$  (7,783) > dari  $t_{tabel}$  (2,119). Dapat disimpulkan ada pengaruh permainan target terhadap ketepatan servis gaya *forehand* pada peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Kosgoro Sragi. Pengaruh tersebut ditunjukkan dengan peningkatan servis gaya *forehand* sebesar 33,08%. Dapat disimpulkan bahwa permainan target mempunyai pengaruh terhadap ketepatan servis gaya *forehand*.

### **SARAN**

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan, maka penulis mengajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Kosgoro Sragi pada khususnya dan kegiatan sekolah bulutangkis lain pada umumnya agar menggunakan latihan permainan target untuk mengasah kemampuan dalam melakukan servis.
2. Bagi pelatih agar meningkatkan kreativitas latihan untuk meningkatkan kemampuan servis.
3. Bagi peneliti selanjutnya supaya memperhatikan hal-hal yang ada dalam keterbatasan penelitian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Aditya, D. 2013. *Data dan Metode Pengumpulan Data Penelitian*. Poltekes Kemenkes : Surakarta
- Akhiruyanto, A. 2008. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani Dengan Pendekatan Permainan*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia : UNY
- Alhusin, S. 2007. *Gemar Bermain Bulu Tangkis*. Surakarta: CV. Set-Aji.
- Alwi, H. 2008. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka
- Elpaizi, dkk. 2016. *Survei Kemampuan Servis Panjang Dalam Permainan Bulu Tangkis Siswa Kelas Viii Di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Belida Darat*. Dosen Universitas Bina Darma, Mahasiswa Universitas Bina Darma
- Hastuti, T.A. 2008. *Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet Dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia : Universitas Negeri Jogjakarta
- Karisma, T.B. 2014. *Pengembangan Pembelajaran Permainan Bolavoli Mini Siswa Kelas V Sdn Babadan 2 Kecamatan Wlingi Kabupaten Blitar*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang
- Komari, A. 2008. *Jendela Bulutangkis*. FIK UNY Yogyakarta
- Martin, R, Hasyim, A, Husin, S. 2015. *Pengaruh Latihan Bermain Tunggal Dan Ganda Terhadap Keterampilan Dasar Bermain Bulutangkis Siswa Kelas Vii Smp Negeri 20*

- Bandar Lampung. FKIP  
UNILA
- Muhajir. (2007). *Pendidikan Jasmani  
Teori dan Praktek*. Erlangga:  
Jakarta.
- Nasution, R. 2003. *Teknik Sampling*.  
Fakultas Kesehatan  
Masyarakat Universitas  
Sumatera Utara
- Pambudi, A.F. 2003. *Target Games:  
Sebuah Pengembangan Konsep  
Diri Melalui Pembelajaran  
Pendidikan Jasmani*. UNY
- Saryono, A.R. 2009. *Modifikasi Stik  
Dalam Permainan Woodball  
Untuk Pembelajaran Target  
Games*. Staf Dosen FIK  
Universitas Yogyakarta
- Suyitno. 2009. *Pengertian dan  
Permasalahan permasalahan  
Filsafat Pendidikan*. FIP  
Universitas Pendidikan  
Indonesia
- Wibawa, K.P. 2016. *Tingkat  
Kemampuan Servis Pendek  
Forehand Dan Kemampuan  
Smash Bulutangkis Siswa  
Putra Peserta Ekstrakurikuler  
Bulutangkis Smp N 32  
Purworejo*. Universitas Negeri  
Jogjakarta
- Wibowo, Y.A. 2013. *Bermain Dan  
Kreativitas Dalam  
Pembelajaran Pendidikan  
Jasmani*.UNY
- Winarni, S. 2008. *Tgfu Sebuah  
Inovasi Pembelajaran  
Permainan*. Jurnal Pendidikan  
Jasmani Indonesia :UNY