
PROFIL KETERAMPILAN TEKNIK DASAR STROKE (MEMUKUL) BULUTANGKIS PADA CLUB BULUTANGKIS KOTA JAYAPURA (PB. FIK UNCEN)

Oleh

Nasruddin¹, Junalia Muhammad², Ansar CS³

^{1,2,3}Universitas Cenderawasih

Email: ¹nasroelcz@gmail.com, junaliamuhammad05@gmail.com,

³ansar.cs46@gmail.com

Article History:

Received: 19-10-2023

Revised: 18-11-2023

Accepted: 23-11-2023

Keywords:

Teknik Dasar Stroke,

Bulutangkis, Club

Bulutangkis

Abstract: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui berapa besar kemampuan keterampilan Teknik dasar Stroke (memukul) pada atlet klub PB. FIK Uncen. Keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis tidak diperoleh secara instan, tetapi melalui latihan yang terprogram dan dilaksanakan secara sistematis. Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari unsur-unsur, ciri-ciri, sifat-sifat suatu fenomena. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 15 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampling purposive, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiono (2015: 85). Dalam hal ini ada 15 atlet PB. FIK yang masuk kategori prestasi. Berdasarkan analisis teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (stroke) pada kelas klub bulutangkis PB. FIK Uncen, dengan tes kemampuan keterampilan bulutangkis ada 2 orang atau sebesar 13,33% yang masuk dalam kategori Baik Sekali, 5 orang atau sebesar 33,33 % yang masuk dalam kategori Baik, 4 orang atau sebesar 26,67 % masuk dalam kategori Cukup, 3 orang atau sebesar 20% masuk dalam kategori Kurang, dan 1 orang atau sebesar 6,67% masuk dalam kategori Kurang Sekali. Sedangkan untuk rata-rata keseluruhan teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (stroke) pada klub PB. FIK Uncen adalah sebesar 184,133. Hasil tersebut diartikan bahwa teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (stroke) pada atlet PB. FIK Uncen masuk dalam kategori Cukup.

PENDAHULUAN

Olahraga bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup populer di kalangan masyarakat Indonesia. Olahraga permainan ini banyak di gemari oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak hingga orang tua. Olahraga ini menyebar di pelosok-pelosok tanah air Indonesia. di Kota Jayapura memiliki club bulutangkis PB. FIK Uncen yang aktif membina bibit atlet masa depan untuk Papua maupun Indonesia. PB. FIK Uncen membina dan melatih mulai dari anak-anak Pra-Usia dini hingga kelas Taruna.

Untuk bisa memainkan olahraga permainan ini perlu menguasai hal yang mendasar yaitu dengan menguasai teknik-teknik dasar. Jenis-jenis teknik dasar dalam bulutangkis menurut Purnama (2010: 13) dibagi menjadi 4 macam ; 1) sikap berdiri (*stance*); 2) teknik langkah kaki (*footwork*) ; 3) teknik memegang raket dan ; 4) Teknik *Stroke* (memukul).

Teknik memukul bola (*stroke*) adalah salah satu teknik yang wajib dikuasai oleh setiap atlet/pemian, karena dalam pelaksanaan permainan bulutangkis tidak lepas dari memukul bola . Untuk menguasai teknik memukul bola pasti memerlukan latihan yang baik dan benar. Latihan merupakan suatu proses yang sistematis dari berlatih yang diulang-ulang dengan penambahan jumlah beban pada latihan. Dimana tujuan latihan adalah untuk membantu atlet/pemain meningkatkan keterampilan dan prestasinya sebaik mungkin. Supaya latihan dapat mencapai apa yang menjadi tujuannya, maka ada beberapa hal yang harus benar-benar dipahami oleh seorang pelatih pada saat melatih, yaitu aspek latihan, program latihan, prinsip latihan, dan unsur-unsur latihan. Dari beberapa hal yang perlu diperhatikan oleh pelatih tersebut, program latihan merupakan hal utama yang harus dibuat oleh pelatih terlebih dahulu karena program latihan adalah rencana kegiatan yang akan dilakukan pada saat latihan. Dalam latihan perlu dilakukan evaluasi untuk mengetahui seberapa besar pencapaian belajar atau kompetensi yang telah dicapai untuk bidang olahraga tertentu. Mengenai evaluasi dari hasil latihan keterampilan bulutangkis, Purnama (2010: 28) menjelaskan evaluasi hasil latihan dapat diketahui melalui 2 cara yaitu, “(1) dengan cara kompetisi pertandingan (2) dengan cara melakukan tes keterampilan bulutangkis”. Adapun macam rangkaian tes keterampilan sebagai berikut : tes servis pendek (*short serve test*), tes servis panjang (*long serve test*), tes pukulan lob (*high clear test*), dan tes smes (*smash test*).

Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan pengamatan kami bahwa pelatih club PB. FIK Uncen ini belum melakukan evaluasi hasil latihan, sehingga belum ada data yang membuktikan seberapa besar tingkat keterampilan bulutangkis pada pemain/atlet PB. FIK Uncen.

Dengan melakukan evaluasi hasil latihan keterampilan bulutangkis diharapkan pelatih tersebut dapat mengetahui berapa besar kemampuan teknik dasar atlet, sehingga pelatih tersebut juga dapat mengetahui atau sebagai acuan kebutuhan latihan teknik yang bisa meningkatkan kemampuan keterampilan atletnya.

TINJAUAN PUSTAKA

State of art

Penelitian ini berfokus pada pada Profil Keterampilan Teknik Dasar Stroke (Memukul) Bulutangkis Pada Club Bulutangkis Kota Jayapura (PB. FIK Uncen).

Studi Pendahuluan Yang Telah di Lakukan

Olahraga bulutangkis memiliki karakter olahraga cepat dan memiliki durasi waktu dalam satu kali rally (1 poin) antara 5-60 detik durasi pertandingan bisa sampai antara 25 menit sampai 60 menit dalam satu kali pertandingan. Seorang pemain harus memiliki kualitas fisik, teknik, taktik, dan mental yang bagus agar dapat memenangkan pertandingan. Hal yang mendasar agar dapat bermain bulutangkis yaitu menguasai macam-macam teknik dasar. Dengan menguasai teknik-teknik dasar bulutangkis maka akan dapat mendukung

penampilannya menjadi lebih baik sehingga prestasi yang lebih tinggi dapat dicapai. Adapun macam-macam teknik dasar keterampilan bulutangkis menurut Purnama (2010, 13) mengklasifikasi teknik dasar bulutangkis menjadi empat macam, yaitu: “ (1) Sikap berdiri (stance) (2) Teknik langkah kaki (footwork), (3) Teknik memegang raket, dan (4) Teknik pukulan (stroke)”. Teknik dasar pukulan (stroke) merupakan salah satu ciri dari permainan bulutangkis. Hal ini karena, pelaksanaan permainan bulutangkis dilakukan dengan memukul bola (shuttlecock) menggunakan raket yang bertujuan menyeberangkan bola atau shuttlecock dengan teknik memukul yang benar ke daerah permainan lawan dengan maksud untuk mematikan lawan agar memperoleh nilai. Berdasarkan jenisnya, teknik dasar pukulan permainan bulutangkis terdiri dari servis, smash, dropshot, drive, netting dan lob.

1. Latihan Teknik

Teknik ialah proses gerak yang efektif dan rasional untuk menyelesaikan suatu tugas sebaik-baiknya dalam pertandingan/perlombaan (Purnama (2010: 27). Latihan teknik merupakan latihan keterampilan untuk meningkatkan kesempurnaan teknik (skill). Keterampilan teknik merupakan kemampuan melakukan gerakan-gerakan teknik yang diperlukan dalam cabang olahraga. Tanpa keterampilan teknik yang baik maka seorang atlet tidak mungkin akan mampu menampilkan permainan atau gaya yang baik dan benar dalam suatu cabang olahraga.

Tujuan latihan teknik adalah untuk mempertinggi keterampilan gerakan teknik dan memperoleh otomatisasi gerakan teknik dalam suatu cabang olahraga. Otomatisasi gerakan ditandai oleh hasil gerakan yang ajeg dan konsisten, sedikit sekali atau jarang melakukan kesalahan gerakan, dalam situasi dan kondisi yang berbeda-beda dan berubah-ubah selalu dapat melakukan gerakan dengan konsisten. “Teknik dibedakan menjadi tiga kategori yaitu teknik dasar, teknik menengah dan teknik tinggi” (Budiwanto, 2012: 51). Pengkategorian teknik tersebut berdasarkan tingkatan kesulitan dalam melakukan gerakan, kebutuhan kemampuan fisik yang mendukung keterampilan teknik, banyaknya aspek lain yang mempengaruhi gerakan, kompleksitas dan variasi gerakan teknik yang memerlukan koordinasi, dan tuntutan kebutuhan keterampilan teknik gerakan dalam permainan Teknik dasar adalah suatu teknik dimana proses melakukan gerakan merupakan fundamen dasar, gerakan dilakukan dalam kondisi sederhana dan mudah.

Latihan teknik dasar biasanya dilakukan oleh seseorang yang baru mempelajari teknik suatu cabang olahraga tertentu dan mempunyai tingkat penguasaan keterampilan pemula. Bahan latihan yang diberikan tentunya dimulai dari bagian-bagian gerakan teknik dasar yang paling sederhana dan mudah. Kemudian dilanjutkan dengan gerakan teknik dasar secara keseluruhan, tetapi masih dengan tingkat kesulitan gerakan yang rendah. Gerakan teknik keseluruhan tersebut masih sangat mudah, belum banyak kombinasi dan variasi gerakan yang lebih sulit.

Kiat dalam melatih teknik keterampilan bulutangkis adalah dengan drill, pelaksanaan latihan drill sebaiknya dilakukan saat pemain tidak dalam keadaan kelelahan, karena dalam kondisi fisik lelah maka penguasaan latihan teknik yang pada dasarnya adalah penguasaan gerakan-gerakan koordinasi yang kompleks akan sulit dicapai. Berkaitan dengan latihan teknik, Sugiarto (2004: 80) mengemukakan ada beberapa hal yang menyebabkan kesalahan dalam latihan teknik :

- a. Atlet tidak memahami tugas gerak yang diberikan secara benar atlet memperoleh imajinasi gerakan yang salah.
- b. Kondisi kesiapan fisik tidak memadai.
- c. Atlet takut melakukan tugas gerak.
- d. Pengaruh pengalaman yang dimiliki sebelumnya.
- e. Kesalahan juga dapat disebabkan karena peralatan yang digunakan kurang memadai

Oleh karena itu perlu adanya pembetulan terhadap kesalahan-kesalahan tersebut. Adapun upaya-upaya yang dapat dilakukan adalah :

- a. Membandingkan antara teknik yang benar dan salah.
- b. Pembetulan langsung dilapangan.
- c. Gerakan dilatih di dalam bagian-bagian.
- d. Kondisi latihan disusun sedemikian rupa agar tidak menimbulkan kesalahan.

2. Tes Keterampilan

Mengenai tes, Mardapi berpendapat, "Tes merupakan salah satu bentuk instrument yang digunakan untuk melakukan pengukuran" (2012, 108). Tujuan melakukan tes adalah untuk mengetahui pencapaian belajar atau kompetensi yang telah dicapai peserta didik untuk bidang tertentu. Hasil tes merupakan informasi tentang karakteristik seseorang atau sekelompok orang. Karakteristik ini bisa berupa kemampuan kognitif atau keterampilan seseorang.

Mengenai macam rangkaian tes keterampilan bulutangkis, Purnama (2010, 29) menyatakan macam rangkaian tes:

- a. tes servis pendek (short serve test),
- b. tes servis panjang (long serve test),
- c. tes pukulan lob (high clear test), dan
- d. tes smes (smash test).

Keterampilan teknik dasar bermain bulutangkis tidak diperoleh secara instan, tetapi melalui latihan yang terprogram dan dilaksanakan secara sistematis. Perlu latihan dan program yang sistematis untuk meningkatkan teknik dasar keterampilan atlet/pemain klub bulutangkis PB. FIK Uncen. Dalam latihan diperlukan evaluasi untuk mengetahui seberapa besar pencapaian belajar atau kompetensi yang telah dicapai untuk bidang olahraga tertentu. Evaluasi dari hasil latihan keterampilan bulutangkis dapat diketahui melalui 2 cara, yaitu (1) dengan cara kompetisi pertandingan, dan (2) dengan cara melakukan tes keterampilan bulutangkis.

Dengan evaluasi keterampilan bulutangkis diharapkan pelatih dapat mengetahui berapa besar kemampuan teknik dasar keterampilan bulutangkis atlet/pemain PB. FIK Uncen, dengan begitu diharapkan pelatih mampu meningkatkan teknik dasar keterampilan bulutangkis pada atlet/pemain klub PB. FIK Uncen, sehingga dapat mencapai prestasi yang baik.

Road Map Penelitian



METODOLOGI

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang digunakan untuk mencari unsur-unsur, ciri-ciri, sifat-sifat suatu fenomena. Menurut Sugiyono (2016:11) "penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui nilai variabel mandiri, baik satu variabel atau lebih tanpa membuat perbandingan, atau menghubungkan dengan variabel lain yang diteliti dan dianalisis sehingga menghasilkan kesimpulan". Metode ini dimulai dengan mengumpulkan data, menganalisis data dan menginterpretasikannya.

Dalam penelitian ini akan dikumpulkan data-data dengan melakukan tes sebagai berikut :

- tes servis pendek (short serve test),
- tes servis panjang (long serve test),
- tes pukulan lob (high clear test), dan
- tes smes (smash test)

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini berjumlah 25 orang. Sampel yang digunakan berjumlah 15 orang dengan menggunakan teknik pengambilan *sampling purposive*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu (Sugiono (2015: 85). Dalam hal ini ada 15 atlet PB. FIK yang masuk kategori prestasi.

Prosedur Penelitian

Dalam penelitian ini prosedur penelitian tergambar dalam alur berikut ini :



Tugas Masing - Masing Anggota Pengusul Sesuai Tahapan Penelitian

- Ketua, tugas yang ketua jalankan diantaranya menyusun proposal, membuat SOP asisten, memberi bimbingan kepada asisten, menghubungi pelatih klub PB. FIK Uncen, menjalin kerjasama dengan narahubung atlet, menjalankan perizinan penelitian, menganalisa data, menyusun luaran.
- Anggota, tugas yang dijalankan anggota diantaranya menghubungi, menjelaskan dan memberikan tes, menjalankan pengumpulan data, menganalisa data dan menyusun laporan penelitian dan file presentasi hasil penelitian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Untuk mengetahui berapa besar nilai servis pendek, servis panjang, pukulan lob, dan smes setiap atlet/pemain, maka dibutuhkan mencari *mean*, standar deviasi, *Zscore* dan juga *Tscore*.

1. Hasil tes Servis Pendek

Tabel 4.1. Data hasil servis pendek

Descriptive Statistics					
	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	15	6.00	22.00	15.4667	5.22175
Valid N (listwise)	15				

No	Nama	Total Skor
1.	Felix	18
2	Yuda	17
3	Jordan	14
4	Nabil	20
5	Holi	12
6	Melvern	10
7	Kenzi	19
8	Magis	17
9	Keyla	6
10	Shakia	9
11	Sheila	8
12	Renata	22
13	Trivena	21
14	Zahwa	19
15	Riyal	20

Dari hasil servis pendek diperoleh mean 15,46 dan standar deviasi sebesar 5,221. Kemudian mencari *Zscore* dan *Tscore* untuk mencari nilai servis pendek dari setiap pemain/atlet.

Table 4.3. Distribusi *Zscore*, *Tscore* nilai servis pendek

No	<i>Zscore</i>	<i>Tscore</i>	<i>Tscore</i>
1	0.48515	54.85	55
2	0.29364	52.93	53
3	-0.28087	47.19	47
4	0.86816	58.68	59
5	-0.66388	43.36	43
6	-1.04690	39.53	40
7	0.67665	56.76	57
8	0.29364	52.93	53
9	-1.81293	31.87	32
10	-1.23841	37.61	38
11	-1.42991	35.70	36
12	1.25117	62.51	63
13	1.05967	60.59	61
14	0.67665	56.76	57
15	0.86816	58.68	59

2. Hasil tes Servis Panjang

Tabel 4.4. Data hasil servis panjang

No	Nama	Total Skor
1.	Felix	32
2	Yuda	28
3	Jordan	30
4	Nabil	31
5	Holi	27
6	Melvern	29
7	Kenzi	34
8	Magis	31
9	Keyla	25
10	Shakia	20
11	Sheila	21
12	Renata	35
13	Trivena	36
14	Zahwa	34
15	Riyal	33

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	15	20.00	36.00	29.7333	4.83243
Valid N (listwise)	15				

Dari hasil servis panjang diperoleh mean 29,73 dan standar deviasi 4,83. Kemudian mencari *Zscore* dan *Tscore* untuk mencari nilai servis panjang dari setiap pemain/atlet.

Table 4.5. Distribusi *Zscore*, *Tscore* nilai servis panjang

No	<i>Zscore</i>	<i>Tscore</i>	<i>Tscore</i>
1	0.4690	54.69	55
2	-0.3586	46.41	46
3	0.0551	50.55	51
4	0.2621	52.62	53
5	-0.5656	44.34	44
6	-0.1517	48.48	48
7	0.8829	58.82	59
8	0.2621	52.62	53
9	-0.9794	40.20	40
10	-2.0141	29.85	30
11	-1.8072	31.92	32
12	1.0898	60.89	61
13	1.2967	62.96	63
14	0.8829	58.82	59
15	0.6759	56.75	57

3. Hasil tes Pukulan Lob

Tabel 4.6. Data hasil pukulan lob

No	Nama	Total Skor
1.	Felix	28
2	Yuda	26
3	Jordan	29
4	Nabil	30
5	Holi	18
6	Melvern	16
7	Kenzi	25
8	Magis	30
9	Keyla	15
10	Shakia	16
11	Sheila	16
12	Renata	32
13	Trivena	30
14	Zahwa	31
15	Riyal	34

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	15	15.00	34.00	25.0667	6.86052
Valid N (listwise)	15				

Dari hasil pukulan lob diperoleh mean 25,07 dan standar deviasi sebesar 6,86. Kemudian mencari *Zscore* dan *Tscore* untuk mencari nilai pukulan lob dari setiap pemain/atlet.

Table 4.7. Distribusi *Zscore*, *Tscore* nilai pukulan lob

No	<i>Zscore</i>	<i>Tscore</i>	<i>Tscore</i>
1	0.4275	54.27	54
2	0.1360	51.36	52
3	0.5733	55.73	56
4	0.7190	57.19	57
5	-1.0300	39.69	40
6	-1.3215	36.78	37
7	-0.0097	49.90	50
8	0.7190	57.19	57
9	-1.4673	35.32	35
10	-1.3215	36.78	37
11	-1.321	36.78	37
12	1.0106	60.10	60
13	0.7190	57.19	57
14	0.8648	58.64	59
15	1.3021	63.02	63

4. Hasil tes Pukulan Smes

Tabel 4.8. Data hasil pukulan smes

No	Nama	Total Skor
1.	Felix	24
2	Yuda	24
3	Jordan	24
4	Nabil	21
5	Holi	25
6	Melvern	18
7	Kenzi	19
8	Magis	23
9	Keyla	13
10	Shakia	12
11	Sheila	14
12	Renata	33
13	Trivena	35
14	Zahwa	33
15	Riyal	32

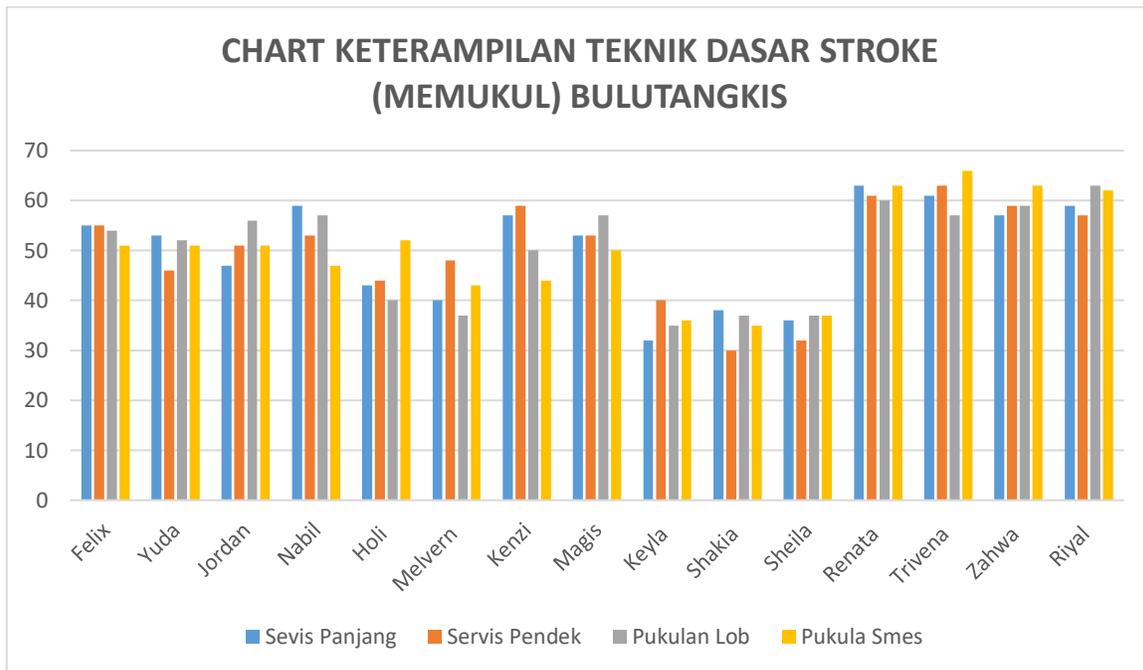
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	15	12.00	35.00	23.3333	7.45143
Valid N (listwise)	15				

Dari hasil pukulan smes diperoleh mean 23,33 dan standar deviasi sebesar 7.451. Kemudian mencari *Zscore* dan *Tscore* untuk mencari nilai pukulan smes dari setiap pemain/atlet.

Table 4.9. Distribusi *Zscore*, *Tscore* nilai pukulan smes

No	<i>Zscore</i>	<i>Tscore</i>	<i>Tscore</i>
1	0.0894	50,89	51
2	0.0894	50,89	51
3	0.0894	50,89	51
4	-0.3131	46,87	47
5	0.2236	52,4	52
6	-0.7157	42,84	43
7	-0.5815	44,18	44
8	-0.0447	49,55	50
9	-1.3867	36,13	36
10	-1.5209	34,79	35
11	-1.2525	37,47	37
12	1.2972	62,97	63
13	1.5656	65,66	66
14	1.2972	62,97	63
15	1.1630	61,63	62



Gambar 4.1. Histogram Keterampilan Teknik Dasar Stroke (Memukul) Bulutangkis
Total TScore

Dari hasil nilai dari setiap item tes kemudian masing-masing dijumlahkan untuk mengetahui seberapa besar keterampilan teknik dasar memukul (*stroke*) pada klub bulutangkis PB. FIK Uncen. Selanjutnya untuk mengidentifikasi seberapa besar keterampilan setiap atlet/pemain dilakukan pengkategorian menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali. Hasil analisis terhadap keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada kelas prestasi klub bulutangkis *All Star* Karanganyar akan diuraikan sebagai berikut :

Tabel 4.10 Tabel data Keterampilan Teknik Dasar Stroke (Memukul) Bulutangkis PB. FIK Uncen

No	Nama	Total TScore
1.	Felix	215
2	Yuda	205
3	Jordan	205
4	Nabil	216
5	Holi	179
6	Melvern	168
7	Kenzi	210
8	Magis	213
9	Keyla	143
10	Shakia	140
11	Sheila	142
12	Renata	247
13	Trivena	247
14	Zahwa	238
15	Riyal	241

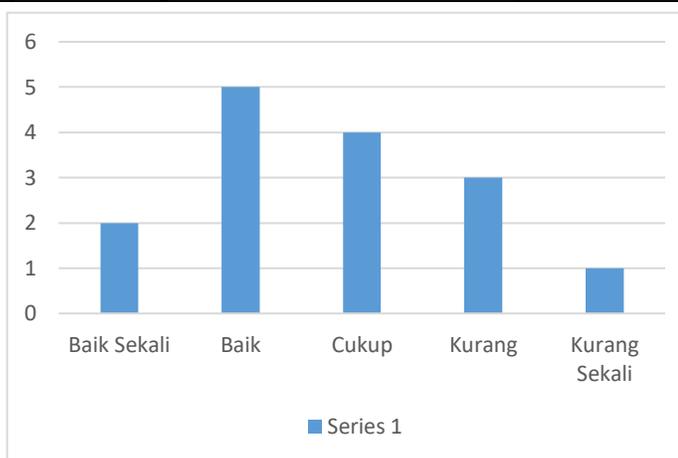
Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
VAR00001	15	140.00	247.00	184,133	35.41119
Valid N (listwise)	15				

Dari Total Tscore diperoleh *mean* sebesar 184,133 dan standar deviasi sebesar 35,4119. Kemudian kita buat norma untuk mengkategorikan kemampuan setiap atlet/pemain. Adapun norma sebagai berikut :

Tabel 4.11 Distribusi pengkategorian nilai

No	Score	Norma	Nilai	Jumlah	Persentase
1	>247	Baik Sekali	A	2	13,33%
2	212 - 246	Baik	B	5	33,33 %
3	177 - 211	Cukup	C	4	26,67 %
4	141 - 176	Kurang	D	3	20%
5	<141	Kurang Sekali	E	1	6,67%



Gambar 4.2. Diagram Batang Nilai keterampilan teknik dasar memukul(stroke)

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang tes teknik dasar keterampilan bulutangkis teknik memukul bola (*stroke*), peneliti akan merangkum beberapa hasil dari analisis teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) yang akan di jabarkan sebagai berikut :

Berdasarkan analisis teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada kelas klub bulutangkis PB. FIK Uncen, dengan tes kemampuan keterampilan bulutangkis ada 2 orang atau sebesar 13,33% yang masuk dalam kategori Baik Sekali, 5 orang atau sebesar 33,33 % yang masuk dalam kategori Baik, 4 orang atau sebesar 26,67 % masuk dalam kategori Cukup, 3 orang atau sebesar 20% masuk dalam kategori Kurang, dan 1 orang atau sebesar 6,67% masuk dalam kategori Kurang Sekali.

Sedangkan untuk rata-rata keseluruhan teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada klub PB. FIK Uncen adalah sebesar 184,133. Hasil tersebut diartikan bahwa teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik

memukul bola (*stroke*) pada atlet PB. FIK Uncen masuk dalam kategori Cukup.

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa teknik dasar keterampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada atlet PB. FIK Uncen masuk dalam kategori cukup. Jika dilihat dari subjek penelitian, yaitu atlet/pemain kelas prestasi hasil yang diperoleh kurang maksimal.

Hal menjadi tugas pelatih sebagai pengampu kegiatan latihan klub bulutangkis *All Star* Karanganyar untuk meningkatkan lagi keterampilan teknik dasar bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada atlet/pemain kelas prestasi. Teknik dasar keterampilan bulutangkis merupakan teknik yang paling dasar, karena kunci untuk memulai jalannya pertandingan sampaimematikan lawan untuk mendapatkan poin. dengan servis pendek, servis panjang, pukulan lob maupun smes. Bagi atlet/pemain, teknik-teknik ini menjadi modal dasar untuk bermain bulutangkis, karena teknik-teknik ini adalah yang paling dasar sebelum teknik menengah dan teknik tinggi. Sugiarto (2004: 80) menyatakan ada beberapa hal yang menyebabkan kesalahan dalam latihan teknik :

- a. Atlet tidak memahami tugas gerak yang diberikan secara benar atlet memperoleh imajinasi gerakan yang salah.
- b. Kondisi kesiapan fisik tidak memadai.
- c. Atlet takut melakukan tugas gerak.
- d. Pengaruh pengalaman yang dimiliki sebelumnya.
- e. Kesalahan juga dapat disebabkan karena peralatan yang digunakan kurang memadai

Oleh karena itu perlu adanya pembetulan terhadap kesalahan-kesalahan tersebut. Adapun upaya-upaya yang dapat dilakukan adalah :

- a. Membandingkan antara teknik yang benar dan salah.
- b. Pembetulan langsung dilapangan.
- c. Gerakan dilatih di dalam bagian-bagian.
- d. Kondisi latihan disusun sedemikian rupa agar tidak menimbulkan kesalahan.

Merujuk dari pembahasan dapat dijelaskan bahwa tingkat keterampilan teknik dasar bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada atlet PB. FIK Uncen masuk dalam kategori “cukup”. Hal ini tentunya menjadi tugas seorang pelatih untuk meningkatkan lagi keterampilan teknik dasar bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada atlet PB. FIK Uncen.

KESIMPULAN

1. Ada 2 orang atau sebesar 13,33% yang masuk dalam kategori Baik Sekali.
2. Ada 5 orang atau sebesar 33,33 % yang masuk dalam kategori Baik.
3. Ada 4 orang atau sebesar 26,67 % yang masuk dalam kategori Cukup.
4. Ada sebanyak 3 orang atau sebesar 20 % yang masuk dalam kategori kurang.
5. Ada sebanyak 1 orang atau sebesar 6,66% yang masuk dalam kategori Kurang Sekali.
6. Rata-rata nilai keseluruhan kerampilan bulutangkis ditinjau dari teknik memukul bola (*stroke*) pada PB. FIK Uncen yaitu sebesar 184,133 masuk kategori “Cukup”.

SARAN

1. Bagi Pelatih

Diharapkan lebih dapat mengoptimalkan jam latihan supayakemampuan atlet PB.

FIK Uncen dapat meningkat lagi. Dan memberikan latihan yang sesuai dengan kebutuhan para atlet/pemain.

2. Bagi Atlet/pemain

Bagi atlet/pemain yang sudah masuk kategori Baik sekali diharapkan bisa konsisten mempertahankan keterampilan bulutangkisnya, kalau bisa meningkatkan lagi kemampuannya. Bagi atlet yang masuk kategori Baik, Cukup, Kurang, dan Kurang Sekali diharapkan lebih semangat lagi dalam berlatih supaya dapat mencapai kemampuan terbaik dan mendapat prestasi yang baik.

3. Bagi Klub

Diharapkan pihak klub supaya tetap menjaga kualitas klub supaya bisa mencetak atlet/pemain yang berprestasi

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Budiwanto, S. (2012). Metodologi Kepelatihan Olahraga. Malang: Laboratorium Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri Malang
- [2] Mardapi, D. (2012). PENGUKURAN, PENILAIAN, DAN EVALUASI PENDIDIKAN. Yogyakarta: Nuha Medika
- [3] Purnama, S.K. (2010). Kepelatihan Bulutangkis Modern. Surakarta: Yuma Pustaka
- [4] Sugiarto, I. (2004). TOTAL BADMINTON. Solo: Setyaki Eka Anugerah
- [5] Sugiyono. (2015). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet.