

ANALISIS KETERAMPILAN DASAR BULUTANGKIS PADA UKM IKIP MATARAM TAHUN 2019

Syamsul Bahri¹, Andi Gilang Permadi, M.Pd ²
Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FPOK IKIP Mataram
Andigilang32@gmail.com

Abstrak. Penelitian ini dilatarbelakangi karena masih kurang baik keterampilan dasar atlet bulutangkis IKIP Mataram. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisa sejauh mana tingkat keterampilan dasar bulutangkis pada UKM IKIP Mataram tahun 2019. Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Metode yang digunakan adalah survey dengan teknik pengambilan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi pada penelitian ini adalah atlet UKM IKIP Mataram cabang bulutangkis tahun 2019 yang berjumlah 15 atlet putra Teknik *sampling* dalam penelitian ini adalah *purposive sampling*, Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) atlet yang aktif mengikuti latihan tahun 2019,. Instrumen dalam penelitian ini terdiri atas tes servis pendek, tes servis panjang, tes pukulan lob dan tes pukulan *smash*. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dalam bentuk persentase. Hasil keterampilan dasar 1). Servis pendek atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram tahun 2019, (1 orang) kategori “sangat tinggi” atau 6,67%, (4 orang) kategori “tinggi” atau 26,67%, (7 orang) kategori “sedang” atau 46,67%, (2 orang) kategori “kurang” atau 13,33%, dan (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%. 2). servis panjang atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram tahun 2019, (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (2 orang) kategori “tinggi” atau 13,33%, (7 orang) kategori “sedang” atau 46,67%, (3 orang) kategori “kurang” atau 20%, dan (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%. 3). Pukulan lob atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram tahun 2019, (5 orang) kategori “tinggi” atau 33,33%, (5 orang) kategori “sedang” atau 33,33%, (5 orang) kategori “kurang” atau 33,33%. 4). Pukulan *smash* atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram tahun 2019, (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (8 orang) kategori “sedang” atau 53,33%, (4 orang) kategori “kurang” atau 26,67%, (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.

Kata kunci : *Keterampilan Dasar Bulutangkis*

PENDAHULUAN

Bulutangkis merupakan olahraga yang digemari oleh masyarakat di Indonesia, hal tersebut dapat dilihat dari banyaknya gedung dan lapangan bulutangkis yang dibangun secara permanen di kota maupun di desa. Dalam satu gedung atau lapangan bulutangkis biasanya terdapat beberapa klub yang memiliki tujuan berbeda-beda, ada yang bertujuan untuk menjaga kebugaran tubuh secara jasmani maupun rohani serta ada yang memiliki tujuan berlatih untuk dapat mencapai suatu prestasi dan mampu mengharumkan nama Indonesia di tingkat dunia.

Bulutangkis adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang mengambil posisi berlawanan dibidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah net

(jaring) Aksan (2012 : 14). Sedangkan menurut Subardjah dalam Mardiko (2011 : 1) permainan bulutangkis merupakan permainan individual yang dapat dimainkan dengan cara tunggal yaitu satu orang melawan satu orang atau ganda yaitu dua orang melawan dua orang dengan menggunakan raket sebagai alat pemukul dan *shuttlecock* sebagai obyek yang dipukul, lapangan permainan berbentuk persegi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dan daerah permainan lawan.

Untuk dapat mencapai prestasi yang terbaik banyak unsur-unsur didalamnya, diantaranya: penguasaan teknik, fisik, taktik dan mental. Menurut Suharno dalam Firmansyah (2013 : 2) faktor yang menentukan prestasi maksimal ada dua yaitu: (1) Faktor indogen yang meliputi: kesehatan fisik dan mental,

penguasaan teknik yang sempurna, kondisi fisik, aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik dan memiliki kematangan juara yang mantap. (2) Faktor eksogen yang meliputi: peran seorang pelatih, keuangan, alat, perlengkapan, tempat, organisasi, lingkungan dan prestasi pemerintah.

Keterampilan dasar adalah pondasi atau penguasaan pokok yang harus dimiliki oleh seorang atlet dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis. Dalam penguasaan teknik dasar bisa dilakukan secara berulang-ulang sampai benar. Beberapa teknik dasar dalam permainan bulutangkis diantaranya, teknik *serve*, *smash*, lob, drop shot, dan gerak kaki. Seperti dikemukakan Poole (1986: 10) bahwa, “keterampilan dasar olahraga bulutangkis dapat dibagi dalam lima bagian: (1) *serve*, (2) *smash*, (3) *overhead*, (4) *drive* dan (5) *drop*”. Kelima teknik dasar permainan bulutangkis tersebut harus dikuasai oleh pebulutangkis untuk mencapai tujuan permainan. Olahraga bulutangkis dikenal dengan olahraga yang banyak menggunakan pergelangan tangan. Oleh karena itu, cara memegang raket secara benar merupakan dasar untuk mengembangkan dan meningkatkan semua jenis pukulan dalam bulutangkis (Alhusin, 2007 : 24). Seorang pemain yang memiliki teknik dasar yang baik akan lebih mudah dalam melakukan penyerangan dan pertahanan, serta dapat lebih bervariasi dalam penerapan strategi.

pembentukan teknik merupakan kelengkapan yang paling dasar Untuk mencapai prestasi dalam bulutangkis, maka teknik yang ada harus di kuasai dengan baik. Penguasaan teknik yang sempurna adalah menjadi dasar utama untuk memperoleh kemenangan dalam suatu permainan atau pertandingan. Salah satu cara untuk menguasai teknik dalam olahraga melalui proses belajar dan latihan secara tekun dan teratur.

Berdasarkan pengamatan langsung dilapangan pada saat UKM bulutangkis IKIP Mataram mengikuti kejuaraan Poltekes dan Posim 2019, pada pertandingan poltekes UKM IKIP Mataram hanya mampu mendapatkan juara 2 dan 3 serta dikejuaraan posim hanya mampu mendapatkan juara 3 di kategori double

putra. Hal ini sesuai dengan hasil pengamatan dilapangan atletnya sering melakukan kesalahan didalam melakukan servis, terutama servis pendek yang sering menyangkut di net dan ketika melakukan smash bolanya dengan mudah bisa dikembalikan oleh lawan, hal ini bisa disebabkan karena kurangnya penguasaan tehnik pukulan smash yang kurang baik sehingga kecepatan pukulan yang dihasilkan kurang maksimal. Sering kali juga terjadi ketika atlet UKM IKIP Mataram melakukan pukulan bola lob, hasil pukulan kurang maksimal melambung tinggi kearah belakang bidang permainan lawan sehingga bola lob menjadi tanggung dan dengan mudah di balas dengan pukulan smash lawan.

Dari pembahasan diatas, maka peneliti akan melakukan penelitian dengan judul “Analaisis Ketrampilan Dasar Bulutangkis Pada UKM IKIP Mataram Tahun 2019”. Dengan adanya penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi peningkatan prestasi atlet bulutangkis Ikip Mataram khususnya. Serta bagi kemajuan bulutangkis Nusa Tenggara Barat pada umumnya.

METODE PENELITIAN

Rancangan yang digunakan dalam penelitian ini adalah rancangan penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitataif, yaitu penelitian yang dilakukan untuk menjawab persoalan-persoalan tentang keadaan atau kondisi sebagaimana adanya dilapangan dalam fenomena yang akan diteliti dengan menggambarkan dan melakukan pengamatan terhadap subjek atau variabel yang di teliti dan tidak melakukan pengujian hipotesis. Metode yang digunakan adalah Analisis dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bulutangkis pada UKM IKIP Mataram Tahun 2019.

Dalam setiap penelitian populasi yang dipilih erat kaitannya dengan masalah yang akan diteliti, populasi adalah keseluruhan subjek penelitian (Suharsimi Arikunto, 1998: 115). Populasi dibatasi oleh sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama (Sutrisno Hadi,

1980: 220). Berdasarkan pendapat dua ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa yang dimaksudkan dengan populasi dalam penelitian ini adalah keseluruhan atlet bulutangkis yang berjumlah 15 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2015: 118). Sedangkan menurut Arikunto “sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti” (Arikunto, 2013: 174).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah Pada prinsipnya seseorang melakukan sebuah penelitian adalah untuk melakukan pengukuran, jadi harus ada suatu alat ukur yang baik. Instrumen pengambilan data adalah alat bantu yang digunakan dan dipilih oleh peneliti dalam kegiatan pengumpulan data agar kegiatan tersebut sistematis dan dipermudah, (Suharsimi Arikunto 2006:130). Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2009: 148). Instrumen tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah instrumen tes keterampilan dasar bulutangkis dengan pedoman tes yang dilakukan sebagai berikut: a) tes servis pendek, b) tes servis panjang, c) tes lob dan d) tes *smash*. Adapun petunjuk pelaksanaan tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan dasar bulutangkis yang dapat dijelaskan sebagai berikut:

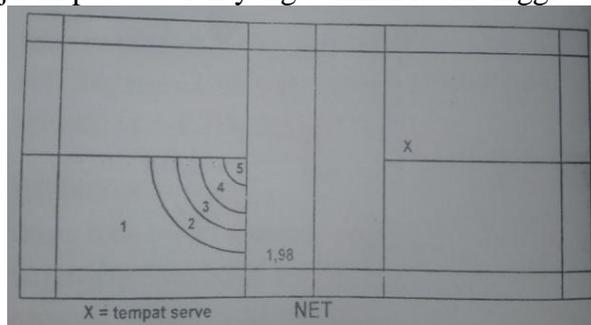
a. Tes Servis Pendek (*Short Serve Test*)

- 1) Tujuan : untuk mengukur tingkat ketelitian dan ketepatan *teste* didalam melakukan servis pendek.
- 2) Alat/fasilitas/pelaksanaan
 - a. Raket.
 - b. Net.
 - c. Lapangan bulutangkis.
 - d. Shuttlecock.
 - e. Tali/pita.
 - f. Alat tulis dan blangko penilaian.
- 3) Pelaksanaan

Orang coba berdiri pada bagian lapangan yang terletak sudut-menyudut dengan sasaran yang dibuat untuk melaksanakan servis. Setelah aba-aba “ya”, orang coba mulai melakukan srvis diarahkan kesasaran dengan kesempatan sebanyak 20 kali servis. Shuttle

cock harus melintas diatas dan dibawah pita. Cara menskor

Shuttlecock yang jatuh pada sasaran terdalam diberi nilai 5, kemudian 4, 3, 2 dan *shuttlecock* yang jatuh diluar target, tetapi masih pada daerah servis diberi nilai satu. bila *shuttlecock* jatuh tepat pada garis, dianggap jatuh pada daerah yang bernilai lebih tinggi.

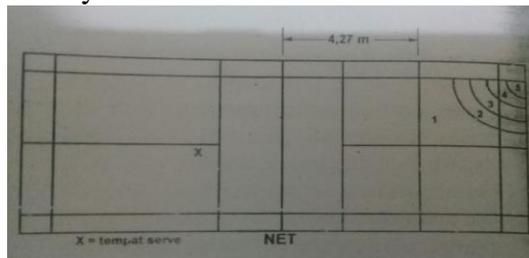


Gambar 3.1 Lapangan tes servis pendek
Sumber : Drs. Nurhasan, Mpd

b. Tes Servis Panjang (*long serve test*)

- 1) Tujuan : untuk mengukur tingkat ketelitian dan ketepatan *teste* didalam melakukan servis panjang.
- 2) Alat/fasilitas/pelaksanaan
 - a. Raket.
 - b. Net.
 - c. Lapangan bulutangkis.
 - d. *Shuttlecock*.
 - e. Tali/pita.
 - f. Alat tulis dan blangko penilaian.
- 3) pelaksanaan

Orang coba berdiri didaerah yang terletak di sudut-menyudut dengan bagian lapangan yang diberi sasaran. Kemudian, orang coba melakukan servis, diarahkan ke daerah sasaran dan berusaha melewatkan *shuttlecock* diatas tali dengan teknik servis yang sah. Tiap *teste* diberi kesempatan melakukan servis sebanyak 20 kali.



Gambar 3.2 tes servis panjang
Sumber : Drs. Nurhasan, Mpd

c. Tes Lob (*High Clear Test*)

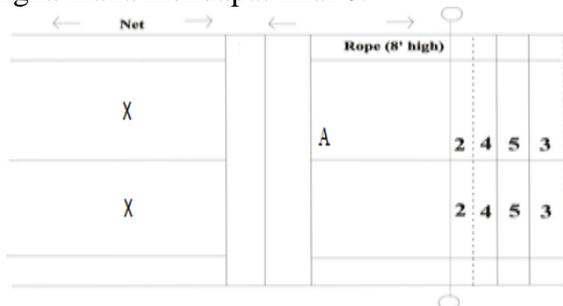
1) Tujuan : untuk mengukur tingkat ketelitian dan ketepatan *teste* didalam melakukan pukulan lob atau pukulan yang melambung.

2) Alat/fasilitas/pelaksanaan

- a. Raket.
- b. Net.
- c. Lapangan bulutangkis.
- d. *Shuttlecock*.
- e. Tali/pita.
- f. Alat tulis dan blangko penilaian.

3) pedoman pelaksanaan

Peserta tes berdiri diatas garis belakang dengan kaki kanan di belakang, letakan 20 buah *Shuttlecock* yang sudah diuji baik terbangnya. Pukulan *Overhead* lob dilakukan dengan memukul kok dari atas kepala, diarahkan ke atas bagian belakang lapangan lawan. Peserta tes mendapatkan kesempatan 20 kali melakukan lob. *Shuttlecock* harus melampui tali setinggi 8 kaki setara dengan 155 cm. untuk mendapatkan angka 2, 4, 5, dan 3. Dimana *Shuttlecock* mula-mula jatuh di anggap daerah yang mendapat angka. Apabila *shuttlecock* jatuh di luar daerah yang mendapat angka maka mendapat nilai 0.



Gambar 3.3 Lapangan Tes lob

Sumber. Buku Barry L Johnson (1988:344)

d. Tes *smash* (*Smash Test*)

1) Tujuan : untuk mengukur tingkat ketelitian dan ketepatan *teste* didalam melakukan pukulan lob atau pukulan yang melambung.

2) Alat/fasilitas/pelaksanaan:

- a. Raket.
- b. Net.
- c. Lapangan bulutangkis.
- d. *Shuttlecock*.
- e. Tali/pita.

f. Alat tulis dan blangko penilaian.

3) pedoman pelaksanaan

Sebelum tes dimulai, pemain diberi penjelasan dan contoh mengenai tes yang akan diberikan, yaitu dengan mencoba 2 kali pukulan *smash* lurus dan silang kemudian baru melakukan tes. Setiap *testee* melakukan pukulan *smash*, petugas akan mencatat hasil yang diperoleh *teste* sesuai dengan jatuhnya *shuttlecock* ke dalam tabel.

a) *Testee* menempatkan posisi yang telah ditentukan.

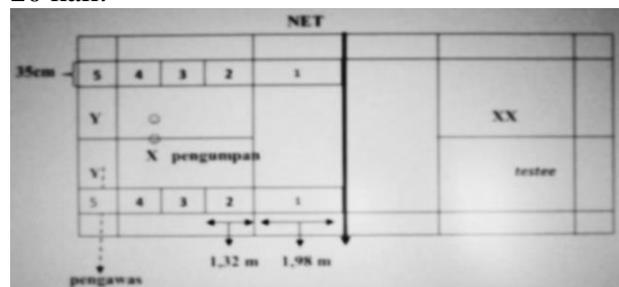
b) Testor yang telah melambungkan *shuttlecock* ke belakang dan *testee* bergerak ke belakang melakukan *smash* dan *testee* menempatkan kembali di posisi semula.

c) *Testee* melakukan *smash* setelah diberi umpan oleh testor dengan service forehand panjang.

d) Setelah menerima umpan, *testee* melakukan *smash*. Sasaran ditunjukan dari kanan ke posisi kanan lawan dan sasaran dari kiri ke posisi kiri lawan dengan ketentuan daerah sasaran mempunyai nilai sama.

e) Hasil *smash* yang jatuh di daerah sasaran atau di atas garis belakang area long service line for single, dianggap sah dan dianggap mendapat nilai, sedangkan untuk pukulan yang jatuh di luar daerah sasaran dan diluar lapangan mendapat nilai 0 (nol).

f) Kesempatan melakukan adalah sebanyak 20 kali.



Gambar 3.4 Lapangan Tes *smash*

Sumber: (Saleh Anasir, 2010: 27)

Setelah dilakukan penelitian maka akan diperoleh data-data mentah tentang kemampuan memukul servis pendek, servis panjang, lob dan *smash*. Data yang diperoleh kemudian di analisis sebagai berikut: Hasil penelitian dituangkan dalam 5 kategori (*stafive*) yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan

sangat rendah. Menurut Anas Sudijono (2010: 175), pengkategorian berdasarkan mean dan standar deviasi adalah sebagai berikut:

- 1) Mean + 1,5 SD = A
- 2) Mean + 0,5 SD = B
- 3) Mean – 0,5 SD = C
- 4) Mean – 1,5 SD = D

Berdasarkan patokan peng kategorian menggunakan metode 5 kategori (*stafive*) di atas maka mengandung makna sebagai berikut:

- 1) $M + 1,5 SD < X$: Sangat Tinggi
- 2) $M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$: Tinggi
- 3) $M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$: Sedang
- 4) $M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$: Rendah
- 5) $X \leq M - 1,5 SD$: Sangat Rendah

Keterangan:

M = Rata-rata Hitung

SD = Simpangan Baku

Setelah semua data terkumpul, kemudian semua data yang di analisa, sehingga data-data tersebut dapat ditarik kesimpulan. Teknik analisa data pada penelitian ini menggunakan teknik analisis diskriptif, sedangkan perhitungan angka menggunakan presentase. rumus presentase adalah sebagai berikut :

$$\% = \frac{N}{\Sigma n} X 100\%$$

Keterangan :

N = Jumlah kategori subjek (teknik yang digunakan)

Σn = Jumlah total pada keseluruhan teknik yang digunakan oleh subjek yang diteliti. (Maksum, 2007:15)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Langkah awal yang dilakukan dalam penelitian ini adalah mempersiapkan persyaratan-persyaratan serta alat-alat yang diperlukan dalam pelaksanaan penelitian. Adapun persiapan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

- a. Memohon rekomendasi (izin) penelitian kepada Dekan FPOK IKIP Mataram.
- b. Berdasarkan rekomendasi dari Dekan FPOK IKIP Mataram di atas, selanjutnya memohon rekomendasi kepada Pembina/Pelatih klub Bulutangkis IKIP Mataram

c. Langkah selanjutnya adalah menyusun jadwal penelitian.

Seperti telah dijelaskan dalam bab III bahwa sampelpenelitian ini, dengan jumlah 15 orang. Setelah peneliti menyiapkan segala keperluan yang dapat mendukung proses penelitian, selanjutnya peneliti mengambil data tes keterampilan dasar. Adapun petugas yang membantu dalam pelaksanaan penelitian ini adalah:

- a. Syamsul Bahri (Peneliti), sebagai koordinator pelaksanaan tes keterampilan dasar
- b. Sigit bertugas sebagai pemegang alat tulis untuk mencatat skor penilaian
- c. Ambo bertugas untuk melihat jatuhnya bola
- d. Pak Andi Gilag, M.Pd selaku pengarah sekaligus ketua club Bulutangkis IKIP Mataram

Langkah-langkah pelaksanaan tes

1. Sebagaimana mestinya sebelum melakukan tes, pemain diberikan kesempatan untuk melaksanakan pemanasan secukupnya.
2. Memanggil pemain sesuai nomor urut pada daftar.
3. Pemain yang dipanggil siap untuk melaksanakan tes Data hasil tes pukulan lob

No	Nama	Skor Penilaian	Keterangan
1	Rispan	64	Kurang
2	Hidayatul Ihwan	88	Tinggi
3	Aji Sahrul Rahman	86	Tinggi
4	Nuzulul Hidayat	69	Kurang
5	Sapriadi	88	Tinggi
6	Helmi	71	Sedang
7	Rizal Fahmi	76	Sedang
8	Zahrul Rahman	86	Tinggi
9	Rifki Hidayat	74	Sedang
10	Fijar	89	Tinggi
11	Karda Billy	66	Kurang
12	Hamdi	78	Sedang
13	Adi Wahyu	59	Kurang
14	M. Zuhelman	72	Sedang
15	Oktavianus	59	Kurang

Dari analisis data diatas tes pukulan Lob bulutangkis pada UKMIKIP Mataram tahun 2019 diperoleh skor penilaian terendah 59 dan

tertinggi 89 sedangkan Mean 75 dan SD 10,56. Jika dilihat dari norma penilaian kategori pukulan lob atlet bulutangkis IKIP Mataram adalah (5 orang) kategori “tinggi” atau 33,33%, (5 orang) kategori “sedang” atau 33,33%, (5 orang) kategori “kurang” atau 33,33%.

Data hasil tes pukulan smash

No	Nama	Skor Penilaian	Keterangan
1	Rispan	13	Kurang
2	Hidayatul Ihwan	23	Sedang
3	Aji Sahrul Rahman	38	Sangat tinggi
4	Nuzulul Hidayat	11	Kurang
5	Sapriadi	7	Sangat kurang
6	Helmi	24	Sedang
7	Rizal Fahmi	22	Sedang
8	Zahrul Rahman	24	Sedang
9	Rifki Hidayat	23	Sedang
10	Fajar	33	Sangat tinggi
11	Karda Billy	20	Sedang
12	Hamdi	23	Sedang
13	Adi Wahyu	24	Sedang
14	M. Zuhelman	11	Kurang
15	Oktavianus	15	Kurang

Dari analisis data diatas tes pukulan *smash* pada UKM bulutagkis IKIP Mataram tahun 2019 diperoleh skor penilaian terendah 7 dan tertinggi 38 sedangkan Mean 20,73 dan SD 8,31. Jika dilihat dari norma penilaian kategori pukulan *smash* atlet bulutangkis IKIP Mataram adalah (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (8 orang) kategori “sedang” atau 53,33%, (4 orang) kategori “kurang” atau 26,67%, (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.

Pembahasan dalam penelitian ini Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan menganalisa tingkat keterampilan dasar bulutangkis pada UKM IKIP Mataram tahun 2019, yang terdiri atas servis pendek, servis panjang, pukulan lob dan pukulan *smash*. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa keterampilan dasar atlet bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019 berada pada kategori “sedang”.

Secara rinci, masing-masing komponen keterampilan dasar atlet bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019 yang terdiri atas servis

pendek, servis panjang, pukulan lob dan pukulan *smash* sebagai berikut:

No	Keter	A				
		ST	T	S	K	SK
1	Servis	1	4	7	2	1
2	Servis	2	2	7	3	1
3	Pukulan lob	0	5	5	5	0
4	Pukulan	2	0	8	4	1

Tabel Hasil Rangkuman Keterampilan Dasar Atlet bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019
 Keterangan:

1. Keterampilan dasar servis pendek atlet bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (1 orang) kategori “sangat tinggi” atau 6,67%, (4 orang) kategori “tinggi” atau 26,67%, (7 orang) kategori “sedang” atau 46,67%, (2 orang) kategori “kurang” atau 13,33%, dan (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.
2. Keterampilan dasar servis panjang bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (2 orang) kategori “tinggi” atau 13,33%, (7 orang) kategori “sedang” atau 46,67%, (3 orang) kategori “kurang” atau 20%, dan (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.
3. Keterampilan dasar pukulan lob bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (5 orang) kategori “tinggi” atau 33,33%, (5 orang) kategori “sedang” atau 33,33%, (5 orang) kategori “kurang” atau 33,33%.
4. Keterampilan dasar pukulan *smash* bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (8 orang) kategori “sedang” atau 53,33%, (4 orang) kategori “kurang” atau 26,67%, (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.

Berdasarkan hasil analisis tersebut menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar pada atlet Bulutangkis UKM IKIP Mataram Tahun 2019 sudah lumayan baik tinggal ditingkatkan saja, dengan cara selalu latihan dengan rutin. Dilihat dari hasil pada penelitian setiap hasil dari atlet bulutangkis IKIP Mataram berbeda beda disebabkan karena kondisi fisik setiap atlet berbeda, bentuk latihan yang berbeda, daya tangkap setiap atlet berbeda, dan gizi setiap atlet juga berbeda maka dari itu atlet bulutangkis IKIP Mataram

belajar teknik bermain bulutangkis dengan model bermain, tidak langsung ke bermain sesungguhnya. Jadwal latihan atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram hanya dilaksanakan 2 kali dalam seminggu, yaitu pada hari minggu pada pukul 18: 30 – 22 : 00 WITA.

Penguasaan keterampilan dasar pukulan juga dapat dikuasai dengan baik karena rata-rata atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram mengikuti kegiatan latihan yang dilaksanakan digor telaga waru sesuai jadwal yang sudah ada. Adapun jumlah atlet yang mengikuti kegiatan tersebut berkisar 15 orang berdasarkan hasil observasi yang dilakukan pada atlet bulutangkis UKM IKIP Mataram.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan, yaitu:

1. Keterampilan dasar servis pendek atlet bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (1 orang) kategori “sangat tinggi” atau 6,67%, (4 orang) kategori “tinggi” atau 26,67%, (7 orang) kategori “sedang” atau 46,67%, (2 orang) kategori “kurang” atau 13,33%, dan (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.
2. Keterampilan dasar servis panjang bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (2 orang) kategori “tinggi” atau 13,33%, (7 orang) kategori “sedang” atau 46,67%, (3 orang) kategori “kurang” atau 20%, dan (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.
3. Keterampilan dasar pukulan lob bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (5 orang) kategori “tinggi” atau 33,33%, (5 orang) kategori “sedang” atau 33,33%, (5 orang) kategori “kurang” atau 33,33%.
4. Keterampilan dasar pukulan *smash* bulutangkis IKIP Mataram tahun 2019, (2 orang) kategori “sangat tinggi” atau 13,33%, (8 orang) kategori “sedang” atau 53,33%, (4 orang) kategori “kurang” atau 26,67%, (1 orang) kategori “sangat kurang” atau 6,67%.

SARAN

Mengacu pada hasil penelitian dan kesimpulan di atas, beberapa saran yang dapat disampaikan, antara lain:

1. Bagi pelatih bulutangkis, hendaknya menyusun program latihan yang digunakan oleh atlet kelas dunia yang memiliki keterampilan teknik bermain dan penguasaan permainan dalam lapangan yang baik.
2. Bagi peneliti selanjutnya agar menambah subjek penelitian dengan ruang lingkup yang lebih besar dan dengan model penelitian yang lebih bervariasi.
3. Bagi atlet hendaknya melakukan latihan diluar jadwal latihan dan menjaga dari segi kedisiplinan dan asupan makanan agar semakin mendukung ketrampilan dasar dan kondisi fisiknya bagi yang kurang.

DAFTAR PUSTAKA

- Alhusin, Syahri. 2007. *Gemar Bermain Bulu Tangkis*. Surakarta: Setia ‘Adji.
- Aksan, Hermawan. 2012. *Mahir Bulu Tangkis*. Bandung: Nuansa Cendeka.
- Anas Sudijono. (2010). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta PT Grafindo persada
- Atmasubrata, Ginanjar. 2012. *Serba Tahu Dunia Olahraga*. Surabaya: DafaPublishing.
- Arikunto, Suharsimi. 2006. *prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Basrowi dan Suwandi. 2012. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Jakarta: RinekaCipta.
- Hulfian, Lalu. 2015. *Statistic Penelitian Untuk Pendidikan Jasmani & Olahraga*. Selong LOTIM: Garuda Ilmu.
- Icuk Sugiyarto. (1993). *Strategi Mencapai Juara Bulutangkis*. Jakarta: Setyaki Eka Anugrah
- Muhajir. (2004). *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek untuk SMA Kelas X*. Jakarta: Airlangga
- PBSI (2006), *Buku Pedoman Bulutangkis*, Jakarta : PB PBSI
- Poole (1986: 10), *bukuketampilan gerak seseorang*. Universitas negeri Jakarta

- Syahri, Alhusin. (2007). *Gemar Bermain Bulutangkis*. Yogyakarta : FIK UNY
- Subardjah. Herman. 2002. *Bulutangkis*. Jakarta: Dirjen Pendidikan Dasar dan Menengah.
- Sugiyono. 2010. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Afabeta.
- Sapta Kunta Purnama. 2010. *Kepelatihan Bulutangkis Modern*. Surakarta : Yuma Pustaka