

Tingkat Keterampilan Servis Pendek Dan Servis Panjang Bulutangkis Pada Atlet Remaja Pb. Menang Kalah Sehat (MKS) Singaraja

Ekhel Taufik Ramadhan Tarigan¹, Luh Putu Tuti Ariani², I Kadek Happy Kardiawan³

¹²³ Undiksha, Singaraja, Bali-Indonesia.

*Korespondensi penulis: ekhel@undiksha.ac.id



Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan servis pendek *backhand* dan servis panjang *forehand* atlet remaja klub persatuan bulutangkis Menang Kalah Sehat Singaraja. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang diterapkan ialah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Populasi pada riset berjumlah 15 orang atlet yang berusia 10-15 tahun yang dianalisis dengan teknik statistik deskriptif. Berdasarkan hasil tes servis pendek *backhand* yang telah dilakukan pada atlet remaja PB. MKS yang mendapatkan hasil dalam ketegori sangat tinggi (6,7%), dengan kategori tinggi (20%), kategori sedang (46,7%), kategori rendah (13,3%) dan kategori sangat rendah (13,3%). Berdasarkan hasil tes servis panjang *forehand* yang telah dilakukan atlet remaja PB. MKS yang mendapatkan hasil dalam ketegori sangat tinggi (6,7%), kategori tinggi (26,7%), kategori sedang (40%), kategori rendah (13,3%) dan kategori sangat rendah (13,3%). Kesimpulan dari hasil penelitian ini ialah tingkat keterampilan servis pendek *backhand* atlet PB. MKS berada dalam kategori sedang dan servis panjang *forehand* berada pada kategori sedang juga. Saran untuk atlet PB. MKS Singaraja ialah atlet dapat lebih memfokuskan dan lebih giat berlatih lagi dalam mangasah mental dan teknik pukulan servis.

Kata kunci: Servis pendek *backhand*, servis panjang *forehand*, keterampilan, Bulutangkis.

Abstrack

This study aims to determine the level of skill of backhand short serve and forehand long serve of Menang Kalah Sehat Singaraja badminton association. This research uses quantitative descriptive research. The method applied was survey method with test and measurement techniques. The population in the research amounted to 15 athletes 10-15 years old who were analyzed with descriptive statistical techniques. Based on the results of the backhand short serve test that has been carried out on teenage athletes of the MKS badminton association who get results in the very high category (6.7%), with the high category (20%), moderate category (46.7%), low category (13.3%) and very low category (13.3%). Based on the results of the long serve test forehand long serve test results that have been carried out by teenage athletes of the MKS badminton association who get results in the very high category (6.7%), high category (26.7%), medium category (40%), low category (13.3%) and very low category (13.3%). The conclusion of the results of this study is that the level of backhand short serve skills of MKS badminton association athletes is in the medium category and the forehand long serve is in the medium category as well. Suggestions for athletes of the MKS Singaraja badminton association are that athletes can focus more and practice more actively again in honing mental and serving techniques.

Keyword: *Backhand short serve, forehand long serve, skill, badminton.*

History:

Received:

Revised:

Accepted:

Published:

Publisher: Undiksha Press

Licensed: This work is licensed under

a Creative Commons Attribution 3.0 License



Pendahuluan

Bulutangkis merupakan olahraga yang digemari masyarakat di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya masyarakat yang mengikuti

seluruh kegiatan olahraga bulutangkis, baik kompetisi tingkat lokal maupun dunia seperti Piala Thomas, Piala Uber, dan Olimpiade. Bulutangkis dapat dinikmati oleh siapa saja baik itu di dalam maupun di luar ruangan. Olahraga bulutangkis merupakan olahraga yang sangat digemari dan digemari baik di kalangan anak-anak, remaja, maupun dewasa (Mangun et al., 2017). Hal ini tercermin dari antusiasme masyarakat setempat, sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah pertama, dan perguruan tinggi. Permainan bulutangkis memerlukan adegan gerakan yang bervariasi dan teknik keterampilan yang sangat tinggi, sehingga tidak mengherankan jika bulutangkis menjadi lebih populer dan banyak digemari.

Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI) sebagai induk organisasi bulutangkis di Indonesia dalam rangka memajukan prestasi bulutangkis dengan mengadakan kejuaraan-kejuaraan atau kompetisi dalam berbagai tingkat daerah dan usia seperti kejuaraan Sirkuit Nasional. Kompetisi ini penting dilakukan untuk mencari bibit-bibit pemain yang bagus dan unggul yang nantinya tentu akan di promosikan menjadi pemain nasional yang menjadi wakil Indonesia dikompetisi tingkat dunia yang dapat membanggakan Indonesia.

Servis merupakan pukulan awalyang diarahkan kelapangan lawan. Kemampuan dalam melakukan servis dengan baik dan benar dapat memberikan keuntungan dalam pertandingan dan mempengaruhi hasil akhir permainan (Agustin Adelia et al., 2023). Servis di bulutangkis ada 2 jenis yaitu servis *forehand* dan servis *backhand* yang dapat terbagi lagi menjadi servis pendek, servis panjang, dan servis flick. Menurut Bruno (dalam Zaenal Abidin & Kristiyandaru, 2022) menyatakan, servis pendek adalah pukulan dengan cara memukul *shuttlecock* ke suatu sasaran, dengan sasaran pada sudut perpotongan antara garis servis depan dengan garis tengah dan antara garis servis dengan tepi lapangan dengan *shuttlecock* meluncur mulus melewati net. Servis pendek adalah servis yang dilakukan *shuttlecock* yang melewati net secara langsung. Ada dua cara untuk menguasai servis pendek yaitu servis pendek *forehand* dan servis pendek *backhand*. Bruno (dalam Zaenal Abidin & Kristiyandaru, 2022) menjelaskan tujuan dari servis pendek ini adalah untuk memaksa lawan ke posisi dimana mereka tidak dapat menyerang. Servis panjang adalah servis yang dilakukan setinggi-tingginya dan jatuh di dekat garis belakang lapangan lawan. Servis panjang harus dilakukan dengan cara memukul *shuttlecock* dengan kekuatan penuh. Dalam permainan bulutangkis, servis panjang kerap dipakai dalam permainan sektor tunggal, khususnya tunggal putri. Servis panjang ini sangat berguna ketika lawan sedang kehabisan tenaga. Hal ini memaksa lawan untuk bergerak ke area yang lebih luas dan menggunakan lebih banyak energi. Saat melakukan servis panjang, pemain harus memperhatikan gerakan mengayun raket dari belakang ke depan. Pukulan harus dilakukan dengan sempurna, diikuti dengan perpindahan beban yang harmonis dari kaki belakang ke kaki depan.

Menurut (Kurnia et al., 2021) teknik *service* adalah salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh atlet karena dapat menentukan jalan permainan. Jika pemain memiliki kemampuan *service* yang baik, mereka dapat membantu mendapatkan poin dalam permainan, tetapi jika pemain memiliki kemampuan *service* yang buruk, lawan dapat memanfaatkannya dan mendapatkan poin dengan mudah. Akibatnya, atlet diharuskan untuk memahami setiap teknik dasar bulutangkis. Sangat penting untuk memulai pembinaan sejak dini untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar bulutangkis, khususnya bagi usia dini. Keuntungan

pembinaan sejak dini adalah membentuk motorik anak sejak dini, yang memungkinkan mereka menguasai teknik dasar dengan baik.

Servis merupakan pukulan awal dalam permainan bulutangkis yang dapat menentukan pola permainan lebih bertahan ataupun menyerang dan merupakan pukulan yang dapat menjadi senjata untuk mendapatkan poin. Banyak juga pemain-pemain kelas dunia yang memvariasikan pukulan servis mereka seperti Kevin Sanjaya yang terkenal dengan “servis tumble” atau servis memutar. Berdasarkan kegiatan magang yang Penulis lakukan dan observasi awal pada atlet remaja PB. Menang Sehat Singaraja, belum ada yang meneliti tentang servis yang lebih mendalam di klub tersebut. Oleh karena itu, Penulis tertarik melakukan penelitian keterampilan servis pendek dan servis panjang dalam permainan bulutangkis pada PB. MKS Singaraja. Penulis berharap dengan dilakukannya penelitian tentang keterampilan servis pendek *backhand* dan servis panjang *forehand* ini, dapat meningkatkan keterampilan servis atlet-atlet PB MKS sehingga dapat meningkatkan kualitas servis agar memperoleh permainan yang maksimal.

Metode Penelitian

Menurut (Sugiyono, 2019:2) Metode penelitian adalah metode ilmiah untuk memperoleh data untuk tujuan atau penggunaan tertentu. Metode penelitian erat kaitannya dengan prosedur, teknik, alat, dan desain penelitian yang digunakan. Dalam penelitian ini peneliti menggunakan strategi penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut (Sugiyono, 2019) karena berbasis pada positivisme, metode kuantitatif sering disebut sebagai metode positivistik. Kriteria ilmiah seperti objektif, terukur, rasional, sistematis, dan konkrit telah digunakan dalam metode ilmiah/*scientific* ini. Karena telah ditemukan dan dikembangkan berbagai teknologi baru, metode ini juga disebut sebagai metode penemuan. Karena data dan penelitian adalah angka, metode ini disebut sebagai metode kuantitatif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei, sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran dengan teknik analisis data menggunakan perhitungan statistik deskriptif. Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh atlet remaja PB. MKS yang berumur 10-15 tahun yang berjumlah 15 atlet.

Metode statistik deskriptif pada penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan servis pendek dan servis panjang pada atlet remaja PB. Menang Kalah Sehat Singaraja. Atlet melakukan 5 servis pendek dan 5 kali servis panjang. Skor dikumpulkan dengan mengacu pada area penerima servis dengan masing-masing peringkat dibagi menjadi lima area yaitu, 1, 2, 3, 4, dan 5.

Untuk menghitung persentase responden digunakan rumus sebagai berikut.

$$P = F/N \times 100\% \quad (1)$$

Keterangan:

P = Angka persentase jumlah subyek dalam kategori tertentu

F = Frekuensi subyek

N = Jumlah total subyek

Tabel 1. Norma Penilaian *Long Service* dan *Short Service*

No.	Nilai	Keterangan
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 = Nilai rata-rata (mean) skor servis

X = Skor servis

SD = Stándar deviasi skor servis.

Hasil dan Pembahasan

Hasil analisis deskriptif variabel kemampuan servis pendek *backhand* dari Atlet PB. MKS memperoleh nilai tertinggi sebesar 23; minimal 7; rata-rata (mean) 14,07. median 14, standar deviasi 4,61. Berdasarkan nilai mean ideal dan standar deviasi ideal siswa, hasil survei mengenai tingkat kemampuan servis pendek *backhand* atlet PB. MKS berada pada lima kategori yaitu kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berikut distribusi frekuensi keterampilan servis pendek atlet remaja PB. MKS.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Servis Pendek Atlet Remaja PB. MKS

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$20,97 < X$	Sangat Tinggi	1	6,7%
$16,37 < X \leq 20,97$	Tinggi	3	20%
$11,76 < X \leq 16,37$	Sedang	7	46,7%
$7,16 < X \leq 11,76$	Rendah	2	13,3%
$X \leq 7,16$	Sangat Rendah	2	13,3%
Total		15	100,00%

Berdasarkan tes servis pendek *backhand* yang telah dilakukan atlet remaja PB. MKS yang mendapatkan hasil dalam ketegori sangat tinggi ada 1 atlet (6,7%), 3 atlet dengan kategori tinggi (20%), 7 atlet dengan kategori sedang (46,7%), 2 atlet dengan kategori rendah (13,3%) dan 2 atlet memperoleh kategori sangat rendah (13,3%). Kategori sedang merupakan kategori yang paling banyak diperoleh oleh atlet remaja PB. MKS dengan kelas interval $11,76 < X \leq 16,37$ yang berjumlah 7 atlet dengan persentase 46,7%.

Hasil analisis deskriptif variabel kemampuan servis panjang *forehand* dari atlet PB. MKS memperoleh nilai tertinggi sebesar 21; terendah 9; rata-rata (mean) 15,27; median 16, standar deviasi 3,77. Berdasarkan nilai mean dan standar deviasi, hasil survei mengenai tingkat kemampuan servis panjang *forehand* atlet PB. MKS berada pada lima kategori yaitu kategori sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Berikut distribusi frekuensi keterampilan servis panjang *forehand* atlet remaja PB. MKS.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Keterampilan Servis Panjang Atlet Remaja PB. MKS

Kelas Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
$20,93 < X$	Sangat Tinggi	1	6,7%
$17,16 < X \leq 20,93$	Tinggi	4	26,7%
$13,39 < X \leq 17,16$	Sedang	6	40%
$9,62 < X \leq 13,39$	Rendah	2	13,3%
$9.62 \leq X$	Sangat Rendah	2	13,3%
Total		15	100%

Berdasarkan hasil tes servis panjang *forehand* yang telah dilakukan atlet remaja PB. MKS yang mendapatkan hasil dalam ketegori sangat tinggi ada 1 atlet (6,7%), 4 atlet dengan kategori tinggi (26,7%), 6 atlet dengan kategori sedang (40%), 2 atlet dengan kategori rendah (13,3%) dan 2 atlet memperoleh kategori sangat rendah (13,3%). Kategori sedang merupakan kategori yang paling banyak diperoleh oleh atlet remaja PB. MKS dengan kelas interval $13,39 < X \leq 17,16$ yang berjumlah 6 atlet dengan persentase 40%.

Tujuan dari penelitian ini merupakan untuk mengetahui tingkat keterampilan servis pendek *backhand* dan servis panjang *forehand* dalam permainan bulutangkis atlet remaja PB. Menang Kalah Sehat Singaraja. Dalam permainan bulutangkis, servis merupakan pukulan pertama untuk memulai suatu permainan. (Saragih dkk., 2022) menyatakan penguasaan teknik dasar servis dalam permainan bulutangkis mempunyai peran yang sangat penting, karena servis memberikan pengaruh yang sangat besar dalam mendapatkan angka dan memenangkan pertandingan. Pada saat ini servis dapat menentukan pola permainan baik menyerang ataupun bertahan. Servis terbagi menjadi servis *forehand*, *backhand* dan *flick service*. Servis juga memiliki peraturan yang diatur oleh *Badminton World Federation* yang diantaranya pelaku servis tidak boleh melebihi 1,15meter pada saat memukul *shuttlecock*, pelaku servis tidak boleh menginjak garis, pelaku servis wajib memukul *shuttlecock* tepat pada gabusnya dan harus memukul secara berkelanjutan.

Pukulan servis pendek ditujukan pada dua sasaran yaitu garis servis depan dan garis tengah, serta perpotongan garis servis dan garis samping atau tepi. Sederhananya, servis pendek adalah pukulan awal yang diarahkan kearea depan permainan lawan. Menurut (Nasution dkk., 2023) Servis pendek adalah servis yang memerlukan konsentrasi yang cukup agar dapat dilaksanakan dengan baik dan melibatkan mengarahkan *shuttlecock* ke dekat net dan mendarat sedekat mungkin dengan garis servis lawan. (Saragih dkk., 2022) menjelaskan servis *backhand* saat ini banyak digunakan pada pertandingan tunggal ataupun ganda Sebagai pukulan awal memulai pertandingan dan sebaik mungkin tidak diangkat keatas karna bisa meberikan serangan langsung dari lawan secara tiba tiba dan membahayakan pertahanan. Servis *backhand* ini sangat mematkan dan peluang besar untuk menghasilkan poin.

Servis panjang melibatkan pukulan servis dimana *shuttlecock* dipukul setinggi mungkin dan dijatuhkan ke garis belakang lapangan lawan. Servis panjang adalah servis tinggi yang biasanya digunakan dalam permainan tunggal. Pukul *shuttlecock* sejauh dan tinggi sehingga *shuttlecock* jatuh dekat dengan garis belakang dan akan jatuh lurus ke bawah (Nurdwi, 2019). Servis panjang *forehand* dalam bulutangkis melibatkan pukulan *shuttlecock*

dengan raket dibelakang lapangan lawan. Servis ini sering dilakukan oleh satu pemain dalam pertandingan tunggal sehingga sangat penting untuk melakukan servis panjang tinggi dan dalam. Pukulan shuttlecock pada servis panjang harus akurat untuk mendapatkan poin. Jika memukul terlalu keras, shuttlecock akan keluar batas, sehingga memberikan poin kepada lawan. Demikian pula pukulan yang terlalu lemah (Aryanti dkk., 2018). Servis panjang *forehand* ini sering kali dipakai pada sektor tunggal putri dengan pukulan yang tinggi dan jatuh di belakang area permainan lawan.

Hasil keseluruhan penelitian ini yang berisi tingkat keterampilan servis pendek *backhand* dan servis panjang *forehand* atlet remaja PB. Menang Kalah Sehat Singaraja yang berusia 10-15 tahun yang berjumlah 15 atlet ini menunjukkan bahwa tingkat keterampilan servis pendek *backhand* atlet remaja PB. MKS ini termasuk dalam kategori “sedang”. Pada tes servis panjang *forehand* ini hasil akhir menunjukkan bahwa tingkat keterampilannya masuk dalam kategori “sedang”.

Evaluasi ini didasarkan pada teori *Connectionism*. Yang artinya melalui gerakan yang terus menerus maka hubungan antara stimulus dan respon menjadi otomatis (Wiratama & Karyono, 2017). Latihan merupakan suatu proses kerja yang sistematis dan berkesinambungan. Beban dan intensitas meningkat dari hari ke hari, menstimulasi seluruh tubuh (Palar et al., 2015).

Berdasarkan dari hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa keterampilan servis pendek *backhand* atlet remaja PB. MKS ini termasuk kategori sedang. Oleh karena itu, latihan servis pendek *backhand* sangat perlu ditingkatkan untuk keakuratan dan arah pukulan servis baik dari segi teknik ataupun psikologi atlet. Menurut (Hasibuan, 2018) Kesuksesan dalam bidang olahraga dapat diraih jika atlet menguasai beberapa aspek, yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, dan aspek mental atau psikis. Keadaan mental atau psikologis seorang atlet menjadi salah satu aspek penting ketika bertanding. Syarat fisik, teknik, dan taktik telah dipersiapkan jauh sebelum pertandingan, namun semua itu akan sia-sia jika atlet tidak bisa mengendalikan rasa takutnya.

Disamping secara teknik, mental saat servis maupun bertanding perlu diukir agar pukulan servis menjadi stabil (konsisten). Pada servis panjang memiliki rata-rata mendapatkan kategori sedang dengan 6 atlet dan lebih cenderung tinggi, dengan kategori tinggi berjumlah 4 atlet. Servis panjang *forehand* ini perlu tenaga yang lebih kuat agar *shuttlecock* terbang tinggi dan jatuh di area belakang lapangan lawan. Pada tes ini cenderung atlet melakukan servis panjang tidak terlalu kuat sehingga jatuh di 3/4 bidang lapangan lawan. Untuk itu diperlukan latihan servis panjang yang lebih giat lagi agar dapat memaksimalkan arah dan tinggi shuttlecocok yang dapat menyulitkan lawan.

Simpulan

Tingkat keterampilan servis pendek *backhand* atlet PB. MKS Singaraja berada dalam kategori “sedang” dengan persentase 46,7% dan tingkat keterampilan servis panjang *forehand* atlet remaja PB. MKS Singaraja berada dalam kategori “sedang” dengan persentase 40%.

Ucapan Terima Kasih

Bagian singkat ini adalah ucapan terima kasih kepada lembaga dan individu yang membantu secara signifikan dalam pekerjaan yang dilaporkan dalam makalah, khususnya lembaga pemberi dana yang memasok dana atau laboratorium yang memasok bahan.

Daftar Pustaka

- Agustin Adelia, T., Zulfikar Shifa An-Nusa, A., & Arsyada Isna, F. (2023). Tingkat Kemampuan Servis Panjang *Forehand* dalam Permainan Bulutangkis. *Citius : Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan.*, 3(1), 136–140. <https://doi.org/https://doi.org/10.32665/citius.v3i1.1734>
- Hasibuan, M. (2018). Hubungan Kecemasan Terhadap Ketepatan Servis *Backhand* Bulutangkis (Pada Pemain Pb. Tridharma Tuban Usia 12-14 Tahun). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 1–11.
- Kurnia, A. H., Hendityo, G., & Miftachul, A. (2021). Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Panjang dan Pendek Bulutangkis PB Madani Kategori Anak-anak (Under-13). *Journal of Education and Sport Science (Jess)*, 2(2), 72–78.
- Mangun, F. A., Budiningsih, M., & Sugianto, A. (2017). Model Latihan Keterampilan Smash Pada Cabang Olahraga Bulutangkis untuk Atlet Ganda. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2), 78–89. <https://doi.org/10.21009/GJIK.082.01>
- Palar, C. M., Wongkar, D., & Ticoalu, S. H. R. (2015). Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia. *Jurnal E-Biomedik*, 3(1). <https://doi.org/10.35790/ebm.3.1.2015.7127>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. ALFABETA.
- Wiratama, S. A., & Karyono, T. (2017). Efek Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bulu Tangkis Berusia Muda Di Yogyakarta. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, 13(1), 60–67. <https://doi.org/10.21831/jorpres.v13i1.12885>
- Zaenal Abidin, M., & Kristiyandaru, A. (2022). Hubungan Koordinasi Mata, Kaki Dan Tangan Dengan Servis Bulutangkis Siswa Kelas X Di Smk Ipiems Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 10(1), 55–59.