

# Survei Tingkat Kemampuan *Drop Shot* dan *Lob shot* Permainan Bulutangkis pada Siswa di SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin

Basyari Nuran Bagusman<sup>1</sup>, Muhammad Sofian Hadi<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup> Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

[m.sofianhadi@umj.com](mailto:m.sofianhadi@umj.com)

**Abstrak.** Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi tingkat kemampuan dasar *drop shot* dan *lob shot* dalam permainan bulutangkis di kalangan siswa SMP Muhammadiyah Al- Mujahidin. Metode penelitian yang digunakan adalah survei dengan menggunakan kuesioner yang didistribusikan kepada siswa kelas VII, VIII, dan IX yang terlibat dalam kegiatan bulutangkis di sekolah tersebut. Hasil survei menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pemahaman yang baik tentang teknik *drop shot* dan *lob shot* dalam permainan bulutangkis. Namun, terdapat variasi dalam tingkat kemampuan antara siswa-siswa tersebut. Faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan antara lain tingkat latihan, pengalaman bermain bulutangkis, dan tingkat motivasi siswa. Temuan ini dapat menjadi dasar untuk pengembangan program pelatihan bulutangkis yang lebih efektif di SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin, dengan menyesuaikan pendekatan pelatihan sesuai dengan tingkat kemampuan dan kebutuhan individu siswa. Penelitian lanjutan dapat menggali lebih dalam tentang faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan *drop shot* dan *lob shot* bulutangkis serta mengembangkan strategi intervensi yang lebih efektif.

**Kata kunci:** tingkat kemampuan, drop shot, lob shot, bulutangkis

## 1. Pendahuluan

Bulu tangkis adalah olahraga yang memerlukan kecepatan, kekuatan, dan teknik yang baik untuk meraih kemenangan. Dalam permainan ini, teknik *dropshot* dan *lob shot* adalah dua strategi penting yang bisa membuat permainan Anda menjadi lebih efektif dan membingungkan lawan.

Badminton adalah olahraga yang sangat populer di seluruh dunia, termasuk di Indonesia. Ini adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang saling berlawanan di lapangan. Badminton juga salah satu olahraga yang sering dimainkan dikarenakan badminton adalah olahraga yang relatif mudah diakses oleh banyak orang karena ditemukan di banyak tempat, mulai dari klub olahraga hingga taman umum.

Meskipun terlihat sederhana, badminton membutuhkan keterampilan teknis dan strategi yang tinggi. Pemain harus memiliki dalam pukulan dasar seperti forehand, backhand, smash, dan *drop shot*. Mereka juga harus memiliki pemahaman tentang strategi permainan, termasuk posisi dilapangan, mengatur serangan, dan membaca permainan lawan. Badminton adalah olahraga yang bisa dimainkan oleh semua usia dan level keahlian. Ini membuatnya menjadi olahraga yang populer untuk di kunjungi bersama teman, keluarga, atau bahkan dalam komunitas klub.

Menurut Subardjah (2000:13), tujuan permainan bulutangkis adalah berusaha untuk menjatuhkan cock di daerah bermain lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul

cock dan menjatuhkannya didaerah permainan sendiri. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukulnya dan cock sebagai obyek pukul, lapangan permainan berbentuk segi panjang dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dengan daerah permainan lawan. Lapangan bulutangkis mempunyai ukuran lapangan dengan panjang 13,40 meter dan lebar 6,10 meter dan ditengah-tengah lapangan dibatasi dengan sebuah net dengan tinggi 152 cm dari permukaan lapangan. Permainan bulutangkis sekarang ini sudah sangat memasyarakat baik di sekolah, kampung, instansi pemerintahan, perusahaan dan sebagainya. Di SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin, bulutangkis menjadi salah satu cabang olahraga yang diminati oleh siswa-siswinya. Untuk memperkuat program pembinaan bulutangkis di sekolah ini, penting untuk memahami tingkat kemampuan siswa dalam melakukan *dropshot* dan *lob shot*.

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan evaluasi terhadap tingkat kemampuan *dropshot* dan *lob shot* pada siswa di SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin. Dengan mengeksplorasi tingkat pemahaman dan keterampilan siswa dalam dua teknik servis tersebut, diharapkan dapat memberikan gambaran yang lebih jelas tentang keberhasilan program pembinaan bulutangkis di sekolah ini.

Melalui survei ini, kami berharap dapat mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kemampuan *dropshot* dan *lob shot* siswa, sehingga dapat dirancang program pelatihan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan mereka. Hasil survei ini diharapkan dapat menjadi kontribusi positif bagi pengembangan olahraga bulutangkis di SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin serta dapat menjadi landasan untuk penelitian lanjutan dalam bidang ini.

## 2. Metode Penelitian

Menurut Sugiyono, (2008:60) mengatakan bahwa: “Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga memperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya”. Dalam penelitian ini variabel yang akan diteliti atau diselidiki adalah variabel pada siswa SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin. Variabel penelitian ini perlu diketahui secara jelas batasan dan ruang lingkup kajiannya, agar tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda-beda, maka secara operasional variabel penelitian didefinisikan sebagai berikut:

Metode untuk Melatih *Dropshot*:

1. Pegangan Raket yang Benar: Mulailah dengan memastikan bahwa Anda memegang raket dengan benar. Pegangan yang tepat sangat penting untuk menghasilkan *drop shot* yang baik. Gunakan pegangan grip overhead yang biasa digunakan dalam permainan bulu tangkis.
2. Posisi Tubuh: Pastikan posisi tubuh Anda stabil dan seimbang saat melakukan *drop shot*. Berat badan sebagian besar harus berada di kaki yang lebih depan, dengan kaki belakang siap untuk memberikan dorongan tambahan.
3. Teknik Pukulan: Untuk *drop shot*, gerakan raket harus lembut dan kontrolannya tinggi. Cobalah untuk menggunakan gerakan pergelangan tangan yang halus dan mengarahkan

raket ke arah shuttlecock dengan sudut yang tepat untuk menghasilkan pukulan yang dangkal di depan net.

4. Kontrol Shuttlecock: Latihanlah untuk mengontrol kecepatan dan arah shuttlecock. Cobalah untuk membuat shuttlecock mendarat dengan sempurna di depan net, menjaga agar tetap rendah dan sulit dijangkau oleh lawan.
5. Latihan Berulang: Praktikkan drop shot berulang kali untuk memperbaiki konsistensi dan keakuratan pukulan. Latihan ini dapat dilakukan dalam berbagai situasi, seperti dari berbagai sudut lapangan dan dalam permainan situasional.

Metode untuk Melatih *Lob shot*:

1. Pegangan Raket yang Benar: Pastikan Anda memegang raket dengan pegangan yang benar untuk overhead shot. Ini akan memberikan kontrol yang lebih baik saat melakukan *lob shot*.
2. Posisi Tubuh: Ketika melakukan *lob shot*, pastikan Anda memiliki posisi tubuh yang stabil dan kaki yang siap untuk memberikan dorongan. Fokuskan berat badan ke belakang untuk membantu memberikan ketinggian yang tepat pada shuttlecock.
3. Teknik Pukulan: Gerakan raket untuk *lob shot* harus lebih kuat daripada *drop shot*, namun tetap mempertahankan kontrol yang baik. Gerakkan raket ke belakang dengan kuat dan dorong ke depan dengan pergelangan tangan saat mengenai shuttlecock untuk memberikan ketinggian yang cukup.
4. Ketinggian dan Jarak: Latihanlah untuk mengontrol ketinggian dan jarak *lob shot*. Tujuannya adalah untuk membuat shuttlecock melintasi net dengan ketinggian yang cukup untuk melewati lawan dan mendarat di belakang mereka di sekitar garis belakang lapangan.
5. Latihan Berulang: Praktikkan *lob shot* secara berulang untuk memperbaiki konsistensi dan keakuratan pukulan. Latihan ini juga dapat dilakukan dalam berbagai situasi, seperti dari berbagai sudut lapangan dan dalam permainan situasional.

Menurut M. Idrus Abustam, dkk, (2006:39) menjelaskan bahwa sampel adalah sebagian dari unit-unit yang ada dalam populasi yang ciri-ciri atau karakteristiknya benar-benar diselidiki. Dalam suatu penelitian survey tidaklah selalu perlu untuk meneliti semua individu dalam populasi, karna di samping memakan biaya yang sangat besar juga membutuhkan waktu yang lama. Cara pengambilan sampel yaitu dengan menggunakan sistem teknik Sampling Jenuh. Sampling Jenuh adalah penentuan sampel bila semua anggota bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil, (Sugiyono, 2011:68). Adapun jumlah sampel penelitian ini sebanyak 30 orang atau satu kelas dari siswa SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin.

### 3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

### 3.1 Nilai *Drop shot*

Keterampilan *dropshot* panjang siswa SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin Usia 12 – 14 tahun terdapat kategori kemampuan sampel antara lain :

- A. Kategori “baik” berjumlah 10 orang  
(33,3%) dari 30 jumlah sampel.
- B. Kategori “cukup” berjumlah 18 orang  
(60.0%) dari 30 jumlah sampel
- C. kategori “kurang” berjumlah 0 orang  
(0%) dari 30 jumlah sampel.

### 3.2 Nilai *Lob shot*

Keterampilan *lob shot* pendek siswa SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin Usia 12 - 14 tahun terdapat beberapa kategori kemampuan sampel antara lain:

- A. Kategori “baik” berjumlah 17 – 18 orang  
(50.0%) dari 30 jumlah sampel
- B. Kategori “cukup” berjumlah 4 orang  
(13.3%) dari 30 jumlah sampel
- C. Kategori “sedang” berjumlah 6 orang  
(20.0%) dar 30 jumlah sampel

Hasil dari Meningkatkan metode *Drop shot* Bawah Terhadap Keterampilan menunjukkan pada peserta didik putra – putri di SMP Muhammadiyah Al – Mujahidin sangat signifikan dalam Pengembangan metode *Drop shot* bawah ini dilakukan secara berulang-ulang dan berkelompok di setiap latihan passing bawah yang sudah dimodifikasi supaya peserta didik lebih mudah dalam mempelajarinya di lapangan. Setiap metode *Drop shot* bawah disajikan dengan bentuk yang sama tetapi dengan langkah yang berbeda-beda di setiap model latihan. Dengan demikian model latihan yang bervariasi dan diharapkan bisa tercapai tujuan dari latihan yang telah direncanakan. Berdasarkan kenyataan dilapangan bahwa kemampuan passing bawah SMP Muhammadiyah Al – Mujahidin. Yakni mencapai nilai

kriteria ketuntasan minimal (KKM), dari 30 siswa hanya 18 orang yang bisa meningkatkan keterampilan metode dirll passing bawah. Hal ini dibuktikan dengan banyak diantara peserta didik sudah mampu melakukan passing bawah secara sempurna. Hal ini tergantung pada inisiatif dari siswa itu sendiri, sedangkan guru bertugas mengarahkan penguasaan gerak.

**Gambar 1.** Pemanasan Sebelum Memulai Pelajaran



**Gambar 2.** Penggunaan Media Pembelajaran Saat Jam Pelajaran



#### 4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan analisis tingkat keterampilan teknik dasar bermain Bulutangkis di SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin data yang berjumlah 30 orang disimpulkan Siswa yang memiliki tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori baik berjumlah 28 orang (93.3%) dari 30 jumlah sampel, sedangkan yang memiliki tingkat keterampilan teknik dasar bermain sepak bola dengan kategori cukup ada 2 orang (6.7%) dari 30 jumlah sampel, dengan demikian keterampilan teknik dasar sepak bola Siswa SMP Muhammadiyah Al-Mujahidin Usia 12 – 14 tahun tergolong dalam kategori” BAIK”.

#### 5. Ucapan Terima Kasih

Kami menyampaikan terima kasih kepada Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Muhammadiyah Jakarta yang memberikan fasilitas dalam melakukan ini. Demikian pula kami menyampaikan terima kasih kepada pihak mitra yaitu SMP Muhammadiyah Al Mujahidin yang memberikan izin melakukan penelitian.

Penulis ucapkan terima kasih kepada:

1. Agus Suroyo, S.Pd.I., M.Pd.I selaku kepala sekolah SMP Muhammadiyah Al Mujahidin.
2. Dr. Muhammad Sofian Hadi, M. Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam penyusunan tugas KKN-PLP ini.
3. Isa Khusnawan, S.Pd. selaku guru pamong yang telah memberikan bimbingan dan dukungan dalam penyusunan tugas KKN-PLP ini.
4. Teman-teman KKN-PLP Universitas Muhammadiyah Jakarta

yang sudah membantu dan membimbing dalam perkuliahan dan di dalam proses berkarya selama ini, juga kepada semua rekan-rekan mahasiswa program studi Pendidikan Olahraga Angkatan 2021 yang selalu mendukung dalam segala kesulitan, tak lupa kepada semua pihak yang telah mendukung dan membantu kelancaran dalam penyusunan karya ini.

### Daftar Pustaka

- Aisyah, N. (2021). Kondisi Fisik Olahraga Bulutangkis. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 5(1), 47-54.
- Sugiyono, A. 2003. Metode Penelitian Administrasi. Bandung: Alfabeta
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabet