

# HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN TERHADAP SERVIS PENDEK DALAM PERMAINAN BULUTANGKIS DI MTS YASPIM GEGERBITUNG

**Irfan Faishal**

Universitas Muhammadiyah Sukabumi  
berenden102@gmail.com

## **ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelentukan pergelangan tangan terhadap servis pendek dalam permainan bulutangkis pada ekstrakurikuler di MTS YASPIM Gegerbitung. Penelitian ini adalah penelitian korelasi atau penelitian hubungan, peneliti menggunakan metode survey dengan pendekatan penelitian kuantitatif. Instrumen dalam penelitian menggunakan tes dan pengukuran olahraga. Sampel penelitian sebanyak 14 orang, karena jumlah populasi relatif kecil kurang dari 30 orang, jadi seluruh anggota populasi pembelajaran. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi *pearson product moment*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dan tes servis pendek dalam ekstrakurikuler bulu tangkis di Mts Yaspim Gegerbitung.

**Kata Kunci** : kelentukan pergelangan tangan, servis pendek

## **ABSTRAK**

*The purpose of this study was to determine the relationship of wrist flexibility to short service in badminton at extracurricular activities at MTS YASPIM Gegerbitung. This research is correlation research or relationship research, researchers use survey methods with quantitative research approaches. Instruments in the study used sports tests and measurements. The study sample was 14 people, because the population was relatively small, less than 30 people, so all members of the learning population. The data analysis technique uses pearson product moment correlation test. The results showed that there was a relationship between wrist flexibility and short service tests in badminton extracurricular at MTS YASPIM Gegerbitung.*

**Keywords:** *wrist flexibility, short service*

## **PENDAHULUAN**

Bulutangkis adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua pemain atau dua pasang pemain yang saling berlawanan dalam suatu lapangan berbentuk persegi yang dibatasi oleh net/jarring yang terletak pada bagian tengah lapangan yang membagi lapangan menjadi 2 bagian yang sama. Pemain menggunakan raket untuk memukul kok (bola bulutangkis) dan melakukan serangan ke daerah lawan atau menangkis shuttlecock agar tidak jatuh ke daerah sendiri ( Hermawan Aksan, 2013: 13). Menurut Sodikin Chandra dan Achmad Sanoesi (2010: 47) “Bulutangkis merupakan permainan bola kecil dengan raket dan kok yang dipukul melalui net yang direntangkan ditengah lapangan”.Menurut Jaja Suharja

Husdarta dan Eli Maryani (2010: 17) “Permainan bulutangkisa merupakan permainan beregu. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pukul dan kok sebagai obyek yang dipukul”.Menurut M Sopyan (2009: 2) “Bulutangkis adalah suatu olahraga raket yang dimainkan oleh 2 orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang saling berlawanan.

Setiap pemain dalam melakukan servis pendek mempunyai ketepatan yang berbeda-beda, hal ini terlihat sekali pada saat bermain. Teknik yang salah satu tidak tepat juga merupakan salah satu faktor penyebab kekalahan dalam sebuah pertandingan. Banyak siswa yang masih asal-asalan dalam melakukan servis pendek, bahkan masih ada

beberapa yang menyangkut di net ataupun keluar dari lapangan permainan.

“Servis pendek adalah merupakan pukulan dengan raket yang menerbangkan kok ke bidang lapangan lain dengan arah diagonal yang bertujuan sebagai pembuka permainan dan merupakan pukulan yang penting dalam permainan bulutangkis. Pukulan servis dengan mengarahkan kok dengan tujuan ke dua sasaran yaitu, ke sudut titik perpotongan antara garis tengah, garis servis, dan garis tepi sedang jalannya kok menyusur tipis melewati net, servis pendek ada dua macam yaitu servis pendek forehand dan backhand.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasarkan kebutuhan. Ada pula yang mengartikan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pembelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik disekolah ataupun diluar sekolah dengan tujuan untuk memperdalam pengetahuan peserta didik, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan pengembangan diri menuju manusia seutuhnya. Jadi kegiatan ekstrakurikuler merupakan bagian integral dan sangat penting dalam keseluruhan proses pendidikan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di MTS YASPIM Gegerbitung dalam melakukan permainan bulutangkis siswa masih banyak mengalami hambatan. Salah satunya dalam melakukan teknik dasar servis pendek masih banyak siswa yang tidak mampu melakukannya dengan sempurna, bahkan masih banyak siswa yang belum bisa melakukan gerakan servis pendek dengan sempurna. Jika dilihat dari observasi yang dilakukan permasalahan yang terjadi siswa masih belum sempurna melakukan gerakan servis pendek tersebut dikarenakan masih kurangnya pemahaman tentang teknik dasar servis pendek bulutangkis. Selain itu juga kebanyakan siswa belum memahami bagaimana perkenaan kok yang benar pada saat

melakukan gerakan servis pendek agar servis yang dilakukan dapat sempurna.

Seperti yang telah dijelaskan bahwa peranan kelentukan pergelangan tangan terhadap servis pendek sangat penting untuk keberhasilan melakukan servis pendek dengan sempurna. Dari hasil tersebut siswa di sekolah MTS YASPIM Gegerbitung, yaitu pembelajaran ekstrakurikuler bulu tangkis belum menguasai gerakan teknik servis pendek. Masih banyak siswa yang kurang mampu menguasai teknik gerakan ini karena memerlukan kelentukan pergelangan tangan. Di tinjau dari sarana prasana olahraga belum lengkap dan kurang memadai, jadi dalam latihan permainan bulutangkis belum tersampaikan dengan baik seperti yang diharapkan.

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Berdasarkan hal tersebut Sugiyono (2014: 2) mengemukakan bahwa, “Terdapat empat kata kunci yang perlu diperhatikan yaitu, cara ilmiah, data, tujuan, dan kegunaan. Cara ilmiah berarti kegiatan penelitian itu didasarkan pada ciri-ciri keilmuan, yaitu rasional, empiris, dan sistematis”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survey dengan jenis kuantitatif, Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran olahraga. Pada penelitian ini penulis menggunakan teknik pengumpulan data statistik korelasi *Pearson Product Moment* dengan taraf signifikansi 5%.

Variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: Variabel Bebas “X” (Kelentukan Pergelangan Tangan). Kelentukan pergelangan tangan diukur dalam bentuk tes dengan menggunakan test kelentukan pergelangan tangan. Variabel terikat “Y” (Servis Pendek dalam Permainan Bulutangkis). Merupakan gambaran kemampuan siswa MTS YASPIM Gegerbitung yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis dalam melakukan ketepatan pukulan servis pendek. Dalam penelitian ini diukur dalam bentuk tes servis pendek dalam permainan bulutangkis.

1. Menghitung rata-rata hitung (mean) dengan rumus :

$$\bar{x} = \frac{\sum x_i}{n}$$

(Bambang Abduljabar, 2012 : 76)

Keterangan : \_

x = nilai rata-rata

x = skor yang didapat

n = banyaknya data

$\sum$  = menyatakan jumlah

2. Menghitung standar deviasi menggunakan rumus:

$$S^2 = \sqrt{\frac{\sum (X_i - \bar{X})^2}{n - 1}}$$

(Bambang Abduljabar, 2012 : 84)

Keterangan :

S = Simpangan baku

$X_i$  = Skor yang dicapai seseorang

$\bar{X}$  = Nilai rata-rata

n = Banyaknya jumlah orang

3. Setelah data mentah diubah menjadi data standar, maka langkah selanjutnya adalah menentukan hubungan antara dua variabel dengan menggunakan rumus teknik analisis korelasi PPM (*Pearson Product Moment*) dari persen yang memakai rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n(\sum xy) - (\sum x)(\sum y)}{\sqrt{\{n \cdot \sum x^2 - (\sum x)^2\} \{n \cdot \sum y^2 - (\sum y)^2\}}}$$

(Bambang Abduljabar, 2012 : 90)

Keterangan :

$r_{xy}$  : Koefisiensi korelasi antara x dan y

xy : jumlah skor dari hasil perkalian antara variabel bebas dan variabel terikat.

$\sum$  : menyatakan jumlah

$X^2$  : jumlah dari masing-masing variabel bebas.

$Y^2$  : jumlah kuadrat dari variabel terikat

Teknik ini digunakan untuk mengetahui hubungan antar masing-masing variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y). Selanjutnya harga  $r_{hitung}$  dikonsultasikan dengan  $r_{tabel}$  pada taraf signifikan 5%.

Jika :  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  = Diterima (signifikan)

$r_{hitung} \leq r_{tabel}$  = Ditolak (tidak signifikan)

4. Menentukan besar kecilnya sumbangan variabel X terhadap Y, dengan menggunakan rumus koefisien determinan sebagai berikut :

$$KP = r^2 \times 100\%$$

(Bambang Abduljabar, 2012 : 90)

Keterangan :

KP : Nilai koefisien determinan

R : Nilai koefisien korelasi

5. Menguji signifikansi dengan rumus  $t_{hitung}$  sebagai berikut :

$$t_{hitung} = \frac{r\sqrt{n-2}}{\sqrt{1-r^2}}$$

(Bambang Abduljabar, 2012 : 90)

Keterangan :

$t_{hitung}$  : nilai

r : nilai koefisien korelasi

n : jumlah sampel

Hipotesis penelitian yaitu: Adanya hubungan kelentukan pergelangan tangan terhadap servis pendek dalam permainan bulutangkis di MTS YASPIM Gegerbitung.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari kegiatan penelitian yang sudah dilaksanakan sebanyak satu kali dengan dilakukan pengambilan data tes kelentukan pergelangan tangan dan tes servis pendek dalam ekstrakurikuler bulu tangkis di Mts Yaspim Gegerbitung dengan jumlah siswa 14 orang, pada saat dilaksanakan pengetesan ditemui adanya keterkaitan antara kelentukan pergelangan tangan terhadap servis pendek yang cukup baik, hal ini dapat diketahui dari hasil tes dan pengukuran pada siswa tersebut.

Pengetesan kelentukan pergelangan tangan dengan cara pergelangan tangan membuat garis lengkung dengan gerakan fleksi, dan pengetesan servis pendek dengan 20 kali percobaan, diperoleh data mentah kemudian diolah dan dianalisis menggunakan pendekatan statistik.

Hasil tes dan pengukuran dalam penelitian ini menghasilkan satu data mentah yang dari satu variable bebas dan satu variable terikat. Variable bebas dalam penelitian ini adalah tes kelentukan pergelangan tangan dan variable terikat dalam penelitian ini adalah tes servis pendek, kemudian diperoleh data mentah dari masing-masing variable dan dibuat menjadi data baku melalui tahapan t-skor dan skala skor kemudian diolah dengan pendekatan statistik.

Pengolahan dan analisis data dilakukan sesuai dengan langkah-langkah yang telah dikemukakan dalam BAB III. Dari pengolahan dan analisis data diperoleh nilai-nilai yang dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

**TABEL I**  
**HASIL PERHITUNGAN**  
**NILAI RATA-RATA, SIMPANGAN BAKU**  
**DAN VARIANSI**

Periode tes	Nnilai rata-rata	Simpangan Baku	Variansi
X	82	1,46	364
Y	35	2,10	746

Berdasarkan hasil perhitungan diperoleh hasil perhitungan rata rata nilai X = 82 dan Y = 35, simpangan baku nilai X = 1,46 dan Y = 2,10 dan variansi nilai X = 364 dan Y = 746.

Setelah nilai rata-rata, simpangan baku dan variansi diketahui, langkah selanjutnya adalah perhitungan korelasi antara variable bebas dan variable terikat menggunakan korelasi pearson product moment (PPM) hasil perhitungan akan diketahui pada tabel dibawah ini:

**TABEL 2**  
**HASIL PERHITUNGAN KORELASI**  
**KELENTUKAN PERGELANGAN**  
**TANGAN DENGAN SERVIS PENDEK**

Sumber	Rata-rata	r hitung	r tabel 5%	Tingkat Hubungan
X	82	7,38	0,553	Sangat Kuat
Y	35			

Hasil perhitungan korelasi antara variabel bebas dan variabel terikat dapat diperoleh r hitung 7,38 dan r tabel 0.553 .

Karena r hitung lebih besar dari r tabel maka data signifikan.

**TABEL 3**  
**TABEL INTERPRETASI KOEFISIEN**  
**NILAI**

Interval koefisien	Tingkat hubungan
0,80-1,000	Sangat kuat
0,60-0,799	Kuat
0,40-0,599	Cukup kuat
0,20-0,399	Rendah
0,00-0,199	Sangat rendah

Berdasarkan dekripsi tabel 3 diperoleh hasil perhitungan  $r_{xy}$  sebesar 7,38 dengan kategori kuat dan koefisien determinan :  $KP = r^2 \times 100\% = 7,38^2 \times 100\% = 54,46\%$ , sisanya 45,54%.

**TABEL 4**  
**HASIL PERHITUNGAN t-TABEL**

t-Hitung	t-Tabel 5%	Kesimpulan
3,496	1.761	Signifikan

Berdasarkan tabel perhitungan uji t dapat diperoleh t hitung 3,496 dan t tabel 1.761 dengan taraf signifikansi 5%, Karena t hitung lebih besar dari t tabel atau  $3,496 > 1.761$ , dengan kategori kuat.

Berdasarkan hasil perhitungan menggunakan Teknik Korelasi Pearson Product Moment (PPM) diperoleh hasil t hitung 3,496 dan t tabel 1.761 dengan taraf signifikan 5%, maka  $H_0$  ditolak, artinya terdapat hubungan antara kelentukan pergelangan tangan terhadap servis pendek.

## KESIMPULAN

Terdapat hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dan tes servis pendek dalam ekstrakurikuler bulu tangkis di Mts Yaspim Gegerbitung. Hal ini dapat dibuktikan dengan hasil t hitung 3,496 dan t tabel 1.761 dengan taraf signifikan 5%. Kelentukan pergelangan tangan dan tes servis pendek dalam ekstrakurikuler bulu tangkis di Mts Yaspim Gegerbitung dengan 7,38 dengan kategori kuat dan koefisien determinan :  $KP = r^2 \times 100\% = 7,38^2 \times 100\% = 54,46\%$ , sisanya 45,54%.

## DAFTAR PUSTAKA

- Aksan Hermawan (2013) *Mahir Bulu Tangkis*. Bandung.
- Chandra, S., Sanoesi, Esnoe, A. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. PT: Arya Duta.
- Husdarta. (2011). *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Piunir Jaya.
- Sugiyono. (2014) *Metode Kuantitatif, Kualitatif, dan Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Husdarta, Suharja, J., Maryani, E. (2010). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. PT: Masmedia Buana Pustaka.

