

EFEKTIVITAS LATIHAN AKURASI UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN SERVICE ATLET BULU TANGKIS

Oleh: Sigit Nugroho, Amat Komari, Riky Dwihandaka dan Duwi Kurnianto Pambudi

ABSTRAK

Servis merupakan pukulan pertama yang mengawali suatu permainan bulu tangkis yang boleh dilakukan baik secara backhand maupun forehand.. Penelitian ini bertujuan untuk menguji dan mengetahui keefektifan latihan akurasi terhadap peningkatan kemampuan servis pendek atlet bulu tangkis yang terdiri dari servis backhand dan forehand dalam permainan bulu tangkis. Penelitian ini menggunakan metode penelitian quasi eksperiment designs dengan rancangan one group time series (pretest one post test). Dalam rancangan ini dilakukan observasi pertama (pretest) setelah itu observasi posttest. Kelompok perlakuan diukur dengan memberikan jenis latihan akurasi terhadap kemampuan servis pendek yang terdiri dari backhand dan forehand dalam permainan bulu tangkis. Sampel penelitian diambil dari jumlah populasi yang ada dengan menggunakan teknik non random sampling dengan metode purposive sampling. Pengumpulan data diperoleh melalui tes dan pengukuran. Instrumen tes yang digunakan untuk mengukur kemampuan servis pendek forehand dan backhand dengan tes servis Frank M. Verduci yang telah dikembangkan oleh Nugroho (2016). Teknik analisis data yang digunakan dengan tiga cara uji prasyarat yaitu perhitungan uji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis. Uji hipotesis menggunakan uji t "paired sample t test dan independent sample t test"..

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok servis backhand dan forehand memperoleh nilai signifikansi 0,000, sehingga dapat diketahui bahwa nilai signifikansi keduanya kurang dari 0,05 dengan demikian terdapat pengaruh yang signifikan pada masing-masing kelompok servis backhand dan servis forehand. Perbedaan pengaruh terlihat dari hasil rerata yang diperoleh kelompok servis backhand sebesar 25,85 sedangkan rerata kelompok servis forehand sebesar 20,28, sehingga selisih rerata keduanya sebesar 5,57. Dapat disimpulkan bahwa kelompok servis backhand lebih meningkatkan kemampuan teknik dasar servis pendek.

Kata Kunci: *Latihan, Akurasi, Servis, Bulu tangkis*