

TINGKAT KETERAMPILAN SMASH PADA ATLET BULUTANGKIS

M. Imran Hasanuddin¹, Muhammad Akbar Syafruddin², Agus Sutriawan³

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

²Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

³Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

*Coressponding Author. Email: m.imran.hasanuddin@unm.ac.id

*Email Author: m.imran.hasanuddin@unm.ac.id, akbar.syafruddin@unm.ac.id, agus.sutriawan@unm.ac.id

Received: Oktober 2023, Revised: November 2023, Accepted: Desember 2023

Abstract

Badminton is a game that uses a racket as a bat and a shuttle as the object to be hit. Basically, the quality of a badminton game really depends on playing skills. Athletes or players who master basic badminton techniques well will be able to play the game skillfully, one of the basic techniques that participates and determines how to get points is the smash. The aim of this research was to determine the level of smash skills in BKMF FIK UNM badminton athletes. The type of research is descriptive quantitative with survey methods, while techniques and data collection use tests and measurements. The population of this study was all BKMF FIK UNM badminton athletes and the sample in this study was 20 BKMF FIK UNM badminton athletes using purposive sampling technique. The results of the research showed that the level of smash skill in the BKMF FIK UNM badminton athletes was in the "Very Good" category of 25% (5 athletes), the "Good" category was 50% (10 athletes), the "Fair" category was 20% (4 athletes), the "Poor" category is 5% (1 athlete), and the "Very Poor" category is 0% (0 athletes). It can be concluded that the smash skill level of BKMF FIK UNM badminton athletes is in the good category.

Keywords: Smash Skill, Badminton

Abstrak

Bulutangkis merupakan permainan yang menggunakan raket sebagai alat pemukul dan shuttle sebagai obyek yang di pukul. Pada dasarnya bahwa kualitas permainan bulutangkis sangat tergantung pada keterampilan bermainnya. Atlet atau pemain yang menguasai teknik dasar bulutangkis dengan baik akan dapat menampilkan permainan secara terampil, salah satu teknik dasar yang berperan dan menentukan untuk mendapatkan poin adalah smash. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan smash pada atlet bulutangkis BKMF FIK UNM. Jenis penelitian adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survei sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi penelitian ini yaitu seluruh atlet bulutangkis BKMF FIK UNM dan sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM dengan menggunakan teknik purposive sampling. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan smash pada atlet bulutangkis BKMF FIK UNM yaitu diperoleh kategori "Sangat Baik" 25 % (5 atlet), kategori "Baik" sebesar 50 % (10 atlet), kategori "Cukup" sebesar 20% (4 atlet), kategori "Kurang" sebesar 5% (1 atlet), dan kategori "Sangat

Kurang” sebesar 0% (0 atlet). Dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan smash pada atlet bulutangkis BKMF FIK UNM dalam kategori baik.

Kata kunci: Keterampilan Smash, Bulutangkis

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pengembangan yang berkelanjutan. Olahraga menjadi suatu kebutuhan dalam kehidupan sehari-hari, sebab dengan olahraga manusia mendapatkan kesenangan dan kepuasan batin. Selain itu, dengan olahraga secara rutin dapat menjadi dan kuat secara jasmani dan rohani.

Seiring perkembangan waktu maka olahraga pun terus mengalami perkembangan. Saat ini olahraga tidak hanya dijadikan sebagai kegiatan untuk meningkatkan kebugaran jasmani akan tetapi olahraga juga dijadikan sebagai suatu kegiatan untuk melatih dan membentuk kepribadian atau watak seorang atlet (Muharram et al., 2022).

Bukan hanya itu, olahraga juga dapat dijadikan sebagai suatu kegiatan untuk memperkenalkan nama suatu daerah dan negara kepada dunia, sebagai contoh belakangan ini banyak digelar event olahraga mulai dari tingkat provinsi, Asia hingga dunia. Berkembangnya olahraga juga memberikan peluang kepada putra-putri berbakat suatu negara untuk berkompetisi meningkatkan potensinya menjadi sebuah prestasi yang membanggakan diberbagai cabang olahraga yang ada.

Salah satu cabang olahraga yang saat ini menunjukkan peningkatan di berbagai lingkungan masyarakat adalah bulutangkis, hal ini dengan adanya olahraga bulutangkis yang semakin banyak digemari oleh masyarakat dari kota sampai ke pelosok desa. Pertandingan berbagai level pun kerap kali dilakukan untuk menstimulasi prestasi olahraga para atlet demikian pula dengan olahraga bulutangkis.

Olahraga bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang paling terkenal di dunia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan permainan ini diluar atau didalam ruangan untuk rekreasi atau sebagai ajang persaingan. *Badminton is a game in which the implementation uses a racket and shuttlecock tool* (Hasyim & Hasanuddin, 2023). Selain itu bulutangkis juga dapat menghasilkan prestasi yang menjajikan karena kejuaraan bulutangkis di indonesia sangat banyak mulai dari kejuaraan antar kecamatan, kabupaten, provinsi, hingga nasional. Sehingga meningkatkan minat para pemuda



pemudi dan para orangtua untuk melatih dan mengembangkan bakat anak-anak mereka di klub-klub bulutangkis yang ada di daerah sebagai upaya menjadi atlet berprestasi di daerah maupun internasional.

Bukan hanya pada skala internasional saja, di Indonesia olahraga bulutangkis pun telah dikenal sebagian besar masyarakat dari kota hingga ke pelosok desa. Hal ini disebabkan oleh prestasi yang dicapai telah sampai ke tingkat dunia di berbagai event Internasional. Setiap keikutsertaan pebulutangkis Indonesia ditingkat Internasional selalu disiarkan oleh media elektronik khususnya televisi yang dapat disaksikan secara langsung pada saat pertandingan. Inilah salah satu yang membuat masyarakat Indonesia mengenal olahraga bulutangkis.

Selain daripada itu, bagi masyarakat Indonesia sendiri olahraga bulutangkis sangat diminati sebagai sarana meningkatkan kesehatan jasmani dan juga sangat baik untuk meningkatkan sistem kekebalan imun tubuh di masa pandemi ini. Hal tersebut sejalan dengan pendapat (Firmansyah, 2013) bulutangkis merupakan cabang olahraga yang membutuhkan daya tahan keseluruhan, di samping menunjukkan ciri sebagai aktivitas jasmani yang memerlukan kemampuan anaerobik, jika disimak hanya dari aspek pelaksanaan stroke satu persatu. Ciri ini disimpulkan dari sifat cabang olahraga bulutangkis berdasarkan tuntutan kondisi fisik.

Bulutangkis di negara Indonesia ini lebih sering dimainkan dua orang lawan dua orang atau yang disebut ganda. Oleh karena itu, permainan bulutangkis dapat berkembang pesat. Memang permainan ganda dalam bulutangkis sangat favorit di mainkan pada masyarakat di Indonesia, dikarenakan di dalam permainan nya lebih seru dan ramai tingkat kesenangan dalam bermain (Mangun et al., 2017). Bulutangkis merupakan olahraga permainan yang menggunakan shuttlecock, raket dan lapangan, dimainkan oleh dua orang dan/atau dua pasang laki-laki dan perempuan (Ahmad, 2020).

Bulutangkis merupakan olahraga yang cukup tua usianya, mengingat olahraga bulutangkis setiap individu memiliki ketangkasan untuk memainkan olahraga ini. dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang saling berlawanan (Alimuddin, et all, 2022). Dalam perkembangannya sejarah bulutangkis berkembang di Mesir kuno sekitar 2000 tahun lalu tetapi juga disebut- sebut di India dan Republik Rakyat Cina. Nenek moyang terdinya diperkirakan ialah sebuah permainan Tionghoa, Jianzi yang melibatkan penggunaan kok tetapi tanpa raket. Alih-alih, objeknya dimanipulasi dengan kaki. Objek/misi permainan ini adalah untuk menjaga kok agar tidak menyentuh tanah selama mungkin tanpa menggunakan tangan (Iskandar, 2017).

Olahraga bulutangkis kini banyak di gemari oleh sebagian besar masyarakat dan kini banyak masyarakat yang mengenal olahraga tersebut. Perkembangan zaman berubah menjadi



modern seperti sekarang ini olahraga bulutangkis bukan lagi hanya sebagai olahraga individual melainkan udah menjadi bagian dari tujuan pendidikan yaitu dalam pendidikan jasmani.

Subarja (Han, Eunice S, 2019) berpendapat bahwa Suatu permainan yang saling berhadapan satu orang lawan satu orang atau dua orang lawan dua orang, dengan menggunakan raket dan shuttle sebagai alat permainan, bersifat perseorangan yang dimainkan pada lapangan tertutup maupun lapangan terbuka dengan berupa lapangan yang datar terbuat dari beton, kayu, karpet ditandai garis sebagai batas lapangan dan dibatasi net pada tengah lapangan permainan.

Dari kutipan penulis, penulis simpulkan mengenai pengertian bulutangkis adalah permainan yang dapat dimainkan untuk nomor perorangan ataupun beregu dengan menggunakan raket dan kock (shuttle cock) dapat dimainkan dilapang terbuka atau tertutup dengan dibatasi oleh net di tengah lapang.

Menjadi seorang pemain bulutangkis yang berprestasi bukan pekerjaan yang mudah sebab dituntut memahami dan menguasai sejumlah keterampilan fisik, teknik, taktik dan psikologi secara efektif, efisien. Keterampilan dasar merupakan salah satu jenis keterampilan yang harus dipahami dan dikuasai oleh setiap pemain dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis (Mangun et al., 2017).

Berdasarkan beberapa pendapat di atas dapat di simpukan bahwasanya permainan bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di seluruh dunia atau di kalangan masyarakat. Bulutangkis merupakan permainan yang menggunakan raket sebagai alat pemukul dan shuttle sebagai obyek yang di pukul. Tujuan dari permainan bulutangkis adalah memukul shuttlecock melewati jaring net agar jatuh di bidang area lawan yang sudah ditentukan dan mendapatkan point. Selain itu sarana dan prasana dalam permainan bulutangkis meliputi: raket, bola atau shuttlecock, net, sepatu, lapangan.

Teknik pukulan adalah cara-cara melakukan pukulan dalam permainan bulutangkis dengan tujuan untuk menerbangkan shuttlecock ke bidang lapangan lawan dan bulutangkis dikenal sebagai olahraga yang banyak menggunakan pergelangan tangan. Karena itu, di dalam bulutangkis mempunyai teknik dasar pukulan, teknik dasar Pukulan dalam bulutangkis ada 5 Teknik yaitu sebagai berikut: (1) Servis (2) Lob (3) Dropshot (4) Netting (5) Smash. 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, seorang pemain yang memiliki teknik dasar yang baik akan lebih mudah dalam melakukan penyerangan dan pertahanan, serta dapat lebih bervariasi dalam penerapan strategi Bahri & Permadi, dalam (Atlet & Bersama, 2022). Penguasaan teknik dasar pukulan dalam bulu tangkis merupakan salah satu pokok atau kunci dalam bermain. Pemain yang



memiliki teknik dasar yang baik menjadi dasar utama untuk memperoleh kemenangan dalam bermain ataupun pertandingan.

Menurut Tony Grice (Syahril Alhusain, 2021) pukulan smash adalah pukulan yang cepat, diarahkan ke bawah dengan kuat dan tajam untuk mengembalikan bola pendek yang telah dipukul ke atas. Untuk dapat menguasai teknik pukulan smash secara baik dibutuhkan latihan terus menerus (drill) dan ditunjang stamina yang tinggi atau kondisi fisik yang prima. Tanpa adanya penguasaan teknik tingkat tinggi dan latihan secara terus menerus mustahil dapat menguasai pukulan smash secara baik.

Pukulan Smash bulutangkis merupakan salah satu teknik dalam permainan bulutangkis dan pukulan smash adalah pukulan yang paling penting, karena smash adalah pukulan dari atas kepala yang mengarah ke daerah perlawanan lawan, melewati net dengan keras yang bertujuan untuk mendapatkan poin sebanyak-banyaknya dan meraih kemenangan.

Menurut (Mangun et al., 2017) smash yang baik ditandai perbaikan teknik yang baik juga, ketika shuttlecock dan raket mengalami perkenaan yang baik maka dari itulah pukulan smash bermakna, oleh karena itu untuk memperbaiki teknik smash dengan metode yang baik akan memperbaiki gerakan dalam melakukan pukulan smash. Jika dilihat dari karakteristik pukulan smash adalah keras dan laju jalannya shuttlecock cepat menuju lantai lapangan lawan, sehingga pukulan ini membutuhkan aspek kekuatan genggam tangan, otot tungkai, bahu dan fleksibilitas pergelangan tangan serta koordinasi gerak tubuh yang baik. Pukulan smash ini merupakan salah satu teknik didalam permainan bulutangkis dengan tingkat kesulitan yang sangat tinggi, oleh karena itu bagi pemain pemula diharapkan belajar menepatkan perkenaan raket dan shuttlecock, selain itu kecepatan dalam mengejar shuttlecock dan memposisikan badan harus cepat dan tepat, dalam hal ini harus didukung dengan komponen biomotorik yang baik (Islamiah, dkk 2019). Latihan yang terprogram dan latihan terus menerus akan meningkatkan komponen biomotorik yang ada dalam pukulan smash bulutangkis.

Agar smash dapat dilakukan dengan baik dan efisien juga didukung dari aspek kondisi fisik. Kondisi fisik dalam olahraga adalah kemampuan seorang olahragawan dalam melaksanakan kegiatan olahraga. Pemain dituntut memiliki kondisi fisik yang baik, seperti halnya pada cabang olahraga bulutangkis. Komponen kondisi fisik terbagi menjadi: 1) kekuatan, 2) daya tahan, 3) daya ledak, 4) kecepatan, 5) daya lentur, 6) kelincahan, 7) koordinasi, 8) keseimbangan, 9) ketepatan, dan 10) reaksi. Komponen-komponen kondisi fisik tersebut masing- masing memiliki peranan yang berbeda sesuai karakteristik yang dimiliki.

Pukulan smash dapat dilakukan dalam sikap diam / berdiri atau sambil loncat (jump smash) oleh karena itu, pukulan smash dalam bulutangkis terdiri dari beberapa jenis: menurut



Tohar (1992: 63) melakukan smash dapat dilakukan dengan berbagai cara antara lain yaitu: 1. Pukulan smash penuh. 2. Pukulan smash potong. 3. Pukulan smash backhand. 4. Pukulan smash flick dan 5. Pukulan smash yang melingkar di atas kepala (Jam'an, 2011).

Untuk dapat berprestasi dalam suatu cabang olahraga, terlebih dahulu yang harus diperhatikan adalah penguasaan teknik dasar dalam cabang olahraga tersebut khususnya kemampuan melakukan smash. Untuk menampilkan suatu teknik yang baik dalam bulu tangkis, setiap pemain harus menguasai teknik yang ada dalam permainan bulutangkis yang baik dan benar. Selain itu, pada pelaksanaan melakukan pukulan smash kekuatan otot lengan sangat diperlukan untuk melakukan lecutan pergelangan tangan kedepan agar pukulan smash bisa membentuk sudut yang tajam sehingga sulit dikembalikan oleh lawan. Selain itu ketepatan smash juga sangat diperlukan agar mampu menempatkan hasil pukulan smash di daerah yang tidak dapat dijangkau oleh lawan.

Pada dasarnya bahwa kualitas permainan bulutangkis sangat tergantung pada keterampilan bermainnya. Atlet atau pemain yang menguasai teknik dasar bulutangkis dengan baik akan dapat menampilkan permainan secara terampil. Dalam permainan bulutangkis terdiri dari beberapa teknik dasar, salah satu teknik dasar yang berperan dan menentukan untuk mendapatkan poin adalah smash.

METODELOGI PENELITIAN

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif karena peneliti ingin mengetahui tingkat keterampilan *smash* bulutangkis pada atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan tes dan pengukuran untuk memperoleh data yang nyata pada waktu penelitian dilangsungkan. Dari hasil tes yang didapatkan kemudian data dianalisis untuk mengetahui sejauh mana tingkat keterampilan *smash* bulutangkis pada atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM.

Populasi adalah kumpulan dari keseluruhan elemen yang akan ditarik kesimpulannya (Rully Indrawan, 2016). Berdasarkan pengertian tersebut maka yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM yang berjumlah 50 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian dari atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM yang berjumlah 20 orang. Jumlah tersebut ditentukan dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2009: 148). Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes ketampilan smash dengan alat yang digunakan yaitu Raket, *Shuttlecock*, Pita, Net, plester, Roll Meter/Meteran, Lapangan Bulutangkis, Peluit. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik



analisis data deskriptif dengan persentase.

HASIL PENELITIAN

Deskripsi data hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data, yaitu tingkat keterampilan smash atlet bulutangkis BKMF FIK UNM. Data hasil penelitian disajikan pada tabel dibawah ini

Tabel 1. Hasil Analisis Deskriptif Keterampilan Smash

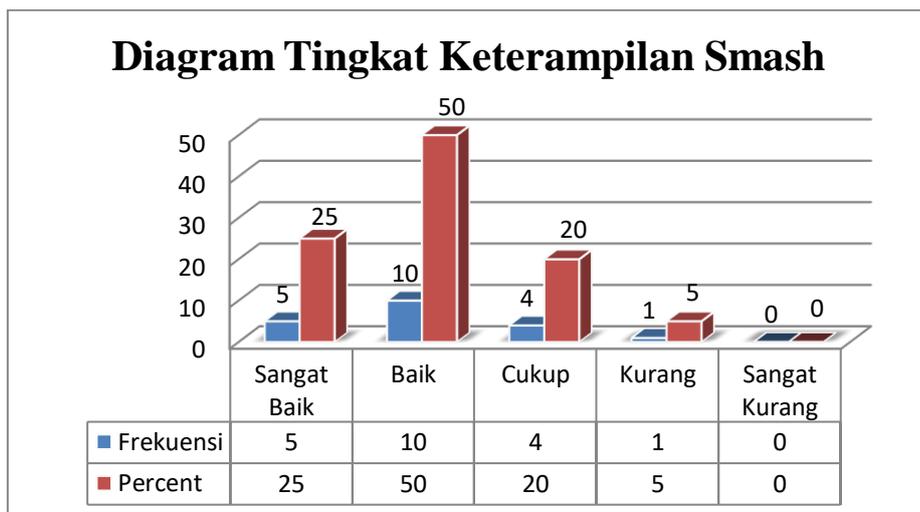
	Tingkat Keterampilan Smash
N	20
Mean	92,05
Std. Deviation	5,404
Minimum	81
Maximum	99

Dari tabel di atas yang merupakan gambaran data tingkat keterampilan smash atlet bulutangkis BKMF FIK UNM, diperoleh nilai rata-rata (*mean*) = 92,05, simpangan baku (*standar deviasi*) = 29,308, nilai terendah (*minimum*) = 81, dan nilai tertinggi (*maksimum*) = 99.

Tabel 2. Norma Pengkategorian Analisis Keterampilan Smash

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	
			Absolut	%
1	$X > 97,7$	Sangat Baik	5	25
2	$90,3 < X < 97,7$	Baik	10	50
3	$82,9 < X < 90,3$	Cukup	4	20
4	$75,5 < X < 82,9$	Kurang	1	5
5	$X < 75,5$	Sangat Kurang	0	0
Jumlah			20	100





Gambar 1. Diagram Hasil Keterampilan Smash

Pada tabel dan grafik keterampilan *smash* atlet BKMF bulu tangkis FIK UNM berada pada kategori “Sangat Baik” 25 % (5 atlet), “Baik” sebesar 50 % (10 atlet), “Cukup” sebesar 20% (4 atlet), “Kurang” sebesar 5% (1 atlet), dan “sangat kurang” sebesar 0% (0 atlet). Sehingga dengan hal tersebut maka keterampilan *smash* atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM berada pada kategori ”Baik”.

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan *smash* bulutangkis pada atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa keterampilan pukulan *smash* atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM berada pada kategori “Baik” sebesar 45 % (9 atlet).

Jika dilihat dengan kondisi sarana dan prasarana olahraga, kondisi sarana dan prasarana yang cukup baik dan mendukung, sehingga para atlet yang mengikuti kegiatan BKMF bulutangkis tersebut dapat menggunakan fasilitas yang cukup lengkap, misalnya kondisi lapangan yang cukup baik, dan merupakan lapangan *indoor* dengan lantai yang tidak licin dan memenuhi standar. Jadwal Latihan perpekan juga sangat teratur, sehingga atlet memiliki banyak waktu untuk melatih komponen dan kondisi fisik mereka, dikarenakan hal itu keterampilan *smash* atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM berada pada kategori “Baik”.

Hasil pada kategori baik tersebut sejalan dengan pernyataan dari salah satu pelatih bulutangkis BKMF FIK UNM setelah dilakukan wawancara sebelum melakukan penelitian, yang dimana dia mengatakan “Sarana dan prasarana di Gedung olahraga bulutangkis FIK UNM saat ini telah berkembang sangat pesat, mulai dari sarana hingga dengan prasarana yang ada didalam

Gedung bulutangkis ini. Pernyataan tersebut didukung juga dari pernyataan dan pandangan para atlet bulutangkis BKMF FIK UNM

Smash merupakan pukulan overhead yang keras, diarahkan ke bawah yang kuat, merupakan pukulan menyerang yang utama dalam bulutangkis. Menurut (Talan, R., Hasanuddin, 2023) smash adalah pukulan yang dilakukan dengan memukul kok dari atas kepala kemudian mengarahkan ke bagian bawah area lapangan lawan dengan penuh tenaga. Untuk dapat memenangkan sebuah pertandingan tentunya pemain harus memiliki kemampuan bertanding yang baik. Salah satu teknik untuk memenangkan permainan adalah smash. Dengan melakukan pukulan keras dan terarah akan menyulitkan lawan untuk mengembalikan pukulan tersebut. Pukulan smash adalah bentuk pukulan keras yang sering digunakan dalam permainan bulutangkis. Karakter dari pukulan ini adalah keras dan laju shuttlecock cepat menuju lantai lapangan. Pukulan ini membutuhkan kekuatan otot tungkai, bahu, lengan, fleksibilitas pergelangan tangan, serta koordinasi gerak tubuh yang harmonis.

Untuk mendapatkan smash yang baik dan menyulitkan lawan untuk mengembalikan cock dalam permainan bulutangkis maka diperlukan kemampuan dari gerakan-gerakan yang terkoordinir sehingga menampakkan satu kesatuan gerakan servis yang benar. Gerakan smash yang benar membutuhkan kemampuan fisik seperti kelentukan pergelangan tangan dan ketepatan memukul shuttlecock.

Pukulan smash, kemampuan fisik yang paling mempunyai pengaruh dominan adalah kelentukan pergelangan tangan. Kelentukan pergelangan tangan berperan untuk memperluas gerak persendian dan gerakan elastis dari otot-otot pergelangan tangan, sehingga gerakan servis pendek nampak lebih luwes dan tidak kaku. Pukulan smash yang didukung dengan gerakan persendian pada pergelangan tangan akan menghasilkan pukulan yang tepat pada sasaran yang diinginkan. kelentukan pergelangan tangan yang kurang baik akan menyebabkan lemahnya daya dorong pada pergelangan tangan dan akan menghasilkan gerakan pukulan smash yang lemah dan tidak akurat sehingga mudah dikembalikan oleh lawan.

KESIMPULAN

Tingkat keterampilan *smash* atlet Bulutangkis BKMF FIK UNM berada pada kategori “Baik”, secara rinci diperoleh kategori “Sangat Baik” 25 % (5 atlet), kategori “Baik” sebesar 50 % (10 atlet), kategori “Cukup” sebesar 20% (4 atlet), kategori “Kurang” sebesar 5% (1 atlet), dan kategori “Sangat Kurang” sebesar 0% (0 atlet). Berdasarkan kesimpulannya ada beberapa saran, yaitu; Bagi atlet agar lebih bisa meningkatkan keterampilan *smash* dengan melakukan latihan secara intensif., bagi Pelatih bulutangkis diharapkan dapat menyusun program latihan yang tepat



dan menggunakan metode latihan yang sesuai sehingga dapat meningkatkan keterampilan smash pemain untuk mendukung tercapainya keterampilan bermain bulutangkis yang maksimal, dan Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian ini dengan melakukan penelitian pada variabel lain yang mempengaruhi keterampilan bermain bulutangkis dan dilakukan pada populasi yang berukuran lebih luas, sehingga diperoleh hasil yang lebih maksimal.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad, F. (2020). Model Latihan Smash Bulutangkis Untuk Pemula Usia 8-10 Tahun. *Jurnal Olympia*, 2(1), 15–21. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v2i1.883>
- Atlet, P., & Bersama, P. B. (2022). *Analisis Tingkat Keterampilan Dasar Bulutangkis*. 3, 10–21.
- Alimuddin, A., Hasyim, N., Liza, L., & Nopiyanto, Y. E. Peningkatan pembelajaran dasar long serve menggunakan metode inquiry dalam permainan bulutangkis. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 5(1), 39-47.
- Firmansyah, U. (2013). Keterampilan Bermain Bulutangkis Ditinjau Dari Unsur Fisik Dominan Dalam Bulutangkis Pada Pemain Tunggal Anak Putra Persatuan Bulutangkis Purnama Surakarta. *Journal of the American Chemical Society*, 123(10), 2176–2181.
- Han, Eunice S, D. (2019). Keterampilan Dasar Memegang Raket Bermain Bulutangkis. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9), 1689–1699.
- Hasyim & Hasanuddin, M. . (2023). *Analysis Of Footwork Ability In Badminton Games For Children Aged 10 – 12 Years*. 8–13.
- Islamiah, S., & Sepdanius, E. (2019). Pengaruh Latihan Footwork dan Latihan Shadow Terhadap Agility pada Atlet Putra Persatuan Bulutangkis ILLVERD. *Jurnal Stamina*, 2(10), 54-64.
- Iskandar. (2017). SHUTTLECOCK/KOCK MENARI INDAH DI UDARA. *Pertanian Global, Aspek Sosial Kultural, Ekonomi Dan Ekologi*, 2(1), 1–7.
- Jam'an. (2011). *Analisis Tingkat Kesegaran Jasmani Terhadap Keterampilan Smash Dalam Permainan Bulutangkis Pada PB. Mattoanging Junior Makassar*. 1–54.
- Mangun, F. A., Budiningsih, M., & Sugianto, A. (2017). Model Latihan Smash Pada Cabang Olahraga Bulutangkis Untuk Atlet Ganda. *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2), 78–89. <https://doi.org/10.21009/gjik.082.01>
- Muharram, S., Kahar, I., & Galugu, N. S. (2022). Ketepatan Smash Pada Permainan Bulutangkis: Kontribusi Faktor Psikologis Atlet Bulutangkis Kota Palopo. *Jurnal Menssana*, 7(1), 63–70.



Susilo, A. A. (2021). *Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Permainan Bulutangkis Di Masa Pandemi Covid-19 (Studi Kasus Pada Siswa Kelas VII SMP Negeri 5 Bangkalan Tahun 2020/2021)*. 19.

Syahril Alhusain. (2021). Hubungan Power Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Smash Pada Atlet Pb. Pasha Jaya Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1), 14.

Talan, R., Hasanuddin, M. I (Ed). (2023). OLAHRAGA. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*.

