

ANALISIS TEKNIK DASAR PUKULAN BACKHAND PADA PERMAINAN BULU TANGKIS PB BUANA SAKTI KOTA LUBUKLINGGAU

Pujangga¹, Leo Charli², Hengky Remora³
Universitas PGRI Silampari^{1,2,3}
leocharli48@yahoo.com²

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan teknik dasar bulu tangkis *backhand overhead* PB Buana Sakti Watervang Kota Lubuklinggau. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif kualitatif. Subjek penelitian ini adalah pelatih bulu tangkis dan siswa PB Buana Sakti Watervang Kota Lubuklinggau yang berjumlah 13 orang. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara, observasi, dan dokumentasi. Data dianalisis menggunakan komponen yang direkomendasikan oleh Yuliawan dan Tony Grice. Pengumpulan data dilakukan pada siang hari setelah terkumpul semua data langsung dianalisis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai gerakan pada teknik dasar bulutangkis servis pendek PB. Buana Sakti. Buana Sakti Watervang, jika dilihat dari aspek observasi berdasarkan kemampuan peserta termasuk dalam kategori bagus. Simpulan, Teknik dasar pukulan *backhand overhead* PB. Buana Sakti watervang, jika ditinjau dari aspek pengamatan berdasarkan kemampuan peserta memiliki hasil yang baik.

Kata Kunci : Bulutangkis dan *Backhand Overhead*, Teknik Dasar,.

ABSTRACT

This study aims to describe the Basic Techniques of Backhand Overhead Badminton in PB Buana Sakti Watervang, Lubuklinggau City. This research is a type of qualitative descriptive research. The subject of this research is the badminton coach and student of PB Buana Sakti Watervang Lubuklinggau City. Data collection techniques were carried out by interview, observation, and documentation. Data were analyzed using components recommended by Yuliawan and Tony Grice. Data collection was carried out during the day after collecting all the data directly analyzed. The results showed that the value of the movement on the basic technique in short serve badminton in PB. Buana Sakti said that of the 13 participants who took the observation, interview and documentation test, they were coaches and students, that the basic technique of hitting Backhand Overhead PB. Buana Sakti Watervang, when viewed from the aspect of observation based on the ability of the participants, that the basic technique of hitting Backhand Overhead PB. Buana Sakti watervang has good results.

Keywords: Basic Techniques, Badminton and Backhand Overhead.

PENDAHULUAN

Perkembangan pada ilmu pengetahuan dan teknologi di masa sekarang sangat berpengaruh sangat besar pada pola kehidupan manusia dan ilmu keolahragaan. Olahraga merupakan suatu yang sangat dibutuhkan untuk setiap kehidupan masyarakat, adapun hal tersebut dapat dilihat pada segi pendidikan, fisik, dan kejiwaan, maupun sosial. Oleh karena itu, banyak negara menaruh perhatian besar dalam kegiatan pada bidang olahraga, maka olahraga tidak hanya berperan dalam meningkatkan kesegaran jasmani penduduk

suatu bangsa, melainkan olahraga pun ikut andil pada perlombaan baik di tingkat nasional atau internasional yang dapat mengharumkan nama bangsanya

Permainan bulutangkis mempunyai cabang olahraga yang sangat banyak digemari setiap masyarakat di seluruh dunia termasuk Indonesia. Hal ini bisa dilihat pada banyaknya masyarakat yang ikut serta dalam setiap kegiatan olahraga bulutangkis yang telah diselenggarakan, dalam bentuk pertandingan tingkat RT hingga tingkat dunia. Bulutangkis pun dapat dimainkan oleh setiap kalangan mulai dari anak-anak hingga orang dewasa dan juga dapat dilakukan di dalam maupun di luar ruangan. Di Indonesia bulutangkis telah dikenal sejak dahulu, bahwa olahraga ini termasuk dari cabang olahraga yang sangat digemari oleh setiap individu di Indonesia (Nurdwi, 2019). Pada tanggal 5 Mei 1951 di Indonesia didirikan organisasi induk cabang olahraga bulutangkis yang dikenal dengan nama Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI) (Al Farisi, 2018; Hamid & Aminuddin, 2019; Maulina, 2018).

Bulutangkis merupakan olahraga yang menggunakan raket dalam permainannya yang dimainkan oleh dua orang atau empat orang dengan posisi berada di bidang lapangan yang berbeda yang dibatasi oleh jaring (net). Bulutangkis adalah olahraga yang menuntut fisik, membutuhkan kekuatan, daya tahan, kekuatan otot, kelincihan, kecepatan dan ketepatan (Song et al., 2020). Bulutangkis adalah permainan yang dimainkan satu lawan satu (*single*) atau dua (*double*) dengan cara memukul kok (*shuttlecock*) menggunakan raket agar melewati net, sehingga berusaha mengembalikan kok tersebut agar tidak terjatuh di area sendiri (Subarkah & Marani, 2020).

Teknik dasar dalam permainan bulutangkis itu sendiri merupakan aspek dasar yang mempunyai komponen-komponen yang terdapat taraf intensitas yang sederhana dan mudah dilakukan dengan kebutuhan yang ada (Fatah et al., 2017). Teknik dasar pada bulu tangkis yang perlu dikuasai oleh pemain dengan baik sera benar yakni cara pegangan raket (*grips*), sikap berdiri (*stance*), gerakan kaki (*footwork*), pukulan (Subarkah & Marani, 2020). Salahsatu teknik yang harus di kuasai oleh pemain bulu tangkis adalah teknik pukulan. Teknik pukulan merupakan cara - cara melakukan pukulan pada permainan bulu tangkis yang tujuannya menerbangkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lawan. Teknik pukulan permainan bulu tangkis dibagi menjadi dua, yaitu *forehand* dan *backhand* (Zarwan et al., 2018).

Permainan bulu tangkis di Kota Lubuklinggau banyak peminatnya dari anak-anak hingga orang dewasa dan ini banyak tim yang terbentuk di Kota Lubuklinggau untuk dapat mengikuti ajang bergengsi seperti turnamen yang diadakan di Kota Lubuklinggau. PB Buana Sakti Watervang ini didirikan pada Januari 2019, dan sebelumnya *club* ini adalah PB. Wahana yang didirikan pada Maret 2015. Perubahan nama club ini dikarenakan adanya pergantian kepengurusan yang juga menginginkan pergantian nama *club*. Sebagai wadah penyalur minat dan bakat dibidang olahraga bulutangkis *club* ini menghasilkan atlet-atlet di tingkat Kota Lubuklinggau.

Berdasarkan observasi peneliti dengan PB Buana Sakti Watervang bersama *Coach* Bapak Fitriadi, M.Pd. yang penulis lakukan terkait dengan analisis masalah kurangnya program latihan dengan *drill* untuk pukulan *backhand* menjadi faktor utama dalam upaya meningkatkan pukulan *backhand*. *Backhand overhead* adalah pukulan yang dilakukan terhadap *shuttlecock* yang melambung di sebelah kiri atas kepala. Dalam hal ini permainan bulutangkis mempunyai tujuan bahwa seseorang pemain berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan peneliti maka didapatkan hasil persentase pukulan *backhand* memiliki persentase yang sangat rendah dalam latihan di PB Buana Sakti Watervang.

Berdasarkan hasil wawancara dengan ketua PB Buana Sakti Watervang Bapak Fitriadi, M.Pd. mengatakan bahwa semua teknik dasar pukulan sudah diajarkan dalam bentuk program, namun ada beberapa teknik yang hanya dasarnya saja dan pukulan *backhand* yang menjadi kelemahan atau paling lemah dari sekian teknik dasar pukulan yang dikuasai oleh para atlet. Penyebab kenapa atlet kurang menguasai pukulan *backhand* karena program khusus untuk pukulan *backhand* sendiri masih belum ada program khusus latihan *drill* teknik dasar pukulan *backhand* dan kurangnya pembinaan yang menyebabkan kurangnya efektifitas latihan sehingga teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* kurang baik pada saat latihan. PB Buana Sakti Watervang yaitu teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Faktor keberhasilan yang harus dikuasai pemain tersebut, ada yang paling dominan, adalah cara memegang raket (*grips*), sikap siaga, teknik langkah kaki (*footwork*) dan pukulan (*strokes*).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang digunakan untuk meneliti pada kondisi obyek yang alamiah, (sebagai lawannya adalah eksperimen) dimana peneliti adalah sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilihat secara gabungan, analisis data bersifat induktif dan hasil penelitian kualitatif lebih menekankan makna dari pada generalisasi. Adapun subjek penelitian adalah pelatih dan siswa Latihan yang berjumlah 13 orang .

Berdasarkan pendapat diatas, maka metode deskriptif kualitatif merupakan metode yang menganalisis data berupa data tertulis atau lisan yang terucap dari seseorang yang diamati. Metode dalam analisis data umumnya ditunjukkan untuk memproses data dan mengerucutkan kepada kesimpulan yang valid. Jenis penelitian deskriptif kualitatif yang digunakan pada penelitian ini dimaksudkan untuk mendeskripsikan analisis teknik dasar pukulan *backhand* bulutangkis PB Buana Sakti.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti selama dilapangan menemukan informasi mengenai data para sumber data yang diperlukan oleh peneliti. Dengan berdasarkan permasalahan dan tujuan peneliti yang telah dibahas pada bab 1, yaitu peneliti mendeskripsikan Teknik Dasar *backhand overhead* Olahraga Bulutangkis PB Buana Sakti Watervang Kota Lubuklinggau 1. Peneliti telah menemukan dan mengumpulkan data dari hasil wawancara, observasi dan juga dokumentasi maka dari itu dibutuhkannya data informan oleh peneliti.

Tabel 1
Identitas Responden / Informan Penelitian

NO	Nama	Umur	Status	Alamat
1.	Fitriadi, M.Pd	34	Pelatih	Jl. Nangka Kacung
2.	Dhimas Radithya	16	Siswa latihan	Jl. Pelita
3.	M. Exhan Febriano	14	Siswa latihan	Jl. Majapahit
4.	Chelsy	14	Siswa latihan	Jl. Kalakesik
5.	Alini Agustin	15	Siswa latihan	Jl. Kenanga 1
6.	Ridwan April Rossie	12	Siswa latihan	Jl. Kenanga 1
7.	M. Agung Tri Satria	15	Siswa latihan	Jl. Mesat Seni
8.	Velicitta Nanda wijaya	8	Siswa latihan	Jl. Raden Wijaya
9.	Rafa	10	Siswa latihan	Jl. Beringin
10.	Agung Zaki Gibran	10	Siswa latihan	Jl. Permai III

11.	Nizam	10	Siswa latihan	Jl. Dempo Raya
12.	Veli	8	Siswa latihan	Jl. Perumnas Niken
13.	Fiona Panna Devi	9	Siswa latihan	Jl. Kelabat

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan wawancara untuk memperoleh informasi data secara langsung agar data yang telah didapatkan lebih akurat dan banyak, informasi yang telah didapat dari hasil wawancara yaitu tentang pengetahuan narasumber mengenai teknik dasar bulutangkis khususnya pada pukulan *backhand overhead*. Wawancara dilakukan dengan teknik terstruktur, oleh karena itu peneliti mewawancarai menggunakan pedoman wawancara terstruktur yang telah disiapkan oleh peneliti sebelumnya. Maka dari itu peneliti mencari sebuah informasi secara langsung ataupun lisan yaitu dengan cara mewawancarai secara satu persatu informan yang terdiri dari seorang pelatih dan siswa, oleh karena itu jumlah responden wawancara terdiri dari 13 orang yang terdiri dari 1 pelatih dan 12 siswa Bulutangkis PB Buana Sakti Watervang.

Dari analisis yang telah dilaksanakan oleh peneliti berdasarkan data yang telah dikumpulkan dengan melalui wawancara, dapat di ambil kesimpulan bahwa bagaimana gerakan awalan, pelaksanaan, gerakan akhiran pukulan *backhand overhead* yang benar telah menjawab semua dengan benar berdasarkan dari kajian teori dan sumber yang ada. Observasi yang dilakukan dengan mengamati hasil semua masalah yang muncul dengan kasat mata dan secara langsung berdasarkan fakta yang ada, pada data hasil observasi mungkin juga memiliki hubungan kesamaan dengan hasil wawancara, hal inilah yang biasanya memiliki kesamaan ataupun perbedaan

Dari hasil pengamatan observasi yang dilakukan oleh peneliti mengenai gerak teknik dasar pukulan *backhand overhead*. Dan hasil tes kemampuan pada para peserta menunjukkan kualitas yang baik, tetapi tidak semuanya peserta memiliki kemampuan dan hasil yang sama, oleh karena itu ada beberapa peserta cenderung melakukan kesalahan pada suatu gerakan. Dari tabel 1 diatas semua siswa telah melakukannya dengan baik. Ada 4 siswa yang bisa melakukan Pelaksanaan pukulan *backhand overhead* seluruhnya dengan sangat baik dan memperoleh nilai 7 dengan presentase 100%, adapun 2 siswa yang bisa melakukan Pelaksanaan pukulan *backhand overhead* dengan sangat baik dan memperoleh nilai 6 dengan presentase 85,7%, dan juga ada 3 siswa yang bisa melakukan Pelaksanaan pukulan *backhand overhead* dengan cukup baik dan memperoleh nilai 5 dengan presentase 71,4%. Untuk yang terakhir ada 3 siswa yang melakukan Pelaksanaan pukulan *backhand overhead* dengan kurang baik dan mendapat nilai 4 dengan presentase 57,1%.

Dari hasil data diatas para siswa telah melakukan pukulan *backhand overhead*. Ada 6 siswa yang melakukan pukulan *backhand overhead* dengan sangat baik dengan mendapat presentase 30% dan adapun 3 siswa yang melakukan pukulan *backhand overhead* dengan cukup baik dengan mendapat presentase 15% dan terakhir ada 3 siswa yang telah melakukan pukulan *backhand overhead* dengan kurang baik dan mendapat presentase 15%. Dapat diketahui bahwa hampir seluruh siswa telah melakukan pukulan *backhand overhead* dengan benar dan sesuai dengan teori.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti di PB. Buana Sakti watervang, oleh karena itu dapat dideskripsikan mengenai pembahasan dengan berdasarkan tujuan penelitian yaitu mendeskripsikan teknik dasar pukulan *backhand overhead*, oleh karena itu hal ini akan dibahas mengenai hasil dari wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada informan penelitian. Kemudian dari

hasil penelitian yang didapatkan dari informan, lalu peneliti menemukan beberapa temuan mengenai bagaimana teknik dasar pukulan *backhand overhead* peserta bulutangkis PB. Buana Sakti watervang. Dapat diketahui bahwa bagaimana hasil dari wawancara dan observasi pengamatan gerak teknik dasar pukulan *backhand overhead* di kategorikan memiliki suatu kualitas yang baik.

Hal tersebut bisa dilihat dari hasil wawancara, untuk diperkuat dengan pengamatan peneliti melalui observasi, bahwa teknik dasar pukulan *backhand overhead* yang dilakukan peserta PB. Buana Sakti watervang, sesuai dengan kajian teori. Pada saat melakukan awalan teknik dasar pukulan *backhand* gerak yang di hasilkan oleh peserta sesuai dengan apa yang terdapat di sumber dalam kajian teori. Dan juga awalan peserta dilakukan dengan benar.

Selanjutnya saat melakukan awalan teknik dasar pukulan *backhand overhead*, ada dari beberapa peserta terjadi kesalahan pada saat awalan teknik dasar pukulan *backhand overhead*. Peneliti menyatakan bahwa dari kesalahan pelaksanaan teknik dasar pukulan *backhand overhead* oleh beberapa peserta yang masih belum terlalu bisa saat melakukan teknik tersebut terjadi pada cara mendorong kok dengan raket. Memang pada gerak teknik dasar pukulan *backhand overhead* ini cara mendorong kok dengan raket yang seharusnya dilakukan dengan perlahan dan melewati rendah di atas net. Tetapi kenyataannya beberapa peserta tidak melakukan yang sesuai pada sumber kajian teori.

Dapat dilihat pada akhiran teknik dasar pukulan *backhand overhead* dilakukan dengan baik sesuai pada kajian teori dan sumber adapun dari mereka yang melakukannya belum cukup baik. Oleh karena itu hal ini akan dibahas mengenai wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti dengan informan penelitian dimana peneliti melihat sendiri bagaimana para siswa dalam melakukan teknik *backhand overhead* tersebut dengan cara observasi. Dari temuan yang diperoleh dari informan, peneliti mendapat beberapa temuan tentang teknik dasar *backhand overhead* PB. Buana Sakti watervang diantaranya beberapa siswa melakukan dengan sangat baik dan adapun yang masih belum baik dalam melakukan teknik tersebut .

Diketahui bagaimana hasil dari wawancara dan observasi pengamatan gerak teknik dasar pukulan *backhand overhead* di kategorikan memiliki kualitas yang baik. Menurut (Yulianawati, 2017), pukulan yang relatif sulit dilakukan oleh pemain yaitu *backhand*, hal tersebut dikarenakan prinsip pegangan dalam buku *backhand* kurang dikuasai tekniknya. Pukulan *backhand overhead* yang dilakukan peserta sudah dilakukan cukup baik dikarenakan semua peserta telah mengetahui bagaimana awalan, pelaksanaan dan akhiran dalam melakukan pukulan *backhand overhead*. Yaitu pada saat ingin melakukan pukulan *backhand overhead*, yang harus diperhatikan terlebih dahulu memperhatikan posisi memukul menyamping ke arah belakang dimana para siswa harus memperhatikan terlebih dahulu bagaimana posisi saat ingin melakukan pukulan, dan selanjutnya Tahan tangan yang memegang raket ke atas dengan tangan bagian bawah yang paralel ke lantai, jadi dapat memperhatikan menahan tangan pada saat memegang raket di atas dan juga memperhatikan tangan pada bagian bawah.

Untuk kepala raketnya mengarah ke bawah jelas bahwa bagian kepala raket posisinya di bagian bawah. Setelah itu Letakkan berat badan pada kaki belakang yang dominan badan untuk kaki bisa ditopang dengan berat, dengan siku mendahului gerakan mengulurkan tangan harus diperhatikan bahwa bagian siku harus mendahului dimana gerakan tangan saat mengulurkannya. Oleh karena itu untuk raket mengikuti daerah kontak mengarah ke bawah sejajar dengan pengembalian bola raket mengikuti dimana kontak mengarah pada bagian bawah setelah melakukan gerakan mengulurkan tangan

dilanjutkan dengan saat mengembaikan bola. Untuk akhiran Dorong tubuh ke depan dengan kaki yang berada di belakang untuk mendorong tubuh anda kembali ke tengah lapangan dan gunakan pemindahan berat badan untuk menambahkan momentum dan tenaga. Dapat disimpulkan bahwa jangan memanfaatkan tenaga pada pergelangan tangan, dengan berlebihan. karena hanya akan berpengaruh pada arah dan keakuratan pukulan yang akan dilakukan. Oleh karena itu harus memperhatikan bagaimana posisi yang benar saat akan melakukan pukulan *backhand overhead*.

Penelitian ini didukung dengan penelitian sebelumnya oleh (Hendarto et al., 2022) yang berjudul Meningkatkan *Backhand Overhead Clear* Bulutangkis dengan Metode *Drill*. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis dengan metode *drill* untuk atlet putra usia 7-12 tahun.

Backhand overhead clear merupakan pukulan yang sangat sulit dilakukan terutama pada sasaran dengan posisi tubuh yang tidak menghadap ke lawan, sehingga akan mempengaruhi apabila setelah memukul dan mendapat pukulan selanjutnya dari lawan sulit dikembalikan. Pukulan dilakukan dengan punggung tangan menghadap ke net dan punggung badan membelakangi net. Teknik pukulan *overhead* atau disebut pukulan di atas kepala (Lengga et al., 2020).

SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian sesuai dengan data yang diperoleh peneliti, dalam teknik dasar servis pendek bulutangkis di PB. Buana Sakti watervang dari 13 peserta dan 1 pelatih yang mengikuti tes observasi, wawancara dan dokumentasi. ada 6 orang yang melakukan dengan sangat baik dan 3 orang cukup baik dan 3 orang kurang baik; Sesuai dengan data yang diperoleh peneliti, dalam Teknik dasar pukulan *backhand overhead* di PB. Buana Sakti watervang dari 12 peserta yang mengikuti tes observasi, wawancara dan dokumentasi, semua peserta melakukan dengan baik. Maka dapat ditarik kesimpulan bahwa Teknik dasar pukulan *backhand overhead* PB. Buana Sakti watervang, jika ditinjau dari aspek pengamatan berdasarkan kemampuan peserta, bahwa gerak Teknik dasar pukulan *backhand overhead* PB. Buana Sakti watervang memiliki hasil yang baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Al Farisi, M. A. H. (2018). Model Latihan Kelincahan Bulutangkis. *Jurnal Segar*, 7(1), 31–45. <http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/segar/article/view/9201>
- Fatah, F. A., Mulyanto, R., & Nugraha, R. G. (2017). Pengaruh Latihan Dengan Posisi Net Berubah Terhadap Hasil Short Servis Backhand Dalam Bulutangkis. *SpoRTIVE*, 2(1), 31–47. <https://ejournal.upi.edu/index.php/SpoRTIVE/article/view/7794>
- Hamid, A., & Aminuddin, M. (2019). Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Agility Pada Pemain Bulutangkis Pbsi Tanah Laut Usia 12-15. *Multilateral: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(1), 51–55.
- Hendarto, M. H., Januarto, O. B., & Tomi, A. (2022). Meningkatkan Backhand Overhead Clear Bulutangkis Dengan Metode Drill. *Sport Science and Health*. <https://doi.org/10.17977/um062v2i42020p232-238>
- Lengga, S. W., Adi, S., & Fadhli, N. R. (2020). Metode Latihan Drill Untuk Meningkatkan Keterampilan Backhand Overhead Clear Pada Atlet Bulutangkis Usia 8-12 Tahun. *Indonesia Performance Journal*, 4(2), 20–28. <http://journal2.um.ac.id/index.php/jko/article/view/12513>

- Maulina, M. (2018). Profil antropometri dan somatotipe pada atlet bulutangkis. *AVERROUS: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Malikussaleh*, 1(2), 69–74. <https://ojs.unimal.ac.id/averrous/article/view/413>
- Nurdwi, H. S. K. (2019). *Tingkat keterampilan Teknik Dasar Servis Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Pb. Karsa Mandiri Makassar*. UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR. <http://eprints.unm.ac.id/13912/>
- Song, X., Peng, Y., Hu, B., & Liu, W. (2020). Characterization of the fine hand movement in badminton by a smart glove. *Instrumentation Science and Technology*. <https://doi.org/10.1080/10739149.2020.1737814>
- Subarkah, A., & Marani, I. N. (2020). Analisis Teknik Dasar Pukulan Dalam Permainan Bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 5(2), 106–114. <https://doi.org/10.24036/MensSana.050220.02>
- Yuliawan, D. (2017). *Bulu tangkis dasar*. Deepublish.
- Zarwan, Arsil, & Sefri Hardiansyah. (2018). Studi tentang Kemampuan Teknik Dasar Bulutangkis Siswa Sekolah Dasar. *Majalah Ilmiah UPI YPTK*, 25(1), 149–158. <https://doi.org/10.35134/jmi.v25i2.40>