

Pengaruh Latihan Servis Pendek, Servis Panjang dengan Metode *Super Set System* Terhadap Keterampilan Servis Bulu Tangkis Pada Mahasiswa Semester VIII Universitas Doktor Nugroho Magetan

¹Bayu Purwo Adhi, ²Muhammad Alfin, ³Arif Rahman

^{1,2,3}*Universitas Doktor Nugroho Magetan,*

^{1,2,3}*Magetan, Indonesia,*

E-mail: ¹rohmad@udn.ac.id, ²bayupurwoadhi@udn.ac.id

Abstrak--- Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh antara servis pendek, servis panjang terhadap keterampilan servis bulu tangkis pada mahasiswa semester VIII Universitas Doktor Nugroho Magetan Tahun 2021.

Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu tes yang meliputi *Pre-test*, *post-test* dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan yaitu statistik uji normalitas, homogenitas dan uji t.

Berdasarkan pengolahan dan analisis data yang dilakukan, serta hasil uji prasarat yaitu uji normalitas yang dilakukan untuk kedua sampel yaitu sampel kelas kontrol dan sampel kelas *eksperimen* dinyatakan kedua sampel tersebut berdistribusi normal. Berdasarkan hasil uji homogenitas yang dilakukan adalah 0,886 lebih besar dari 0,05, varian kedua sampel dinyatakan homogen, maka dilakukan uji hipotesis menggunakan uji t dengan hasil yang diperoleh Nilai sig (*2-tailed*) 0,993 > 0,05. Maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan terhadap latihan servis pendek, servis panjang dengan metode *super set system* terhadap keterampilan servis bulu tangkis pada mahasiswa semester VIII Universitas Doktor Nugroho Magetan Tahun 2021.

Kata Kunci--- *Servis Pendek, Servis Panjang, Metode Super Set System Keterampilan Servis Bulu Tangkis.*

I. PENDAHULUAN

Olahraga bulu tangkis merupakan salah satu kegiatan di kalangan masyarakat yang diikuti menunjang terbentuknya manusia, yang tidak saja sehat jasmani dan rohani, serta gemar olahraga semata-mata melainkan juga dengan satu cita-cita yaitu untuk mengharumkan nama harkat dan derajat Negara Republik Indonesia di mata bangsa-bangsa yang ada didunia ini. Pada dasarnya bulu tangkis ialah olahraga yang memainkan bola bulu tangkis atau *shuttlecock* dengan menggunakan raket. Tujuan utama dari permainan ini ialah untuk memukul *shuttlecock* melewati net/jaring ke arah lapangan lawan dan berusaha mematikan permainan lawan agar tidak dapat mengembalikan pukulan melewati net/jaring. Selain itu, olahraga ini merupakan salah satu permainan yang saling memperebutkan skor/poin yang tentunya harus dilakukan sesuai dengan aturan yang sudah ditetapkan. Untuk bisa mendapatkan skor/poin pemain harus cepat

dalam mengontrol *shuttlecock*. Internet. Jurnal Kesehatan Olahraga.

Dari beberapa pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa bulu tangkis/*badminton* merupakan olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat umum di seluruh Dunia tanpa memandang umur dan status sosial.

Bentuk latihan yang menyenangkan dan menarik diharapkan mampu membuat mahasiswa bersemangat dalam mengikuti kegiatan latihan bulu tangkis di Universitas Doktor Nugroho Magetan, untuk dapat meningkatkan ketepatan servis pendek dan servis panjang. Jika dosen pembimbing memberikan berbagai macam metode latihan dengan permainan, akan membuat mahasiswa bersemangat untuk bergerak aktif dan sekaligus memberikan kesempatan pada mahasiswa untuk mendapatkan hal baru dari metode latihan dengan permainan. Peneliti ingin membantu pelatih dalam melakukan latihan servis pendek, servis panjang berupa permainan target.

Untuk mengatasi masalah aktivitas mahasiswa dalam melakukan salah satu latihan tersebut, maka perlu adanya suatu penelitian sebagai upaya penanggulangannya dengan judul “Pengaruh Latihan Servis Pendek, Servis Panjang, Dengan Metode *Super Set System* Terhadap Keterampilan Servis Servis Bulu Tangkis pada Mahasiswa Semester VIII Universitas Doktor Nugroho Magetan”.

II. METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *experiment*. Populasi penelitian ini adalah khususnya mahasiswa semester VIII yang mengikuti mata kuliah bulu tangkis di Universitas Doktor Nugroho Magetan Tahun 2018. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total* sampling, yaitu mengambil keseluruhan anggota populasi yang ada sebanyak 38 orang dijadikan sampel penelitian, sehingga peneliti ini tergolong peneliti populasi.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu teknik tes dan pengukuran. Tes yang dilakukan ialah tes ketrampilan servis pendek dan servis panjang terhadap ketrampilan servis bulu tangkis yang diberikan sebelum dan sesudah *treatment*. Tes ini dilaksanakan 2 kali yaitu tes awal dan tes akhir. Pelaksanaan *eksperimen* dan pengembalian data penelitian dalam skripsi atau karya ilmiah ini yaitu di GOR UDN Magetan.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Hal ini dapat dijelaskan bahwa kelompok servis pendek, lebih baik dari kelompok servis panjang, pada mahasiswa semester VIII UDN Magetan. Pengaruh latihan servis pendek, servis panjang dengan metode *super set system* terhadap keterampilan servis bulu tangkis pada mahasiswa semester VIII UND Magetan. Maka dapat disimpulkan bahwa dengan metode *super set system*, berpengaruh untuk servis panjang bulu tangkis.

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dengan judul Pengaruh Latihan Servis Pendek, Servis Panjang Dengan Metode *Super Set System* Terhadap Keterampilan Servis Bulu Tangkis pada Mahasiswa Semester VIII UDN Magetan Tahun 2018, maka dapat disimpulkan bahwa hasil pengujian di atas membuktikan bahwa nilai signifikansi. (*2-tailed*) pada Pada tabel hasil pengujian normalitas di atas, di jelaskan bahwa nilai sig *2-tailed*, kelompok 1 tes awal servis pendek $0,280 > 0,05$, dan nilai sig *2-tailed* kelompok 2 tes akhir servis pendek $0,485 > 0,05$. Sedangkan Nilai sig *2-tailed*, kelompok 1 tes awal servis panjang $0,217 > 0,05$, dan nilai sig *2-tailed*, kelompok 2 tes akhir servis panjang $0,105 > 0,05$. (*2-tailed*) $0,858$ lebih besar dari $0,05$, maka dapat dijelaskan bahwa data pada setiap kelompok ini adalah homogen. Kesimpulan dari uji t, perbedaan yang dilakukan untuk mencari tahu pengaruh antara variabel bebas dan variabel terikat, dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima, karena syarat pengujiannya jika nilai Signifikansi. (*2-tailed*) kurang dari $0,05$, maka hipotesis diterima, karena nilai signifikansi. (*2-tailed*) dalam hasil pengujian dalam penelitian ini adalah $.993$

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilakukan dengan judul Pengaruh Latihan Servis Pendek, Servis Panjang Dengan Metode *Super Set System* Terhadap Keterampilan Servis Bulu Tangkis pada Mahasiswa Semester VIII UDN Magetan Tahun 2018, maka dapat disimpulkan hasil pengujian di atas membuktikan bahwa nilai signifikansi. (*2-tailed*) pada Pada tabel hasil pengujian normalitas di atas, di jelaskan bahwa nilai sig *2-tailed* kelompok 1 tes awal servis pendek $0,280 > 0,05$, dan nilai sig *2-tailed* kelompok 2 tes akhir servis pendek $0,485 > 0,05$. Sedangkan Nilai sig *2-tailed* kelompok 1 tes awal servis panjang $0,217 > 0,05$, dan nilai sig *2-tailed* kelompok 2 tes

akhir servis panjang $0,105 > 0,05$. (*2-tailed*) 0,858 lebih besar dari 0,05 maka dapat dijelaskan bahwa data pada setiap kelompok ini homogen. Kesimpulan dari uji t perbedaan yang dilakukan untuk mencari tahu hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, dapat disimpulkan bahwa H_1 diterima, karena syarat pengujiannya jika nilai Signifikansi. (*2-tailed*) kurang dari 0,05 maka hipotesis diterima, karena nilai signifikansi. (*2-tailed*) dalam hasil pengujian dalam penelitian ini adalah .993.

DAFTAR PUSTAKA

- Fenanlampir, A. (2011). *Berolahraga Dengan Berkarakter*. Surabaya: PT. Java Pustaka.
- Aksan Herman. 2012. *Mahir bulu tangkis*. Nuansa cendekia.
- Arikunto Suharsini. 2013. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta : rineka cipta.
- Joni Darman. 2012. *Pengaruh Latihan Beban Engkel Terhadap Pukulan Long Forehand Dalam Permainan Bulu Tangkis. Tanjung Solok Kecamatan Kuala Jambi Jurnal Cerdas Sifa* (<https://julajoulaa.wordpress.com/2012/09/06/peralatan-permainan-bulu-tangkis/>) diunduh 20 juni 2018.
- Sugiyono. 2017 *statistik untuk penelitian*. Banung: alfabEta.
- Sutrisno. 2011. *Bermain bulu tangkis berprestasi*. Cv aneka ilmu.
- Tumin atmadi Usman H.2010. *Kejar bulu tangkis*. Rineka jakarta :rineka cipta.