

---

## TINGKAT KEMAMPUAN PUKULAN *SERVICE* PENDEK *BACKHAND* DAN PUKULAN *FOREHAND* BULUTANGKIS MAHASISWA PJKR UNUGIRI

Rohmad Apriyanto, Ahmad Fahrudi, Adi S, Hilmy Aliriad, dan Mohamad Da'i

Universitas Nahdlatul Ulama Sunan Giri, Indonesia  
Email: rohmadaapriyanto87@gmail.com

---

### Info Artikel

#### Sejarah Artikel:

Diserahkan 31 Januari 2023  
Direvisi 25 Mei 2024  
Disetujui 25 Mei 2024

#### Keywords:

*service,*  
*backhand,*  
*forehand,*  
*bulutangkis*

### Abstract

*The purpose of this study is to determine the level of ability of service punches and badminton forehand punches of PJKR unugiri class 2020 A students that the skill of service punches and forehand punches of PJKR Unugiri class 2020 A students has a good level of ability.*

*The method used in this research is a quantitative descriptive method with research instruments of service punches and badminton forehand punches, demgam the number of research samples as many as 29 students of class 2020 A, The data analysis technique used in this study is descriptive statistics with a percentage formula.*

*The results of the service punch research there are 11 students with a percentage of 40% have good skills and 30% have a very good level of ability, As for the forehand punch, there are 8 students with a percentage of 35% having a very good and good level of ability.*

### Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan servis dan pukulan forehand bulutangkis mahasiswa PJKR unugiri kelas 2020 A bahwa keterampilan pukulan servis dan pukulan forehand mahasiswa PJKR Unugiri kelas 2020 A memiliki tingkat kemampuan baik.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kuantitatif.

dengan instrument penelitian pukulan servis dan pukulan forehand bulutangkis, dengan jumlah sampel penelitian sebanyak 29 mahasiswa kelas 2020 A, Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan rumus persentase.

Hasil penelitian pukulan servis terdapat 11 mahasiswa dengan prosentase sebesar 40% memiliki kemampuan baik dan 30% memiliki tingkat kemampuan baik sekali, sedangkan untuk pukulan forehand terdapat 8 mahasiswa dengan prosentase 35% memiliki tingkat kemampuan baik sekali dan baik.

## PENDAHULUAN

Proses aktivitas pembelajaran harus melibatkan seluruh aspek psikofisis mahasiswa, baik jasmani maupun rohani sehingga akselerasi perubahan perilakunya dapat terjadi secara tepat, cepat, mudah dan benar (Widati, 2016). Aktivitas olahraga merupakan bagian dari aktivitas fisik. Secara umum aktivitas fisik dibagi menjadi 3 yaitu aktivitas fisik harian, latihan fisik, dan aktivitas olahraga (RI, 2016). Manfaat olahraga untuk meningkatkan kerja dan fungsi jantung, paru dan pembuluh darah yang ditandai dengan denyut nadi istirahat menurun, penumpukan asam laktat berkurang, meningkatkan HDL kolesterol, mengurangi aterosklerosis. Sedangkan menurut Aguss (2020) olahraga merupakan alat pemersatu bangsa yang dapat membentuk karakter individu ataupun kolektif, serta mendinamiskan sektor-sektor pembangunan lainnya merupakan potensi yang dimiliki olahraga.

Senada dengan pernyataan (Sudibyo & Nugroho, 2020) olahraga merupakan bagian dari kehidupan serta salah satu dari kebutuhan jasmani yang penting bagi manusia. Yang memiliki tujuan untuk mengembangkan kemampuan jasmani, rohani, dan sosial serta membentuk watak dan kepribadian bangsa yang bermanfaat (Mahfud & Fahrizqi, 2020). Kesehatan tubuh juga mengadakan kecerdasan yang sangat krusial kepada keterampilan langkah sehari-hari seseorang tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan, bahkan mampu mengerjakan program latihan selanjutnya. Melalui langkah jasmani yang tertuju dan dilakukan secara kontinyu akan berdampak pada kesehatan tubuh (Hardiyono, 2020). Menjaga kebugaran jasmani dan daya tahan tubuh tentunya harus dilakukan dengan rutin berolahraga (Fahrizqi, 2018).

Bulutangkis ialah olahraga yang banyak disukai oleh masyarakat. Olahraga ini telah dikenal oleh masyarakat dari masyarakat kota hingga masyarakat pedesaan. Hal yang banyak ditemui ialah saat di lingkungan sekolah bulutangkis merupakan bagian dari kurikulum pembelajaran Pendidikan jasmani di satuan pendidikan sebagai kegiatan permainan bola kecil. (Panuntun et al., 2022). Sedangkan menurut (Aguiar et al., 2018) bulutangkis ialah satu dari sekian olahraga menarik yang dapat dimainkan oleh siapa saja tanpa memandang usia, keterampilan permainan yang baik merupakan syarat yang harus dikuasai oleh pria dan Wanita agar dapat memainkan permainan ini dengan baik. Penulis lain mengatakan bahwa bulutangkis merupakan permainan yang mudah

dipahami dari segi aturan, dan dapat dimainkan di area yang relatif kecil (Gazali & Cendra, 2019). Sesuai yang disampaikan oleh (Vora et al., 2019) yang mengatakan keterampilan bulutangkis dapat digambarkan seperti alat yang digunakan dalam pembelajaran yang berkaitan dengan pelatihan (pengalaman) yang berdampak pada perubahan sikap yang baik dalam bentuk gerak terampil dari seseorang. Secara umum, gerak dasar dalam permainan badminton bisa dibagi menjadi empat bagian, yaitu (1) pegangan (*grips*) (2) sikap siap (*stance* atau posisi siap), (3) langkah kaki (*footwork*), dan (4) pukulan (*stroke*). Sedangkan menurut Nobusako et al., (2018) permainan bulutangkis membutuhkan koordinasi mata dan tangan yang baik pada setiap orang atau pemain bulu tangkis. Dari beberapa pemaparan ahli di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bulutangkis merupakan permainan yang sangat populer di semua kalangan dan agar dapat memainkan permainan tersebut dengan baik seseorang perlu menguasai beberapa teknik dasar dari permainan bulutangkis itu sendiri.

*Servis* pendek yaitu *servis* dengan mengarahkan 2 *shuttlecock* dengan tujuan kedua sasaran yaitu ke sudut titik perpotongan antara garis *servis* di depan dengan garis tengah dan garis *servis* dengan garis tepi, sedangkan jalannya *shuttlecock* menyusul tipis melewati net (Datukramat & Jusrianto, 2020). Dalam permainan bulu tangkis, *servis* merupakan modal awal untuk bisa memenangi pertandingan (Aksan, 2012). Pukulan *Forehand* merupakan pukulan yang dimana, pukulan yang Pegangan raket harus di telapak tangan dan jari-jari tangan kanan. Jari telunjuk harus sedikit terpisah dengan jari lainnya. Tergantung pada pegangan raket, ibu jari melingkar di sisi kiri. Jari-jarinya relatif berjauhan. Genggaman ini seperti tangan yang berjabat tangan (Singh & Mishra, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Saragih (2022) mengenai survey kemampuan servis pendek bulu tangkis pada club Asjad didapatkan hasil 44% dalam kategori baik dan 50% dalam kategori sedang (Saragih et al., n.d.). Penelitian yang dilakukan oleh Rahman (2022) yaitu upaya meningkatkan hasil belajar servis pendek bulu tangkis melalui variasi target, hasil penelitian pada siklus I didapatkan hasil 31% siswa yang tuntas, di siklus II 100% siswa tuntas hasil belajar servis pendek bulu tangkis (Rahman et al., 2022). Penelitian yang dilakukan oleh Priyangga (2016) mengenai tingkat kemampuan servis pendek forehand hasil penelitiannya yaitu



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mengidentifikasi kecenderungan kemampuan servis pendek *Backhand* dan Pukulan *Forehand* dilakukan dengan pengkategorian menjadi lima kategori yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Hasil analisis terhadap kemampuan servis pendek *Backhand* dan Pukulan *Forehand* mahasiswa PJKR unugiri kelas 2020 A dapat disimpulkan sebagai berikut.

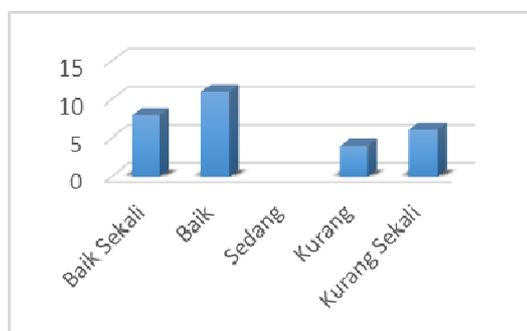
### Servis Pendek *Backhand*

Servis pendek *Backhand* dilakukan dengan pengkategorian menjadi lima kriteria yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan kecenderungan mengenai Servis pendek *Backhand* dapat dilihat pada tabel berikut ini.

**Tabel 2. Servis Pendek *Backhand***

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	>80	Baik Sekali	8	30%
2	66,70-80	Baik	11	40%
3	50-66,70	Sedang	3	10%
4	40-50	Kurang	4	10%
5	≤40	Kurang Sekali	6	20%
			<b>29</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas, tampak bahwa Servis pendek *Backhand* mahasiswa PJKR unugiri kelas 2020 A adalah kategori baik sekali sebanyak 8 mahasiswa dengan presentase sebesar 30%, kategori baik sebanyak 11 mahasiswa dengan presentase sebesar 40%, kategori sedang sebesar 3 mahasiswa dengan presentase sebesar 10%, kategori kurang sebanyak 4 mahasiswa atau sebesar 10%, dan siswa yang masuk kedalam kategori kurang sekali sebanyak 6 mahasiswa atau sebesar 20%. Berdasarkan perhitungan tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa Servis pendek *Backhand* mahasiswa PJKR Unugiri masuk dalam kategori baik sebanyak 11 mahasiswa atau dengan persentase 40%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini.



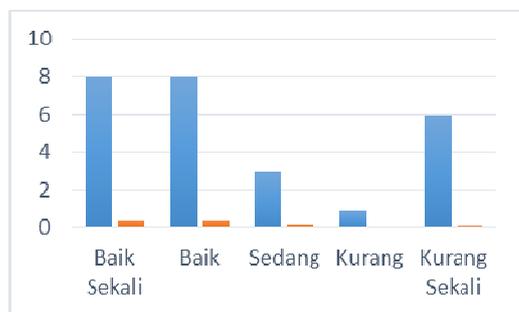
**Gambar 2. Diagram Servis Pendek *Backhand***

### Pukulan *Forehand*

Dalam rangka mengidentifikasi pukulan *Forehand* dilakukan dengan pengkategorian menjadi lima kriteria yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Perhitungan mengenai Pukulan *Forehand* dapat dilihat pada tabel berikut ini:

No	Nilai	Kategori	Jumlah	Prosentase
1	>80	Baik Sekali	8	35%
2	66,70-80	Baik	8	35%
3	50-66,70	Sedang	3	20%
4	40-50	Kurang	1	3%
5	≤40	Kurang Sekali	6	7%
			<b>29</b>	<b>100%</b>

Dari tabel diatas, tampak bahwa pukulan *Forehand* mahasiswa PJKR unugiri adalah kategori baik sekali sebanyak 8 mahasiswa dengan presentase sebesar 35%, kategori baik dengan jumlah mahasiswa sebanyak 8 dengan presentase sebesar 35%, kategori sedang dengan jumlah mahasiswa sebanyak 3 dengan presentase sebesar 20%, kategori kurang sebanyak 1 siswa atau sebesar 3%, dan mahasiswa yang masuk kedalam kategori kurang sekali sebanyak 6 siswa atau sebesar 7%. Berdasarkan perhitungan di atas maka dapat disimpulkan bahwa smash peserta ekstrakurikuler bulutangkis masuk dalam kategori baik sebanyak 8 siswa atau 35%. Hal ini dapat diperjelas dengan histogram di bawah ini.



**Gambar 3. Diagram Pukulan *Forehand***

Berdasarkan hasil analisis pukulan Servis pendek *Backhand* dan pukulan *Forehand* bulutangkis mahasiswa PJKR Unugiri kelas 2020 A menggunakan tes kemampuan servis pendek sebagian besar memiliki kemampuan baik sebanyak 11 mahasiswa dengan prosentase sebesar 40%. Hasil tersebut dapat diartikan bahwa kemampuan servis pendek mahasiswa PJKR Unugiri kelas 2020 A memiliki tingkat kemampuan yang Baik, terlepas dari beberapa mahasiswa yang masih memiliki tingkat kemampuan servis di bawah rata-rata.

Merujuk dari hasil penelitian dapat dijelaskan bahwa keterampilan servis pendek dan kemampuan pukulan forehand masuk dalam kategori baik, namun ada beberapa mahasiswa yang masih memiliki tingkat kemampuan kurang bahkan ada yang memiliki tingkat kemampuan kurang sekali. Hal ini dipengaruhi oleh beberapa sebab diantaranya aktifitas fisik yang dilakukan oleh mahasiswa sebelumnya dan kurang seriusnya beberapa mahasiswa dalam melaksanakan tes tersebut.

Hasil penelitian keterampilan pukulan servis pendek dan pukulan forehand bulutangkis, jika dilihat dari kondisi sarana dan prasarana olahraga, kondisi sarana dan prasarana cukup mendukung. faktor-faktor yang mempengaruhi servis pendek dan pukulan forehand mahasiswa PJKR unugiri kelas 2020 A di antaranya sebagai berikut.

*Pertama*, faktor mahasiswa. Mahasiswa sebagai individu yang sedang menimba ilmu di perguruan tinggi memiliki tanggung jawab untuk menyelesaikan tuntutan akademik yang diberikan (Rahmadanti et al., 2023). Mahasiswa merupakan subjek belajar, sehingga segala bentuk aktifitas fisik mungkin tidak terkontrol, banyaknya aktifitas yang dilakukan mahasiswa akan membuat kondisi fisik berubah-ubah sehingga hasil penelitian mungkin tidak akan sesuai seperti yang diharapkan, namun peneliti selalu berusaha untuk mendapatkan hasil yang

maksimal dan yang sebenar-benarnya. Mahasiswa diwajibkan untuk melakukan pendidikan dengan serius. Pendidikan merupakan usaha yang dilakukan secara sadar oleh individu untuk mengembangkan setiap potensi yang ada dalam dirinya (Devi et al., 2019). Di samping faktor fisik faktor kurangnya keseriusan juga menjadi hal yang mempengaruhi kemampuan teknik pukulan servis sehingga banyak dari mahasiswa memiliki tingkat kemampuan servis dan pukulan *forehand* di bawah rata-rata.

*Kedua*, faktor lingkungan. Dukungan dari lingkungan sekitar juga mendorong keberhasilan pembelajaran. Suatu sekolah akan tercipta suasana kondusif apabila lingkungan sekitar ikut berupaya dan menjaga suasana dan kenyamanan sehingga kegiatan belajar mengajar dapat terlaksana dengan baik. Aspek atau faktor lain yang turut berpengaruh yaitu dukungan atau perhatian yang diberikan orang tua (Amelia Yessica et al., 2024). Peran orang tua sangatlah penting bagi kemajuan tumbuh kembang anak, termasuk dalam dunia pendidikan. Dukungan orang tua adalah motivasi besar bagi seorang anak (Yulianti et al., 2022).

Perbandingan berdasarkan penelitian-penelitian sebelumnya bahwa ada beberapa kondisi faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kemampuan teknik pukulan servis pendek pada cabang olahraga bulu tangkis. Dibeberapa kondisi tingkat kemampuan servis memiliki rata-rata yang pada kategori baik dengan didominasi faktor internal dan eksternal dimana penelitian itu dilakukan. Peran media dalam meningkatkan motivasi belajar dan latihan dalam suatu cabang olahraga. Peran lingkungan dalam mendukung seperti pesan-pesan moral dari atlet cabang olahraga yang sedang disukai masyarakat pada masanya.

#### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diatas dapat diambil beberapa kesimpulan yaitu, *pertama*, kemampuan servis pendek bulutangkis mahasiswa PJKR Unugiri kelas 2020 A sebagian besar berkategori baik sebanyak 11 mahasiswa (40%). *Kedua*, kemampuan pukulan *Forehand* bulutangkis mahasiswa PJKR Unugiri kelas 2020 A sebagian besar berkategori baik dan baik sekali sebanyak 8 mahasiswa (35%).

#### SARAN

Saran berdasarkan hasil penelitian untuk pendidik dalam mata kuliah bulu tangkis yaitu

perlu diberikan stimulus rangsangan terhadap mahasiswa dalam meningkatkan kompetensi terutama dalam hal kemampuan teknik pukulan servis pendek. Tentunya lulusan mahasiswa dapat berperan lebih di masyarakat ketika memiliki kompetensi sesuai dengan capaian luaran program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Aguiar, M., Botelho, G., & Carlos Lago, V. (2018). Power, Explosive Can, Training Enhance, Significantly. *Journal Sport Health*, 18(4), 17–32.
- Aguss, R. M. (2020). Pengembangan Model Permainan Sepatu Batok untuk Pembelajaran Sepak Bola Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan Siswa Sekolah Dasar. *SPORT-Mu: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 1(01), 43–53. <https://doi.org/10.32528/sport-u.v1i01.3052>
- Aksan, H. (2012). *Mahir Bulu Tangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Amelia Yessica, Muhammad Rizal, & Austin, D. (2024). Peran Penting Lingkungan Sekolah dan Dukungan Orang Tua dalam Melanjutkan Pendidikan. *Inopendas*, 7(1), 58–64. <https://jurnal.umk.ac.id/index.php/pendas/article/view/12007/4491>
- Ardyanto, S. (2018). Peningkatan Teknik Servis Pendek Pada Bulutangkis Melalui Media Audio Visual. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 4(3).
- Datukramat, Z. A., & Jusrianto, A. S. (2020). Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan Service Backhand Dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Kelas VIII SMP N 1 Kota Sorong. *Unimuda Sport Jurnal*, 1(1), 1–5.
- Devi, L., Pudjawan, K., & Suranata, K. (2019). Pengaruh Model NHT Berbantuan Kartu Pertanyaan Kontekstual Terhadap Hasil Belajar IPA Siswa Kelas III. *INOPENDAS: Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 2(2), 61–70.
- <https://doi.org/10.24176/jino.v2i2.3489>
- Fahrizqi, E. B. (2018). Hubungan Panjang Tungkai, Power Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki dengan Kemampuan Passing Pada Pemain Unit Kegiatan Mahasiswa Olahraga Futsal Perguruan Tinggi Teknokrat. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 2(1), 32–42.
- Gazali, N., & Cendra, R. (2019). Short Badminton Service Construction Test in Universitas Islam Riau Penjaskesrek Students. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 6(1), 1–5. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v6i1.1982>
- Hardiyono, B. (2020). Tingkat Kecemasan Sebelum Bertanding Dan Percaya Diri Pada Saat Bertanding Atlet Pelatda Pengprov FPTI Sumatera Selatan. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 47–54.
- Mahfud, I., & Fahrizqi, E. B. (2020). Pengembangan Model Latihan Keterampilan Motorik Melalui Olahraga Tradisional Untuk Siswa Sekolah Dasar. *Sport Science and Education Journal*, 1(1).
- Nobusako, S., Sakai, A., Tsujimoto, T., Shuto, T., Nishi, Y., Asano, D., Furukawa, E., Zama, T., Osumi, M., Shimada, S., Morioka, S., & Nakai, A. (2018). Deficits in Visuo-Motor Temporal Integration Impacts Manual Dexterity in Probable Developmental Coordination Disorder. *Frontiers in Neurology*, 9(MAR). <https://doi.org/10.3389/fneur.2018.00114>
- Panuntun, J. B., Soegiyanto, S., & Sulaiman, S. (2022). The Effect of Exercise Methods and Leg Muscle Power on Agility Badminton Player at PB Satria Club Tegal Regency in 2021. *Journal of Physical Education and Sports*, 11(1), 134–142.
- Rahmadanti, A. D., Lubis, F. Y., & Yudiana, W. (2023). Prokrastinasi Akademik Pada Mahasiswa Bidikmisi: Area Dan Faktor Prokrastinasi. *Refleksi Edukatika : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 13(2), 218–229. <https://doi.org/10.24176/re.v13i2.8892>

- Rahman, I., Munandar, W., & Walinga, A. N. T. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Pendek Backhand Dalam Permainan Bulutangkis Melalui Variasi Target Pada Siswa. *Indonesian Journal of Physical Activity*, 2(2), 51–60.
- RI, Kementerian Kesehatan. (2016). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. *Pedoman Umum Gizi Seimbang, Jakarta (ID): Direktorat Jenderal Bina Kesehatan Masyarakat*.
- Saragih, A. P. P., Supriatna, E., & Rubiyatno, R. (2022). Survey Pukulan Servis Backhand (Servis Pendek) Bulutangkis Pada Club Asjad Kota Pontianak. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa (JPPK)*, 11(3).
- Singh, A. P., & Mishra, V. B. (2020). A Biomechanical Analysis of Badminton Forehand Service. *Chart*, 140, 160.
- Sudibyo, N. A., & Nugroho, R. A. (2020). Survei Sarana Dan Prasarana Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Pada Sekolah Menengah Pertama Di Kabupaten Pringsewu Tahun 2019. *Journal Of Physical Education*, 1(1), 18–24.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. ALVABETA.
- Vora, M., Ranawat, D., & Arora, M. (2019). Stability in Badminton Players-A Review. *Advances in Orthopedics and Sports Medicine*, 2019(01), 1.
- Wibawa, K. P. (2016). Tingkat Kemampuan Servis Pendek Forehand Dan Kemampuan Smash Bulutangkis Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bulutangkis SMP N 32 Purworejo. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 5(4).
- Widati, S. (2016). Pembelajaran Teknik Jigsaw Untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Apresiasi Tari Kelompok Daerah Setempat di SMP 1 Wiradesa. *Refleksi Edukatika : Jurnal Ilmiah Kependidikan*, 5 (1), 1–23. <https://doi.org/10.24176/re.v5i1.442>
- Yulianti, I. H., Septianing Putri, D., Silvi Handayani, M., & Setiawaty, R. (2022). *Seminar Nasional LPPM UMMAT Pengaruh Perhatian Orang Tua Terhadap Motivasi Belajar Siswa Kelas III SD N Karangsembung 02 Nusawungu, Kabupaten Cilacap*. 1, 4–8.