

ABSTRAK

PENGARUH MODIFIKASI KETINGGIAN NET TERHADAP KETEPATAN SMASH BULUTANGKIS PB. PAHLAWAN JAYA SUMENEP (Studi Pada Usia 7 – 12 Tahun)

ABDUN NUR KHALISH

Kata Kunci: Modifikasi, Ketinggian, Net, Bulutangkis, Atlet Usia Dini, Latihan.

Salah satu teknik dasar bulutangkis yang banyak digunakan untuk mematikan permainan lawan adalah *smash*. *Smash* adalah salah satu jenis pukulan *overhead* yang keras, diarahkan ke bawah yang kuat, dan merupakan jenis pukulan yang digunakan sebagai bentuk penyerangan kepada lawan. Kemampuan *smash* sangat baik untuk dikuasai oleh setiap pemain bulutangkis karena merupakan sebuah senjata serangan yang paling ampuh bagi lawan-lawannya. Oleh karena itu, maka dibuat suatu program latihan *smash* yang sesuai dengan karakteristik atlet (atlet usia dini). Untuk atlet usia dini, salah satu kendala yang dihadapi dalam melakukan gerakan *smash* adalah faktor ketinggian net (ukuran dewasa) yang tidak sesuai dengan bentuk fisiknya, sehingga ketika melakukan gerakan teknik *smash* yang diajarkan tidak dapat langsung terlihat hasilnya karena *shuttlecock* sering terhalang oleh net. Oleh karena itu, agar atlet dapat lebih mudah menguasai teknik dasar dengan baik maka perlu adanya latihan dengan modifikasi ketinggian net.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memperoleh gambaran secara empirik: pengaruh latihan dengan memodifikasi ketinggian net terhadap keterampilan *smash* dalam bermain bulutangkis. Sasaran penelitian ini adalah pemain bulutangkis PB Pahlawan Jaya Sumenep usia 7 – 12 tahun yang berjumlah 30 anak. Metode dalam analisa ini menggunakan metode statistik deskriptif kuantitatif dan komparatif, sedangkan proses pengambilan data dilakukan dengan melakukan tes ketepatan *smash*.

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan: Latihan modifikasi ketinggian net ternyata berpengaruh signifikan terhadap ketepatan *smash* atlet bulutangkis PB.Pahlawan Jaya Sumenep usia 7 – 12 tahun. Hal ini berdasarkan pada hasil uji t menunjukkan bahwa nilai $t_{hitung} 10,638 > \text{nilai } t_{tabel} 2,045$. Hasil latihan selama 6 minggu memberikan peningkatan ketepatan *smash* atlet sebesar 14,57% dengan rincian tahapan peningkatan pada setiap minggunya sebagai berikut: pada minggu II terjadi peningkatan sebesar 2,37%; pada minggu III mengalami peningkatan sebesar 4,19%; pada minggu IV mengalami peningkatan sebesar 6,19%; pada minggu V mengalami peningkatan sebesar 9,29%; dan pada minggu VI mengalami peningkatan sebesar 14,57%.