



---

## MODEL LATIHAN DROPSHOT PADA ANAK KELOMPOK UMUR 8-11 TAHUN P.B SRIKANDI

BANDAR LAMPUNG

**Fitri Yolanda**

*Universitas Teknokrat Indonesia*

[Fitriyolanda@gmail.com](mailto:Fitriyolanda@gmail.com)

---

**Received:** 1 Juli 2021

**Accepted:** 1 Juli 2021

**Publish:** 1 Juli 2021

---

### Abstrak

Bulutangkis adalah cabang olahraga yang termasuk kedalam kelompok olahraga permainan. Dalam permainan bulutangkis ada beberapa jenis-jenis pukulan yang harus dikuasai oleh seorang pemain bulutangkis antara lain *servis* yang terdiri dari *short service forehand*, *long servis forehand*, dan *short service forehand*, pukulan *lob*, *dropshot*, *smash*, *netting*, *backhand*, *forehand* dan *drive*. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan pukulan *dropshot*, selain itu untuk mengetahui model latihan yang di terapkan layak digunakan dan dikembangkan dengan efektif, dan dapat meningkatkan keterampilan pukulan *dropshot* untuk anak kelompok umur 8-11 tahun. Penelitian ini menggunakan penelitian metode eksperimen. Metode eksperimen adalah suatu metode mengajar yang dilakukan suatu percobaan tentang sesuatu hal, mengamati prosesnya dan menyimpulkan hasil dari percobaan. Sampel dalam penelitian ini semua anak kelompok umur 8-11 tahun di PB. Srikandi yang berjumlah 20 anak. Data didapatkan setelah menentukan topik masalah, sampel, pre tes, *treatment*, post test, dan terakhir olah data.

Dari hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil-hasil analisis data yang telah dikemukakan. Berdasarkan pengujian menghasilkan kesimpulan analisis yaitu (1) ada pengaruh yang signifikan pada tes awal dan tes akhir setelah pemberian *treatment* 30 model latihan pukulan *dropshot* pada anak kelompok umur 8-11. (2) tidak ada perbedaan hasil test akhir



pada anak kelompok umur 8-11 tahun pada anak laki-laki dan perempuan yang signifikan pada hasil akhir maka sebaran data dinyatakan homogen pada uji homogenitas karena  $>0.05$ .

**Kata Kunci: Bulutangkis, Pengaruh Model Latihan *Dropshot*.**

## PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu kegiatan paling populer dalam hidup, olahraga adalah kebutuhan hidup tidak bisa menyerah kegiatan olahraga harus dilakukan secara terus menerus dan serasi, aktivitas terlepas dari ras, agama atau tingkat sosial, siapa pun dapat bermain olahraga (Aprilianto & Fahrizqi, 2020).

Dalam permainan bulutangkis pemain berusaha untuk menjatuhkan *shuttlecock* ke daerah permainan lawan untuk mendapatkan *point*. Bulutangkis menggunakan sistem *rally point* dalam pengumpulan angka yaitu permainan akan langsung mendapatkan poin dari setiap kesalahan yang dilakukan oleh lawan. Sistem *rally point*, permainan berlangsung hingga poin 21. Apabila pada permainan terjadi poin 20 sama maka dilakukan *deuce* hingga terjadi selisih 2 poin, maksimal hingga poin 30. Sebuah *rally* berakhir jika *shuttlecock* menyentuh lantai atau menyentuh tubuh seorang pemain (Hermawan Aksan, 2012:14).

Menurut (Purnama. S, 2010: 15) permainan bulutangkis memiliki beberapa macam teknik dasar pukulan yaitu servis panjang, servis pendek, *lob*, *smash*, *drop shot*, *chop*, *drive* dan *netting*. Untuk dapat menguasai teknik dasar pada permainan bulutangkis diperlukan latihan sehingga dapat menguasai teknik dasar dengan baik.



Menurut (James Poole, 2013: 59), Pukulan *dropshot* dapat dilakukan dari bagian atas kepala yang dilakukan seperti *smash* namun dengan dorongan atau sentuhan yang halus. *Dropshot* yang baik dilakukan apabila jatuhnya *shuttlecock* dekat dengan net dan tidak melewati garis *servis*.

Pada dasarnya program latihan dibagi menjadi tiga tahap yaitu (1) tahap persiapan, (2) tahap kompetisi dan (3) tahap transisi. Untuk mendapatkan prestasi yang optimal dipengaruhi oleh kualitas latihan. Beberapa faktor menentukan kualitas latihan antara lain: kemampuan dan kepribadian pelatih, fasilitas dan peralatan, hasil penelitian, kompetisi dan kemampuan atlet meliputi bakat dan motivasi, serta pemenuhan gizi atlet. Kualitas latihan yang baik di harapkan dapat menghasikan atlet-atlet yang berprestasi (Sari, *et al*, 2018: 11).

## **METODE**

Penelitian ini menggunakan penelitian metode eksperimen. Metode eksperimen adalah prosedur yang digunakan untuk mengetahui pengaruh pada objek yang diberikan pelakuan terhadap yang lain dalam kondisi dapat terkendali (Sugiyono 2017: 72).

## **POPULASI DAN SAMPEL**

Sugiyono (2018: 131) Populasi adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi pada penelitian ini adalah anak usia dini di PB. Srikandi, Jl Pelita Ujung No.15, Labuhan Ratu, Kedaton, Bandar Lampung, Lampung. Semua populasi dijadikan objek sehingga penelitian ini dapat dinyatakan sebagai penelitian populasi.



## PENGUMPULAN DATA

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan dilakukan wawancara dengan pelatih, dokumentasi kegiatan yang dilakukan pada saat penelitian berlangsung, dan observasi dilakukan pada saat kegiatan berlangsung. Dalam penelitian ini observasi dilakukan agar memperoleh data awal untuk memodifikasi pukulan *dropshot* dalam olahraga bulutangkis. Pengamatan ini dilakukan secara langsung di PB. Srikandi Bandar Lampung. Dalam penelitian ini penulis menggunakan langkah-langkah pengumpulan data:

- a. Melakukan tes awal (pretes).
- b. Memberikan *treatment* atau perlakuan.
- c. Melakukan tes akhir (posttes).
- d. Mengolah dan menganalisis data serta menyimpulkan.

Data yang dikumpulkan adalah data dari hasil tes awal dan akhir. Menghitung hasil tes awal dan akhir penerapan model latihan *dropshot* untuk meningkatkan pukulan *dropshot* bulutangkis.

## ANALISIS DATA

Teknik analisis data dalam sebuah penelitian mutlak diperlukan untuk memperoleh hasil dari penelitian yang dilakukan. Data yang diperoleh akan menunjang terhadap hasil dari penelitian yang dilakukan, semakin akurat data yang diperoleh maka akan menghasilkan penelitian yang baik pula. Adapun syarat dalam menggunakan uji t adalah; 1). uji Normalitas, 2). Uji Homogenitas.



## 1. Uji t

$$t = \frac{\sum D}{\frac{\sqrt{N \cdot \sum D^2 - (\sum D)^2}}{(N - 1)}}$$

(Hulfian, 2014: 70)

Keterangan:

D = Perbedaan setiap pasangan skor (*post tes-pre test*)

N = Jumlah sampel yang digunakan

Adapun langkah-langkah dalam analisis data adalah sebagai berikut:

- Merumuskan hipotesis nihil ( $H_0$ ) dan hipotesis kerja ( $H_a$ )
- Menyusun tabel kerja
- Merumuskan kedalam rumus
- Pengujian nilai t-test
- Menarik kesimpulan

## 2. Uji homogenitas

$$\chi^2 = \sum \frac{(f_o - f_e)^2}{f_e}$$

Keterangan:

$\chi^2$  = Chi Kuadrat

$f_o$  = Frekuensi yang diobservasi

$f_e$  = Frekuensi yang dihitung

Dengan ketentuan:



1. Jika  $X^2_{hitung} < X^2_{tabel}$  maka data berdistribusi normal.
2. Jika  $X^2_{hitung} > X^2_{tabel}$  maka data tidak berdistribusi normal
  - a. Pengujian homogenitas varians dilakukan agar kelompok-kelompok yang berbentuk sampel berasal dari populasi yang homogeny. Rumus homogenitas menurut (Sugiyono, 2016: 276) yang digunakan dalam menguji adalah:



NO	Nama	Pre Test	Post Test
1	Jacaline Ester Susanto	8	12
2	Junita Intan Pratiwi	11	17
3	Syafia Kartika Putri	11	17
4	Desvita Arini Wahyudi	8	17
5	Belliza Aspiranda	14	30
6	Nazilah Putri	16	19
7	Anisa Maharani	9	16
8	Aulia Kanaya	15	19
9	Keycza Parmacia Dendralova	13	22
10	Azahra Vicha Angely	11	17
11	Nauval Akhdan	14	21
12	M Rafa Alfahri Gusti	11	20
13	Revan Zaky Renando	13	22
14	Rafiandra Kenzi Nayori	17	16
15	Prastio Aji Bayu	8	13
16	Muhammad Zaky Efendi	9	27
17	Deri Derajat	10	25
18	Rumbaka Albuqori	9	20
19	Andika Azhar Permana	8	16
20	Yosia Arta Media Sitimorang	11	16
	Jumlah	226	379



Dari data diatas diperoleh hasil pukulan *dropshot* pada anak usia 8-11 tahun pada test awal sebelum dilakukan penerapan 30 model latihan *dropshot* mendapatkan jumlah skor nilai tes awal 226 dan mengalami peningkatan pada tes akhir setelah pemberian penerapan 30 model latihan dropshot dengan total jumlah nilai tes akhir 379.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan yaitu:

1. Model latihan pukulan *dropshot* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pukulan *dropshot* pada anak keompok umur 8-11 tahun di PB. Srikandi.
2. Tidak ada perbedaan hasil yang signifikan dengan perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan pada anak kelompok umur 8-11 tahun di PB. Srikandi.