

**ANALISIS KETERAMPILAN JUMPING SMASH BULUTANGKIS PADA
ATLET PBSI SAROLANGUN**

Rafizki Mubarak¹, Boy Indrayana², Anggarawan Janur Putra³

Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepelatihan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu
Pendidikan Universitas Jambi
e-mail: rafizkybarbar@gmail.com

ABSTRACT

This study aims to analyze the jumping smash skills of athletes from the Indonesian Badminton Association (Badminton Indonesia) in Sarolangun Regency. The jumping smash is an offensive technique in badminton that plays a crucial role in scoring points, making mastery of this technique a determining factor in an athlete's success in a match. The method used in this study was descriptive quantitative, with observation and skills testing approaches. The subjects were PBSI Sarolangun athletes who actively participated in training and competitions. The research instruments included jumping smash ability tests, technique observations, and analysis of movement components, including the approach, takeoff, body position in the air, shuttlecock contact, and landing. The results showed that the athletes' jumping smash skills were in the fair to good category. However, several deficiencies were identified, particularly in the aspects of movement coordination and push-off power. Factors influencing these skills include physical condition, mastery of basic techniques, and training intensity. The conclusion of this study indicates that the jumping smash skills of PBSI Sarolangun athletes still need to be improved through a more structured and specific training program, particularly in developing leg muscle strength and movement coordination. This research is expected to serve as a reference for coaches in developing training programs to improve athlete performance.

Keywords: *Jumping Smash, Badminton, Technical Skills, PBSI Athletes*

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis keterampilan teknik jumping smash pada atlet yang tergabung dalam Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia Kabupaten Sarolangun. Jumping smash merupakan salah satu teknik serangan dalam permainan bulu tangkis yang memiliki peran penting dalam memperoleh poin, sehingga penguasaan teknik ini menjadi faktor penentu keberhasilan atlet dalam pertandingan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan pendekatan observasi dan tes keterampilan. Subjek penelitian adalah atlet PBSI Sarolangun yang aktif mengikuti latihan dan kompetisi. Instrumen penelitian meliputi tes kemampuan jumping smash, pengamatan teknik, serta analisis komponen gerak yang mencakup awalan, tolakan, posisi tubuh di udara, perkenaan shuttlecock, dan pendaratan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan jumping smash atlet berada pada kategori cukup hingga baik. Namun demikian, masih ditemukan beberapa kekurangan terutama pada aspek koordinasi

gerakan dan kekuatan tolakan. Adapun faktor-faktor yang memengaruhi keterampilan tersebut antara lain kondisi fisik, penguasaan teknik dasar, serta intensitas latihan yang dilakukan oleh atlet. Kesimpulan penelitian ini menunjukkan bahwa kemampuan jumping smash atlet PBSI Sarolangun masih perlu ditingkatkan melalui program latihan yang lebih terstruktur dan spesifik, khususnya dalam pengembangan kekuatan otot tungkai dan koordinasi gerak. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi pelatih dalam menyusun program latihan guna meningkatkan prestasi atlet.

Kata Kunci: Jumping Smash, Bulutangkis, Keterampilan Teknik, Atlet PBSI

A. Pendahuluan

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang populer di Indonesia dan telah memberikan prestasi membanggakan di tingkat nasional maupun internasional. Keberhasilan atlet dalam permainan bulutangkis tidak hanya ditentukan oleh penguasaan teknik dasar, tetapi juga keterampilan teknik lanjutan yang dapat menjadi penentu kemenangan. Salah satu teknik yang sangat berpengaruh dalam menghasilkan poin adalah jumping smash, yaitu pukulan smash yang dilakukan dengan lompatan sehingga menghasilkan kekuatan dan sudut serangan yang lebih tajam (Karana & Wismandi, 2020).

Jumping smash membutuhkan perpaduan keterampilan teknik, kekuatan fisik, kelincahan, koordinasi, serta timing yang tepat. Atlet yang

mampu menguasai keterampilan jumping smash dengan baik akan memiliki keunggulan dalam permainan, karena pukulan tersebut sulit dikembalikan oleh lawan (Hibatullah, 2023). Namun, dalam kenyataannya tidak semua atlet dapat melakukan jumping smash secara efektif, sehingga masih diperlukan analisis mengenai kualitas keterampilan ini agar dapat diketahui faktor-faktor yang mendukung maupun yang menjadi kendala.

(Anugrah et al., 2022) mengatakan bahwa Perbedaan kemampuan jumping smash pada setiap atlet sering kali dipengaruhi oleh faktor usia, kondisi fisik, pengalaman bermain, serta intensitas latihan. Atlet yang memiliki latihan rutin dan pembinaan yang terstruktur biasanya mampu melakukan jumping smash dengan lebih baik

dibandingkan mereka yang belum mendapatkan pembinaan secara maksimal.

PBSI Sarolangun merupakan salah satu klub bulutangkis yang aktif membina atlet muda di Kabupaten Sarolangun. Klub ini memiliki peran penting dalam menyiapkan atlet daerah agar mampu berprestasi di tingkat regional maupun nasional. Dalam proses pembinaan, teknik jumping smash menjadi salah satu keterampilan yang mendapatkan perhatian khusus karena penting dalam mendukung performa atlet di lapangan. Berdasarkan pengamatan awal, kemampuan jumping smash pada atlet PBSI Sarolangun masih beragam. Ada sebagian atlet yang sudah menguasai teknik ini dengan cukup baik, tetapi tidak sedikit pula yang masih menghadapi kendala dalam hal kecepatan, kekuatan, maupun ketepatan arah pukulan. Kondisi ini menunjukkan bahwa keterampilan jumping smash para atlet perlu dikaji lebih mendalam.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Zil Isra, Arie Asnaldi (2020) Hasil penelitian menunjukkan bahwa 1 pemain (6,67%) berada pada

kategori sangat sempurna, 8 pemain (53,33%) berada pada kategori sempurna, dan 6 pemain (40%) berada pada kategori cukup. Ratarata kemampuan koordinasi teknik jump smash memperoleh skor 3,66 atau 73,2% dan termasuk kategori “cukup”. Temuan ini mengindikasikan bahwa keterampilan koordinasi jump smash perlu ditingkatkan, terutama dalam aspek konsistensi gerakan, kecepatan, serta penguasaan fase akhir pukulan.

B. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Proses pengumpulan data dilakukan melalui teknik tes dan pengukuran, serta penelitian ini tidak menggunakan hipotesis sebagai dasar analisis. Penentuan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, yaitu pemilihan sampel berdasarkan kriteria tertentu yang telah ditetapkan oleh peneliti. Sampel penelitian terdiri dari atlet PBSI Sarolangun yang aktif dalam kegiatan pembinaan dan latihan. Pemilihan atlet tersebut didasarkan pada pertimbangan bahwa belum pernah dilaksanakan pengukuran kondisi fisik

secara khusus terhadap atlet PBSI Sarolangun, sehingga diperlukan suatu evaluasi untuk mengetahui tingkat kondisi fisik yang dimiliki oleh para atlet.

NO	KELAS INTERVAL	FREKUENSI		KATEGORI
		Absolut (Fa)	Relatif (%)	
1	>4,5	1	10	Sangat Sempurna
2	3,7-4,5	2	20	Sempurna
3	2,8-3,6	7	70	Cukup
4	1,9-2,7	0	0	Kurang
5	<1,8	0	0	Sangat Kurang
Jumlah		10	100	

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini, peneliti menggunakan beberapa instrumen penelitian yang disesuaikan dengan kebutuhan dan tujuan penelitian. Instrumen tersebut digunakan sebagai alat untuk mengumpulkan data agar hasil yang diperoleh lebih akurat dan sesuai dengan kondisi yang sebenarnya yaitu sebagai berikut; 1) persiapan, 2) pelaksanaan, 3) follow-trough, dengan menggunakan lembar observasi.

C.Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil analisis data menunjukkan bahwa penilaian yang dilakukan oleh peneliti bersama partner peneliti

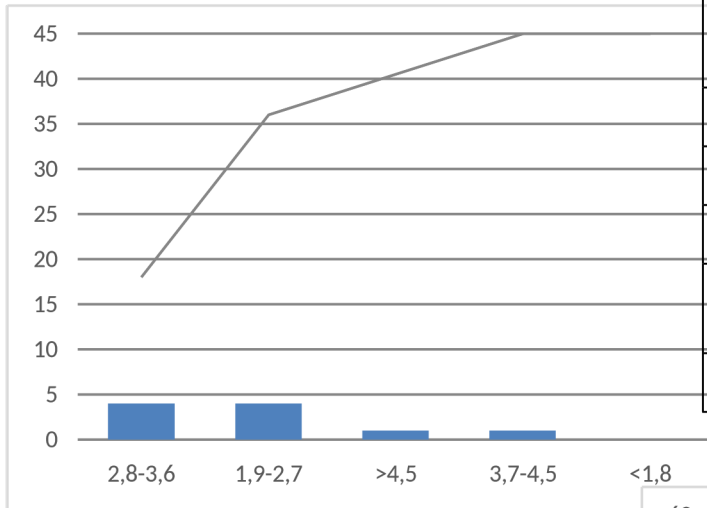
(coach) terhadap 10 orang sampel pada fase persiapan teknik jumping smash memperoleh hasil yang bervariasi. Sebanyak 1 orang sampel (10%) berada pada kategori sangat sempurna, 2 orang sampel (20%) termasuk dalam kategori sempurna, dan 7 orang sampel (70%) berada pada kategori cukup. Sementara itu, tidak terdapat sampel yang masuk ke dalam kategori kurang maupun sangat kurang dengan persentase sebesar 0%. Adapun hasil penilaian tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3.1 Distribusi Frekuensi Teknik Keterampilan Jumping Smash Pada Fase Persiapan

Berdasarkan hasil analisis pada fase pelaksanaan keterampilan teknik jumping smash, diperoleh bahwa 1 orang sampel (10%) termasuk dalam kategori sangat sempurna dan 1 orang sampel (10%) berada pada kategori sempurna. Selanjutnya, sebanyak 4 orang sampel (40%) tergolong dalam kategori cukup serta 4 orang sampel lainnya (40%) berada pada kategori kurang. Sementara itu, tidak terdapat sampel yang masuk ke dalam kategori sangat kurang dengan persentase sebesar 0%. Untuk selanjutnya dapat kita perhatikan pada tabel 3.2 dan gambar 3.2.

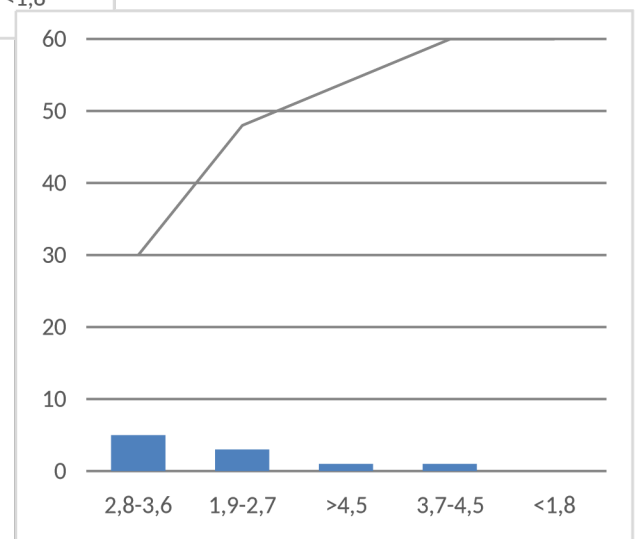
NO	Kelas	Frekuensi	Kategori
----	-------	-----------	----------

4	1,9-2,7	4	40	Kurang
5	<1,8	0	0	Sangat Kurang
Jumlah		10	100	



NO	Kelas Interval	Frekuensi		Kategori
		Absolut	Relatif	
		(Fa)	(%)	
1	>4,5	1	10	Sangat Sempurna
2	3,7-4,5	1	10	Sempurna
3	2,8-3,6	5	50	Cukup
4	1,9-2,7	3	30	Kurang
5	<1,8	0	0	Sangat Kurang
Jumlah		10	100	

Pada fase follow-through keterampilan teknik jumping smash, hasil analisis menunjukkan bahwa 1 orang sampel (10%) termasuk dalam kategori sangat sempurna dan 1 orang sampel (10%) berada pada kategori sempurna. Selain itu, sebanyak 5 orang sampel (50%) tergolong dalam kategori cukup, sedangkan 3 orang sampel (30%) masuk ke dalam kategori kurang. kategori



Berdasarkan uraian hasil

3 orang sampel

	Interval	Absolut	Relatif	
		(Fa)	(%)	
1	>4,5	1	10	Sangat Sempurna
2	3,7-4,5	1	10	Sempurna

3	2,8-3,6	4	40	Cukup
---	---------	---	----	-------

Adapun untuk kategori sangat kurang tidak ditemukan pada sampel dengan persentase sebesar 0%. Hasil tersebut selanjutnya dapat dilihat pada tabel berikut. Tabel 3.3 Distribusi

Frekuensi Teknik Keterampilan
Jumping Smash Pada Fase
Followthrough.

penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti bersama partner penelitian terhadap 10 orang pemain PBSI Sarolangun yang dijadikan sampel, diperoleh hasil analisis keterampilan jumping smash secara keseluruhan yang meliputi fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase follow-through, dimana terdapat 1 orang pemain yang memperoleh hasil penilaian terbaik.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa keterampilan teknik *jumping smash* pada atlet PBSI Sarolangun masih perlu ditingkatkan. Hal ini disebabkan karena sebagian besar atlet merupakan anggota baru, sehingga kemampuan mereka dalam melakukan *jumping smash* belum optimal saat menghadapi situasi permainan yang sebenarnya. Temuan ini sejalan dengan teori Biomekanika keterampilan olahraga menegaskan bahwa keberhasilan gerakan jumping smash dipengaruhi oleh koordinasi tubuh secara keseluruhan, termasuk kekuatan otot tungkai, kecepatan ayunan lengan, serta rotasi panggul dan bahu (King, Towler, Dillon, &

McErlain-Naylor, 2020). Dalam analisis kinematik mereka ditemukan bahwa variabel seperti *pelvis-thorax separation* dan *shoulder internal rotation* memiliki kontribusi signifikan terhadap kecepatan shuttlecock saat melakukan *jump smash*. Artinya, untuk menghagaskan smash yang kuat seorang atlet tidak hanya membutuhkan tinggi lompatan tetapi juga sinkronisasi gerakan antara tubuh bagian bawah dan atas.

Penelitian lain oleh Dzulfikar dkk (2022) menunjukkan bahwa power otot tungkai berkontribusi sebesar 63% terhadap akurasi pukulan *jump smash* pada atlet bulutangkis. Hasil ini memperkuat bahwa latihan pengembangan kekuatan eksplosif, seperti *plyometric training*, dapat meningkatkan kemampuan lompatan dan pukulan. Penelitian serupa oleh Efendi, Yono, dan Sulaiman (2023) juga menemukan bahwa latihan *plyometric depth jump* berpengaruh signifikan terhadap peningkatan kemampuan *jumping smash* pada siswa sekolah menengah.

Dengan demikian, rendahnya keterampilan *jumping smash* pada atlet PBSI Sarolangun dapat

dijelaskan melalui teori pembelajaran biomekanika olahraga, serta didukung oleh hasil penelitian terdahulu yang menegaskan pentingnya latihan fisik dan teknik secara bersamaan. Jika pembinaan dilakukan secara sistematis, diharapkan kemampuan teknik *jumping smash* para atlet dapat meningkat, sehingga performa mereka dalam pertandingan akan lebih optimal dan mampu memberikan kontribusi prestasi bagi klub.

E. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai analisis keterampilan *jumping smash* pada atlet PBSI Sarolangun, dapat disimpulkan bahwa tingkat penguasaan teknik *jumping smash* para atlet masih tergolong belum optimal. Hal ini terlihat dari hasil observasi dan penilaian yang menunjukkan bahwa sebagian besar atlet belum mampu melakukan gerakan *jumping* dan pukulan *smash* dengan koordinasi, kekuatan, dan ketepatan yang maksimal.

Selain itu, hasil pengamatan di lapangan menunjukkan bahwa aspek-aspek seperti *power* (kekuatan

lompatan), *timing* (ketepatan waktu saat melakukan pukulan), dan akurasi arah *shuttlecock* masih menjadi kendala utama dalam pelaksanaan *jumping smash*. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa pembinaan teknik dasar dan latihan khusus *jumping smash* pada PBSI

Sarolangun perlu ditingkatkan agar kemampuan atlet dapat berkembang secara optimal.

Dari keseluruhan hasil penelitian ini, dapat ditegaskan bahwa keberhasilan dalam melakukan *jumping smash* tidak hanya ditentukan oleh kemampuan fisik semata, tetapi juga oleh penguasaan teknik, pengalaman latihan, serta dukungan program pembinaan yang terstruktur. Oleh karena itu, peningkatan keterampilan *jumping smash* pada atlet PBSI Sarolangun perlu diarahkan melalui pendekatan latihan yang berkesinambungan, sistematis, dan sesuai dengan karakteristik masing-masing atlet, sehingga prestasi olahraga bulutangkis di klub tersebut dapat meningkat secara signifikan.

DAFTAR PUSTAKA

Buku :

Anugrah, K. R. R., Andiana, O., & Abdullah, A. (2022a). *Analisis Gerak Jump Smash Terhadap Ketepatan Sasaran Pada Atlet Bulu Tangkis Remaja Putra*.

Saharullah, H. (2022). *Olahraga Bulu Tangkis*. Badan Penerbit UNM.

Siahaan, D., & Mahmuddin, M. (2020). *Dasar-dasar Biomekanika Olahraga*. Yayasan Kita Menulis.

Sugiyono. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta

Jurnal:

Agustian, E. R., Huda, M. S., & Saiin, M. (2022). Analisis Tingkat Keterampilan Dasar Bulutangkis Pada Atlet Pb. Bersama Samarinda. *Borneo Physical Education Journal*, 3(2).

Asnaldi, A., & Isra, Z. (2020). Analisis Koordinasi Teknik Jump Smash Pemain Bulutangkis PB.

Formula Padang Panjang. *Jurnal Kepeleatihan Olahraga*, 12(1), 45–55.

Deya, R. A. (2023). Tingkat Ketepatan Teknik Dasar Pada Atlet Bulutangkis PB. Bukit Makmur Kecamatan Sungai Bahar. *Indonesian Journal of Sport Science and Coaching*, 5(1), 1–9.

Grice, T. (2007). *Badminton: Steps to Success* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.

Hibatullah, F. (2023). *Analisis Gerak Parabol Depan Dan Vertical Jump Terhadap Hasil Pukulan*

Jumping Smash Cabang Olahraga Bulutangkis.

Hidayat, T., Munandar, R. A., Zulfikar, I., & Kurniawan, Y. (2025). Pengaruh Metode Latihan Plyometric terhadap Kemampuan Jumping Smash pada Atlet Porprov Bulu Tangkis dengan Penerapan Sport Science. *Jurnal Pendidikan Olahraga*.
<https://doi.org/10.37630/jpo.v15i3.2745>

Junarko, M., Rahmat, Z., & Munzir. (2021). Hubungan Power Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Smash Pada Atlet PB. Pasha Jaya Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa*, 2(1).

Karana, D. A., & Wismandi, H. (2020). Analisis Keberhasilan Kento Momoto Pemain Jepang Menjadi Peringkat Satu Dunia Dilihat Dari Jumping Smash Dan Speed Smash. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(2).

King, M., Towler, H., Dillon, R., & McErlain-Naylor, S. A. (2020). Kinematic determinants of shuttlecock speed in the badminton jump smash. *Applied Sciences*, 10(4), 1248.
<https://doi.org/10.3390/app10041248>