

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN *DRILL* DENGAN POLA *SMASH* KANAN-KIRI DAN *SMASH-NETTING* TERHADAP PENINGKATAN KETEPATAN *SMASH* PADA ATLET BULUTANGKIS PB SEJAHTERA PRINGSEWU

Oleh

IRVAN ILYASA

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* dengan pola *smash* kanan-kiri dan *smash-netting* terhadap peningkatan ketepatan *smash* pada atlet bulutangkis PB Sejahtera Pringsewu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen quasi dengan desain *two groups pretest posttest design*. Populasi sampel penelitian diambil dari atlet bulutangkis PB Sejahtera Pringsewu berjumlah 34 orang. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu tes ketepatan *smash*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) Terdapat pengaruh latihan *drill* pola *smash* kanan-kiri terhadap peningkatan ketepatan *smash*. Pada kelompok laki-laki diperoleh nilai t hitung = 6,384 > t tabel = 2,262 dengan peningkatan rata-rata sebesar 44%, dan pada kelompok perempuan t hitung = 6,553 > t tabel = 2,447 dengan peningkatan rata-rata 89%. (2) Terdapat pengaruh latihan *drill* pola *smash-netting* terhadap peningkatan ketepatan *smash*. Pada kelompok laki-laki diperoleh t hitung = 8,803 > t tabel = 2,262 dengan peningkatan rata-rata 59%, dan pada kelompok perempuan t hitung = 3,113 > t tabel = 2,447 dengan peningkatan rata-rata 47%. (3) Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara latihan pola *smash* kanan-kiri dan *smash-netting* terhadap peningkatan ketepatan *smash*. Pada kelompok laki-laki diperoleh t hitung = 0,651 < t tabel = 2,101, dan pada kelompok perempuan t hitung = 0,311 < t tabel = 2,101.

Kata kunci: *smash* kanan-kiri, *smash netting*, ketepatan

ABSTRACT

THE EFFECT OF DRILL TRAINING WITH RIGHT-LEFT SMASH PATTERNS AND SMASH-NETTING ON INCREASING THE ACCURACY OF SMASH ON BADMINTON ATHLETES PB SEJAHTERA PRINGSEWU

By

IRVAN ILYASA

This study aims to determine the effect of drill training using the right-left smash pattern and smash-netting pattern on the improvement of smash accuracy in badminton athletes of PB Sejahtera Pringsewu. The research method used is a quasi experimental method with a two-group pretest-posttest design. The sample population consisted of 34 badminton athletes from PB Sejahtera Pringsewu. The research instrument used was a smash accuracy test. The results showed that: (1) There was an effect of drill training with the right-left smash pattern on the improvement of smash accuracy. In the male group, the result was $t \text{ count} = 6.384 > t \text{ table} = 2.262$ with an average increase of 44%, and in the female group $t \text{ count} = 6.553 > t \text{ table} = 2.447$ with an average increase of 89%. (2) There was an effect of drill training with the smash-netting pattern on the improvement of smash accuracy. In the male group, $t \text{ count} = 8.803 > t \text{ table} = 2.262$ with an average increase of 59%, and in the female group $t \text{ count} = 3.113 > t \text{ table} = 2.447$ with an average increase of 47%. (3) There was no significant difference between the right-left smash pattern and the smash-netting pattern on the improvement of smash accuracy. In the male group, $t \text{ count} = 0.651 < t \text{ table} = 2.101$, and in the female group $t \text{ count} = 0.311 < t \text{ table} = 2.101$.

Keywords: right-left smash, netting smash, accuracy