

TINGKAT KETEPATAN SMASH DALAM PERMAINAN PICKLEBALL PADA ATLET PICKLEBALL JAMBI

M.Alfarizi¹, Sukendro², Fitri Diana³

Universitas Jambi

muhammad111alfarizi@gmail.com, fitridiana@unja.ac.id,
sukendrodasar@yahoo.co.id

ABSTRACT

Based on the researcher's observations, the athletes' fundamental technical skills during the defensive and transition phases of play have generally demonstrated good and consistent performance. Their ball control (ball feeling) and defensive strategies through dink and drive shots have developed well. However, these strengths have not been matched by the ability to execute smash shots accurately and effectively. This imbalance indicates that while ball control and defensive execution are relatively mature, smash accuracy remains the primary weakness, often resulting in missed opportunities to score points. To date, there has been no clear, objective, and measurable data regarding the level of smash accuracy among Jambi pickleball athletes, making their actual performance difficult to determine. Furthermore, a review of previous studies revealed that no research has specifically examined smash accuracy among pickleball athletes in Jambi. Therefore, this study aimed to determine the level of smash accuracy in pickleball among Jambi pickleball athletes. This research employed a quantitative descriptive approach using a survey method. Since the population consisted of fewer than 30 individuals, a total sampling technique was applied, allowing all members of the population to participate in the study. Accordingly, the sample comprised 20 athletes.

Keywords: Smash Accuracy, Pickleball, Jambi Pickleball Athletes.

ABSTRAK

Berdasarkan pengamatan dari peneliti, secara umum kemampuan teknik dasar pada fase bertahan dan fase transisi permainan telah menunjukkan performa yang baik dan konsisten. Yang mana kemampuan mengontrol bola (*ball feeling*) serta penerapan strategi bertahan melalui pukulan *dink* dan *drive* telah berkembang dengan baik, namun belum diimbangi dengan kemampuan melakukan smash secara akurat dan efektif. Ketimpangan performa ini menunjukkan bahwa kualitas sentuhan terhadap bola (*ball feeling*) dan strategi pertahanan dalam mengeksekusi *dink* maupun *drive* sudah berada pada tahapan yang matang, tetapi pada tingkat ketepatan smash masih menjadi titik lemah utama yang sering mengakibatkan

hilangnya momentum untuk meraih poin. Hingga saat ini, belum terdapat data yang jelas, objektif, dan terukur mengenai tingkat ketepatan smash atlet tersebut, sehingga kondisi yang sebenarnya belum dapat diketahui secara pasti. Selain itu, berdasarkan telaah pada penelitian-penelitian sebelumnya, belum ada kajian yang secara khusus membahas tentang ketepatan smash dalam permainan pickleball pada atlet pickleball Jambi. *Tujuan penelitian ini adalah* untuk mengetahui tingkat ketepatan smash dalam permainan pickleball pada atlet pickleball Jambi. Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Teknik ini digunakan apabila jumlah populasi relatif kecil, yaitu kurang dari 30 orang, sehingga seluruh anggota populasi dapat diteliti. Oleh karena itu, sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat ketepatan smash dalam permainan pickleball pada atlet pickleball Jambi berada pada kategori “kurang tepat” sebesar 85% (17 atlet), kategori “tidak tepat” sebesar 15% (3 atlet). Sementara itu untuk kategori sangat tepat, tepat dan sangat tidak tepat sebesar 0% (0 atlet).

Kata Kunci : Ketepatan Smash, permainan pickleball, atlet pickleball Jambi

A. PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang banyak digemari oleh semua kalangan masyarakat. Aktivitas ini dilakukan untuk menjaga kesehatan tubuh, menyalurkan hobi, hingga menjadi jalur prestasi. Secara umum, olahraga dibagi menjadi dua macam berdasarkan jenis ukuran bola. Seperti olahraga bola besar yang menggunakan lapangan berukuran besar misalnya sepak bola, futsal, basket, dan voli. Serta ada pula olahraga bola kecil yang menggunakan lapangan berukuran

kecil misalnya bulu tangkis, tenis meja, tenis lapangan, dan pickleball yang baru-baru ini berkembang di Indonesia.

Pickleball adalah olahraga yang menggabungkan tiga unsur cabang olahraga antara lain Tenis Lapangan, Tenis Meja, dan Bulu Tangkis, karena memiliki Teknik dasar yang serupa dengan ketiga cabang olahraga tersebut. Olahraga ini pertama kali ditemukan oleh tiga pria ketika mereka berada di Pulau Bainbridge, yang terletak dekat Seattle, Washington, Amerika Serikat. Ketiga orang

tersebut bernama Joel Pritchard, Bill Bell, dan Barney McCallum (Pranata et al., 2025). Saat ini pickleball merupakan salah satu olahraga yang semakin berkembang pesat khususnya di Negara Amerika Serikat (Kusnanda et al., 2024). Secara global, olahraga pickleball telah dipertanding di ajang Olimpiade dan Paralimpiade. Terdapat berbagai kejuaraan yang menyelenggarakan kompetisi pickleball, seperti AS Open, kejuaraan Nasional Pickleball Amerika Serikat, serta berbagai kejuaraan internasional lainnya, sementara di Asia, olahraga ini telah dilaksanakan di negara-negara seperti Cina, Hongkong, dan Taiwan. Induk organisasi pickleball di dunia dikenal sebagai International Federation Pickleball (IFP), untuk kawasan Asia disebut Asia Federation Pickleball (AFP) (Aprilo & Atifah, 2021), Sedangkan di Indonesia organisasi

pickleball dinamakan Indonesia Pickleball Federation (IPF)

Pickleball disosialisasikan di Indonesia pada tahun 2019 melalui Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Jakarta oleh dosen FIK UNJ, Susilo M. Pd., D. Ed dan rekannya Jeff Vanhoutten yang berasal dari Inggris. Pada 18 April 2019, pickleball pertama kali diperkenalkan di Hall A kampus FIK UNJ dan dihadiri oleh mahasiswa FIK UNJ. Kegiatan tersebut menunjukkan hasil yang memuaskan dengan tingkat antusiasme yang luar biasa dari mahasiswa, dan hingga kini semakin banyak mahasiswa yang tertarik untuk berlatih olahraga pickleball (Dewanti & Jakarta, 2022).

Perkembangan olahraga pickleball terlihat dari minat masyarakat untuk berpartisipasi dalam pelatihan pickleball serta keberadaan organisasi resmi yang mengatur penyelenggaraan

turnamen. Salah satu turnamen yang telah diadakan yaitu World Pickleball Championship tingkat internasional yang berlangsung pada tanggal 24 September 2022 di Bali (Kusnanda et al., 2024) Organisasi pickleball di Indonesia dibentuk pada tahun 2020 bernama Persatuan Pickleball Indonesia, kemudian pada tanggal 23 februari 2021 berubah menjadi Indonesia Pickleball Federation (IPF). Indonesia Pickleball Federation (IPF) resmi menjadi anggota KONI Pusat pada tanggal 23 Maret 2023 (Indonesia Pickleball Federation, 2025). Pickleball termasuk olahraga baru di Indonesia, sehingga memberikan peluang untuk mengembangkan atlet pickleball yang dapat bersaing di tingkat provinsi, nasional, bahkan internasional. Salah satu kompetisi pickleball yang telah diselenggarakan tahun 2024 di tingkat nasional yaitu Pekan Olahraga

Nasional (PON) Aceh-Sumut sebagai cabang olahraga eksibisi.

Olahraga pickleball pertama kali diperkenalkan di Jambi di Gedung Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan Universitas Jambi pada tanggal 19–20 November 2022. Kegiatan sosialisasi tersebut dilaksanakan bersama Sekretaris Jenderal Indonesia Pickleball Federation (IPF), Prof. Dr. Susilo, D.Ed. (Cak Sus), sebagai pemateri sekaligus tokoh yang aktif mendorong perkembangan olahraga pickleball di Indonesia.

B. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Menurut (Sugiyono, 2013) statistik deskriptif digunakan untuk menganalisis data dengan cara menggambarkan data yang telah dikumpulkan secara langsung. Melalui metode survei dengan melakukan tes dan

pengukuran penelitian bertujuan untuk mengetahui tingkat ketepatan smash dalam permainan pickleball pada atlet pickleball jambi. Data yang diperoleh dari hasil tes kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif dalam bentuk persentase untuk menggambarkan tingkat ketepatan smash berdasarkan kategori penilaian yang telah ditetapkan.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

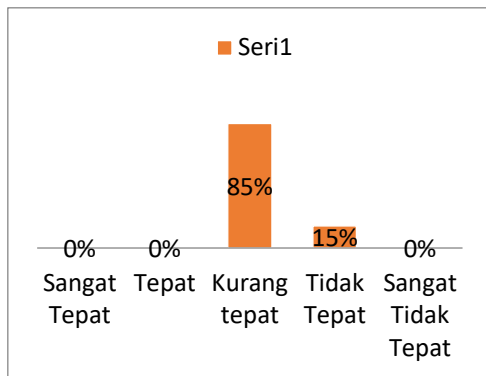
Berdasarkan hasil pelaksanaan penelitian yang dilakukan pada atlet Pickleball Jambi. Pelaksanaan tes dalam penelitian ini mengukur Ketepatan Smash dalam permainan Pickleball pada atlet Pickleball Jambi, penelitian ini dilakukan dalam waktu kurang lebih satu minggu dengan persiapan penelitian sampai tes pengukuran. Berikut ini adalah gambaran hasil data yang diperoleh dari tes yang telah dilakukan adalah sebagai berikut :

Tabel 4. 1 Klasifikasi Ketepatan Smash dalam permainan Pickleball

Tabel 4. 1 Klasifikasi Ketepatan *Smash* dalam permainan *Pickleball*

No	Norma	Kategori	F1	Persentasi
1	41-50	Sangat Tepat	0	0%
2	31-40	Tepat	0	0%
3	21-30	Kurang tepat	17	85%
4	11-20	Tidak Tepat	3	15%
5	0-10	Sangat Tidak Tepat	0	0%
Jumlah			20	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa ketepatan Smash dalam permainan Pickleball pada atlet Pickleball Jambi berada pada kategori “kurang tepat” sebesar 85% (17 atlet), kategori “tidak tepat” sebesar 15%(3 atlet). Sementara itu untuk kategori sangat tepat,tepat dan sangat tidak tepat sebesar 0%(0 orang). Selanjutnya hasil tes Ketepatan Smash dalam permainan Pickleball yang telah dilakukan dan di uraikan pada table 4.1 tersebut dapat digambarkan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut:



Gambar 4. 1 Diagram batang hasil ketepatan Smash

4.2 Pembahasan

Pembahasan

Smash merupakan pukulan yang sering digunakan karena sangat efektif untuk menekan permainan lawan, sehingga lawan harus selalu siap dan cepat dalam mengantisipasinya. Pukulan Smash adalah pukulan overhead yang diarahkan ke bawah dan dilakukan dengan tenaga penuh. Pukulan ini identik dengan pukulan menyerang karena tujuannya adalah mengganggu permainan lawan. Selain harus dilakukan dengan keras, juga harus dilakukan dengan tepat mengarah ke sasaran yang sulit dijangkau lawan (Arizzi et al., 2022).

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa dari 20 atlet, sebanyak 17 atlet dengan persentase (85%) berada pada kategori kurang tepat, sedangkan 3 atlet dengan persentase (15%) berada pada kategori tidak tepat. Tidak terdapat atlet yang mencapai kategori sangat tepat, tepat, maupun sangat tidak tepat. Hasil tersebut menunjukkan bahwa secara umum ketepatan smash atlet pickleball Jambi masih berada pada kategori kurang tepat.

Kategori yang dominan kurang tepat dengan persentase 85% sebanyak 17 atlet menunjukkan bahwa sebagian besar atlet sudah bisa melakukan gerakan dasar smash pickleball, tetapi mereka masih kurang mampu mengontrol bola dengan baik agar bisa mengarahkannya secara konsisten ke area sasaran yang ditentukan. Menurut teori biomekanika olahraga raket yang dikemukakan oleh (Kumar & Das, 2024), akurasi

hasil pukulan smash bergantung pada faktor-faktor kinematik, seperti presisi sudut sendi dan kecepatan gerakan tubuh saat memukul bola, meskipun gerakan dasarnya sudah bisa dilakukan, posisi sudut sendi dan gerakan tangan mereka saat paddle menyentuh bola masih tidak tetap, sehingga hasil smash yang mereka hasilkan kurang tepat sasaran dan sering meleset dari target utama.

Sementara itu, ada 3 atlet dengan persentase 15% yang masuk ke kategori tidak tepat, yang menunjukkan bahwa masih ada atlet yang menghadapi kesulitan dasar dalam melakukan smash sesuai dengan target yang diharapkan. Berdasarkan teori neuromuscular oleh (Kumar & Das, 2024) ketepatan arah bola smash juga sangat bergantung pada faktor koordinasi, pola aktivasi otot, dan ketepatan waktu (timing) dalam menyesuaikan pukulan

terhadap bola yang datang. Hasil tidak tepat pada kelompok 15% atlet ini terjadi karena kesalahan dalam menentukan waktu ayunan pada paddle saat berhadapan dengan bola yang datang, sehingga perkenaan bola pada paddle menjadi tidak sempurna. Selain masalah itu, kegagalan ini juga dipicu oleh kurangnya latihan aktivasi otot yang terarah, sehingga koordinasi antar kelompok otot belum matang dan pola pelepasan gaya pukulan menjadi tidak sinkron. Akibatnya, transfer energi menuju paddle terhambat dan menyebabkan hasil smash kehilangan akurasi

Dalam pelaksanaan tes, beberapa atlet juga terlihat belum mampu mempertahankan konsistensi pukulan pada setiap kesempatan yang diberikan. Meskipun terdapat atlet yang berhasil mengarahkan bola ke area sasaran pada beberapa

percobaan, hasil tersebut belum dapat dipertahankan hingga seluruh kesempatan pukulan selesai. Hal ini menunjukkan bahwa konsistensi merupakan salah satu aspek yang masih perlu ditingkatkan. Dalam permainan pickleball, kemampuan melakukan smash secara konsisten sangat penting karena pemain mampu menghasilkan pukulan yang efektif secara berulang selama pertandingan berlangsung.

Tidak ditemukannya atlet pada kategori sangat tepat maupun tepat menunjukkan bahwa ketepatan smash atlet secara keseluruhan masih belum optimal. Kondisi ini dapat dipengaruhi oleh belum terbentuknya koordinasi gerak yang baik antara ayunan lengan, putaran badan, perpindahan berat badan, dan gerakan kaki

Hasil penelitian ini juga berkaitan dengan penelitian (Miftahurrahman et

al., 2025) yang menunjukkan bahwa variasi latihan push-up memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan pukulan smash anggota UKM Pickleball Universitas Jambi. Dalam penelitian tersebut, nilai rata-rata kemampuan smash meningkat dari 7,27 pada pre-test menjadi 23,00 pada post-test setelah diberikan program latihan push-up. Temuan tersebut menunjukkan bahwa kemampuan smash tidak hanya dipengaruhi oleh penguasaan teknik, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi fisik, khususnya kekuatan dan daya tahan otot lengan serta bahu yang berperan dalam menghasilkan pukulan yang kuat dan terarah.

Temuan tersebut mendukung hasil penelitian ini, yaitu masih dominannya atlet yang berada pada kategori kurang tepat sebesar (85%) dan masih adanya atlet yang berada pada

kategori tidak tepat sebesar (15%). Kondisi tersebut mengindikasikan bahwa kemampuan ketepatan smash atlet masih perlu ditingkatkan melalui latihan yang tidak hanya berfokus pada penguasaan teknik, tetapi juga pada peningkatan kondisi fisik sebagai penunjang pelaksanaan smash. Semakin baik kekuatan otot lengan, koordinasi gerak, keseimbangan tubuh, dan stabilitas tubuh yang dimiliki atlet, maka semakin besar pula peluang menghasilkan pukulan smash yang akurat dan efektif. Oleh karena itu, hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa program latihan yang mengombinasikan latihan teknik dengan latihan kondisi fisik, seperti variasi latihan push-up, dapat menjadi salah satu alternatif untuk meningkatkan kemampuan ketepatan smash atlet.

Meskipun demikian, terdapat perbedaan tujuan antara penelitian ini dengan penelitian (Miftahurrahman et al., 2025). Penelitian tersebut menggunakan metode eksperimen untuk mengetahui pengaruh variasi latihan push-up terhadap kemampuan smash, sedangkan penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif yang bertujuan menggambarkan tingkat ketepatan smash atlet pickleball Jambi. Dengan demikian, penelitian ini tidak menjelaskan hubungan sebab-akibat, melainkan memberikan gambaran mengenai kondisi kemampuan ketepatan smash atlet pada saat penelitian dilaksanakan.

Selain itu, hasil penelitian ini juga memiliki kesamaan dengan penelitian (Hasanuddin et al., 2023) yang menyatakan bahwa kemampuan smash merupakan salah satu indikator penting dalam menilai

keterampilan bermain. Meskipun penelitian tersebut dilakukan pada cabang olahraga bulutangkis, prinsip dasar pelaksanaan smash yang membutuhkan koordinasi gerak, ketepatan arah, serta kekuatan pukulan memiliki karakteristik yang hampir sama dengan smash pada permainan pickleball. Perbedaan hasil yang diperoleh kemungkinan dipengaruhi oleh karakteristik subjek penelitian, pengalaman bermain, intensitas latihan, serta perbedaan cabang olahraga yang diteliti.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini memberikan gambaran bahwa ketepatan smash atlet pickleball Jambi masih berada pada kategori kurang tepat. Temuan ini menjadi informasi penting bagi pelatih maupun atlet sebagai dasar dalam menyusun program latihan yang lebih terarah.

Kepada pelatih, disarankan untuk memberikan latihan teknik smash secara berkesinambungan, khususnya melalui metode drill yang intensif guna meningkatkan ketepatan smash pada atlet. Penguasaan teknik ini perlu diberikan secara berkelanjutan untuk meningkatkan prestasi, mengingat pukulan smash merupakan salah satu senjata utama untuk mencetak poin dan memenangkan pertandingan. Sementara itu, bagi para atlet, diharapkan untuk terus berlatih untuk meningkatkan ketepatan smash, melalui latihan yang konsisten, kemampuan atlet akan semakin meningkat, terutama dalam hal ketepatan smash saat melakukan serangan ke area pertahanan lawan.

D. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ketepatan *Smash* dalam permainan pickleball pada atlet pickleball jambi pada kategori “kurang tepat” terdapat 17 orang dengan persentase 85%, selanjutnya untuk kategori “tidak tepat” terdapat 3 orang dengan persentase 15%.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, K. (2022). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (N. Saputra, Ed.). Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Aprilo, I., & Atifah, N. I. (2021). *Survey Minat Pelajar dan Guru PJOK Kota Makassar terhadap Olahraga Pickleball*. 1487–1496.
- Ardiansyah, O., Dewanta, T., Keolahragaan, F. I., & Yogyakarta, U. N. (n.d.). *Perbedaan Ketepatan Overhead Smash Silang Posisi Genap dan Overhead Smash Silang Posisi Ganjil di Sekolah Bulutangkis Nitikan Yogyakarta Pada Usia 12-15 Tahun*. 024, 1–11.
- Arizzi, H., Kustoro, A., & Kediri, U. K. (2022). *The Accuracy of Smash Hits on Badminton Extracurricular Male Students at SMP Negeri 3 Lamongan Ketepatan Pukulan Smash pada Siswa Putra Ekstrakurikuler Bulutangkis di SMP Negeri 3 Lamongan*. 2(1), 371–382.
- Artha, I. K. A. (2021). *Pengaruh Metode Drill Terhadap Hasil Smash Bulutangkis Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 4 Busungbiu*. 7(1), 46–55.
- Asyhari, H., Rahmi, S., Farhana, R., & Jasmani, S. P. (2024). *Jurnal pengabdian kepada masyarakat*. 4, 291–297.
- Bundala, T. (2024). 3 1,2,3. 5, 348–360.
- Dewanti, R. A., & Jakarta, U. N. (2022). *Sosialisasi Pembuatan Lapangan dan Pertandingan Olahraga Pickleball*. 2022, 235–242.
- Firdaus, D. P., Sudirjo, E., & Rahman, A. A. (2024). *Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bulutangkis Pendahuluan*. 7(2), 615–628. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.25842>
- Hasanuddin, M. I., Syafruddin, M. A., & Sutriawan, A. (2023). *Tingkat Keterampilan Smash Pada Atlet Bulutangkis*. *Jurnal Stamina*, 6(4), 141–151. <https://doi.org/10.24036/jst.v6i4.1239>
- Imam Machali. (2021). *METODE PENELITIAN KUANTITATIF Panduan Praktis*

- Merencanakan,
Melaksanakan dan Analisis
dalam Penelitian Kuantitatif
(A. Q. Habib, Ed.). Fakultas
Ilmu Tarbiyah dan Keguruan
Universitas Islam Negeri
(UIN) Sunan Kalijaga
Yogyakarta.
Indonesia Pickleball Federation.
(2025). *Sejarah Pickleball
Indonesia*.
Irvan, Hasbi Asyhari, S. (2021). *Pkm
pickleball*. 935–938.
Kusnanda, F. D., Kahri, M., &
Haffyandi, R. A. (2024).
*Perkembangan olahraga
pickleball di Sekolah
Menengah Pertama*. 7(1),
364–377.
[https://doi.org/10.29408/pork
es.v7i1.25660](https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25660)
Miftahurrahman, Nugraha, U., &
Mardian, R. (2025). Pengaruh
Variasi Latihan Push- Up
terhadap Kemampuan
Pukulan Smash Anggota
UKM Pickleball Universitas
Jambi. *SPRINTER: Jurnal
Ilmu Olahraga*, 6(1), 136–142.
[https://doi.org/10.46838/spr.v
6i1.710](https://doi.org/10.46838/spr.v6i1.710)
PICKLEBALL, U. (2025). *Official
Rulebook* (T. S. Tambunan,
Ed.). CV. MEDIA SAINS
INDONESIA.
Play! Pickle. (2025). Indoor vs. Outdoor
Pickleballs: How To Choose
The Right Ball For Your
Game. *Play! Pickle*.
Pranata, G. A., Suyasa, P. W. A.,
Mertayasa, I. N. E., Pritchard,
J., Bell, B., & Serikat, A.
(2025). *Pengembangan 3D
Liveshoot Sebagai
Pengenalan Olahraga
Pickleball*. 14, 326–338.
Rahul. (2025). *Planning a Pickleball
Court in India? Don't Start
Until You Read This*.
PACECOURT.
Standar Ukuran Lapangan Pickleball.
(2024). RagaSport.
Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian
Kuantitatif dan Kualitatif dan
R&D*.
Syarifudin, D., Erliana, M., Syarifudin,
D., Mulhim, M., & Erliana, M.
(2023). *Analisis Ketepatan
Pukulan Forehand Smash
Pada Atlet Bulutangkis Club
PB. Puma Muara Uya
Kabupaten Tabalong*. 4(2),
112–118.
Taufiq, A., Ilmi, N., Hudain, A.,
Jasmani, P., Universitas, P., &
Makassar, N. (2024).
*Indonesian Journal of
Physical Activity*. 4(2), 131–
142.