

Pemateri :Rizki Mahreza

Program MGMP PJOK

PERMAINAN BULU TANGKIS

1. Pengertian Permainan

Bulu tangkis (badminton) adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua pemain (tunggal) atau dua pasangan (ganda) yang saling berlawanan. Tujuan utamanya adalah memukul kok (*shuttlecock*) melewati net agar jatuh di area lapangan lawan dan mencegah lawan melakukan hal yang sama.

2. Lapangan dan Peralatan

- **Ukuran lapangan:**
 - Panjang: 13,40 meter.
 - Lebar: 5,18 meter (tunggal) / 6,10 meter (ganda).
 - Tinggi net: 1,55 meter.
- **Peralatan utama:** Raket, kok (*shuttlecock*), dan net.

3. Teknik Dasar

- **Pegangan raket (*grip*):**
 - *Forehand grip*: Posisi seperti menjabat tangan.
 - *Backhand grip*: Ibu jari menempel pada bagian pipih gagang raket.
- **Sikap berdiri (*footwork*):** Pergerakan kaki yang lincah untuk menjangkau semua sudut lapangan.
- **Servis:**
 - Servis pendek (biasanya pada ganda).
 - Servis panjang/tinggi (biasanya pada tunggal).
- **Pukulan (*stroke*):**
 - *Lob*: Pukulan melambung jauh ke belakang area lawan.
 - *Drop shot*: Pukulan lembut yang melintasi net dan jatuh dekat net lawan.
 - *Smash*: Pukulan keras dan menukik tajam untuk mematikan lawan.
 - *Drive*: Pukulan datar dan cepat sejajar dengan net.
 - *Netting*: Pukulan halus di dekat net agar kok tipis melintasi garis jaring.

4. Sistem Pertandingan dan Skor

- **Sistem skor:** Menggunakan *rally point* (poin langsung diraih tanpa harus servis terlebih dahulu).
- **Jumlah poin:** 21 poin per *game*. Pemenang ditentukan oleh tim yang meraih dua *game* terlebih dahulu (*best of three*).
- **Kondisi Deuce:** Jika skorimbang 20–20, pemenang harus unggul dua poin (misal: 22–20). Batas maksimal poin adalah 30.

5. Induk Organisasi

- **Internasional:** BWF (*Badminton World Federation*).
- **Nasional (Indonesia):** PBSI (Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia)

6. Taktik dan Strategi Permainan

- **Taktik Tunggal (*Single*):**
 - Pola penempatan kok (*court coverage* & mengeksploitasi ruang kosong).
 - Pengendalian tempo permainan.
- **Taktik Ganda (*Double*):**
 - Formasi berdampingan (*side-by-side*) untuk bertahan.
 - Formasi depan-belakang (*front-and-back*) untuk menyerang.
 - Rotasi dan komunikasi antar-pemain saat transisi posisi.

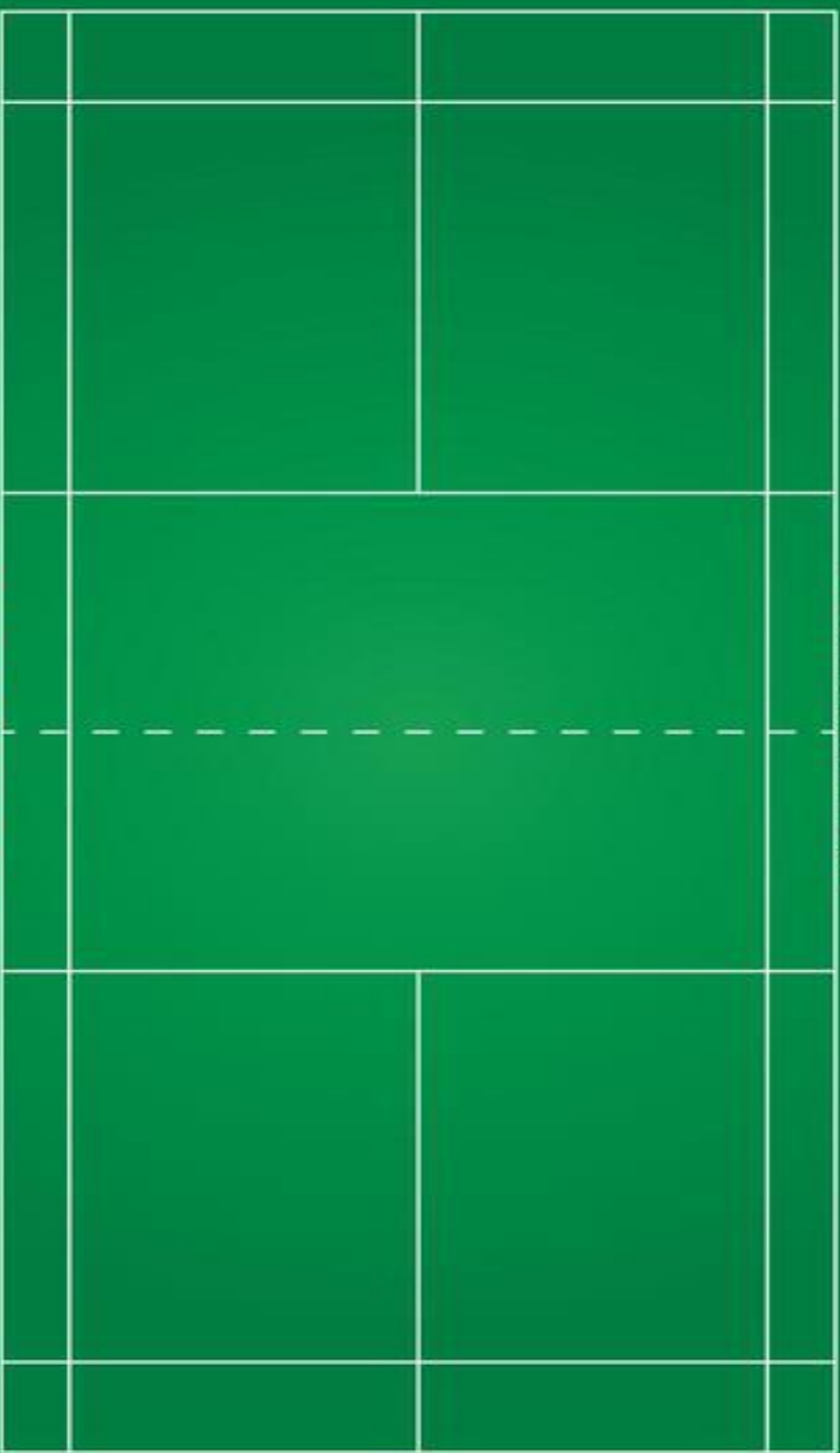
7. Pendekatan Pembelajaran (Pedagogi PJOK)

Pendekatan	Penerapan dalam Pembelajaran Bulu Tangkis
TGfU (<i>Teaching Games for Understanding</i>)	Pembelajaran diawali dengan permainan modifikasi (misal: area lapangan diperkecil atau membatasi jenis pukulan) agar siswa memahami taktik sebelum menyempurnakan teknik.
Diferensiasi	Penyesuaian materi berdasarkan kemampuan siswa (misal: penggunaan raket/kok yang disesuaikan atau jarak servis yang lebih dekat untuk pemula).
Pengintegrasian Dimensi Profil Pelajar Pancasila	Mengembangkan sikap gotong royong (kerja sama ganda), penalaran kritis (analisis taktik lawan), dan kemandirian.

8. Peraturan Permainan & Perangkat Pertandingan (Update BWF)

- Regulasi batas ketinggian servis (maksimal 1,15 meter dari permukaan lapangan).
- Sistem perhitungan poin (*rally point* 3 x 21).
- Tata cara perwasitan (*umpire*) dan hakim garis (*line judge*) untuk materi praktik siswa.

BADMINTON



BADMINTON