

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *FORHAND* DAN *BACKHAND* BULUTANGKIS MELALUI MODIFIKASI RAKET KAYU PADA SISWA

Ridwan Sudirman¹, Dedi Aryadi²

^{1,2}Dosen Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

STKIP Setiabudhi

ridwansudirmanpendor@gmail.com, dediaryadipendor@gmail.com

Abstract

The purpose of this research is to create a modification product of racket modification media from wood to improve forhand and back hand training in badminton games. The research approach used is development research. The results of the study obtained aspect 1 value of "while participating in badminton using a racquet modification media, how do you feel?" Response 84 students or 84% of respondents feel happy. Aspect 2. "Do you use the modification as a towel handle with adhesive, how do you feel?" Response 79 students or 79% of respondents find it easier to learn. 3rd question. "What do you think about the assignment during the learning process?" The response of 83 students or 83% of respondents felt easy, 15 people or 15% of respondents answered mediocre, and 2 people or 2% of respondents answered difficult. The answer to aspect no-4. "What do you think about the modification with glue as a handle?" The response of 86 students or 86% of respondents answered could be continued. The use of badminton racket grip products has a positive impact on students to learn the technique of racket grip Kata Kun. This research is based on the author's observations in the field, regarding the smash forehand material. The method used is the Action Research method with qualitative and quantitative data collection, namely Class A Morning Semester IV with a total of 36 students, consisting of 31 male students and 5 female students. This research involved Badminton Game Lecturer as a collaborator, the research was conducted in two cycles, each cycle consisting of two meetings. The first cycle activity which was realized through learning the throwing of the ball gave the following results: 1) students did not understand the concept of smash forehand badminton games, for example students still make the forehand smash not by straightening their arms completely, 2) students do not understand how to hold the racket when doing bad forehand smash for badminton, 3) students are not confident when doing smash forehand for badminton. II which is realized through learning to throw the ball above gives the following results: 1) students begin to understand the basic concepts of the smash forehand badminton game, this understanding can be seen from the ara students do and learn the movement of badminton smash forehand games well, 2) students can perform stages of badminton smash forehand blows well, 3) motivation and confidence of students increases when doing badminton forehand smash blows. The results of this study an increase in learning outcomes forehand badminton smash through upper ball throwing learning, an increase occurs in each learning that begins with initial observation, cycle I and ends in cycle II. An increase in the psychomotor aspect, students have understood the concept of smashforehand badminton. In the cognitive aspect, students' understanding increases along with the process of following the lessons, it can be seen from the enthusiasm and enthusiasm of students participating in learning, student confidence in interacting with students and lecturers, the value of honesty, discipline, cooperation responsibility and tolerance between students that they show.

Keywords: *Modification, forhand and back hand training, Badminton Leaning Media.*

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah menciptakan produk modifikasi media modifikasi raket dari kayu untuk meningkatkan latihan forhand dan back hand dalam permainan bulutangkis. Pendekatan penelitian yang digunakan adalah penelitian pengembangan. Hasil penelitian diperoleh nilai aspek 1 tentang "selama

mengikuti bulutangkis dengan menggunakan media modifikasi alat raket, bagaimana perasaanmu?” Respon 84 siswa atau 84% responden merasa senang. Aspek ke 2. “Apakah penggunaan modifikasi sebagai pegangan handuk dengan perekat, apa yang kamu rasakan?” Respon 79 siswa atau 79% dari responden merasa lebih mudah untuk belajar. Pertanyaan ke-3. “Apa pendapatmu tentang tugas selama proses pembelajaran berlangsung?” Respon 83 siswa atau 83% responden merasa mudah, 15 orang atau 15% responden menjawab biasa-biasa saja, dan 2 orang atau 2% dari responden menjawab sulit. Jawaban untuk aspek no-4. “Apa pendapat anda tentang modifikasi dengan perekat sebagai pegangan” respon 86 siswa atau 86% responden menjawab bisa diteruskan. Penggunaan produk pegangan raket bulutangkis memberikan dampak positif pada mahasiswa untuk belajar teknik pegangan raket Kata Kun. Penelitian ini dilator belakang oleh hasil pengamatan penulis dilapangan, mengenai materi smash forehand. Untuk itu, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar terhadap pukulan smash forehand dalam permainan bulutangkis melalui pembelajaran. Metode yang digunakan adalah metode penelitian tindakan (Action Research) dengan pengambilan data kualitatif dan kuantitatif yaitu kelas A Pagi Semester IV dengan jumlah Mahasiswa sebanyak 36 mahasiswa, yang terdiri dari 31 mahasiswa laki-laki dan 5 mahasiswa perempuan. Penelitian ini melibatkan Dosen Mata Kuliah Permainan Bulutangkis sebagai kolaborator, penelitian dilakukan sebanyak II siklus, setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Kegiatan siklus I yang direalisasikan melalui pembelajaran lempar bola atas memberikan hasil sebagai berikut: 1) mahasiswa belum paham akan konsep pukulan smash forehand permainan bulutangkis, contohnya mahasiswa masih melakukan gerakan pukulan smash forehand tidak dengan meluruskan lengan sepenuhnya, 2) mahasiswa belum paham cara memegang raket pada saat melakukan pukulan smash forehand permainan bulutangkis, 3) mahasiswa belum percaya diri pada saat melakukan gerakan pukulan smash forehand permainan bulutangkis. Kegiatan siklus II yang direalisasikan melalui pembelajaran lempar bola atas memberikan hasil sebagai berikut: 1) mahasiswa mulai memahami konsep dasar pukulan smash forehand permainan bulutangkis, pemahaman ini dapat dilihat dari cara mahasiswa melakukan dan mempelajari gerakan pukulan smash forehand permainan bulutangkis dengan baik, 2) mahasiswa dapat melakukan tahapan-tahapan pukulan smash forehand bulutangkis dengan baik, 3) motivasi dan percaya diri mahasiswa meningkat pada saat melakukan pukulan smash forehand permainan bulutangkis. Hasil penelitian ini adanya peningkatan hasil belajar smash forehand bulutangkis melalui pembelajaran lempar bola atas, peningkatan terjadi disetiap pembelajaran yang dimulai dengan observasi awal, siklus I dan diakhiri pada siklus II. Terjadi peningkatan pada aspek psikomotor, mahasiswa telah memahami konsep gerak smash forehand bulutangkis. Pada aspek kognitif, pemahaman mahasiswa bertambah seiring dengan proses mengikuti pelajaran, terlihat dari semangat dan antusias mahasiswa mengikuti pembelajaran, kepercayaan diri mahasiswa dalam berinteraksi dengan mahasiswa dan dosen, nilai kejujuran, kedisiplinan, kerjasama tanggung jawab dan toleransi antar mahasiswa yang mereka tunjukkan.

Kata kunci : Modifikasi, latihan forhand dan back hand , Media Pembelajaran Bulutangkis.

Histori artikel : disubmit pada 18 September 2020; direvisi pada tanggal 28 September 2020; diterima pada tanggal 9 Oktober 2020

I. PENDAHULUAN

Dalam meningkatkan hasil belajar dosen harus menguasai materi, karena dengan menguasai materi, dosen dapat menentukan strategi pembelajaran yang tepat. Dalam hal tersebut dosen harus melihat olahraga bulu tangkis dengan cara pandang yang sesuai dengan arti olahraga bulu tangkis dalam dunia pendidikan. Tugas utama dosen mata kuliah permainan bulutangkis dalam proses belajar mengajar adalah membantu mahasiswa untuk menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, pembelajaran mempunyai pengertian yang mirip dengan pengajaran,

walaupun mempunyai konotasi yang berbeda. Dalam konteks pendidikan, dosen mengajar supaya peserta didik dapat belajar dan menguasai isi pelajaran hingga mencapai sesuatu objektif yang ditentukan (aspek kognitif), juga dapat mempengaruhi perubahan sikap (aspek afektif), serta keterampilan (aspek psikomotor) seseorang peserta didik. Pengajaran memberi kesan hanya sebagai pekerjaan satu pihak, yaitu pekerjaan dosen saja. Sedangkan pembelajaran juga menyiratkan adanya interaksi antara dosen dengan mahasiswa.

Pembelajaran adalah proses interaksi peserta didik dengan pendidik dan sumber belajar pada suatu lingkungan belajar. Pembelajaran merupakan bantuan yang diberikan pendidik agar dapat terjadi proses pemerolehan ilmu dan pengetahuan, penguasaan kemahiran dan tabiat, serta pembentukan sikap dan kepercayaan pada peserta didik. Dengan kata lain, pembelajaran adalah proses untuk membantu peserta didik agar dapat belajar dengan baik. Dalam permainan bulutangkis, banyak pembelajaran-pembelajaran yang dapat mempermudah mahasiswa dalam menerima materi. Saat kita melempar batu pun tanpa disadari terkandung unsur-unsur teknik dasar dalam permainan bulu tangkis. Dalam kamus Bahasa Indonesia melempar diartikan membuang jauh-jauh suatu benda. Dalam olahraga pun banyak yang dimana dalam teknik dasarnya melempar salah satunya adalah lempar lembing, soft ball, basket, dan sebagainya. Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individual yang dapat dilakukan dengan cara melakukan satu orang melawan satu orang atau dua orang melawan dua orang. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukul dan *shuttle cock* sebagai objek pukul, lapangan permainan berbentuk segi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dan daerah permainan lawan. Tujuan permainan bulutangkis adalah berusaha untuk menjatuhkan *shuttle cock* di daerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul *shuttle cock* dan menjatuhkan di daerah permainan sendiri.

Pada saat permainan berlangsung masing-masing pemain harus berusaha agar *shuttle cock* tidak menyentuh lantai di daerah permainan sendiri, apabila *shuttle cock* jatuh di lantai atau menyangkut di net maka permainan berhenti. Dalam mata kuliah permainan bulutangkis, permainan bulutangkis masuk dalam salah satu

kurikulum yang diajarkan di tingkat Perguruan Tinggi. Dalam permainan bulutangkis banyak terdapat unsur gerak (motorik) yang dapat membantu mahasiswa untuk menjalani proses pertumbuhan dan perkembangan jasmani, psikomotor, kognitif, afektif. Hal ini dapat menunjang proses pendidikan jasmani secara keseluruhan. Ada beberapa jenis *tehnik* dasar pukulan *forehand* maupun *backhand* dalam permainan bulu tangkis diantara nya adalah : *servece*, *lob*, *smes (smash)*, *drive*, *drop shot*. Dalam permainan bulutangkis pukulan smash adalah pukulan yang sangat penting artinya karena tujuannya pukulan ini untuk mematikan lawan. Smash yang baik adalah smash yang keras dan curam ke bawah agar lawan sulit untuk mengembalikan *shuttle cock* kembali.

Jurnal Pendidikan Olah Raga, Vol. 3, No. 2, Desember 2014 Dalam melakukan gerakan pukulan smash dilakukan tenaga dan konsentrasi yang tinggi agar perkenaan *shuttle cock pas* pada senar raket sehingga hasil yang kita inginkan dapat tercapai. Pada dasarnya peneliti melihat bahwa salah satu *tehnik* dasar permainan bulutangkis yaitu pukulan *smash forehand*, masih sulit dikuasai oleh para mahasiswa di Prodi Penjaskes STKIP Setiabudhi. Banyak cara dan pembelajaran bagi pengajar untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan pukulan smash salah satu nya dengan pembelajaran lempar bola atas dimana akan mempermudah mahasiswa dalam melakukan teknik dasar *smash forehand* bulutangkis. Untuk itu akan diteliti oleh penulis apakah pembelajaran lempar bola atas dapat untuk meningkatkan hasil belajar pada mahasiswa kelas A Penjaskes STKIP Setiabudhi. Berdasarkan kerangka teori diatas bahwa pendidikan jasmani mempunyai tujuan kepada keselarasan antara tubuh maupun perkembangan jiwa mahasiswa atau peserta didik. Kesalahan yang sering terjadi saat proses belajar berlangsung adalah mahasiswa banyak yang merasakurang percaya diri saat melakukan gerakan smash *forehand* jadi seperti lengan terlihat kaku atau posisi kaki yang kurang relaks, saat bergerak kedepan gerakan kaki tidak bergerak kedepan mengikuti gerakan lengan. Dari beberapa kesalahan yang mahasiswa lakukan diatas terdapat suatu pemecahan masalah antara lain : memberikan motivasi yang lebih kepada mahasiswa agar lebih semangat melakukan gerakan *smash forehand*

dengan maksimal, diberikan pembelajaran yang menarik agar mahasiswa tidak cepat bosan dalam mengikuti pembelajaran tersebut.

Menurut Tohar (1992 :57) rangkaian gerak pukulan *smash* sangat kompleks yaitu: gerak awal melakukan pukulan *smash* hampir sama dengan gerakan pukulan Lob, perbedaan yang utama adalah pada saat perkenaan pukulan lob diarahkan keatas sedangkan pukulan *smash* diarahkan tajam dan curam kebawah dengan kecepatan tinggi karena menggunakan kekuatan penuh dan cambukan pergelangan tangan yang kuat. *Smash* adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bulutangkis. *Smash* adalah pukulan yang menukik tajam kebawah tujuan dari pukulan ini adalah untuk mematikan *shuttlecock* secepat-cepatnya. *Smash* yang mematikan adalah *smash* yang menukik tajam kebawah serta dipadukan dengan kecepatan laju *shuttlecock*.

Dalam pertandingan bulutangkis pukulan *smash* sangat yang paling ditunggu karena sangat menghibur. Umumnya pukulan *smash* banyak dikeluarkan pada pemain ganda karena pada permainan ganda sangat penting sekali untuk mematikan *shuttlecock*. Dalam pembelajaran di sekolah pun pukulan *smash* adalah salah satu materi yang diajarkan, dan masuk dalam salah satu kurikulum. Tetapi dalam pembelajaran masih banyak mahasiswa dalam melakukan pukulan *smash* yang belum benar teknik pukulannya. Adapun dalam pembelajaran *smes* ini memakai pembelajaran lempar atas bola karena agar mahasiswa lebih mudah mempelajari gerakan teknik dasar pukulan *smesforehand*.

II. METODE

Metode merupakan suatu cara yang paling penting digunakan seseorang dalam usahanya untuk mencapai tujuan yang digunakan. Karena dengan penelitian inilah peneliti akan dapat dilaksanakan secara tepat, cepat dan akurat. Upaya menjawab pertanyaan penelitian diperlukan metode yang sesuai dengan masalah dan tujuan penelitian. Sugiyono (2011:3) mengartikan secara umum metode penelitian yaitu: "sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Sugiyono (2011:3) mengartikan secara umum metode penelitian yaitu: "sebagai cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah Metode Deskriptif, menurut Hadari Nawawi (2007:67) mendefinisikan metode deskriptif dapat diartikan

sebagai prosedur pemecahan masalah yang diselidiki dengan menggambarkan/melukiskan keadaan subyek/obyek penelitian (seseorang, lembaga, masyarakat dan lain-lain) pada saat sekarang berdasarkan fakta-fakta yang tampak, atau sebagaimana adanya. Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan (*action Research*). Menurut Agus Kristiyanto (2010:17-18) Penelitian tindakan adalah suatu bentuk penelitian reflektif diri yang kolektif yang dilakukan oleh peserta-peserta nya dalam situasi sosial untuk meningkatkan penalaran dan keadilan praktik pendidikan sosial mereka. Penelitian tindakan merupakan tindakan yang menekankan kepada kegiatan (tindakan) dengan menguji cobakan suatu ide ke dalam praktek atau situasi nyata dalam skala mikro, yang diharapkan kegiatan tersebut mampu memperbaiki dan meningkatkan kualitas proses belajar mengajar. Adapun metode penelitian yang digunakan dalam Jurnal Pendidikan Olah Raga, Vol. 3, No. 2, Desember 2014 ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK).

Menurut Agus Kristiyanto (2010:17-18) Penelitian Tindakan Kelas adalah: Suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif dan dilakukan untuk meningkatkan kemampuan rasional dari tindakan-tindakan guru atau calon guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan tugas, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi dimana praktek-praktek pembelajaran pendidikan jasmani tersebut dilakukan, dimulai dari adanya perencanaan, pelaksanaan, observasi dan refleksi untuk setiap siklusnya. Adapun yang menjadi subjek penelitian ini adalah siswa kelas A Pagi Semester IV IKIP-PGRI Pontianak yang berjumlah 36 orang yaitu terdiri dari putra dan putri. Jumlah mahasiswa yang ada sebanyak 36 orang, dengan jumlah siswa putra 32 dan putri 4 orang. Teknik yang digunakan dalam menganalisis data yang telah terkumpul dilakukan dengan mencari sumber data dalam penelitian yaitu siswa, dengan jenis data kuantitatif diperoleh langsung dari observasi dan pengamatan yang dilakukan sebelum dan sesudah dilakukan tindakan pukulan smash forehand dengan pembelajaran lempar bola atas. 1. Tes Menurut Nurhasan (2001:2), “tes adalah suatu alat ukur yang dapat digunakan untuk memperoleh data yang obyektif tentang hasil belajar siswa”. Lebih lanjutnya Arikunto (dalam Nurhasan 2001:2), “mengemukakan pengertian

tes adalah merupakan suatu alat atau prosedur yang digunakan untuk mengetahui atau mengukur sesuatu dalam suasana dengan cara dan aturan-aturan yang sudah ditentukan". 2. Alat Pengumpul Data Alat perlengkapan dan sarana yang yang digunakan. a. lapangan bulu tangkis b. Net bulu tangkis, c. Raket, d. Shuttle cocke, e. blanko, f. alat tulis untuk mencatat hasil Isolatif.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus I Hasil penilaian pembelajaran *smash forehand* bulu tangkis kelas A Pagi Semester IV secara umum belum menunjukkan hasil yang maksimal pada siklus I. Dari pelaksanaan siklus I diperoleh hasil penilaian kemampuan psikomotorik atau kemampuan melakukan gerakan pukulan *smash forehand* sebagai berikut: nilai terendah 50 nilai tertinggi 81, dengan rata-rata nilai 59,56 dan simpangan baku 6,64. Tabel.1 Distribusi hasil siklus1 pukulan *smash forehand* bulu tangkis

Nilai tengah	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
140	4	11,11 %
143	5	13,89 %
146	7	18,75 %
149	5	13,89 %
152	3	7,79 %
155	1	2,60 %
158	1	2,60 %
161	1	2,60 %
164	1	2,60 %
167	1	2,60 %
170	1	2,60 %
173	1	2,60 %
176	1	2,60 %
179	1	2,60 %
182	1	2,60 %
185	1	2,60 %
188	1	2,60 %
191	1	2,60 %
194	1	2,60 %
197	1	2,60 %
200	1	2,60 %
Jumlah	36	100 %

Dari hasil tabel diatas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar yang diperoleh mahasiswa kelas A Pagi Semester IV dalam rentan nilai 72 – 79 dengan persentasi 50,00 % dan frekuensi terkecil terdapat pada rentan nilai 80 – 87 dengan persentasi 5,56 %. Pada tabel tersebut mahasiswa yang telah memenuhi KKM sebanyak 20 mahasiswa dengan persentasi 59,56 %. Dengan ini dapat disimpulkan bahwa kemampuan hasil belajar mahasiswa dalam melakukan gerakan pukulan *smash forehand* pada siklus I mengalami peningkatan.

Hasil Penilaian siklus II Pada pelaksanaan siklus II pembelajaran *smash forehand* bulu tangkis secara umum meningkat dan jauh lebih baik. Dapat dilihat dari hasil penilaian sebagai berikut : Nilai terendah 75, Nilai tertinggi 85, Rata-rata 78,22 dan Simpangan baku 3,71. Dalam siklus tersebut semua mahasiswa telah memenuhi standar KKM dengan ketuntasan 100%.

VI. SIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian yang telah dijelaskan, dimana masalah meningkatkan hasil belajar pukulan *smash forehand* bulu tangkis melalui pembelajaran lempar bola atas pada mahasiswa kelas A Pagi semester STKIP Setiabudhi. Dari penelitian ini dapat disimpulkan, bahwa adanya perubahan atau

peningkatan pada aspek kognitif, aspek psikomotorik, dan aspek afektif. Berupa peningkatan hasil belajar mahasiswa dimulai dari observasi awal, pelaksanaan siklus I dan pelaksanaan siklus II. Dengan demikian melalui pembelajaran lempar bola atas dapat meningkatkan hasil belajar pukulan smash forehandbulutangkis pada mahasiswa kelas A Pagi semester IV STKIP Setiabudhi.

DAFTAR PUSTAKA

- Kristiyanto, Agus. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas (PTK)*. Surakarta: UNS Press.
- Nurhasan. 2001.
- Nawawi, Hadari. 2007. *Metode Penelitian Bidang Sosial*. Pontianak: Gadjah Mada Tohar. 1992.
- Sugiyono. 2011. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: CV. Alfabeta.
- _____. 2012. *Olahraga Pilihan Bulutangkis*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Tenaga Kependidikan, University Press.