

## PENGARUH MEDIA *SHUTTLECOCK* GANTUNG TERHADAP PENINGKATAN HASIL BELAJAR PUKULAN *LOB FOREHAND* BULUTANGKIS

Muhammad Fachry Al Yusuf\*, Faridha Nurhayati

S-1 Pendidikan Jasmanai, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

\*muhammadyusuf16060464074@mhs.unesa.ac.id

### Abstrak

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan berperan penting dalam perkembangan dan pertumbuhan. Dengan adanya pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) disekolah maka pengenalan teknik dasar cabang olahraga perlu diketahui oleh siswa. Media pembelajaran memiliki peran atau fungsi sebagai komponen dari suatu sistem pembelajaran yang sama pentingnya dengan komponen pembelajaran lain. Tujuan dari penelitian ini adalah mendeskripsikan hasil media *shuttlecock* gantung untuk meningkatkan pukulan *forehand* bulutangkis dalam pembelajaran PJOK. Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan menggunakan *One Sample Pretest Postest Design* sebagai desain penelitiannya. Penelitian ini dilakukan di SMKN 1 Cerme-Gresik, dan pengambilan sampel menggunakan *cluster random sampling*. Yang mana jumlah sampel 1 kelas sebanyak 30 siswa. Pada penelitian ini pengambilan data menggunakan tes keterampilan pukulan *forehand* bulutangkis, dimana tes ini digunakan sebelum perlakuan media *shuttlecock* gantung dan sesudah perlakuan media *shuttlecock* gantung. Analisis data menggunakan uji t sampel sejenis. Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa penggunaan media *shuttlecock* gantung dapat meningkatkan hasil belajar pukulan *forehand* bulutangkis siswa. Menurut hasil uji paired t-test bahwa pengaruh penggunaan media *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK pada materi lob *forehand* bulutangkis pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Cerme Gresik berdasarkan peningkatan persentase keterampilan yaitu sebesar 47,02% dan aspek pengetahuan sebesar 31,74%.

**Kata Kunci:** media *shuttlecock* gantung; permainan bulutangkis; hasil belajar pukulan *forehand*

### Abstract

Physical education, sports and health play an important role in development and growth. With Sport physical education and health in schools, students need to know about the introduction of basic sports techniques. Learning media has a role or function as a component of a learning system that is as important as other learning components. The purpose of this research is to describe the results of hanging shuttlecock media to improve badminton forehand hitting in Sport physical education and health learning. This research is an experimental study using *One Sample Pretest Postest Design* as the research design. This research was conducted at vacation high school 1 Cerme-Gresik, and the sample was taken using *cluster random sampling*. Which is the number of students in the class there are 30 students. In this study, data collection used a badminton forehand stroke skill test, where this test was used before the hanging *shuttlecock* media treatment and after the hanging *shuttlecock* media treatment. Data analysis technique by paired t-test. Based on the research results, it is known that the use of hanging *shuttlecock* media can improve student learning outcomes for badminton *forehand* strokes. According to the results of the paired t-test that the effect of using hanging *shuttlecock* media on student learning outcomes in participating in Sport physical education and health learning on badminton *forehand* lob material in class X vacation high school 1 Cerme-Gresik is based on an increase in the percentage of skill aspects, namely 47.02% knowledge of 31.74%.

**Keywords:** hanging shuttlecock media; badminton game; learning outcomes forehand strokes

## PENDAHULUAN

Pendidikan sangatlah penting, selain berguna bagi diri sendiri pendidikan juga berguna untuk memajukan bangsa dan negara, jika generasi penerus bangsa tidak mampu mengikuti perkembangan dunia maka negara akan jalan ditempat. Menurut Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional bahwa pengertian pendidikan adalah “Usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa dapat mengembangkan potensi dirinya”. Dengan adanya pendidikan maka siswa diharapkan memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan negara. Pada hal ini, praktis pendidikan terutama guru dituntut untuk bisa memberikan pembelajaran sesuai dengan ketentuan dalam Peraturan Pemerintah. Kreatifitas dan inovasi pada setiap mata pelajaran yang diajarkan di sekolah akan menjadi kunci tercapainya suatu tujuan pendidikan. Peraturan pemerintah nomor 22 tahun 2006 tentang Standar Proses Pendidikan disebutkan bahwa:

“Proses pembelajaran setiap satuan pendidikan harus interaktif, inspiratif, menyenangkan, menantang, dan memotivasi siswa untuk berpartisipasi aktif, serta memberikan ruang yang cukup bagi prakarsa, kreativitas, dan kemandirian sesuai bakat, minat dan perkembangan fisik serta psikologi siswa”

Pada hal ini, kreativitas dan inovasi pada setiap mata pelajaran yang diajarkan di sekolah akan menjadi kunci tercapainya suatu tujuan pendidikan. Pendidikan dimulai sejak lahir di dunia, namun pendidikan yang resmi dimulai sejak usia dini yaitu Panduan Anak Usia Dini (PAUD) hingga yang tertinggi di jenjang sekolah yaitu Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejuruan (SMK). Kabupaten Gresik terdapat satuan pendidikan dari sekolah anak usia dini hingga menengah atas/kejuruan, salah satunya adalah SMKN 1 Cerme. SMKN 1 Cerme merupakan sekolah menengah kejuruan terfavorit di Kabupaten Gresik. Sesuai Kompetensi Inti (KI) dan Kompetensi Dasar (KD) mata pelajaran PJOK kelas X yang terdapat pada kurikulum SMK, menurut perdijen dikeddasmen nomor 464/D.D5/KK/2018 yang di dalamnya terdapat KI 4, KD 4.2 yaitu “mempraktikkan teknik dasar salah satu aktivitas olahraga permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak”. Dalam permainan bola kecil terdapat berbagai macam materi dan salah satunya yaitu bulutangkis. Bulutangkis adalah olahraga raket populer, terutama di Asia dan Eropa, tidak seperti olahraga raket lainnya (Alam, Gendre, & Chowdhury, 2015:1). Olahraga ini sangat digemari oleh berbagai kalangan, mulai anak-anak hingga orang dewasa

karena permainan bulutangkis menarik dan relatif mudah untuk dimainkan (Ridwan, Dlis, & Humaid, 2018:1). Permainan bulutangkis bertujuan untuk meraih angka dengan memukul bola permainan yang berupa *shuttlecock* menggunakan raket sehingga *shuttlecock* melewati net dan jatuh dibidang permainan lawan. Permainan bulutangkis ada beberapa macam pukulan sehingga pemain akan semakin mudah melakukan permainan. Menurut Kunta (2010:20) Teknik bulutangkis yang sangat dasar yaitu *lob forehand*.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada saat membantu mengajar selama 1 bulan dengan guru pendidikan, jasmani, olahraga, dan kesehatan (PJOK) bernama bapak Ainul Rofiq, S. Pd yang dilakukan pada Jumat, 8 November 2019. Menyatakan bahwa siswa terdapat kesulitan saat melakukan pukulan *lob forehand* karena yang pertama yaitu, siswa terlambat berpindah tempat/bergeser saat *shuttlecock* datang sehingga pada saat memukul *shuttlecock* selalu tidak berada di depan kepala. Yang kedua siswa tidak bisa memukul dengan tepat pada saat *shuttlecock* datang sehingga seringkali terlambat/terlalu cepat saat melakukan pukulan. Kedua permasalahan tersebut diakibatkan siswa kurang bisa menangkap materi *lob forehand* dalam pembelajaran bulutangkis, karena pembelajaran kurang berinovasi, kreatif dan tidak menggunakan media pembelajaran. Media pembelajaran memiliki peran atau fungsi sebagai komponen dari suatu sistem pembelajaran yang sama pentingnya dengan komponen pembelajaran lain. Media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan (bahan pembelajaran), sehingga dapat merangsang perhatian, minat, pikiran, dan perasaan siswa dalam kegiatan belajar untuk mencapai tujuan belajar (Kristanto, 2016:2). Media merupakan salah satu komponen dalam proses belajar mengajar yang amat diperlukan, mengingat bahwa kedudukan media ini bukan sekedar alat bantu mengajar, tapi juga merupakan bagian integral dalam pembelajaran (Musfiqon, 2012: 36). Media pembelajaran yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah media *shuttlecock* gantung. Hal ini bertujuan untuk melatih siswa memukul *shuttlecock* dengan keadaan diam, sehingga siswa mendapat rasa yakin dan pada akhirnya tidak mengalami kesulitan saat melakukan pukulan *lob forehand*. Bulutangkis dinilai sebagai permainan yang sangat cepat, oleh karena itu pemain yang memiliki keunggulan kecepatan yang tinggi akan menang dari pemain yang lambat (Chansrisukot, Suwanthada, & Intiraporn, 2015:2). Permainan bulutangkis bertujuan meraih angka dengan memukul bola permainan yang berupa *shuttlecock* menggunakan raket sehingga melewati net dan jatuh dibidang permainan lawan. Tiap pemain atau pasangan hanya boleh memukul *shuttlecock* sekali. Menurut Ahsan (2012:14) Sebuah reli

berakhir jika *shuttlecock* menyentuh lantai atau menyentuh tubuh pemain. Dari salah satu teknik yang harus dikuasai yaitu pukulan *lob* karena termasuk pukulan dasar. Pukulan *lob* adalah pukulan melambung tinggi yang mengarah ke lapangan bagian belakang lawan, *lob* sendiri ada 2 yaitu *lob* serang atau *lob* bertahan. *Lob forehand* adalah pukulan untuk mengembalikan pukulan lawan yang mengarah belakang *forehand*, dilakukan posisi tubuh menghadap net dan *shuttlecock* diarahkan tinggi. Pukulan *lob* atau *clear forehand* adalah ketika bola dipukul ke arah dalam reli dan anda harus bergerak pada posisi di belakang bola yang akan datang dan menyiapkan grip *handshake*, sedangkan *lob backhand* adalah pukulan untuk mengembalikan pukulan lawan yang mengarah belakang *backhand*, dilakukan dari sisi tubuh membelakangi net dan membalikkan bahu kemudian memutar pinggang menyamping ke arah net dan *shuttlecock* diarahkan tinggi. *Lob backhand* adalah pukulan yang menggunakan pegangan *backhand*. Pukulan *lob* atau *clear backhand* jika dipukul ke arah sisi *backhand*, harus bergerak ke posisi belakang bola yang akan datang dan menyesuaikan grip *backhand* (Putra, Darmawiguna, & Kom, 2017: 03). Dari uraian latar belakang di atas penulis melakukan penelitian dengan tujuan mengetahui pengaruh media *shuttlecock* gantung terhadap peningkatan hasil belajar pukulan *lob forehand* pembelajaran bulutangkis.

**METODE**

Jenis dari penelitian ini termasuk penelitian eksperimen semu. Penelitian ini mempunyai tujuan untuk mengetahui pengaruh media *shuttlecock* gantung terhadap peningkatan hasil belajar pukulan *lob forehand* bulutangkis. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah desain eksperimen, penelitian diarahkan untuk membandingkan hasil distribusi daya *pre-test* dan *post-test* dari kelompok sampel (*One Sample Pretest Posttest Design*). Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X SMKN 1 Cerme yang berjumlah 8 jurusan, 16 Kelas, 544 siswa. Pemilihan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *cluster random sampling*, *Cluster Sampling* yang dipilih bukanlah individu, melainkan kelompok atau area yang disebut *Cluster* (Maksum, 2018:68). Jumlah sampel pada penelitian ini sebanyak 30 siswa SMKN 1 Cerme-Gresik. Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada bulan Juli 2020, dengan pengambilan data dilakukan dalam 2 pertemuan dan 2 kali *treatment* menggunakan media *shuttlecock* gantung dengan durasi waktu yang sama, waktu yang digunakan dalam setiap pertemuan yakni 150menit. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini yakni pengumpulan data menggunakan aspek pengetahuan dengan cara mengisi LKPD diberi waktu 30menit untuk mengerjakan dan aspek keterampilan dengan menggunakan tes pukulan *lob forehand* yang sudah divalidasi oleh beberapa ahli.

**Tabel 1. Instrumen Penilaian Keterampilan *Lob Forehand***

No	Nama	Kategori Penilaian																										
		P. Kaki					P. Badan				P. Kepala				P. Tangan Kiri dan Kanan				Perkenaan Raket dan Shuttlecock			Pergelangan tangan		Gerakan Lanjutan				
		1	2	3	4	5	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	1	2	1	2	3	4	5

Nilai keterampilan terendah diperoleh jika siswa mendapatkan nilai 1 pada setiap komponen sehingga jumlah nilai terendah adalah 7. Sedangkan jika siswa mendapat nilai maksimal atau tertinggi yaitu 26. Sedangkan untuk menentukan nilai aspek pengetahuan maka dihitung menggunakan perhitungan sebagai berikut:

Nilai *Lob Forehand* : **Error! Reference source not found.**

gantung (*pre-test*) dan sesudah menggunakan media *shuttlecock* gantung (*post-test*), dari data tersebut kita bisa mengetahui apakah ada peningkatan hasil belajar aspek keterampilan siswa atau tidak pada pembelajaran PJOK melalui penerapan media *shuttlecock* gantung.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Deskripsi pada data ini akan membahas tentang rata-rata, *standar deviasi*, rentangan nilai tertinggi dan terendah, yang didapat dari hasil tes *lob forehand* bulutangkis sebelum menggunakan media *shuttlecock*

**Tabel 2. Hasil Perhitungan Pre-test dan Post-test Keterampilan dan Pengetahuan Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol**

Kelompok	Tes	Mean	SD	Min	Max
Eksperimen	Pre-test Pengetahuan	54,70	10,79	40	70
	Pos-test Pengetahuan	72,06	10,38	50	90
	Pre-test Keterampilan	13,12	1,387	11	16
	Pos-test Keterampilan	19,29	1,978	16	23
Kontrol	Pre-test Pengetahuan	52,65	9,312	40	70
	Pos-test Pengetahuan	55,59	7,463	40	70
	Pre-test Keterampilan	13,48	1,255	10	15
	Pos-test Keterampilan	13,88	1,552	10	16

Berdasarkan tabel 2 diatas maka sudah tercantum hasil data yang didapatkan dalam aspek keterampilan dan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan perlakuan penggunaan media *shuttlecock* gantung (*pre-test*).

**Tabel 3. Pengujian Normalitas**

Deskripsi	Pre-test	Pos-test	Pre-test	Pos-test
N	34	34	34	34
P-Value	0,177	0,486	0,899	0,004
Status	Normal	Normal	Normal	Tidak Normal

Uji normalitas dilakukan untuk menguji apakah data yang dianalisis berdistribusi normal atau tidak. Dari perhitungan IBM SPSS for windows release 20 menggunakan uji normalitas *Chi-Square*.

**Tabel 4. Hasil Uji Beda Kelompok Berpasangan dan Kelompok Sejenis**

Kelompok Uji	N	P value	alpha	Ket
Pre-test – Post-test Keterampilan	34	0,000	0,05	Ada Beda
Pre-test – Post-test Pengetahuan	34	0,000	0,05	Ada Beda

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai *p-value* lebih kecil dibandingkan dengan nilai *alpha* sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang bermakna antara *Pre-test* keterampilan lob *forehand* bulutangkis dan *Post-test* keterampilan lob *forehand* bulutangkis. Sehingga dapat dikatakan bahwa *pre-test* dan *post-test* keterampilan memiliki perbedaan kemampuan. Hal ini dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh

penggunaan media *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar siswa pada materi lob *forehand* bulutangkis. Berdasarkan nilai Z, ada pengaruh hasil belajar siswa saat menggunakan media *shuttlecock* gantung.

**Tabel 5. Hasil Penghitungan Peningkatan Hasil Belajar Materi Lob Forehand Bulutangkis**

Kelompok	Tes	Mean	Selisih	Peningkatan
Eksperimen	Pre-test keterampilan	13,12	6,17	47,02%
	Pos-test keterampilan	19,29		
	Pre-test pengetahuan	54,70	17,36	31,74%
	Pos-test pengetahuan	72,06		
Kontrol	Pre-test keterampilan	13,38	0,5	3,74%
	Pos-test keterampilan	13,88		
	Pre-test pengetahuan	52,65	2,94	4,73%
	Pos-test pengetahuan	55,59		

Dari hasil tabel 5 tersebut bisa diketahui bahwa ada peningkatan yang cepat pada hasil belajar siswa dalam materi lob *forehand* bulutangkis pada yang mendapatkan perlakuan menggunakan media *shuttlecock* gantung. Kelas yang mendapatkan perlakuan menggunakan media *shuttlecock* gantung tersebut juga menunjukkan peningkatan hasil belajar siswa yang cepat dalam materi lob *forehand* bulutangkis pada aspek keterampilan sebesar 47,02% dan pada aspek pengetahuan sebesar 31,74%. Jadi, dapat dikatakan jika menggunakan media *shuttlecock* gantung, dapat berpengaruh terhadap peningkatan yang cepat pada hasil belajar siswa dalam materi lob *forehand* bulutangkis.

Dari hasil deskripsi data di atas dalam pembahasan ini akan dijelaskan pengaruh media *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar lob *forehand* bulutangkis pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Cerme Gresik, *Shuttlecock* gantung adalah suatu media pembelajaran yang belum pernah diterapkan pada pembelajaran materi lob *forehand* bulutangkis di SMK Negeri 1 Cerme Gresik. Siswa di sekolah tersebut merasa kurang paham dan bosan dengan penyampaian yang diberikan oleh guru tanpa adanya media di dalam materi tersebut. Akibatnya hasil belajar peserta didik dalam mengikuti pembelajaran PJOK menurun. Hal tersebut membuat peneliti melakukan penelitian menggunakan media *shuttlecock* gantung yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam materi lob *forehand* bulutangkis dan dalam mengikuti pembelajaran PJOK di sekolah. Pada awalnya para siswa merasa bingung dalam menjalankan tugas gerak yang

diinstruksikan oleh guru karena belum pernah diberikan oleh guru PJOK, tetapi setelah dijelaskan secara rinci tentang bagaimana langkah melakukan *lob* bulutangkis tersebut siswa merasa bersemangat untuk melakukannya. Antusiasme para siswa untuk melakukan *lob* bulutangkis cukup tinggi, peserta didik pun merasa senang ketika melakukannya. Beberapa faktor di atas merupakan hal-hal yang terjadi ketika penelitian dilaksanakan sehingga memungkinkan terjadinya pengaruh penggunaan media *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar *lob forehand* bulutangkis pada peserta didik kelas X SMK Negeri 1 Cerme Gresik.

## PENUTUP

### Simpulan

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan berikut:

1. Terdapat pengaruh penggunaan media *shuttlecock* gantung pada pembelajaran *lob forehand* bulutangkis terhadap hasil belajar PJOK pada materi *lob forehand* bulutangkis pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Cerme Gresik.
2. Besarnya pengaruh penggunaan media *shuttlecock* gantung terhadap hasil belajar siswa dalam mengikuti pembelajaran PJOK pada materi *lob forehand* bulutangkis pada siswa kelas X SMK Negeri 1 Cerme Gresik berdasarkan peningkatan persentase aspek keterampilan yaitu sebesar 47,02% dan aspek pengetahuan sebesar 31,74%.

### Saran

Saran yang dapat diajukan sebagai rekomendasi umum kepada semua pihak, terutama dalam dunia pendidikan antara lain:

1. Guru sebaiknya lebih memperhatikan penggunaan media *shuttlecock* gantung sebagai sarana untuk meningkatkan hasil belajar siswa agar mereka tidak merasa bosan dengan pembelajaran PJOK.
2. Guru perlu memberikan demonstrasi dan inovasi dalam pembelajaran agar siswa lebih aktif dalam mengikuti proses belajar mengajar.
3. Pemahaman siswa dalam keterampilan akan membantu siswa untuk melakukan tugas gerak dengan benar saat pembelajaran, semakin sering melakukan teknik dasar dengan benar maka semakin bagus pemahaman siswa dalam menguasai materi yang di berikan oleh guru.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahsan, H. (2012). *Mahir Bulutangkis*. Bandung: Tim Nuansa Cendekia.
- Alam, F., Nutakom, C., Chowdhury, H. (2015). *Effect of Porosity of Badminton Shuttlecock on*

*Aerodynamic Drag. Procedia Engineering 112 (2015) 430 – 435.*

Chansrisukot, G., Suwanthada, S., & Intiraporn, C. (2015). *Cognitive Psychological Training in Combination with Explosive Power Training Can Significantly Enhance Responsiveness of Badminton Players. Journal of Exercise Physiology Online, 18(17-32).*

Kristanto, A. (2016). *Media Pembelajaran*. Surabaya: Bintang.

Kunta, S. (2010). *Kepelatihan Bulutangkis Modern*. Surakarta:Pt Yuma Perkasa.

Maksum, A. (2018). *Metodologi Penelitian Olahraga (Edisi Kedua)*. Surabaya: Unesa University Press.

Musfiqon (2012). *Pengembangan Media Sumber Pembelajaran*. Jakarta: Prestasi Pustaka Raya.

Perdijen Dikdasmen Nomor 464/D. D5/Kk/2018. Tujuh Aspek Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan. Menteri Pendidikan Nasional. Jakarta.

Putra, P. A. M., Darmawiguna, I. G. M., & Kom, S. (2017). Pengembangan Aplikasi Augmented Reality Markerless Teknik Dasar Olahraga Bulutangkis. *Kumpulan Artikel Mahape Pendidikan Teknik Informatika. Universitas Pendidikan Ganesha, 6(136-143).*

Ridwan, M., Dlis, F., & Humaid, H. (2018). Model Latihan Strokes Bulutangkis Untuk Atlet Single Usia Pemula. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga, 17(18-22).*

Undang-Undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003. Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Restindo Mediatama: Jakarta.