

PENGARUH MEDIA BOLA GANTUNG TERHADAP HASIL BELAJAR LOB FOREHAND BULUTANGKIS

Berlian Nusantara Surya Putra*, Nurhasan

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga

Universitas Negeri Surabaya

*e-mail: berlianputra@mhs.unesa.ac.id

Abstrak

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), salah satu aktivitas fisik melalui permainan bulutangkis. Dalam permainan bulutangkis sendiri terdapat beberapa pukulan dalam memukul *shuttlecock*. Salah satunya pukulan lob, ada tiga teknik untuk melakukan pukulan lob yaitu lob *forehand*, *backhand* lob, *overhead* lob. Teknik pukulan lob *forehand* merupakan teknik yang paling ringan dilakukan dalam permainan bulutangkis karena pada saat memukul dilakukan dengan posisi badan rilek dengan salah satu kaki didepan berat badan menumpu kebelakang kemudian *shuttlecock* dipukul diatas kepala dengan ayunan raket kedepan dan meluruskan lengan serta pergelangan tangan kedepan. Dalam bulutangkis terdapat beberapa alat bantu sebagai penunjang untuk memperbaiki teknik pukulan lob *forehand*, salah satunya adalah bola gantung. Bola gantung diharapkan mampu membantu siswa agar teknik pukulan yang diajarkan menghasilkan teknik pukulan yang baik. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan media bola gantung terhadap hasil belajar lob *forehand* bulutangkis pada siswa kelas V SD Laboratorium Unesa dan untuk mengetahui besarnya pengaruh media bola gantung terhadap hasil belajar lob *forehand* bulutangkis pada siswa kelas V SD Laboratorium Unesa. Sampel penelitian ini adalah siswa kelas V-A dan kelas V-C SD Laboratorium Unesa dengan jumlah total 42 siswa. Berdasarkan hasil penelitian, pemberian media bola gantung berpengaruh terhadap hasil belajar lob *forehand*, hal ini dibuktikan dari hasil rata-rata *pretest* dan *posttest* pada kelompok eksperimen yang telah diberi perlakuan media bola gantung, sebelum diberi perlakuan yaitu *pretest* sebesar 39,04 dan setelah diberi perlakuan perlakuan yaitu *posttest* sebesar 55,11. Oleh karena itu hipotesis yang berbunyi terdapat pengaruh media bola gantung terhadap hasil belajar lob *forehand* bulutangkis pada siswa kelas V SD Laboratorium Unesa dapat diterima dengan peningkatan pada nilai keterampilan sebesar 41,15%.

Kata Kunci: Lob *forehand* bulutangkis, Bola gantung, Hasil Belajar.

Abstract

Physical Education, Sport and Health (PJOK), one is physical activity through badminton game. In the badminton itself there are some punches in hitting shuttlecock. One of them is lob punch, there are three techniques to do a lob punch that are lob *forehand*, *backhand* lob, and *overhead* lob. Lob *forehand* punch techniques is the lightest technique performed in badminton game because at the time of hitting is done with rilex body with one foot in front of another body weight backwards then shuttlecock beaten on the head with swing racket forward and straighten arms and wrists fore. In badminton there are several aids to support the technique of lob *forehand* punch, one of them is a hanging ball. Hanging balls is expected to be able to help students to make the hitting techniques that has been taught create a good hitting technique. The purpose of this study is to determine the effect of the use of hanging media on the learning results of lob *forehand* badminton in grade V students of Unesa Laboratory School and to know the magnitude of the effect of hanging ball media on the learning result of lob *forehand* badminton at grade V students of Unesa Laboratory School. The sample of this research is V-A class and V-C Class of Unesa Laboratory School with total of 42 students. Based on the result of this research, the giving of hanging media influenced the learning result of lob *forehand*, it is proved from the result of *pretest* and *posttest* average in the experimental group which has been treated with hanging ball media, before being treated the *pretest* is equal to 39.04 and after being treated the *posttest* is 55.11. Therefore, the hypothesis that there is influence of hanging ball media on the learning result of lob *forehand* badminton at grade V students of Unesa Laboratory can be accepted with an increase in skill value of 41.15%.

Keyword(s): Lob *forehand* badminton, Hanging Ball, Learning Outcomes.

PENDAHULUAN

PJOK adalah suatu bidang kajian yang berkaitan dengan gerak manusia, perkembangan fisik dan psikis. PJOK merupakan salah satu mata pelajaran yang wajib di sekolah. PJOK berperan penting dalam pembinaan dan pengembangan baik individu maupun kelompok dalam menjunjung pertumbuhan serta perkembangan jasmani dan rohani. PJOK merupakan bagian penting dari perkembangan peserta didik untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh, juga sebagai sarana untuk mewujudkan tujuan pembangunan bangsa melalui prestasi siswa dalam bidang olahraga.

Dalam PJOK terdapat berbagai macam cabang olahraga beserta materi yang akan diajarkan kepada siswa salah satunya yaitu bulutangkis. Bulutangkis adalah olahraga yang populer di Indonesia dan dimainkan oleh dua orang untuk tunggal atau dua pasang untuk ganda yang mengambil posisi berlawanan di bidang lapangan yang di bagi dua oleh sebuah jaring/net (Aksan, 2012:14). Sedangkan Menurut Mulyanto, (2016: 10) Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang termasuk dalam kategori permainan, bulutangkis sering dikenal dengan nama badminton.

Bedasarkan hasil observasi dan wawancara dengan guru PJOK kelas V SD Laboratorium Unesa yaitu Bapak Bagoes Adam Setyobudi, S.Pd. Pada tanggal 7 Oktober 2017 SD Laboratorium Unesa bahwa guru PJOK menyatakan bahwa siswa kelas V saat ini belum pernah mendapatkan materi tentang lob bulutangkis pada saat duduk di kelas IV. Hal ini disebabkan karena gedung olahraga pada saat itu masih dalam proses renovasi, materi tentang bulutangkis tidak efektif jika dilakukan diluar gedung karena kondisi angin sangat berpengaruh pada saat pembelajaran tentang materi bulutangkis. dari pernyataan tersebut membuat siswa kurang maksimal dan kesulitan dalam melakukan pukulan lob *forehand*. kemudian permasalahan yang pertama pada saat proses pembelajaran yaitu, keterampilan siswa dalam memukul objek yang melayang dan bagaimana mengontrol objek melayang yang dilakukan secara terus menerus kurang begitu baik.

Permasalahan selanjutnya yaitu siswa kurang memahami materi yang disampaikan oleh guru, karena materi yang diberikan oleh guru kurang menarik bagi siswa dan guru tidak menggunakan media pembelajaran. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk menggunakan media bola gantung untuk meningkatkan hasil belajar bulutangkis lob *forehand*.

Menurut yohana, (2011: 1) Media pembelajaran adalah suatu komponen yang mempunyai komponen

sangat penting dalam proses belajar mengajar. Sedangkan Menurut Sadiman, (2010: 7) media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat digunakan untuk menyalurkan pesan dari pengirim pesan ke penerima, oleh karena itu media sangat berguna untuk meningkatkan pemahaman peserta didik dalam mengikuti proses pembelajaran. Agar keterampilan gerak dasar siswa dapat berkembang dengan baik dan dapat melakukan pukulan lob bulutangkis khususnya pukulan lob *forehand* dengan cara melakukan pendekatan berupa penggunaan media bola gantung keterampilan gerak dasar siswa dapat berkembang dengan baik dan bisa melakukan pukulan lob *forehand* secara efektif dan maksimal.

Bedasarkan uraian latar belakang diatas penulis melakukan penelitian dengan judul "Pengaruh Media Bola Gantung Terhadap Hasil Belajar Lob *Forehand* Bulutangkis Pada siswa Kelas V SD Laboratorium Unesa" untuk mencari pernyataan di atas.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen salah satu ciri utama penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang dikenakan kepada subjek atau objek penelitian

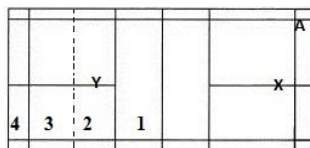
Jenis penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu dengan bentuk *Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Kelebihan desain ini adalah dilakukan *pre-test* dan *post-test* dari dua kelompok sampel sehingga banyak peneliti menggunakan desain ini.

Waktu dalam pelaksanaan penelitian ini adalah enam kali pertemuan pertemuan pertama melakukan *pre-test*, pertemuan ke-2 s/d ke-5 untuk melakukan proses atau perlakuan, dan pertemuan ke-6 untuk melakukan *post-test*. Penelitian ini dilaksanakan di SD Laboratorium Unesa yang beralamatkan di Jl. Ketintang Baru VIII No. 5 RT.001/RW.03, Ketintang, Gayungan, Kota Surabaya, Jawa Timur 60231

Menurut Maksum (2012: 53) populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksudkan untuk diteliti, yang nantinya akan digeneralisasikan, maka populasi yang ada dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas V SD Laboratorium Unesa yang terdiri dari 3 kelas dan jumlah 62 siswa, Dalam penelitian ini sampel diambil menggunakan teknik *cluster random sampling* yaitu pengambilan sampel yang diambil bukan individu, melainkan kelompok atau yang kemudian disebut cluster. Dari tiga kelas yang ada penulis menggunakan 2 kelas yang dipilih secara acak dengan mengundi dan 2 kelas yang terpilih dalam undian menjadi sampel penelitian.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan satu aspek saja yaitu aspek keterampilan

pada penelitian keterampilan gerak dasar menggunakan tes pukulan lob *forehand*.



Gambar 1.

Lapangan Tes keterampilan Gerak Lob forehand

Keterangan Gambar:

A: Observer

Y: Tester

X: Testee

(Poole, 2009: 32).

1. Deskripsi Data Hasil Penelitian

Pada deskripsi data ini membahas tentang rata-rata standart deviasi, varians, rentangan nilai tertinggi dan terendah. Deskripsi data yang sudah diperoleh dari hasil tes pukulan lob forehand bulutangkis sebelum menggunakan media bola gantung (*pre-test*) dan sesudah menggunakan media bola gantung (*post-test*), apakah ada peningkatan hasil belajar aspek keterampilan siswa terhadap hasil pembelajaran PJOK melalui penerapan media bola gantung. Hasil penilaian diambil dari pre-test dan post-test dari dua kelompok, yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Kelompok kontrol adalah kelas V-A SD Laboratorium Unesa dan kelompok eksperimen kelas V-C SD Laboratorium Unesa. Hasil penelitian disajikan berdasarkan kelompok yaitu: (1) kelompok kontrol; (2) kelompok eksperimen:

1. Kelompok Kontrol

Tabel 1. Hasil Perhitungan Pre-test Dan Post-test Kelompok Kontrol.

Deskripsi	Hasil angket		
	Pre-test	Post-test	Beda
Mean	39,16	46,90	7,14
Standart deviasi	14,72	12,32	-2,4
Varian	216,77	151,88	-64,89
Nilai Minimal	15	22,50	7,50
Nilai Maksimal	67,50	68,75	1,25
Peningkatan	19,75 %		

Berdasarkan hasil analisis tabel diatas, maka telah tercantum hasil data yang diperoleh peneliti pada kelas kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan penggunaan media bola gantung (*pre-test*) yaitu didapat jumlah skor rata-rata sebesar 39,16 dengan standar deviasi 14,72 varian sebesar 216,77 dengan nilai minimum yaitu 15 dan nilai maksimum 67,50

Hasil data yang diperoleh kelas kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan penggunaan media bola gantung

(*post-test*) yaitu mendapat skor rata-rata 46,90 dengan standar deviasi 12,32 varian sebesar 151,88 dengan nilai minimum 22,50 dan nilai maksimum 68,75. Berdasarkan hasil tabel 1 tersebut dapat dikatakan tidak diberikannya perlakuan media bola gantung tidak ada pengaruh yang signifikan terhadap hasil belajar siswa dalam materi pukulan lob *forehand* bulutangkis.

2. Kelompok Eksperimen.

Tabel 2. Hasil Perhitungan Pre-test Dan Post-test Kelompok Eksperimen.

Deskripsi	Hasil angket		
	Pre-test	Post-test	Selisih
Mean	39,04	55,11	16,07
Standart deviasi	10,76	9,15	-1,61
Varian	115,92	83,73	-32,19
Nilai Minimal	22,50	37,50	15
Nilai Maksimal	65,00	71,25	6,25
Peningkatan	41,15 %		

Berdasarkan hasil analisis di atas, maka telah tercantum hasil data yang dapat diperoleh peneliti sebelum diberikan perlakuan penggunaan media bola gantung (*pre-test*) yaitu jumlah skor rata-rata 39,04 dengan standar deviasi 10,76 varian sebesar 115,92 dengan nilai minimum 22,50 dan nilai maksimum 65,00. Sedangkan hasil data yang diperoleh peneliti sesudah diberikan perlakuan penggunaan media bola gantung (*post-test*) yaitu didapat jumlah skor rata-rata 55,11 dengan standar deviasi 9,150 varian sebesar 83,73 dengan nilai minimum 37,50 dan nilai maksimum 71,25.

Berdasarkan tabel 2 diketahui ada peningkatan yang signifikan terhadap hasil belajar lob *forehand* bulutangkis sebelum dan sesudah diberi perlakuan penggunaan media bola gantung kepada siswa.

2. Hasil Analisis

a). Analisis data ditujukan untuk menjawab hipotesis yang diajukan sebelumnya. Sebelum analisis data dilakukan, maka perlu dilakukan uji analisis yaitu dengan uji normalitas dan uji hipotesis.

b). Krteria pengujian data berdistribusi normal

1. Signifikansi $(p) > \alpha = 0,05$. Maka data berdistribusi normal
2. Signifikansi $(p) < \alpha = 0,05$. Maka data berdistribusi tidak normal

Tabel 3. Hasil Pengujian Normalitas Kelompok kontrol.

Deskripsi	Pre-test	Post-test
N	21	21
P-Value	0,597	0,500
Keterangan	$(p) > \alpha = 0,05$	$(p) > \alpha = 0,05$
Status	Normal	Normal

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa data dari semua variabel memiliki nilai $P\text{-Value} > 0,05$, dengan begitu maka semua variabel memiliki distribusi normal.

Tabel 4. Pengujian Normalitas Kelompok eksperimen.

Deskripsi	Pre-test	Post-test
N	21	21
P-Value	0,609	0,450
Keterangan	$(p) > \alpha = 0,05$	$(p) > \alpha = 0,05$
Status	Normal	Normal

Dari hasil tabel di atas dapat dilihat bahwa data dari semua variabel memiliki nilai $P\text{-Value} > 0,05$, dengan begitu maka semua variabel memiliki distribusi normal.

3. Pengujian Hipotesis

Uji Hipotesis dalam penelitian ini bertujuan untuk membuktikan adanya pengaruh penggunaan media bola gantung terhadap hasil belajar lob forehand bulutangkis pada siswa kelas V SD laboratorium unesa. Analisis data yang dilakukan untuk pengujian hipotesis dalam penelitian ini adalah uji t. Hasil uji-t *pre-test* dan *post-test* kelompok kontrol dan kelompok eksperimen dapat dilihat dari tabel 5 berikut:

Tabel 5. Tabel Uji Beda (Uji t) Pretest dan Posttest

Kelompok	Kelas	N	Rata-rata	T-hitung	T-tabel	df	Alpha (α)	Keterangan
Eksperimen	Pretest	21	39,04	-5,53	1,72	20	0,05	Signifikan
	Posttest		55,11					
Kontrol	Pretest	21	39,16	-2,40	1,72	20	0,05	Signifikan
	Posttest		46,90					

Berdasarkan tabel di atas diketahui bahwa nilai t-hitung pada kelompok eksperimen setelah diabsolutkan yaitu 5,53, sedangkan pada df 20 dengan signifikansi alpha 0,05 diperoleh nilai t-tabel sebesar 1,72. Sedangkan pada kelompok kontrol diketahui nilai t-hitung setelah diabsolutkan yaitu 2,40, sedangkan pada df 20 dengan signifikansi alpha 0,05 diperoleh nilai t-tabel sebesar 1,72. Dari penjelasan di atas, maka kelompok eksperimen mengalami peningkatan yang signifikan dibandingkan kelompok kontrol karena adanya perlakuan pada kelompok eksperimen tersebut.

PENUTUP

Simpulan

1. Terdapat pengaruh yang signifikan dari media bola gantung terhadap hasil belajar lob forehand bulutangkis yang diterapkan pada siswa kelas V SD Laboratorium Unesa, Hal ini ditunjukkan dengan penghitungan analisis data yang diperoleh nilai $T_{\text{hitung}} > T_{\text{tabel}}$ ($-5,53 > 1,72$) nilai T_{hitung} setelah diabsolutkan

sebesar 5,53 dengan Nilai t-tabel 1,72, pada taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ df 20 adalah 1,72. Berdasarkan data tersebut diketahui bahwa nilai t-hitung lebih besar dari nilai t-tabel ($t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$) maka hipotesis yang menyatakan media bola gantung dapat meningkatkan hasil belajar lob forehand bulutangkis pada siswa kelas V SD laboratorium unesa dapat diterima.

Saran

1. Berdasarkan hasil penelitian ini, maka dibutuhkan penelitian lebih lanjut tentang media bola gantung untuk meningkatkan hasil belajar lob forehand bulutangkis dalam proses pembelajaran PJOK dengan materi permainan bulutangkis.
2. Guru sebaiknya guru harus memperhatikan model pembelajaran yang akan diterapkan sehingga siswa selalu merasa senang dalam mengikuti pembelajaran dan tidak merasa jenuh atau bosan sehingga dapat mempengaruhi hasil belajar siswa.

DAFTAR PUSTAKA

- Aksan, Hermawan. 2012. *Mahir Bulutangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian*. Surabaya: Unesa University Press.
- Poole, James. 2009. *Belajar Bulutangkis*. Bandung: Pionir Jaya,
- Yohana, Analisa. 2011. *Studi Tentang Media Pembelajaran Yang Digunakan Pada Mata Pelajaran Seni Budaya Bidang Seni Rupa Di Smp Negeri 1 Probolinggo*. Malang: Universitas Negeri Malang. (Online), (di unduh pada tanggal 22 Juli 2018).
- Sadiman, Raharjo dan Haryono, Rahardjito. 2010. *Media Pendidikan*. Jakarta: PT RajaGrafindo Perkasa.
- Agus Mulyanto, Dwi Sunu. 2016. *Pengaruh Pendekatan Belajar Pukulan Menggunakan Umpan Dan Alat Bantu Bola Gantung Terhadap Hasil Belajar Pukulan Lob Forehand Bulutangkis Ditinjau Dari Kecepatan Reaksi Program Studi Ilmu Keolahragaan*. UNS. Universitas Negeri Surakarta. (Online), (Diunduh Pada Tanggal 14 Desember 2017).