

PENGARUH METODE DRILL TERHADAP KETERAMPILAN SERVIS PANJANG PERMAINAN BULUTANGKIS PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMAN 1 RENGASDENGKLOK

Guntur¹, Irfan Zinat Achmad², Aria Kusuma Yuda³, Deden Akbar Izzuddin⁴

Abstrak: Penelitian ini dilakukan berdasarkan observasi pembelajaran permainan bulutangkis yang dilakukan pada saat kegiatan ekstrakurikuler sedang berlangsung dan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode *drill* terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler di SMAN 1 Rengasdengklok. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain “*one groups pre-test-post-test design*”. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler di SMAN 1 Rengasdengklok yang berjumlah 40 orang. Teknik *sampling* menggunakan *purposive sampling*, Instrumen yang digunakan yaitu tes penilaian servis panjang. Analisis data menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Ada pengaruh metode latihan *drill* terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler di SMAN 1 Rengasdengklok.

Kata Kunci: Latihan Drill, Keterampilan Service Panjang, Bulutangkis.

PENDAHULUAN

Bulutangkis memiliki tingkat keterampilan yang sulit dan kompleks dengan jumlah pengulangan dan intensitas yang cukup tinggi, terutama dalam sebuah kompetisi, dapat dikatakan bulutangkis merupakan olahraga yang membutuhkan kemampuan yang berbeda, sehingga proses latihan menjadi sebuah tantangan yang harus di capai, (Cabello, et.al, 2003). Saat bermain bulu tangkis, kemampuan pemain ditentukan dengan menguasai teknik dasar yang baik. Teknik adalah keterampilan yang harus dikuasai oleh seseorang untuk dapat memainkan salah satu olahraga (Nandika, et.al. 2017). Penguasaan teknik dasar mutlak diperlukan agar prestasi bisa ditingkatkan (Seth 2016) . Dari empat teknik dasar bulutangkis, teknik servis adalah teknik yang harus trampil dalam olahraga ini karena dengan teknik pukulan yang baik pemain menjadi mudah untuk menerapkan strategi dan taktik yang telah direncanakan (Alghifari, et.al 2018). servis merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai. Servis pada umumnya hanya terdiri dari servis pendek (*short service*) dan servis panjang (*long service*). servis pendek adalah servis yang shuttlecock jatuh di dekat jaring, sedangkan servis panjang yaitu servis dengan shuttlecock yang dilempar jauh ke atas (Setiawati, et,al 2014). Servis ini dikenal sebagai inti dari bulutangkis, karena servis ini dapat mengendalikan permainan itu sendiri (Hussain, et.al, 2011).

Servis merupakan kesempatan memenangkan angka dengan memulai memainkan *shuttlecock* dengan pukulan di bawah tangan (Johnson. M. 2014) Pukulan servis merupakan pukulan yang sangat menentukan dalam awal perolehan nilai, karena pemain yang melakukan servis dengan baik dapat mengendalikan jalannya permainan (Prasetyoadi 2013). Service adalah serangan pertama untuk memulai permainan, (Nugroho 2016). Service merupakan faktor penting dan merupakan teknik dasar awal yang digunakan untuk melakukan serangan. Diperlukannya pelatihan khusus untuk lebih mengasah teknik tersebut.

¹ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singa Perbangsa Karawang

² Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singa Perbangsa Karawang

³ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singa Perbangsa Karawang

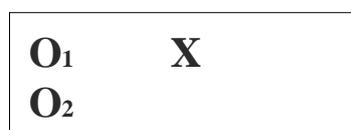
⁴ Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singa Perbangsa Karawang

Penguasaan teknik dasar mutlak diperlukan agar prestasi bisa ditingkatkan (Seth 2016). Teknik adalah keterampilan yang harus dikuasai oleh seseorang untuk dapat memainkan salah satu olahraga (Nandika, et.al. 2017a). dalam pertandingan bulu tangkis, selain untuk mendapatkan point, service juga merupakan salah satu kunci untuk menang. Mempraktekkan teknik service yang baik tidak mudah, itu harus membutuhkan banyak pengulangan dan waktu yang lama dan harus diperkenalkan dan dilatih sejak dini untuk membentuk fondasi teknik yang baik, (Gazali and Cendra 2019). Dengan kata lain, seorang atlet tidak akan mendapatkan poin penuh apabila belum menguasai servis dengan benar, sehingga pada proses latihan seorang atlet harus benar-benar memperhatikan dan memperdalam teknik service yang ia miliki. Dari dua jenis servis, pemain sering menggunakan servis jauh dalam permainan, karena karakter servis jauh yang memungkinkan lawan menjadi sulit untuk (G.Tzetizs. & E. Votsis 2006). Keberhasilan menerapkan teknik servis panjang memerlukan pelatihan khusus lagi karena bulu tangkis harus membiasakan diri dengan teknik long service terbaru (Ulil, Pratomo, and Subiyono 2013).

Drill merupakan metode latihan yang sangat efektif dalam menguasai suatu teknik. Berkaitan dengan *drill* menyatakan pendekatan *drill* adalah cara latihan yang lebih menekan komponen-komponen teknik (Amung Ma'mun dan Toto Subroto. 2011). Drill yang digunakan untuk memungkinkan siswa memahami dan menguasai konsep, prinsip, atau prosedur yang lebih efektif, (Ismail. J & Mustapa. K 1997). Metode *drill* (metode siap) merupakan metode yang lazim dipergunakan untuk mencapai kecakapan, keterampilan sesuatu cabang olahraga (Sajoto 2011). Metode drill adalah cara mengajar siswa dengan mengulangi fakta atau efisiensi yang diajarkan. Ini adalah bagian dari menghafal atau mengingat sesuatu. Tujuannya adalah untuk mencapai tingkat keterampilan maksimum dan untuk membuat apa yang dipelajari tetap tersimpan dalam ingatan, bahkan dalam situasi lain, (K. H. Husin 1994). Dengan kata lain, latihan yang dilakukan berulang kali dalam aspek kemahiran keterampilan dengan membahas metode latihan dan pelatihan secara rinci dan dilakukan secara terus menerus dapat meningkatkan keterampilan secara optimal. pada dasarnya, pemecahan masalah yang baik dengan membuat bentuk drill yang bermanfaat dengan dasar untuk mengidentifikasi dan mengutamakan masalah yang ada, dimana akan memperoleh manfaat yang maksimal dengan mengidentifikasi kebutuhan dengan lebih spesifik dengan mengutamakan pokok latihan sehingga akan membuat tim menjadi lebih bersaing (Riza Irwansyah. 2012).

METODE

Bentuk dari penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah *Pre-experimental design*, desain penelitian eksperimen yang lebih spesifik (Fraenkel, J.R et. al 2012), metode penelitian yang digunakan adalah *one-group pretest-posttest design*.



Gambar Desain Penelitian
(Fraenkel, J. R., et. al 2012)

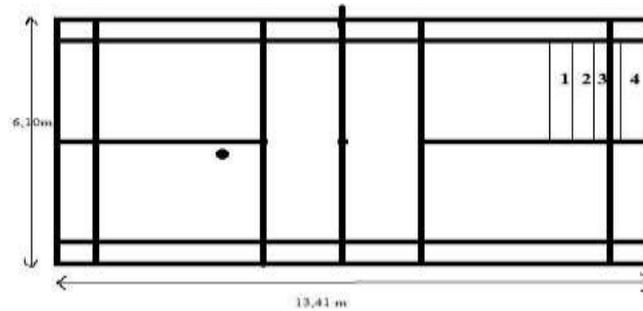
Keterangan:

O1 : keterampilan servis panjang bulutangkis (sebelum diberikan perlakuan)

X : tindakan / perlakuan

O2 : keterampilan servis panjang bulutangkis (setelah diberikan perlakuan)

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMAN 1 Rengasdengklok. Jumlah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis adalah 40 orang siswa. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah 40 siswa, terdiri dari 23 siswa putra dan 17 siswa putri yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SMAN 1 Rengasdengklok. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penilaian servis panjang. Teknik analisis data yang digunakan adalah menggunakan uji -t.



Gambr Kisi kisi Instrumen Penelitian Servis Panjang
(Amung Ma'mun dan Toto Subroto. 2011)

Untuk proses pengumpulan data, kuesioner, pre-test dan post-test digunakan untuk mendapatkan informasi yang diinginkan. Analisis deskriptif dilakukan pada data penelitian ini. Berdasarkan data yang diperoleh, dapat dinyatakan bahwa kinerja siswa tinggi dengan menggunakan metode drill and training. Temuan ini terbukti melalui analisis pre-test dan post-test yang dilakukan, serta umpan balik siswa melalui item kuesioner.

HASIL

Hasil dari pre test dan post test yang dilakukan selama 18 kali, siswa yang diberikan metode *drill* lebih senang dan antusias dalam mengikuti proses pembelajaran selama beberapa waktu sampai siswa tersebut mencapai tujuan servis yang lebih baik. Setelah dilakukan penelitian hasil yang dicatat adalah angka yang dihasilkan siswa dalam melakukan tes *pretest* dan *posttest* servis sebanyak 10 kali melakukan, jika *shuttlecock* keluar dari lapangan atau tidak melewati net maka bernilai 0. Kemudian jumlah skor $\times 100 / 50$ maka terdapat nilai yang diperoleh.

Table Hasil Uji Signifikan Dari Kedua Kelompok

Hasil Tes	t_{hitung}	t_{tabel}	Kesimpulan
Tes Awal dan Tes Akhir	9,55	1,68	Signifikan

Perhitungan dan uji signifikan peningkatan kemampuan servis atas dilakukan dengan menggunakan uji signifikan dua rata-rata dua pihak yaitu uji t. Dari hasil pengujian tersebut yang ada pada Tabel 4.4 diperoleh bahwa untuk tes awal dan tes akhir diperoleh t_{hitung} (9,55) $> t_{tabel}$ (1,68) pada taraf kepercayaan/signifikan $\alpha = 0,05$ dengan dk (40.40). Kriteria pengujian adalah, terima jika $-t_{1-\frac{1}{2}\alpha} < t_{hitung} < t_{\frac{1}{2}\alpha}$.

Untuk membuktikan hipotesis yang sudah ditetapkan oleh penulis mengenai peningkatan kemampuan servis bawah, maka langkah selanjutnya yaitu melakukan uji kesamaan dua rata-rata dengan mengarah ke satu sisi atau satu pihak. Untuk memperjelas hasil perhitungan dari uji t, maka dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel Hasil pengujian signifikansi kesamaan dua rata-rata

Kelompok	\bar{X}	Nilait _{hitung}	Nilai dk	Nilait _{table}	Kesimpulan
		$t^1 = \frac{\bar{X}_1 - \bar{X}_2}{\sqrt{\frac{S_1^2}{n_1} + \frac{S_2^2}{n_2}}}$	$n_1 + n_2 - 2$	$1 - \alpha (0,05)$	
Pretes	39,8				
Posttest	48	0,89	78	1,67	Signifikan

Berdasarkan penghitungan uji t didapat $t_{hitung} = 0,89$ dan nilai $t_{0,05} = (1,67)$ dengan $dk = (40 + 40 - 2) = 78$ adalah $= 1,67$. Kriteria pengujiannya adalah terima hipotesis $t^1 < \frac{W_1t_1 + W_2t_2}{W_1 + W_2}$ dan lainnya ditolak. t_{hitung} hasil penghitungan adalah (0,89) lebih kecil dari hasil perhitungan $\frac{W_1t_1 + W_2t_2}{W_1 + W_2}$ adalah (1,67).

Hasil dari penghitungan data maka diperoleh hasil skor rata-rata pada nilai *pretest* mendapatkan nilai minimal 16, nilai maksimal 33, rata-rata 39,8 dengan standar deviasi 10,49. Hal ini disebabkan oleh kurangnya variasi metode pembelajaran sehingga membuat kondisi siswa ekstrakurikuler kurang dalam melakukan teknik dasar servis panjang bulutangkis. Setelah melaksanakan dengan metode *drill* hasil latihan siswa meningkat dengan hasil servis *posttest* didapat nilai minimal 24, nilai maksimal 40, rata-rata 48 dengan standar deviasi 9,95. Berdasarkan hasil analisis data di peroleh nilai sig. 1,68 dan nilai *t* hitung 9,55. Dengan demikian hipotesis penelitian diterima.

PEMBAHASAN

Adanya peningkatan keterampilan servis panjang pada siswa karena metode *drill* bentuk latihannya dengan melakukan servis panjang yang diulang-ulang dapat membiasakan siswa untuk melakukan gerakan servis panjang, sehingga siswa merasa terbiasa atau semakin otomatisasi gerak. Pemberian metode *drill* pada setiap gerak akan mempercepat siswa dalam menguasai keterampilan gerak. Umpan balik seperti *drill* dapat meningkatkan kinerja begitu orang telah mempelajari repertoar gerakan (Schmidt, R. A., & Lee 1998). Selanjutnya bahwa instruksi yang sangat analitis dan rumit tentang tanggapan yang benar, dan kesalahan dapat diatasi dan tidak perlu untuk keterampilan yang kurang sulit (Chmidt, R.A., & Wulf 1997).

Selanjutnya penelitian yang berjudul efektifitas metode *drill* dan pelatihan dalam ilmu pengetahuan antara formulir siswa, menyatakan, berdasarkan data yang diperoleh, dapat dinyatakan bahwa kinerja siswa tinggi dengan menggunakan metode *drill* and training. Metode *drill* dapat meningkatkan servis panjang hal ini sesuai dengan teori *Connectionism* yang berbunyi dengan latihan yang terus menerus, hubungan antara rangsangan dan jawaban menjadi otomatis (Suharno 2013).

Dari uraian di atas bahwa metode *drill* memberikan pengaruh positif terhadap peningkatan keterampilan servis panjang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler permainan bulutangkis siswa SMAN 1 Rengasdengklok. Dengan gerakan yang diulang-ulang tentu dapat meningkatkan keinginan dan kemampuan siswa dalam teknik – teknik dasar gerakan servis panjang secara menyeluruh dapat meningkatkan prestasi ekstrakurikuler bulutangkis disekolah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Dapat disimpulkan penelitian menunjukkan bahwa: Ada pengaruh metode latihan *drill* terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler di SMAN 1 Rengasdengklok. Dengan gerakan yang diulang-ulang tentu dapat meningkatkan keinginan dan kemampuan siswa dalam teknik – teknik dasar gerakan servis panjang secara menyeluruh dapat meningkatkan prestasi ekstrakurikuler bulutangkis disekolah.

Maka disarankan: Agar setiap sekolah sebagai bagian dari lembaga pendidikan dapat merujuk penelitian ini untuk meningkatkan metode *drill* terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler.

DAFTAR PUSTAKA

- Alghifari, A. F., Suherman, A., & Saptani, E. 2018. “Pengaruh Penggunaan Media Petak Angka Terhadap Ketepatan Sasaran Servis Backhand Dalam Permainan Bulutangkis.” *SpoRTIVE* 1(1): 141–150.
- Amung Ma'mun dan Toto Subroto. 2011. *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdiknas.
- Cabelo, D. M., & Gonzalez, B. J. J. 2003. “Analysis of the Characteristics of Competitive Badminton.” *British journal of Sports Medicine* 37: 62–67.
- CHMIDT, R.A., & WULF, G. 1997. “Continuous Concurrent Feedback Degrades Skill Learning: Implications for Training and Simulation.” *SIEDENTOP* 39: 509–25.
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. 2012. *How to Design and Evaluate Research in Education*. ed. McGraw-Hill. New York.
- G.Tzetizs. & E. Votsis. 2006. “Retention Of Badminton Skills.” (1983): 275–84.
- Gazali, Novri, and Romi Cendra. 2019. “Short Badminton Service Construction Test in Universitas Islam Riau Penjaskesrek Students.” *Journal of Physical Education , Health and Sport* 6(1): 1–5.
- Hussain, I., Ahmed, S., Mohammad, A., & Khan, A. 2011. “Videographical Analysis of Short Service in Badminton.” *Journal of Education and Practice* 2(2): 25–29.
- Ismail. J & Mustapa. K. 1997. “Pendidikan Nilai 3K: Satu Cadangan.” *Pendidikan, Rosiding Nilai, Moral don*. Fakultas Pendidikan Universiti Kebangsaan Malaysia.
- Johnson. M. 2014. *Bimbingan Bermain Bulutangkis*. Jakarta: PT. Mutiara Sumber Widya.
- K. H. Husin. 1994. *Asas Pendidikan I: (Dinamika Sekolah Dan Bilik Darjah)*. ed. Petaling Jaya. Longman Malaysia.
- Nandika, R., Hadi, D. T., & Ridho, Z. A. 2017. “Pengembangan Model Latihan Strokes Bulutangkis Berbasis Footwork Untuk Anak Usia Pemula (U-15).” *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan* 08(02): 103–111.
- Nugroho, A. 2016. “Pengembangan Tes Keterampilan Servis Pendek Bulutangkis Untuk Atlet Kelompok Anak-Anak, Pemula, Remaja Dan Taruna.” *Jurnal Pendidikan Dan Kepelatihan Olahraga* 1(6): 1–7.
- Prasetyoadi, Ily Kukuh. 2013. *Pengaruh Latihan Drilling Smash Dan Strokes Smash Terhadap Peningkatan Ketepatan Smash Pada Atlet Bulutangkis Putra Usia 12-15 Tahun PB Serulingmas Banjarnegara*. Skripsi. ed. FIK UNY. Yogyakarta.
- Riza Irwansyah. 2012. *Pengaruh Latihan Plyometric Terhadap Tinggi Lompatan Smash Dan Ketepatan Smash Atlet Bulutangkis Usia 13-17 Tahun*. Skripsi. ed. FIK UNY. Yogyakarta.
- Sajoto. 2011. *Pebinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Depdikbud.
- SCHMIDT, R. A., & LEE, T. D. 1998. “Motor Control and Learning: A Behavioral Emphasis.” *Human Kinetics* 3.
- Seth, B. 2016. “Determination Factors of Badminton Game Performance.” *International*

Guntur, Irfan Zinat Achmad, Aria Kusuma Yuda, Deden Akbar Izzuddin: Pengaruh Metode Drill Terhadap Keterampilan Servis Panjang Permainan Bulutangkis Pada Peserta Ekstrakurikuler Di SMAN 1 Rengasdengklok

Journal of Physical Education 3(1): 20–22.

Setiawati, H., Simanjuntak, V. G., & Atiq, A. 2014. “Teknik Dasar Servis, Pukulan Forehand Dan Backhand Bulutangkis Pada Siswa Kelas Viii Di SMP.” *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran* 3(9): 1–12.

Suharno. 2013. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan STO.

Ulil, Ahmad, Diar Pratomo, and Hadi Setyo Subiyono. 2013. “Perbedaan Hasil Latihan Umpan Balik Lob Langsung dan Lob Tak Langsung Terhadap Ketepatan Lob Dalam.” *Journal of Sport Sciences and Fitness* 2(1): 1–5.