

Artikel Penelitian

Pengaruh Latihan Drill terhadap Peningkatan Akurasi Servis Bulutangkis pada Siswa SMP

Suwardi

SMP Negeri 2 Poncokusumo
suwardi@gmail.com

Informasi Artikel	ABSTRAK
Dikirim : 30 – 08 – 2024 Diterima: 09 – 09 – 2024 Diterbitkan: 19 – 09 – 2024 Cara Mengutip: Suwardi (2024). Pengaruh Latihan Drill terhadap Peningkatan Akurasi Servis Bulutangkis pada Siswa SMP <i>Jurnal Kajian Implementasi Pendidikan, Vol 01 (01), 34-40</i>	<p>Pendidikan jasmani memainkan peran penting dalam membentuk keterampilan motorik dan karakter siswa, termasuk dalam olahraga bulutangkis yang populer di Indonesia. Salah satu teknik dasar dalam bulutangkis, yaitu servis, memiliki pengaruh signifikan terhadap hasil pertandingan. Namun, di SMPN 2 Poncokusumo, kemampuan siswa dalam melakukan servis belum optimal, ditandai dengan kesalahan pada sikap persiapan, memukul, dan lanjutan. Kondisi ini mendorong perlunya metode latihan yang sistematis untuk meningkatkan keterampilan servis, salah satunya dengan metode drill. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh metode latihan drill terhadap peningkatan ketepatan servis bulutangkis siswa kelas VII. Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan dua siklus, masing-masing terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Subjek penelitian adalah 29 siswa kelas VII SMPN 2 Poncokusumo. Data dikumpulkan melalui tes praktik servis bulutangkis sebelum dan sesudah perlakuan, serta observasi proses latihan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode latihan drill secara signifikan meningkatkan keterampilan servis siswa. Perbaikan terlihat pada aspek sikap persiapan, teknik memukul, dan sikap lanjutan. Siswa yang awalnya mengalami kesulitan dalam teknik dasar mampu menunjukkan peningkatan yang konsisten setelah mengikuti program latihan drill yang berulang dan terfokus. Kesimpulannya, metode drill efektif dalam meningkatkan kemampuan servis bulutangkis siswa. Penerapan latihan yang terstruktur dan konsisten menjadi kunci keberhasilan dalam mengembangkan keterampilan olahraga siswa. Metode ini direkomendasikan untuk diterapkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada cabang olahraga bulutangkis.</p> <p>Kata Kunci: keterampilan olahraga; metode drill; pendidikan jasmani; servis bulutangkis; siswa SMP</p>
Penerbit Penerbit Planthroper	Lisensi <i>Hak Cipta © 2024 by authors. This is an open-access article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution License 4.0 International License</i> 

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani memegang peranan penting dalam pembentukan karakter dan keterampilan motorik siswa, serta mendorong pola hidup sehat yang berkelanjutan. Tujuannya tidak hanya mencakup aspek fisik, tetapi juga mental, emosional, sosial, dan spiritual. Aktivitas pendidikan jasmani memberikan ruang bagi siswa untuk mengenal berbagai olahraga, salah satunya bulutangkis, yang memiliki posisi istimewa dalam masyarakat Indonesia. Olahraga ini tidak hanya populer di berbagai kalangan, tetapi juga menjadi salah satu cabang olahraga yang mengharumkan nama bangsa di kancah internasional (Subardjah, 2000). Untuk mempertahankan tradisi prestasi ini, diperlukan pembinaan sejak usia dini dengan fokus pada penguasaan teknik dasar bulutangkis.

Bulutangkis adalah olahraga yang memerlukan kombinasi antara kekuatan, ketangkasan, dan penguasaan teknik dasar. Salah satu teknik mendasar yang sangat berpengaruh terhadap jalannya permainan adalah servis. Pukulan servis memiliki fungsi sebagai pembuka permainan dan sering kali menjadi penentu strategi dalam pertandingan. Menurut Tohar (1992), servis yang baik adalah modal utama untuk memenangkan pertandingan. Namun, pada kenyataannya, banyak pemain pemula mengalami kesulitan dalam melakukan servis secara akurat. Kesalahan dalam teknik dasar, seperti sikap persiapan, cara memukul, dan posisi lanjutan, dapat mengurangi efektivitas pukulan ini.

Berdasarkan observasi di SMPN 2 Poncokusumo, ditemukan bahwa dari 68 siswa kelas VII yang gemar bulutangkis, hanya 25% yang mampu melakukan servis dengan benar. Sebagian besar siswa tidak memiliki pemahaman yang memadai tentang teknik dasar, seperti cara memegang raket, posisi kaki, atau arah pukulan servis. Kondisi ini disebabkan oleh kurangnya latihan yang intensif dan terstruktur. Sebagai contoh, siswa sering kali hanya memainkan bulutangkis sebagai aktivitas rekreatif tanpa fokus pada penyempurnaan teknik dasar. Masalah ini menunjukkan perlunya pendekatan latihan yang sistematis untuk membantu siswa meningkatkan keterampilan servis mereka.

Metode drill adalah salah satu pendekatan latihan yang terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan teknis olahraga. Sugiyanto (1993) menjelaskan bahwa metode ini melibatkan latihan pengulangan yang intensif untuk membentuk kebiasaan gerakan yang tepat. Dengan latihan yang dilakukan secara terus-menerus, siswa dapat menginternalisasi teknik dengan lebih baik. Penelitian sebelumnya mendukung efektivitas metode ini. Wiratama (2016) melaporkan bahwa metode drill dapat meningkatkan ketepatan servis hingga lebih dari 60% pada siswa usia 10-12 tahun. Demikian pula, Artha (2021) menunjukkan bahwa metode ini berdampak positif terhadap penguasaan teknik servis pada siswa SMP melalui kegiatan ekstrakurikuler.

Bulutangkis sebagai olahraga kompetitif memerlukan fokus yang tinggi pada penguasaan teknik dasar untuk mencetak pemain yang unggul. Dalam pertandingan, kemampuan servis yang konsisten dan akurat dapat memberikan keuntungan strategis, baik dalam permainan tunggal maupun ganda. Oleh karena itu, metode drill yang dirancang dengan variasi latihan dan interval istirahat yang teratur dapat menjadi solusi untuk mengatasi masalah teknik dasar pada siswa. Metode ini juga relevan dalam konteks pembelajaran di sekolah, di mana siswa dapat mengembangkan keterampilan olahraga secara bertahap dan terarah.

Selain itu, pentingnya penguasaan teknik dasar servis juga ditegaskan oleh Subardjah (2000), yang menyatakan bahwa latihan teknik perlu dirancang sedemikian rupa agar sesuai dengan kebutuhan siswa. Dalam konteks SMPN 2 Poncokusumo, siswa kelas VII memiliki tingkat homogenitas yang cukup tinggi, sehingga penerapan metode drill dapat dilakukan dengan efektif. Dengan desain latihan yang melibatkan pengulangan gerakan, siswa dapat mengembangkan keterampilan mereka dalam jangka waktu yang relatif singkat.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh metode drill terhadap peningkatan akurasi servis bulutangkis pada siswa kelas VII SMPN 2 Poncokusumo. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi teoritis maupun praktis dalam pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada cabang olahraga bulutangkis. Secara teoritis, penelitian ini dapat menjadi acuan untuk memahami bagaimana metode drill dapat diterapkan dalam meningkatkan keterampilan teknis olahraga. Secara praktis, penelitian ini memberikan pedoman bagi guru pendidikan jasmani dalam merancang program latihan yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini juga mengacu pada hasil penelitian sebelumnya yang menunjukkan efektivitas metode drill. Penelitian oleh Budiwanto (2013) menyebutkan bahwa latihan drill tidak hanya meningkatkan akurasi servis tetapi juga membentuk disiplin latihan yang berkelanjutan. Oleh karena itu, penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan baru dalam penerapan metode latihan di sekolah serta menjadi bahan rujukan untuk penelitian lanjutan di masa depan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan untuk meningkatkan akurasi servis bulutangkis siswa melalui penerapan metode latihan drill. PTK dipilih karena memberikan fleksibilitas dalam merancang tindakan yang dapat memperbaiki proses pembelajaran secara langsung di kelas. Rancangan penelitian ini mengikuti skema spiral model Kemmis dan Taggart, yang terdiri dari empat tahapan, yaitu perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, di mana masing-masing siklus terdiri dari tiga pertemuan. Setiap tahapan dirancang untuk memberikan umpan balik langsung terhadap efektivitas metode latihan yang diterapkan.

Penelitian ini dilaksanakan di SMPN 2 Poncokusumo, Kabupaten Malang, yang memiliki fasilitas lapangan bulutangkis terbuka. Lokasi ini dipilih karena relevansi penelitian dengan pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah, serta tingginya minat siswa terhadap olahraga bulutangkis. Subjek penelitian adalah siswa kelas VII B, yang terdiri dari 29 siswa dengan tingkat homogenitas yang tinggi dalam hal kemampuan teknik dasar bulutangkis. Siswa kelas ini dipilih berdasarkan hasil observasi awal yang menunjukkan bahwa mayoritas siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan servis secara akurat.

Data penelitian dikumpulkan melalui dua teknik utama, yaitu tes praktik dan observasi. Tes praktik digunakan untuk mengukur akurasi servis sebelum dan sesudah perlakuan dengan metode drill. Dalam tes ini, siswa diminta melakukan 20 kali servis yang terdiri dari 10 servis pendek dan 10 servis panjang, dengan skor dihitung berdasarkan keberhasilan kok masuk ke area sasaran yang ditentukan. Observasi digunakan untuk mencatat proses pelaksanaan latihan, termasuk keterlibatan siswa, kesalahan teknik, dan respon terhadap metode drill. Instrumen penelitian meliputi lembar penilaian tes praktik dan lembar observasi, yang dirancang untuk mencatat data kuantitatif dan kualitatif.

Analisis data dilakukan dengan menggunakan pendekatan campuran, yaitu kuantitatif dan kualitatif. Data kuantitatif dari tes praktik dianalisis dengan menghitung rata-rata skor dan persentase keberhasilan, yang kemudian dibandingkan antara hasil pre-test dan post-test di setiap siklus. Data kualitatif dari observasi dianalisis secara deskriptif untuk mengidentifikasi perubahan perilaku siswa selama proses latihan, serta kendala yang dihadapi dalam penerapan metode drill. Kombinasi analisis ini memberikan gambaran yang komprehensif tentang efektivitas metode drill dalam meningkatkan akurasi servis bulutangkis siswa.

Rancangan penelitian ini memastikan bahwa setiap tahapan dirancang secara sistematis untuk mencapai tujuan penelitian. Melalui pengumpulan dan analisis data yang terukur, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan terhadap pengembangan pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar bulutangkis siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh metode latihan drill terhadap peningkatan akurasi servis bulutangkis pada siswa kelas VII SMPN 2 Poncokusumo. Melalui dua siklus penelitian, hasil menunjukkan bahwa metode drill mampu meningkatkan keterampilan servis secara signifikan. Setiap siklus dirancang dengan perencanaan yang matang dan tahapan pelaksanaan yang sistematis, sehingga memberikan hasil yang mendukung tujuan penelitian.

Pada awal penelitian, hasil observasi awal menunjukkan bahwa kemampuan teknik dasar servis siswa berada pada tingkat rendah. Hal ini ditandai dengan berbagai kesalahan, seperti posisi kaki yang tidak stabil, sudut kok yang tidak terarah, dan tenaga pukulan yang tidak terkendali. Kesalahan ini menunjukkan bahwa siswa membutuhkan latihan intensif untuk memperbaiki teknik dasar mereka. Berdasarkan hasil pre-test, akurasi servis rata-rata siswa berada di bawah 50%, yang mencerminkan kebutuhan akan metode latihan yang lebih terstruktur. Penelitian sebelumnya oleh Tohar (1992) menyatakan bahwa teknik dasar, termasuk servis, membutuhkan pembinaan yang konsisten melalui latihan berulang untuk menghasilkan gerakan yang benar dan akurat.

Siklus pertama penelitian difokuskan pada latihan pengulangan gerakan dasar dengan pendekatan drill yang intensif. Setiap pertemuan melibatkan latihan servis pendek, panjang, dan drive dengan durasi latihan 40 menit. Pada siklus pertama, peningkatan yang signifikan terlihat pada pertemuan kedua dan ketiga. Sebagaimana disajikan dalam Tabel 1, rata-rata akurasi servis meningkat dari 47,22% pada pertemuan pertama menjadi 57,22% pada pertemuan ketiga.

Tabel 1. Gerakan Teknik Dasar Pukulan Servis Bulutangkis (Siklus Pertama)

Pertemuan	Sikap Persiapan (%)	Sikap Memukul (%)	Sikap Lanjutan (%)	Rata-Rata (%)
Pertemuan 1	46,66	45,00	50,00	47,22
Pertemuan 2	52,50	48,33	47,50	49,44
Pertemuan 3	56,66	60,83	54,16	57,22
Rata-Rata	51,29	51,39	50,55	51,29

Hasil pada siklus pertama menunjukkan bahwa siswa mulai memahami teknik dasar servis yang baik, meskipun belum konsisten. Pada aspek sikap persiapan, siswa masih cenderung melakukan kesalahan posisi tubuh dan pegangan raket. Hal ini sejalan dengan penelitian Sugiyanto (1993), yang menyatakan bahwa latihan drill perlu dikombinasikan dengan pengawasan langsung untuk memastikan gerakan siswa sesuai dengan standar teknik. Meski demikian, peningkatan pada aspek sikap memukul dan lanjutan menunjukkan bahwa siswa mulai menginternalisasi teknik yang benar melalui pengulangan yang intensif.

Pada siklus kedua, fokus penelitian adalah memperbaiki kelemahan yang ditemukan pada siklus pertama. Guru memberikan variasi latihan tambahan, seperti servis cambuk dan latihan target menggunakan kotak area kecil di lapangan. Pendekatan ini bertujuan untuk meningkatkan ketelitian siswa dalam mengarahkan kok ke area sasaran. Hasil siklus kedua menunjukkan peningkatan yang signifikan, sebagaimana dirangkum dalam Tabel 2.

Tabel 1. Gerakan Teknik Dasar Pukulan Servis Bulutangkis (Siklus Pertama)

Pertemuan	Sikap Persiapan (%)	Sikap Memukul (%)	Sikap Lanjutan (%)	Rata-Rata (%)
Pertemuan 1	60,83	64,16	62,50	64,16
Pertemuan 2	79,16	73,33	76,66	73,05

Pertemuan	Sikap Persiapan (%)	Sikap Memukul (%)	Sikap Lanjutan (%)	Rata-Rata (%)
Pertemuan 3	85,83	81,66	89,16	82,22
Rata-Rata	75,94	73,05	76,77	75,25

Pada siklus kedua, rata-rata akurasi servis siswa meningkat dari 64,16% pada pertemuan pertama menjadi 82,22% pada pertemuan ketiga. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode drill yang diterapkan dengan variasi dan supervisi efektif dalam memperbaiki keterampilan teknik dasar siswa. Selain itu, observasi menunjukkan adanya peningkatan motivasi siswa dalam mengikuti latihan, yang mendukung pandangan Artha (2021) bahwa latihan drill tidak hanya meningkatkan keterampilan teknis tetapi juga membangun rasa percaya diri dan disiplin.

Hasil kuantitatif ini didukung oleh data kualitatif dari observasi. Pada awal penelitian, siswa menunjukkan sikap pasif dan kurang percaya diri dalam melakukan latihan servis. Namun, seiring berjalannya waktu, mereka mulai menunjukkan peningkatan dalam hal antusiasme dan keseriusan. Hal ini ditunjukkan dengan usaha siswa untuk memperbaiki kesalahan secara mandiri dan keterlibatan aktif selama latihan. Studi oleh Budiwanto (2013) menegaskan bahwa motivasi dan partisipasi aktif merupakan faktor penting dalam keberhasilan latihan drill.

Secara keseluruhan, penelitian ini menunjukkan bahwa metode drill merupakan pendekatan yang efektif dalam meningkatkan keterampilan teknik dasar servis bulutangkis pada siswa SMP. Peningkatan yang signifikan dari siklus pertama hingga kedua mencerminkan bahwa pengulangan gerakan yang sistematis, variasi latihan, dan pengawasan yang baik dapat membantu siswa memahami dan menguasai teknik dengan lebih baik. Penelitian ini juga menegaskan pentingnya peran guru dalam memberikan bimbingan langsung serta menciptakan lingkungan pembelajaran yang mendukung untuk memotivasi siswa.

Temuan ini memberikan kontribusi praktis bagi pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam pembinaan olahraga bulutangkis. Guru dapat mengadopsi metode drill sebagai bagian dari strategi pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar siswa. Selain itu, hasil penelitian ini dapat menjadi referensi untuk penelitian lebih lanjut, terutama dalam mengembangkan variasi latihan drill yang lebih inovatif dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Dengan demikian, metode drill dapat menjadi pendekatan yang andal dalam pembinaan generasi muda yang kompeten di bidang olahraga.

KESIMPULAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa metode latihan drill memiliki pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan akurasi servis bulutangkis pada siswa kelas VII SMPN 2 Poncokusumo. Melalui dua siklus penelitian, hasil menunjukkan adanya peningkatan yang konsisten pada aspek sikap persiapan, sikap memukul, dan sikap lanjutan. Rata-rata kemampuan servis siswa meningkat dari 47,22% pada pertemuan pertama siklus pertama menjadi 82,22% pada pertemuan terakhir siklus kedua. Hal ini membuktikan bahwa metode drill, yang dirancang secara sistematis dan disesuaikan dengan kebutuhan siswa, efektif dalam memperbaiki teknik dasar servis.

Latihan drill yang intensif dan terstruktur memberikan dampak positif pada internalisasi gerakan, sehingga siswa mampu menguasai teknik dengan lebih baik. Selain itu, pengawasan langsung oleh guru dan pemberian variasi latihan menjadi faktor penting yang mendukung keberhasilan metode ini.

Penelitian ini juga menunjukkan bahwa metode drill tidak hanya meningkatkan kemampuan teknis siswa, tetapi juga memotivasi mereka untuk lebih aktif dan percaya diri dalam berlatih.

Berdasarkan hasil penelitian, metode latihan drill direkomendasikan untuk digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya pada olahraga bulutangkis. Guru dapat mengadaptasi metode ini dengan variasi latihan yang lebih kreatif sesuai dengan tingkat kemampuan siswa. Penelitian ini memberikan kontribusi praktis bagi pengembangan pembelajaran olahraga di sekolah, sekaligus menjadi referensi untuk penelitian lebih lanjut terkait strategi pembelajaran olahraga yang efektif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala SMPN 2 Poncokusumo yang telah memberikan izin dan dukungan selama pelaksanaan penelitian ini. Penghargaan juga ditujukan kepada para guru pendidikan jasmani yang telah membantu dalam proses pelatihan dan pengumpulan data. Tidak lupa, penulis menyampaikan rasa terima kasih kepada seluruh siswa kelas VII yang telah berpartisipasi aktif dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Aksan, Hermawan. 2012. *Mahir Bulu Tangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Budiwanto, S. (2013). *Dasar-Dasar Teknik dan Taktik Bulutangkis* (1st ed.). Malang: Universitas Negeri Malang.
- Budiwanto, S. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Yuliawan, D., & Sugiyanto, F. (2014). Pengaruh Metode Latihan Pukulan Dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Bermain Bulutangkis Siswa Tingkat Pemula. *Jurnal Keolahragaan*, 2(2), 145–154. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i2.2610>
- Cohen, Caroline, Baptiste Darbois Texier, David Quéré, and Christophe Clanet. 2015. The Physics of Badminton. *New Journal of Physics* 17(6):63001.
- Wali, Muhammad Ghivari Zaka, dkk (2021). Upaya meningkatkan teknik dasar pukulan netting forehand dan backhand dengan metode drill untuk siswa usia 8-12 tahun di PB. AIC Kabupaten Malang. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Kepelatihan Olahraga Vol. 1 No. 2, November 2021*, pp. 111-125
- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>.
- Kamali, S., Triansyah, A., & Hidasari, F. P. (2018). PENGARUH METODE DRILL TERHADAP HASIL BELAJAR SERVIS BULUTANGKIS DI SMA NEGERI 4 SINGKAWANG. *Jurnal Pendidikan dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 7(9).
- Pamungkas, K.A.A., Pungki Indarto (2021). Dampak Metode Latihan Drill dan Strokes Terhadap Ketepatan Arah Servis pada Permainan Bulutangkis. *JPJ (Jurnal Pendidikan Jasmani) Vol. 2, No.2, Desember 2021*
- Purnama, S. K. (2016). *Kepelatihan Bulutangkis Modern* (S. Riyadi & M. Rohmadi (eds.)). Yuma Pustaka
- Artha, I K. A (2021). Pengaruh Metode Drill Terhadap Hasil Servis Bulutangkis Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 4 Busungbiu. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi Vol. 7, No. 1, Hal. 46-55, Januari 2021* DOI: 10.5281/zenodo.4420479
- Mulyasa, H.E. (2013). *Praktik Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

-
- Wijaya, Robby, dkk (2019). Blended Learning between Team Games Tournament and Web-Based Module to Improve Students' Competency of Light Vehicle Programs. Letters in Information Technology Education (LITE) Vol 2, No 1, 2019, pp. 1–5e-ISSN: 2654-5667
- Munadi, D., Satrianingsih, B., & Bausad, A.A. (2018). Pengaruh Latihan Drill Servis Dan Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Servis 41 Pada Pemain Bulutangkis PB SELAGIK JR Lombok Timur Tahun 2018. JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala, Vol 3. <https://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/938297>
- Purnama, Sapta Kunto. (2010). Kepelatihan bulutangkis modern. Surakarta: Yuma Pustaka.