



Meningkatkan Gerak Dasar Servis Pendek *Backhand* Bulutangkis dengan Permainan Tembak Sasaran

¹Geby Grace Juliantika ✉, ²Encep Sudirjo, ³Dewi Susilawati

¹²³Universitas Pendidikan Indonesia

gebygracej@upi.edu

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan gerak dasar servis pendek backhand bulutangkis melalui permainan tembak sasaran pada siswa kelas V di UPTD SDN 3 Cipaati. Metode yang digunakan adalah Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang dilaksanakan dalam tiga siklus. Setiap siklus terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan dalam perencanaan kinerja guru, pelaksanaan pembelajaran, keaktifan siswa, dan hasil belajar siswa. Pada siklus I, persentase perencanaan kinerja guru mencapai 76,25%, pelaksanaan 68,75%, keaktifan siswa 74,4%, dan hasil belajar siswa 2,94% tuntas. Pada siklus II, terjadi peningkatan menjadi 80,41% untuk perencanaan, 79,58% untuk pelaksanaan, 82,6% untuk keaktifan, dan 50% untuk hasil belajar. Pada siklus III, perencanaan mencapai 97,75%, pelaksanaan 96,25%, keaktifan 86,1%, dan hasil belajar 70,58% tuntas. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penggunaan permainan tembak sasaran efektif dalam meningkatkan gerak dasar servis pendek backhand bulutangkis pada siswa.

Kata Kunci: Bulutangkis. *Backhand*. Tembak Sasaran.

ABSTRAC

This study aims to improve the basic movement of short serve backhand badminton through target shooting games in grade V students at UPTD SDN 3 Cipaati. The method used is Class Action Research (PTK) which is carried out in three cycles. Each cycle consists of planning, implementation, observation, and reflection. The results showed that there was a significant improvement in teacher performance planning, learning implementation, student activity, and student learning outcomes. In the first cycle, the percentage of teacher performance planning reached 76.25%, implementation 68.75%, student activity 74.4%, and student learning outcomes 2.94% complete. In cycle II, there was an increase to 80.41% for planning, 79.58% for implementation, 82.6% for activeness, and 50% for learning outcomes. In cycle III, planning reached 97.75%, implementation 96.25%, activeness 86.1%, and learning outcomes 70.58% complete. This study concluded that the use of target shooting games is effective in improving the basic movements of badminton backhand short serve in students.

Keyword: Badminton. *Backhand*. Target Shooting.

Alamat Korespondensi: Universitas Pendidikan Indonesia

✉ Email: gebygracej@upi.edu

© 2021 STKIP Pasundan

ISSN 2721-5660 (Cetak)

ISSN 2722-1202 (Online)

PENDAHULUAN

Bulutangkis merupakan salah satu permainan olahraga bola kecil yang memerlukan peralatan raket, shuttlecock (kok), dan net. Permainan dalam bulu tangkis bisa dimainkan antara satu pemain dengan satu pemain lainnya atau disebut tunggal (single). Selain itu olahraga bulutangkis juga bisa dimainkan dengan antarpasangan, tiap pasangan berisi dua orang atau bisa disebut dengan ganda (double). Dapat dimainkan oleh putera, puteri, dapat pula dimainkan oleh pasangan campuran putera dan puteri. Dalam jurnal (Edmizal & Maifitri, 2021) menyebutkan: Olahraga bulutangkis merupakan salah satu olahraga prestasi yang sangat digemari oleh masyarakat umum, baik dikalangan tua maupun muda dan ini telah berkembang baik dan populer di Indonesia. Sedangkan (Firdaus et al., 2024) Bulutangkis adalah permainan yang menggunakan raket sebagai alat memukul satelkok sebagai objeknya. Sedangkan menurut (Hidayat et al., 2022) Tujuan permainan ini adalah menjatuhkan satelkok di daerah lapangan lawan dengan melewati atas net untuk mendapatkan poin.

Bulutangkis bisa sangat digemari oleh masyarakat karena olahraga bulutangkis adalah olahraga permainan yang menarik dan tergolong olahraga yang tidak memerlukan banyak biaya. Berbeda dari olahraga golf atau tenis lapangan yang alatnya cukup mahal untuk dimainkan oleh masyarakat umum. Dengan memerlukan raket dan satelkok saja olahraga bulutangkis bisa dimainkan apabila dimainkannya oleh minimal 2 orang. Dalam jurnal (Fattahudin et al., 2022) menyebutkan: "Dalam olahraga bulutangkis setiap atlet diharuskan mempunyai skill yang baik. Untuk mempunyai skill yang baik tentunya harus mempunyai teknik dasar yang baik dan benar. Dari berbagai teknik dasar dalam bulutangkis, teknik dasar pukulan smash adalah salah satu kunci utama untuk mendapatkan poin".

Secara umum keterampilan dasar permainan bulutangkis dapat dikelompokkan menjadi empat bagian yaitu (1) cara memegang raket (grips) (2) sikap siap (stance atau ready position), (3) gerakan kaki (footwork), dan (4) gerak memukul (stroke). Menjadi seorang atlet bulutangkis memang bukan hal yang mudah. Seorang atlet berlatih dengan tekun, disiplin, dan terprogram karena dengan berlatih atlet bisa meningkatkan kemampuannya dalam bermain bulutangkis. Maka seorang atlet bulutangkis perlu dibina oleh pelatih yang mempunyai metode latihan atau program latihan yang terstruktur agar seorang atlet bulutangkis dapat meningkatkan kemampuannya untuk menjadi juara. Karena seorang atlet bulutangkis sangat berbeda dengan masyarakat umum yang hanya gemar atau sekedar hobi dalam bermain bulutangkis dan tujuannya pun berbeda. Seorang atlet bertujuan untuk mencapai prestasi dan masyarakat umum yang mempunyai hobi bermain bulutangkis hanya untuk rekreasi atau kepuasan pribadi. Dalam jurnal (Gunawan, 2012) menyebutkan bahwa "Cabang olahraga bulutangkis merupakan cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat pada umumnya, baik di perkotaan sampai ke pelosok pedesaan. Kepopuleran cabang olahraga ini sehingga hampir disetiap sudut ruang yang ada dijumpai lapangan-lapangan bulutangkis walaupun dalam bentuk yang sangat sederhana. Perbulutangkisan bagi bangsa Indonesia sudah merupakan cabang olahraga yang membawa nama harum bagi bangsa Indonesia". Dalam olahraga bulutangkis atlet yang ingin berprestasi harus melakukan latihan yang terstruktur agar tujuan atlet itu sendiri tercapai yaitu menjadi yang terbaik dan bisa menjadi juara. Maka atlet membutuhkan binaan dari seorang pelatih agar atlet dapat pembinaan dari seorang pelatih yang harus sudah mengerti tentang cara melatih atlet bulutangkis. Bahwa atlet menganggap pelatih adalah seorang yang ahli dalam segala hal dan pandai memainkan peran (Hadi, 2011).

Didalam permainan bulutangkis terdapat beberapa gerak yang harus dikuasai agar dapat bermain bulutangkis. Menurut (Hetti, 2010) Terdapat beberapa gerak teknik dasar dalam permainan bulutangkis diantaranya yaitu pegangan raket, footwork, sikap dan posisi, hitting position, servis, pengembalian servis, underhand, overhand, Round the head clear/lob/drop/smash, smash, dropshot, netting, return smash, backhand overhead, drive, variasi stroke/teknik permainan. Gerak dasar yang harus dikuasai pertama kali untuk dapat melakukan permainan bulutangkis yaitu gerak dasar servis.

Keterampilan gerak yang baik hanya akan dimiliki oleh siswa apabila ia sudah memiliki gerak dasar yang baik pula. Untuk itu, peningkatan kemampuan gerak dasar pada siswa kelas bawah tingkat sekolah dasar merupakan hal yang penting untuk dilaksanakan oleh setiap guru

penjas. Pemilihan permainanpun merupakan bagian penting perlu diperhatikan guru penjas manakala ia, akan menyelenggarakan kegiatan pembelajaran.

Materi, tujuan, proses pembelajaran, dan peserta didik merupakan aspek penting yang saling terkait dan mempengaruhi antara yang satu dengan yang lainnya yang harus diperhatikan oleh guru penjas ketika mengajar suatu bentuk keterampilan gerak sudah selayaknya guru memperhatikan tingkat pertumbuhan dan perkembangan kemampuan gerak siswanya tidak semata-mata hanya pada tujuan yang harus dicapai karena merupakan tujuan yang terutama dikurikulum. Diperlukan kesesuaian antara metode, gaya, atau pendekatan mengajar, materi, cara mengevaluasi, dan tujuan yang harus dicapai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa. Aktivitas yang diperlukan untuk perkembangan gerak anak diantaranya adalah harus sudah diperkenalkan pada keterampilan berolahraga. Bermain dalam situasi berlomba dengan peraturan yang sederhana, aktivitas yang menggunakan alat dan berlatih dalam situasi drill (aktivitas berulang-ulang).

Seperti yang peneliti ketahui selama ini guru adalah seorang yang harus dipatuhi, sedangkan karakteristik siswa pada zaman sekarang berbeda dengan karakteristik siswa pada zaman dahulu. Karakteristik siswa pada zaman sekarang yaitu ingin berdikari sendiri. Sama halnya ketika sedang belajar khususnya dalam proses belajar penjas yang dimana karakter siswa ini sangat sulit dikendalikan. Telah banyak fakta yang menunjukkan kebermaknaan aktivitas bermain yang dikelola dengan baik akan memberikan pengaruh positif bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa, masalahnya adalah bagaimana guru penjas mampu menerapkan gerak dasar servis pendek *backhand* pada cabang olahraga bulutangkis melalui permainan tembak sasaran dengan menyesuaikan dalam materi, tujuan, metode mengajar dengan tidak mengabaikan tuntutan kurikulum penjas. Telah banyak fakta yang menunjukkan kebermaknaan aktivitas bermain yang dikelola dengan baik akan diberikan pengaruh positif bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Untuk belajar gerak dasar servis dapat dilakukan dengan cara menggunakan sejumlah kok dan dilakukan berulang-ulang. Selain itu guru dapat membuat variasi pembelajaran agar lebih menarik motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran khususnya pada latihan gerak dasar servis pendek *backhand*. Namun, didalam kenyataannya terdapat beberapa faktor yang menyebabkan kurang efektifnya pembelajaran gerak dasar servis pendek *backhand* yang dilakukan di sekolah dasar, diantaranya yaitu tidak semua siswa mempunyai raket, terbatasnya kok yang tersedia di sekolah, kurangnya kekreativitasan guru dalam menciptakan suasana pembelajaran yang menyenangkan.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di UPTD SDN 3 Cipaas. Hasil belajar siswa mengenai gerak dasar servis pendek *backhand* bulutangkis ternyata belum sesuai seperti yang diharapkan dan hasil belajar siswa masih dibawah rata-rata KKM 75 yang telah ditentukan oleh guru. Terdapat sembilan siswa yang dinyatakan tuntas dan sisanya sebanyak 25 orang siswa yang dinyatakan tidak tuntas. Dengan demikian berdasarkan data awal siswa kelas V UPTD SDN 3 Cipaas. Hasil belajar gerak dasar servis pendek *backhand* bulutangkis siswa masih rendah. Dan hasil dari ke-aktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran yang diberikan. Dengan demikian berdasarkan data awal siswa kelas V UPTD SDN 3 Cipaas. Hasil ke-aktifan pada belajar gerak dasar servis pendek *backhand* bulutangkis.

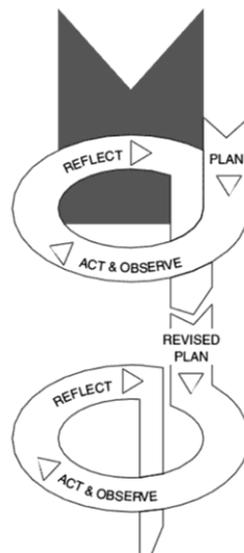
Maka dari itulah diperlukan suatu cara yang menarik bagaimana kegiatan pendidikan jasmani itu membuat anak tertarik mengikuti pembelajaran servis pendek bulutangkis dan mampu meningkatkan hasil belajar terutama gerak dasar servis pendek pada siswa kelas V UPTD SDN 3 Cipaas. Faktor terpenting dalam pembelajaran servis untuk SD kelas atas adalah metode pembelajaran mengandung unsur teknik dasar servis dan menarik bagi siswa sehingga siswa tidak mengalami kejenuhan dalam mengikuti pembelajaran. Sehingga guru harus menerapkan pendekatan pembelajaran yang dikemas melalui permainan agar siswa merasa senang dan antusias dalam mengikuti kegiatan belajar mengajar pembelajaran servis pendek bulutangkis, dengan harapan pembelajaran servis pendek bulutangkis dapat disenangi oleh siswa sehingga tercapai tujuan pembelajaran yang diharapkan. Salah satu cara menumbuhkan atau meningkatkan keaktifan siswa dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani adalah dengan metode bermain. Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti bermaksud mengambil tema

penelitian yang berkaitan dengan materi servis bulutangkis, maka judul penelitian adalah “Meningkatkan Gerak Dasar servis pendek *backhand* bulutangkis dengan Permainan tembak sasaran Pada Siswa kelas V UPTD SDN 3 Cipaat.”

METODE

Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan metode penelitian tindakan kelas (PTK), karena permasalahan yang akan diselesaikan merupakan permasalahan dari guru yang berdampak pada hasil belajar siswa yang terjadi dikelas ini sesuai dengan tujuan dari PTK yaitu memperbaiki dan Meningkatkan kualitas pembelajaran hingga belajar siswa dan kinerja guru meningkat. Hal ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh (Syafriada Hafni Sahir, 2022) bahwa “PTK merupakan suatu bentuk penelitian yang bersifat reflektif dengan melakukan tindakan-tindakan tertentu agar dapat memperbaiki dan meningkatkan praktek pembelajaran dikelas secara lebih profesional. Metode penelitian tindakan kelas diperlukan pendekatan tertentu yang bisa memberikan kemudahan dalam pemecahannya, berdasarkan masalah yang akan dibahas dan jenis data yang diinginkan, maka peneliti menggunakan penelitian kualitatif. Menurut (Moleong, 2010) menggambarkan bahwa metode kualitatif adalah prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata, tulisan, atau lisan dari orang-orang dan berperilaku yang dapat diamati”.

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart, karena model ini menggunakan siklus yang dilakukan secara berulang dan berkelanjutan. Semakin lama diharapkan semakin meningkat perubahan dalam pencapaian hasil. Dibawah ini adalah gambar model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart.



Gambar 1. Model Spiral Kemmis dan Mc. Taggart (Muah, 2016)

Berdasarkan gambar 1 desain penelitian model spiral diatas menjelaskan bahwa, desain penelitian ini dimulai dengan rencana, tindakan, pengamatan, refleksi, dan perencanaan kembali yang merupakan dasar untuk suatu ancap-ancang pemecahan masalah.

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas V UPTD SDN 3 Cipaat, yang jumlah siswanya sebanyak 34 orang. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini yaitu (LPKG 1). Lembar instrument penilaian kinerja guru (IPKG 1) ini digunakan untuk alat ukur dan mengetahui kemampuan dalam merencanakan pembelajaran yang dilakukan guru khususnya dalam pembelajaran modifikasi permainan tembak sasaran untuk Meningkatkan kemampuan gerak dasar servis *backhand* dalam perminan bulutangkis pada kelas V UPTD SDN 3 Cipaat. Lembar Instrumen Penilaian Kinerja Guru (IPKG 2) ini digunakan sebagai alat ukur dan mengetahui kemampuan melaksanakan pembelajaran yang dilakukan guru khususnya dalam pembelajaran gerak kombinasi nonlokomotor dan lokomotor melalui permainan tradisional

galah asin model spiral, adapun aspek yang dinilai yaitu: a) Pra pembelajaran, b) Membuka pembelajaran, c) Mengelola inti pembelajaran, d) Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran penjas, e) Melakukan evaluasi proses dan hasil pembelajaran gerak kombinasi nonlomotor dan lokomotor pada siswa sekolah dasar kelas V UPTD SDN 3 Cipaas, f) Kesan umum kinerja guru/calon guru. Lembar Aktivitas Siswa Untuk mengetahui aktivitas siswa selama proses pembelajaran berlangsung. Hal ini terkait dengan disiplin, sportivitas, pantang menyerah dan kerjasama siswa saat pembelajaran. Dan lembar Hasil Tes Praktik.

Teknik yang digunakan dalam penelitian tentang meningkatkan pembelajaran gerak nonlokomotor dan lokomotor melalui permainan tradisional dengan latihan zigzag run yang telah dimodifikasi ini adalah teknik pengolahan data kualitatif, dilakukan saat pelaksanaan refleksi dari setiap siklus pemerolehannya berdasarkan setiap tindakan. Pengolahan data ini dilakukan setelah data terkumpul yang diperoleh dari seluruh instrumen penelitian hasil observasi, wawancara, catatan lapangan, tes praktek dan data hasil dibaca, dipelajari, dan ditelaah. Langkah selanjutnya pengolahan data yang dilakukan melalui tiga langkah, yaitu:

1. Data *Reduction* (Reduksi Data)

Dalam tahap ini peneliti melakukan pemilihan, dan pemusatan perhatian untuk penyederhanaan, abstraksi, transformasi data kasar yang diperoleh menjadi informasi hasil tindakan.

2. Data *Display* (Paparan Data)

Peneliti mengembangkan sebuah deskripsi informasi untuk menarik kesimpulan dan pengambilan tindakan. Display data atau penyajian data yang digunakan pada langkah ini adalah dalam bentuk paparan naratif dan representatif grafik.

3. *Conclusion Drawing/Verification* (Penyimpulan)

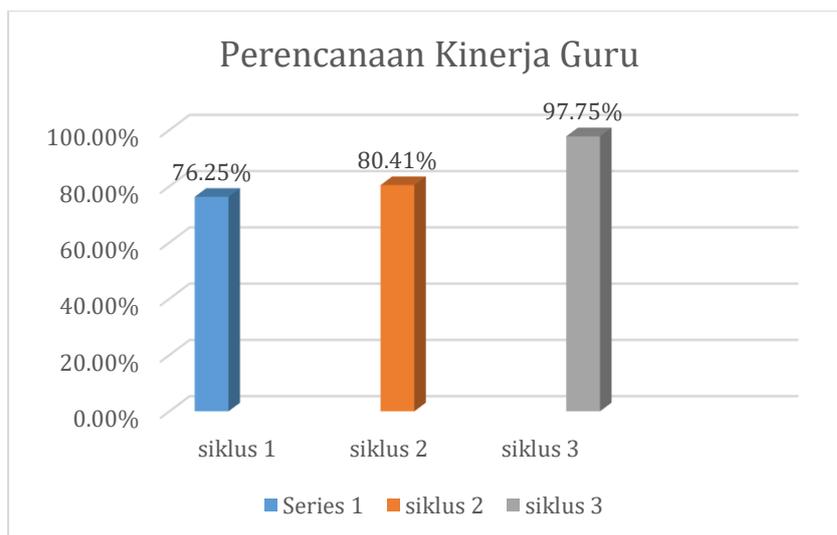
Peneliti berusaha menarik kesimpulan dan melakukan verifikasi dengan mencari makna setiap gejala yang diperolehnya yang mungkin ada, alur kausalitas dari fenomena, dan proposisi. Selanjutnya data tersebut disusun dan dikategorisasikan, kemudian disajikan, dimaknai, disimpulkan dan terakhir diperiksa keabsahannya.

Kriteria kelulusan mata pelajaran penjas kes materi pembelajaran gerak nonlokomotor dan lokomotor kelas V UPTD SDN 3 Cipaas menggunakan standar KKM (Kriteria Ketuntasan Minimal) = 64 yang dibuat oleh guru penjas.

HASIL PENELITIAN

1. Perencanaan Kinerja Guru

Berdasarkan hasil analisis dan refleksi pada pembelajaran setiap siklusnya, maka diperoleh hasil perencanaan siklus I, siklus II, dan siklus III. Hasil tersebut dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2. Rekapitulasi Peningkatan Perencanaan Kinerja Guru

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan presentase guru pada indikator perencanaan siklus I sebesar 76,25%. Nilai ini belum mencapai target yang telah ditetapkan. Sehingga peneliti terus memperbaiki perencanaan untuk tindakan selanjutnya agar hasilnya semakin baik dan optimal. Pada siklus II, keseluruhan presentase guru pada indikator perencanaan mengalami peningkatan menjadi 80,41%. Hasil perencanaan kinerja guru pada tindakan siklus II ini lebih besar dari hasil tindakan siklus sebelumnya, namun belum memenuhi target yang telah ditetapkan yaitu sebesar 85%. Sehingga dilanjutkan pada siklus III mengalami peningkatan sebesar 97,75% yang artinya sudah mencapai atau bahkan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian, penelitian pada tahap perencanaan kinerja guru dihentikan sampai siklus III.

2. Pelaksanaan Kinerja Guru

Berdasarkan hasil analisis dan refleksi pada pembelajaran setiap siklusnya, maka diperoleh hasil perencanaan siklus I hingga siklus III. Hasil tersebut dapat dilihat pada gambar berikut:



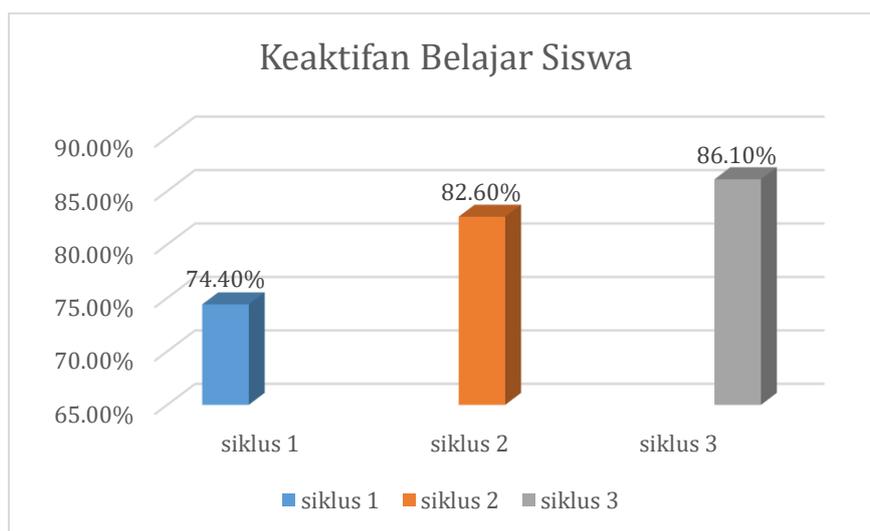
Gambar 3. Rekapitulasi Pelaksanaan Kinerja Guru

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan presentase guru pada indikator pelaksanaan siklus I sebesar 68,75%. Nilai ini belum mencapai target yang telah ditetapkan. Sehingga peneliti terus memperbaiki pelaksanaan untuk tindakan selanjutnya agar hasilnya semakin baik dan

optimal. Pada siklus II, keseluruhan presentase guru pada indikator pelaksanaan mengalami peningkatan menjadi 79,58%. Hasil pelaksanaan kinerja guru pada tindakan siklus II ini lebih besar dari hasil tindakan siklus sebelumnya, namun belum memenuhi target yang telah ditetapkan yaitu sebesar 85%. Sehingga dilanjutkan pada siklus III mengalami peningkatan sebesar 96,25% yang artinya sudah mencapai atau bahkan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian, penelitian pada tahap pelaksanaan kinerja guru dihentikan sampai siklus III.

3. Keaktifan Belajar Siswa

Dari hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa pada siklus I untuk keaktifan belajar masih kurang dan belum mencapai target yang ditetapkan. Pada siklus II&III peneliti melakukan permainan tembak sasaran pada bulutangkis sehingga pada siklus II&III keaktifan belajar siswa meningkat. Hasil observasi keaktifan belajar siswa tersebut dapat dilihat pada gambar berikut:



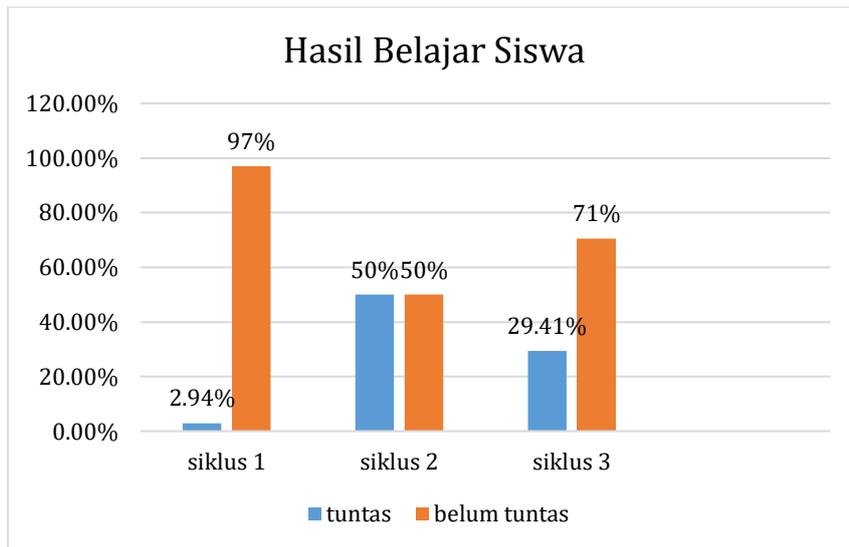
Gambar 4. Rekapitulasi Keaktifan Belajar Siswa

Dapat diketahui bahwa pada siklus I dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis menggunakan tembak sasaran untuk nilai rata-rata keaktifan seluruh siswa hanya mencapai 74,4%. Ini masih kurang dan belum mencapai target yang ditetapkan. Setelah berdiskusi dengan kolaborator dan subjek penelitian.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui pada siklus II&III dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis untuk nilai rata-rata keaktifan seluruh siswa meningkat menjadi 82,6% pada siklus II dan pada siklus III mencapai 86,1%. Ini sudah mencapai dan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian peneliti dan juga kolaborator sepakat untuk berhenti pada siklus III.

4. Hasil Belajar Siswa

Dari hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa pada siklus I untuk hasil belajar pun masih banyak siswa yang belum mampu melakukan servis pendek *backhand* bulutangkis dan belum mencapai kriteria ketuntasan minimum. Pada siklus II&III peneliti melakukan perubahan latihan tembak sasaran sehingga pada siklus II&III hasil belajar siswa meningkat. Untuk hasil belajar siswa dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 5. Rekapitulasi Peningkatan Hasil Belajar Siswa

Dapat diketahui bahwa pada siklus I dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis untuk hasil belajar siswa masih banyak siswa yang belum mencapai batasan yang telah ditentukan. Terdapat siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 1 siswa (2,94%). Setelah berdiskusi dengan kolaborator dan subjek penelitian, hal ini terjadi karena minimnya fasilitas yang dimiliki oleh sekolah.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui bahwa pada siklus II&III dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis dengan latihan tembak sasaran untuk hasil belajar pun meningkat, ada 17 siswa (50%) pada siklus II dan pada siklus III terdapat 24 siswa (70,58%) yang sudah mencapai kriteria ketuntasan minimum. Setelah berdiskusi dengan kolaborator dan subjek penelitian, latihan tembak sasaran yang digunakan di siklus II&III dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan dalam servis pendek *backhand* bulutngkis. Ini sudah mencapai dan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian peneliti dan juga kolaborator sepakat untuk berhenti pada siklus III

PEMBAHASAN

Kendala yang dihadapi siswa dalam proses belajar mengajar yaitu kurang fasilitas raket bulutngkis disekolah ataupun pembelajaran bulutangkis itu sendiri. Untuk memudahkan siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, guru harus bisa memilih serta menerapkan media pembelajaran yang lebih efektif. Selain itu, seorang guru harus bisa memodifikasi alat dan tempat yang ada di sekolah sehingga memungkinkan terjadinya kegiatan pembelajaran yang maksimal karena pada umumnya sarana dan prasarana yang tersedia di sekolah untuk pembelajaran penjas tidaklah sama (Laksana, 2016). Keberhasilan seorang guru dalam pelajarannya adalah sebagai kemampuan yang ada pada diri peserta didik, sebagian lagi karena metode belajar dan mengajar yang tepat dan sebagian lagi karena lingkungan (Syaleh, 2017). Dengan diberikannya pembelajaran bulutangkis pada setiap siklusnya, ternyata dapat memberikan dampak yang cukup baik pada peningkatan kemampuan gerak dasar servis pendek *backhand* bulutangkis bagi setiap siswa. Serta dengan adanya pembelajaran bulutangkis ini dapat meningkatkan keaktifan siswa dalam proses pembelajaran berlangsung.

Berdasarkan hasil analisis dan refleksi pada pembelajaran setiap siklusnya, maka diperoleh hasil perencanaan siklus I, siklus II, dan siklus III. Hasil penelitian didapatkan presentase guru pada indikator perencanaan siklus I sebesar 76,25%. Nilai ini belum mencapai target yang telah ditetapkan. Sehingga peneliti terus memperbaiki perencanaan untuk tindakan selanjutnya agar hasilnya semakin baik dan optimal. Pada siklus II, keseluruhan presentase guru pada indikator perencanaan mengalami peningkatan menjadi 80,41%. Hasil perencanaan kinerja

guru pada tindakan siklus II ini lebih besar dari hasil tindakan siklus sebelumnya, namun belum memenuhi target yang telah ditetapkan yaitu sebesar 85%. Sehingga dilanjutkan pada siklus III mengalami peningkatan sebesar 97,75% yang artinya sudah mencapai atau bahkan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian, penelitian pada tahap perencanaan kinerja guru dihentikan sampai siklus III.

Berdasarkan hasil analisis dan refleksi pada pembelajaran setiap siklusnya, maka diperoleh hasil perencanaan siklus I hingga siklus III. Hasil penelitian didapatkan presentase guru pada indikator pelaksanaan siklus I sebesar 68,75%. Nilai ini belum mencapai target yang telah ditetapkan. Sehingga peneliti terus memperbaiki pelaksanaan untuk tindakan selanjutnya agar hasilnya semakin baik dan optimal. Pada siklus II, keseluruhan presentase guru pada indikator pelaksanaan mengalami peningkatan menjadi 79,58%. Hasil pelaksanaan kinerja guru pada tindakan siklus II ini lebih besar dari hasil tindakan siklus sebelumnya, namun belum memenuhi target yang telah ditetapkan yaitu sebesar 85%. Sehingga dilanjutkan pada siklus III mengalami peningkatan sebesar 96,25% yang artinya sudah mencapai atau bahkan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian, penelitian pada tahap pelaksanaan kinerja guru dihentikan sampai siklus III.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa pada siklus I untuk keaktifan belajar masih kurang dan belum mencapai target yang ditetapkan. Pada siklus II&III peneliti melakukan permainan tembak sasaran pada bulutangkis sehingga pada siklus II&III keaktifan belajar siswa meningkat. Dapat diketahui bahwa pada siklus I dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis menggunakan tembak sasaran untuk nilai rata-rata keaktifan seluruh siswa hanya mencapai 74,4%. Ini masih kurang dan belum mencapai target yang ditetapkan. Setelah berdiskusi dengan kolaborator dan subjek penelitian.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui pada siklus II&III dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis untuk nilai rata-rata keaktifan seluruh siswa meningkat menjadi 82,6% pada siklus II dan pada siklus III mencapai 86,1%. Ini sudah mencapai dan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian peneliti dan juga kolaborator sepakat untuk berhenti pada siklus III.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, diketahui bahwa pada siklus I untuk hasil belajar pun masih banyak siswa yang belum mampu melakukan servis pendek *backhand* bulutangkis dan belum mencapai kriteria ketuntasan minimum. Pada siklus II&III peneliti melakukan perubahan latihan tembak sasaran sehingga pada siklus II&III hasil belajar siswa meningkat. Dapat diketahui bahwa pada siklus I dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis untuk hasil belajar siswa masih banyak siswa yang belum mencapai batasan yang telah ditentukan. Terdapat siswa yang tuntas pada siklus I sebanyak 1 siswa (2,94%). Setelah berdiskusi dengan kolaborator dan subjek penelitian, hal ini terjadi karena minimnya fasilitas yang dimiliki oleh sekolah.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, dapat diketahui bahwa pada siklus II&III dalam pembelajaran servis pendek *backhand* bulutangkis dengan latihan tembak sasaran untuk hasil belajar pun meningkat, ada 17 siswa (50%) pada siklus II dan pada siklus III terdapat 24 siswa (70,58%) yang sudah mencapai kriteria ketuntasan minimum. Setelah berdiskusi dengan kolaborator dan subjek penelitian, latihan tembak sasaran yang digunakan di siklus II&III dapat membantu siswa dalam meningkatkan kemampuan dalam servis pendek *backhand* bulutangkis. Ini sudah mencapai dan melampaui target yang telah ditetapkan. Dengan demikian peneliti dan juga kolaborator sepakat untuk berhenti pada siklus III.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dipaparkan, dimana masalah dalam meningkatkan perencanaan pembelajaran gerak dasar servis pendek *backhand* bulutangkis pada siswa kelas V UPTD SDN 3 Cipaati setelah diberikan tindakan dari siklus I sampai dengan siklus III terjadi peningkatan yang optimal dan signifikan dimana pada siklus I untuk nilai rata-rata perencanaan pembelajaran mencapai 75%. Nilai ini sudah mencapai bahkan melampaui target yang telah ditetapkan. Akan tetapi, peneliti terus memperbaiki perencanaan untuk tindakan selanjutnya agar hasilnya semakin baik dan optimal. Pada siklus II, nilai rata-rata perencanaan

pembelajaran mengalami peningkatan menjadi 80,41%. Dan pada siklus III nilai rata-rata perencanaan pembelajaran mengalami peningkatan menjadi 97,75%. Dan untuk pelaksanaan pembelajaran mengalami peningkatan dimana pada siklus I untuk nilai rata-rata pelaksanaan pembelajaran mencapai sebesar 68,75%. Nilai ini belum mencapai target yang telah ditetapkan. Peneliti terus memperbaiki pelaksanaan untuk tindakan selanjutnya agar hasilnya semakin baik dan optimal. Pada siklus II, nilai rata-rata pelaksanaan pembelajaran mengalami peningkatan menjadi 79,58%. Dan pada siklus III nilai rata-rata perencanaan pembelajaran mengalami peningkatan menjadi 96,25%. Oleh karena itu, peneliti bersama kolaborator sepakat untuk menghentikan penelitian ini sampai siklus III.

DAFTAR PUSTAKA

- Edmizal, E., & Maifitri, F. (2021). Pelatihan Tentang Kondisi Fisik Cabang Olahraga Bulutangkis Bagi Pelatih Bulutangkis Se Kota Padang. *Jurnal Berkarya, Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3(1), 32-37.
- Fattahudin, M. A., Januarto, O. B., & Fitriady, G. (2022). Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan Forehand Smash Bulutangkis Dengan Menggunakan Model Variasi Latihan Untuk Atlet Usia 12-16 Tahun. *Sport Science and Health*, 2(3), 182-194. <https://doi.org/10.17977/um062v2i32020p182-194>
- Firdaus, D. P., Sudirjo, E., & Rahman, A. A. (2024). Hubungan Kecerdasan Emosional Terhadap Ketepatan Smash Atlet Bulutangkis. 7(2), 615-628. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i2.25842>
- Gunawan, G. (2012). *Analisis Komponen Fisik Terhadap Kemampuan Smash Pada Permainan Bulutangkis Siswa SMA Negeri 2 Sinjai Utara*. FIK.
- Hadi, R. (2011). Peran pelatih dalam membentuk karakter atlet. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1).
- Hetti, R. A. (2010). *Sejarah Olahraga Bulutangkis*. Bogor: Quadra.
- Hidayat, T., Aris Munandar, R., & Fauqi, Amal. (2022). Pengaruh Mental Training dan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Pukulan Overhead Smash dalam Permainan Bulu Tangkis. *Jurnal Porkes*, 5(2), 741-750. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i2.6760>
- Laksana, A. A. N. P. (2016). Meningkatkan hasil belajar passing atas bolavoli dengan pendekatan model pembelajaran bola modifikasi. *Motion: Jurnal Riset Physical Education*, 7(1), 37-47.
- Moleong, L. (2010). *Metode penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta, 25.
- Muah, T. (2016). Penggunaan model pembelajaran Problem Based Instruction (PBI) untuk meningkatkan keaktifan dan hasil belajar matematika siswa kelas 9B semester gasal tahun pelajaran 2014/2015 SMP Negeri 2 Tuntang-Semarang. *Scholaria: Jurnal Pendidikan Dan Kebudayaan*, 6(1), 41-53.
- Syafrida Hafni Sahir. (2022). *Metodologi Penelitian*. Jakarta: Rajawali Press.
- Syaleh, M. (2017). Upaya meningkatkan hasil belajar servis atas bola voli melalui media pembelajaran lempar pukul bola kertas pada siswa kelas vii Smp. *Jurnal Prestasi*, 1(1), 23-30.