



INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research

Volume 3 Nomor 4 Tahun 2023 Page 3340-3348

E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246

Website: <https://j-innovative.org/index.php/Innovative>

Pendekatan Resiprokal Solusi Pembelajaran Bulutangkis

Rubiyatno

Universitas Tanjungpura

Email: rubiyatno@fkip.untan.ac.id

Abstrak

Penelitian ini berjudul "pendekatan resiprokal bagian dari solusi pembelajaran servis bulutangkis " tujuan dari penelitian ini yaitu untuk menerapkan metode resiprokal pada pembelajaran Servis bulutangkis .Bentuk penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan Penelitian Tindakan Kelas dengan dua siklus yang terdiri dari perencanaan, pelaksanaan, observasi, refleksi, dan kesimpulan. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa SMP N 1 Pontianak Kalimantan Barat yang berjumlah 36 siswa, yaitu putri 20 orang dan putra 16 orang. Hasil peningkatan pembelajaran Servis bulutangkis diperoleh dengan cara membandingkan nilai observasi dengan awal tes sebelum tindakan yang dikenal dengan "pra siklus". Berdasarkan hasil observasi yang telah dilaksanakan, terdapat peningkatan nilai siswa ada setiap siklusnya pada pra siklus ketuntasan siswa hanya mencapai 8 siswa atau 24% kemudian sedikit peningkatan pada siklus pertama yaitu menjadi 15 siswa yang tuntas atau 44% kemudian melihat hasil dari siklus 1 ternyata masih belum mencapai target yang ditentukan sehingga peneliti melanjutkan ke siklus ke 2 adapun pada siklus kedua ini terjadi peningkatan yang signifikan yaitu jumlah siswa yang tuntas mencapai 27 siswa atau 87,5%. Melihat data tersebut target ketuntasan klasikal 75 % telah tercapai sehingga dapat disimpulkan melalui metode resiprokal dapat meningkatkan hasil pembelajaran Servis bulutangkis pada siswa kelas VIII Servis bulutangkis.

Kata Kunci: *Metode resiprokal, servis bulutangkis*

Abstract

This research is entitled "Application of reciprocal approach in learning badminton short serve." , reflection, and conclusion. The subjects in this study were 36 students of SMP N 1 Pontianak West Kalimantan, namely 20 girls and 16 boys. The results of improving the learning of the badminton short serve were obtained by comparing the observed values with the initial test before the action which is known as the "pre-cycle". Based on the results of observations that have been carried out, there is an increase in student scores in each cycle in the pre-cycle completeness students only reach 8 students or 24% then a slight increase in the first cycle, namely to 15 students who complete or 44% then see the results of cycle 1 it is still not reached the specified target so that the researcher continued to cycle 2 while in this second cycle there was a significant increase, namely the number of students who completed reached 27 students or 87.5%. Seeing these data the target of 75% classical completeness has been achieved so that it can be concluded that through audiovisual media it can improve learning outcomes for short serve badminton in class X IPA Short serve badminton.

Keywords: *Audiovisual media, badminton short serve*

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan dasar, menengah, bahkan pada pendidikan tinggi. (Prasetyowati, 2020) Tujuan Pendidikan Jasmani yaitu untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat. (Awira et al., 2022), pada Model Silabus Mata Pelajaran Penjas SD 2006, dikemukakan bahwa Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melihat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis memberikan pengalaman belajar untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. (Pratama et al., 2019)

Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental-emosional-sportivitas-spiritualsosal). (Pradipta et al., 2019) Di samping itu pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk di Sekolah Dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara total. (Sin, 2017) Tujuan Pendidikan Jasmani untuk mengembangkan kebugaran fisik, mental, emosional dan sosial melalui kegiatan fisik. (M. Darmawan et al.,

2022) pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan keseluruhan yang bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, intelektual dan emosional melalui aktivitas jasmani. Sedangkan guru selaku motivator dan fasilitator, memiliki peranan penting dalam memberikan arti dan makna pembelajaran Penjas dan olahraga sebagai sarana atau alat. (Pratama et al., 2019)

Salah satu materi mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan didalam materinya tentang permainan bulutangkis. Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang menggunakan raket untuk memukul shuttlecock. Shuttlecock dipukul melewati atas net yang membatasi tengah-tengah lapangan. (Dewantara & Dewantara, 2022) Permainan ini dapat dimainkan oleh satu melawan satu (single) atau dua lawan dua (double). Permainan bulutangkis dilahirkan di India, dan dipopulerkan di Inggris dan menjadi permainan kelas atas. (Aryanti et al., 2021) Permainan bulutangkis merupakan jenis olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket sebagai alat pemukul, shuttlecock sebagai obyek yang dipukul, dan berbagai keterampilan dasar hingga keterampilan yang paling kompleks.

Untuk menjadi pemain bulutangkis yang baik, maka seorang atlet harus menguasai teknik dasar atau keterampilan dasar bermain bulutangkis dengan benar. Teknik dasar yang dimaksud bukan hanya pada penguasaan teknik memukul, tetapi juga melibatkan teknik-teknik yang berkaitan dengan permainan bulutangkis. Prestasi yang maksimal dapat dicapai oleh atlet yang benar-benar siap untuk berkompetisi. Kesiapan yang dimaksud adalah kesiapan fisik dan psikis dari atlet yang bersangkutan. (R. Darmawan et al., 2021) Prestasi olahraga tidak hanya tergantung kepada keterampilan teknik olahraga dan kesehatan fisik yang dimiliki atlet yang bersangkutan, tetapi juga bergantung pada keadaan-keadaan psikologi dan kesehatan mentalnya".

Ada beberapa teknik dasar dalam memukul yang harus dikuasai seorang atlet agar dapat bermain bulutangkis dengan baik seperti servis (service), pukulan lob, dropshot, smash, drive, dan netting. Pada dasarnya permainan bulutangkis dimulai dengan salah satu pemain melakukan servis kepada lawannya, dan setelah itu kedua pemain atau kedua pasang pemain bebas mengarahkan shuttlecock dalam area permainan guna untuk mematikan pergerakan lawan dan mendapatkan poin.

Servis merupakan teknik yang sangat penting dalam pertandingan bulutangkis. Saat ini hampir semua pemain baik tunggal maupun ganda memulai pertandingan dengan menggunakan servis pendek karena tipe permainan sekarang yang langsung menyerang. Terlebih lagi pada pertandingan ganda sangat riskan untuk memulai pertandingan dengan menggunakan servis panjang karena area servis yang lebih pendek dan kesempatan untuk

langsung menyerang hilang. Berbeda dengan permainan tunggal yang bidang servisnya lebih besar dan posisi penerima servis yang berada di tengah area servis sangat memungkinkan untuk melakukan servis pendek atau servis panjang.

Namun sesuai dengan kenyataan dan hasil observasi pada hari jumat tanggal 22 Maret 2019 berdasarkan observasi siswa di SMP N 1 Pontianak Bonti, tentang pelajaran bulutangkis, masih banyak ditemukan siswa yang mengalami kesulitan pada permainan bulutangkis khususnya pada pukulan backhand, hal itu terbukti banyak siswa yang belum memahami bagaimana cara melakukan teknik dasar pukulan backhand dengan benar, pada sikap awal, sikap perkenaan dan pada akhir pukulan. Salah satu penyebab hal ini adalah karena kurang diterapkannya gaya pembelajaran yang lain, kurangnya usaha guru penjas untuk memotivasi siswa lama menjalankan materi terutama pada mata pelajaran teknik dasar pukulan forehand dalam permainan bulutangkis.

Hal tersebut dikarenakan guru hanya memberikan bola dan membiarkan siswa bermain tanpa ada pengawasan dari guru pada jam pelajaran berlangsung. Dalam pelajaran bulutangkis khususnya backhand servis dari 36 siswa Kelas VIII di SMP N 1 Pontianak banyak siswa mendapat ketuntasan yang sangat rendah dalam hal teknik dasar pukulan servis pendek backhand yang hanya 10 orang itu artinya hanya 28% dan 26 orang belum mencapai ketuntasan itu artinya 72% sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yaitu 75 yang ditetapkan sekolah. Dari 36 siswa dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa tentang teknik dasar pukulan servis pendek backhand masih tergolong rendah.

Untuk dapat mengatasi masalah-masalah yang berkaitan dengan hasil belajar siswa tersebut perlu adanya tindakan yang mampu untuk meningkatkan hasil belajar siswa salah satunya yaitu dengan menerapkan pembelajaran resiprokal pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan terutama dengan materi servis pendek backhand. Oleh karena itu peneliti mengambil judul penelitian: "upaya meningkatkan kemampuan pukulan servis pendek backhand dalam permainan bulutangkis menggunakan media pembelajaran resiprokal pada siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Pontianak"

METODE PENELITIAN

Bentuk penelitian yang digunakan adalah penelitian tindakan kelas (classroom action research) adalah suatu kegiatan penelitian yang dilakukan secara sistematis, rasional, dan terencana dalam bidang pendidikan terhadap berbagai tindakan yang dilakukan oleh guru yang bertujuan untuk memperbaiki proses pengajaran yang menjadi tanggung jawabnya di sekolah. Menurut Dedi Dwitagma (2010:9), penelitian tindakan kelas (PTK) adalah penelitian yang dilakukan oleh guru di kelasnya sendiri dengan cara (1)

merencanakan, (2) melaksanakan, dan (3) merefleksikan tindakan secara kolaboratif dan partisipatif dengan tujuan memperbaiki kinerjanya sebagai guru, sehingga hasil belajar siswa dapat meningkat. Penelitian tindakan kelas bertujuan untuk mengadakan perbaikan atau peningkatan mutu, proses, praktik, dan hasil pembelajaran Menurut Sarwiji Suwandi (2011:29), penelitian tindakan kelas (PTK) bertujuan bukan hanya mengungkapkan penyebab dari berbagai permasalahan yang dihadapi, misalnya kesulitan siswa dalam memahami pokok-pokok bahasan tertentu tetapi yang lebih penting adalah memberikan solusi yang berupa tindakan untuk mengatasi permasalahan pembelajaran tersebut. Adapun alat pengumpul data yang digunakan menggunakan lembar observasi prose gerak Servis bulutangkis yang terdiri dari beberapa tahapan antara lain tahap awalan, tahap pelaksanaan dan tahap akhir. Yang masing-masing tahapan tersebut terdapat skor penilaiannya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kondisi awal penelitian diukur dari observasi lapangan dan data dari guru penjaskes pada tes keterampilan Servis bulutangkis. Observasi dan data dari guru penjaskes digunakan untuk mengetahui dan mengukur seberapa besar kemampuan siswa dalam melakukan Servis bulutangkis, sehingga diketahui hasil belajar Servis bulutangkis sebelum diberi tindakan pembelajaran menggunakan Metode resiprokal dalam proses belajar mengajar.

Data Awal Keterampilan Servis bulutangkis Sebelum Diberikan Tindakan Pembelajaran Metode resiprokal

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Presentase
85 – 100	Sangat baik	Tuntas	8	22,2 %
75 – 84	Baik	Tuntas	6	16,7 %
65 – 74	Cukup	Tidak tuntas	9	25 %
45 – 64	Kurang	Tidak tuntas	13	36,1 %
Jumlah			36	100 %

Berdasarkan data awal sebelum diberikan tindakan, maka dapat dijelaskan bahwa dari semua siswa kelas VIII Servis bulutangkis Kota Pontianak belum menunjukkan hasil yang baik. Dari 36 siswa di kelas tersebut, 14 siswa atau 38,9 % telah menunjukkan angka ketuntasan sedangkan 22 siswa atau 61,1 % siswa belum mencapai ketuntasan. Melalui deskripsi data awal yang telah diperoleh tersebut masing-masing aspek menunjukkan kriteria keberhasilan pembelajaran yang masih kurang. Maka disusun sebuah tindakan untuk meningkatkan keterampilan Servis bulutangkis pada siswa kelas VIII Servis bulutangkis Kota Pontianak ini

melalui Metode resiprokal.

Proses penelitian ini dilakukan dalam dua siklus. Masing – masing siklus terdiri dari kegiatan antara lain : Perencanaan, Pelaksanaan, Observasi, dan Refleksi. Pada setiap siklus, peneliti dan guru kolaborator melakukan refleksi bersama untuk melakukan pembahasan mengenai siklus yang telah dilakukan, untuk selanjutnya mencari solusi pemecahan masalah yang terjadi pada siklus sebelumnya dan menentukan tindakan ke depan yang harus dilakukan untuk keberhasilan siklus berikutnya jika indikator ketercapaian belum terpenuhi

Hasil Penelitian Keterampilan Servis bulutangkis
Setelah Diberikan Tindakan Siklus I

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Presentase
85 – 100	Sangat baik	Tuntas	14	38,9 %
75 – 84	Baik	Tuntas	9	25 %
65 – 74	Cukup	Tidak tuntas	7	19,4 %
45 – 64	Kurang	Tidak tuntas	6	16,7
	Jumlah		36	100 %

Berdasarkan tabel di atas, hasil penelitian keterampilan Servis bulutangkis pada siswa kelas VIII Servis bulutangkis Kota Pontianak, setelah dilakukan siklus 1 dengan KKM 75, dari 36 siswa pada kelas tersebut, 23 siswa atau 63,9 % siswa masuk dalam kriteria tuntas, sedangkan 13 siswa lainnya atau 36,1 % masuk dalam kriteria tidak tuntas. Hasil dari siklus 1 menunjukkan bahwa hasil belajar siswa kelas VIII dalam melakukan pembelajaran Servis bulutangkis belum mampu mencapai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan. Hal ini disebabkan adanya berbagai kelemahan dari berbagai unsur pembelajaran pada pelaksanaan siklus 1, peneliti dan guru kolaborator. Sehingga peneliti melanjutkan ke siklus ke dua dengan melakukan beberapa revisi-revisi pada proses pembelajaran.

Siklus 2 dilaksanakan dalam dua kali pertemuan yang masing – masing pertemuan terdiri dari dua jam pelajaran atau 2 x 45 menit. Berdasarkan hasil pengamatan, proses pembelajaran yang terjadi pada pelaksanaan tindakan 2 berjalan dengan baik. Hal ini tampak pada tindakan siswa yang semakin terlihat tertib dan semangat dalam mengikuti proses pembelajaran langsung jangkung menggunakan Metode resiprokal dibandingkan dengan pertemuan-pertemuan sebelumnya. Siswa telah menampilkan keaktifannya dalam pembelajaran dan guru sudah terampil dalam memimpin jalannya proses pembelajaran secara sistematis dan terencana.

Diperoleh hasil belajar siswa yang cukup memuaskan, peningkatannya dapat dilihat

melalui data lapangan yang tertulis pada lembar observasi. Berdasarkan hasil tes keterampilan Servis bulutangkis pada siklus 2, semua siswa melakukan gerakan Servis bulutangkis dengan benar dengan sesuai dengan indikator ketercapaian.

Hasil Penelitian Keterampilan Servis bulutangkis
Setelah Diberikan Tindakan Siklus II

Rentang Nilai	Keterangan	Kriteria	Jumlah Anak	Presentase
85 – 100	Sangat baik	Tuntas	16	44,4 %
75 – 84	Baik	Tuntas	13	36,1 %
65 – 74	Cukup	Tidak tuntas	5	13,9 %
45 – 64	Kurang	Tidak tuntas	2	5,6 %
	Jumlah		36	100 %

Berdasarkan tabel di atas, hasil penelitian keterampilan Servis bulutangkis pada siswa kelas VIII Servis bulutangkis Kota Pontianak, setelah diberikan tindakan siklus 2 dengan nilai KKM 75 dari 36 siswa, 29 siswa atau 80,5 % siswa masuk dalam kriteria tuntas sedangkan 7 siswa atau 19,5 % siswa masuk dalam kriteria tidak tuntas. Dan pada siklus 2 telah tercapai target yang di inginkan yaitu 75 % maka pemberian tindakan dihentikan dan tidak berlanjut lagi ke siklus berikutnya Meningkatkan keterampilan Servis bulutangkis dengan metode resiprokal adalah salah satu cara mempermudah siswa untuk mengenal Servis bulutangkis dengan harapan membuat siswa lebih mudah memahami setiap rangkaian gerakan dari Servis bulutangkis itu sendiri dan dengan metode resiprokal dapat menjadi solusi pembelajaran yang menyenangkan dan mudah di pahami oleh siswa. Dan dapat menyelenggarakan program pendidikan jasmani yang mencerminkan karakteristik pendidikan jasmani itu sendiri. Karena dalam permainan ini mempunyai gerak langkah kaki yang hampir sama dengan gerak langkah pada pembelajaran Servis bulutangkis yaitu menggunakan kaki kiri dan kanan dalam permainannya dan dapat meningkatkan perkembangan anak didik dalam hal keterampilannya

Metode pembelajaran yang akan digunakan dalam pembelajaran Servis bulutangkis perlu dipertimbangkan tingkat keefektifannya dalam upaya meningkatkan keterampilan Servis bulutangkis sehingga hasil belajar siswa dapat tercapai secara optimal, sesuai dengan tujuan awal dari penelitian ini. Adapun beberapa tahapan yang ada dalam penelitian ini antara lain Tahap perencanaan siklus 1 meliputi kegiatan berikut ini : (1)Peneliti bersama guru penjaskes dalam hal ini guru menganalisis isi kurikulum dengan memfokuskan pada Kompetensi Dasar (KD) sesuai mata pelajaran pendidikan jasmani yang harus diajarkan kepada siswa. (2)Peneliti menyusun RPP yang berisi tindakan untuk materi Servis

bulutangkis. berdasarkan RPP ini selanjutnya akan menjadi panduan bagi peneliti dan guru untuk mengajar sebagai wujud tindakan 1.(3) Membuat instrumen yang akan digunakan dalam proses pembelajaran. (4)Peneliti dan guru menyusun assesment belajar yang berupa lembar observasi. Lembar observasi digunakan untuk mengamati kejadian yang ada saat pelaksanaan tindakan, lembar observasi ini merupakan produk dari kesepakatan antara peneliti utama dan kolaborator. Sehingga dari tahapan-tahapan tersebut dapat tersusun sebuah metode yang sesuai dengan karakteristik dan kondisi fisik anak dan diharapkan pembelajaran nantinya dapat berjalan dengan efektif dan efisien.

SIMPULAN

Inovasi pembelajaran merupakan hal yang sangat penting dalam peningkatan prestasi pembelajaran di sekolah, seorang guru dituntut untuk kreatif dalam mengembangkan metode pembelajaran agar pembelajaran dapat berjalan dengan efektif dan efisien. Metode resiprokal merupakan solusi dari permasalahan yang dihadapi oleh guru karena metode ini menuntut siswa untuk aktif secara berkelompok belajar bersama untuk mencapai hasil yang maksimal. Secara empiris telah dibuktikan bahwa melalui metode resiprokal dapat meningkatkan hasil belajar Servis bulutangkis, sehingga dapat disimpulkan bahwa metode ini sangat efektif untuk memperbaiki proses belajar mengajar yang ada di sekolah khususnya ketrampilan Servis bulutangkis.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryanti, S., Victorian, A. R., & Solahuddin, S. (2021). Video Pembelajaran pada Materi Teknik Dasar Footwork Bulutangkis. *Jurnal Patriot*. <https://doi.org/10.24036/patriot.v3i3.805>
- Awira, A., Prawira, A. Y., & Dariyanto, D. (2022). Keterampilan Pukulan Lob Bulutangkis Melalui Pembelajaran Terpimpin pada Siswa Sekolah Dasar. *EDUKATIF: JURNAL ILMU PENDIDIKAN*. <https://doi.org/10.31004/edukatif.v4i1.1750>
- Darmawan, M., Hidayat, Y., & Juliantine, T. (2022). IMPLEMENTASI MODEL PEMBELAJARAN COOPERATIVE LEARNING DALAM MENINGKATKAN INTERAKSI SOSIAL MELALUI PEMBELAJARAN BULUTANGKIS. *Jurnal Pendidikan Olahraga*. <https://doi.org/10.31571/jpo.v11i1.3933>
- Darmawan, R., Nugroho, S., & Yuda, A. K. (2021). MOTIVASI PEMBELAJARAN TERHADAP PERMAINAN BULUTANGKIS PADA SISWA DI SMP NEGERI SE-KECAMATAN TELUKJAMBE BARAT. *Jurnal Olahraga Kebugaran Dan Rehabilitasi (JOKER)*. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i1.4464>
- Dewantara, Y. M., & Dewantara, Y. M. (2022). PENERAPAN MODEL PEMBELAJARAN

KOOPERATIF TIPE STAD TERHADAP PEMBELAJARAN BULUTANGKIS PADA SISWA KELAS VI SDN I MUARASANDING. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*. <https://doi.org/10.17509/tegar.v5i2.46146>

Pradipta, D., Nugraha, T., & Kasih, I. (2019). Studi Eksperimen Tentang Model Pembelajaran Dan Motivasi Belajar Terhadap Hasil Belajar Bulutangkis Servis Pendek Backhand Pada Siswa Sma Nurul Hasanah. *Pedagogik Olahraga*.

Prasetyowati, R. A. (2020). Pengembangan Model Pembelajaran Teknik Dasar Bulutangkis Untuk Siswa Sma/Smk. *SAMBUTAN KETUA PELAKSANA*.

Pratama, F. A., Dwiyoogo, W. D., & Supriyadi, S. (2019). Media Pembelajaran Bulutangkis dalam Bentuk Multimedia Interaktif pada Mahasiswa. *Jurnal Pendidikan: Teori, Penelitian, Dan Pengembangan*. <https://doi.org/10.17977/jptpp.v4i3.12147>

Sin, T. H. (2017). Bimbingan Motivasi bagi Mahasiswa pada Pembelajaran Bulutangkis. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*. <https://doi.org/10.29210/116700>