



---

## **Upaya Meningkatkan Kemampuan *Smash* Pada Permianan Bulutangkis Melalui Model Pembelajaran Lempar Bola Pada Siswa Kelas VII Smp Negeri 8 Kota Makassar**

**Eka Sri Subaeti<sup>1\*</sup>, Andi Ihsan<sup>2</sup>, Asran<sup>3</sup>**

Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan, Universitas Negeri Makassar, Jl. Wijaya Kusuma No 14 , Banta-bantaeng, Kec. Rappocini, Kota Makassar, Sulawewsi Selatan

[<sup>1</sup>ekasrisamad@gmail.com](mailto:ekasrisamad@gmail.com)

---

### **Abstrak**

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang dilakukan dalam dua siklus, yaitu siklus I dan siklus II, sebagai langkah berkelanjutan untuk meningkatkan hasil dari siklus sebelumnya. Sampel penelitian terdiri dari 40 siswa kelas VII.2 SMP Negeri 8 Makassar. Evaluasi dalam penelitian ini mencakup tiga ranah, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotorik. Hasil penelitian diperoleh melalui pengamatan yang dilakukan peneliti pada setiap siklus, dengan 70% siswa mencapai tingkat ketuntasan atau memenuhi kriteria minimal. Oleh karena itu, upaya keterampilan smash dalam bulutangkis dengan menerapkan Metode lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Makassar dianggap efektif. Hasil pembelajaran siswa pada siklus I dan II menunjukkan peningkatan yang signifikan, dan penerapan metode kooperatif terbukti sangat efektif dalam keterampilan smash dalam bulutangkis dengan menerapkan Metode lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Makassar.

**Kata Kunci:** Smash, Bulutangkis, Lempar Bola

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan adalah proses interaksi yang memiliki tujuan tentunya. Interaksi ini terjadi antara guru dan siswa, yang bertujuan meningkatkan perkembangan pengetahuan hingga mental sehingga menjadi mandiri. Secara umum dapat dikatakan bahwa pendidikan merupakan satuan tindakan yang memungkinkan terjadinya belajar dan perkembangan. Pada dasarnya pendidikan merupakan usaha sadar yang dilakukan oleh keluarga, masyarakat, dan pemerintah melalui kegiatan pembelajaran baik secara formal maupun informal untuk mempersiapkan peserta didik agar dapat mempermainkan peranan dalam berbagai lingkungan hidup secara tetap untuk masa yang akan datang (Suryadi, 2020).

Belajar adalah syarat mutlak untuk menjadi pandai dalam semua hal, baik dalam hal ilmu pengetahuan maupun dalam hal bidang keterampilan atau kecakapan. Seorang bayi misalnya, dia harus belajar berbagai kecakapan terutama sekali kecakapan motorik seperti; belajar menelungkup, duduk, merangkap, berdiri, atau berjalan (Mardianto, 2012).

Pendidikan jasmani, merupakan sebagai integral dari pendidikan nasional yang memiliki peranan penting dalam pembangunan bangsa tentunya (Bangun, 2016). Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki sumbangan unik, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik,

sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. Tujuan yang ingin dicapai bersifat menyeluruh, mencakup domain kognitif, afektif, dan psikomotor.

Bulutangkis adalah salah satu olahraga yang sangat populer di Indonesia, terutama di kalangan siswa. Dalam bermain bulutangkis, kemampuan smash adalah salah satu skill yang sangat penting, karena dapat membantu pemain dalam mengantisipasi serangan lawan dan mencapai poin (Hasibuan, 2018). Namun, dalam beberapa tahun terakhir, hasil lomba bulutangkis di Indonesia menunjukkan bahwa kemampuan smash pada siswa-siswa SMP masih kurang memuaskan. Hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya latihan, kurangnya pengalaman, dan kurangnya pengetahuan tentang teknik smash yang benar.

Dalam upaya meningkatkan kemampuan smash pada siswa-siswa SMP, model pembelajaran yang efektif perlu dikembangkan. Salah satu model pembelajaran yang dapat digunakan adalah model lembar bola. Model ini memungkinkan siswa untuk belajar secara aktif dan interaktif, serta meningkatkan kemampuan motorik dan koordinasi mereka. SMP Negeri 8 Kota Makassar adalah salah satu sekolah yang memiliki program olahraga bulutangkis yang sangat aktif. Namun, hasil lomba bulutangkis di sekolah tersebut masih kurang memuaskan, terutama dalam hal kemampuan smash. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan smash pada siswa-siswa kelas VII SMP Negeri 8 Kota Makassar melalui model pembelajaran lembar bola.

Dengan demikian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada pengembangan model pembelajaran yang efektif dalam meningkatkan kemampuan smash pada siswa-siswa SMP, serta meningkatkan prestasi olahraga bulutangkis di SMP Negeri 8 Kota Makassar.

## **METODE**

Penelitian tindakan kelas merupakan upaya penting dan strategis dalam meningkatkan mutu pembelajaran dengan memfokuskan pada masalah yang terjadi di dalam kelas, terutama yang berkaitan dengan proses pembelajaran siswa dan guru. Dalam penelitian ini, (Syarifudin, 2021) menjelaskan bahwa implementasi yang baik dari penelitian tindakan kelas melibatkan upaya sadar dari para pelaku untuk mengidentifikasi dan menyelesaikan masalah-masalah pembelajaran melalui tindakan yang bermakna. (Purba et al., 2023) mendefinisikan penelitian tindakan kelas sebagai bentuk kajian reflektif yang dilakukan oleh para pelaku tindakan.

Penelitian ini melibatkan siswa kelas VII.2 SMP Negeri 8 Makassar, dengan jumlah total 40 siswa. Instrumen penilaian hasil belajar mencakup tiga aspek, yaitu kognitif, afektif, dan psikomotor. Aspek kognitif digunakan untuk mengevaluasi pemahaman siswa terhadap materi bulutangkis, khususnya pada *smash*. Aspek afektif mengukur perilaku siswa selama pembelajaran, sedangkan aspek psikomotor menilai kemampuan siswa dalam melaksanakan aktivitas praktik dalam pelajaran penjas, terutama dalam pelaksanaan materi *smash* pada pembelajaran bulutangkis.

Data dikumpulkan melalui observasi, tes, dan dokumentasi, sementara analisis data dilakukan dengan mempertimbangkan aspek psikomotorik, afektif, dan kognitif, serta nilai akhir dan tingkat keberhasilan siswa. Proses analisis ini mencakup perhitungan tingkat ketuntasan belajar dengan menggunakan rumus yang sesuai, dengan memperhatikan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang telah ditetapkan oleh guru Pendidikan Jasmani. Penelitian ini melibatkan siswa Kelas 7.2 SMP Negeri 8 Makassar sebagai sampel.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Penelitian ini fokus pada peningkatan keterampilan smash dalam bulutangkis dengan menerapkan Metode lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Makassar. Data dikumpulkan pada bulan Maret dengan partisipasi 40 siswa sebagai sampel. Tujuan utama penelitian ini adalah untuk menggambarkan upaya meningkatkan kemampuan smash dalam bulutangkis melalui penggunaan Metode lempar bola di SMP Negeri 8 Kota Makassar. Evaluasi terhadap peningkatan keterampilan long service forehand dilakukan dengan membaginya ke dalam lima tingkatan, yaitu Sangat Baik, Baik, Cukup, Kurang, dan Kurang Sekali. Ini bertujuan untuk menyediakan pemahaman yang lebih baik tentang efektivitas metode pembelajaran tersebut dalam meningkatkan keterampilan teknis siswa dalam olahraga bulutangkis.

Dalam penelitian ini, peneliti menjalankan dua siklus, di mana siklus pertama digunakan untuk menemukan kelebihan dan kekurangan dari perbaikan yang telah dilakukan. Dari hasil evaluasi siklus pertama, penelitian kemudian dilanjutkan ke siklus berikutnya, yaitu siklus kedua, untuk mengatasi

kekurangan yang telah teridentifikasi sebelumnya. Konsep dasar dari penelitian tindakan ini melibatkan empat komponen utama, yakni perencanaan, tindakan, pengamatan, dan refleksi. Perencanaan meliputi penyusunan rencana pembelajaran, lembar observasi, dan sebagainya. Tindakan mencakup pelaksanaan langkah-langkah yang telah direncanakan sebelumnya. Pengamatan dilakukan selama pelaksanaan tindakan, di mana peneliti memantau dan mengevaluasi kegiatan yang dilakukan. Refleksi merupakan tahap evaluasi terhadap pelaksanaan rencana, yang dapat menghasilkan revisi untuk memperbaiki kinerja pada pertemuan berikutnya. Oleh karena itu, penelitian tindakan kelas tidak bisa dilakukan hanya dalam satu pertemuan, karena hasil refleksi memerlukan waktu untuk dilakukan sebagai dasar perencanaan untuk siklus berikutnya.

Hasil dari penelitian tindakan kelas ini adalah hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti terkait implementasi pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), dengan mempertimbangkan tiga aspek penilaian utama: aspek kognitif, aspek afektif, dan aspek psikomotorik. Fokusnya adalah pada usaha meningkatkan hasil pembelajaran teknik smash dengan menerapkan metode pembelajaran lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Makassar. Penelitian ini bertujuan untuk menyediakan pemahaman yang lebih mendalam tentang efektivitas metode pembelajaran tersebut dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan siswa dalam olahraga bulutangkis.

#### **Data Siklus I**

##### **a. Aspek Kognitif**

**Tabel 4.1 Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif) Pada Siklus 1**

<b>Siklus 1</b>		
<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Sangat Baik</b>	0	%
<b>Baik</b>	10	25%
<b>Cukup Baik</b>	15	37.50%
<b>Kurang Baik</b>	10	25%
<b>Tidak baik</b>	5	12.50%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

##### **b. Aspek Afektif**

**Tabel 4.2 Pemahaman Siswa (Aspek Afektif) Pada Siklus 1**

<b>Siklus 1</b>		
<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Sangat Baik</b>	5	12.50%
<b>Baik</b>	15	37.50%
<b>Cukup Baik</b>	12	30%
<b>Kurang Baik</b>	6	15%
<b>Tidak baik</b>	2	5%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

c. Aspek Psikomotor

**Tabel 4.3 Pemahaman Siswa (Aspek Psikomotor) Pada Siklus 1**

<b>Siklus 1</b>		
<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Sangat Baik</b>	2	5%
<b>Baik</b>	10	25%
<b>Cukup Baik</b>	18	45%
<b>Kurang Baik</b>	5	7.50%
<b>Tidak baik</b>	5	7.50%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

**Data Siklus II**

a. Aspek Kognitif

**Tabel 4.4 Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif) Pada Siklus 2**

<b>Siklus 2</b>		
<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Sangat Baik</b>	9	22.50%
<b>Baik</b>	18	45%
<b>Cukup Baik</b>	4	10%
<b>Kurang Baik</b>	10	25%
<b>Tidak baik</b>	0	0%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

b. Aspek Afektif

**Tabel 4.5 Pemahaman Siswa (Aspek Afektif) Pada Siklus 2**

<b>Siklus 2</b>		
<b>Kriteria</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase</b>
<b>Sangat Baik</b>	13	32.50%
<b>Baik</b>	15	37.50%
<b>Cukup Baik</b>	12	30%
<b>Kurang Baik</b>	0	0%
<b>Tidak baik</b>	0	0%
<b>Total</b>	<b>40</b>	<b>100%</b>

c. Aspek Psikomotor

**Tabel 4.6 Pemahaman Siswa (Aspek Psikomotor) Pada Siklus 2**

Siklus 2		
Kriteria	Frekuensi	Presentase
Sangat Baik	4	10%
Baik	18	45%
Cukup Baik	9	22.50%
Kurang Baik	9	22.50%
Tidak baik	0	0%
Total	40	100%

**Perbandingan Siklus 1 dan Siklus 2**

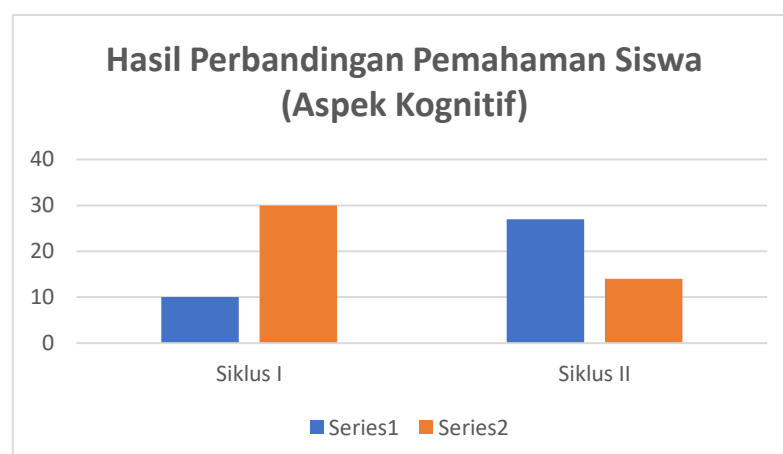
a. Aspek Kognitif

Hasil perbandingan untuk kerja siswa pada aspek kognitif dalam pembelajaran sepak takraw antara siklus dan siklus 2 dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.7 Hasil Perbandingan Pemahaman Siswa (Aspek Kognitif)**

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	>75	10	27
2	<75	30	14
	Jumlah	40	40

Berikut disajikan diagram dari hasil perbandingan Tingkat pemahaman siswa aspek kognitif dalam pembelajaran sepak takraw antara siklus I dan siklus II



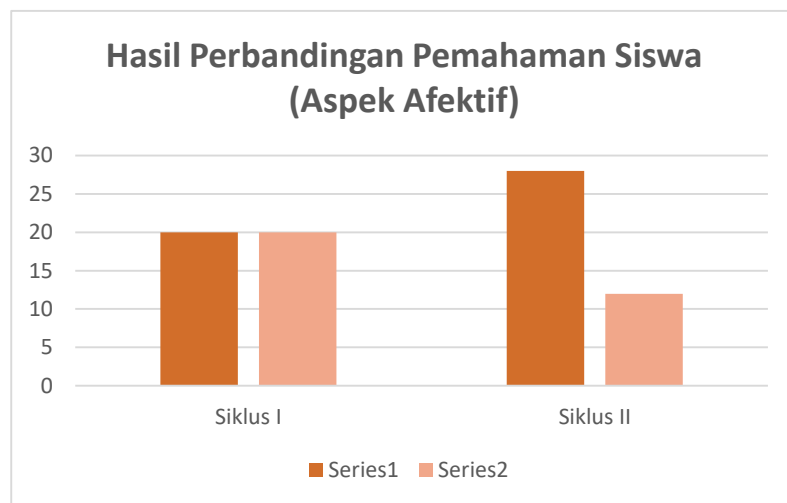
b. Aspek Afektif

Hasil perbandingan untuk kerja siswa pada aspek Afektif dalam pembelajaran sepak takraw antara siklus 1 dan siklus 2 dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.8 Hasil Perbandingan Pemahaman Siswa (Aspek Afektif)**

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	>75	20	28
2	<75	20	12
	<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>40</b>

Berikut disajikan diagram dari hasil perbandingan Tingkat pemahaman siswa aspek afektif dalam pembelajaran sepak takraw antara siklus I dan siklus II sebagai berikut :



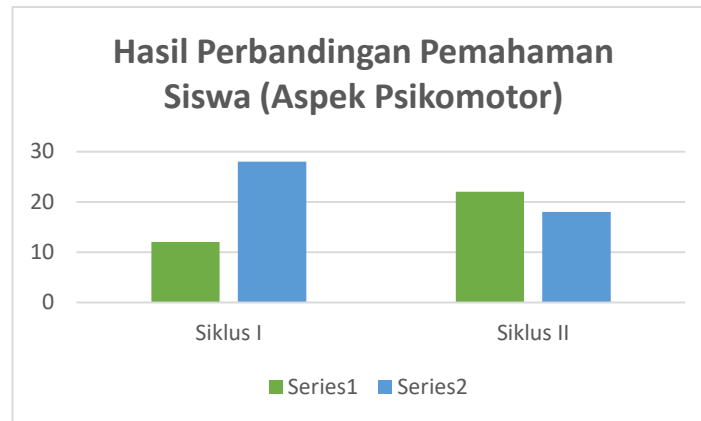
**c. Aspek Psikomotor**

Hasil perbandingan untuk kerja siswa pada aspek psikomotor dalam pembelajaran sepak takraw antara siklus 1 dan siklus 2 dapat dilihat pada tabel berikut :

**Tabel 4.9 Hasil Perbandingan Pemahaman Siswa (Aspek Psikomotor)**

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	>75	12	22
2	<75	28	18
	<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>40</b>

Berikut disajikan diagram dari hasil perbandingan Tingkat pemahaman siswa aspek psikomotor dalam pembelajaran sepak takraw antara siklus I dan siklus II sebagai berikut :



Perhitungan ketuntasan belajar dengan menggunakan rumus diatas harus sesuai dengan memperhatikan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada sampel murid dalam penelitian yaitu murid siswa kelas VII SMP Negeri 8 Kota Makassar Selanjutnya dikelompokkan ke dalam dua kategori yaitu tuntas dan tidak tuntas dengan kriteria sebagai berikut:

tabel 4.13 Kriteria ketuntasan minimal murid

No	Ketuntasan	Siklus I	Siklus II
1	>75	15	28
2	<75	25	12
	<b>Jumlah</b>	<b>40</b>	<b>40</b>

Berdasarkan tabel diatas, maka pengelompokan tingkat ketuntasan belajar peserta didik memahami materi penjas dalam kategori tuntas atau tidak tuntas didasarkan pada acuan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang siswa SMP Negeri 8 Kota Makassar. Seseorang peserta didik di katakan tuntas dalam pelajaran penjas jika nilai yang diperoleh minimal 75,00 sehingga pada siklus I 15 siswa yang berada dalam kategori tuntas sedangkan pada siklus II setelah pemberian pembelajaran melalui model lempar bola 70% siswa berada dikategori tuntas atau memenuhi kriteria ketuntasan minimal. Sehingga Upaya keterampilan smash dalam bulutangkis dengan menerapkan Metode lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Makassar berada di pada kategori efektif.

## SIMPULAN (BOBOT PANJANG 10%)

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) mengenai materi smash dalam pelajaran bulutangkis untuk kelas VII SMP Negeri 8 Makassar pada tahun ajaran 2023/2024 akan dilakukan dalam dua siklus, masing-masing terdiri dari tiga tahap. Berdasarkan hasil diskusi dan penelitian, dapat disimpulkan bahwa 70% siswa mencapai tingkat ketuntasan atau memenuhi kriteria minimal. Oleh karena itu, upaya keterampilan smash dalam bulutangkis dengan menerapkan Metode lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Makassar dianggap efektif. Hasil pembelajaran siswa pada siklus I dan II menunjukkan peningkatan yang signifikan, dan penerapan metode kooperatif terbukti sangat efektif dalam keterampilan smash dalam bulutangkis dengan menerapkan Metode lempar bola pada siswa kelas VII di SMP Negeri 8 Kota Makassar.

## DAFTAR PUSTAKA

- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan Indonesia. *Jurnal Publikasi Pendidikan*, 6(3), 157.
- Hasibuan, M. I. S. A. (2018). Hubungan Kecemasan Terhadap Ketepatan Servis Backhand Bulutangkis (Pada Pemain Pb. Tridharma Tuban Usia 12-14 Tahun). *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2).
- Mardianto. (2012). *Psikologi Pendidikan Landasan bagi Pengembangan Strategi Pembelajaran* (irmanda syaifullah daulay (ed.); keempat ju, pp. 1–145). perdana mulya sarana.

- Purba, S., Ahadid, A., Putra, W., Rahman, A. A., Aryani, P., Jannah, F., Widodo, H., Magalhaes, A. D. J., & Hasanuddin, M. I. (2023). *Metodologi Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Aplikasinya*.
- Suryadi, A. (2020). *Teknologi dan media pembelajaran jilid i*. CV Jejak (Jejak Publisher).
- Syaifudin, S. (2021). Penelitian Tindakan Kelas. *Journal Of Islamic Studies*, 1(2).