



**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PENDIDIKAN JASMANI
OLAHRAGA DAN KESEHATAN (PJOK) MATERI PERMAINAN
BULUTANGKIS MELALUI METODE DRIL KELAS V UPT SPF SDN
GUNUNG SARI II**

Firdaus¹, Hasyim², Febri Harisandi³

¹ Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email: ppg.firdaus97230@program.belajar.id

² Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

Email: Hasyim@unm.ac.id

³ PJKR, UPT SPF SDN GUNUNG SARI II

Email: harisandifebri2@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II dalam materi permainan bulu tangkis melalui penerapan metode drill. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus, dengan pengumpulan data melalui tes hasil belajar yang mencakup tiga aspek penilaian: afektif, psikomotorik, dan kognitif. Pada siklus pertama, hanya 34,78% siswa yang mencapai ketuntasan, sementara pada siklus kedua, jumlahnya meningkat menjadi 69,57%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode drill, yang berfokus pada latihan berulang, efektif dalam membantu siswa menguasai teknik permainan bulu tangkis. Meskipun demikian, masih ada sebagian siswa yang memerlukan perhatian lebih untuk mencapai ketuntasan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa penerapan metode drill dapat meningkatkan keterampilan teknis siswa dalam permainan bulu tangkis dan diharapkan dapat lebih dimaksimalkan pada siklus berikutnya.

Key words:

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK), bulu tangkis, metode drill, hasil belajar, siklus.

PENDAHULUAN

Latar belakang penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) pada materi permainan bulu tangkis melalui metode drill di kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II. Pendidikan jasmani memiliki peranan penting dalam perkembangan fisik dan mental siswa, dan bulu tangkis sebagai salah satu cabang

olahraga yang populer di kalangan siswa, dapat memberikan banyak manfaat jika diajarkan dengan cara yang tepat.

Pendidikan jasmani berfungsi untuk meningkatkan kesehatan, kebugaran, dan keterampilan motorik siswa. Melalui aktivitas fisik yang teratur, siswa dapat mengembangkan kemampuan fisik dan mental mereka. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam olahraga dapat meningkatkan konsentrasi dan performa akademik siswa (Sudarman, 2015). Bulu tangkis merupakan olahraga yang tidak hanya menyenangkan tetapi juga menuntut keterampilan teknis yang baik. Olahraga ini melibatkan berbagai aspek seperti kecepatan, ketepatan, dan strategi. Oleh karena itu, penting untuk mengajarkan teknik dasar bulu tangkis secara efektif agar siswa dapat memahami dan menguasai permainan ini (Sutiawan, 2022).

Metode drill adalah teknik pengajaran yang fokus pada pengulangan latihan untuk memperkuat keterampilan tertentu (Yusnita et al., 2024). Dalam konteks bulu tangkis, metode ini dapat digunakan untuk melatih teknik dasar seperti servis, pukulan forehand, dan backhand. Penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode drill dapat meningkatkan keterampilan motorik siswa secara signifikan. Keterampilan dasar dalam bulu tangkis meliputi teknik memegang raket, posisi tubuh saat bermain, serta gerakan kaki yang tepat. Dengan menguasai keterampilan dasar ini, siswa akan lebih percaya diri saat bermain dan dapat menikmati permainan dengan lebih baik. Penelitian sebelumnya telah menunjukkan bahwa penguasaan teknik dasar sangat berpengaruh terhadap performa pemain.

Salah satu tantangan dalam pembelajaran bulu tangkis di sekolah adalah kurangnya perhatian terhadap teknik dasar. Banyak siswa yang langsung berfokus pada permainan tanpa memahami teknik yang benar. Hal ini dapat menyebabkan kebiasaan buruk yang sulit diubah di kemudian hari. Oleh karena itu, penting untuk menerapkan metode pengajaran yang menekankan pada penguasaan teknik dasar (Sepriadi, 2023). Guru memiliki peran sentral dalam proses pembelajaran PJOK. Mereka tidak hanya bertanggung jawab untuk mengajarkan teknik tetapi juga harus mampu memotivasi siswa agar tetap aktif dan antusias dalam berolahraga. Penggunaan metode drill oleh guru diharapkan dapat membantu siswa memahami dan menguasai teknik bulu tangkis dengan lebih baik.

Keterlibatan aktif siswa dalam proses pembelajaran sangat penting untuk mencapai hasil yang optimal. Dengan menggunakan metode drill yang interaktif, siswa akan lebih termotivasi untuk berlatih dan belajar. Penelitian menunjukkan bahwa siswa yang terlibat aktif dalam pembelajaran cenderung memiliki hasil belajar yang lebih baik dibandingkan dengan mereka yang pasif. Evaluasi hasil belajar dilakukan melalui tes keterampilan bulu tangkis sebelum dan sesudah penerapan metode drill. Data hasil belajar akan dianalisis untuk mengetahui peningkatan keterampilan siswa secara kuantitatif. Dengan demikian, evaluasi ini akan memberikan gambaran jelas tentang efektivitas metode yang diterapkan.

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi positif bagi pengembangan metode pembelajaran PJOK di sekolah dasar. Dengan menerapkan metode drill, diharapkan siswa tidak hanya meningkatkan keterampilan bulu tangkis mereka tetapi juga menikmati proses

belajar tersebut. Dalam rangka menciptakan generasi muda yang sehat dan aktif, penting untuk menerapkan metode pembelajaran yang inovatif dan menyenangkan dalam pendidikan jasmani. Metode drill dalam pembelajaran bulu tangkis diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan keterampilan siswa kelas V di UPT SPF SDN Gunung Sari II.

Dengan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengimplementasikan metode drill sebagai strategi utama dalam meningkatkan keterampilan PJOK khususnya pada materi permainan bulu tangkis di kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II. Penelitian ini akan menjadi langkah awal untuk mengeksplorasi lebih lanjut tentang efektivitas berbagai metode pengajaran dalam pendidikan jasmani.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Penelitian Tindakan Kelas (PTK) untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK), khususnya dalam materi permainan bulu tangkis. Dalam konteks penelitian ini, peneliti berperan sebagai guru PJOK di kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II total 23 siswa, 10 laki – laki dan 13 perempuan. Penelitian Tindakan Kelas merupakan bentuk penelitian yang melibatkan pengamatan terhadap kegiatan belajar yang sengaja diadakan dalam kelas dengan tujuan untuk memperbaiki proses pembelajaran. Sesuai dengan pendapat (Arikunto, 2021) salah satu cara yang efektif untuk mengumpulkan data observasi adalah melalui penggunaan format atau lembar pengamatan sebagai instrumen. Peneliti mengamati proses pembelajaran secara langsung untuk menilai sejauh mana siswa berpartisipasi aktif dan bertanggung jawab, baik secara individu maupun dalam kelompok. Untuk menganalisis data dalam PTK, pendekatan yang digunakan adalah deskriptif kualitatif, di mana peneliti pertama-tama memeriksa skor yang diperoleh siswa, kemudian menghitung statistik deskriptif secara manual untuk menggambarkan hasil yang diperoleh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) dengan fokus pada materi permainan bulu tangkis, menggunakan metode drill. Penelitian dilakukan di kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II dengan jumlah peserta didik sebanyak 23 siswa. Dalam upaya untuk meningkatkan keterampilan bermain bulu tangkis, peneliti memilih metode drill karena pendekatan ini memungkinkan siswa untuk mengulang-ulang latihan secara terus-menerus, sehingga teknik-teknik dasar dalam permainan bulu tangkis dapat dikuasai dengan lebih baik. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, yaitu siklus pertama dan siklus kedua, untuk melihat perubahan kemampuan siswa seiring dengan penerapan metode tersebut.

Pengumpulan data dilakukan melalui observasi langsung terhadap kegiatan pembelajaran yang berlangsung, serta tes yang diberikan di akhir setiap siklus untuk menilai sejauh mana perkembangan keterampilan siswa dalam bermain bulu tangkis. Penilaian dilakukan dengan mengukur tiga aspek utama, yakni aspek afektif, psikomotorik, dan kognitif. Aspek afektif mengukur sikap dan motivasi siswa selama proses pembelajaran, termasuk kerjasama dalam

kelompok dan partisipasi dalam latihan. Aspek psikomotorik berfokus pada keterampilan teknis siswa dalam melakukan gerakan bulu tangkis, seperti teknik servis, pukulan, dan gerakan kaki yang diperlukan dalam permainan. Sementara aspek kognitif mengukur pemahaman siswa mengenai aturan permainan, strategi, dan konsep yang mendasari teknik-teknik dalam bulu tangkis. Melalui penerapan metode drill, penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi perkembangan keterampilan siswa dari siklus pertama ke siklus kedua, serta untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mendukung atau menghambat peningkatan keterampilan mereka. Diharapkan dengan penggunaan metode drill, siswa dapat lebih memahami teknik dasar permainan bulu tangkis dan menguasainya dengan lebih efektif, serta meningkatkan aspek emosional dan kognitif yang turut mendukung perkembangan keterampilan mereka dalam PJOK.

Hasil Siklus I

Tabel 4.1 Hasil Belajar Siswa Siklus I

| No | Ketuntasan | Frekuensi | Persentase |
|----|---------------|-----------|-------------|
| 1 | >75 | 8 | 34.78% |
| 2 | <75 | 15 | 65.22% |
| | Jumlah | 23 | 100% |

Tabel 4.1 menunjukkan hasil belajar siswa pada Siklus I dalam upaya peningkatan keterampilan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) materi permainan bulu tangkis melalui metode drill di kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II. Dari total 23 siswa yang terlibat dalam penelitian, hanya 8 siswa (34,78%) yang berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 15 siswa lainnya (65,22%) masih belum mencapai ketuntasan dengan nilai di bawah 75. Data ini mengindikasikan bahwa meskipun metode drill telah diterapkan, masih ada sebagian besar siswa yang belum dapat menguasai keterampilan dasar permainan bulu tangkis dengan baik. Hal ini menunjukkan perlunya perbaikan dan penguatan dalam proses pembelajaran, baik dari segi teknik pengajaran maupun tingkat keterlibatan siswa dalam latihan. Ke depan, evaluasi dan penyesuaian dalam penerapan metode drill akan dilakukan untuk meningkatkan efektivitas pembelajaran di siklus berikutnya.

Hasil Siklus II

Tabel 4.2 Hasil Belajar Siswa Siklus II

| No | Ketuntasan | Frekuensi | Persentase |
|----|------------|-----------|------------|
| 1 | >75 | 16 | 69.57% |
| 2 | <75 | 7 | 30.43% |

| | | | |
|--|---------------|-----------|-------------|
| | Jumlah | 23 | 100% |
|--|---------------|-----------|-------------|

Tabel 4.2 menunjukkan hasil belajar siswa pada Siklus II dalam upaya meningkatkan keterampilan Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) materi permainan bulu tangkis melalui metode drill di kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II. Pada siklus kedua, terjadi peningkatan yang signifikan dibandingkan dengan siklus pertama. Sebanyak 16 siswa (69,57%) berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara hanya 7 siswa (30,43%) yang masih berada di bawah ketuntasan dengan nilai di bawah 75.

Peningkatan ini mencerminkan efektivitas metode drill yang diterapkan dalam pembelajaran, di mana lebih banyak siswa yang berhasil menguasai teknik permainan bulu tangkis dengan baik setelah mendapat latihan berulang-ulang dan terstruktur. Hasil ini menunjukkan bahwa penggunaan metode drill, yang menekankan pada pengulangan gerakan dan latihan yang lebih intensif, memberikan dampak positif terhadap pemahaman dan keterampilan siswa. Dengan demikian, metode drill terbukti berhasil meningkatkan keterampilan siswa dalam permainan bulu tangkis, yang tercermin dalam persentase siswa yang mencapai ketuntasan pada siklus kedua.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan siswa kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II dalam materi permainan bulu tangkis melalui penerapan metode drill. Berdasarkan hasil penelitian yang tercermin dalam Tabel 4.1 dan Tabel 4.2, terlihat adanya peningkatan yang signifikan dalam hasil belajar siswa antara siklus pertama dan siklus kedua. Dalam Siklus I, hanya 34,78% siswa yang berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara 65,22% siswa lainnya masih berada di bawah ketuntasan. Hasil ini menunjukkan bahwa meskipun metode drill sudah diterapkan, sebagian besar siswa belum dapat menguasai teknik dasar permainan bulu tangkis dengan baik. Hal ini mungkin disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya pemahaman awal tentang teknik dasar, kurangnya pengulangan latihan, atau keterbatasan waktu dalam pelaksanaan siklus pertama.

Namun, setelah diterapkannya Siklus II dengan evaluasi dan perbaikan yang dilakukan berdasarkan refleksi dari siklus pertama, terjadi peningkatan yang signifikan dalam hasil belajar siswa. Pada siklus kedua, 69,57% siswa berhasil mencapai ketuntasan dengan nilai di atas 75, sementara hanya 30,43% siswa yang masih di bawah ketuntasan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa metode drill yang digunakan semakin efektif dalam membantu siswa menguasai teknik permainan bulu tangkis. Metode drill memungkinkan siswa untuk berlatih secara berulang-ulang, sehingga mereka dapat memperbaiki gerakan-gerakan teknis yang diperlukan dalam permainan

bulu tangkis, seperti servis, pukulan, dan gerakan kaki. Dengan pengulangan ini, siswa menjadi lebih terampil dan percaya diri dalam melakukan teknik-teknik tersebut.

Peningkatan hasil belajar yang signifikan pada siklus kedua ini juga dapat dikaitkan dengan perbaikan dalam pendekatan pengajaran dan keterlibatan siswa selama proses pembelajaran. Pada Siklus II, guru mungkin telah melakukan beberapa penyesuaian dalam metode penyampaian materi atau intensitas latihan yang diberikan. Selain itu, refleksi dari siklus pertama kemungkinan besar memberikan wawasan bagi guru untuk lebih memperhatikan aspek pengajaran yang perlu diperbaiki, seperti memberikan lebih banyak waktu untuk latihan atau memberikan umpan balik yang lebih spesifik terhadap kesalahan siswa. Dengan cara ini, siswa bisa lebih fokus pada perbaikan teknik mereka, yang akhirnya berdampak pada peningkatan keterampilan mereka.

Selain itu, peningkatan ketuntasan juga dapat dijelaskan dengan faktor motivasi dan rasa percaya diri siswa yang meningkat setelah mereka merasakan perbaikan dalam keterampilan bermain bulu tangkis mereka. Ketika siswa melihat hasil positif dari latihan yang mereka lakukan, mereka menjadi lebih termotivasi untuk terus berlatih dan memperbaiki kemampuan mereka. Motivasi ini tentu berpengaruh pada tingkat partisipasi mereka dalam pembelajaran dan usaha mereka untuk mencapai hasil yang lebih baik.

Namun, meskipun ada peningkatan yang signifikan, masih terdapat 30,43% siswa pada Siklus II yang belum mencapai ketuntasan dengan nilai di bawah 75. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun metode drill cukup efektif, masih ada siswa yang memerlukan pendekatan lebih intensif atau dukungan tambahan untuk menguasai teknik dengan baik. Faktor-faktor seperti perbedaan kemampuan belajar antara siswa, pemahaman individu, atau tingkat kepercayaan diri yang bervariasi juga dapat memengaruhi hasil belajar mereka. Oleh karena itu, dalam siklus berikutnya, mungkin perlu ada lebih banyak variasi dalam strategi pengajaran untuk mendukung siswa yang mengalami kesulitan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode drill dalam pembelajaran permainan bulu tangkis dapat meningkatkan keterampilan siswa secara signifikan, terutama dalam hal teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan. Peningkatan jumlah siswa yang mencapai ketuntasan di Siklus II menunjukkan bahwa pengulangan latihan yang terstruktur dan terarah sangat membantu dalam memperbaiki keterampilan siswa. Dengan refleksi yang tepat dan perbaikan berkelanjutan, diharapkan hasil yang lebih baik dapat dicapai pada siklus berikutnya, sehingga lebih banyak siswa dapat menguasai teknik permainan bulu tangkis dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa penerapan metode drill dalam pembelajaran permainan bulu tangkis dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan siswa

kelas V UPT SPF SDN Gunung Sari II. Pada siklus pertama, hanya 34,78% siswa yang mencapai ketuntasan, namun pada siklus kedua, jumlah tersebut meningkat menjadi 69,57%. Hal ini menunjukkan bahwa metode drill, yang menekankan pada latihan berulang, efektif dalam membantu siswa menguasai teknik permainan bulu tangkis. Meskipun demikian, masih ada sebagian siswa yang memerlukan pendekatan lebih intensif untuk mencapai ketuntasan. Dengan perbaikan berkelanjutan, diharapkan hasil yang lebih baik dapat dicapai pada siklus berikutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2021). *Dasar-dasar evaluasi pendidikan edisi 3*. Bumi Aksara.
- Sepriadi, S. S. (2023). *Model Permainan Bagi Kebugaran Jasmani Siswa Sekolah Dasar*. PT. RajaGrafindo Persada-Rajawali Pers.
- Sudarman. (2015). *UPAYA PENINGKATAN HASIL BELAJAR LOMPAT JAUH MELALUI PENDEKATAN BERMAIN LOMPAT TALI PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI PANGINAN KECAMATAN TEMON KULON PROGO*. Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Sutiawan, A. (2022). Peningkatan Hasil Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Pendekatan Bermain Longu Pada Siswa Kelas Iv Sdn 145 Binongjati. *Jurnal Ilmu Sosial*, 5(2), 132–140.
- Yusnita, Z. D., Cahyani, M. G., Bachtiar, M. N., Khoirunisa, D. N., Wibowo, M. B. S., Saputra, R. W., Tirtayasa, S. G., Azmi, A. H., Widyatama, D. O., & Huda, Z. M. (2024). Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Smash Bulutangkis Menggunakan Metode Drill Bervariasi Terhadap Peserta UKM Bulutangkis. *Jurnal Angka*, 1(2), 294–308.