



PENGARUH LATIHAN DRILL TERHADAP HASIL PUKULAN NETTING PADA PEMAINAN BULUTANGKIS ATLET SETIA JAYA BADMINTON CLUB

Ahmad Irawan

Universitas PGRI Palembang

*Corresponding author email: wangsky120597@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan drill pukulan netting terhadap hasil netting permainan bulutangkis pada atlet Setia Jaya Badminton Club. Penelitian berjenis eksperimen. Dengan populasi sebanyak 16 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling, sampel dalam penelitian ini berjumlah 16 orang. Menggunakan tes kemampuan pukulan netting. sebagai teknik pengumpulan data. Teknik analisis data menggunakan rumus uji-t. Berdasarkan hasil penelitian ada pengaruh yang signifikan pada latihan drill terhadap hasil netting pada atlet Setia Jaya Club, hasil tes pengukuran kemampuan pukulan netting dalam permainan bulu tangkis pada saat pretest mempunyai rata-rata sebesar 17.56, kemudian rata-rata hasil posttest meningkat sebesar 23.69, setelah diberikan latihan drill selama 14 kali pertemuan dengan dengan kenaikan persentase sebesar 6.13. Hasil dari T-test dengan nilai thitung 20.532 dan ttabel 2.131 (df 15;0,05) dengan nilai signifikan 0,000 (2-tailed) lebih kecil dari 0.05, artinya ada pengaruh yang signifikan pada latihan drill terhadap hasil pukulan netting pada permainan bulu tangkis atlet Setia Jaya Badminton Club.

Kata kunci: Latihan Drill, Pukulan Netting, Bulutangkis.

ABSTRACT

This research was conducted to determine whether there is an effect of drill netting drills on the results of netting in badminton games for Setia Jaya Badminton Club athletes. Experimental type research. With a population of 16 people. The sampling technique in this study used a total sampling technique, the sample in this study amounted to 16 people. Using the netting ability test. As a data collection technique. The data analysis technique uses the t-test formula. Based on the results of the study, there was a significant effect on drill training on the netting results of the Setia Jaya Club athletes. The test results for measuring the ability to hit netting in badminton games at the time of the pretest had an average of 17.56, then the average posttest result increased by 23.69, after given drill training for 14 meetings with a percentage increase of 6.13. The results of the T-test with a tcount value of 20,532 and a ttable of 2,131 (df 15; 0.05) with a significant value of 0.000 (2-tailed) is less than 0.05, meaning that there is a significant effect on drill practice on the results of netting strokes in badminton games Setia Jaya Badminton Club athletes.

Keyword: Practice Drill, Netting Punch, Badminton.



PENDAHULUAN

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak menyumbangkan medali untuk Indonesia. Berbagai kejuaraan bulutangkis di raih oleh atlet-atlet terbaik bangsa ini. Olahraga yang menggunakan raket dan bola cock menjadi salah satu olahraga yang paling di gemari oleh masyarakat. Baik dari kalangan atas maupun bawah, remaja maupun dewasa pasti mengenal cabang olahraga ini (Ni'mah & Deli, 2017, p. 1).

Permainan olahraga bulutangkis memiliki teknik-teknik dasar yang harus di ketahui atau di kuasai oleh pemain maupun atlet, seorang pemain bulutangkis harus menguasai beberapa teknik memukul cock seperti service, smash, dropshot, netting, underhand dan drive. Semua jenis pukulan tersebut harus dilakukan dengan benar,

Adapun teknik dasar tersebut salah satunya adalah netting, teknik neting merupakan salah satu teknik yang harus dikuasai atlet bulutangkis, dikarenakan netting merupakan teknik untuk menyulitkan lawan membalikkan kok ke daerah pertahanan sehingga dapat menghasilkan poin. Menurut Ni'mah & Deli (2017,0.42) Apabila bola yang dipukul melintir tipis dekat dengan net maka di sebut dengan netting yang baik. Netting adalah pukulan yang di lakukan dekat net, diarahkan sedekat mungkin ke net, dipukul dengan sentuhan tenaga halus sekali.

Netting adalah pukulan yang di lakukan dekat net, di arahkan sedekat mungkin ke net, di pukul dengan sentuhan tenaga halus sekali. Pukulan netting yang baik yaitu apabila bolanya di pukul halus dan melintir tipis dekat sekali dengan net (Kurniawan, 2011, p. 30). Netting adalah pukulan yang dilakukan dekat net, diarahkan sedekat mungkin ket net, dipukul dengan sentuhan tenaga halus sekali. Pukulan netting yang baik adalah jika bolanya dipukul halus dan melintir tipis dekat sekali dengan net (Aksan, 2013, p. 82).

Untuk melakukan netting di perlukan koordinasi gerak kaki dan lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan kok saat bersentuhan serta konsentrasi dari pemain karena karakteristik pukulan ini ialah kok bergulir sedekat mungkin dengan net daerah dekat lawan, kesalahan yang terjadi pada atlet saat melakukan netting adalah bola tidak melewati net dan tidak memasuki ke dalam pertahanan lawan serta kook tidak bergulir tipis di atas net sehingga menciptakan peluang bagi lawan untuk menyerang balik, dikarenakan salah satu fungsi melakukan netting ialah menyulitkan lawan untuk mengembalikan kook ke daerah pertahanan. Keterampilan pukulan netting itu juga bisa di latih dengan beberapa metode latihan salah satunya adalah dengan menggunakan metode latihan drill. Metode latihan drill itu sendiri pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah di pelajari dan merupakan keterampilan dan kemahiran. Metode drill di sebut juga metode training, yaitu suatu cara mengajar atau melatih untuk menanamkan kebiasaan yang baik (Yuliantika, 2021, p. 2) Dalam (Adri Meina Deri U. D.)

Berdasarkan pengalaman peneliti selama mengamati latihan atlet Setia Jaya Badminton Club, peneliti melihat masih banyak kurangnya dan masih belum menguasai teknik netting dan gerakan netting terlihat kaku dan tidak terbiasa melakukan netting sehingga menyebabkan kok tidak melewati net dan menciptakan peluang bagi pihak lawan karena menciptakan bola tanggung pada saat melakukan netting pada atlet Setia Jaya Badminton Club. Permasalahan yang terjadi pada atlet Setia Jaya Badminton Club di karenakan kurang terampil dan tidak terbiasa dalam melakukan teknik netting Bulutangkis. Karena pentingnya teknik netting dalam permainan olahraga bulutangkis, maka dari itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang terkait dengan permasalahan yang terjadi pada atlet Setia Jaya Badminton Club.



METODE

Pada penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian “one-group pretest-posttest design” yaitu desain penelitian yang terdapat pretest sebelum diberi perlakuan dan posttest setelah diberi perlakuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan drill terhadap hasil pukulan netting paa permainan buutangkis atlet Setia Jaya Badminton Club.

A. Pengumpulan Data

Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan sebagai berikut :

1. Studi lapangan (field research), yaitu pengumpulan data dengan cara pengamatan langsung ke lapangan untuk memperoleh data mengenai pengaruh latihan drill pukulan netting terhadap keterampilan permainan bulutangkis pada atlet setia jaya badminton club terhadap subjek yang menjadi sampel.
2. Studi kepustakaan, yaitu teknik pengumpulan data menggunakan cara membaca buku atau sumber asal lain yang membantu kelancaran penelitian ini.

Pengumpulan data di dalam penelitian ini adalah dengan tes pengukuran yang digunakan untuk awal (pretest) maupun akhir (posttest),

B. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono,2009: 148). Instrumen yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah tes kemampuan pukulan netting.

Alat ukur untuk mengukur hasil Kemampuan Pukulan Netting adalah dengan Melakukan pukulan netting. Dengan nilai reliabilitas tes sebesar 0,721 dan validitas tes sebesar 0,698. Adapun Perlengkapan tes Kemampuan Pukulan Netting yaitu:

1. Perlengkapan:
 - a. Raket
 - b. Shuttlecock
 - c. Lakban
 - d. Alat tulis
 - e. Blangko penilaian
 - f. Pita
- 2) Petugas Pelaksanaan:
 - a. Pengawas jatuhnya shuttlecock
 - b. Pencatat Hasil

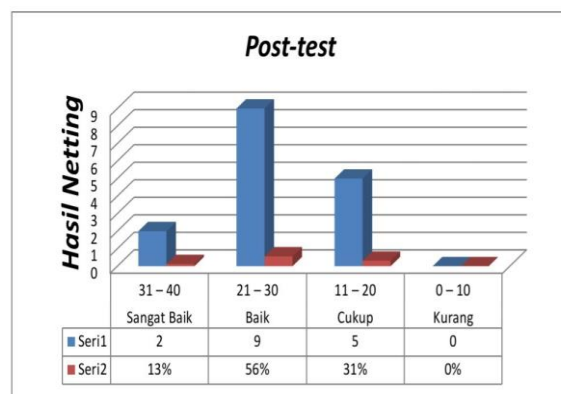
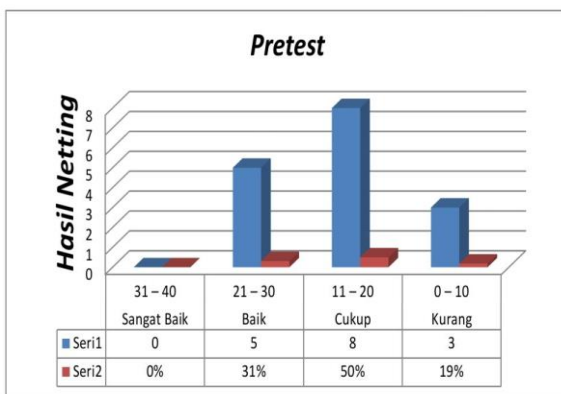
Cara penghitungan skor adalah apabila pukulan netting masuk atau mengenai garis yang di berikan skor di daerah lawan yang telah di garisi dengan tingkatan Skor tentukan, Setiap pukulan netting yang Mengenai Sasaran atau garis yang di berikan skor akan diberi nilai/skor Yang Telah Di Tentukan. Setiap Nilai/skor dari 10 kali Melakukan Pukulan Netting akan dijumlahkan, jumlah itulah yang merupakan skor dari pukulan netting yang dilakukan oleh sampel.



HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek penelitian ini adalah atlet Setia Jaya Badminton Club yang berjumlah 16 atlet dengan teknik pengambilan sampel “total sasmping”. Lokasi tempat penelitian Gedung Jakabaring Badminton Club (JBC). Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 16 kali pertemuan, 1 kali pretest, 14 kali treatment dan 1 kali posttest, data yang diperoleh berupa angka berdasarkan teknik validasi instrumen pada penilaian kemampuan netting permainan bulu tangkis.

Peneliti menggunakan Alat ukur untuk mengukur hasil Kemampuan Pukulan Netting dengan Melakukan pukulan netting, nilai reliabilitas tes sebesar 0,721 dan validitas tes sebesar 0,698 (Poole,2009:45). Dan latihan (treatment) menggunakan latihan drill untuk meningkatkan kemampuan atau hasil netting atlet Setia Jaya Badminton Club.



Berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa hasil netting pada saat pretest mempunyai rata-rata sebesar 17.56, sebelum diberikan latihan drill selama 14 kali pertemuan pada atlet Setia Jaya Club sebelum dilakukannya treatment berkategori “cukup” sebanyak 8 atlet (50%). Dan berdasarkan diagram di atas, menunjukkan bahwa hasil netting pada saat posttest mempunyai rata-rata sebesar 23.69, setelah diberikan latihan drill selama 14 kali pertemuan pada atlet Setia Jaya Club sebelum dilakukannya treatment berkategori “Baik” sebanyak 9 atlet (56%).

Berdasarkan kutipan pada bab sebelumnya, Netting adalah pukulan yang dilakukan dekat net, diarahkan sedekat mungkin ket net, dipukul dengan sentuhan tenaga halus sekali. Pukulan netting yang baik adalah jika bolanya dipukul halus dan melintir tipis dekat sekali dengan net (Aksan, 2013, p. 82). Menurut Ni'mah & Deli (2017,0.42) pukulan yang di lakukan dekat dengan net dan di arahkan sedekat mungkin ke net dengan pukulan yang halus disebut dengan netting. Apabila bola yang dipukul melintir tipis dekat dengan net maka di sebut dengan netting yang baik. Netting adalah pukulan yang di lakukan dekat net, diarahkan sedekat mungkin ke net, dipukul dengan sentuhan tenaga halus sekali.

Untuk melakukan netting di perlukan koordinasi gerak kaki dan lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan kok saat bersentuhan serta konsentrasi dari pemain. Karakteristik pukulan ini ialah kok bergulir sedekat mungkin dengan net daerah dekat lawan. Pukulan net ini merupakan pukulan tersulit dalam permainan bulutangkis, disini sangat membutuhkan kecermatan dan perasaan yang halus (felling). Dalam permainan net ini penggunaan tenaga hampir-hampir tidak ada, sebab apabila digunakan maka akan mengakibatkan shuttle cock akan naik dan jalannya shuttle cock tidak tipis diatas net, damn keadaan ini sangat mudah dimatikan lawan (Zarwan, 2010, p. 117).



Peneliti menggunakan metode latihan drill dalam meningkatkan kemampuan netting pada atlet Setia Jaya Club, dikarenakan metode drill merupakan cara belajar yang lebih menekankan kepada penguasaan teknik dengan melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan secara berulang-ulang agar terjadinya otomatisasi gerak untuk memperoleh suatu teknik tertentu (Istofin & Amiq, 2016, p. 107), sehingga dalam metode drill ini diharapkan atlet dapat meningkatkan teknik pukulan netting.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan drill terhadap peningkatan kemampuan netting atlet Setia Jaya Club. Penelitian diawali dengan melakukan pretest untuk mengetahui hasil netting sebelum diberikan treatment, penelitian dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan 1 kali pertemuan untuk pretest, 14 kali pertemuan untuk treatment dan setelah treatment selesai, dilakukan posttest sebanyak 1 kali pertemuan untuk mengetahui peningkatan agility pada siswa setelah diberikan treatment.

Pretest dilakukan untuk mengetahui hasil netting pada atlet Setia Jaya Club sebelum dilakukannya treatment. Hasil pretest futsal SMA Negeri 19 Palembang diperoleh kategori “kurang” sebanyak 3 atlet (19%), “cukup” sebanyak 8 atlet (50%), dan “baik” sebanyak 5 atlet (31%).

Dan Hasil posttest setelah dilakukannya treatment selama 14 pertemuan memperoleh kategori “cukup” sebanyak 5 atlet (31%), “baik” sebanyak 9 atlet (56%), dan “sangat baik” sebanyak 2 atlet (13%).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa latihan variasi drill memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kelincahan siswa ekstrakurikuler futsal SMA Negeri 19 Palembang dengan kenaikan persentase pretest dan posttest sebesar “6.13”. hal tersebut dikarenakan metode latihan drill merupakan metode yang digunakan oleh pelatih dalam merekayasa jenis gerakan dengan cara berulang-ulang. Metode drill penekanannya terdapat pada pengulangan jenis-jenis gerakan yang dibutuhkan oleh atlet. Tujuan dari penerapan metode ini adalah memunculkan otomatisasi pada otot atlet sehingga terbiasa dalam melakukan gerakan-gerakan teknik (Istofin & Amiq, 2016).

Apabila dilihat dari angka mean pretest 17.56 dan posttest 23.69 maka diperoleh angka perbedaan rerata 6.13. Hal ini menunjukkan perubahan yang lebih baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan di atas, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pada latihan drill terhadap hasil netting pada atlet Setia Jaya Club, hasil tes pengukuran kemampuan pukulan netting dalam permainan bulu tangkis pada saat pretest mempunyai rata-rata sebesar 17.56, kemudian rata-rata hasil posttest meningkat sebesar 23.69 setelah diberikan latihan drill selama 14 kali pertemuan dengan kenaikan persentase sebesar 6.13. Hasil dari T-test dengan nilai t hitung 20.532 dan t table 2.131 (df 15;0,05) dengan nilai signifikan 0,000 (2-tailed) lebih kecil dari 0.05, maka hasil menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan, dengan demikian hipotesis alternative (Ha) diterima (Ho) ditolak yang berbunyi “ada pengaruh yang signifikan pada latihan drill terhadap hasil pukulan netting pada permainan bulu tangkis atlet Setia Jaya Badminton Club”, diterima artinya metode latihan drill memberikan pengaruh terhadap peningkatan pukulan netting pada atlet Setia Jaya Badminton Club.

**DAFTAR PUSTAKA**

- A.D. (2022). PERMAINAN BULU TANGKIS DENGAN GUIDED DISCOVERY LEARNING. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran*.
- Aksan, H. (2013). *Mahir Bulu Tangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia.
- Aridanu, & Kesumawati. (2017). *Statistik Parametrik Penelitian Pendidikan Praktik*. Palembang: Rineka Cipta.
- Arikunto, & Suharsimi. (2014). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiwanto, S. (2012). *Metodelogi Latihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Semarang.
- Denatara, E. T. (2018). KETERAMPILAN PUKULAN DROPSHOT PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET PB JAYA RAYA METLAND JAKARTA. *Jendela Olahraga*.
- Hermansyah, R. (2017). HUBUNGAN POWER OTOT LENGAN DAN KOORDINASI DENGAN KECEPATAN DAN KETEPATAN SMASH DALAM CABANG OLAHRAGA BULUTANGKIS. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*.
- Istofin, R. S., & Amiq, F. (2016). METODE DRILL UNTUK MENINGKATKAN TEKNIK MENENDANG BOLA (SHOTTING) DALAM PERMAINAN SEPAKBOLA USIA 13-14 TAHUN. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*.
- Karyono, M.Or., T. H. (2020). *Mengenal Olahraga Bulutangkis Tahapan Menuju Kemajuan*. Yogyakarta: Thema Publishing.
- Kesumawati, & Aridanu. (2018). *Statistik Parametrik*. Palembang: Noer Fikri.
- Kurniawan, F. (2011). *Buku Pintar Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Mylsidayu, A., & Kurniawan, F. (2015). *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung: Alfabeta.
- Narlan, A. (2017). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani*. Tasikmalaya: PJKR-FKIP.
- Ni'mah, I. T., & Deli, M. (2017). *Buku Pintar Bulutangkis*. Jakarta Timur: Anugrah.
- Poole, J. (2011). *Belajar Bulutangkis*. Bandung: Pionir Jaya.
- Qodri, H. A. (2018). *Raih Kemenangan*. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Septiani, S. (2021). *Analisis Motivasi Berprestasi Atlet Karate Indonesia Menuju Sea Games 2021*. Universitas Teknokrat Indonesia.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuntitatif, Kualitatis dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung.
- Tashilatun, I. N., & Deli, M. (2017). *Buku Pintar Bulutangkis*. Jakarta: Anugrah.
- Usman, T. A. (2010). *Kejar Bulutangkis*. Jakarta: PT Rineka Cipta.



Yuliantika, I. (2021). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Teknik Passing Sepak Bola Club Putri Bomber FC Banyuasin. Universitas Pgri Palembang.

Zarwan. (2010). Bulutangkis. Padang: Sukabina Press.