

**MENGGUNAKAN MEDIA KARET BAN UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN *SMASH* LONCAT
PERMAINAN BULUTANGKIS PADA KELAS V SD NEGERI 2
TULUNG AGUNG KECAMATAN GADING REJO
KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN
AJARAN 2018/2019**

(Skripsi)

Oleh
Gilang Ipen Sunyoto



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

ABSTRAK

MENGGUNAKAN MEDIA KARET BAN UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN *SMASH* LONCAT PERMAINAN BULUTANGKIS PADA KELAS V SD NEGERI 2 TULUNG AGUNG KECAMATAN GADING REJO KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN AJARAN 2018/2019

Oleh

GILANG IPEN SUNYOTO

Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar menggunakan karet ban terhadap hasil *smash* loncat permainan bulutangkis masih rendahnya kemampuan *smash* loncat. Metode yang dipakai penelitian PTK (Penelitian Tindakan Kelas) kolaboratif dengan sebanyak tiga siklus subjek penelitian berjumlah 30 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan skala observasi keterampilan *smash* loncat. Hasil penelitian menunjukkan pada siklus pertama sebesar 72 dengan perhitungan tingkat efektivitas 30,91 % itu berarti tindakan belum efektif. Pada siklus kedua sebesar 77,33 dengan perhitungan efektivitas 40,6 % itu berarti tindakan belum efektif. Pada siklus ketiga sebesar 92,67 dengan perhitungan efektivitas sebesar 68,49 %. Kesimpulan dari hasil penelitian tersebut bahwa dengan menggunakan media karet ban lebih banyak maka akan lebih efektif, maka keterampilan *smash* loncat pada kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung, dalam permainan bulutangkis meningkat.

Kata Kunci : media karet ban, permainan bulutangkis, *smash* loncat

ABSTRACT

USING THE TIRE RUBBER MEDIA TO IMPROVE SKILLS SMASH LONCAT BULUTANGKIS GAME N CLASS V SD 2 NEGERI 2 TULUNG AGUNG KECAMATAN GADING REJO PRINGSEWU DISTRICT ACADEMIC YEAR 2018/2019

By

GILANG IPEN SUNYOTO

The purpose of this study was to determine the effect of tire rubber training on the results of smash jumps on badminton games, but the ability of smash jumps was still low. The method used by PTK research (Class Action Research) collaborative with as many as three cycles of research subjects totaling 30 students. The technique of collecting data uses a scale observation skill of smash jumping. The results of the study showed that in the first cycle of 72 the calculation of the effectiveness of 30.91% meant that the action had not been effective. In the second cycle of 77.33 with the calculation of the effectiveness of 40.6% it means that the action has not been effective. In the third cycle, 92.67 with a calculation of effectiveness of 68.49%. The conclusion from the results of the study is that by using more rubber tire media it will be more effective, then the jump smash skill in class V of Tulung Agung 2 Elementary School, in the game of badminton increases.

Keywords: badminton sport, rubber tire media, smash jump

**MENGGUNAKAN MEDIA KARET BAN UNTUK
MENINGKATKAN KETERAMPILAN SMASH LONCAT
PERMAINAN BULUTANGKIS PADA KELAS V SD NEGERI 2
TULUNG AGUNG KECAMATAN GADING REJO
KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN
AJARAN 2018/2019**

Oleh

GILANG IPEN SUNYOTO

Skripsi

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
SARJANA PENDIDIKAN

Pada

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan
Jurusan Ilmu Pendidikan



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2019**

Judul Skripsi : **MENGGUNAKAN MEDIA KARET BAN UNTUK MENINGKATKAN KETERAMPILAN SMASH LONCAT PERMAINAN BULUTANGKIS PADA KELAS V SD NEGERI 2 TULUNG AGUNG KECAMATAN GADING REJO KABUPATEN PRINGSEWU TAHUN AJARAN 2018/2019**

Nama Mahasiswa : **Gilang Ipen Sunyoto**

Nomor Pokok Mahasiswa : 1513051062

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Ilmu Pendidikan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan



1. Komisi Pembimbing

Pembimbing I

Drs. Herman Tarigan, M.Pd.
NIP. 19601231 19880 1 018

Pembimbing II

Candra Kurniawan, M.Or.
NIDN 0031019103

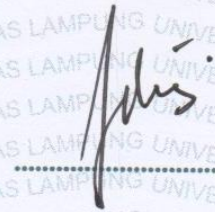
2. Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan

Dr. Riswandi, M.Pd.
NIP. 19760808 200912 1 001

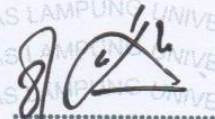
MENGESAHKAN

1. Tim Penguji

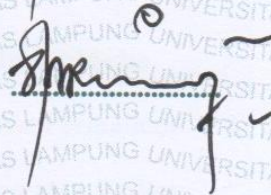
Penguji : Drs. Herman Tarigan, M.Pd.



Sekretaris : Candra Kurniawan, M.Or.



**Penguji
Bukan Pembimbing : Drs. Surisman, M.Pd.**



2. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan



Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd.
NIP. 19620804 198905 1 001



Tanggal Lulus Ujian Skripsi : 02 Mei 2019

PERNYATAAN

Bahwa saya yang bertandatangan di bawah ini :

Nama : Gilang Ipen Sunyoto
NPM : 1513051062
Tempat Tanggal Lahir : Tulung Agung, 27 April 1997
Alamat : Jl. Sembodro Tulung Agung Gading Rejo
Pringsewu

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi dengan judul "**Menggunakan Media Karet Ban Untuk Meningkatkan Keterampilan smash Loncat Permainan Bulutangkis Pada Kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu Tahun Ajaran 2018/2019**" adalah benar hasil karya penulis berdasarkan penelitian yang dilaksanakan pada tanggal 19 Januari 2019. Skripsi ini bukan hasil menjiplak ataupun hasil karya orang lain. Apabila di kemudian hari ternyata karya tulis saya ini ada indikasi/plagiat, saya bersedia di hukum sesuai dengan peraturan akademik yang berlaku di Universitas Lampung. Demikian pernyataan ini penulis buat dengan sebenar-benarnya, atas perhatiannya saya ucapkan terimakasih.



Bandar Lampung, 02 Mei 2019

Gilang Ipen Sunyoto
Gilang Ipen Sunyoto
NPM.1513051062

RIWAYAT HIDUP



Penulis bernama lengkap Gilang Ipen Sunyoto, dilahirkan di kelurahan Tulung Agung, Kecamatan Gading Rejo, Kabupaten Pringsewu Provinsi Lampung pada tanggal 27 April 1997 sebagai anak ketiga dari tiga bersaudara. Penulis dari buah hati pasangan Bapak Tulus Widodo dan Ibu Suci Sunenci.

Penulis menyelesaikan Pendidikan yang formal yang telah di tempuh antara lain :Sekolah Dasar Negeri (SDN) 2 Tulung Agung dan selesai pada tahun 2009.

Kemudian masuk Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 3 Gading Rejo pada tahun 2009 dan lulus pada tahun 2012. Kemudian masuk Sekolah Menengah Atas Negeri (SMAN) 2 Gading Rejo pada tahun 2012 dan selesai pada tahun 2015.

Pada tahun 2015, penulis diterima sebagai mahasiswa pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung pada Program Studi Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi melalui jalur Seleksi (SBMPTN). Selama menjadi mahasiswa penulis aktif di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Himajip.

MOTTO

*A simpleks act of caring
Creates and endless ripple*

*Tindakan kebaikan yang sederhana
Menciptakan riak yang tidak berhujung*

(Gilang Ipen Sunyoto)

PERSEMBAHAN

Dengan Mengucap Puji Syukur Kehadiran Allah SWT,

Kupersembahkan Karya Ini Sebagai Tanda Buktiku Kepada :

Kedua Orang Tua yang sangat kucinta dan sayangi, Ibunda Suci Sunenci dan

*Ayah handa Tulus Widodo yang telah memberikan segalanya untuk aku,
membesarkan aku dan mendidikku dengan penuh kesabaran dan kasih sayang
serta tak pernah henti mendoakan untuk keberhasilan dan kebahagiaanku.*

Serta almamaterku tercinta Universitas Lampung.

(Gilang Ipen Sunyoto)

SANWACANA

Puji Syukur Penulis ucapkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan hidayah-Nya skripsi ini dapat diselesaikan.

Skripsi dengan berjudul "**Menggunakan Media Karet Ban Untuk Meningkatkan Keterampilan *Smash* Loncat Permainan Bulutangkis Pada Kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu Tahun Ajaran 2018/2019**" adalah salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan di Universitas Lampung.

Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Ir. Hasradi Mat Akin, MP., selaku Rektor Universitas Lampung
2. Prof. Dr. Patuan Raja, M.Pd., selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
3. Dr. Riswandi, M.Pd., Ketua Jurusan Ilmu Pendidikan dan segenap dosen dan kariawan Jurusan Ilmu Pendidikan Universitas Lampung.
4. Drs. Akor Sitepu, M.Pd., Ketua Program Studi Penjaskesrek dalam penulisan ini yang telah memberikan pengarahan dan bimbingan kepada penulis.
5. Drs. Herman Tarigan, M.Pd., pembimbing I dan pembimbing akademik yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan penuh kesabaran, memberikan saran, serta nasihat yang amat berharga bagi penulis.

6. Candra Kurniawan, M.Or., pembimbing II yang telah membimbing penulis dalam menyelesaikan skripsi ini dengan penuh semangat dan kesabaran sehingga penulis bias menyelesaikan skripsi dengan baik.
7. Drs. Surisman, M.Pd., pembahas atas kesediaannya untuk memberikan bimbingan, waktu, saran dan kritik yang sangat bermanfaat kepada penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.
8. Bapak dan Ibu Dosen Program Studi Penjaskesrek dan Staf Tata Usaha FKIP Universitas Lampung yang telah memberikan ilmu pengetahuan dan keteladanan selama penulis menjalani studi.
9. Kepada Ibu Marlina, S.Pd., Guru SD Negeri 2 Tulung Agung dan siswa kelas v yang telah membantu penulis dalam penyelesaian penelitian ini.
10. Kepada Azmi Arif Nugroho, Fitria Ratna Dewi, Dicky Ruchyad, teman PPL/KKN yang memberikan motivasi, Bantuannya dan keluarga besar Penjas 2015 yang selalu menemani penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan akan tetapi penulis berharap semoga skripsi yang sederhana ini dapat berguna dan bermanfaat bagi kita semua.

Bandar Lampung, Mei 2019
Penulis

Gilang Ipen Sunyoto

DAFTAR ISI

	Halaman
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah Penelitian	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
G. Penjelasan Judul	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Pendidikan Jasmani	9
1. Tujuan Pendidikan Jasmani	11
2. Manfaat Pendidikan Jasmani	12
B. Pendidikan Jasmani Menuju Perkembangan Menyeluruh.....	13
1. Permainan dan Olahraga	13
2. Aktivitas Pengembangan, Senam, Ritmik.....	13
C. Teori Belajar Motorik.....	14
1. Tahap Bergerak.....	14
2. Klasifikasi Gerak Bisa di Klasifikasikan Berdasarkan Sudut Pandang.....	18

D. Hakikat Permainan Bulutangkis.....	22
1. Play	22
2. Games	22
E. Smash Sebagai Keterampilan Tingkat Tinggi Dalam Permainan Bulutangkis	23
1. Jenis <i>Smash</i> Dengan Model Pembelajaran	25
a. <i>Smash</i> Penuh (<i>Full Smash</i>)	25
b. <i>Smash</i> Potong	25
c. <i>Smash</i> Seputar Kepala (<i>Around The Head Smash</i>)	26
d. <i>Smash Backhand</i>	26
e. <i>Smash</i> Loncat (<i>Jump smash</i>)	27
F. Modifikasi	27
1. Pengertian Modifikasi	27
2. Tujuan Modifikasi	28
3. Media	29
4. Alat	30
G. Metode Pembelajaran <i>Jump Smash Liem Swie King</i> Menggunakan Karet Ban Dalam Bentuk Tabel	31
1. <i>Smash</i>	32
2. Penelitian Relevan PTK	33
H. Kerangka Berpikir	38

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian	39
B. Tempat dan Waktu Penelitian	40
C. Subjek Penelitian	41
D. Kerangka Konsep PTK	41
E. Instrumen Penelitian	46
F. Teknik Analisis Data	46

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	49
1. Deskripsi Data	49
2. Hasil Analisis Data	54
3. Analisis Efektivitas Pembelajaran di Setiap Siklusnya.....	58
B. Pembahasan	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	61
B. Saran	62
DAFTAR PUSTAKA	63
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Deskripsi Hasil Penelitian Dilihat Dari Rerata Kelas	49
2. Deskripsi Hasil Penelitian Tindakan Kelas (PTK) <i>Smash</i> Loncat Permainan Bulutangkis.....	51
3. Rekapitulasi Analisis Hasil Pembelajaran <i>Smash</i> Loncat Permainan Bulutangkis Siklus I.....	54
4. Rekapitulasi Analisis Hasil Pembelajaran <i>Smash</i> Loncat Permainan Bulutangkis Siklus II.....	55
5. Rekapitulasi Analisis Hasil Pembelajaran <i>Smash</i> Loncat Permainan Bulutangkis Siklus III.....	56
6. Rekapitulasi Tes Kognitif Dalam Skala Mutu.....	56
7. Rekapitulasi Tes Ranah Afektif	57
8. Deskripsi Efektivitas Pembelajaran Pada Setiap Siklus.....	57

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Pendidikan Jasmani Menuju Perkembangan Menyeluruh	10
2. Klasifikasi Gerak Konsep	15
3. Gerak Stimulus	21
4. Gerak Stimulus Reflek	21
5. Gerak Stimulus Sadar	21
6. Spiral Penelitian Tindakan Kelas	41
7. Diagram Batang Grafik Ketuntasan Siswa Dalam <i>Smash</i> Loncat Permainan Bulutangkis SD Negeri 2 Tulung Agung.....	52
8. Diagram Batang Berat Badan Siswa.....	52
9. Diagram Batang Tinggi Badan Siswa.....	53
10. Presentase Ketuntasan Belajar <i>Smash</i> Loncat Permainan Bulutangkis Sebelum Tindakan Hingga Siklus Ke Tiga.....	54

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Tes Kognitif Bulutangkis.....	65
2. Tes Ranah Afektif	66
2. Hasil Data Tes Awal Teknik <i>Smash</i> Loncat Bulutangkis.....	67
3. Hasil Tes Siklus 1 Teknik <i>Smash</i> Loncat Bulutangkis.....	68
4. Hasil Tes Siklus 2 Teknik <i>Smash</i> Loncat Bulutangkis.....	69
5. Hasil Tes Siklus 3 teknik <i>Smash</i> Loncat Bulutangkis.....	70
6. Hasil Peningkatan Nilai Tes Awal ke Nilai Tes Siklus I.....	71
7. Hasil Peningkatan Teknik <i>Smash</i> Loncat Siklus 1 Ke Siklus 2 Bulutangkis.....	72
8. Hasil Peningkatan Teknik <i>Smash</i> Loncat Siklus 2 Ke Siklus 3 Bulutangkis.....	73
9. RPP.....	74
10. Foto Kegiatan.....	96
11. Formar Penilaian Teknik Dasar <i>Smash</i> Loncat Bulutangkis.....	113
12. Surat Izin Penelitian.....	131
13. Surat Balasan.....	132
14. Jadwal Kegiatan Peneliti <i>Smash</i> Loncat Kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung.....	133
17. Kerangka Paket Kegiatan Program Penelitian <i>Education</i> Siswa Kelas V.....	134
18. Jadwal Mata Pelajaran SDN 2 Tulung Agung Semester Genap.....	136
19. Kartu Bimbingan.....	137

I. PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan usaha orang dewasa secara sengaja menuju kedewasaan baik jasmani maupun rohani. Pada negara-negara yang baru berkembang pendidikan merupakan hal yang sangat penting, karena baik tidaknya hasil pendidikan tersebut akan berpengaruh pada maju tidaknya suatu bangsa dan negara. Indonesia adalah negara yang sedang berkembang dan sedang giat dalam membangun di berbagai bidang, yang termasuk didalamnya yaitu bidang pendidikan, jadi pendidikan mutlak perlu dalam kehidupan, baik kehidupan seseorang, keluarga, masyarakat, bangsa dan negara.

Salah satu bidang pendidikan nasional untuk menyiapkan seseorang yang membangun sehat jasmani dan rohani. Pendidikan jasmani di sekolah dan olahraga dalam masyarakat jelas sangat besar artinya untuk pembangunan nasional dimana tujuan akhir dari berbagai bidang pembangunan tersebut adalah untuk manusia, jadi dari orang yang melaksanakan pembangunan perlu manusia yang sehat jasmani dan rohani.

UU RI No. 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional setiap warga negara mempunyai hak yang sama yaitu melakukan kegiatan olahraga

memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga memilih dan mengikuti jenis dan cabor yang sesuai bakat dan minatnya memperoleh pengarahan sukungan, bimbingan, pembinaan dan pengembangan dalam keolahragaan. Menjadi pelaku olahraga mengembangkan industri olahraga. Warga negara yang memiliki kelainan fisik dan mental mempunyai hak untuk memperoleh pelayanan dalam kegiatan olahraga khusus.

Permainan bulutangkis sebagai olahraga prestasi mendapat perhatian yang relative besar di masyarakat yang ditunjukkan dengan dukungan dan pembinaan melalui berbagai wadah yang salah satunya adalah diklat atau sekolah yang dilakukan oleh pengurus cabang persatuan bulutangkis seluruh Indonesia (Pencab PBSI). Wadah ini merupakan wujud kepedulian masyarakat terhadap perkembangan bulutangkis dan upaya pencapaian terhadap prestasi yang setinggi-tingginya. Sekolah atau diklat bulutangkis sebagai wadah pembinaan olahraga bulutangkis usia dini banyak bermunculan di daerah-daerah. Keberhasilan tersebut, dikarenakan atlet berlatih secara teratur, sistematis dan berkesinambungan dengan didukung oleh kualitas pelatih, menejemen kepelatihan, sarana dan prasarana latihan yang memadai. Selain itu juga memiliki aspek-aspek latihan yang baik seperti : teknik, fisik, taktik, mental yang baik.

Bulutangkis atau badminton adalah suatu olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang saling berlawanan. Mirip dengan tenis, bulu angkis bertujuan memukul bola permainan ("kok" atau "*shuttlecock*") melewati jaring agar jatuh di bidang permainan lawan yang sudah ditentukan dan berusaha mencegah lawan melakukan hal yang sama. Olahraga ini

dalam sejarah bulutangkis merupakan sebuah olahraga yang memainkan banyak nomor partai dalam setiap kejuaraan atau turnamennya. Untuk nomor-nomor yang dipertandingkan meliputi tunggal putra, tunggal putri, ganda putra, ganda putri dan ganda campuran. Dalam perkembangannya olahraga ini banyak merubah aturan yang bertujuan untuk mendapatkan minat lebih dari penonton ataupun pemirsa di TV.

Alat yang dipergunakan adalah raket sebagai alat pemukul serta “*shuttlecock*” sebagai bola yang dipukul. Permainan dimulai dengan cara menyajikan bola atau service, yaitu memukul bola dari petak service kanan ke petak servis kanan lawan, sehingga jalan bola menyilang (Kurikulum 13 Mata Pelajaran PJOK)

Permainan ini biasanya dimainkan oleh :

- a. Seorang pria melawan seorang pria (tunggal pria atau *men's single*),
- b. Seorang wanita melawan seorang wanita (tunggal wanita atau *women's single*),
- c. Sepasang pria melawan sepasang pria (ganda pria atau *men's double*),
- d. Sepasang wanita melawan sepasang wanita (ganda wanita atau *women's double*),
- e. Sepasang pria/ wanita melawan sepasang pria/ wanita (ganda campuran atau *mixed doubles*).

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang terkenal di dunia.

Olahraga ini menarik minat dari berbagai usia, berbagai tingkat ketrampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam dan di luar ruangan untuk rekreasi maupun sebagai ajang perlombaan. *shuttlecock* bulutangkis tidak

dipantulkan dan harus dimainkan di udara, sehingga permainan ini merupakan permainan cepat yang membutuhkan gerak reflek yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi (Tony Grice,1999: 1)

Permainan bulutangkis termasuk olahraga yang sudah memasyarakat, artinya permainan ini biasa dimainkan dari semua golongan, dari golongan atas sampai golongan bawah, dari pelosok pedesaan sampai perkotaan, masyarakat dan sekolah tidak asing lagi, sudah terbukti dihari-hari besar banyak dijumpai pertandingan bulutangkis sekolah melalui berbagai kejuaraan. Dalam permainan bulu tangkis terdapat tekni-teknik yang harus dikuasai, salah satunya teknik yang harus dikuasai yaitu *smash*, karena *smash* perlu dikuasai dengan baik karena untuk menyerang lawan dan mendapatkan poin dalam permainan tersebut. *Smash* adalah sebuah tindakan memukul *shuttlecock* seorang pemain yang dilakukan dari daerah *smash*, menuju ke lapangan lawan itu aksi untuk menyerang dalam sebuah permainan. Keberhasilan *smash* tergantung dari kecepatan *shuttlecock*, jangkauan dari perputaran *shuttlecock* serta penempatan arah yang kosong kepada pemain yang melakukan perpindahan tempat. Pada *smash* atau serangan terbagi menjadi beberapa bagian, salah satunya *service* atas digunakan pada saat :

- 1). Bila konsisten dalam melakukan.
- 2). Ketika posisi lawan pada saat menerima bola berada di dekat net.
- 3). Ketika dalam posisi memimpin atau menguasai permainan.

Tes evaluasi belajar gerak dasar bulutangkis adalah tujuan untuk memahami dan dapat mengevaluasi keterampilan bermain bulutangkis yang mencakup keterampilan teknik pukulan, kecepatan dan bermain menurut peraturan, proses

penilaian yang di lakukan dalam tes evaluasi belajar keterampilan bulutangkis ini mempunyai dua bagian yang saling berkaitan (Tohar 1992: 139).

Pelajar asal Tulung Agung mengukir prestasi. Kali ini ditorehkan oleh Marnila, pelajar SD Negeri 2 kelas V Tulung Agung yang berhasil meraih juara 3 cabang olahraga badminton di Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) tingkat kabupaten yang dilaksanakan di SPN Tirta Pringsewu.

Setelah penulis melakukan observasi di SD Negeri 2 Tulung Agung dalm mengajar Bulutangkis khususnya smash atas kurang efektif, hal ini disebabkan :

1). Kurangnya minat siswa dalam mengikuti pembelajaran bulutangkis khususnya teknik *smash* atas karena sulit melakukan keterampilan gerak dasar *smash* loncat bulutangkis, 2). Metode pembelajaran yang kurang menarik bagi siswa dari situ pembelajaran kurang tepat.

B. Idifikasi Masalah

1. Kurangnya kemampuan *smash*
2. Banyak siswa yang melakukan *smash* dengan posisi kaki yang salah
3. Kecepatan bergerak depan belakang tidak dilakukan oleh para siswa
4. Kemampuan *smash* loncat tidak ada

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang di uraikan di atas, untuk mempermudah peneliti perlu pembatasan yang berdasarkan tujuan dari penelitian ini, maka

penelitian ini terbatas pada peningkatan keterampilan smash loncat permainan bulutangkis pada kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu Tahun Ajaran 2018/2019.

D. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian yang dikemukakan dalam latar belakang, identifikasi masalah dan permasalahannya dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada peningkatan dengan penggunaan media karet ban dapat meningkatkan kemampuan *smash* dalam permainan bulutangkis pada siswa kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung (Kabupaten Pringsewu) ?
2. Berapa besar peningkatan menggunakan media karet ban untuk memperbaiki smash loncat pada siswa kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung (Kabupaten Pringsewu) ?
3. Berapakah kisaran waktu yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan *smash* dengan menggunakan media karet ban pada siswa kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung (Kabupaten Pringsewu)?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini di buat untuk :

1. Meningkatkan keterampilan gerak dasar *smash* dalam bulutangkis
2. Meningkatkan daya kekuatan pukulan *smash* (*smash power*)
3. Meningkatkan keterampilan *smash* loncat

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai wawasan dan masukan bagi:

1. Peneliti

Sebagai pedoman untuk mengajar selanjutnya.

2. Siswa

Untuk pengetahuan siswa dalam hal meningkatkan keterampilan *smash* di permainan Bulutangkis.

3. Sekolah

Dapat memberikan sumbangan pemikiran di sekolah sebagai bahan masukan dan referensi bagi guru olahraga mengenai usaha meningkatkan ketrampilan *smash* di permainan Bulutangkis.

4. FKIP Unila

Sebagai masukan untuk perpustakaan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) khususnya bagi mahasiswa yang akan melakukan Program Pengalaman Lapangan (PPL).

G. Penjelasan Judul

1. Pengertian 'menggunakan' menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005:

851) adalah memakai alat mengambil manfaatnya.

2. Pengertian Media menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah alat,

yang terletak di antara dua pihak, perantara. (2005: 823)

3. Pengertian 'karet ban' menurut Kamus Besar Indonesia adalah dapat dengan

mudah berkembang, lentur, dan elastic (2005: 833)

4. Pengertian ‘meningkatkan’ menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005: 878) adalah mengembangkan, memperkuat, dan meningkatkan suatu produk.
5. *Smash* loncat menurut Icut Sugiarto (1963: 53) ialah smash dengan loncatan ini sangat membutuhkan tenaga besar, letak kaki, putaran badan, ayunan lengan, dan pergelangan yang kuat, serta jari-jari tangan, semua dilakukan dengan bersamaan.

II. TINJAUAN PUSTAKA

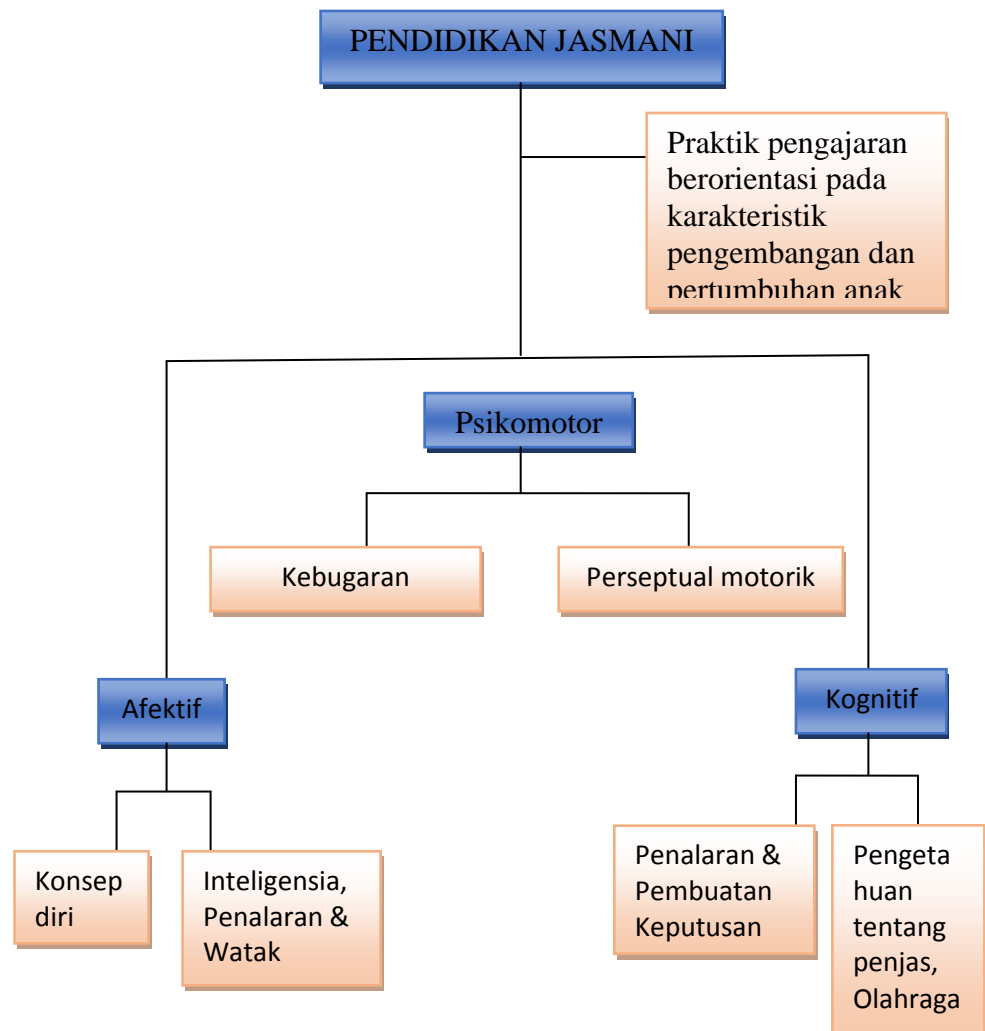
A. Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani dapat diartikan juga sebagai suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotorik, kognitif, dan afektif setiap siswa.

Kurikulum 2013 dirancang untuk memperkuat kompetensi peserta didik dari sisi pengetahuan, keterampilan, dan sikap secara utuh. Keutuhan tersebut menjadi sebuah kompetensi dasar tiap mata pelajaran, sehingga kompetensi dasar tiap mata pelajaran mencakup kompetensi dasar kelompok sikap, kompetensi dasar kelompok pengetahuan, kompetensi dasar kelompok keterampilan. Semua mata pelajaran dirancang mengikuti rumus tersebut. Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan (PJOK) adalah mata pelajaran yang membekali peserta didik dengan kemampuan untuk memiliki kebugaran jasmani dan keterampilan

jasmani yang bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari (Roji dan Eva Yulianti. 2017: 3)



Gambar 1. Pendidikan Jasmani menuju perkembangan menyeluruh. Lutan (1997).

Menurut Aip Syarifudin Pendidikan jasmani adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani, yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak, serta nilai

dan positif bagi setiap warga Negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Jadi dari beberapa pengertian di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa Pendidikan Jasmani merupakan proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani dan direncanakan secara sistematis untuk meningkatkan individu dalam aspek: kognitif, afektif dan psikomotor. Melalui Pendidikan Jasmani anak menemukan saluran yang tepat untuk memenuhi kebutuhan gerak, menyalurkan energi yang berlebihan agar tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental, menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna dan merangsang perkembangan yang bersifat menyeluruh.

1. Tujuan Pendidikan Jasmani

Pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

Tujuan Pendidikan Jasmani menurut Permendiknas Nomor 22 Tahun 2006 adalah sebagai berikut:

- a). Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- b). Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c). Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

- d). Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- e). Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerja sama, percaya diri dan demokratis.

2. Manfaat Pendidikan Jasmani

a. Memenuhi Kebutuhan Anak Akan Gerak

Pendidikan jasmani merupakan dunia anak-anak dan sesuai dengan kebutuhan anak-anak. Di dalamnya anak-anak dapat belajar sambil bergembira melalui penyaluran hasratnya untuk bergerak. Semakin terpenuhi kebutuhan akan gerak dalam masa-masa pertumbuhannya, makin besar bagi kualitas pertumbuhan itu sendiri.

b. Mengenalkan Anak Pada Lingkungan dan Potensi Dirinya

Pendidikan Jasmani adalah waktu untuk berbuat. Anak-anak akan lebih memilih untuk berbuat sesuatu dari pada hanya harus melihat atau mendengarkan orang lain ketika mereka sedang belajar. Dengan bermain dan bergerak anak benar-benar belajar tentang potensinya dan dalam kegiatan ini anak-anak mencoba mengenali lingkungan sekitarnya.

c. Menanamkan Dasar-Dasar Keterampilan yang Berguna

Peranan Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar cukup unik, karena turut mengembangkan dasar-dasar keterampilan yang diperlukan anak

untuk menguasai berbagai keterampilan dalam kehidupan di kemudian hari.

B. Pendidikan Jasmani Menuju Perkembangan Menyeluruh

Suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi.

1. Permainan dan olahraga

Meliputi olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, sepakbola, bolabasket, bolavoli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri serta aktivitas lainnya.

2. Aktivitas pengembangan

Meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.

3. Aktivitas senam

Meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai serta aktivitas lainnya.

4. Aktivitas ritmik

Meliputi: Gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.

5. Kesehatan

Meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS.

C. Teori Belajar Motorik

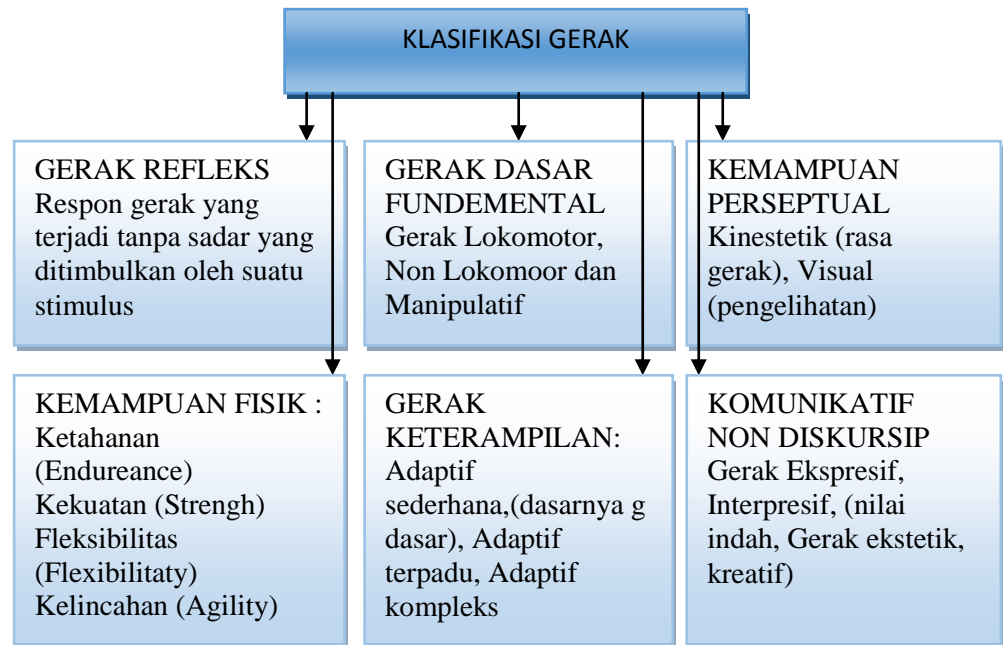
Menurut *Schmidt* dalam (Rusli Lutan, 2010: 102) belajar motorik adalah seperangkat proses yang bertalian dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan kearah perubahan permanen dalam perilaku gerak. Dalam proses belajar gerak ada tiga tahapan yang harus dilalui oleh siswa untuk mencapai tingkat keterampilan yang sempurna (otomatis). Tiga tahapan belajar gerak ini harus dilakukan secara berurutan, karena tahap sebelumnya adalah prasyarat untuk tahap berikutnya. Apabila ketiga tahapan belajar gerak ini tidak dilakukan oleh guru pada saat mengajar Pendidikan Jasmani, maka guru tidak boleh mengharap banyak dari apa yang selama ini mereka lakukan, khususnya untuk mencapai tujuan Pendidikan Jasmani yang ideal. Adapun tahapan belajar gerak adalah sebagai berikut :

1. Tahap Bergerak

a). Tahap Kognitif

Tahap kognitif tahap awal dalam belajar gerak keterampilan. Disini anak berusaha untuk memahami bentuk gerakan yang dipelajari,

kemudian mencoba untuk melakukan berulang-ulang. (Rusli Lutan. 2010 : 30).



Gambar 2. Klasifikasi Gerak Konsep Anita Harrow Dalam Herman Tarigan (2019 : 27)

Dalam tahap ini seseorang harus memahami mengenai hakikat kegiatan yang dilakukan dan juga harus memperoleh gambaran yang jelas baik secara umum verbal maupun visual mengenai mengenai tugas gerakan atau model teknik yang akan dipelajari agar dapat membuat rencana pelaksanaan yang tepat. Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep-konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik. Setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas

gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk motor-plan, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak. Apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktikkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

Maupun visual mengenai tugas gerakan atau model teknik yang akan dipelajari agar dapat membuat rencana pelaksanaan yang tepat. Pada tahap ini guru setiap akan memulai mengajarkan suatu keterampilan gerak, pertama kali yang harus dilakukan adalah memberikan informasi untuk menanamkan konsep-konsep tentang apa yang akan dipelajari oleh siswa dengan benar dan baik. Setelah siswa memperoleh informasi tentang apa, mengapa, dan bagaimana cara melakukan aktifitas gerak yang akan dipelajari, diharapkan di dalam benak siswa telah terbentuk motor-plan, yaitu keterampilan intelektual dalam merencanakan cara melakukan keterampilan gerak. Apabila tahap kognitif ini tidak mendapatkan perhatian oleh guru dalam proses belajar gerak, maka sulit bagi guru untuk menghasilkan anak yang terampil mempraktikkan aktivitas gerak yang menjadi prasyarat tahap belajar berikutnya.

b). Tahap Asosiatif

Pada tahap ini pengembangan keterampilan dilakukan melalui adanya praktek secara teratur agar perubahan perilaku gerak menjadi permanen. Selama latihan harus adanya semangat dan umpan balik untuk mengetahui apa yang dilakukan itu benar atau salah. Pola gerakan sudah sampai pada taraf merangkaikan urutan-urutan gerakan yang didapatkan secara keseluruhan dan harus dilakukan secara berulang-ulang sehingga penguasaan terhadap gerakan semakin meningkat. Apabila siswa telah melakukan latihan keterampilan dengan benar dan baik, dan dilakukan secara berulang baik di sekolah maupun di luar sekolah, maka pada akhir tahap ini siswa diharapkan telah memiliki keterampilan yang memadai.

c). Tahap Otonom

Otonom merupakan tahap akhir dalam gerak keterampilan. Pada tahap ini anak mencapai tingkat penguasaan yang tinggi. Anak bisa melakukan rangkaian gerakan keterampilan secara otonom. (Rusli Lutan. 2010: 3).

Gerakan bisa dilakukan secara otonom artinya adalah bahwa anak mampu melakukan gerakan keterampilan tertentu walaupun pada saat bersamaan ia harus melakukan aktivitas lainnya. Misalnya pada pemain bola basket yang telah mahir, mampu menembakan bola secara efektif ke ring meskipun dalam keadaan yang sulit, misalnya karena dia dijaga ketat oleh lawan, yang menarik bagi kita ialah dalam melaksanakan tugas itu si pelaku tak seberapa banyak

menumpahkan perhatiannya kepada tugas yang sedang dikerjakannya. Selama kegiatan ini hanya sedikit perhatian kognitif yang di butuhkan agar pelaku dapat memusatkan perhatian pada faktor lingkungan yang mempengaruhi strategi dan penampilan.

2. Keterampilan gerak bisa dikalsifikasikan berdasarkan beberapa sudut pandang yaitu :

Klasifikasi Berdasarkan Kecermatan Gerak

a). Klasifikasi Berdasarkan Kecermatan Gerak

Berdasarkan kecermatannya, keterampilan gerak bisa dibedakan menjadi 2 macam, yaitu :

- 1). keterampilan gerak agal (gross motor skill)
- 2). keterampilan gerak halus (fine motor skill)

keterampilan gerak agal adalah keterampilan gerak yang melibatkan otot-otot besar sebagai otot-otot penggerak utama. Misalnya gerakan meloncat. Sedangkan keterampilan gerak halus adalah keterampilan gerak yang melibatkan otot-otot halus sebagian otot-otot penggerak utama. Misalnya keterampilan gerak menarik pelatuk senapan (Rusli Lutan. 2010:25).

b). Klasifikasi Berdasarkan Perbedaan Titik Awal dan Akhir

Dari sudut pandang bisa ditandai atau tidaknya pada bagian gerak mana merupakan awal dari gerakan dan pada bagian mana merupakan akhir dari gerakan.

Keterampilan gerak bisa diklarifikasikan menjadi 3 macam yaitu :

1). Keterampilan gerak diskret

Keterampilan gerak diskret adalah keterampilan gerak yang dengan mudah bisa ditandai awal dan akhir dari gerakan.

Contohnya adalah gerakan mengguling ke depan sekali dalam senam lantai.

2). Keterampilan gerak serial

Keterampilan gerak serial adalah keterampilan gerak diskret yang dilakukan berulang kali terus-menerus. Contohnya adalah gerakan mengguling kedepan berulang kali.

3). keterampilan gerak kontinyu

Keterampilan gerak kontinyu adalah keterampilan gerak yang tidak dengan mudah ditandai titik awal dan akhir gerakan.

Contohnya adalah gerakan bermain bulutangkis. Dalam bermain bulutangkis, pemain bergerak dalam berbagai macam pola gerak yang harus dilakukan terus-menerus sesuai dengan keadaan bola (Rusli Lutan. 2010:26).

c). Klasifikasi Berdasarkan Stabilitas Lingkungan

Berdasarkan stabilitas lingkungan, keterampilan gerak bisa dibedakan menjadi 2 macam, yaitu :

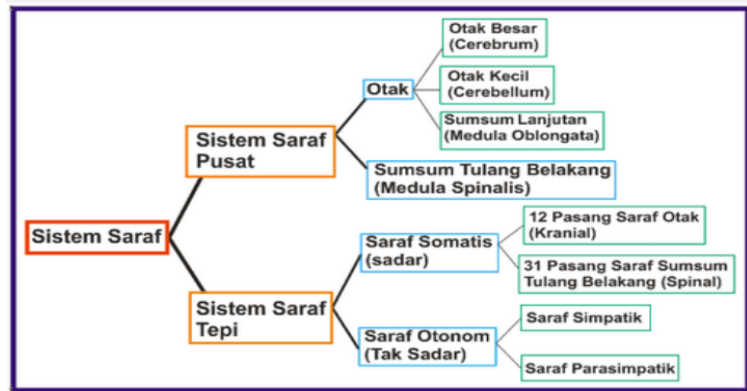
1). Keterampilan gerak tertutup

keterampilan gerak tertutup adalah keterampilan gerak yang dilakukan dalam kondisi lingkungan yang tidak berubah-ubah dan gerakannya dilakukan semata-mata karena stimulus dari dalam diri pelaku sendirian tanpa dipengaruhi oleh stimulus dari luar. Contohnya dalam gerakan senam lantai : disini pelaku memulai gerakan berdasarkan kemauannya sendiri gerakan ini tidak bias diduga karena gerak ini gerak tertutup. Demikian merasa sudah siap, ia mulai melakukannya.

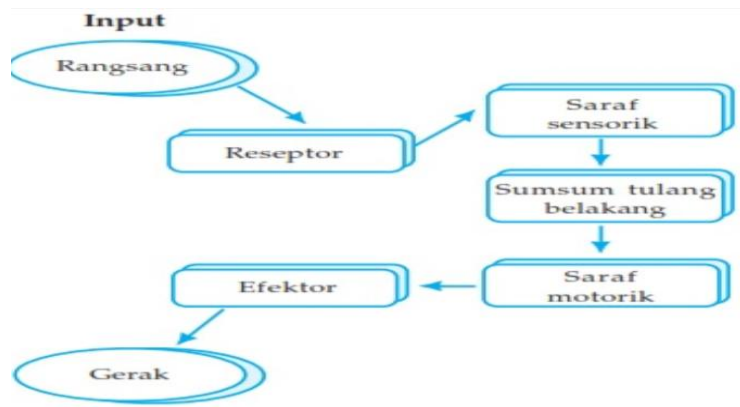
2). Keterampilan gerak terbuka

Keterampilan gerak terbuka adalah keterampilan gerak yang dilakukan dalam kondisi lingkungan yang berubah-ubah gerakannya. Contohnya dalam bermain sepakbola: pemain melakukan gerakannya selain karena kemauannya sendiri juga berdasarkan keadaan pergerakan bola teman dan lawan bermainnya. Kesemuanya merupakan stimulus yang harus diperhatikan dalam melakukan gerakan didalam gerak terbuka haruslah sering diasah dengan latihan-latihan reflek agar keterampilan gerak terbuka dapat dilakukan dengan baik dan benar (Rusli Lutan. 2010: 27).

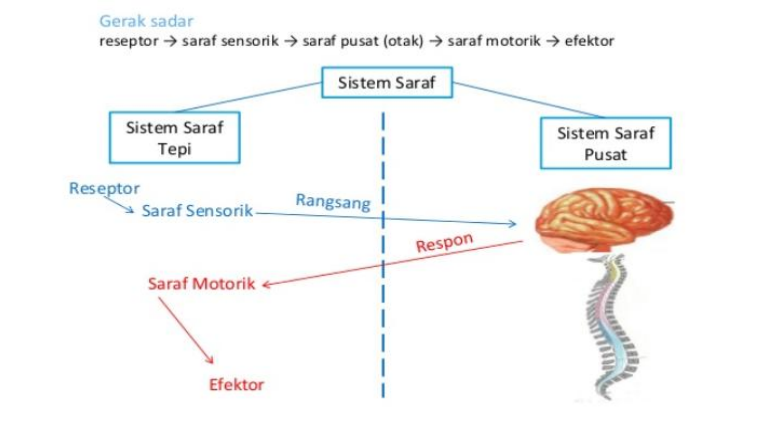
Gambar terjadinya stimulus gerak :



Gambar 3. gerak stimulus
(Sumber : Lukas Widyanto, 1992 : 51)



Gambar 4. gerak stimulus refleksi
(Sumber : Lukas Widyanto, 1992 : 51).



Gambar 5. gerak stimulus sadar
(Sumber : Lukas Widyanto, 1992 : 52)

D. Hakikat Permainan Bulutangkis

1. Play (Bermain)

Games merupakan bagian dari *play*, permainan yang sudah dibatasi oleh suatu peraturan yang dikembangkan untuk ditaati agar permainan tersebut bisa berjalan dengan aman dan adil. Permainan yang sudah dikondisikan dengan aturan yang resmi biasanya berbentuk kompetisi. Jadi semua *games* merupakan bentuk dari *play*, *games* memiliki semua karakteristik *play*.

2. Games (Permainan/Kompetitif)

Konsep *sport* di Indonesia sering diartikan sebagai olahraga prestasi yang dipertandingkan oleh lembaga yang resmi. *Sport* merupakan bagian dari *play* dan *games*. Perbedaannya terletak pada prasyarat tingkat kecakapan yang tinggi yang harus dimiliki para pelakunya yang artinya penyelenggaraan *sport* harus dilakukan secara resmi, baik ditinjau dari segi pelaku sarpras, alat, peraturan, maupun pelaksanaannya.

Perkembangan olahraga bulutangkis di Indonesia bahkan di dunia cukup menggembirakan dengan banyak di gemari olahraga bulutangkis di berbagai kalangan masyarakat, baik di kota-kota besar maupun di kota-kota kecil bahkan sampai plosok daerah. Permainan bulutangkis ialah salah satu permainan yang harus di tunjang oleh peralatan permainan. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Suherman sebagai berikut :

Bulutangkis adalah sebuah permainan yang setiap pemainnya memerlukan sebuah raket dan *shuttle-cock*. Raket ini digunakan untuk memukul

shuttle-cock melewati net yang tingginya ditetapkan oleh peraturan. Permainan ini dimulai dengan melakukan servis oleh pemain A yang diarahkan kepada lawannya pemain B. Kedua pemain ini harus berada pada bagian lapangan yang sudah ditentukan oleh peraturan permainan.

Subarjah (2007:30) mengemukakan bahwa “bulutangkis adalah olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket sebagai alat pukul, *shuttle-cock* sebagai obyek yang di pukul, dan berbagai keterampilan, mulai keterampilan dasar hingga keterampilan yang paling kompleks”.

Pengertian tentang permainan bulutangkis tersebut menghasilkan gambaran tentang bentuk olahraga bulutangkis. Hal ini tentunya sangat diperlukan agar masyarakat umum maupun pemain pada khususnya memperoleh suatu pengertian yang jelas tentang permainan bulutangkis.

Berdasarkan pengertian para pendapat di atas, penulis dapat menyimpulkan bahwa bulutangkis adalah sebuah permainan yang setiap pemainnya memerlukan sebuah raket dan *shuttle-cock*, raket sebagai alat pukul, *shuttle-cock* sebagai obyek yang di pukul, dan berbagai keterampilan, mulai keterampilan dasar hingga keterampilan yang paling kompleks.

E. *Smash* Sebagai Keterampilan Tingkat Tinggi Dalam Permainan Bulutangkis

Pukulan *smash* adalah pukulan yang cepat, diarahkan ke bawah dengan kuat, dan tajam, untuk mengembuskan bola pendek yang telah dipukul

keatas. Pukulan smash hanya dapat dilakukan dari posisi overhead. Bola dipukul dngan kuat,tapi anda harus mengatur tempo dan keseimbangan sebelum mencoba mempercepat kecepatan smash anda. Ciri yang paling penting dari pukulan *smash overhead* yang baik, sealindari kecepatan adalah sudut raket yang mengarah ke bawah. Bola dipukul di depan tubuh lebih jauh dari pukulan *clear* atau *drop*. Permukaan raket diarahkan untuk mengarahkan bola lebih ke bawah. Jika *smash* yang anda lakukan cukup tajam, pukulan tersebut mungkin tidak dapat dikembalikan.

Beberapa karakteristik dari *smash* juga menimbulkan masalah bagi pemain yang melakukan smash. Jika smash dikembalikan, anda hanya akan melihat sedikit waktu untuk kembali keposisi semula. *Smash overhead* memerlukan energi yang sangat banyak dan dapat melelahkan anda dengan cepat. Selain itu, semakin anda jauh dari net, semakin berkurang ketajaman smash anda. Dengan demikian, penting bagi anda untuk memilih waktu yang tepat untuk menggunakan smash dengan efektif.

Arti tinggi dari pukulan smash adalah pukulan ini hanya memberikan sedikit waktu pada lawan untuk bersiap-siap untuk mengembalikan setiap bola pendek yang telah mereka pukul ke atas. Pukulan *smash* digunakan secara ekstensif dalam partai ganda. *Sinematografi* gerakan yang berkecepatan tinggi telah memperlihatkan bahwa pukulan *smash overhead* kehilangan kira-kira du ape tiga dari kecepatan awalnya pada saat bola mencapai lawan pada sisi lapangan lainnya. Semakin tajam sudut yang anda buat, semakin sedikit waktu yang dimiliki lawan untuk bereaksi.

Selain itu, semakin akurat smash anda, semakin luas lapangan yang harus ditutupi oleh lawan anda (Tony Grice.1996: 85).

1. Jenis *Smash* Dengan Model Pembelajaran

Ada beberapa jenis pukulan smash yang dapat dilakukan. Sesuai dengan kemampuan atlet dan situasi dilapangan saat bermain, yaitu:

a. *Smash* Penuh (*Full Smash*)

Smash ini dilakukan dengan seluruh daun raket dan menggunakan kekuatan yang penuh. Seringkali pada pukulan ini bola menjadi teratur. *Smash* penuh, pada umumnya harus diarahkan ke sepanjang garis atau tertujuh penuh ke badan lawan. Oleh karena itu smash penuh dilakukan dengan sekuat tenaga, maka atlet yang melakukan smash akan tergoyang posisinya. Oleh karena itu, smash pukulan ini harus benar-benar dapat mematikan lawan (Icut Sugiarto.1963: 48).

b. *Smash* Potong

Smash ini kurang keras jika dibandingkan dengan smash penuh. Tetapi bola menjadi lebih tajam dan lebih terarah. Pada umumnya smash potong dilakukan secara menyilang sebagai smash silang (*cross smash*). Jika atlet melakukan *smash* lari dari lini belakang, maka lebih baik baginya melakukan *smash* potong dari pada smash penuh (Icut Sugiarto.1963: 49).

c. *Smash Seputar Kepala (Around The Head Smash)*

Pada saat tertentu lawan dapat mengembalikan *smash* dengan pukulan lob ke sisi kiri, atau mengembalikan *servis* kearah bagian kiri lapangan. Jika atlet terlambat di bawah bola dalam posisi yang baikia melakukan smash terhadap bola yang meluncur di dapan pundak kiri atau bahkan lebih ke kiri itu. Melakukan smash terhadap bola yang berposisi seperti inilah yang disebut *around the head smash* atau smash dengan lengan memutar mengitari kepala. *Smash* ini sangat memerlukan keterampilan gerak pergelangan tangan dan keseimbangan badan, untuk menjaga posisi agar tetap berdiri dengan tegak dan tidak sempoyongan (Icut Sugiarto.1963: 52).

d. *Smash Backhand*

Ialah memukul bola backhand yang sangat keras dan tajam, karena disertai seluruh tenaga yang ada. Tujuannya untuk menekan lawan sampai bola mati. Tidak setiap smash dilakukan dengan *forehand*. *Smash* dapat pula dilakukan dengan *backhand*, yaitu *smash* yang dilakukan dari sebelah kiri. *Smash backhand* mengutamakan keterampilan pergelangan tangan. Bola yang terlanjur melewati posisi atlet dapat dapat pula dipukul dengan smash ini. *Smash backhand* biasanya paling tepat untuk menyambar bola yang meluncur tanggung di dekat jarring, (H. Tumin Atmadi Usman.2010: 26)

e. *Smash Loncat (Jump smash)*

Dalam melakukan pukulan smash jenis apapun, baik itu smash penuh, potong maupun smash *backhand*. Semua dapat dilakukan dengan meloncat (*jumping*). Yang perlu diperhatikan dalam melakukan smash dengan loncatan, atlet harus benar-benar memperhatikan posisi diri sendiri serta posisi lawan. *Smash* dengan loncatan ini sangat membutuhkan tenaga besar. Tenaga, letak kaki, putaran badan, ayunan lengan, dan pergelangan yang kuat, serta jari-jari tangan, semua dilakukan secara bersamaan (Icut Sugiarto.1963: 55).

F. Modifikasi

Modifikasi alat pembelajaran yang merupakan suatu upaya seseorang untuk meningkatkan keterampilan. Pembelajaran yang dibuat menjadi sebuah model bertujuan untuk meningkatkan kemampuan agar tujuan dapat tercapai.

1. Pengertian modifikasi

(Bahagia dan Suherman. 2000: 1) Modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dan dapat memperlancar dalam pembelajaran. Perlunya modifikasi menurut Bahagia adalah untuk menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara

meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dan dapat memperlancar peserta didik dalam belajar.

(Rusli Lutan. 2010: 17) menjelaskan bahwa modifikasi adalah perubahan keadaan dapat berupa bentuk, isi, fungsi, cara penggunaan dan manfaat tanpa sepenuhnya menghilangkan aslinya.

2. Tujuan Modifikasi

Secara garis besar tujuan modifikasi adalah :

- a). untuk meningkatkan ketrampilan teknik smash bulutangkis,
- b). mendukung pertumbuhan dan perkembangan peserta didik,
- c). mendukung tercapainya tujuan pembelajaran yang efektif,

Menurut Samsudin (2008: 59) cara guru memodifikasi alat pembelajaran akan tercermin dari aktifitas pembelajaran yang diberikan guru dari mulai awal hingga akhir pembelajaran. Beberapa aspek analisa modifikasi ini tidak terlepas dari pengetahuan guru tentang : 1).Modifikasi tujuan pembelajaran, 2).Modifikasi materi Pembelajaran, 3).Modifikasi kondisi lingkungan, 4).Modifikasi dalam evaluasi pembelajaran.

Menurut Samsudin (2008: 58) modifikasi merupakan salah satu usaha para guru agar pembelajaran mencerminkan DAP (*Developmentally Appropriate Practice*) termasuk didalamnya *body scaling* atau penyesuaian dengan ukuran tubuh siswa yang sedang belajar. Esensi modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi

pembelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktifitas belajar yang potensial untuk memperlancar siswa dalam proses belajar.

3. Media

Dalam penelitian ini modifikasi alat yang peneliti gunakan di dalam permainan bulutangkis adalah dengan karet ban. Untuk meningkatkan keterampilan *smash* Bulutangkis pada siswa kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Prengsewu. Peneliti menggunakan alat modifikasi karet ban untuk meningkatkan efektifitas keterampilan gerak dasar *smash* dalam permainan bulutangkis melihat masih lemahnya kekuatan otot lengan para siswa.

Penggunaan alat-alat bantu di atas diharapkan dapat memotivasi anak melakukan tugas gerak yang diberikan. Menurut Rusli Lutan (2010: 10) pembelajaran Pendidikan Jasmani dikatakan berhasil apabila:

- a). Jumlah waktu aktif berlatih (JWAB) atau waktu melaksanakan tugas gerak.
- b). Waktu untuk menunggu giliran relatif sedikit, sehingga siswa aktif.
- c). Proses pembelajaran melibatkan partisipasi semua kelas.
- d). Guru penjas kesrek terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

Alat Bantu adalah alat yang digunakan pendidik dalam menyampaikan pendidikan. Alat peraga penting karena dengan adanya alat peraga ini maka dengan mudah dipahami oleh siswa. Alat tersebut berguna agar bahan pelajaran yang disampaikan oleh guru lebih mudah dipahami peserta didik. Dalam proses belajar mengajar alat peraga dipergunakan

dengan tujuan membantu guru agar proses pembelajaran lebih efektif dan efisien. Menurut Asosiasi Pendidikan Nasional (NEA) dalam Nirvan Diana (1992: 2) bahwa media merupakan alat bantu yang diperlukan oleh guru dan siswa agar dapat memperjelas materi dan dapat lebih mengefektifkan proses belajar mengajar.

Menurut peneliti alat peraga merupakan suatu alat bantu yang dipakai oleh guru pada saat mempergunakan pelajaran agar dapat meningkatkan keterampilan pesertadidik. Jenis alat peraga dapat dibedakan menjadi dua jenis, yaitu alat peraga 2 dan 3 dimensi serta alat peraga yang diproyeksi.

Dari beberapa jenis alat peraga diatas penulis menggunakan alat peraga karet ban, untuk meningkatkan ketrampilan *Smash* dalam permainan bulutangkis.



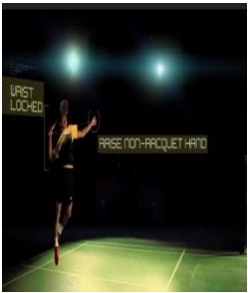
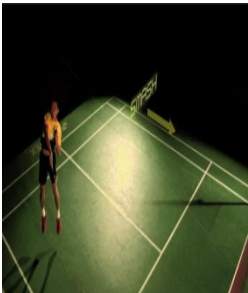
4. Alat

Dalam kamus besar Bahasa Indonesia pengertian dari alat adalah yang dipakai untuk mengerjakan sesuatu. Alat merupakan bagian dari fasilitas pendidikan yang digunakan untuk proses kegiatan belajar mengajar. Dengan alat pembelajaran guru dapat memberikan contoh secara langsung tentang materi tersebut agar mudah dipahami dan dimengerti oleh siswa.

Dari uraian tersebut dapat disimpulkan bahwa modifikasi alat pembelajaran merupakan upaya seorang guru untuk membuat alat

modifikasi pembelajaran dengan tujuan untuk meningkatkan pembelajaran, kemudian memperoleh hasil yang lebih baik dan dicapai dengan sebaik-baiknya.

G. Metode Pembelajaran *Jump Smash* Liem Swie King Menggunakan Karet Ban Dalam Bentuk Tabel

No	Foto Gambar	Manfaat	Cara Melakukannya	Formasi
1.		Agar saat akan melakukan gerakan aksi lebih maksimal	Testi bersiap dengan posisi seperti di gambar	Gerak awal
2.		Agar saat akan melakukan gerakan aksi lebih maksimal	Testi bersiap dengan posisi seperti di gambar	Gerak awal
3.		Saat ayunan diatas dengan memukul shuttlecock denganmaksimal	Testi melakukan jumping smash seperti di gambar	Gerak aksi
4.		Saat ayunan diatas dengan memukul shuttlecock dengan maksiml	Testi melakukan jumping smash seperti di gambar	Gerak aksi

5.		<p>Agar saat mendarat tepat pada titik tumpu dan melanjutkan gerakan selanjutnya.</p>	<p>Testi melakukan gerak akhir seperti digambar</p> <p>Testi berdiri tegak</p>	<p>Gerak akhir</p>
6.		<p>Memberikan kekuatan otot lengan.</p>	<p>membelakangi alat kaki kiri selangkah lebih maju dari kaki kanan.</p>	
7.		<p>Memperkuat teknik smash bulutangkis.</p>	<p>Testi memegang alat modifikasi dengan menggenggamnya.</p> <p>Tarik karet ban tersebut seperti gerakan smash.</p>	<p>Formasi gerakan dengan menarik karet ban dengan posisi saat melakukan smash.</p>

1. *Smash*

Pukulan smash adalah pukulan yang cepat, diarahkan ke bawah dengan kuat, dan tajam, untuk membalikan bola pendek yang telah dipukul ke atas (Tony Graice.1996: 85).

Smash adalah suatu teknik yang digunakan untuk mematikan lawan.

Pada suatu pertandingan pemain akan hanya mendapatkan angka apabila pemain memegang *servis*. Karena itulah dalam suatu

pertandingan sangat penting bagi pemain untuk melakukan *Smash*, paling tidak 90% dari *Smash* pemain dapat melewati net dengan baik. Ada beberapa jenis *Smash* dalam permainan Bulutangkis, yaitu *Smash* menukik dan *Smash* dari belakang pada saat melintasi net. Dari jenis *Smash* tersebut semuanya ada kelebihan dan ada kekurangan dari masing-masing jenis *Smash* tersebut.

2. Penelitian *Relevan PTK*

Penelitian yang relevan biasanya digunakan untuk mencari persamaan dan perbedaan antara penelitian orang lain dengan penelitian yang sedang kita buat atau membandingkan penelitian yang satunya dengan yang lainnya.

Beberapa penelitian tindakan kelas terdahulu yang relevan dengan penelitian ini sebagai berikut: Penelitian oleh Siska (2014) yang berjudul “Penerapan Pendekatan Konstruktivis Dengan Metode Guide Discovery Learning Pada Pembelajaran Matematika di Kelas VII SMPN 4 Padang panjang tahun ajaran 2013/2014”. Hasil penelitian menunjukkan hasil belajar matematika peserta didik dengan menggunakan pendekatan konstruktivis dengan metode Guide Discovery Learning lebih baik daripada hasil belajar matematika peserta didik yang tanpa menggunakan pendekatan konstruktivis dengan metode Guide Discovery Learning pada kelas VII SMP N 4 Padang panjang tahun pelajaran 2013/2014. Persamaan dari penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama-sama menerapkan model pembelajaran discovery learning pembelajaran matematika. Sedangkan

perbedaan dari penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini yaitu pada tingkat satuan pendidikan yang dikajai, pada kelas yang dikaji, tidak menggunakan media benda konkrit, kemudian metode yang digunakan menggunakan eksperimen. Penelitian oleh Asra, et al. (2014) dengan judul penelitian Implementation Model of Mlearning Based Discovery Learning on Teacher Education. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model struktural interpretatif dari jaringan kegiatan pembelajaran bergerak terintegrasi dengan kegiatan belajar penemuan. Relevansi penelitian ini 39 memiliki kesamaan penerapan metode discovery learning untuk meningkatkan kualitas pendidikan, sedangkan perbedaannya pada subyek yang diteliti.

Penelitian oleh Restuti (2013) yang berjudul “Penggunaan Media Benda Konkret dalam Peningkatan Pembelajaran Sifat-Sifat Cahaya pada Peserta didik Kelas V SDN 1 Kedungpuji tahun 2012/2013”. Hasil penelitian menunjukkan hasil belajar yang dicapai lebih tinggi. Hal ini dibuktikan dengan nilai rata-rata kelas pada siklus I mencapai 85. Pada siklus II nilai rata-rata kelas mencapai 81,25. Pada siklus III nilai rata-rata kelas mencapai 86. Ketuntasan belajar peserta didik dari siklus I sampai siklus III mencapai 87,5%. Persamaan dari penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan media benda konkrit. Kemudian metode yang digunakan menggunakan penelitian tindakan kelas. Sedangkan perbedaan dari penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini yaitu pada kelas yang dikaji, tidak menggunakan model discovery learning, pembelajaran IPA.

Penelitian oleh Supriyadi (2012) yang berjudul “Peningkatan Hasil Belajar Metode Discovery Pembelajaran IPA Kelas IV SDN 03 Sungai Ambawang Kubu Raya tahun 2012/2013”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil observasi diketahui pada siklus 1 sebagian besar kegiatan telah dilaksanakan oleh guru dalam kegiatan-kegiatan pembelajarannya yaitu sebesar 65% setelah siklus II seluruh pelaksanaan kegiatan pembelajaran telah dapat dilaksanakan oleh guru pada pembelajaran bentuk daun dan fungsinya dengan metode discovery learning dapat meningkat menjadi 100%. Berdasarkan data penelitian yang berasal dari hasil observasi diketahui bahwa sebagian besar hasil belajar peserta didik dalam pembelajaran bentuk daun dan fungsinya dengan metode discovery learning pada peserta didik kelas IV pada siklus I hanya mampu mencapai 65,55% dari aktivitas positif dan terjadi peningkatan setelah siklus II menjadi sebesar 75,55%. Penerapan metode discovery learning pada pembelajaran bentuk daun dan fungsinya pada peserta didik kelas IV di Sekolah Dasar Negeri 03 Sungai Ambawang diketahui sudah sangat efektif dan tepat hal ini ditunjukkan dari rata-rata nilai evaluasi belajar peserta didik pada siklus I adalah sebesar 78,72 dan terjadi peningkatan setelah adanya perbaikan pembelajaran pada siklus II menjadi 97,76. Persamaan dari penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini yaitu sama-sama menggunakan model discovery learning. Kemudian metode yang digunakan 40 menggunakan penelitian tindakan kelas. Sedangkan perbedaan dari

penelitian yang terdahulu dengan penelitian ini yaitu tidak ada media pembelajaran, pembelajaran yang diteliti mata pelajaran IPA.

Penelitian oleh Udo (2010) dengan judul penelitian *Effect of Guided Discovery, Student Centered Demonstration and the Expository Instructional Strategies on Students' Performance in Chemistry*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penemuan dipandu adalah yang paling efektif diikuti oleh *student centered demonstrasi*. Relevansi penelitian ini adanya kesamaan dalam penggunaan model *discovery learning* sedangkan perbedaannya pada materi pelajaran yang menjadi tujuan perubahan yaitu kimia.

Penelitian oleh Balm (2009) dengan judul penelitian *The Effects of Discovery Learning on Students' Success and Inquiry Learning Skills*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan dalam mendukung dari kelompok eksperimen dibanding kelompok kontrol mengenai rata-rata prestasi akademik, retensi belajar, dan persepsi inkuiri skor keterampilan, baik pada tingkat kognitif dan afektif. Relevansi penelitian penggunaan metode *discovery learning* dapat mempengaruhi prestasi akademik peserta didik. Penelitian oleh Hai-Jew (2008) dengan judul penelitian *Scaffolding Discovery Learning Space*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ruang belajar penemuan dapat dibuat dalam lingkungan pembelajaran online untuk mendorong pelajar diarahkan pelatihan dan pembelajaran *autodidaxy belajar* cenderung otonom. Relevansi dari penelitian ini menunjukkan bahwa

pembelajaran discovery learning dapat meningkatkan kemandirian peserta didik dalam pembelajaran.

Penelitian oleh Lavine (2005) dengan judul penelitian Guided Discovery Learning With Videotaped Case Presentatn in Neurobiology. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kasus klinis yang disajikan dengan cara dipandu pembelajaran penemuan berfungsi untuk fokus pada masalah nyata dan menambah relevansi dan motivasi untuk penguasaan informasi ilmu dasar terkait. Relevansi penelitian ini adalah penggunaan metode discovey learning untuk pengentasan kesulitan belajar, perbedaannya terletak pada media yang digunakan yaitu menggunakan video pembangunan.

Penelitian oleh Joolingen (1999) dengan judul penelitian Cognitive Tools for Discovery Learning. Hasil penelitian menunjukkan bahwa alat kognitif membentuk tambahan yang berharga untuk membuka pembelajaranlingkungan seperti lingkungan 41 belajar penemuan yang memungkinkan peserta didik untuk berkonsentrasi dalam memecahkan masalah. Relevansi dari penelitian ini penerapan discovery learning dalam pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan kognitif peserta didik. Dapat disimpulkan bahwa penerapan model discovery learning pada pembelajaran matematika materi bangun datar sederhana menggunakan media benda konkrit dapat meningkatkan minat dan hasil belajar peserta didik.

H. Kerangka Berpikir

Kemampuan gerak secara efisien adalah awal yang perlu dilakukan untuk penampilan yang terampil. Penampilan gerak dasar adalah hasil dari kerja otot yang sangat terkoordinasi untuk menghasilkan gerakan yang diharapkan. Keberhasilan dalam belajar teknik tergantung kekhususan unsur kondisi fisik yang dominan, yang merupakan peningkatan dari komponen-komponen fisik dasar seperti daya tahan, kekuatan, kelentukan, dan koordinasi yang baik.

Dalam melakukan gerak dasar smash dalam Bulutangkis di butuhkan kelentukan kekuatan otot lengan dan kelentukan persendian bahu. Maka dari itu dalam pembelajaran gerak dasar smash dalam Bulutangkis di gunakan modifikasi alat karet ban untuk memudahkan siswa meningkatkan keterampilan gerak dasar *smash* dalam Bulutangkis.

Perkembangan ilmu pendidikan dan teknologi menuntut guru agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah dan sekurang-kurangnya guru dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang meskipun sederhana dan bersahaja tetapi dapat membantu dalam pencapaian tujuan pengajaran yang diharapkan.

III. METODOLOGI PENELITIAN

A. Metode Penelitian

Menurut Arikunto (2010: 160) Metode adalah cara atau jalan yang digunakan peneliti untuk menyelesaikan suatu permasalahan di dalam suatu kegiatan penelitian. Dalam memecahkan masalah sangat diperlukan suatu cara atau metode, karena metode merupakan factor penting dalam menentukan keberhasilan dari suatu penelitian terhadap subjek yang akan diteliti. Dalam hal ini peneliti ingin menggunakan metode penelitian tindakan kelas (*Class room Action Research*). Tujuan penelitian tindakan kelas meliputi tiga hal, yaitu :

- 1). Peningkatan praktik.
- 2). Pengembangan profesional.
- 3). Peningkatan situasi tempat praktik berlangsung.

Penelitian tindakan adalah kajian tentang situasi social dengan maksud untuk meningkatkan kualitas tindakan melalui proses diagnosis, perencanaan, pelaksanaan, pemantauan, dan mempelajari pengaruh yang di timbulkannya. (Arikunto. 2002: 25).

Berdasarkan pendapat di atas calon peneliti dalam PTK (Penelitian Tindakan Kelas) bukan hanya yang merasakan hasil tindakan tetapi bila

perlakuan dilakukan pada responden maka responden dapat juga merasakan hasil perlakuan. Daur ulang dalam penelitian tindakan kelas diawali penerapan tindakan (*action*), observasi dan mengevaluasi proses dan hasil tindakan, melakukan refleksi dan seterusnya tercapai criteria keberhasilan.

Arikunto menuliskan beberapa cirri penting dalam pelaksanaan PTK, yaitu antara lain:

1. PTK merupakan penelitian yang dilakukan bersama secara aktif oleh guru dan siswa dalam suatu waktu tertentu.
2. PTK tidak boleh mengganggu tugas proses belajar guru dan pembelajaran siswa, jadi PTK berlangsung dalam situasi pembelajran secara wajar, tidak boleh mengubah jadwal dan menuntut peralatan yang berlebih-lebihan.
3. PTK tidak boleh terlalu banyak menghabiskan waktu, sehingga PTK sudah harus dirancang dan dipersiapkan dengan rinci dan matang.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan bulutangkis SD Negeri 2 Tulung Agung.

2. Waktu Penelitian

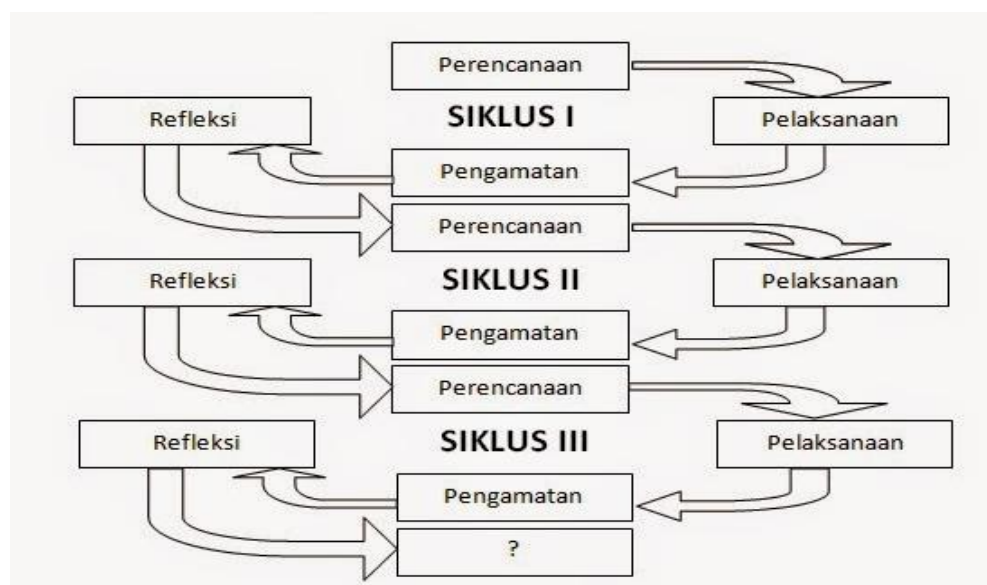
Lama waktu penelitian yang di lakukan dalam penelitian satu bulan dan terdapat 3 siklus, satu siklusnya dilaksanakan 7 hari.

C. Subjek Penelitian

Subjek penelitian ini adalah siswa kelas V di SD Negeri 2 Tulung Agung. Siswa kelas V berjumlah 30 anak, yang terdiri dari 19 siswa laki-laki dan 11 siswi perempuan.

D. Rancangan PTK

Pada penelitian ini penulis melaksanakan penelitian sampai tiga siklus (sembilan kali pertemuan) kemudian diantara setiap siklusnya direncanakan kegiatan tindakan yang berbeda pada setiap siklusnya, akan tetapi setiap siklus saling berkaitan, setiap proses penelitian merupakan tindakan lanjutan dari siklus penelitian sebelumnya.



Gambar 6. Spiral Penelitian Tindakan Kelas.
(Arikunto, 2010 : 16)

Keterangan gambar di atas :

1. Perencanaan

Dalam tahap ini peneliti menjelaskan tentang apa, mengapa, kapan, dimana, oleh siapa dan bagaimana tindakan tersebut dilakukan.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan merupakan implementasi atau penerapan isi rancangan, yaitu mengenakan tindakan di kelas.

3. Observasi

Observasi adalah kegiatan pengamatan yang dilakukan oleh pengamat oleh suatu tindakan.

4. Refleksi

Refleksi adalah kegiatan untuk mengemukakan kembali apa yang sudah dilakukan. Tujuan dari *refleksi* adalah memperbaiki suatu tindakan yang sudah dilaksanakan apabila tidak sesuai dengan tujuan yang diinginkan atau tindakan sesuai rencana guna menentukan rencana yang akan dilaksanakan berikutnya.

Rencana Tindakan

1. Siklus I

Perencanaan :

1. Menyiapkan alat-alat yang berkaitan untuk modifikasi karet ban.
2. Menentukan panjang dan tebalnya karet ban.
3. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran siklus pertama

Tindakan :

1. Langkah-langkah yang dilakukan pada tingkatan siklus pertama adalah pengenalan alat yang digunakan dalam modifikasi tehnik pembelajaran *smash* bulutangkis.

2. Memberikan penjelasan, tentang pengenalan alat yang digunakan pada siklus pertama
3. Memberikan latihan *smash* bergantian dengan menggunakan 3 media karet ban.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan, dalam analisis nantinya akan dilakukan pengelompokan jenis-jenis kesalahan untuk menjadi bahan pertimbangan dalam pemberian pembelajaran remedial, terutama pada sejumlah murid yang memang masih mengalami kesulitan pada siklus satu. (Sumarno, 1996 : 10).

Refleksi :

1. Hasil observasi disimpulkan dan di diskusikan.
2. Mendiskusikan tindakan untuk siklus kedua setelah menggunakan alat modifikasi lalu dilihat perubahan *smash* dengan raket.

Implikasi :

Sebagai implikasi dari kekurangan yang nampak pada siswa yang terdapat pada siklus pertama, maka menjadi bahan untuk mengetahui tahapan pada siklus kedua.

2. Siklus II

Perencanaan :

1. Menyiapkan alat-alat yang berkaitan untuk proses pembelajaran, yaitu

modifikasi karet ban.

2. Menentukan panjang dan tebalnya karet ban.
3. Menyiapkan siswa untuk mengikuti proses pembelajaran siklus kedua.

Tindakan :

Langkah-langkah yang dilakukan pada tingkatan siklus kedua adalah :

1. Pengenalan media karet ban yang digunakan dalam tehnik pembelajaran *smash* loncat permainan bulutangkis.
2. Memberikan penjelasan, tentang pengenalan alat yang digunakan pada siklus kedua.
3. Memberikan latihan *smash* bergantian dengan menggunakan 6 media karet ban.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan, dalam analisis nantinya akan dilakukan pengelompokan jenis-jenis kesalahan untuk menjadi bahan pertimbangan dalam pemberian pembelajaran remedial, terutama pada sejumlah murid yang memang masih mengalami kesulitan pada siklusdua. (Sumarno, 1996 : 10).

Refleksi :

1. Hasil obsevasi disimpulkan dan di diskusikan
2. Kesimpulan dari hasil pembelajaran gerak dasar *smash* bulutangkis, berapa persen tingkat keberhasilan yang telah dicapai oleh siswa.

3. Siklus III

Perencanaan

1. Menyiapkan scenario pemebelajaran yang berisi tentang kegiatan kegiatan yang dilakukan meuputi kegiatan pendahuluan, inti, penutup.
2. Menyiapkan peralatan *Smash* seperti raket, karet ban.
3. Menyiapkanalat bantu yang akan di gunakan pada siklus pertama, yaitu menggunakan alat bantu karet ban.
4. Menyiapkan alat untuk dokumentasi (kamera).
5. Menyiapkan sisiwa untuk mengikuti pembelajaran siklus ketiga.

Tindakan

1. Persiapan.
2. Kemudian siswa diberikan penjelasan tentang bentuk pembelajaran yang akan dilakukan pada siklus ketiga, yaitu posisi sikap awalan, plaksanaan, dan sikap akhir
3. Sebelumnya siswa diberikan contoh gerak melakukan *smash* yang benar, dari mulai sikap awalan, pelaksanaan, dan sikap akhir dengan menggunakan 12 karet ban.

Observasi :

Setelah tindakan dilakukan pengamatan, mengkoreksi dan mengevaluasi dari hasil siklus ketiga.

Refleksi :

Kesimpulan dari hasil pembelajaran penjaskes badminton pada teknik *smash loncat* didiskusikan berapa persen peningkatan yang dicapai siklusnya. Masing-masing siklus dilakukan tiga kali pertemuan dengan

menggunakan alat bantu karet ban. Disetiap siklus diberikan penjelasan dan contoh melakukan gerakan *smash* loncat yang benar, lalu siswa melakukan gerakan yang dicontohkan, di akhir pertemuan pada setiap siklus dievaluasi bersama para siswa dan guru penjas, dan diakhiri pertemuan pada setiap siklus, siswa dites menggunakan instrument penilaian *smash* yang telah dipersiapkan, lalu data tersebut dihitung dan di analisis.

E. Instrument Penelitian

Instrumen penelitian adalah alat yang digunakan untuk mengukur pelaksanaan PTK (penelitian tindakan kelas) disetiap siklusnya. Menurut *Freir and Cuning ham* dalam Muhajir (1997; 58) Menyataka “Alat untuk ukur *instrument* dalam PTK dikatan valid bila tindakan itu memegang aplikatif dan dapat berfungsi untuk memecahkan masalah yang dihadapi”.

Alat ukur itu berupa *indicator-indikator* dari penilaian keterampilan gerak dasar *Smash* dalam Bulutangkis, bentuk *indicator* adalah :

- a. Tahap persiapan.
- b. Tahap gerak atas tahap pelaksanaan .
- c. Akhir gerak, (H. Saron, 2005: 13)

F. Teknik Analisis Data

Setelah data dikumpulkan melalui tindakan disetiap siklusnya, selanjutnya data dianalisis melalui tabulasi, persentase dan normative.

Teknik penilaian dalam proses pembelajaran menggunakan penilaian kuantitatif untuk melihat kualitas hasil tindakan di setiap siklus menggunakan rumus sebagai berikut :

$$P = \frac{f}{N} \times 100\% \text{ (Subagio dalam surisman 2007: 56)}$$

Keterangan :

P : Presentase keberhasilan

f : Jumlah yang melakukan benar

N : Jumlah siswa yang mengikutites

Penghitungan Efektivitas, menggunakan rumus sebagai berikut :

$$E = \frac{\bar{X}_n - \bar{X}_i}{\bar{X}_i} \times 100\% \text{ (Goodwin dan Coates dalam}$$

surisman,1997)

Keterangan :

E : Efektivitas tindakan yang dilakukan

Xn : Rerata nilai akhir

Xi : Rerata tes awal

Bilhasil perhitungan meningkat 50% keatas maka tindakan yang dilakukan dinyatakan efektif.

Siswa yang dikatakan tuntas apabila :

1. Ketentuan belajar telah mencapai nilai ≥ 75 atau persentase 75 % secara perorangan (KKM SD Negeri 2 Tulung Agung).

2. Ketuntasan belajar klasikal di capai bila kelas tersebut telah terdapat 85% siswa yang telah mendapat nilai ≥ 75

Dalam penelitian ini dikatakan terjadinya peningkatan hasil belajar siswa, jika jumlah siswa yang tuntas belajar pada siklus pertama lebih sedikit dari pada sesudah siklus kedua dari jumlah siswa yang tuntas belajar pada tindakan siklus dan seterusnya, atau setiap pergantian siklus terjadi persentase peningkatan hasil belajar siswa.

V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data, Upaya Meningkatkan *Smash* Loncat Permainan Bulutangkis Menggunakan Media Karet Ban Pada Siswa Kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa:

1. Dengan menggunakan media pembelajaran berupa karet ban untuk meningkatkan keterampilan *smash* loncat permainan bulutangkis dapat meningkatkan hasil belajar *smash* loncat permainan bulutangkis pada siswa kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Memiliki Peningkatan pembelajaran siklus I Sebesar 50%.
2. Pada Siklus II Memiliki Peningkatan Sebesar 75%.
3. Pada Siklus III Memiliki Peningkatan Sebesar 92,67%.
4. Maka melihat peningkatan dari siklus I, II, dan III dapat disimpulkan pembelajaran menggunakan media karet ban dapat meningkatkan keterampilan *smash* loncat permainan bulutangkis pada kelas V SD Negeri 2 Tulung Agung Kecamatan Gading Rejo Kabupaten Pringsewu Tahun Ajaran 2018/2019 dapat dijadikan sebagai model pembelajaran di sekolah.

B. Saran

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan, terdapat beberapa saran yang ingin peneliti sampaikan, adapun saran diberikan peneliti adalah sebagai berikut:

1. Guru olahraga hendaknya menggunakan model pembelajaran bulutangkis.
2. Pelatih digunakan untuk melatih Club/PB dengan menggunakan berbagai macam media pembelajaran bulutangkis untuk lebih meningkatkan *smash* loncat permainan bulutangkis.
3. UPT untuk dijadikan referensi kurikulum 13 untuk meningkatkan pembelajaran PJOK.
4. Peneliti agar masa yang akan datang mengembangkan model pembelajaran karet ban agar peneliti yang akan datang menjadikan aspek kognitif sebagai variable terikat bersamaan dengan pembelajaran *smash* bulutangkis.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Praktik*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Atmadi Usman, Tumin. 2010. *Kejar Bulutangkis*. PT Rineka Cipta, Jakarta.
- Roji. 2017. *Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan*. Erlangga, Jakarta.
- Depdiknas. 2006. *Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan*. Depdiknas, Jakarta.
- Djarum Coaching Clinic. 2015. *Latihan Dasar Bulutangkis*. PT Raja Grafindo, Jakarta.
- Grice Tony. 1999. *Langkah-Langkah Menuju Sukses*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Hidayat, Yusuf dan Alit, Rahmat. 2004. *Permainan Bulutangkis Bandung*. FPOK UPI, Bandung.
- Kamiso. 1998. *Piramida Pembinaan*. PT Raja Grafindo Persada, Jakarta.
- Kamus Bahasa Pusat. 2005. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Balai Pustaka, Jakarta.
- Kurikulum 2013. *Permainan Bulutangkis*. Pusat Kurikulum dan Pembukaan, Jakarta.
- Kurikulum 2013. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Pusat Kurikulum dan Pembukaan, Jakarta
- Lutan, Rusli. 2015. *Materi Pokok Belajar Motorik*. Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- PB PBSI. 2003. *Menuju Prestasi Dunia*. Menteri Pendidikan Pemuda Dan Olahraga, Jakarta.
- Republik Indonesia. *Undang-undang tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. UU No. 3 Tahun 2005.
- Subarjah, Herman. 2001. *Pendekatan Keterampilan Taktis Dalam Pembelajaran*,

- Bulutangkis. Konsep dan Metode.* Dirjen Olahraga, Jakarta.
- Sugiarto, Icu. 2002. *Total Badminton.* Setyaki Eka Anugrah, Jakarta.
- Surisman. 2007. *Statistika Dasar.* Universitas Lampung, Bandar Lampung.
- Tarigan, Herman. 2019. *Belajar Gerak dan Aktivitas Ritmik Anak-Anak.* Penerbit Hamim Grup, Metro Lampung.
- Tohar. 1999. *Olahraga Pilihan Bulutangkis.* IKIP Semarang, Semarang.
- Sudjana. 2002. *Metode Statistika.* PT. Remaja Rosdikarya, Bandung.
- Tarigan, Herman. 2011. Efektifitas Model Pembelajaran Smash Bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Progresif.* 1 : 101-116.