

Pengaruh Metode Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Servis Panjang Bulutangkis Pada Atlet PB Macan Tunggal

Rachmi Marsheilla Aguss^{1*}, Reza Adhi Nugroho², Arifai³

^{abc}Pendidikan Olahraga, Fakultas Sastra dan Ilmu Pendidikan, Universitas Teknokrat Indonesia

¹rachmi.ma@teknokrat.ac.id, ²reza.adhi.nugroho@teknokrat.ac.id, ³arifai@teknokrat.ac.id

*corresponding author

ARTICLE INFO

Article history

Received 2023-03-02
Revised 2023-05-09
Accepted 2023-08-16

Keywords

Drill Method,
Skill,
Long Service.

ABSTRACT

This study aims to determine the effect of the drill method in improving the badminton long serve skills of PB Macan Tunggal club members. The method used in this study is an experimental method with a one group pretest and posttest design. The subjects used in this study were 30 members of the PB Macan Tunggal club. Sampling used Total Sampling and Ordinal Pairing by grouping the samples into two groups. The first group was the experimental group which was given treatment, while the control group was not given any treatment. The implementation phase of this study provided an initial test to find out the initial data from each sample using the badminton long serve measurement test. Furthermore, treatment was given using a drill with a net target and a field target drill which was carried out for 14 meetings and finally given a final exam to find out the final sample data. The experimental group's frequency distribution data includes an average initial test of 20.47, a final test of 34.93, a minimum initial test, a final test of 17, a maximum of 21 initial tests, a posttest of 25, a final test of 45 Std. The initial test deviation is 2.416, the final test is 7.245. The frequency distribution data for the control group includes an average initial test of 37.73, a posttest of 64.47, a minimum initial test of 26, a final test, a maximum pretest of 55, a final test of 80 Std. The deviation from the initial test is 8,787 to the final test is 10,769. By meeting the requirements of the homogeneity test and normality test, data analysis employed the t test. The results of the t-test in the experimental group obtained a significance value of $0.00 < 0.05$. Then the results of the t-test in the control group obtained a significance value of $0.00 < 0.05$. So it was concluded that there was an effect of increasing the long service badminton service on members of the single tiger PB club.

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



Abstrak

Kata kunci

Metode Drill,
Keterampilan,
Servis Panjang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode drill dalam meningkatkan keterampilan servis panjang bulutangkis anggota klub PB Macan Tunggal. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan desain one group pretest and posttest design. Subyek yang digunakan dalam penelitian ini adalah anggota klub PB Macan Tunggal yang berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel menggunakan Total Sampling dan melakukan Ordinal Pairing dengan mengelompokkan sampel menjadi dua kelompok. Kelompok pertama adalah kelompok eksperimen yang diberi perlakuan, sedangkan kelompok kontrol tidak diberi perlakuan apapun. Tahap pelaksanaan penelitian ini memberikan tes awal untuk mengetahui data awal dari masing-masing sampel dengan menggunakan tes pengukuran servis panjang bulutangkis. Selanjutnya diberikan perlakuan dengan menggunakan bor dengan sasaran jaring dan bor sasaran lapangan yang dilaksanakan selama 14 kali pertemuan dan terakhir diberikan ujian akhir untuk mengetahui data sampel akhir. Data distribusi frekuensi kelompok eksperimen meliputi rata-rata tes awal 20,47, tes akhir 34,93, tes awal minimal, tes akhir 17, tes awal maksimal 21, tes akhir 25, tes akhir 45 Std. Deviasi tes awal 2.416, tes akhir 7.245. Data distribusi frekuensi kelompok kontrol meliputi rata-rata tes awal 37,73, tes akhir 64,47, tes awal minimal 26, tes akhir, pretes maksimal 55, tes akhir 80 Std. Deviasi dari tes awal 8.787 untuk tes akhir adalah 10.769. Analisis data menggunakan uji t dengan memenuhi persyaratan uji normalitas dan uji homogenitas. Hasil uji-t pada kelompok eksperimen diperoleh nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Kemudian hasil uji-t pada kelompok kontrol diperoleh nilai signifikansi $0,00 < 0,05$. Sehingga disimpulkan bahwa ada

pengaruh peningkatan service long service bulutangkis pada anggota klub PB macan tunggal.

Artikel ini open akses sesuai dengan liseni [CC-BY-SA](#)



PENDAHULUAN

Bulutangkis merupakan olahraga tunggal yang paling digemari masyarakat, dinikmati oleh segala usia mulai dari anak-anak hingga lansia. Hanya dua orang yang memainkan permainan olahraga ini. Meski melihat permainan Bulu Tangkis terbilang sederhana, olahraga itu sendiri tetap membutuhkan banyak latihan dan kerja keras agar benar-benar sukses. Ada aturan yang harus dipahami jika seseorang ingin mengikuti bentuk olahraga ini dari sebelumnya. Di masa pandemi ini, bulu tangkis mungkin sudah menjadi hal yang biasa bagi warga dalam beraktivitas sehari-hari, termasuk yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan mencegah penyakit TBC. Bulutangkis sering dimainkan oleh masyarakat umum karena jenis olahraga ini dapat meminimalkan kontak jangka panjang dan dimainkan di tempat yang ramai.

Bulutangkis adalah olahraga yang sangat populer dari masa lalu. Bulutangkis sendiri sudah ada sejak 2000 tahun yang lalu dimana olahraga ini dimainkan dengan menggunakan alat sebagai pemukul. Permainan ini dikembangkan di China, Mesir kuno, dan India pada saat itu hanya menggunakan kaki sebelum adanya alat seperti kelelawar. Untuk menjaga agar *shuttle cock* tetap di udara maka olahraga ini dimainkan dengan menggunakan dayung/tongkat (Yuliawan, 2017).

Bulutangkis merupakan permainan yang membutuhkan kemampuan fisik, teknik, taktik, dan strategi bertanding yang baik serta persiapan mental yang matang (Yuliawan & Sugiyanto, 2014; Putra, G. I., & Sugiyanto, F. X, 2016). Pernyataan tersebut menggambarkan bahwa untuk dapat memainkan olahraga ini, seseorang harus dapat menguasai semua teknik agar dapat bermain dengan baik. Sugiyanto dalam (Kusuma 2018) mengatakan metode *Drill* memerintahkan atlet melakukan langkah-langkah dengan benar dan dilakukan secara berulang-ulang. Sederhananya, latihan yang dilakukan harus sesuai dengan langkah-langkah yang telah diinstruksikan agar keterampilan teknik dapat dikuasai secara optimal.

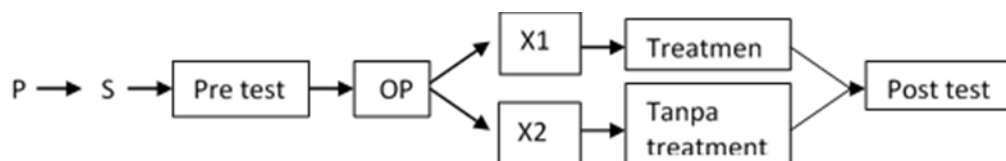
Alasan rasional penggunaan metode *drill* karena kemampuan atlet kembali optimal saat melakukan repetisi servis panjang. Pada akhirnya upaya untuk dapat memecahkan suatu masalah adalah dengan mengidentifikasi masalah kemudian memperhatikan cara yang tepat untuk memperoleh manfaat yang maksimal dan agar atlet dapat menguasai suatu teknik dengan baik (Riza Irwansyah, 2012). Penelitian yang dilakukan oleh tim Guntur, irfab zinat achmad, aria kusuma yuda, dan deden akbar izzudin berjudul "Pengaruh Metode *Drill* Terhadap Keterampilan Servis Panjang Bulutangkis Peserta Ekstrakurikuler di Sman 1 Rengasdengklok". Hasil dari penelitian ini adalah hasil keterampilan servis lama setelah dilakukan metode *Drill*.

Ada berbagai jenis pukulan yang harus dilakukan oleh seorang pemain tunggal dalam permainan bulutangkis. Kemampuan pemain ditentukan oleh penguasaan teknik yang baik dalam permainan bulutangkis. Oleh karena itu, penguasaan teknik dasar mutlak diperlukan agar potensi atlet yang maksimal dapat terwujud. Setiap pemain bulutangkis harus meningkatkan motivasinya dengan menguasai berbagai macam teknik curing. Jenis pukulan dalam permainan bulutangkis ada bermacam-macam, diantaranya adalah servis. Selain itu, teknik bermain Bulutangkis yang paling ampuh adalah servis. Namun, servis dapat dibagi menjadi dua jenis yaitu servis panjang dan servis pendek. Keduanya melayani adalah satu-satunya teknik penerangan terpenting untuk bulutangkis, dan sering digunakan dalam pola teknik bertahan dan menyerang.

Pukulan servis merupakan pukulan utama yang dimulai dalam permainan bulutangkis (Seth, 2016). PBSI (2013) menambahkan bahwa servis merupakan upaya awal untuk memenangkan pertandingan bulutangkis. Pernyataan ini memberikan pemahaman bahwa untuk dapat memulai permainan harus dapat melakukan servis. Penelitian ini akan difokuskan pada peningkatan keterampilan servis panjang bulutangkis anggota klub PB Macan Tunggal.

METODE

Metodologi yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dengan pendekatan eksperimen dengan rancangan penelitian “one group pretest and posttest design” dengan mengambil data awal sebelum diberikan perlakuan dan pengambilan data akhir setelah diberikan perlakuan. Berikut adalah flowchart dalam penelitian ini.



Hasil uji rangking di awal tes digunakan untuk menentukan komposisi tim eksperimen dan kontrol. Berikut cara membagi kelompok menggunakan metode *ordinal pairing*.

Instrumen yang digunakan yaitu tes servis panjang yang bertujuan untuk mengukur ketepatan memukul *shuttle cock* ke arah sasaran yang telah ditentukan dengan pukulan tinggi. Dalam pelaksanaan dilakukan sebanyak 20 kali servis dengan *shuttle cock* melewati atas tali. Servis dianggap tidak sah jika tidak melewati tali pita serta jatuh ke area servis.

Tebel. Nilai Tes Keterampilan Bulutangkis

SKOR TES	KLASIFIKASI
933,82 - ke atas	Sempurna

824,27 - 933,81	Sangat Baik
714,72 – 829,26	Baik
605,17 – 714,71	Cukup
495,62 – 604,16	Sedang
386,07 – 495,61	Kurang
276,52 – 386,06	Buruk
166,97 – 276,51	Sangat Buruk
57,42 – 166,92	Tidak Ada Skill

Sumber : Adopsi dari Fenanlampir & Faruq (2015)

Lapangan Tes Servis Panjang

					1	2	3	4	5
	X								

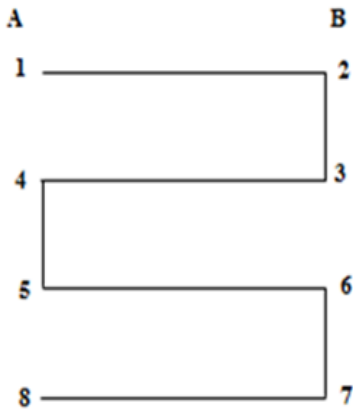
Sumber : Adopsi dari Fenanlampir & Faruq (2015)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Proses penelitian dilakukan selama 16 kali pertemuan dengan 3 tahapan penelitian. Pada pertemuan pertama dilakukan pretest yang bertujuan untuk mengetahui data awal dari masing-masing sampel dan mengklasifikasikan sampel data menjadi 2 kelompok. kelompok pertama adalah kelompok eksperimen yang datanya berupa angka dari rangking terendah sampai sedang untuk tes keterampilan servis panjang bulutangkis.

Kelompok kedua adalah kelompok kontrol yang datanya berupa nilai tes akhir keterampilan

servis panjang bulu tangkis dari peringkat menengah ke atas.



Information :

A = experimental group

B = control group

1,2,3 = Rank (initial test result)

OP = Ordinal Pairing

Variabel penelitian dalam penelitian ini adalah variabel bebas (x) metode *drill* dan variabel terikat (y) keterampilan servis panjang bulutangkis. Subjek yang digunakan dalam penelitian ini adalah anggota klub tunggal PB macan dan objek yang diteliti adalah servis panjang bulutangkis. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling dimana sampel yang digunakan adalah seluruh anggota yang aktif mengikuti latihan. Analisis data menggunakan Uji T dan

dihitung dengan *SPSS 26*.

Tabel 1. Data distribusi frekuensi hasil pre-test dan post-test kelompok eksperimen

Statistik	Pretest	Post-test
N	15	15
Rata-rata	20,47	34,93
Minimum	17	21
Maximum	25	45
Std Deviasi	2,416	7,245

Tabel 2. Data distribusi frekuensi hasil pre-test dan post-test kelompok kontrol.

Statistik	Pre Test	Post-test
N	15	15
Rata-rata	37,73	64,47
Minimum	26	45
Maximum	55	80
Std Deviasi	8,787	10,769

Setelah dilakukan pengolahan data, rata-rata pre-test kelompok eksperimen adalah 20,47 dan post-test adalah 34,93. Kemudian standar deviasi pre-test adalah 2,416 dan post-test adalah 7,245.

Dasar pengambilan keputusan uji normalitas *Shapiro Wilk* dengan *SPSS Versi 26* Dari data diatas dapat disimpulkan nilai signifikansi $> 0,05$ yang berarti data berdistribusi normal. data hasil uji normalitas disajikan dalam bentuk tabel berikut.

Tabel 3. Uji normalitas kelompok eksperimen

Variabel	Sig.	Information
Pretest	.224	Normal
Posttest	.473	Normal

Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat signifikansi $> 0,05$ menunjukkan bahwa data

tersebut berdistribusi normal.

Tabel 4. Uji normalitas kelompok control

Variabel	Sig.	Information
Pretest	.585	Normal
Posttest	.681	Normal

Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa tingkat signifikansi $> 0,05$ menunjukkan bahwa data tersebut berdistribusi normal. Selanjutnya peneliti melakukan uji homogenitas.

Dalam melakukan uji homogenitas, peneliti dibantu dengan menggunakan aplikasi SPSS versi 26. Dasar pengambilan keputusan dalam uji homogenitas adalah jika sebaran data memiliki nilai signifikansi $> 0,05$ maka sebaran datanya homogen. Sedangkan jika sebaran data nilai signifikansinya $< 0,05$ maka sebaran datanya tidak homogen. Untuk itu data Tabel berikut berisi hasil uji homogenitas.

Tabel 5. Uji homogenitas kelompok eksperimen

Variabel	Sig.	Information
Pretest	.140	Homogen
Posttest	.148	Homogen

Tabel 6. Uji T kelompok eksperimen

Variabel	Sig.	Information
Experimental Group	0,00 $< 0,05$	Normal

Setelah melihat data analisis di atas nilai signifikansi pada kelompok eksperimen dapat dilihat dari aturan pengambilan keputusan yaitu: H_0 : Tidak ada pengaruh peningkatan keterampilan atlet setelah latihan dengan menggunakan metode *Drill*. H_a : ada pengaruh peningkatan keterampilan atlet setelah latihan dengan menggunakan metode *Drill*. Sehingga nilai signifikansi $< 0,05$ maka metode *long service drill* yang dilakukan pada atlet PB Macan Tunggal berpengaruh signifikan. Namun skor yang diperoleh dari masing-masing sampel masih jauh dari kriteria baik.

Tabel 7. Uji T Kelompok Kontrol

Variabel	Sig.	Information
Control Group	0,00 $< 0,05$	Normal

Setelah melihat data analisis di atas nilai signifikansi pada kelompok eksperimen dapat dilihat dari aturan pengambilan keputusan yaitu: H_0 : Tidak ada pengaruh peningkatan keterampilan atlet setelah latihan dengan menggunakan metode *Drill*. H_a : ada pengaruh peningkatan keterampilan atlet

setelah latihan menggunakan metode Bor. Sehingga nilai signifikansi $< 0,05$ maka metode *long service drill* yang dilakukan pada atlet PB Macan Tunggal berpengaruh signifikan. Namun skor yang diperoleh dari masing-masing sampel masih jauh dari kriteria baik.

Dari data yang telah dikemukakan peneliti di atas, metode *drill* servis panjang bulutangkis yang diberikan, peneliti menemukan kendala yaitu skor hasil tes servis panjang atlet jauh lebih sedikit dari norma yang ditentukan. Dalam laporan penelitian ini. Hal ini terjadi karena keterbatasan waktu yang dimiliki peneliti dan atlet sehingga keterampilan yang diasah kurang maksimal dan terburu-buru.

Oleh karena itu, peneliti akan berusaha melaporkan penelitian ini kepada peneliti lain untuk dapat melakukan penelitian secara berkelanjutan agar dapat memberikan hasil yang signifikan dan efisien. Hal ini serupa dengan penelitian Guntur (2022), terdapat pengaruh metode latihan *drill* terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler di SMAN 1 Rengasdengklok, dan penelitian Artha (2021) menunjukkan bahwa adanya peningkatan smash pada keterampilan buktangkis dengan menggunakan metode *drill*.

Dilihat dari uraian di atas dan beberapa pengetahuan dari para ahli, maka penulis dapat merumuskan masalah dan melakukan penelitian sampai dengan tahap hasil. Dari penelitian ini, penulis memberikan sedikit gambaran bagi para pelatih khususnya bulutangkis untuk dapat mengembangkan dan menerapkannya pada atlet-atlet berbakat. Keterbatasan pada penelitian ini yaitu peneliti tidak dapat mengontrol apa yang dilakukan oleh sampel penelitian dan tidak dapat mengontrol waktu istirahat pada sampel.

KESIMPULAN

Dari penelitian ini, penulis memberikan sedikit gambaran bagi para pelatih khususnya bulutangkis untuk dapat mengembangkan dan menerapkannya pada atlet-atlet berbakat. Selain itu dengan hal tersebut dapat dijadikan landasan untuk lebih meningkatkan keterampilan teknik dasar permainan bulutangkis yaitu servis. Karena servis merupakan teknik yang paling dasar untuk dapat menentukan bagaimana ritme permainan dalam bermain bulutangkis. Jika seorang atlet melakukan servis dengan baik, maka ritme permainan dapat dikuasai dengan baik dan juga dapat mempermudah perolehan poin. Setelah diberikan perlakuan terdapat pengaruh yang signifikan terhadap hasil tes keterampilan servis panjang atlet PB Macan Tunggal. Efek yang dihasilkan pada kelompok eksperimen adalah $0,00 < 0,05$.

Untuk penelitian selanjutnya, jika melakukan penelitian yang sama, sebaiknya jumlah sampel yang diteliti diperbanyak, juga ditambah variabel lain untuk meningkatkan manfaat. Saran kepada pelatih agar lebih mengembangkan metode dalam melatih atlet untuk menguasai teknik-teknik dasar bulutangkis, sehingga kemampuan atlet lebih matang. Kepada para atlet, saran dari peneliti agar tetap semangat dalam mengikuti proses latihan. Kemudian terus asah kemampuan dengan sebaik-baiknya.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmadi, Abu & Narbuko, Cholid. (2018). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT Bumi Aksara.
- Adhi, Sugiharto, & Soenyoto. (2017). "Pengaruh Metode Latihan dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Power Otot Tungkai". *JPES : Journal of Physical Education and Sports*.
- Amni, Sulaiman, & Hernawan. (2019). "Model Latihan Keterampilan Groundstroke Pada Caban Olahraga Tenis Lapangan". *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*.
- Artha, I. K. A. (2021). Pengaruh Metode Drill Terhadap Hasil Smash Bulutangkis Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa SMP Negeri 4 Busungbiu. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 7(1), 46-55
- Bulutangkis, S., Sma, D. I., & Singkawang, N. (2018). Pengaruh Metode Drill Terhadap Hasil Belajar.
- Efendi Rustam. (2016). "Pengaruh Metode Latihan Practice Session, Test Session, dan Moti-vasi Berprestasi Terhadap Keterampilan Menendang Dalam Sepak Bola". *Jurnal Pendidikan Unsika*.
- Eka Gede, & Darmawan Budi. (2013). "Perbedaan Pengaruh Metode Latihan dan Kemampu-an Gerak (Motor Ability) Terhadap Peningkatan Keterampilan Menembak (Jump Shoot) Bola Basket".
- Fenanlampir, Albertus & Faruq, Muhammad Muhyi. (2015). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : ANDI.
- Guntur, G. (2020). Pengaruh metode drill terhadap keterampilan servis panjang permainan bulutangkis pada peserta ekstrakurikuler di sman 1 rengasdengklok. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 19(2), 157-162.

- H. Setiawati, V. Simanjuntak, A. A. (2014). Teknik Dasar, Pukulan Forehand Dan Back-hand Bulutangkis Pada Siswa Kelas Vii Di Smp. In *Jurnal Penelitian Dan Pembelajaran* (Vol.3, Issue 9, pp. 1-12).
- Hanafy, M. S. (2014). Konsep dan Pembelajaran. *Lentera Pendidikan*, 17(1), 66-79. http://103.55.216.55/index.php/lentera_pendidikan/article/viewFile/516/491.
- Jatmika, D., & Linda, L. (2017). Efektivitas Pelatihan Pengelolaan Kecemasan Terhadap Kecemasan Berkompetisi Pada Atlet Bulu Tangkis Remaja. *Psibernetika*, 9 (2). <https://doi.org/10.30813/psibernetika.v9i2.462>
- Kholison, F. Sugiyanto, S., Sutisyana, A., & Delfiyanto, D. (2018). Pengaruh Latihan Drill Terhadap Kemampuan Servis Backhand Bulutangkis Siswa Mts Tarbiyah Islami-yah Kecamatan Air Napal Bengkulu Utara. *Kinestetik*, 2(2) 186-191. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i2.8741>.
- Latar Idris Mohamad. (2015). “Meningkatkan Keterampilan Bola Voli Mahasiswa Penjas Dengan Metode Latihan”. *JPES : Journal of Physical Education, Health and Sports*.
- Narlan, Juniar, & Millah. (2017). “Pengembangan Instrumen Keterampilan Olahraga Futsal”. *JURNAL SILIWANGI*.
- Perdima Febry Elra. (2017). “Pengaruh Metode Latihan Sirkuit dan Metode Konvensional Terhadap Keterampilan Dasar Bola Basket”.
- Putra, G. I., & Sugiyanto, F. X. (2016). Pengembangan pembelajaran teknik dasar bulu tangkis berbasis multimedia pada atlet usia 11 dan 12 tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 175-185.
- Sutrisna, Asmawi, & Pelana. (2018). “Model Latihan Shooting Olahraga Pentaque Untuk Pemula”. *Jurnal Segar*.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R & d*. Bandung : ALFABETA.
- Tarju, & Wahidi Ribut. (2017). “Pengaruh Metode Terhadap Peningkatan Passing Dalam Permainan Sepak Bola”. *JUARA : Jurnal Olahraga*
- Wahyuni Nida. (2016). “Penggunaan Metode Drill Dalam Pembelajaran Matematika”.