



MODEL LATIHAN DROPSHOT PADA ANAK UMUR 8-11 TAHUN P.B SRIKANDI BANDAR LAMPUNG

Fitri Yolanda¹, Rizki Yuliandra²
Universitas Teknokrat Indonesia^{1,2}

fitriyolanda@gmail.com¹, Rizki.yuliandra@teknokrat.ac.id²

Received: 7 Juni 2021

Accepted : 28 Desember 2021

Publish : 31 Desember 2021

Abstarct

Badminton is a sport that belongs to the game sports group. In the badminton game there are several types of strokes that must be mastered by a badminton player, including services consisting of short service forehand, long service forehand, and short service forehand, lob, dropshot, smash, netting, backhand, forehand and drive. This study aims to determine the level of mastery of dropshot hitting skills, in addition to knowing the training model applied is feasible to be used and developed effectively, and can improve dropshot skills for children aged 8-11 years. This research uses experimental method research. The experimental method is a teaching method in which an experiment is carried out on something, observing the process and concluding the results of the experiment. The sample in this study were all children aged 8-11 years in PB. Srikandi, totaling 20 children. The data were obtained after determining the topic of the problem, samples, pre-test, treatment, post-test, and finally data processing. From the results of this study provide further interpretation of the results of data analysis that has been put forward. Based on the test, the results of the analysis concluded that (1) there was a significant effect on the initial test and the final test after the treatment was given to 30 dropshot practice models for children aged 8-11. (2) there is no difference in the final test results. in children aged 8-11 years, in boys and girls who were significant in the final results, the data distribution was declared homogeneous in the homogeneity test because it was >0.05 .

Keyword : Badminton, Effect of Dropshot Training Model

Abstrak

Bulutangkis adalah cabang olahraga yang termasuk kedalam kelompok olahraga permainan. Dalam permainan bulutangkis ada beberapa jenis-jenis pukulan yang harus dikuasai oleh seorang pemain bulutangkis antara lain servis yang terdiri dari *short service forehand*, *long servis forehand*, dan *short service forehand*, pukulan *lob*, *dropshot*, *smash*, *netting*, *backhand*, *forehand* dan *drive*. Pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan pukulan *dropshot*, selain itu untuk mengetahui model latihan yang di terapkan layak digunakan dan dikembangkan dengan efektif, dan dapat meningkatkan keterampilan pukulan *dropshot* untuk anak kelompok umur 8-11 tahun. Penelitian ini menggunakan penelitian metode eksperimen. Metode eksperimen adalah suatu metode mengajar yang dilakukan suatu percobaan tentang sesuatu hal, mengamati prosesnya dan menyimpulkan hasil dari percobaan. Sampel dalam penelitian ini semua anak kelompok umur 8-11 tahun di PB. Srikandi yang berjumlah 20 anak. Data didapatkan setelah menentukan topik masalah, sampel, pre tes, *treatment*, post test, dan terakhir olah data. Dari hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil-hasil analisis data yang telah dikemukakan. Berdasarkan pengujian menghasilkan kesimpulan analisis yaitu (1) ada pengaruh yang signifikan pada tes awal dan tes akhir setelah pemberian *treatment* 30 model latihan pukulan *dropshot* pada anak kelompok umur 8-11. (2) tidak ada perbedaan hasil test akhir. pada anak kelompok umur 8-11 tahun pada anak laki-laki dan perempuan yang signifikan pada hasil akhir maka sebaran data dinyatakan homogen pada uji homogenitas karena >0.05 .

Katakunci : Bulutangkis, Pengaruh Model Latihan Drops

To cite this article:

Yolanda, Fitri & Yuliandra, Rizki. (2021). Model Latihan Dropshot Anak Usia 8-11 P.B Srikandi Bandar Lampung. *Journal of Physical Education*. Vol 2, No (2), Hal 35-38

PENDAHULUAN

Olahraga adalah salah satu kegiatan paling populer dalam hidup, olahraga adalah kebutuhan hidup tidak bisa menyerah kegiatan olahraga harus dilakukan secara terus menerus dan serasi, aktivitas terlepas dari ras, agama atau tingkat sosial, siapa pun dapat bermain olahraga (Aprilianto & Fahrizqi, 2020).

Dalam permainan bulutangkis pemain berusaha untuk menjatuhkan *shuttlecock* ke daerah permainan lawan untuk mendapatkan *point*. Bulutangkis menggunakan sistem *rally point* dalam pengumpulan angka yaitu permainan akan langsung mendapatkan poin dari setiap kesalahan yang dilakukan oleh lawan. Sistem *rally poin*, permainan berlangsung hingga poin 21. Apabila pada permainan terjadi poin 20 sama maka dilakukan *deuce* hingga terjadi selisih 2 poin, maksimal hingga poin 30. Sebuah *rally* berakhir jika *shuttlecock* menyentuh lantai atau menyentuh tubuh seorang pemain (Hermawan Aksan, 2012:14).

Menurut (Purnama. S, 2010: 15) permainan bulutangkis memiliki beberapa macam teknik dasar pukulan yaitu servis panjang, servis pendek, *lob*, *smash*, *drop shot*, *chop*, *drive* dan *netting*. Untuk dapat menguasai teknik dasar pada permainan bulutangkis diperlukan latihan sehingga dapat menguasai teknik dasar dengan baik. Menurut (James Poole, 2013: 59), Pukulan *dropshot* dapat dilakukan dari bagian atas kepala yang dilakukan seperti *smash* namun dengan dorongan atau sentuhan yang halus.

Dropshot yang baik dilakukan apabila jatuhnya *shuttlecock* dekat dengan net dan tidak melewati garis *servis*. Pada dasarnya program latihan dibagi menjadi tiga tahap yaitu (1) tahap persiapan, (2) tahap kompetisi dan (3) tahap transisi. Untuk mendapatkan prestasi yang optimal dipengaruhi oleh kualitas latihan. Beberapa faktor menentukan kualitas latihan antara lain: kemampuan dan kepribadian pelatih, fasilitas dan peralatan, hasil penelitian, kompetisi dan kemampuan atlet meliputi bakat dan motivasi, serta pemenuhan gizi atlet. Kualitas latihan yang baik di harapkan dapat menghasilkan atlet-atlet yang berprestasi (Sari, *et al*, 2018: 11).

METODE PENELITIAN

Populasi Dan Sampel

Populasi pada penelitian ini adalah anak usia dini di PB. Srikandi, Jl Pelita Ujung No.15, Labuhan Ratu, Kedaton, Bandar Lampung, Lampung. Semua populasi dijadikan objek sehingga penelitian ini dapat dinyatakan sebagai penelitian populasi.

Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan wawancara dengan pelatih, dokumentasi kegiatan yang dilakukan pada saat penelitian berlangsung, dan observasi dilakukan pada saat kegiatan berlangsung. Dalam penelitian ini observasi dilakukan agar memperoleh data awal untuk memodifikasi pukulan *dropshot* dalam olahraga bulutangkis. Pengamatan ini dilakukan secara langsung di PB. Srikandi Bandar Lampung.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian untuk memperoleh hasil dari penelitian yang dilakukan maka, untuk mendapatkan hasil yang akurat peneliti menggunakan uji Normalitas dan Uji Homogenitas :

Tabel 1. Pre Test dan Post Test

NO	Nama	Pre Test	Post Test
1	Jacaline Ester Susanto	8	12
2	Junita Intan Pratiwi	11	17
3	Syafia Kartika Putri	11	17
4	Desvita Arini Wahyudi	8	17
5	Belliza Aspiranda	14	30
6	Nazilah Putri	16	19
7	Anisa Maharani	9	16

8	Aulia Kanaya	15	19
9	Keycza Parmacia Dendralova	13	22
10	Azahra Vicha Angely	11	17
11	Nauval Akhdan	14	21
12	M Rafa Alfahri Gusti	11	20
13	Revan Zaky Renando	13	22
14	Rafiandra Kenzi Nayori	17	16
15	Prastio Aji Bayu	8	13
16	Muhammad Zaky Efendi	9	27
17	Deri Derajat	10	25
18	Rumbaka Albuqori	9	20
19	Andika Azhar Permana	8	16
20	Yosia Arta Media Sitimorang	11	16
	Jumlah	226	379

Dari data diatas diperoleh hasil pukulan dropshot pada anak usia 8-11 tahun pada test awal sebelum dilakukan penerapan 30 model latihan dropshot mendapatkan jumlah skor nilai tes awal 226 dan mengalami peningkatan pada tes akhir setelah pemberian penerapan 30 model latihan dropshot dengan total jumlah nilai tes akhir 379.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dan pembahasan dapat disimpulkan yaitu:

Model latihan pukulan dropshot memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pukulan dropshot pada anak keompok umur 8-11 tahun di PB. Srikandi.

Tidak ada perbedaan hasil yang signifikan dengan perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan pada anak kelompok umur 8-11 tahun di PB. Srikandi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cendra, R., Gazali, N., & Dermawan, M. R. (2019). The effectiveness of audio visual learning media toward badmintonbasic technical skills. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 5(1), 55-69.
- Fikri, A. (2017). Meningkatkan Kugaran Jasmani Melalui Metode Latihan Sirkuit Dalam Pemebelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di SMA Negeri 1 Lubuk Linggau. *Jurnal Pembelajaran Olahraga*.
- Hendra Sutiyanan, Tutur, Wiwik Yunitaningrum, and Edi Purnomo. 2015. "Keterampilan Teknik Dasar Pukulan Pada Proses Pembelajar Bulutangkis." *Jurnal Pendidikan dan pembelajaran* 4(8): 1-15.
- Imam Mahfud, Aditya Gumantan, Eko Bagus Fahrizqi. 2020. Analisis IMT (Indeks Masa Tubuh) Atlet UKM Sepakbola Universitas Teknokrat Indonesia. *SATRIA Journal Of "Sports Athleticism in Teaching and Recreation on Interdisciplinary Analysis"*, Volume 3, Nomer 1: 9-13.
- Irawadi. (2015). *Kondisi Fisik dan Pengukurannya*. Padang : UNP Press.
- Jori Lahinda. 2020. Pengaruh Program Latihan Peningkatan Daya Tahan Jantung Paru Pada UKM Tinju. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1).

BIOGRAFI PENULIS

	<p>MR. Widarto Umbara Pratama Lahir di Cirebon, 9 September 1993. Penulis menyelesaikan Pendidikan Sekolah Menengah Atas di SMA Negeri 7 Bandar Lampung saat ini sedang menempuh Pendidikan di Program Sarjana S1 Pendidikan Olahraga Universitas Teknokrat Indonesia. Penulis dapat dihubungi melalui email: barabolus@gmail.com</p>
	<p>Rizki Yuliandra, S.Pd., M.Pd. Lahir di Bandar Lampung. Menyelesaikan Pendidikan Sarjana di Universitas Lampung dan Pendidikan Magister di Universitas Negeri Jakarta, Penulis juga sebagai pengajar pada Universitas Teknokrat Indonesia pada Program Studi Pendidikan Olahraga (-). Penulis dapat dihubungi melalui email: rizki.yuliandra@teknokrat.ac.id</p>