

ABSTRAK

UPAYA MENINGKATKAN LATIHAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BULUTANGKIS PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER

Sabinus Yogi Wiranto¹, David Loba², Christin P. M. Rajagukguk, S.Pd., M.Pd.,³

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu

Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email.Yogiwiranto86@gmail.com

Latar belakang: Bulutangkis atau badminton adalah suatu cabang olahraga permainan raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang saling berlawanan. Olahraga ini mirip dengan tenis, bulutangkis bertujuan memukul bola yaitu kok atau *shuttlecock* melewati jarring agar jatuh dibidang permainan lawan yang sudah ditentukan dan berusaha mencegah lawan melakukan hal yang sama (Chandra Rizky Ramaddhan, 2008, p. 1). Permainan bulutangkis adalah permainan yang dimainkan menggunakan net, raket sebagai alat pemukul. Bulutangkis sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat, bahkan ikut mewarnai gaya hidup masyarakat pada saat ini.

Tujuan penelitian: penelitian ini menggunakan pendekatan dan jenis penelitian tindakan kelas yang terdiri dari dua siklus yang terdapat empat tahapan dalam penelitian yang meliputi : tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, tahap observasi dan tahap refleksi. Waktu yang digunakan dalam penelitian ini selama dua bulan dan dilaksanakan di Smak Citra Bangsa kupang. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini terdiri dari observasi, wawancara dan dokumentasi. Teknik analisis data pada penelitian ini berdasarkan kriteria keberhasilan tindakan kelas sesuai dengan indikator yang merupakan ukuran atau patokan dalam menentukan berhasil dan tidak berhasilnya penelitian ini. Tingkat keberhasilan diukur apabila 75% siswa yang mengikuti proses belajar mencapai taraf keberhasilan minimal.

Hasil dan pembahasan: Hasil penelitian ini dilakukan pada dua siklus dengan tahapan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Hasil penelitian pada siklus I mengenai teknik dasar permainan bulutangkis diperoleh hasil sebesar 64,24 dalam kategori cukup baik. Hasil penelitian pada siklus II diperoleh nilai sebesar 85,52 dengan kategori sangat baik.

Simpulan: Berdasarkan uraian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa latihan teknik dasar permainan bulutangkis pada ekstrakurikuler dapat meningkatkan kemampuan teknik dasar bulutangkis Tahun Ajaran 2022/2023. Hasil penelitian ini juga efektif digunakan untuk meningkatkan kemampuan keterampilan teknik dasar permainan bulutangkis.

Kata Kunci: *Kompetensi guru; hasil belajar; pendidikan jasmani*

ABSTRACT

EFFORTS TO IMPROVE BASIC TECHNICAL PRACTICE IN EXTRACURRICULAR ACTIVITIES

Sabinus Yogi Wiranto^{1*}, David Loba², Christin P. M. Rajagukguk, S.Pd., M.Pd.,³

Physical Education, Health and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and
Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

Email.Yogiwiranto86@gmail.com

Background: Badminton or badminton is a racquet sport played by two opposing people (for singles) or two pairs (for doubles). This sport is similar to tennis, badminton aims to hit the ball, namely how come or shuttlecock through the net so that it falls on the designated opponent's field of play and tries to prevent the opponent from doing the same thing (Chandra Rizky Ramaddhan, 2008, p. 1). Badminton game is a game that is played using a net, a racket as a bat. Badminton has become a part of people's daily lives, even coloring people's lifestyles at this time.

Research objective: This study uses a class action research approach and type consisting of two cycles in which there are four stages in the research which include: the planning stage, the implementation stage, the observation stage and the reflection stage. The time used in this research was two months and it was carried out at Citra Bangsa High School, Kupang. Data collection techniques in this study consisted of observation, interviews and documentation. The data analysis technique in this study was based on the success criteria of class action in accordance with the indicators which are measurements or benchmarks in determining the success or failure of this study. The success rate is measured when 75% of students who take part in the learning process achieve a minimum level of success.

Result and discussion: Results and discussion: The results of this study were carried out in two cycles with the stages of planning, implementing, observing and reflecting. The results of research in the first cycle regarding the basic technique of playing badminton obtained a result of 64.24 in the pretty good category. The results of the research in cycle II obtained a value of 85.52 with a very good category.

Conclusion: Based on the description above, it can be concluded that practicing basic techniques in extracurricular badminton games can improve basic badminton technical skills in the 2022/2023 Academic Year. The results of this study are also effectively used to improve basic technical skills in badminton games.

Keyword: Teacher competence; learning outcomes; physical education