

MODEL LATIHAN FOOTWORK PERMAINAN BULUTANGKIS PADA ATLET PB BMS JAKARTA TIMUR

Aryosena ^{1✉}, Khaeroni¹, Iwan Setiawan¹

¹ Universitas Negeri Jakarta, Jakarta, Indonesia.

DOI: 10.21009/jpja.v5i02.54982

Article History

Submitted : Agustus
2022

Accepted : -

Published : November
2022

Keywords

Pengembangan,
Model Footwork,
Bulu Tangkis

Development,
Footwork Model,
Badminton

Abstrak

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk membuat model latihan footwork bulutangkis bagi atlet PB BMS Jakarta Timur. Penelitian ini menggunakan metode penelitian research and development (R&D) dari Borg and Gall. Subjek penelitian ini adalah 10 atlet pada uji coba kelompok kecil dan 25 pada uji coba penggunaan. Dalam penelitian ini peneliti bekerja sama dengan tiga orang pakar di bidang bulutangkis sebagai expert judgement. Uji validitas menggunakan uji justifikasi pakar, model latihan yang telah dibuat dan diuji kemudian dikonsultasikan dan dinilai oleh para pakar di bidang bulutangkis. Melalui uji validitas yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi pakar, dihasilkan produk berupa 20 model latihan footwork yang sesuai dengan teori footwork permainan bulutangkis. Uji coba kelompok kecil menggunakan angket dan dengan instrumen penilaian footwork pada 10 atlet PB BMS Jakarta Timur, menggunakan uji validitas dan reliabilitas dan hasilnya valid dan reliabel. Selanjutnya untuk uji coba penggunaan menggunakan tes kelincahan lapangan untuk menguasai seluruh area permainan lapangan dengan menggunakan waktu. Analisis data penelitian menggunakan uji T dengan taraf signifikansi 0,05. Analisis data diperoleh nilai rata-rata tes pre-test sebesar 17,0724 dan post-test sebesar 15,6648, sehingga model latihan footwork bulu tangkis ini efektif dalam meningkatkan footwork atlet bulu tangkis.

Abstract

The aim of this research and development is to create a badminton footwork training model for athletes in PB BMS East Jakarta. This research uses the research and development (R&D) research method from Borg and Gall. The subjects of this research were 10 athletes in small group trials and 25 in use trials. In this study, researchers collaborated with three experts in the field of badminton as expert judgment. The validity test uses an expert justification test, the training model that has been created and tested is then consulted and assessed by experts in the field of badminton. Through validity tests carried out using expert justification tests, a product was produced in the form of 20 footwork training models that are in accordance with the footwork theory of the game of badminton. The small group trial used a questionnaire and with instruments assesment footwork on 10 athletes in PB BMS East Jakarta, using validity and reliability test and the results were valid and reliable. Next, for trial use, use the court agility test to control the entire playing area of the field using time. Research data analysis used the T test with a significance level of 0.05. Data analysis obtained the following average test scores for pre-test; 17.0724 and post-test; 15.6648, so this badminton footwork training model is effective in improving the footwork of badminton athletes.

✉ Corresponding author :
Alamat : Jakarta, Indonesia
E-mail : rioaryosena10@gmail.com

PENDAHULUAN

Bulutangkis adalah salah satu olahraga yang berkembang di Indonesia. Bulutangkis sudah berkembang menjadi semacam olahraga rakyat di Indonesia. Perkembangan bulutangkis di Indonesia terkait dengan adanya kesadaran bahwa olahraga bulutangkis dapat membawa harum nama bangsa Indonesia di dunia (Ramadhan et al., 2018).

Saat ini seorang pelatih di klub bulutangkis reguler tidak banyak menggunakan variasi latihan untuk meningkatkan kemampuan *footwork* atletnya. Hal ini terbukti dari apa yang peneliti lihat di salah satu klub bulutangkis tempat peneliti berlatih, yaitu di PB BMS Jakarta Timur yang masih menggunakan cara latihan yang lama. Salah satu contoh bentuk latihan *footwork* dengan cara lama yaitu memindahkan *shuttlecock* dari depan tengah lapangan ke 6 titik lapangan bulutangkis.

Maka dari itu, diperlukan model latihan *Footwork* yang tepat agar para atlet PB BMS Jakarta Timur dapat melakukan Gerakan *Footwork* dengan baik dan benar, untuk memudahkan pada saat meraih dan mengembalikan *shuttlecock*. Berdasarkan dari

masalah diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian *footwork* bulutangkis dengan model latihan yang menyenangkan, tidak bosan saat berlatih dan lebih mudah untuk dilakukan para atlet. Melihat betapa luasnya permasalahan yang timbul dalam hasil latihan *footwork* bulutangkis maka peneliti membuat indentifikasi pernyataan yaitu : (1) Bagaimana Model Latihan *Footwork* permainan Bulutangkis Pada Atlet PB BMS Jakarta Timur?, (2) Apakah Model latihan *Footwork* efektif meningkatkan keterampilan Permainan Bulutangkis pada Atlet PB BMS Jaktarta Timur?

METODE

Metode penelitian yang digunakan oleh penulis yaitu model *Borg and gall* menggunakan 10 tahapan yang terdiri dari 1. *Research and information*, 2. *Planning*, 3. *Develop preliminary form of product*, 4. *Preliminary field testing*, 5. *Main product revision*, 6. *Main field testing*, 7. *Operational product revision*, 8. *Operational field testing*, 9. *Final product revision*, 10. *Dissemination and implementation*.

Tempat Penelitian ini dilaksanakan di GOR Bumen Jaya, JL. Mandor Aren, Ciketing Udik, Kec. Bantargebang, Kota Bekasi, Jawa barat, 17153 dan GOR Saung Bintara , Jl. Bintara 4 Buntu No.1, RT.001/RW.001,Bintara, Kec.Bekasi

Barat, Kota Bekasi, Jawa Barat, 17134

Waktu yang diperlukan dalam penelitian riset dan pengembangan dengan mengacu pada penelitian riset dan pengembangan dari *borg and gall* memerlukan waktu selama 3 bulan dengan perincian sebagai berikut:

- a) Analisis kebutuhan
- b) Perencanaan pengembangan model
- c) Pengembangan desain model latihan
- d) Validasi pakar dan revisi model
- e) Uji coba kelompok kecil dan revisi
- f) Uji lapangan dan revisi

Validasi data

Pada tahap ini model yang telah dibuat akan divalidasi oleh telaah pakar yang bersangkutan, terdapat 1 dosen ahli bulutangkis 2 para pelatih bulutangkis

HASIL DAN PEMBAHASAN

Uji coba produk dilakukan dengan sampel skala kecil yaitu 10 Atlet PB BMS Jakarta Timur dengan menggunakan kuesioner kemudahan model latihan *footwork* permainan bulutangkis dan dengan uji instrumen penilaian *footwork* pada model produk latihan *footwork* permainan bulutangkis

Uji coba pemakaian pada tahap ini peneliti melibatkan lebih banyak atlet untuk uji coba pemakaian ini melibatkan 10 Atlet PB BMS Jakarta timur, 10 Atlet PB Bumen jaya, 5 atlet PB Badminton nations Kids untuk Tahap ini bertujuan untuk 1) Mengetahui apakah desain model telah diterapkan dengan baik dan benar oleh atlet bulutangkis dan 2) Seberapa efektif hasil penerapan model terhadap tujuan penelitian ini. Dengan demikian pendekatan kuantitatif digunakan untuk mencari efektifitas tersebut dengan rancangan penelitian pra-eksperimen berbentuk *the onegroup pretest-posttest design* (Ali maksum, 2012).

Tabel 1. Rancangan Penelitian

Subjek	Pre-test	Perlakuan	Post- test
R	0 ₁	P	0 ₂

Langkah yang dilakukan dalam uji coba ini antara lain:

- 1) Menentukan kelompok subyek penelitian
- 2) Melaksanakan *pre-test* (0₁)
- 3) Mencoba model yang telah dikembangkan
- 4) Melaksanakan *post-test* (0₂)
- 5) Mencari skor rata – rata *pre-test* dan *post-test* dan dibandingkan antar keduanya.
- 6) Mencari selisih perbedaan kedua rata – rata tersebut melalui metode statistik (uji-T) untuk mengetahui ada tidak nya

pengaruh yang signifikan dari penggunaan model rumus untuk mengolah data secara keseluruhan subyek uji coba menggunakan prosedur uji-T dan menggunakan aplikasi SPSS.

Dalam penelitian ini data diambil dengan cara mengukur menggunakan *Court agility test* dengan dicatat hasil waktu yang dicapai menggunakan *stopwatch*. Tes dilakukan sebanyak 2 kali yaitu sebelum diberikan model latihan *footwork* dan sesudah diberikan model latihan *footwork*.

Hasil dari uji coba pemakaian yang dilakukan oleh 3 club bulutangkis 10 atlet dari PB BMS Jakarta timur, 10 atlet dari PB Bumen Jaya, 5 atlet dari PB nations kids dilakukan selama 3 bulan, Dikarenakan instrumen menggunakan penelitian menggunakan waktu ,terdapat perbandingan angka yang menunjukkan hasil dari tes awal dan test akhir mengalami perbandingan dari tes awal berjumlah 442.13 kemudian diberikan perlakuan berupa model – model latihan *footwork* yang sudah dibuat kemudian baru diadakan tes akhir untuk mengetahui efektifitas model yang dikembangkan dan diperoleh data berjumlah 418.70 jadi model latihan *footwork* permainan

bulutangkis efektif untuk menjadi latihan *footwork* permainan bulutangkis.

SIMPULAN

Hasil akhir dari penelitian ini akan menghasilkan produk berupa desain model latihan yang lengkap dengan spesifikasi produknya sekaligus menguji keefektifan dari model latihan yang dibuat. Berdasarkan Hasil validasi oleh telaah pakar (*Expert Judgement*) serta pembahasan hasil penelitian, bisa disimpulkan bahwa 20 Model Latihan *Footwork* permainan bulutangkis pada atlet dapat diterapkan dalam program latihan *footwork* bulutangkis dengan memakai alat – alat yang memadai, dan para atlet tidak merasa bosan dalam adanya model latihan yang bervariasi. Dalam mengembangkan penelitian ini diharapkan sebaiknya dilakukan pada subjek yang lebih luas yang digunakan sebagai kelompok besar.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali Maksum. (2012). Metodologi Penelitian dalam Olahraga. Surabaya: Unesa University Press.
- Anggraini, C., Ritonga, D. H., & Kristina, L. (2022). Komunikasi Interpersonal. *Jurnal Multidisiplin Dehasen*, 1(3), 337–342.
- Bate'e, A. K., Laoli, J. D., Dohona, S., & Lase, I. W. (2023). Penerapan Metode

Permainan Untuk Meningkatkan
Minat Belajar Siswa Sekolah
Dasar. *Conference of
Elementary Studies*, 1(1), 46–
53.

Borg, W. R. & Gall, M.D. (1983).
Research An Introduction. Fourth
Edition. USA: Logman.

Ramadhan R. (2018).
Pengembangan Model Latihan
Footwork Cabang Olahraga
Bulutangkis. *Jurnal Ilmiah Sport
Coaching and Education*. Vol. 2.