

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN FOREHAND DROPSHOT BULUTANGKIS PADA SISWA EKSTRAKURIKULER SMPN 2 TRAWAS MOJOKERTO

RATNO SUSANTO

IKIP Budi Utomo Malang
Ratnosusanto46@gmail.com

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan model model latihan pukulan dropshot bulutangkis. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis bagi siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas dapat digunakan. Metode penelitian ini menggunakan metode pengembangan Brog and Gall(1988) dalam terjemahaan prof. sugiyanto. Bahwa model latihan forehand dropshot bulutangkis sangatlah penting dikembangkan setelah dilakukan observasi dan dilakukan pengujian melalui analisis dari penilaian ahli , dan uji coba lapangan dengan kelompok kecil dan kelompok besar dalam situasi sebenarnya.

Berdasarkan oberservasi dari uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar kepada siswa adalah: data hasil evaluasi yang diperoleh presentase keseluruhan pada uji coba kelompok kecil yaitu 78,7% data tersebut memenuhi kriteria baik dari presentase keseluruhan ujicoba kelompok besar adalah 80% data tersebut memenuhi kriteria baik. Berdasarkan keseluruhan hasil analisis data yang diperoleh bahwa pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis dapat membantu pembelajaran siswa dan dapat digunakan sebagai buku panduan pengembangan model latihan forehand dropshot bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas kab. Mojokerto Tahun pelajaran 2016-2017.

Kata kunci: Model Latihan Forehand Dropshot Bulutangkis

PENDAHULUAN

Bulutangkis adalah permainan yang dilakukan oleh lebih dari dua orang yang memakai netting dan memperoleh point dari lawan. Bulutangkis hingga saat ini sangatlah terkenal dan maju didunia olahraga. Bulutangkis sering dijumpai di beberapa negara misalnya cina yang merupakan unggulan dari tingkat dunia yang terbukti bisa menjuarai diberbagai turnamen seperti thomas cup dan uber cup, di Inggris terdapat pula bukti bukti dari

kaum bangsawan pada abad 17 dan di India permainan bulutangkis yang mirip *poona* disekitar 1870.

Badminton yaitu berasal dari inggris yang berasal dari kota *Badminton* tempat kediaman Duke Of Beaufort diwilayah Gloucestershire yang tidak jauh dari kota Bristol Inggris. Kejuaraan pada waktu itu yang terkenal adalah all england, yang dimana itu adalah turnamen tertua tahun 1899 dan berlangsung hingga sekarang, Peraturan permainan bulutangkis dan

induk bulutangkis dunia adalah IBF(*International Badminton Federation*). (Hermawan Aksan, 2012:14)

Dalam bermain bulutangkis harus menguasai teknik dasar bulutangkis yang baik dan benar. Sebab itu salah satu teknik yang wajib dipelajari oleh atlet maupun peserta didik yang membelajarkan bulutangkis. Teknik dasar yang harus dikuasai adalah dari pukulan *forehand* dan *backhand*, ini sangat berpengaruh pada latihan bulutangkis tersebut.

Pukulan *forehand* adalah pukulan yang melampaui dengan gerakan *forehand* biasanya dilakukan bila berada dibidang kanan lapangan, pada posisi belakang. Pukulan *forehand* mengisyaratkan seolah olah pukulan drop yang dilepaskan. (Tony Grace, 1996:71)

Menurut Tony Grace, 1996:43. Cara memukul pukulan *forehand* ada beberapa tahapan tahapan yang sebagai berikut:

Fase persiapan: 1. *Grip handshake* atau pistol, 2. Posisi memukul menyamping, 3. Kedua tangan keatas, 4. Berat badan pada kaki belakang. Fase pelaksanaan: 1. Siku mendahului gerakan mengulurkan tangan yang tidak dominan kebawah, 3. Putar tubuh bagian atas, 4. Gapai tinggi keatas untuk memukul, 5. Gerakan tangan bagian bawah melungkup kedepan. Fase lanjutan: 1. Gerakan tangan yang memegang raket berakhir dengan telapak tangan menghadap luar, gerakan raket berakhir dibawah lurus dengan gerakan bola, 3. Silangkan raket pada sisi tubuh yang berlawanan, 4. Ayunkan kaki yang dibelakang dengan gerakan seperti

gunting, 5. Teruskan pemindahan berat badan.

Dropshot adalah Pukulan depan yang pukulannya yang setiap pengembaliannya dilakukan sisi tubuh yang dominan serta mengembalikan bola secara dominan. Bahwa banyak atlet yang jarang melakukan smash tetapi dengan pukulan *dropshot* ini sangatlah efektif digunakan dalam permainan bulu tangkis. Jika kita melihat atlet pada masa lampau seperti hendrawan beliau tidak punya smash yang tajam melainkan *dropshot* dan pukulan *lop* yang mematikan, sebab latihan ini sangat simple dan sederhana serta perlu dikembangkan.

Karakteristik pukulan ini *dropshot* ini adalah kok senantiasa jatuh dekat jaring didaerah lapangan lawan. Oleh karena itu harus melakukan pukulan yang sempurna dengan berbagai sikap dan posisi badan dari sudut sudut lapangan permainan.

Faktor perengangan raket, gerakan kaki yang cepat, posisi badan dan posisi pemindahan berat badan yang harmonis pada saat memukul merupakan faktor penentuan keberhasilan pukulan ini. Hal yang perlu diperhatikan adalah sikap awalan dan gerakan memukul tidak berbeda dengan pukulan *smash*. Dalam pelaksanaan pukulan *dropshot* ini adalah menempatkan kok pada sudut sudut lapangan lawan sedekat mungkin dengan net daerah lawan, serta variasi gerak tipu badan dan raket sebelum perkenaan raket dan kok yang menyebabkan lawan terlambat mengantisipasi dan bereaksi atas datangnya kok secara mendadak. (Tahir Djie, 2003:32)

Dari pengertian diatas bahwa perlunya adanya latihan *forehand dropshot* yang kurangnya diterapkan

oleh pelatih serta kurangnya informasi bagi latihan latihan yang baru. Latihan *forehand dropshot* ini adalah latihan yang terbaru, belum ada yang diterapkan dalam dunia bulutangkis, sebab latihan ini sangat efektif, karena latihan ini adalah merupakan latihan yang digunakan untuk penganti smash dan sangat mudah dilakukan tetapi sulit untuk mengembalikan bola didaerah lawan. Pukulan *forehand dropshot* ada 2 yaitu:

1. Slow dropshot yaitu dilakukan dengan tenaga sambaran yang halus dan pelan hingga kok benar benar jatuh didekat net lawan.
2. Fast dropshot adalah dilakukan dengan tenaga sambaran yang halus tapi agak bertenagahingga kok meluncur cepat tapi tidak kuat

Oleh sebab itu pukulan ini sangat dominan dalam permainan bulutangkis dan diperlukan daya tahan serta kekuatan dan konsentrasi yang tinggi pada saat latihan maupun dalam pertandingan bulutangkis tersebut.

Dalam proses pengamatan tersebut peneliti menemukan beberapa sumber masalah yaitu dimulai dalam latihan pukulan hingga *footwork* atau latihan kaki yang salah. Dalam proses latihan siswa sudah menggunakan lapangan yang standar, tinggi net yang standar, serta raket dan kok yang standar pula. Siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas merasa kurang bersemangat dan kurang menjadi aktif saat melakukan latihan bulutangkis yang diperoleh. Siswa merasa kesulitan saat latihan padahal sudah mempunyai teknik dasar yang benar. Dan banyaknya siswa untuk melakukan latihan tersebut dan saat bermain ingin biasa melakukan

serangan dengan variasi pukulan *forehand* terutama pada *dropshot* yang memiliki pukulan potong dengan gerak tipu didaerah lawan.

Dasar lain perlunya diadakan pengembangan model latihan *forehand dropshot* ini adalah melalui analisis kebutuhan yang dilakukan peneliti melalui pengisian angketyang disebarakan pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Trawas. Dari data angket tersebut, siswa memperoleh kesimpulan:

1. Sebagian besar siswa mengalami permasalahan dari pola latihan yang diterapkan oleh guru ekstrakurikuler.
2. Sebagian besar siswa selalu gagal melakukan latihan *forehand dropshot* saat menggunakan lapangan dan net yang standar.
3. Siswa sebagian besar merasa terlalu lama dengan bentuk latihan yang menuntun pada latihan bulutangkis.
4. Sebagian besar siswa terlalu lama menyelesaikan latihan *forehand dropshot* yang digunakan saat pertandingan dalam 1 set untuk melawan teman sebaya nya sendiri.
5. Sebagian besar siswa setuju dengan diadakan pengembangan model latihan pukulan *forehand dropshot* sesuai dengan latihan yang karakteristik sama siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Trawas. Sedangkan hasil wawancara dengan guru penjas yang merangkap guru ekstrakurikuler data yang diperoleh bahwa siswa senang dengan bulutangkis tetapi, guru ekstrakurikuler kekurangan bahan ajar karena minimnya sarana dan prasarana yang ada di SMP Negeri 2 Trawas.

Berdasarkan fenomena didepan, peneliti ingin mencoba melakukan pengembangan latihan pukulan *forehand dropshot* bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas. Peneliti ini melakukan pengembangan model latihan pukulan *forehand dropshot* ini untuk mengatasi permasalahan diekstrakurikuler yang ada di SMP Negeri 2 Trawas yang diperoleh melalui pengamatan dan observasi oleh peneliti.

Dari data tersebut, peneliti mencoba melakukan pengembangan model latihan pukulan *forehand dropshot* bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas.

Pengembangan yaitu memperdalam dan memperluas pengetahuan yang ada. Penelitian pendidikan yang bersifat pengembangan adalah mengembangkan metode atau membentuk model dalam suatu pembelajaran yang telah ada atau belum ditemukan sehingga menjadi lebih efektif, penelitian ini bersifat pembuktian yang membuktikan dari keraguan terhadap metode atau model yang dibikin secara efisien.

Brog and Gall (1988) dalam bukunya Winarno: 2007, 09: *research and development/R&D*(Penelitian dan Pengembangan adalah Suatu metode atau model penelitian yang digunakan untuk mengembang atau dikembangkan untuk memvalidasi produk produk yang digunakan dalam pendidikan dalam suatu pembelajaran.

Penelitian pengembangan merupakan penelitian yang diawali dari suatu masalah dan adanya kebutuhan yang membutuhkan

permasalahan untuk dipecahkan dari suatu produk tertentu.(Sakban rosidi: 2012, 34). Metode penelitian ini biasa dinamakan R&D atau *Research and Development* yaitu dimana penelitian ini selalu menggunakan angket sebagai analisis kebutuhan serta menghasilkan produk yang baru dan menguji keefektifan dari produk tersebut.

Model adalah rencana, representasi, atau deskripsi yang menjelaskan suatu objek, sistem, atau konsep, yang seringkali berupa penyederhanaan atau idealisasi.

Latihan adalah suatu aktivitas olahraga yang sistematis dalam jangka yang lama, progresif dan individual yang bertujuan untuk membentuk fungsi fisiologis dan psikologis manusia untuk memenuhi tugas – tugas yang dibutuhkan. Hal yang sama juga dikemukakan oleh (Harsono, 1997) latihan adalah suatu proses berlatih secara sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang dengan beban latihan yang kian bertambah.

Menurut Syam (2000:21) bahwa “Latihan yaitu merupakan suatu proses atau periode yang berlangsung dalam jangka panjang. Maksudnya dari hasil latihan itu atlet harus ada peningkatan dari latihan yang dilakukan dalam waktu pertemuan dalam beberapa minggu, bulan, serta ada peningkatan antara lain kondisi fisik yang baik serta ilmu pengetahuan yang baik dan benar.

Selain itu Sajoto(1988:14) “latihan yaitu merangsang sistem pada fisiologi tubuh yang terhadap rangsangan serta tegangan hingga mencapai tekanan(*strees*) untuk pencapaian latihan yang baik dan benar Harsono (1998), berpendapat bahwa latihan adalah suatu proses

berlatih sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah serta intensitas latihannya. Dengan demikian, sistematis adalah berencana, menurut jadwal, menurut pola dan sistem tertentu, metodis, dari yang mudah ke lebih sukar, latihan teratur dari yang sederhana ke yang lebih kompleks. Berulang-ulang yaitu, setiap elemen teknik haruslah diulang sesering mungkin agar gerakan-gerakan yang semula sukar dilakukan menjadi lebih mudah, dan otomatis pelaksanaannya akan semakin menghemat energi. Sedangkan beban berlebih maksudnya adalah setiap kali secara periodik segera setelah tiba saatnya, beban latihan harus ditambah dan diperberat, beban latihan harus ditingkatkan manakala sudah tiba saatnya untuk ditingkatkan. Dalam bidang olahraga tujuan akhir latihan adalah untuk meningkatkan penampilan olahraga Pate, dkk. (1993).

Latihan fisik yang dikemukakan oleh (Syam 2000:21) yaitu latihan yang harus dilakukan secara teratur, sistematis dan berkesinambungan, yang dituangkan dalam suatu program latihan menentukan kondisi fisik yang secara nyata. Yang artinya latihan kondisi fisik yang keras belum tentu dengan latihan olahraga tetapi dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan masing masing cabang olahraga.

Suharno (1993) menjelaskan bahwa, seorang pelatih maupun atlet di dalam melakukan latihan harus selalu berpegang teguh kepada prinsip-prinsip latihan sebagai berikut: 1) Kenaikan beban latihan teratur dari sedikit demi sedikit; hal ini penting untuk menjaga agar tidak

terjadi *overtraining* dan proses adaptasi atlet terhadap beban latihan akan terjamin keteraturannya; 2) prinsip stres (tekanan); latihan harus mengakibatkan stres fisik dan mental atlet. Beban latihan yang dikerjakan oleh atlet sebiknya atlet betul-betul merasakan berat, kemudian timbul kelelahan fisik dan mental secara menyeluruh; 3) prinsip interval (selang); kegunaan prinsip interval diterapkan dalam latihan adalah untuk menghindari terjadinya *overtraining*, memberikan kesempatan atlet untuk beradaptasi terhadap beban latihan dan pemulihan tenaga kembali bagi atlet dalam latihan, 4) prinsip ulangan (repetisi); untuk mengoptimalkan penguasaan unsur gerak fisik, teknik, taktik, dan keterampilan yang benar, atlet harus melakukan latihan berulang ulang dengan frekuensi sebanyak banyaknya secara kontinyu. Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa prinsip-prinsip latihan *forehand dropshot* perlu diperhatikan dan diterapkan dalam penyusunan suatu program latihan yang melalui pentahapan, teratur, dan berkesinambungan. Seorang pelatih untuk meningkatkan prestasi anak didiknya dalam latihan yang diberikan harus berpedoman pada prinsip-prinsip latihan.

Bulutangkis adalah suatu permainan yang menggunakan sebuah raket dan shuttlecock yang di pukul melewati sebuah net. permainan ini berlaku untuk siapa saja pertandingan bentuk tunggal (*single*), juga dengan ganda (*double*), dan dengan ganda campuran (*mixed double*). Permainan dimulai dengan cara menyajikan bola atau service, yaitu memukul bola dari petak service kanan ke petak

servis kanan lawan, sehingga jalan bola menyilang.

Bulutangkis adalah bentuk permainan yang dilakukan oleh dua orang (dalam permainan tunggal) atau empat orang (dalam permainan ganda). Menggunakan rangkaian bulu yang ditata dalam sepotong gabus sebagai bolanya, dan raket sebagai alat pemukulnya, di atas sebidang lapangan. Inti permainannya adalah memasukkan bola di bidang lapangan lawan yang dibatasi oleh jaring (net) setinggi 1,55 m dari permukaan lantai, dengan memukulkan raketnya, atas dasar peraturan tertentu. Partai

Ada lima partai yang biasa dimainkan dalam bulutangkis. Mereka adalah:

1. Tunggal putra
2. Tunggal putri
3. Ganda putra
4. Ganda putri
5. Ganda campuran

Tunggal putra, ganda putra, ganda putri dan campuran biasanya memakai sistem pemenang dua set (dari tiga) yang masing-masing diraih dengan mencapai 21 poin. Tunggal putri biasanya memakai sistem pemenang dua set (dari tiga) yang masing-masing diraih dengan mencapai 21 poin. Apabila bercita-cita ingin menjadi pemain bulutangkis elite atau berprestasi, maka harus menguasai bermacam-macam dasar bermain bulutangkis dengan benar. Oleh karena itu, hanya dengan modal berlatih tekun, disiplin, terarah dibawah bimbingan pelatih yang berkualifikasi baik, dapat menguasai berbagai teknik dasar bermain bulutangkis secara benar pula.

Ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh siswa sekolah atau universitas, diluar jam

belajar pada kurikulum standar. Kegiatan kegiatan ini ada pada suatu jenjang pendidikan sejak dimulai dari SD sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan pada siswa supaya mengembangkan dirinya, mulai pribadi, bakat, dan minat untuk bidang bidang diluar kegiatan akademik.

Menurut (Massoni, 2011) dalam jurnalnya yang berjudul *Extracurricular activities are activities that students participate in that do not fall into the realm of normal curriculum of school.* Kegiatan ekstrakurikuler ada dimulai dari SD sampai universitas atau UKM (Unit Kegiatan Mahasiswa).

Melalui kegiatan ekstrakurikuler diluar jam belajar, kegiatan ini sangat positif tidak hanya berguna mengisi waktu luang tapi dapat memotivasi dalam partisipasi berorganisasi sehingga dapat berpengaruh pada prestasi akademik. Yang diusahakan oleh siswa itu sendiri. Oleh sebab itu sejalan dengan (Bloomfield dan Barber, 2011) ”*Positive developmental experiences that occurred in extracurricular activities predicted a more positive general self-worth and social and academic self-concept*”

METODE

A. Model Pengembangan

Penelitian ini menggunakan model pengembangan yang mengacu pada model pengembangan (*research and development*) Borg dan Gall (dalam . Winarno:48) secara lengkap terdiri dari sepuluh langkah pelaksanaan strategi penelitian dan pengembangan antara lain:

1. Penelitian dan pengumpulan informasi dalam melakukan analisis kebutuhan (*need*

assessment) dengan cara mereview literatur, melakukan observasi kelas, melakukan studi pendahuluan, dll.

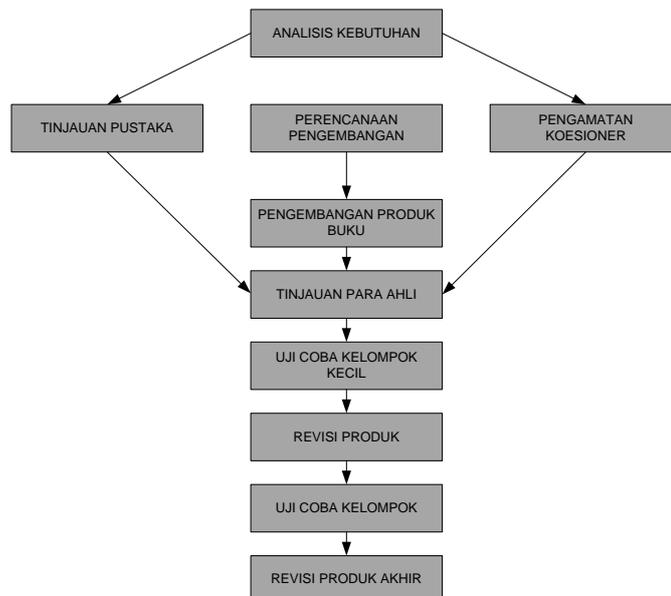
2. Perencanaan pengembangan dilakukan dengan menentukan tujuan, membatasi ruang lingkup, dan mempersiapkan rencana uji coba dengan skala tertentu.
3. Pengembangan produk.
4. Persiapan uji coba kelompok kecil.
5. Revisi produk pertama berdasarkan uji coba lapangan.
6. Uji coba lapangan.
7. Revisi produk kedua berdasarkan uji hasil uji coba lapangan.
8. Uji coba lapangan.
9. Revisi Produk ketiga berdasarkan uji hasil uji coba lapangan.
10. Diseminasi dan Implementasi.

Prosedur yang telah dipaparkan di atas bukan merupakan langkah-langkah yang baku yang

harus diikuti secara penuh. Setiap pengembangan tentu saja dapat memilih dan menentukan langkah-langkah yang dihadapinya dalam proses pengembangan (Ardhana, 2002:9). Prosedur pengembangan yang telah dikemukakan di atas tentu saja bukan merupakan langkah-langkah baku yang harus diikuti secara kaku. "Pengembangan produk dalam penelitian pengembangan dilakukan berdasarkan data hasil analisis kebutuhan lapangan". Winarno (2007:48).

B. Prosedur Penelitian

Pengembangan model-model latihan forehand dropshot, mengikuti langkah-langkah yang digunakan oleh Borg dan Gall yang dikutip Prof. Winarno, 2007: 48, yang dimodifikasi oleh peneliti sehingga menjadi delapan langkah karena pertimbangan waktu, tenaga dan biaya yang terbatas. Uraian langkah dalam penelitian sebagai berikut:



Bagan 3.1 Prosedur Pengembangan
Sumber: metode penelitian pendidikan jasmani, 2007: 48

1. Analisis kebutuhan (*need assessment*), melalui penyebaran angket pada 2 pelatih Ekstrakurikuler dan 30 siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas sesuai dengan langkah pertama Borg dan Gall yang dikutip Winarno, *research and information collecting*.
2. Perencanaan pembuatan produk model-model latihan *forehand dropshot* dalam bulutangkis pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas sesuai dengan langkah kedua Borg dan Gall yang dikutip Winarno.
3. Pengembangan produk awal yang didasarkan dari hasil analisis kebutuhan.
4. Uji coba produk awal oleh dijustifikasi oleh 3 evaluasi ahli yaitu 1 orang pelatih bulutangkis, 1 orang ahli pembelajaran dan 1 orang ahli media pembelajaran. Selanjutnya, produk yang telah dijustifikasi oleh para ahli diuji cobakan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas dengan melibatkan 6 subyek uji coba sesuai dengan langkah keempat Borg dan Gall yang dikutip Sugiyono. *Preliminary field testing, conducted in from 1 to 3 schools, using 6 to 12 subjects*.
5. Merevisi hasil analisis ahli dan memperbaiki atau menyempurnakan hasil uji coba produk sesuai dengan langkah kelima Borg dan Gall yang dikutip Winarno. *Main product revision, revision of product as suggested by the preliminary field-test results*.
6. Uji coba produk awal dan uji coba kelompok kecil dilakukan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas dengan melibatkan 10 subyek uji coba.
7. Revisi produk hasil uji coba lapangan berdasarkan hasil dari uji coba lapangan sesuai dengan langkah ketujuh Borg dan Gall *operational product revision, revision of product as suggested by main field-test results*.
8. Uji coba kelompok besar dilakukan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas dengan melibatkan 20 subyek uji coba.
9. Revisi akhir adalah langkah diseminasi dan implementasi produk yang meliputi menulis laporan dan penyebarluasan produk kepada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas.

C. Uji Coba Produk

Uji coba produk disamping untuk mendapatkan saran dari ahli demi perbaikan atau kesempurnaan produk yang akan dibuat, juga untuk mengetahui apakah produk yang telah dikembangkan layak diketahui dan dipelajari peserta didik.

1. Desain Uji Coba

Desain uji coba dilakukan untuk memperoleh data yang digunakan dalam menyempurnakan produk yang akan dibuat, data-data tersebut diperoleh dari tinjauan ahli, hasil uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar.

a. Evaluasi Ahli

Pengambilan data dari para ahli akan sangat berguna dalam penyempurnaan produk yang akan dibuat mengingat para ahli ini sudah berpengalaman dibidangnya

masing-masing, adapun pengambilan data dilakukan terhadap, 3 orang ahli evaluasi yaitu: 1 orang pelatih bulutangkis, 1 orang ahli media pembelajaran, 1 orang ahli pembelajaran. Kualifikasi ahli dalam penelitian ini adalah : (1) Ahli bulutangkis adalah Bapak Afif Rusdiawan, M.Pd yang mempunyai lisensi kepelatihan C dan dia adalah lulusan terbaik ilmu kepelatihan di universitas negeri Surabaya sertadosen pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan di IKIP Budi Utomo Malang, (2) Ahli media pembelajaran adalah Mochammad Assofi Trinugraha beliau adalah wasit dan pelatih bulutangkis bersertifikat nasional berlisensi C, 1 orang ahli pembelajaran adalah Apiex Dwi.P. dia adalah Guru SD dikediri serta pelatih tingkat dasar.

b. Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas dengan subyek 10 peserta didik. Metode pengambilan subyek yaitu menggunakan prosedur yang dilakukan dalam uji coba ini adalah (1) memberikan produk model-model latihan forehand dropshot kepada peserta didik untuk diamati dan dipahami, (2) peserta didik mempraktikkan model-model latihan forehand dropshot yang telah diamati, (3) setelah itu peserta didik diminta memberikan tanggapan tentang

produk yang telah diamati dengan menggunakan kuesioner. Hasil data yang diperoleh dari uji coba dianalisis dan digunakan untuk penyempurnaan produk model-model bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas

c. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas dengan subyek 20 peserta didik. Metode pengambilan subyek yaitu menggunakan prosedur yang dilakukan dalam uji coba ini adalah (1) memberikan produk model-model latihan forehand dropshot kepada peserta didik untuk diamati dan dipahami, (2) peserta didik mempraktikkan model-model latihan forehand dropshot yang telah diamati, (3) setelah itu peserta didik diminta memberikan tanggapan tentang produk yang telah diamati dengan menggunakan kuesioner. Hasil data yang diperoleh dari uji coba dianalisis dan digunakan untuk penyempurnaan produk model-model latihan forehand dropshot bulutangkis

2. Subyek Penelitian

Subyek penelitian adalah: (1) Subyek penelitian awal analisis kebutuhan berupa angket sebanyak 1 pelatih Ekstrakurikuler dan 30 siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas, (2) Subyek evaluasi terdiri dari 1 orang bulutangkis, 1 orang ahli media pembelajaran, (3) Subyek uji coba

tahap I (kelompok kecil), adalah siswa peserta ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Trawas dengan subyek 10 peserta didik, (4) Subyek uji coba kelompok besar adalah siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas dengan subyek 20 peserta didik (sisa dari uji coba tahap I).

3. Jenis Data

Data yang didapat merupakan data kuantitatif dan data kualitatif. Pengambilan data kuantitatif diperoleh dari pengambilan data melalui penelitian awal, berupa analisis kebutuhan yang diberikan kepada 2 pelatih ekstrakurikuler dan 30 siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas terhadap produk yang telah dibuat, uji coba kelompok kecil dengan subjek 10 peserta didik dan uji coba kelompok besar dengan subjek 20 peserta didik serta tinjauan para ahli yaitu 1 orang pelatih bulutangkis, 1 orang ahli media pembelajaran, dan 1 orang ahli pembelajaran.

4. Validitas dan Realibilitas Instrumen

Validitas mencerminkan sejauh mana ketepatan dan kecermatan suatu instrumen tes berfungsi sebagai alat ukur hasil belajar. Suatu tes dapat dikatakan memiliki validitas apabila tes tersebut dapat mengukur objek yang seharusnya diukur dan sesuai dengan kriteria tertentu. Suatu skala atau instrumen pengukur dapat dikatakan mempunyai validitas yang tinggi apabila instrumen tersebut menjalankan fungsi ukurnya, atau memberikan hasil ukur yang sesuai dengan maksud dilakukannya pengukuran tersebut. Tes yang memiliki validitas rendah

akan menghasilkan data yang tidak relevan dengan tujuan pengukuran

Reliabilitas adalah tingkat atau derajat konsistensi dari suatu instrumen. Reliabilitas tes berkenaan dengan pertanyaan apakah suatu tes teliti dan dapat dipercaya sesuai dengan kriteria yang telah ditetapkan. Suatu tes dikatakan reliabel jika selalu memberikan hasil yang sama bila diteskan pada kelompok yang sama pada waktu atau kesempatan yang berbeda (Zainal Arifin, 2011: 258). Menurut Nana Sudjana (2006: 16), "Reliabilitas alat penilaian adalah ketetapan atau keajegan alat tersebut dalam menilai apa yang dinilainya". Artinya, kapan pun alat penilaian tersebut digunakan akan memberikan hasil yang relatif sama. Hal senada juga diungkapkan Chabib Thoha (2003: 118), "reliabilitas sering diartikan dengan keterandalan". Artinya, suatu tes memiliki keterandalan jika tes tersebut dipakai mengukur berulang-ulang hasilnya sama. Dengan demikian reliabilitas dapat pula diartikan dengan keajegan atau stabilitas.

Dalam penelitian dan pengembangan ini, Instrumen pengumpulan data yang digunakan dalam pengembangan ini adalah penulisan angket. Data angket diperoleh dari: (1) penelitian awal yang diberikan melalui analisis kebutuhan kepada 2 pelatih ekstrakurikuler dan 30 siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas, (2) uji coba kelompok kecil dengan subjek 10 peserta didik dan uji coba kelompok besar dengan subjek 20 siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas yang telah dibuat dan data dari tinjauan para ahli

berupa saran, masukan dan tanggapan tentang rancangan produk.

Setelah data diperoleh kemudian dilakukan analisis data yang setiap subjek yang meliputi uji coba dan evaluasi ahli dengan pedoman sebagai berikut (Sugiyono, 2010: 141) :

- a. Jawaban a mempunyai nilai atau skor 4
- b. Jawaban b mempunyai nilai atau skor 3
- c. Jawaban c mempunyai nilai atau skor 2
- d. Jawaban d mempunyai nilai atau skor 1

5. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam pengembangan model-model latihan forehand dropshot dalam bulutangkis, serta evaluasi dari para ahli untuk uji produk adalah teknik analisis kualitatif dan deskriptif berupa persentase:

- a. Analisis kualitatif digunakan untuk menganalisis hasil pengumpulan data dari analisis kebutuhan, tinjauan para ahli serta uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar menggunakan pendekatan kualitatif. Data kualitatif dianalisis menggunakan model Miles dan Huberman (Sugiyono, 2010:247-253) yang terdiri dari tiga langkah, yaitu:

- (1) *Data reduction*. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting, dicari tema dan polanya.
- (2) *Data display*. Dalam penelitian kualitatif, penyajian data bisa dilakukan dalam bentuk uraian singkat, bagan, hubungan antar kategori, *flowchart* dan

sejenisnya. (3) *Conclusion drawing*. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat yang mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya.

- b. Analisis deskriptif yang berupa persentase juga digunakan untuk menganalisis hasil pengumpulan dari analisis kebutuhan, tinjauan para ahli serta uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar.

Rumus untuk mengolah data yang berupa deskriptif persentase (Sudjana, 2008:43) adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya
N : *Number of case* (jumlah frekuensi dari banyaknya individu)
P : Angka persentase

Apabila datanya berupa persentase, proporsi maupun rasio, maka kesimpulan dapat diambil, disesuaikan dengan permasalahannya (Arikunto 2006:344). Berikut ini penggolongan persentase kategori yang akan digunakan adalah:

- a. Persentase kategori baik adalah = 76% - 100% digunakan
- b. Persentase kategori cukup adalah = 56% - 75% digunakan
- c. Persentase kategori kurang baik adalah = 40% - 55% tidak digunakan

- d. Persentase kategori tidak baik adalah $= < 40\%$ tidak digunakan

HASIL PENGEMBANGAN

Pada bab ini akan memaparkan tentang penyajian data uji coba, analisis data dan revisi produk.

A. Penyajian Data Uji Coba

Pada penyajian data uji coba akan disajikan data yang terkumpul tentang (1) analisis kebutuhan, (2) ahli media pembelajaran, (3) ahli pembelajaran, (4) ahli bulutangkis, (5) uji coba pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMP Negeri 2 Trawas.

Untuk mendapatkan data uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar tentang model

latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas, peneliti menggunakan metode pengumpulan data berupa angket. Untuk data evaluasi menggunakan instrumen dalam bentuk angket ditujukan pada 2 ahli yaitu 1 ahli pelatih bulutangkis, 1 ahli pembelajaran. Untuk ujicoba, angket ditujukan pada siswa sebanyak 10 orang untuk uji coba kelompok kecil, dan untuk uji coba kelompok besar sebanyak 20 orang.

Tabel 4.1 berikut akan menyajikan data hasil analisis kebutuhan, data evaluasi, satu orang ahli pembelajaran, satu orang ahli bulutangkis, uji coba kelompok kecil maupun uji coba kelompok besar.

Tabel 4.1 Data Hasil Analisis Kebutuhan, Data Evaluasi Satu Orang Ahli Media Pembelajaran, Ahli Pembelajaran, Ahli bulutangkis, Uji Coba Kelompok Kecil Dan Uji Coba Kelompok Besar

No	Komponen	Temuan
1	Analisis kebutuhan siswa melalui pengamatan	Siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas kurang mempunyai kemampuan pukulan forehand dropshot yang benar Latihan mengumpan yang diberikan kepada siswa kurang menarik
	Analisis kebutuhan siswa melalui pengisian angket	94,2 % siswa menyatakan langkah-langkah pukulan forehand dropshot yang benar, penting untuk diketahui sebagai tambahan pengetahuan 95 % siswa menyatakan pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot diperlukan 91,7 % siswa menyatakan setuju jika dibuat / dikembangkan model-model latihan pukulan forehand dropshot mempercepat proses keterampilan pada pukulan tersebut
	Analisis kebutuhan pelatih melalui pengisian angket	Pelatih ekstrakurikuler bulutangkis menyatakan 70 % siswa yang mampu melakukan model latihan pukulan forehand

			dropshot dalam permainan bulutangkis sejauh ini Pelatih ekstrakurikuler bulutangkis menyatakan sangat setuju jika dilakukan pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot dalam permainan bulutangkis secara sintetik dengan variasi model-model latihan sehingga kompetensi yang diharapkan bisa tercapai
2	Evaluasi ahli Media Pembelajaran (n=1) dengan jumlah instrumen 40 pertanyaan		Dari evaluasi ahli media pembelajaran diperoleh hasil 75% maka dapat dinyatakan bahwa model latihan pukulan forehand dropshot dapat digunakan dan siap untuk diujicobakan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis Menambahkan keterangan label agar mudah dipahami Menambahkan jarak atau antrian dalam melakukan latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis Menambahkan tanda untuk keterangan arah lari Memperjelas uraian Menyeting ukuran buku pedoman yang akan disebarakan pada siswa

Tabel 4.1 Data Hasil Analisis Kebutuhan, Data Evaluasi Satu Orang Ahli Media Pembelajaran, Ahli Pembelajaran, Ahli bulutangkis, Uji Coba Kelompok Kecil Dan Uji Coba Kelompok Besar (Lanjutan)

No	Komponen	Temuan
1	Evaluasi ahli bulutangkis (pelatih bulutangkis) (n=1) dengan jumlah instrumen 40 pertanyaan	Dari evaluasi ahli bulutangkis diperoleh hasil 74,4% maka dapat dinyatakan bahwa model latihan pukulan dropshot dapat digunakan dan siap untuk diujicobakan pada siswa peserta ekstrakurikuler Bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas Simbol kurang jelas dan rumit Perlu disesuaikan antara gambar dan penjelasan Untuk usia 13-15 tahun variasi latihan sederhana saja tetapi intensitas latihannya ditambah dan lebih fokus Penjelasan harus lebih rinci Siswa perlu diperkenalkan teknik pukulan forehand dropshot bulutangkis dengan berbagai cara sebelum membahas tentang variasi

	latihan
Evaluasi ahli pembelajaran (n=1) dengan jumlah instrumen 40 pertanyaan	Dari evaluasi ahli pembelajarandiperoleh hasil 80,63% maka dapat dinyatakan bahwa model latihan dapat digunakan dan siap untuk diujicobakan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas Harus dijelaskan secara rinci tujuan dari model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis Menyempurnakan penulisan/redaksional.
2 Uji Coba Kelompok kecil (n=6) dengan jumlah instrumen 40 pertanyaan	Dari uji coba kelompok kecildiperoleh hasil % maka dapat dinyatakan bahwa model latihan forehand dropshot bulutangkisdapat digunakan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas
Uji Coba Kelompok besar (n=30) dengan jumlah instrumen 40 pertanyaan	Dari uji coba kelompok besar diperoleh hasil % maka dapat dinyatakan bahwa model latihan forehand dropshot bulutangkisdapat digunakan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas

Pengolahan Data Evaluasi Ahli Ahli Media Pembelajaran

Evaluasi ahli media dilakukan oleh Bapak MochammadAssofi Trianugraha Beliau adalah Pelatih yang berlisensi C. Paparan data hasil evaluasi ahli media pembelajaran disajikan pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 berikut menyajikan data hasil evaluasi ahli media pembelajaran terhadap rancangan pengembangan model latihan forehand dropshot bulutangkis dalam

permainan bulutangkis dengan pedoman sebagai berikut : (1) skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat sesuai, sangat menarik, sangat efektif; (2) skor 3 apabila jawaban jelas, sesuai, menarik, efektif; (3) skor 2 apabila jawaban tidak jelas, tidak sesuai, tidak menarik, tidak efektif; (4) skor 1 apabila jawaban sangat tidak jelas, sangat tidak sesuai, sangat tidak menarik, sangat tidak efektif.

Tabel 4.2 Data Hasil Evaluasi Ahli Media Pembelajaran (n = 1) Dengan Instrumen Sebanyak 40 Pertanyaan

No	Ahli	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1	Media Pembelajaran	40	160	120	75 %

Ahli Pembelajaran

Evaluasi ahli pembelajaran dilakukan olehBapak Apiex Dwi. P. beliau adalah dosen mata kuliah

belajar dan pembelajaran di IKIP Budi Utomo Malang, Paparan data hasil evaluasi ahli pembelajaran disajikan pada tabel 4.3.

Tabel 4.3 berikut menyajikan data hasil evaluasi ahli pembelajaran terhadap rancangan pengembangan model latihan forehand dropshot dalam permainan bulutangkis dengan pedoman sebagai berikut : (1) skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat sesuai, sangat menarik, sangat

efektif; (2) skor 3 apabila jawaban jelas, sesuai, menarik, efektif; (3) skor 2 apabila jawaban tidak jelas, tidak sesuai, tidak menarik, tidak efektif; (4) skor 1 apabila jawaban sangat tidak jelas, sangat tidak sesuai, sangat tidak menarik, sangat tidak efektif.

Tabel 4.3 Data Hasil Evaluasi Ahli Pembelajaran (n = 1) Dengan Instrumen Sebanyak 40 Pertanyaan

No	Ahli	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1	Pembelajaran	40	160	129	80,63

Ahli bulutangkis

Evaluasi ahli bulutangkis dilakukan oleh Bapak Afif Rusdiawan seorang pelatih bulutangkis yang berlisensi C Level 1 tahun 2012 yang berdomisili di Unesa. Paparan data hasil evaluasi ahli media pembelajaran disajikan pada tabel 4.4.

dropshot dalam permainan bulutangkis dengan pedoman sebagai berikut : (1) skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat sesuai, sangat menarik, sangat efektif; (2) skor 3 apabila jawaban jelas, sesuai, menarik, efektif; (3) skor 2 apabila jawaban tidak jelas, tidak sesuai, tidak menarik, tidak efektif; (4) skor 1 apabila jawaban sangat tidak jelas, sangat tidak sesuai, sangat tidak menarik, sangat tidak efektif.

Tabel 4.4 berikut menyajikan data hasil evaluasi ahli futsal terhadap rancangan pengembangan model latihan pukulan forehand

Tabel 4.4 Data Hasil Evaluasi Ahli Bulutangkis (n = 1) Dengan Instrumen Sebanyak 40 Pertanyaan

No	Ahli	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1	Pelatih Bulutangkis	40	160	89	74,4

Pengolahan Data Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil dilakukan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawassejumlah 10 orang siswa diperoleh hasil yang disajikan pada tabel 4.5.

Pukulan forehand dropshot dalam permainan bulutangkis dengan pedoman sebagai berikut (1) skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat sesuai, sangat menarik, sangat efektif; (2) skor 3 apabila jawaban jelas, sesuai, menarik, efektif; (3) skor 2 apabila jawaban tidak jelas, tidak sesuai, tidak menarik, tidak efektif; (4) skor 1 apabila jawaban sangat tidak jelas, sangat tidak

Tabel 4.5 berikut menyajikan data hasil hasil uji coba kelompok kecil terhadap rancangan pengembangan model latihan

sesuai, sangat tidak menarik, sangat tidak efektif.

Tabel 4.5 Data Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Kecil (n = 10) Dengan Instrumen Sebanyak 40 Pertanyaan

No	Komponen	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1	Uji Coba Kelompok Kecil	40	160	126	78,7

Pengolahan Data Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar dilakukan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawassejumlah 20 orang siswa diperoleh hasil yang disajikan pada tabel 4.6.

Tabel 4.6 berikut menyajikan data hasil hasil uji coba kelompok besar terhadap rancangan pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot dalam

permainan bulutangkis dengan pedoman sebagai berikut : (1) skor 4 apabila jawaban sangat jelas, sangat sesuai, sangat menarik, sangat efektif; (2) skor 3 apabila jawaban jelas, sesuai, menarik, efektif; (3) skor 2 apabila jawaban tidak jelas, tidak sesuai, tidak menarik, tidak efektif; (4) skor 1 apabila jawaban sangat tidak jelas, sangat tidak sesuai, sangat tidak menarik, sangat tidak efektif.

Tabel 4.6 Data Keseluruhan Hasil Uji Coba Kelompok Besar (n = 20) Dengan Instrumen Sebanyak 40 Pertanyaan

No	Komponen	Skor Minimal	Skor Maksimal	Skor Hasil	Persentase
1	Uji Coba Kelompok Besar	40	160	135	80

B. Revisi Produk

Berdasarkan data yang dikumpulkan dari ahli media pembelajaran, ahli pembelajaran, ahli bulutangkis dan siswa peserta ekstrakurikuer bulutangkis di SMP Negeri 2 Trawas pada uji coba kelompok kecil terdapat beberapa bagian model latihan Pukulan forehand dropshotdalam permainan bulutangkis yang perlu direvisi, hal ini dilakukan untuk lebih memaksimalkan pengembangan model latihan pukulan forehand

dropshot bulutangkis yang dikembangkan.

Revisi yang dilakukan berdasarkan evaluasi atau penilaian ahli media pembelajaran adalah (1) menambahkan keterangan label agar mudah dipahami (2) menambahkan jarak atau antrian dalam melakukan latihan mengumpan (3) menambahkan tanda untuk keterangan arah lari (4) memperjelas uraian (5) menyeting ukuran buku pedoman yang akan disebarakan pada siswa.

Revisi yang dilakukan berdasarkan evaluasi ahli pembelajaran adalah menjelaskan secara rinci tujuan dari model latihan mengumpukan (2) menyempurnakan penulisan/redaksional.

Revisi yang dilakukan berdasarkan evaluasi ahli bulutangkis (pelatih bulutangkis) adalah memperjelas simbol agar mudah dipahami siswa, (2) menyesuaikan antara gambar dan penjelasan, (3) memberikan penjelasan yang lebih rinci.

Revisi yang dilakukan berdasarkan penilaian dari uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar kepada siswa adalah: data hasil evaluasi yang diperoleh presentase keseluruhan pada uji coba kelompok kecil yaitu 78,7% data tersebut memenuhi kriteria baik dari presentase keseluruhan ujicoba kelompok besar adalah 80% data tersebut memenuhi kriteria baik. Berdasarkan keseluruhan hasil analisis data yang diperoleh bahwa pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis dapat membantu pembelajaran siswa dan dapat digunakan sebagai buku panduan pengembangan model latihan forehand dropshot bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas kab. Mojokerto.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa model latihan forehand dropshot bulutangkis sangatlah penting dikembangkan setelah dilakukan observasi dan dilakukan pengujian melalui analisis dari penilaian ahli, dan uji coba lapangan dengan kelompok kecil dan kelompok besar dalam situasi

sebenarnya, memberikan dampak yang positif bagi peningkatan kemampuan latihan bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler SMPN 2 Trawas.

Implementasi model latihan ini sangat berdampak positif terhadap tutor, guru, ataupun sederajat. Guru dapat melakukan analisis ilmiah dalam melakukan pembelajaran yang ada di intrakurikuler atau di ekstrakurikuler dengan melihat berbagai komponen-komponen yang saling berpengaruh dan berkembang dengan cara berbagai cara dan kemampuannya, serta menciptakan iklim yang kondusif dalam latihan dan pembelajaran tersebut

Berdasarkan analisis terhadap rumusan model, temuan studi ini memiliki komponen yang terpadu dan utuh, sehingga cukup aplikatif untuk dikembangkan dalam latihan ekstrakurikuler maupun saat pembelajaran penjas kesekolah secara efektif, dan efisien

KESIMPULAN

Pada bagian penutup ini dibahas 2 hal yaitu kajian produk yang telah direvisi dan saran saran, yang meliputi saran pemanfaatan, saran diseminasi, dan saran pengembangan produk lebih lanjut. Berikut ini akan diuraikan kedua hal tersebut.

A. Kajian produk yang telah direvisi

Berdasarkan dari tinjauan ahli dan ujicoba lapangan, serta pengamatan selama pengembangan, dilakukan beberapa revisi terhadap produk yang dikembangkan, antara lain:

1. Merevisi jarak antara pemain

2. Merevisi model model latihan agar lebih bervariasi
3. Menambah alat alat yang lebih variasi yang diperlukan dalam melakukan latihan bulutangkis
4. Pemberian beban dalam latihan jangan terlalu over atau berlebihan karena usianya masih muda
5. Arahan dalam setiap latihan harus lebih jelas dan akurat

Setelah mengalami tinjauan para ahli, evaluasi, dan uji coba lapangan, produk pengembangan ini mengalami revisi yang ada diatas. Dari hasil revisi yang diperoleh produk akhir berupa model latihan forehand dropshot bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler dengan sistematika penulisan produk tersebut yang dikembangkan sebagai berikut:

1. Prosedur pembelajaran

Proses pembelajaran merupakan suatu kegiatan melaksanakan kurikulum suatu lembaga pendidikan, agar dapat mempengaruhi para siswa mencapai tujuan pendidikan yang telah ditetapkan(Sudjana,2009:1).

Buku pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis merupakan buku yang menerangkan keseluruhan tentang langkah langkah model latihan pukulan forehand dropshot mulai dari penjabaranberikut penjelasannya tentang peralatan, teknik, model latihan pukulan forehand dropshot sehingga buku ini dapat dikembangkan dan dapat digunakan untuk proses pembelajaran disekolah menengah atas. Pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis ini dijelaskan dengan kebutuhan siswa dalam pembelajarannya.

2. Model latihan forehand dropshot

Pukulan forehand dropshot adalah pukulan yang hampir sama kayak smash tetapi pukulan ini arahnya memotong dan didekatkan di net lawan supaya lawan tidak bisa mengembalikan bola atau bola mati diarea lawan.

Pada bagian ini dikembangkan beberapa saran yang dikemukakan oleh peneliti sehubungan dengan produk yang telah dikembangkan. Apapun saran-saran yang telah dikembangkan meliputi saran pemanfaatan, saran desiminasi, dan saran pengembangan lebih lanjut.

3. Saran pemanfaatan

Produk pengembangan model latihan pukulan forehand dropshot bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 2 Trawas ini adalah sebuah buku yang dapat digunakan sebagian bagian belajar oleh siswa dan guru dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan, dalam pemanfaatan juga dipertimbangan situasi dan kondisi yang dijelaskan.

Untuk setiap siswa buku ini akan menambah pengetahuan secara umum tentang Pengembangan Model Latihan Pukulan Forehand Dropshot Bulutangkis Pada Siswa Ekstrakurikuler Di SMP Negeri 2 Trawas sehingga proses belajar mengajar tentang Pengembangan Model Latihan Pukulan Forehand Dropshot menjadi lebih mudah lebih cepat yang nantinya berdampak pada proses belajar mengajar dalam kehidupan sehari hari dapat berjalan baik.

4. Saran desiminasi

Dalam menyebarkan produk pengembangan kemasyarakat

luas, peneliti memberikan saran, sebelum produk ini disebarluaskan sebaiknya disusun kembali menjadi lebih baik lagi meliputi cover sampul dan isi dari produk tersebut.

5. Saran pengembangan

Dalam mengembangkan penelitian ini lebih lanjut peneliti mempunyai beberapa saran, diantara sebagai berikut: (1) Untuk tinjauan dari ahli sebaiknya menggunakan lebih banyak dari beberapa ahli lagi sehingga dapat lebih menyempurnakan lagi produk yang akan dikembangkan. (2) Untuk subyek penelitian sebaiknya menggunakan subyek yang lebih banyak dari bisa dilakukan dengan subyek 2 sekolah menengah pertama atau lebih.

DAFTAR PUSTAKA

- Aksan, H. 2012. *Mahir Bulutangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia
- Ardhana, W. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Ardi. 2010. *Meningkatkan Latihan Kondisi Fisik*. Jurnal Ilmu Olahraga, VOL.8, No. 1, Januari- Juni 2010
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek Edisi Revisi VI*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Bafirman, H.B. 2013. *Kontribusi Fisiologi Olahraga Mengatasi Resiko Menuju Prestasi Optimal*. Jurnal Media Ilmu keolahragaan, VOL.3, Edisi 1, Juli 2013, ISSN 2088-6802
- Bloomfield, C. J., & Barber, B. L., 2011. *Developmental experiences during extracurricular activities and Australian adolescents' self-concept: Particularly important for youth from disadvantaged schools*, *Journal Of Leadership Education*, 11, 84-101.
- Brog R Walter; Gall Meredith D; 1989. *Education Research; And Intruduction*, dalam buku Winarno, M.E. 2007. *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Bompa, T.O. 1990. *Theory and Methodology of Training*. Kendall/Hant : IOWA of University.
- Chabib, T. 2003. *Teknik Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Rajawali Pers
- Djie, T. 2003. *Pedoman Praktis Bulutangkis*. Jakarta. PB PBSI
- Grace, T. 1996. *Bulutangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula Dan Lanjut*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada
- Harsono. 1997. *Pengertian Hubungan Kekuatan Otot dengan Olahraga Atletik*. Jakarta. CV. Tambak Kusuma
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Tambak Kesuma
- Mahardika, S.M. *Evaluasi Pengajaran*. Surabaya. Unesa Universty Press
- Massoni, E. 2011. *Positive Effects of Extra Curricular Activities on Students*, *Essai*, 9, 83-87
- Nana, S. 2006. *Penilaian Hasil Belajar Proses Belajar Mengajar*: Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.

- Pate R., Clenaghan M.B. & Rotella R. 1993. *Dasar-dasar Ilmiah Kepeleatihan*, alih bahasa Kasiyo Dwijowinoto. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Poole, J. 2004. *Belajar Bulutangkis*. Bandung. Pionir Jaya
- Rosidi, S. 2012. *Penelitian Terapan Profesi Pendidikan*. Malang. NAMS Pres University
- Ruslan. 2009. *Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Pusat Pendidikan Dan Latihan Olahraga Pelajar*. JURNAL ILARA, VOL. 11, No. 2, Juli 2011: 50-51
- Salim, A. 2008. *Pintar Bermain Bulutangkis*. Bandung: Nuansa Cendekia
- Sajoto, M. 1988. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Price.
- Sajoto, M. 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta
- Sajoto, M. 1988. *Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan*. 1988. Semarang: FPOK IKIP
- Sudjana. 2008. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Grafindo Persada.
- Sugiarto, I. *Total Badminton*. Jakarta
- Sugiyono. 2007. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno, H.P. 1993. *Choaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Press.
- Sukadiyanto. 2010. *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Yogyakarta :FIK UNY.
- Syam, N. 2000. *Pengaruh Latihan Lari Cepat Kontinyu dan Latihan Lari Sprint Berselang Terhadap Forced Expiratory Volume on One Second (FEV1) dan Forced Viotal Capacity*. Surabaya: PPs Universitas Airlangga.
- Winarno, M.E. 2007. *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Malang.
- Winarno, M.E. 2011. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Media Cakrawala Utama Press.
- Zainal, A. (2011). *Evaluasi Pembelajaran*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.