

**PERBANDINGAN METODE PEMBELAJARAN BAGIAN DAN
KESELURUHAN TERHADAP KETERAMPILAN GERAK
DASAR LOB BULUTANGKIS**

Jurnal

Oleh

Adhi Wicaksono



**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS LAMPUNG
BANDAR LAMPUNG
2014**

ABSTRACT

COMPARATION OF THE PART AND WHOLE OF TEACHING METHOD TO BASIC MOVEMENT OF LOB ABILITY TO BADMINTON

By :

Adhi Wicaksono

Mentor :

Drs. Herman Tarigan, M.Pd

Drs. Ade Jubaedi, M.Pd

This research aimed to know the comparison of the part and whole of teaching method to basic movement of lob ability to extracurricular badminton of Elementary School 1 Pekalongan. The kind of this research was experiment with 45 student as the population. The distribution of the group was based on Ordinal Pairing. The instrument used was french stalter badminton test validity of 0.6 and reability of 0.96. While the data analysis technique was using anava. The research results showed : first, there is an increase of the basic movement ability of lob using the part of teaching method. Second, there is an increase of the basic movement ability of lob using the whole of teaching method. Third, the part of teaching method is better to increase the skill of basic movement of lob . So the conclusion is using the part of teaching method has better result than the whole of teaching method to the students badminton extraculiculer.

Key words : Comparation, Method, Part, Whole, Lob.

**PERBANDINGAN METODE PEMBELAJARAN BAGIAN DAN
KESELURUHAN TERHADAP KETERAMPILAN GERAK
DASAR LOB BULUTANGKIS**

Oleh

Adhi Wicaksono

Pembimbing

Drs. Herman Tarigan, M.Pd

Drs. Ade Jubaedi, M.Pd

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbandingan metode pembelajaran bagian dan keseluruhan terhadap keterampilan gerak dasar lob pada siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SD N 1 Pekalongan. Jenis penelitian yang digunakan adalah eksperimen, dengan populasi sebanyak 45 siswa. Pembagian kelompok berdasarkan Ordinal Pairing. Instrumen yang digunakan adalah *french stalter badminton test* dengan validitas 0,60 dan tingkat reliabilitas 0,96. Sedangkan teknik analisis data menggunakan anava. Hasil penelitian menunjukkan: pertama, ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran bagian. Kedua, ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan. Ketiga, Metode pembelajaran bagian lebih baik dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lob. Maka dapat peneliti simpulkan bahwa dengan menggunakan metode pembelajaran bagian memiliki hasil yang lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran keseluruhan.

Kata kunci: bagian, keseluruhan, lob, metode, perbandingan.

I. PENDAHULUAN

Latar Belakang

Bulutangkis merupakan salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal diseluruh dunia. Walaupun asal-muasal olahraga ini tidak diketahui secara pasti, karena terdapat bukti-bukti yang menyatakan bahwa permainan bulutangkis terdapat di beberapa negara yang berbeda sejak ratusan tahun yang lalu. Memang cikal-bakal olahraga ini dimainkan diberbagai Negara, saat ini hampir semua Negara berlomba-lomba untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai strategi permainan bulutangkis. Pada permainan bulutangkis terdapat berbagai teknik dan salah satunya yang harus dikuasai adalah pukulan lob. Lob adalah bola yang dipukul dari atas kepala, posisinya biasanya dari belakang lapangan dan diarahkan ke atas mengarah pada bagian belakang lapangan lawan.

Berdasarkan pengamatan penulis yang dilakukan saat observasi, dalam proses belajar mengajar di SD N 1 Pekalongan metode mengajar yang digunakan oleh guru adalah metode ceramah, metode demonstrasi, dan metode komando. Metode yang digunakan oleh guru dirasa monoton dan membosankan bagi siswa, sehingga masih banyak kekurangan siswa dalam melakukan gerak dasar lob. Hal ini terlihat dari kurang optimalnya gerakan yang dilakukan, seperti pegangan raket, gerakan tangan, dan footwork. Oleh karena itu perlu dicari metode pembelajaran lain yang dapat membuat siswa lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran yang diberikan.

Guna meningkatkan hasil belajar dan antusiasme siswa yang lebih baik penulis mencari metode yang tepat dalam penyampaian bahan pelajaran pada siswa khususnya dalam permainan bulutangkis yaitu dengan menggunakan

metode pembelajaran bagian dan keseluruhan. Sedangkan menurut Sugiyanto (1996:3) : Metode praktek keseluruhan adalah cara pendekatan dalam mengajar dimana untuk menguasai suatu rangkaian gerak, kepada siswa diajarkan semua unsur rangkaian gerakan secara keseluruhan sekaligus dan dipraktikkan secara keseluruhan sekaligus.

Bertitik tolak dari uraian di atas, maka penulis bermaksud melakukan penelitian tentang “Perbandingan Metode Pembelajaran Bagian dan Keseluruhan Terhadap Kemampuan Gerak Dasar Lob Pada Permainan BuluTangkis Siswa Ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan”.

Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka permasalahan yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Kemampuan gerak dasar lob siswa masih rendah.
2. Metode pembelajaran yang digunakan masih kurang tepat.
3. Belum digunakannya metode pembelajaran bagian dan keseluruhan dalam proses pembelajaran.

Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan diatas, agar penelitian ini tidak meluas, maka penelitian ini terbatas pada perbandingan metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan terhadap kemampuan gerak dasar lob pada permainan bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan.

Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran bagian akan meningkat?
2. Apakah keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan akan meningkat?
3. Manakah metode pembelajaran yang lebih baik dalam peningkatan keterampilan gerak dasar lob pada siswa ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan?

Tujuan

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui adakah peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran bagian.
2. Untuk mengetahui adakah peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan.
3. Untuk mengetahui adakah peningkatan metode pembelajaran mana yang lebih baik dalam peningkatan keterampilan gerak dasar lob pada siswa ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan.

Manfaat

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

1. Penulis
Melatih kemampuan dalam merencanakan dan melaksanakan pembelajaran serta menambah wawasan dengan terjun langsung ke lapangan dan memberikan pengalaman belajar guna meningkatkan kemampuan gerak dasar lob pada permainan bulutangkis.
2. Siswa
Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar lob dalam permainan bulutangkis.

3. Guru
Mencoba metode pembelajaran baru sebagai inovasi sekaligus menambah wawasan.
4. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Hasil penelitian ini diharapkan menjadi gambaran dalam upaya pengkajian dalam pengembangan ilmu pembelajaran permainan bulutangkis, khususnya untuk keterampilan pukulan lob.

Ruang Lingkup Penelitian

Obyek penelitian : Mengamati metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan terhadap kemampuan gerak dasar lob pada permainan bulutangkis.

Subyek penelitian : Siswa SD N 1 Pekalongan. Tempat Penelitian : Gedung Olah Raga Bulu tangkis

II. TINJAUAN PUSTAKA

Pendidikan Jasmani

Pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran dalam kurikulum di sekolah. Mata pelajaran ini berorientasi pada pelaksanaan misi pendidikan melalui aktivitas jasmani dan pembiasaan perilaku hidup sehat sehari-hari. Tujuan yang ingin dicapai dalam mata pelajaran ini adalah “membantu peserta didik untuk kesegaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani” (Depdiknas, 2004: 1).

Belajar

Belajar merupakan suatu usaha untuk menambah dan mengumpulkan berbagai pengalaman tentang ilmu pengetahuan. Belajar juga sebuah proses yang sering diartikan penambahan pengetahuan. Dalam kegiatan belajar mengajar, anak adalah sebagai subjek dan sebagai objek dari

kegiatan pengajaran. Belajar pada hakikatnya adalah perubahan yang terjadi didalam diri seseorang setelah melakukan aktifitas belajar. Syaiful Bahri (2006:44).

Metode Mengajar

Metode adalah cara yang digunakan untuk menyampaikan materi pelajaran dalam upaya mencapai tujuan kurikulum. Satu metode mengandung pengertian terlaksananya kegiatan guru dan siswa dalam proses pembelajaran. Metode dilaksanakan melalui prosedur tertentu.

Menurut Muhajir (2007) bahwa metode menempati fungsi yang penting dalam kurikulum, karena memuat tugas-tugas yang perlu dikerjakan oleh siswa dan guru.

Belajar Motorik

Belajar motorik adalah menghasilkan perubahan yang relatif permanen berupa gerak belajar yang diwujudkan melalui respon-respon muscular dan diekspresikan dalam gerak tubuh. Seorang yang ingin memiliki keterampilan yang baik harus terlebih dahulu mengembangkan unsur gerak, kemudian hal ini dapat dilakukan melalui proses belajar dan berlatih. Lutan (1988) mengatakan “belajar adalah sebuah perilaku yang relatif permanen sebagai akibat latihan atau pengalaman masa yang lampau”. Berkaitan dengan belajar keterampilan motorik suatu proses yang berkaitan dengan latihan atau pengalaman yang relatif permanen dalam reabilitasinya untuk merespon suatu gerak. Menurut Lutan belajar motorik adalah “seperangkat proses yang berkaitan dengan latihan atau pengalaman yang mengantarkan ke arah perubahan dalam perilaku terampil”.

Gerak

Dalam kehidupan manusia, keterampilan motorik memegang peran yang sangat pokok. Orang yang memiliki suatu keterampilan motorik mampu melakukan suatu gerak rangkaian gerak jasmani dalam

urutan tertentu, dalam mengadakan koordinasi antar gerak-gerak berbagai anggota badan secara terpadu. Keterampilan semacam itu disebut “gerak” karena otot, urat dan persendian terlibat langsung sehingga keterampilan sungguh-sungguh berakar dari kejasmanian.

Keterampilan Gerak

Gerak dasar adalah gerak yang berkembangnya sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan.keterampilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan yang lebih kompleks. Lutan (1988:77) membagi tiga gerakan dasar yang melekat pada individu yaitu, 1) lokomotor, 2) gerak non lokomotor, dan 3) manipulatif.

Lutan (1988:75) mendefinisikan gerak lokomotor adalah gerak yang digunakan untuk memindahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau memproyeksikan tubuh ke atas. Misalnya: jalan, lompat, dan berguling. Gerak non lokomotor adalah keterampilan yang dilakukan tanpa memindahkan tubuh dari tempatnya, misalnya membungkuk badan, memutar badan, mendorong dan menarik. Sedangkan gerak manipulatif adalah keterampilan memainkan suatu proyek baik yang dilakukan dengan kaki maupun dengan tangan atau bagian tubuh lain. Gerak manipulatif ini bertujuan untuk koordinasi mata-kaki, mata-tangan, misalnya melempar, menangkap, dan menendang.

Metode Bagian

Metode mengajar bagian disebut juga metode mengajar elementer, yang dimaksud dengan elementer adalah cara tertentu dalam penyajian suatu program pengajaran dengan melalui bagian-bagian terkecil. Bagian-bagian gerakan yang disusun secara bertahap dari tingkat

sederhana ke gerakan yang sempurna, dari hal-hal yang mudah ke gerakan yang sukar.

Metode ini dipergunakan untuk mempelajari materi pelajaran yang luas dan kompleks agar dapat dibagi-bagi menjadi beberapa unit, supaya dapat mempermudah dalam mempelajarinya. Metode bagian perbagian yaitu kecakapan yang kompleks dapat dipelajari secara efektif dan bila hal yang kompleks tersebut diuraikan menjadi bagian-bagian yang terkecil dan sederhana.

Metode Keseluruhan

Metode keseluruhan disebut juga metode global. Dalam pembelajaran pendidikan jasmani dengan metode keseluruhan anak-anak langsung disuruh bermain, jadi seluruh unit dipelajari sekaligus. Dengan demikian gerak dasar bermain tidak dipelajari tersendiri (secara khusus). Bila terjadi kesalahan gerak dasar dalam bermain maka permainan dihentikan, kemudian dibetulkan dengan sedikit penjelasan dan demonstrasi setelah itu permainan dilanjutkan kembali.

Menurut Sugiyanto (1996:83) : Metode praktek keseluruhan adalah cara pendekatan dalam mengajar dimana untuk menguasai suatu rangkaian gerak, kepada siswa diajarkan semua unsur rangkaian gerakan secara keseluruhan sekaligus dan dipraktikkan secara keseluruhan sekaligus. Metode keseluruhan merupakan suatu metode mengajar yang cara penyampaianya diberikan secara keseluruhan.

Keterampilan Gerak Dasar

Keterampilan gerak adalah kemampuan untuk melakukan gerakan secara efisien dan efektif. Gerak dasar adalah gerak yang berkembangnya sejalan dengan pertumbuhan dan tingkat kematangan. Keterampilan gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk

ketangkasan yang lebih kompleks. Lutan (1988) membagi tiga gerakan dasar yang melekat pada individu yaitu, 1) lokomotor, (2) gerak non lokomotor, (3) manipulatif.

Lutan (1988) mendefinisikan gerak lokomotor adalah “gerak yang digunakan untuk memudahkan tubuh dari satu tempat ke tempat lain atau memproyeksikan tubuh ke atas misalnya: jalan, lompat dan berguling”. Gerak non lokomotor “adalah keterampilan yang dilakukan tanpa memindahkan tubuh dari tempatnya, misalnya membungkuk badan, memutar badan, mendorong dan menarik”. Sedangkan gerak manipulatif adalah keterampilan memainkan suatu proyek baik yang dilakukan dengan kaki maupun dengan tangan atau bagian tubuh yang lain. Gerak manipulatif ini bertujuan untuk koordinasi mata-kaki, mata-tangan, misalnya melempar, menangkap dan menendang.

Bulu Tangkis

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang paling digemari, khususnya di Indonesia olahraga ini sudah menjadi bagian dari rakyat Indonesia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, dan berbagai tingkat keterampilan, baik pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi juga sebagai ajang persaingan prestasi. Bulutangkis merupakan olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket dan shuttle cock dengan teknik pemukulan yang bervariasi mulai dari yang relatif lambat hingga yang sangat cepat disertai dengan gerakan tipuan.

Menurut Icu Sugiaro (2002:24) keterampilan dasar bermain bulutangkis dapat dibagi menjadi 3 bagian, yaitu: teknik memegang raket, teknik memukul bola dan teknik penguasaan kerja kaki. Keterampilan dasar bermain bulutangkis dibagi menjadi beberapa bagian

diantaranya: cara memegang raket, sikap berdiri, gerakan kaki, dan pukulan.

Overhead

Suatu gerak dasar pukulan atau pengembalian yang dilakukan dari sisi tubuh yang dominan. Untuk melakukan pukulan overhead perlu memperhatikan cara pegangan yaitu mempergunakan pegangan pistol (pistol grip) dan mirip keadaan tangan sedang berjabat tangan.

Didalam pedoman praktis Bulutangkis PBSI (2003) : Pukulan overhead adalah bola yang dipukul dari atas kepala, posisinya biasanya dari samping lapangan dan diarahkan ke atas bagian samping lapangan.

Ekstrakurikuler

Proses belajar tidak selalu harus dilakukan di dalam kelas, kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan diluar jam pelajaran pokok yang merupakan jam tambahan yang dilakukan di luar atau di dalam sekolah sebagai tambahan dari jam pelajaran intrakurikuler yang bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat siswa salah satunya dengan menyalurkan minat dan bakat mereka ke dalam kegiatan ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan di luar jam pelajaran sekolah biasa, yang dilakukan di sekolah atau di luar sekolah dengan tujuan untuk memperluas pengetahuan siswa, mengenai hubungan antara mata pelajaran, menyalurkan bakat, minat, serta melengkapi pembinaan manusia seutuhnya.

Hipotesis

Arikunto (2002 : 67) Hipotesis adalah jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Hipotesis adalah asumsi atau dugaan mengenai sesuatu hal

yang dibuat untuk menjelaskan hal itu yang sering dituntut melakukan pengecekan. Berdasarkan uraian pada latar belakang maka hipotesis yang dapat diajukan dalam penelitian ini adalah

Ho : Tidak ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran bagian.

Ha₁ : Ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran bagian.

Ho : Tidak ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan.

Ha₂ : Ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan.

Ho : Metode pembelajaran keseluruhan lebih baik dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lob pada siswa ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan.

Ha₃ : Metode pembelajaran bagian lebih baik dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lob pada siswa ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan.

III. METODELOGI PENELITIAN

Metode Penelitian

Metode penelitian adalah strategi umum yang dianut dalam pengumpulan dan analisis data yang diperlukan, guna menjawab persoalan yang dihadapi. Menurut Arikunto (2002 : 3) penelitian eksperimen adalah suatu penelitian yang selalu dilakukan dengan maksud untuk melihat akibat dari suatu perlakuan. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui beda pengaruh metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar

lob pada siswa ekstrakurikuler SDN 1 Pekalongan. Maka metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen perbandingan yaitu untuk mengetahui pengaruh setiap variabel bebas terhadap variabel terikat.

Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Apabila seseorang ingin meneliti semua elemen yang ada dalam wilayah penelitian, maka penelitiannya merupakan peneliti populasi. Studi atau penelitiannya juga disebut studi populasi atau studi sensus. Arikunto (2002 : 108). Dalam penelitian ini penulis mengambil populasi siswa SD N 1 Pekalongan Lampung Timur.

2. Sampel Penelitian

Jika kita hanya meneliti sebagian dari populasi, maka penelitian tersebut disebut penelitian sampel. Sampel adalah sebagian atau wakil dari populasi yang akan diteliti, Arikunto (2002 : 131). Menurut Margono (2004 : 121) menyatakan sampel adalah sebagai bagian dari populasi, sebagai contoh yang diambil dengan menggunakan cara-cara tertentu. "Untuk ancer-ancer, maka apabila subjeknya kurang dari 100 lebih baik diambil semua sehingga penelitiannya merupakan penelitian populasi. Tetapi, jika jumlah subjeknya besar dapat diambil antara 10-15% atau 20-25% atau lebih".

Populasi siswa ekstrakurikuler bulutangkis SD N 1 Pekalongan berjumlah 45 orang yang terdiri dari 22 siswa perempuan dan 23 siswa laki-laki, maka yang menjadi sampel adalah seluruh siswa ekstrakurikuler bulutangkis, sehingga penelitian ini merupakan penelitian populasi.

Prosedur Desain

Desain yang dipakai dalam penelitian ini adalah Randomized Control-Group Pretest-Posttest Design (desain tes awal-tes akhir).

Variabel Penelitian

1. Variabel bebas (X) yaitu kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dengan metode pembelajaran bagian (X_1), kelompok eksperimen yang diberi perlakuan dengan metode pembelajaran keseluruhan (X_2), dan kelompok control (X_3).
2. Variabel terikat (Y) yaitu kemampuan gerak dasar lob pada permainan bulutangkis.

Teknik Pengumpulan Data

Untuk memperoleh data dalam penelitian ini digunakan pre test dan post test. Pre test dilakukan untuk membagi kelompok penelitian menjadi tiga yaitu kelompok eksperimen A, kelompok eksperimen B dan kelompok kontrol, kemudian kelompok eksperimen A diberi perlakuan dengan metode pembelajaran bagian dan kelompok eksperimen B diberi perlakuan dengan metode pembelajaran keseluruhan. Pada akhir treatment yang diberikan, dilakukan post test pada masing-masing kelompok. Data yang diperoleh dari masing-masing kelompok diasumsikan sebagai hasil dari perbedaan treatment yang dilakukan pada kedua kelompok.

Pelaksanaan Pemberian Perlakuan (treatment)

Pate (1993:213) menyatakan bahwa latihan yang dilakukan 6-8 minggu akan memberikan efek yang cukup dengan kekuatan 10-25%. El Fox yang dikutip Sajoto (1988:86)

menyatakan bahwa apakah memakai frekuensi 3 atau 5 kali perminggu, tetapi yang penting adalah lama latihan 4-8 minggu. Lebih lanjut Sajoto (1988:35) menyatakan program latihan 3 kali setiap minggu agar tidak terjadi kelelahan yang kronis.

Peneliti menggunakan batas minimum latihan sesuai dengan pernyataan El Fox yaitu memberikan treatment kepada kelompok eksperimen sebagai objek percobaan selama 4 minggu dengan frekuensi latihan 3 kali seminggu.

Instrumen penelitian

Arikunto (2002:65) menyatakan bahwa instrumen yang sudah berdasarkan teori penyusunan instrumen, secara logis sudah valid. Untuk itu validitas logis dapat dicapai apabila instrumen disusun mengikuti ketentuan yang ada. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa validitas logis tidak perlu diuji kondisinya tetapi langsung diperoleh sesudah instrumen tersebut selesai disusun. Tes yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini yaitu menggunakan french stalter badminton test dengan validitas 0,60 dan tingkat reliabilitas 0,96. Tujuan dari tes ini yaitu untuk mengetahui keterampilan gerak dasar lob.

Teknik Analisis Data

Data yang dianalisis adalah data dari hasil tes awal dan akhir. Untuk menguji perbedaan mean terhadap dua kelompok, yang satu memperoleh perlakuan, yang lain tidak. Dengan menggunakan t-test (uji-t), kita memeriksa efektivitas perlakuan. Dengan t-test hanya dapat dilihat perbedaan mean dua kelompok.

IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Deskripsi Data Penelitian

Berdasarkan gambar di atas dapat dilihat hasil tes awal pada kelompok bagian diperoleh jumlah nilai gerak dasar lob bulutangkis siswa adalah 758,1, nilai rata-rata 52,3, standar deviasi 7,8 dan varians 60,2 kemudian pada tes akhir mengalami peningkatan yang signifikan yaitu jumlah nilai gerak dasar lob bulutangkis siswa adalah 114,7, nilai rata-rata 76,1, standar deviasi 6,8 dan varians 46,5.

Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis pada dasarnya merupakan langkah untuk menguji apakah pernyataan yang dikemukakan dalam perumusan hipotesis dapat diterima atau ditolak. Data yang diperoleh selanjutnya dianalisis menggunakan analisis varians tunggal untuk menguji hipotesis yang telah disusun dalam penelitian ini.

Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan kegiatan selama penelitian pada siswa Ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan, sebelum diberikan perlakuan peneliti melakukan tes awal, merangking, membagi menjadi tiga kelompok dengan menggunakan Ordinal Pairing. Setelah itu kelompok A mendapat metode pembelajaran bagian, kelompok B mendapat metode pembelajaran keseluruhan dan kelompok C menjadi kelompok kontrol.

Pemilihan yang tepat akan sangat membantu dalam tercapainya tujuan latihan yang diharapkan. Pada penelitian ini, peneliti memilih

menggunakan dua metode pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar lob bulutangkis.

Kelompok pertama diberi tindakan dengan metode pembelajaran bagian, yaitu bentuk latihan keterampilan gerak dasar yang dilakukan secara bagian per bagian dari keterampilan yang dipelajari. Pelaksanaan pembelajaran lob bulutangkis secara bagian yaitu, pertama-tama dijelaskan gerak dasar lob yang baik dan benar, meliputi sikap awal kemudian jika telah berhasil maka dilanjutkan mempelajari gerakan pelaksanaan dan terakhir mempelajari gerak lanjutan.

Kelompok kedua dengan metode pembelajaran keseluruhan ialah pendekatan dimana sejak awal siswa diarahkan untuk mempraktikkan keseluruhan rangkaian gerakan yang dipelajari. Pelaksanaan pembelajaran secara keseluruhan yaitu, pertama-tama dijelaskan mengenai gerak dasar pukulan lob yang baik dan benar meliputi sikap awal, gerakan pelaksanaan, dan gerak lanjutan. Bagian-bagian gerakan lob tersebut dijelaskan secara terperinci dan di demonstrasikan. Selanjutnya siswa melakukan pukulan lob secara langsung dari sikap awal sampai gerak lanjutannya secara berulang-ulang.

Dan untuk melihat pengaruh keduanya, maka sebagai pembanding dibuat kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan apapun. Hasil penelitian menunjukkan hasil yang empiris bahwa metode pembelajaran bagian dan metode pembelajaran keseluruhan dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar lob bulutangkis. Dari kedua metode pembelajaran tersebut hasil menunjukkan bahwa metode pembelajaran bagian lebih tinggi peningkatannya dibandingkan metode pembelajaran keseluruhan.

Sesuai dengan yang diungkapkan Menurut Harsono (1988:142) bahwa, “Apabila keterampilan olahraga yang diajarkan itu sifatnya sederhana dan mudah dimengerti maka keterampilan tersebut sebaiknya diajarkan secara keseluruhan, dan setiap gerak dasar bagian hanya dilatih secara khusus apabila siswa atau subyek selalu membuat kesalahan pada gerak dasar bagian tersebut”. Sedangkan Rusli Lutan (1988: 411) menyatakan, “Metode keseluruhan memberikan keuntungan maksimal jika yang dipelajari ialah gerakan yang sederhana”. Jadi, kelebihan metode pembelajaran bagian adalah siswa dapat menguasai bagian-bagian gerakan lob dengan baik dan benar, siswa dapat terhindar dari kesalahan gerak, karena masing-masing gerakan lob atas harus dikuasai baru ditingkatkan.

Dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di SDN 1 Pekalongan. Bahwa mengajarkan keterampilan gerak dasar pada siswa SD harus sesuai tahap pertumbuhan dan perkembangannya. Dengan demikian bahwa mengajarkan dengan metode pembelajaran bagian adalah pilihan yang lebih baik dan tepat guna memudahkan siswa mempelajari dan memahami konsep gerak yang baik dan benar.

V. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan analisis dan pembahasan dari hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa :

1. Ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran bagian.
2. Ada peningkatan keterampilan gerak dasar lob dengan menggunakan metode pembelajaran keseluruhan.

3. Metode pembelajaran bagian lebih baik dalam meningkatkan keterampilan gerak dasar lob pada siswa ekstrakurikuler SD N 1 Pekalongan.

Saran

Berdasarkan kesimpulan dalam penelitian ini, maka penulis menyarankan untuk dijadikan bahan masukan bagi :

1. Peneliti lainnya, khususnya bagi mahasiswa Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan dapat terus menerus memperbaiki penelitian dalam melakukan penelitian selanjutnya.
2. Siswa agar dapat meningkatkan keterampilan belajar Penjaskesnya.
3. Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan diharapkan dapat dijadikan salah satu acuan dalam program pembelajaran bulutangkis khususnya untuk meningkatkan keterampilan pukulan lob.

DAFTAR PUSTAKA

- Dikti, PPLPTK.
- Margono. 2004. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Muhajir. 2007. *Silabus Dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan*. Bandung: Erlangga.
- Pate. 1993. *Dasar-Dasar Kepeleatihan Ilmiah* terjemahan Kasiyo Dwijowinoto. Semarang: IKIP Semarang.
- PBSI. 2003. *Pedoman Praktis Bermain Bulutangkis*. Jakarta: PB. PBSI.
- Sajoto. 1988. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.
- Sugiarto, I. 2002. *Total Badminton*. Solo: CV. Setyaki Eka Anugrah.
- Sugiyanto. 1996. *Belajar Gerak*. Jakarta: KONI Pusat.
- Arikunto, S. 2002. *Prosedur Penelitian. Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Bahri, S. 2006. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Depdiknas. 2004. *Nomor 20 tahun 2003 tentang sistem pendidikan nasional*. Jakarta: Depdiknas.
- Harsono. 1988. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Lutan, R. 1998. *Belajar Keterampilan Motorik. Pengantar Teori dan Metode*, Jakarta: Dirjen

