



ISSN 2715-3886

Meningkatkan *Backhand Overhead Clear* Bulutangkis Dengan Metode *Drill*

Muhammad Hafid Hendarto // Universitas Negeri Malang
Oni Bagus Januarto // Universitas Negeri Malang
Agus Tomi // Universitas Negeri Malang
Hendartohafid.mh@gmail.com
+6289681835827

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis dengan metode *drill* untuk atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang. Penelitian ini merupakan jenis penelitian tindakan olahraga (PTO) yang menggunakan metode deskriptif kualitatif dan deskriptif kuantitatif dengan pengambilan subjek penelitian berjumlah 14 atlet putra. Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa persentase ketuntasan keseluruhan pada siklus 2 yang terdiri dari *observer 1* dan *observer 2* yaitu sebesar 82,93%. Kesimpulan dari penelitian ini bahwa pemberian metode *drill* dapat meningkatkan pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis untuk atlet putra berjumlah 14 atlet usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang.

Kata kunci

backhand overhead clear, bulutangkis, metode *drill*.

PENDAHULUAN

Permainan bulutangkis merupakan olahraga yang sangat populer di Indonesia. Bulutangkis sangat digemari oleh semua kalangan, mulai dari anak-anak, remaja hingga dewasa maupun lanjut usia. Bulutangkis tidak hanya sebagai rekreasi dan kesehatan namun juga untuk meningkatkan prestasi seseorang. Di Indonesia, bulutangkis semakin banyak kejuaraan dan pembinaan prestasi terutama di luar negeri. Bulutangkis dimainkan dengan menggunakan poin 21 yang biasa disebut dengan "*rally point*". Bulutangkis adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (tunggal) atau dua pasangan (ganda) yang mengambil posisi berlawanan di bidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah jaring (*net*) (Phomsoupha & Laffaye, 2015). Bulutangkis adalah olahraga yang disukai di seluruh dunia, juga jutaan orang di segala usia. Olahraga ini membutuhkan perubahan kecepatan, kecepatan reaksi, daya tahan dan kekuatan otot, serta kerja jantung yang tinggi (Cohen, Texier, Quéré, & Clanet, 2015). Bulutangkis dilakukan di dalam lapangan dengan bentuk lapangan persegi panjang yang dibagi menjadi dua bagian dan sudah diatur dan disesuaikan dengan aturan yang ada di dalam bulutangkis. Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individu yang dapat dilakukan dengan cara satu orang melawan satu orang atau dua orang lawan dua orang (Butterworth, Turner, & Johnstone, 2012). Dalam hal ini permainan bulutangkis mempunyai tujuan bahwa seseorang pemain

berusaha menjatuhkan *shuttlecock* di daerah permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul *shuttlecock* dan menjatuhkan di daerah sendiri. PB. BAT Kota Malang yang bemarkas di Gedung Bulutangkis Mahkota Wulung Kelurahan Tunggulwulung Kecamatan Lowokwaru Kota Malang memiliki jumlah keseluruhan atlet sebanyak 35 atlet yang terdiri dari 17 atlet berumur 7-12 tahun, 13 atlet berumur 13-16 tahun, dan 5 atlet berumur 17-20 tahun.

Berdasarkan hasil pengamatan yang telah dilakukan peneliti maka didapatkan hasil persentase pukulan *service* memiliki tingkat kebenaran 79,17% dari total intensitas 120 kali melakukan *service*, pukulan *forehand lob* memiliki tingkat kebenaran 90% dari total intensitas 180 kali melakukan *forehand lob*, pukulan *forehand smash* memiliki tingkat kebenaran 76,93% dari total intensitas 91 kali melakukan *forehand smash*, pukulan *forehand dropshot* memiliki tingkat kebenaran 75% dari total intensitas 52 kali melakukan *forehand dropshot*, pukulan *backhand overhead clear* memiliki tingkat kebenaran 36% dari total intensitas 25 kali melakukan *backhand overhead clear*, pukulan *netting* memiliki tingkat kebenaran 72,73% dari total intensitas 55 kali melakukan *netting*. Berdasarkan hasil observasi dan pengamatan dapat disimpulkan bahwa teknik pukulan *backhand overhead clear* memiliki persentase kebenaran paling rendah dari teknik yang lainnya yaitu sebesar 36%.

Selanjutnya untuk mendapatkan data lebih detail peneliti melakukan tes keterampilan pukulan *backhand overhead clear*. Berdasarkan data observasi tentang tes keterampilan gerak teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* yang dilakukan peneliti terhadap 14 atlet yaitu pada gerakan persiapan persentase benar sebesar 40,48%. Pada gerakan memukul persentase benar sebesar 38,1%. Pada gerakan lanjutan persentase benar sebesar 33,34%. Dari hasil observasi dan pengamatan tersebut peneliti menyimpulkan bahwa masih sedikit atlet yang bisa melakukan teknik pukulan *backhand overhead clear* dilihat dari setiap tahapannya. Kesalahan atlet dalam melakukan teknik gerakan akan mempengaruhi ketepatan pukulan *backhand overhead clear* yang dihasilkan. Dengan kata lain, hal tersebut juga akan berdampak pada berhasil atau tidaknya atlet dalam mencetak poin pada suatu *game* atau permainan bulutangkis.

Dalam hasil wawancara dengan pelatih yang mengatakan bahwa semua teknik dasar pukulan sudah diajarkan dalam bentuk program, namun ada beberapa teknik yang hanya dasarnya saja dan pukulan *backhand overhead clear* yang menjadi kelemahan atau paling lemah dari sekian teknik dasar pukulan yang dikuasai oleh para atlet. Penyebab kenapa atlet kurang menguasai pukulan *backhand overhead clear* karena program khusus untuk pukulan *backhand overhead clear* sendiri masih belum ada program khusus latihan *drill* teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* dan kurangnya pembinaan secara terstruktur yang menyebabkan kurangnya efektifitas latihan sehingga teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* kurang baik pada saat latihan.

Peneliti juga menyebarkan angket kebutuhan kepada atlet dapat dilihat bahwa sebanyak 57,14% (8 atlet) sulit dalam melakukan teknik dasar *backhand overhead clear*, sebanyak 50,00% (7 atlet) mengatakan jarang diajarkan teknik dasar *backhand overhead clear*, sebanyak 100% (14 atlet) memerlukan model pelatihan khusus pukulan *backhand overhead clear*. Oleh karena itu, peneliti ingin meningkatkan teknik pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis dengan menggunakan metode *drill* pada atlet. Dari latihan menggunakan metode *drill* ini diharapkan dapat meningkatkan pukulan *backhand overhead clear* bagi atlet. Metode *drill* atau latihan adalah suatu cara mengajar dengan memberikan latihan terhadap apa yang telah dipelajari peserta didik sehingga memperoleh suatu keterampilan tertentu (Diment, 2014). Metode *drill* adalah suatu kegiatan melakukan hal yang sama, berulang-ulang secara sungguh-sungguh dengan tujuan untuk memperkuat suatu asosiasi atau menyempurnakan suatu keterampilan agar menjadi bersifat permanen (Fernandez-Fernandez, Sanz, Sarabia, & Moya, 2017). Kata "*Drill*" berasal dari bahasa Inggris yang berarti latihan berulang-ulang baik yang bersifat "*trial and error*" ataupun melalui prosedur rutin tertentu (Mehdizadeh, Arshi, & Davids, 2014).

Dapat disimpulkan bahwa kurangnya program latihan dengan *drill* untuk pukulan *backhand overhead clear* menjadi faktor utama dalam upaya meningkatkan pukulan *backhand overhead clear*. *Backhand overhead* adalah pukulan yang dilakukan terhadap *shuttlecock* yang melambung di sebelah kiri atas kepala. Pukulan dilakukan dengan punggung tangan menghadap ke *net* dan punggung badan membelakangi *net* (Rusydi, Sasaki, Sucipto, Zaini, & Windasari, 2015). Pukulan yang mengarahkan *shuttlecock* di daerah belakang lawan, untuk melakukan pemain dapat menggunakan pegangan *handshake grip*, karena jenis pegangan ini memungkinkan untuk memukul bola dari sisi yang tidak dominan tanpa mengubah *grip* (Patterson, Pattison, Legg, Gibson, & Brown, 2017). Pukulan *backhand* tersebut harus dikuasai dengan baik oleh atlet agar teknik

dasar pukulan tersebut bisa dilakukan dengan baik dan prestasi diharapkan bisa diwujudkan. Maka judul penelitian “Upaya Meningkatkan Teknik Dasar Pukulan *Backhand Overhead Clear* Bulutangkis Dengan Metode *Drill* Untuk Atlet Putra Usia 7-12 Tahun di PB. BAT Kota Malang”.

METODE

Pada penelitian ini menggunakan penelitian tindakan olahraga (PTO), tujuan diadakannya penelitian ini adalah dapat meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* pada atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang dengan menggunakan metode *drill*. Dilihat dari tujuan penelitian ini adalah penelitian tindakan olahraga (PTO), dimana mempunyai kesamaan dengan jenis penelitian tindakan kelas (PTK) yaitu tetap mengikuti dasar landasan pada penelitian tindakan. Seperti yang dikemukakan bahwa Penelitian Tindakan Olahraga dengan Penelitian Tindakan Kelas sama-sama melewati tahapan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan, refleksi (Amansya & Sinaga, 2015).

PTO itu memiliki perbedaan yang jelas yang diantaranya sebagai berikut. PTK memiliki substansi yang mengarah ke pembelajaran, sedangkan PTO substansinya mengarah ke prestasi cabang olahraga tertentu. Selanjutnya PTK memiliki konsep kelas

yang bebas bisa di lapangan, kelas, dan alam, sedangkan PTO memiliki konsep kelas yang terpaku pada kecabangan olahraga itu sendiri. Dari kedua perbedaan yang telah dijelaskan di atas maka dapat dipahami dengan jelas adanya perbedaan antara PTK dan PTO yang terletak pada substansi dan konsep kelasnya (Bhayangkara, 2018). Penelitian tindakan olahraga dapat mendorong pelatih menjadi lebih kreatif dan inovatif dengan cara mengimplementasikan dan mengadaptasi berbagai teori metode dan kepelatihan materi latihan yang mutakhir. Agar dapat meningkatkan kualitas pelatihan yang menjadi tanggung jawabnya, pelatih hendaknya melakukan penelitian tindakan olahraga (Heri, 2017).

Kehadiran peneliti dalam penelitian ini adalah berperan sebagai rekan kerja sekaligus pengamat dengan tujuan untuk bekerjasama dalam menyusun suatu tindakan yang akan dilakukan, sehingga peneliti merasakan adanya suatu masalah tersebut dan perlu adanya solusi untuk memecahkan masalah. Peran peneliti dalam penelitian adalah sebagai *observer* yang bekerjasama serta berkolaborasi dengan pelatih dan asisten pelatih dalam memecahkan masalah yang ada seperti menyusun program latihan dan faktor lain yang dihadapi atlet. Jadi, peneliti terlibat langsung dalam perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan, dan juga refleksi. Penelitian tindakan olahraga (PTO) dilaksanakan di PB. BAT Kota Malang yang berada di Gedung Bulutangkis Mahkota Wulung Kelurahan Tunggulwulung Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Subjek dalam penelitian adalah para atlet putra yang berusia 7-12 tahun.

Data yang dikumpulkan adalah mengenai latihan *backhand overhead clear* dengan menggunakan metode *drill* yang didapatkan dari hasil observasi pengamatan pada saat latihan berlangsung dan dari hasil angket, wawancara dengan pelatih. Observasi atau yang disebut pula dengan pengamatan, meliputi kegiatan pemuatan perhatian terhadap sesuatu objek dengan menggunakan seluruh alat indra. Jadi mengobservasi dapat dilakukan dengan penglihatan, penciuman, pendengaran, peraba, dan pengecap (Moleong, 2017). Apa yang dikatakan ini sebenarnya adalah pengamatan langsung. Di dalam arti penelitian observasi dapat dilakukan dengan tes, kuisisioner, rekaman gambar, rekaman suara.

Adapun rumus perhitungan data yang digunakan oleh peneliti untuk mengolah data yang berupa deskriptif persentase adalah sebagai berikut:

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

Keterangan:

f = frekuensi yang sedang dicari persentasenya.

N= *Number of Cases* (jumlah frekuensi/banyaknya individu).

P= angka persentase.

Table 1 Analisis Persentase Keberhasilan Tindakan (Syahrum., 2014)

Taraf Keberhasilan Tindakan	Keterangan
81-100%	Sangat Baik
61-80%	Baik
41-60%	Cukup
21-40%	Kurang
0-20%	Sangat Kurang

HASIL

Hasil penelitian ini akan dipaparkan dari data hasil yang diperoleh peneliti pada tahap observasi awal sampai proses pelaksanaan penelitian. Peneliti melakukan observasi berupa pengamatan permainan bulutangkis sesungguhnya dengan poin 11 ganti lawan. Dari hasil observasi yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa, pukulan *backhand overhead clear* memiliki persentase kebenaran paling rendah dari teknik yang lainnya yaitu sebesar 36%. Berdasarkan hasil dari observasi tersebut maka peneliti mengamati keterampilan pukulan *backhand overhead clear* dan diperoleh hasil persentase ketuntasan pada indikator sikap persiapan 40,48%, gerakan memukul *shuttlecock* 38,1%, dan gerakan akhir 33,34%. Kesimpulan yang dapat diambil adalah masih sedikit atlet putra yang dapat melakukan teknik pukulan *backhand overhead clear* dilihat dari setiap tahapannya.

Berdasarkan hasil refleksi awal, maka peneliti bersama pelatih membuat program latihan dan catatan lapangan. Hasil dari siklus 1 dan siklus 2 menunjukkan adanya perbedaan peningkatan. Pada siklus 1 hasil sudah menunjukkan peningkatan, namun dari hasil tersebut masih belum memenuhi target yang ingin dicapai oleh peneliti. Oleh karena itu peneliti bersama pelatih melaksanakan refleksi dengan hasil perlu adanya peningkatan lagi pada pukulan *backhand overhead clear* dan perlunya ada tambahan program latihan metode yang lebih untuk membuat seluruh atlet dapat menguasai pukulan *backhand overhead clear*.

Dari hasil latihan pada siklus 2, telah terjadi peningkatan yang sudah mencapai target sesuai dengan yang ditentukan oleh peneliti. Setelah itu peneliti dan pelatih melaksanakan evaluasi di siklus ke 2 dan dari hasil tersebut, maka penelitian ini tidak dilanjutkan ke siklus selanjutnya. Pada hasil observasi awal keberhasilan yang diperoleh yaitu 36%, setelah dilaksanakan latihan pada siklus 1 dan 2 terjadi suatu peningkatan dari *observer 1* dan *observer 2* sebesar 82,93%. Dapat disimpulkan bahwa menggunakan metode *drill* dapat meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis bagi atlet putra bulutangkis usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang.

Tabel 2. Ringkasan Hasil Pertemuan Pada Siklus 1 dan Siklus 2

Gerakan Keterampilan Pukulan <i>Backhand Overhead Clear</i> Bulutangkis				
	Sikap Persiapan	Sikap Memukul	Sikap Lanjutan	Rata-rata
Siklus 1				
Pertemuan 1	39,28	35,71	31,72	35,57
Pertemuan 2	45,23	35,72	33,34	38,09
Pertemuan 3	50	36,36	31,82	39,39
Pertemuan 4	58,33	45,83	34,72	46,29
Pertemuan 5	65,47	51,19	41,66	52,77
Siklus 2				
Pertemuan 1	64,28	54,76	40,47	53,17
Pertemuan 2	60,61	57,58	51,52	56,57
Pertemuan 3	79,48	69,23	66,67	71,79
Pertemuan 4	84,52	78,57	69,05	77,38
Pertemuan 5	95,23	82,14	71,43	82,93

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pengamatan permainan yang dilakukan peneliti dan dibantu oleh pelatih dimana melibatkan 14 atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang pada tanggal 3 Desember 2018 dengan pengamatan permainan tunggal poin 11 secara bergantian. Hasil data yang diperoleh yaitu dari pukulan *service* memiliki tingkat kebenaran 79,17% dari total intensitas 120 kali melakukan *service*, pukulan *forehand lob* memiliki tingkat kebenaran 90% dari total intensitas 180 kali melakukan *forehand lob*, pukulan *forehand smash* memiliki tingkat kebenaran 76,93% dari total intensitas 91 kali melakukan *forehand smash*, pukulan *forehand dropshot* memiliki tingkat kebenaran 75% dari total intensitas 52 kali melakukan *forehand dropshot*, pukulan *backhand overhead clear* memiliki tingkat kebenaran 36% dari total intensitas 20 kali melakukan *backhand overhead clear*, pukulan *netting* memiliki tingkat kebenaran 72,73% dari total intensitas 55 kali melakukan *netting*. Kesimpulan dari pemaparan tersebut yaitu teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* merupakan Teknik dasar yang masih sulit dilakukan bagi atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang.

Dari hasil wawancara dengan pelatih yang mengatakan bahwa bahwa semua teknik dasar pukulan sudah diajarkan dalam bentuk program, namun ada beberapa teknik yang hanya dasarnya saja dan pukulan *backhand overhead clear* yang menjadi kelemahan dari sekian teknik dasar pukulan yang dikuasai oleh para atlet. Penyebab kenapa atlet kurang menguasai pukulan *backhand overhead clear* karena program khusus untuk pukulan *backhand overhead clear* sendiri masih belum ada dan kurangnya pembinaan secara terstruktur yang menyebabkan kurangnya efektifitas latihan sehingga membuat atlet tidak bisa melakukan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear*.

Berdasarkan hasil tes pengamatan keterampilan *backhand overhead clear* yang dilaksanakan peneliti pada tanggal 3 Desember 2018 menggunakan indikator terdiri dari sikap persiapan: (1) Posisi badan membelakangi *net*, kaki kanan berada di depan badan, kaki kiri lebih dekat dengan *net*, (2) Sikap badan sedikit merendah, kaki kanan sedikit ditekuk pada sendi lutut, berat badan ditumpu oleh kedua kaki, perhatian dan pandangan tertuju pada *shuttlecock*, (3) Raket dipegang tangan kanan dan dibawa di depan badan, lengan kanan menyilang di depan badan, tangan kanan pemegang raket berada di dekat pundak kiri, lengan dan tangan kiri sebagai keseimbangan badan. Gerakan memukul: (1) Gerakan memukul dimulai dengan gerak putaran bahu, bersamaan itu kaki kanan (belakang) diluruskan, (2) Gerakan ayunan raket memukul *shuttlecock* dengan cepat diikuti lecutan pergelangan tangan sekuat mungkin dan eksplosif, (3) Saat perkenaan raket dengan *shuttlecock*, lengan pemukul harus lurus. Gerakan Lanjutan: (1) Gerak lecutan pergelangan tangan, (2) Setelah pukulan dilakukan segera melangkah secepatnya ke tengah lapangan, (3) Kembali ke sikap siap.

Dari hasil pengamatan teknik dasar keterampilan *backhand overhead clear* yang telah dilaksanakan peneliti dari 14 atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang, pada gerakan persiapan persentase benar sebesar 40,48%. Pada gerakan memukul persentase benar sebesar 38,1%. Pada gerakan lanjutan persentase benar sebesar 33,34%. Dari hasil penyebaran angket terhadap 17 atlet usia 8-12 tahun di PB. BAT Kota Malang pada tanggal 6 Desember 2018 dihasilkan bahwa 57,14% (8 atlet) sulit dalam melakukan teknik dasar *backhand overhead clear*, sebanyak 50,00% (7 atlet) mengatakan jarang diajarkan teknik dasar *backhand overhead clear*, sebanyak 100% (14 atlet) memerlukan model pelatihan khusus pukulan *backhand overhead clear*. Oleh karena itu, peneliti ingin meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis dengan menggunakan metode *drill* pada atlet. Dari latihan menggunakan metode *drill* ini diharapkan dapat meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear*. Metode *drill* atau latihan adalah suatu cara mengajar dengan memberikan latihan terhadap apa yang telah dipelajari peserta didik sehingga memperoleh suatu keterampilan tertentu (Carden, Izard, Greeves, Lake, & Myers, 2017).

Dari hasil pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa kurangnya program latihan metode *drill* untuk teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* menjadi faktor utama dalam upaya meningkatkan pukulan *backhand overhead clear*. *Backhand overhead* adalah pukulan yang dilakukan terhadap *shuttlecock* yang melambung di sebelah kiri atas kepala. Pukulan dilakukan dengan punggung tangan menghadap ke *net* dan punggung badan membelakangi *net*. Pukulan *backhand* tersebut harus dikuasai dengan baik oleh atlet agar dapat menguasai teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* dengan baik dan prestasi diharapkan bisa diwujudkan (Tan, Ting, & Lau, 2017). Setelah peneliti mengetahui kesulitan yang dialami oleh atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang, kegiatan peneliti selanjutnya adalah menyiapkan program latihan yang digunakan untuk 5 kali pertemuan pada siklus 1. Selain itu peneliti mempersiapkan lembar observasi dan lembar catatan lapangan untuk mengambil data selama program latihan berlangsung yang akan diberikan

kepada *observer 1* dan *observer 2*. Peneliti juga mempersiapkan presensi untuk atlet dan mempersiapkan alat bantu atau media yang akan digunakan pada proses tindakan.

Dalam pelaksanaan tindakan 1 peneliti melakukan selama 5 kali pertemuan yang dilaksanakan pada tanggal 29 Juni 2019, tanggal 1 Juli 2019, tanggal 2 Juli 2019, tanggal 4 Juli 2019, dan tanggal 5 Juli 2019 dimulai pukul 16.00-18.00 WIB yang berlokasi di Gedung Bulutangkis Mahkota Wulung Kelurahan Tunggulwulung Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Hasil dari pelaksanaan siklus 1 yang terdiri dari 5 kali pertemuan diperoleh hasil persentase tingkat keberhasilan sebanyak % dari *observer 1* dan % dari *observer 2*. Hasil tersebut belum merupakan target pencapaian yang diinginkan oleh peneliti. Sehingga peneliti bersama pelatih melakukan refleksi untuk peningkatan pukulan *backhand overhead clear* di siklus 2 dan perlu adanya tambahan metode untuk menunjang peningkatan tersebut. Berdasarkan dari hasil refleksi yang diadakan oleh peneliti bersama pelatih, peneliti bersama pelatih mencoba untuk memperbaiki baik dari segi program latihan dan cara penyampaian materi yang lebih variatif dan jelas lagi supaya dapat meningkatkan teknik pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis dengan metode *drill* yang akan dilaksanakan pada siklus 2, sehingga nantinya mendapatkan hasil yang optimal.

Dalam pelaksanaan siklus 2 peneliti melakukan selama 5 kali pertemuan yang dilaksanakan pada tanggal 16 Juli 2019, tanggal 18 Juli 2019, tanggal 19 Juli 2019, tanggal 20 Juli 2019, dan tanggal 22 Juli 2019 pada pukul 16.00-18.00 WIB yang berlokasi di Gedung Bulutangkis Mahkota Wulung Kelurahan Tunggulwulung Kecamatan Lowokwaru Kota Malang. Hasil dari pelaksanaan siklus 2 yang terdiri dari 5 kali pertemuan diperoleh hasil persentase tingkat keberhasilan sebanyak 82,93% dari *observer 1* dan *observer 2*.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian tindakan olahraga (PTO) yang telah dilaksanakan oleh peneliti disimpulkan bahwa dengan menggunakan metode *drill* dapat meningkatkan teknik dasar pukulan *backhand overhead clear* bulutangkis pada atlet putra usia 7-12 tahun di PB. BAT Kota Malang.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak akan dapat bisa terselesaikan jika tanpa bantuan, dorongan motivasi, dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara langsung maupun tidak langsung. Oleh karena itu pada kesempatan ini, penulis menyampaikan ucapan terimakasih dengan setulus hati kepada Dr. Sapto Adi, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk menempuh pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang, Dr. Moch. Yunus, M. Kes., selaku Wakil Dekan I Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang yang telah memberikan izin dalam penelitian kepada penulis, Dr. Lokananta Teguh Hari Wiguno, M. Kes., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Malang yang telah memberikan izin dalam proses penelitian kepada penulis, Drs. Oni Bagus Januarto, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing I dan Drs. Agus Tomi, M.Pd., selaku Dosen Pembimbing II yang selalu memberikan ilmu, pengarahan, bimbingan, saran, dan kesabaran yang sangat luar biasa dalam proses kelancaran penulisan ini, Kedua orang tua tercinta, Bapak Heni Hendarto dan Ibu (Almh.) Endri Nurwanti yang selalu memberikan do'a, dan motivasi yang tiada henti sehingga skripsi ini dapat terselesaikan, Bapak Budi Cahyono selaku pelatih kepala klub bulutangkis PB. BAT Kota Malang yang telah memberikan izin untuk bisa melaksanakan penelitian, seluruh atlet bulutangkis klub di PB. BAT Kota Malang yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Amansya & Sinaga. (2015). Upaya Meningkatkan Hasil Passing Melalui Variasi Latihan Berbalik Dan Mengoper Bola Pada Atlet Sepak Bola Usia 13-15 Tahun Di Ssb Sinar Pagi. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Bhayangkara, C. D. (2018). Peningkatan Hasil Belajar Gerak Lokomotor Dengan Pola Pendekatan Bermain Sd Al Hanief Kota Bekasi. *Jendela Olahraga*. <https://doi.org/10.26877/jo.v3i1.2033>
- Butterworth, A. D., Turner, D. J., & Johnstone, J. A. (2012). Coaches' perceptions of the potential use of performance analysis in badminton. *International Journal of Performance Analysis in Sport*. <https://doi.org/10.1080/24748668.2012.11868610>

- Carden, P. P. J., Izard, R. M., Greeves, J. P., Lake, J. P., & Myers, S. D. (2017). Force and acceleration characteristics of military foot drill: Implications for injury risk in recruits. *BMJ Open Sport and Exercise Medicine*. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2015-000025>
- Cohen, C., Texier, B. D., Quéré, D., & Clanet, C. (2015). The physics of badminton. *New Journal of Physics*. <https://doi.org/10.1088/1367-2630/17/6/063001>
- Diment, G. M. (2014). Mental skills training in soccer: A drill-based approach. *Journal of Sport Psychology in Action*. <https://doi.org/10.1080/21520704.2013.865005>
- Fernandez-Fernandez, J., Sanz, D., Sarabia, J. M., & Moya, M. (2017). The effects of sport-specific drills training or high-intensity interval training in young tennis players. *International Journal of Sports Physiology and Performance*. <https://doi.org/10.1123/ijsp.2015-0684>
- Heri, R. (2017). Upaya Meningkatkan Keterampilan Passing Sepakbola Dengan Kaki Bagian Dalam Menggunakan Metode Bermain Heri Rustanto. *Jurnal Pendidikan Olahraga*.
- Mehdzadeh, S., Arshi, A. R., & Davids, K. (2014). Quantification of stability in an agility drill using linear and nonlinear measures of variability. *Acta of Bioengineering and Biomechanics*. <https://doi.org/10.5277/abb140307>
- Moleong, L. J. (2017). Metodologi Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi). In *PT. Remaja Rosda Karya*.
- Patterson, S., Pattison, J., Legg, H., Gibson, A. M., & Brown, N. (2017). The impact of badminton on health markers in untrained females. *Journal of Sports Sciences*. <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1210819>
- Phomsoupha, M., & Laffaye, G. (2015). The Science of Badminton: Game Characteristics, Anthropometry, Physiology, Visual Fitness and Biomechanics. *Sports Medicine*. <https://doi.org/10.1007/s40279-014-0287-2>
- Rusydi, M. I., Sasaki, M., Sucipto, M. H., Zaini, & Windasari, N. (2015). Local Euler Angle Pattern Recognition for Smash and Backhand in Badminton Based on Arm Position. *Procedia Manufacturing*. <https://doi.org/10.1016/j.promfg.2015.07.125>
- Syahrum, S. (2014). Metodologi Penelitian Kuantitatif. *KOMUNIKASI PENELITIAN KUANTITATIF Program Studi Jurnalistik & Humas*.
- Tan, D. Y. W., Ting, H. Y., & Lau, S. B. Y. (2017). A review on badminton motion analysis. *Proceedings of 2016 International Conference on Robotics, Automation and Sciences, ICORAS 2016*. <https://doi.org/10.1109/ICORAS.2016.7872604>