

**EFEKTIFITAS GAYA MENGAJAR LATIHAN DAN
RESIPROKAL TERHADAP HASIL BELAJAR PUKULAN
BACKHAND OVERHEAD BULUTANGKIS PADA SISWA
KELAS X SMA NEGERI 1 JASINGA**



ARIEF SEPTIARDI APPILLANO

6135123074

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

**Skripsi Ini Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Meraih
Gelar Sarjana Pendidikan**

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2017

**LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI
PERSETUJUAN KOMISI PEMBIMBING**

Nama

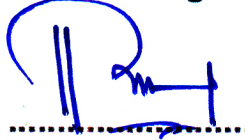
Tanda Tangan

Tanggal

Pembimbing I

Khaeroni, M.Pd

NIP. 19730818 200212 1001

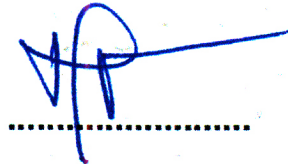


6-2-2017

Pembimbing II

Sujarwo, M.Pd

NIP. 19760425 200312 1001



3-2-2017

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN SKRIPSI

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Ketua

Dr. Wahyuningtyas Puspitorini, S.Pd, M.Kes, AIFO

NIP. 19720522200604 2001

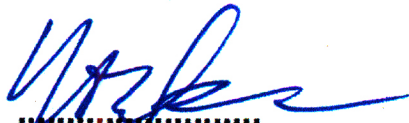


7-2-2017

Sekretaris

Drs. Nur Ali, M.Pd

NIP. 19580827 198503 1001

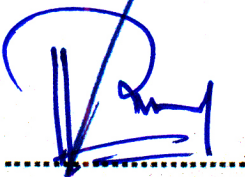


3-2-2017

Anggota

Khaeroni, M.Pd

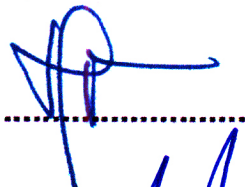
NIP. 19730818 200212 1001



6-2-2017

Sujarwo, M.Pd

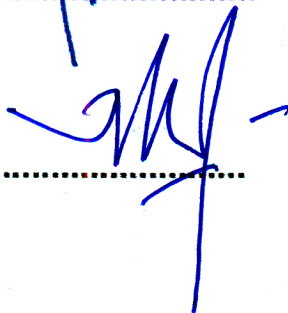
NIP. 19760425 200312 1001



3-2-2017

Drs. Mustara Musa, M.Pd

NIP. 19660707 200112 1001



6-2-2017

Tanggal Lulus : 31 Januari 2017

ABSTRACT

ARIEF SEPTIARDI APPILLANO. The effectiveness of training and Reciprocal Teaching Style Against Stroke Study Results At the Badminton Backhand Overhead Class X SMAN 1 Jasinga. Essay. Jakarta: Faculty of Sport Science, State University of Jakarta in 2017.

This study aimed to compare teaching styles are more effective in teaching styles and teaching styles reciprocal training on learning outcomes overhead backhand badminton in class X SMA Negeri 1 Jasinga.

This research was conducted in SMA Negeri 1 badminton court Jasinga. Jl. Sukamanah 3 Setu village, Bogor. This study was initiated on 10 November 2016-15 December 2016 and the study was conducted every Thursday at 10:00 to 12:00 during physical education instructional hours, the total sample of 30 students by random sampling technique.

The data analysis technique used is the "T" begins with an assessment to be compared to the 0.05 significance level. The results of the data analysis are as follows: initial and final test results overhead backhand badminton teaching style exercises using average values obtained deviation = 5.86, standard deviation = 0.77, standard error of the mean = 0.20 , From these results produce value obtained = 29.3. The calculation result is then compared with the degrees of freedom ($df = n - 1 = 15 - 1 = 14$) and a significance level of 0.05 was obtained value = 2.14. Thus the value is greater than = $29.3 > 2.14$).

Based on the analysis, we can conclude null hypothesis (H_0) is rejected, the Working Hypothesis (H_1) is received, or an increase learning outcomes badminton backhand overhead significantly in the exercise group teaching style

Results of preliminary tests and a final overhead backhand badminton using reciprocal teaching style gained an average value deviation = 4.26,

standard deviation = 1.91, standard error of the mean = 0.51. From these results produce value obtained = 8.35. The calculation result is then compared with the degrees of freedom (df) = $n - 1 = 15 - 1 = 14$ and a significance level of 0.05 was obtained value = 2.14. Thus the value is greater than = $8.35 > 2.14$).

Based on the analysis, we can conclude null hypothesis (H_0) is rejected, the Working Hypothesis (H_1) is received, or an increase learning outcomes badminton backhand overhead using reciprocal teaching style.

Data final test results backhand overhead learn badminton in group exercises and reciprocal teaching style gained a second standard error of the difference between the mean = 0.74, that value makes the acquired = 2.79, then the calculation results were compared with the degrees of freedom (df) = $(+) - 2 = (15 + 15) - 2 = 28$ and a significance level of 0.05 was obtained value = 2.05. Thus greater than ($= 2.79 > 2.05$).

Based on analysis of these data, then H_0 is rejected and H_1 accepted or hypothesis that there is a difference between the final test results overhead backhand ability badminton group exercises and reciprocal teaching style proved

Therefore, based on the results of data analysis seen from the group teaching style workout at = 29.3, and a group of reciprocal teaching style = 8.35, it can be concluded that the teaching style of training is more effective than reciprocal teaching style to learning outcomes Overhead Badminton Backhand Blow In Class X SMAN 1 Jasinga

RINGKASAN

ARIEF SEPTIARDI APPILLANO. Efektifitas Gaya Mengajar latihan dan Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Pukulan Backhand Overhead Bulutangkis Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Jasinga. Skripsi. Jakarta : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta Tahun 2017.

Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan gaya mengajar mana yang lebih efektif antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar pukulan *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Jasinga.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan bulutangkis SMA Negeri 1 Jasinga. Jl. Sukamanah No.3 Desa Setu, Bogor. Penelitian ini dimulai pada tanggal 10 November 2016 – 15 Desember 2016 dan penelitian ini dilakukan setiap hari Kamis jam 10.00 - 12.00 pada saat jam pembelajaran penjas, jumlah sampel sebanyak 30 siswa dengan teknik *random sampling*.

Teknik analisis data yang digunakan adalah uji “T” dimulai dengan menghitung T_{hitung} untuk dibandingkan dengan T_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05. Hasil analisis data adalah sebagai berikut : Hasil tes awal dan akhir backhand overhead bulutangkis menggunakan gaya mengajar latihan diperoleh nilai rata-rata deviasi (M_D) = 5,86, standar deviasi (S_D) = 0,77, standar error mean (SE_{MD}) = 0,20. Dari hasil tersebut menghasilkan nilai t_{hitung} diperoleh = 29,3. Hasil perhitungan tersebut kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = N - 1 = 15 - 1 = 14 dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai t_{tabel} = 2,14. Dengan demikian nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 29,3 > t_{tabel} = 2,14$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan Hipotesis nol (H_0) ditolak, Hipotesis Kerja (H_1) diterima, atau terjadi peningkatan hasil

belajar backhand overhead bulutangkis secara signifikan pada kelompok gaya mengajar latihan

Hasil tes awal dan akhir backhand overhead bulutangkis menggunakan gaya mengajar resiprokal diperoleh nilai rata-rata deviasi (M_D) = 4,26, standar deviasi (S_D) = 1,91, standar error mean (SE_{MD}) = 0,51. Dari hasil tersebut menghasilkan nilai t_{hitung} diperoleh = 8,35. Hasil perhitungan tersebut kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $N - 1 = 15 - 1 = 14$ dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 2,14$. Dengan demikian nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 8,35 > t_{tabel} = 2,14$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan Hipotesis nol (H_0) ditolak, Hipotesis Kerja (H_1) diterima, atau terjadi peningkatan hasil belajar backhand overhead bulutangkis menggunakan gaya mengajar resiprokal.

Data tes akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal diperoleh standar error perbedaan antara kedua mean ($SE_{mx2-my2}$) = 0,74, dari nilai tersebut menjadikan t_{hitung} diperoleh = 2,79, kemudian hasil perhitungan tersebut dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $(N_1 + N_2) - 2 = (15 + 15) - 2 = 28$ dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 2,05$. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dibandingkan t_{tabel} ($t_{hitung} = 2,79 > t_{tabel} = 2,05$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau hipotesis yang menyatakan terdapat perbedaan antara hasil tes akhir kemampuan backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal terbukti

Dengan demikian berdasarkan hasil analisis data dilihat dari nilai t_{hitung} kelompok gaya mengajar latihan sebesar = 29,3, dan t_{hitung} kelompok gaya mengajar resiprokal sebesar = 8,35, maka dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar latihan lebih efektif daripada gaya mengajar resiprokal terhadap Hasil Belajar Pukulan Backhand Overhead Bulutangkis Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Jasinga

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kepada ALLAH SWT, atas segala nikmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Skripsi ini ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam meraih gelar sarjana pendidikan.

Skripsi ini berjudul “Efektifitas Gaya Mengajar Latihan dan Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Pukulan Backhand Overhead Bulutangkis Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Jasinga”. Pada kesempatan ini peneliti ingin mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta Dr. Abdul Sukur M.Si. Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta Ibu Dr. Wahyuningtyas Puspitorini M,Kes, AIFO. Pembimbing Akademik Bapak Drs. Nur Ali, M.Pd, dosen pembimbing I Bapak Khaeroni, M.Pd, dosen pembimbing II Bapak Sujarwo, M.Pd, serta seluruh Bapak/Ibu dosen dan karyawan – karyawan fakultas Ilmu Keolahragaan.

Akhirnya peneliti mengucapkan banyak terimakasih kepada semua pihak yang telah memberikan dukungan moril maupun materil sehingga dapat selesainya skripsi ini. Semoga tulisan ini dapat bermanfaat bagi yang membacanya.

Jakarta, Januari 2017

ASA

DAFTAR ISI

RINGKASAN	i
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
 BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Kegunaan Penelitian	6
 BAB II KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS	
A. KerangkaTeoritis	7
1. Hakikat Belajar	7
2. Hakikat Backhand Overhead Bulutangkis	9
3. Hakikat Gaya Mengajar Latihan	12
4. Hakikat Gaya Mengajar resiprokal.....	15
5. Hakikat Hasil Belajar	20
6. Karakteristik Siswa SMA/SMK.....	22
B. Kerangka Berpikir.....	24
C. Hipotesis Penelitian.....	26
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Tujuan Penelitian.....	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Metode Peneltian	28
D. Populasi dan Sampel	29
E. Teknik Pengumpulan Data	30
F. Teknik Analisis Data	37

BAB IV HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data	42
1. Data hasil tes awal dan tes akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada gaya mengajar resiprokal	42
2. Data hasil tes awal dan tes akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada gaya mengajar latihan	45
B. Pengujian Hipotesis.....	48

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....	52
B. Saran	52

DAFTAR PUSTAKA	54
-----------------------------	-----------

LAMPIRAN - LAMPIRAN	55
----------------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Perbedaan gaya mengajar latihan dan resiprokal.....	19
Tabel 2.	Kisi – kisi penilaian tes <i>backhand overhead</i> bulutangkis.....	31
Tabel 3.	Distribusi frekuensi tes awal gaya mengajar resiprokal.....	43
Tabel 4.	Distribusi frekuensi tes akhir gaya mengajar resiprokal	44
Tabel 5.	Distribusi frekuensi tes awal gaya mengajar latihan.....	46
Tabel 6.	Distribusi frekuensi tes akhir gaya mengajar latihan	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Teknik pegangan grip.....	10
Gambar 2. Teknik backhand overhead	11
Gambar 3. Grafik Diagram hasil tes awal gaya mengajar resiprokal	44
Gambar 4. Grafik Diagram hasil tes akhir gaya mengajar resiprokal	45
Gambar 5. Grafik Diagram hasil tes awal gaya mengajar latihan	47
Gambar 6. Grafik Diagram hasil tes akhir gaya mengajar latihan	48

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Daftar peringkat hasil tes awal backhand overhead.....	55
Lampiran 2. Data hasil tes awal dan tes akhir backhand overhead	56
Lampiran 3. Data hasil tes awal backhand overhead pada gaya mengajar latihan dan resiprokal	57
Lampiran 4. Data hasil tes akhir backhand overhead pada gaya mengajar latihan dan resiprokal	61
Lampiran 5. Data hasil tes awal dan tes akhir backhand overhead pada gaya mengajar latihan.....	65
Lampiran 6. Data hasil tes awal dan tes akhir backhand overhead pada gaya mengajar resiprokal.....	68
Lampiran 7. Uji reliabilitas	71
Lampiran 8. Nilai “t” untuk berbagai df.....	73
Lampiran 9. Data perhitungan distribusi frekuensi relatif data tes awal gaya mengajar latihan.....	74
Lampiran 10. Data perhitungan distribusi frekuensi relatif data tes awal gaya mengajar resiprokal.....	75
Lampiran 11. Data perhitungan distribusi frekuensi relatif data tes akhir gaya mengajar latihan.....	76
Lampiran 12. Data perhitungan distribusi frekuensi relatif data tes akhir gaya mengajar resiprokal.....	77
Lampiran 13. Rencana pelaksanaan pembelajaran gaya mengajar latihan dan resiprokal	78
Lampiran 14. Foto – foto penelitian.....	108

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan pendidikan dengan menggunakan aktivitas otot-otot besar hingga proses pendidikan yang berlangsung tidak terhambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan sebagai bagian dari proses pendidikan keseluruhan.

Dalam proses belajar mengajar, guru pendidikan jasmani diharapkan dapat mengajarkan berbagai keterampilan gerak dasar, teknik dasar, strategi permainan olahraga, nilai-nilai yang harus diterapkan dalam olahraga (kejujuran, sportivitas dan kerja sama), serta pembiasaan pola hidup sehat.

Proses belajar mengajar dapat dikatakan sukses bila ada perubahan pada diri peserta didik. Perubahan tingkah laku menyangkut sikap, pengetahuan, dan keterampilan juga dalam proses belajar mengajar peserta didik harus menunjukkan motivasi belajar yang tinggi, semangat kerja yang besar dan percaya diri yang tinggi.

Proses lain yang mempengaruhi proses belajar mengajar menjadi kurang optimal yaitu kemampuan gerak siswa yang kurang optimal. Hal ini dapat mempengaruhi tujuan pembelajaran yang tidak tercapai.

Kurikulum pendidikan jasmani disekolah dilakukan melalui berbagai cara yang dapat meningkatkan kemampuan, keterampilan, dan pertumbuhan baik pada bidang afektif, kognitif dan psikomotor. Untuk mencapai tujuan yang diinginkan yaitu dengan menggunakan gaya mengajar yang sesuai dengan tingkat usia dan lingkungan.

Fakta dilapangan yang sering terjadi yaitu proses belajar mengajar pendidikan jasmani disekolah hasilnya sering tidak optimal. Hal ini salah satu penyebabnya adalah kurang kompetensinya guru pendidikan jasmani dalam memilih dan menentukan gaya pengajaran yang sesuai dengan materi pembelajaran, sehingga tidak jarang proses pembelajaran berlangsung dengan suasana membosankan serta tidak menarik.

Bagi anak-anak khususnya siswa SMA, permainan bulutangkis bukanlah jenis permainan baru, karena permainan tersebut banyak diminati dan dimainkan oleh masyarakat baik desa maupun kota.

Bulutangkis sebagai salah satu pokok bahasan mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan merupakan materi wajib untuk diberikan di Sekolah Menengah Atas.

Permainan bulutangkis merupakan suatu permainan yang membutuhkan penguasaan teknik dasar dan kemampuan gerak yang maksimal. Jika teknik-teknik tersebut kurang dikuasai menimbulkan permainan kurang menarik. Demikian pula yang terjadi dalam pelaksanaan

teknik gerakan pukulan backhand overhead yang merupakan komponen penting dalam permainan bulutangkis.

Dalam kegiatan belajar mengajar bulutangkis di sekolah, para siswa SMA Negeri 1 Jasinga sering melakukan kesalahan pada saat melakukan backhand overhead. Kesalahan tersebut banyak dijumpai pada saat melakukan gerakan ayunan raket dan perkenaan *cock* dengan raket pada saat memukul *cock*. Hal ini menyebabkan siswa ragu-ragu dan takut melakukan backhand overhead, padahal backhand overhead merupakan teknik paling sering digunakan dalam permainan bulutangkis. Backhand overhead juga sangat sering diincar oleh pemain lawan untuk mematikan permainan.

Berdasarkan hal tersebut, dalam penelitian ini penulis akan meneliti mengenai gaya mengajar yang dapat meningkatkan kemampuan teknik “pukulan *backhand overhead*”. Sejalan dengan tujuan yang ingin dicapai guru, sebaiknya dapat memberikan gaya mengajar yang sesuai agar tujuan tersebut tercapai. Ada banyak bentuk gaya mengajar yang dapat digunakan diantaranya adalah gaya mengajar latihan dan resiprokal.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis akan melakukan penelitian mengenai “efektifitas gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar pukulan *backhand overhead* Bulutangkis pada siswa SMA Negeri 1 Jasinga”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat di identifikasikan masalah-masalah sebagai berikut :

1. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi dalam proses pembelajaran pendidikan jasmani?
2. Apakah gaya mengajar latihan efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?
3. Apakah gaya mengajar resiprokal efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?
4. Apakah gaya mengajar resiprokal lebih efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* dibandingkan dengan gaya mengajar latihan pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?
5. Apakah gaya mengajar latihan lebih efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga ?
6. Apakah gaya mengajar latihan dan resiprokal dapat meningkatkan minat siswa dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang teridentifikasi, maka penelitian ini dapat dibatasi sebagai berikut:

Efektifitas gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar pukulan *backhand overhead* bulutangkis pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Jasinga.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah gaya mengajar latihan efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* bulutangkis pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?
2. Apakah gaya mengajar resiprokal efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* bulutangkis pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?
3. Apakah gaya mengajar latihan lebih efektif dibandingkan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar *backhand overhead* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari kegiatan penelitian ini adalah :

1. Mengetahui efektifitas gaya mengajar Latihan dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar pukulan *backhand overhead* bulutangkis pada siswa kelas SMA X Negeri 1 Jasinga.
2. Sebagai bahan masukan bagi mahasiswa pendidikan jasmani FIK UNJ dalam mengajar bulutangkis.
3. Sebagai bahan masukan bagi pelatih bulutangkis disekolah maupun di ekskul-ekskul.

BAB II

KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERFIKIR DAN PENGAJUAN HIPOTESIS

A. Kerangka Teoritis

1. Hakikat Belajar

Pendidikan jasmani memiliki tujuan kepada keselarasan antara tubuh dan perkembangan jiwa. Pendidikan jasmani dan kesehatan memusatkan perhatiannya kepada perubahan psikomotorik yang harus dilakukan melalui berbagai bentuk gerak fisik yang menghasilkan perubahan psikomotorik, perubahan kognitif, dan perubahan afektif.

Belajar memiliki makna pada proses perubahan tingkah laku karena adanya interaksi antara individu dengan lingkungannya. Tingkah laku itu mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap.

Belajar ialah suatu proses usaha yang dilakukan seseorang untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya.¹

Menurut Syaiful Bahri Djamarah dan Azwan Zain, pengertian belajar adalah proses perubahan perilaku berkat pengalaman dan latihan.²

¹ Slameto, Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2003). H 2

² Syaiful Bahri Djamarah, Strategi Belajar Mengajar, (Jakarta, PT. Rineka Cipta, 2002). H 11

Perubahan tingkah laku kognitif pada dasarnya terjadi pada aspek pikiran atau intelektual yang meliputi pengetahuan, pemahaman, kemampuan aplikasi, analisis, sintesis, dan evaluasi. Perubahan perilaku afektif berhubungan dengan perkembangan emosi dan sosial siswa yang meliputi sikap, apresiasi, nilai dan kepribadian.

Psikomotorik yaitu perubahan yang terjadi pada gerak dan kondisi siswa yang meliputi gerak dasar, kondisi fisik, kemampuan pengamatan, keterampilan gerak, dan kemampuan komunikasi.

Peran siswa dalam proses belajar mengajar ini adalah suatu proses yang dialami oleh siswa di sekolah dalam mencari atau menambah pengetahuan, pengalaman, dan sikap.

Pesan yang didapat siswa setelah melakukan proses belajar adalah apa yang dipelajari di sekolah tidak akan terlupakan walaupun dalam perjalanan waktu selanjutnya bisa saja terjadi perubahan dalam arti peningkatan pengetahuan yang juga menuju pada perubahan sikap, keterampilan, maupun pemahamannya.

Dari penjelasan diatas maka yang dimaksud dengan belajar adalah suatu proses perubahan tingkah laku melalui pengalaman dan latihan.

2. Hakikat *Backhand overhead* Bulutangkis

Bulutangkis adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang mengambil posisi berlawanan dibidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah jarring net.³

Permainan bulutangkis terdiri dari:

- Seorang pria melawan seorang pria (tunggal putra)
- Seorang wanita melawan seorang wanita (tunggal putri)
- Sepasang pria melawan sepasang pria (ganda putra)
- Sepasang wanita melawan sepasang wanita (ganda putri)
- Sepasang pria atau wanita melawan sepasang pria atau wanita (ganda campuran)

Mengenai tujuan dan cara bermainnya menyerupai tenis, keduanya menggunakan lapangan yang berbentuk persegi panjang dan raket untuk memukul suatu benda yang dimainkannya.

Backhand overhead termasuk pukulan yang dikategorikan paling sulit, terutama bagi pemain pemula. Sebab, secara biomekanik teknik pukulan ini, selain menuntut koordinasi anggota badan yang sempurna, juga penguasaan grip dan timing yang tepat.⁴

Dengan footwork dan teknik pemukulan yang sempurna, pukulan backhand overhead membantu anda menghemat waktu dan tenaga dan

³ Hermawan Aksan, *Mahir Bulutangkis*, (Bandung: Nuansa Cendekia, 2007) h 14

⁴ *Ibid*, h 85

dapat menghasilkan pukulan efektif yang bersifat bertahan atau menyerang.⁵

Backhand termasuk komponen penting dalam penguasaan teknik dalam bermain bulutangkis.

Backhand overhead sangat populer dan paling sering dipakai, karena backhand overhead ini merupakan teknik yang harus dikuasai selain forehand.



Gambar 1: Teknik pegangan grip

Sumber:

<https://www.google.com/search?q=macam+macam+backhand+bulutangkis&ie=utf-8&oe=utf-8#q=macam-macambackhand+bulutangkis>⁶

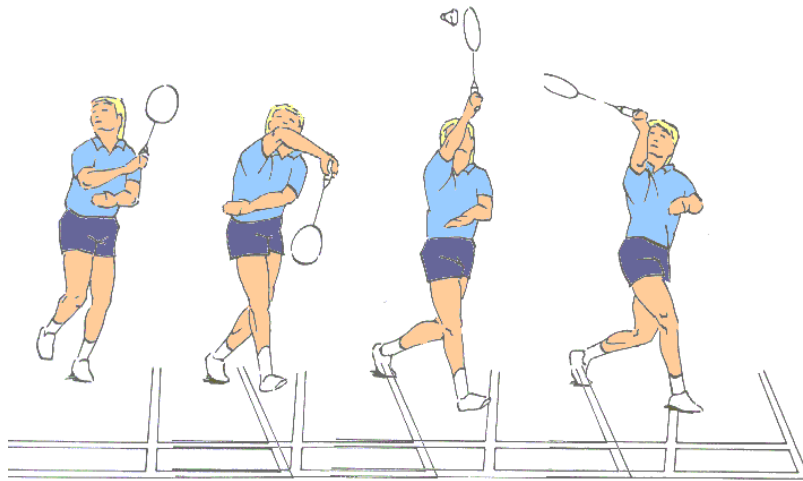
Hal – hal yang perlu diperhatikan antara lain :

- a. Lakukan posisi siap dengan memegang raket.

⁵Tony Grice, *Bulutangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan Lanjut*, (jakarta: PT Rajagrafindo persada, 2007) h 42

⁶ <https://www.google.com/search?q=macam+macam+backhand+bulutangkis&ie=utf-8&oe=utf-8#q=macam-macambackhand+bulutangkis>

- b. Putar badan dengan melangkahkan kaki kanan ke belakang kiri. Lutut dan siku kanan agak bengkok.
- c. Rangkaian memukul: ayunkan raket (siku ke dekat ketiak) dorong dengan pinggang, dan luruskan siku. Gerakan diakhiri dengan lecutan pergelangan tangan.⁷



Gambar 2. Teknik backhand overhead

Sumber:

<https://www.google.com/search?q=macam+macam+backhand+bulutangkis&ie=utf-8&oe=utf-8#q=macam-macambackhand+bulutangkis>⁸

Berdasarkan penjelasan diatas, maka yang dimaksud dengan backhand overhead bulutangkis adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan dengan lengan menyilang di depan tubuh ke arah kiri; pukulan yang dilakukan oleh pemain kidal dengan lengan menyilang di depan tubuh arah kanan.

⁷ Syahri Alhusin, *Gemar Bermain Bukutangkis*, (Surakarta : CV “Seti-Aji”, 2007). h 52

⁸ <https://www.google.com/search?q=macam+macam+backhand+bulutangkis&ie=utf-8&oe=utf-8#q=macam-macambackhand+bulutangkis>

3. Hakikat Gaya Mengajar Latihan

Menurut Musca Moston yang di kutip oleh Nina Sutresna gaya mengajar latihan ini kita harus mengadakan perubahan, salah satu perubahan yang paling menonjol adalah adanya proses baru berupa pendelegasian wewenang kepada siswa untuk mengambil beberapa keputusan khusus. Pendelegasian wewenang diberikan dengan memperhatikan 9 unsur pembentuk keputusan yaitu sebagai berikut:

1. Postur tubuh siswa
2. Lokasi
3. Jenis tugas
4. Penentuan waktu untuk memulai tugas
5. Kecepatan dan irama dalam melakukan gerakan / tugas
6. Penentuan waktu untuk mengakhiri tugas
7. Interval / jarak waktunya
8. Pakaian dan penampilan
9. Penyusunan pertanyaan dan pengklarifikasian.⁹

Gaya mengajar latihan menurut Samsudin adalah guru memberikan beberapa tugas, siswa menentukan di mana, kapan, bagaimana, dan tugas mana yang akan dilakukan pertama kali.¹⁰

Gaya mengajar merupakan suatu cara mengajar yang baik untuk menanamkan kebiasaan – kebiasaan tertentu, juga sebagai sarana untuk

⁹Musca Moston, Alih Bahasa oleh Nina Sutresna, Teaching Pshycal Education, (Jakarta: PPOPP IKIP Jakarta, 2002), h 1

¹⁰ Samsudin, Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (Jakarta : Litera, 2008). h 33

memelihara kebiasaan – kebiasaan yang baik, selain itu gaya mengajar ini juga dapat digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan , ketepatan, kesempatan, dan keterampilan.¹¹

Gaya mengajar latihan merupakan salah satu model pengajaran yang paling cocok diterapkan pada kegiatan pengajaran pendidikan jasmani. Dengan menggunakan gaya latihan ini, maka guru akan mempunyai peluang untuk mengajar siswa dalam jumlah banyak sekaligus pada saat bersamaan, siswa belajar untuk bisa bekerja secara mandiri, siswa belajar mengenai keterbatasan waktu, siswa bisa belajar mengenai sasaran yang harus dicapai dengan melaksanakan tugas-tugas dan siswa memiliki kesempatan untuk meningkatkan interaksi individu dengan setiap siswa.

Pengajaran dengan gaya pemberian latihan didesain untuk meningkatkan keterampilan siswa dengan cara menugaskannya untuk melakukan kegiatan berulang-ulang. Dengan pengulangan kegiatan semacam ini, diharapkan adanya peningkatan kekuatan fisik serta keterampilan dari siswa yang dilibatkannya. Selain pengulangan gerakan, pemberian umpan balik yang tepat mengenai penampilan yang telah dilakukan oleh siswa juga menjadi hal yang penting.

¹¹ *Ibid*, h 108

Langkah-langkah pelaksanaan gaya latihan sebagai berikut :

Pra pertemuan

Guru menjelaskan desain lembar tugas yang berisi apa yang harus dilakukan siswa dan bagaimana cara melakukannya, dengan berfokus pada tugas

Selama pertemuan

Siswa menerima tugas dan membuat keputusan mengenai : Sikap/postur, tempat, urutan pelaksanaan tugas, waktu sela diantaranya tugas-tugas dan memprakarsai pertanyaan-pertanyaan. Sedangkan guru hanya mengawasi pelaksanaan tugas oleh siswa dan mengamati kesulitan ataupun kendala yang dihadapi oleh siswa.

Pasca pertemuan

Guru memberikan umpan balik kepada seluruh siswa yaitu dengan cara semua materi pelajaran diberikan secara utuh dengan penjelasan langsung maupun melalui lembar tugas latihan yang diberikan secara perorangan, umpan balik yang diberikan oleh guru secara perorangan kepada setiap siswa.

Peran guru dalam pengajaran gaya latihan adalah memberikan umpan balik pada siswa, baik mereka yang telah berhasil melaksanakan tugas dengan baik maupun yang belum.

Pengajaran dengan gaya mengajar latihan ini dapat mengurangi dominasi guru dengan cara sebagian tanggung jawab dan kebebasan

kepada siswa untuk membuat keputusan yang sehubungan dengan pelaksanaan proses belajar backhand bulutangkis. Karena keberhasilan belajar backhand overhead bulutangkis tergantung pada motivasi siswa itu sendiri.

Jadi yang dimaksud dengan gaya mengajar latihan adalah gaya yang ditandai dengan adanya pergeseran pengambilan beberapa keputusan dari guru kepada siswa selama proses belajar mengajar, perpindahan tersebut memberi peran dan tanggung jawab baru kepada siswa untuk menentukan cara dan membuat keputusan sendiri dengan tetap memperhatikan ketentuan yang ada.

4. Hakikat Gaya Mengajar Resiprokal

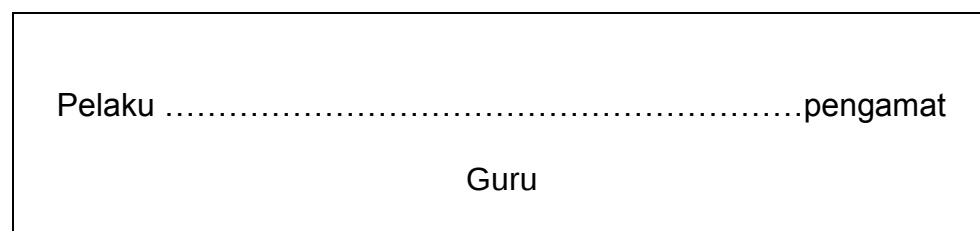
Gaya mengajar resiprokal gaya mengajar yang memberikan kebebasan pada siswa untuk membuat keputusan yang lebih luas, siswa diberi kewajiban untuk menilai hasil belajar secara terbatas, penilaian hanya terbatas pada penilaian formatif dan korektif oleh seorang terhadap seorang siswa, oleh kelompok siswa terhadap kelompok siswa yang lain, atau oleh kelompok siswa terhadap hasil belajar seorang siswa, namun yang paling umum ialah seorang siswa terhadap seorang siswa secara

bergantian, metode ini jadinya sering diterapkan dalam formasi berpasangan.¹²

Menurut Samsudin gaya mengajar resiprokal ialah satu siswa menjadi pelaku, satu siswa lain menjadi pengamat, dan memberikan umpan balik. Setelah itu, bergantian.¹³

Gaya ini dimulai dengan memperhatikan perubahan yang lebih besar dalam membuat keputusan dari guru ke siswa. Siswa bertanggung jawab untuk observasi penampilan dari teman atau pasangannya dan umpan balik segera pada setiap kali melakukan gerakan.

Hubungan khusus terjadi diantara tiga unsur yang dilibatkan pada model pengajaran dengan gaya resiprokal ini akan menghasilkan adanya alur komunikasi khusus. Alur komunikasi yang terjadi antara pelaku dan pengamat dapat digambarkan dibawah ini: ¹⁴



¹² Supandi, *Strategi belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan*, (Jakarta, DEDIKBUD, 2002) hal 31

¹³ Samsudin, *Op.Cit*, h 33

¹⁴ Musca Moston, *Op. Cit*, h 13

Pembelajaran dengan gaya mengajar resiprokal adalah sebagai berikut:¹⁵

a) Sebelum Pertemuan

- 1) Guru harus membuat keputusan untuk menentukan gaya mengajar resiprokal dan membuat lembar kriteria / sesuai dengan jumlah siswa.
- 2) Menyediakan alat pembelajaran.

b) Selama Pertemuan

- 1) Guru menjelaskan peranan pelaku (p) dan pengamat (a).
- 2) Pelaku hanya boleh berkomunikasi dengan pengamat bukan dengan pelaku.
- 3) Peranan pengamat untuk menyampaikan umpan balik sesuai kriteria yang tersedia.
- 4) Setelah satu kali perlakuan maka berganti peran.

c) Sesudah Pertemuan

- 1) Guru menerima kriteria kembali.
- 2) Guru mengamati penampilan pelaku.
- 3) Siswa menerima umpan balik dari guru.
- 4) Guru menyimpulkan mengenai penampilan siswa.

Adapun peranan guru dan siswa dalam gaya mengajar resiprokal adalah sebagai berikut :

¹⁵ *Ibid*, h 15

d) Peranan Guru

- 1) Guru membuat lembar kriteria / tugas gerak yang akan dilakukan.
- 2) Guru mengatur siswa berpasangan dengan peranan khusus untuk setiap teman.
- 3) Guru menjelaskan peranan siswa sebagai pelaku (p) dan pengamat (a).
- 4) Guru menjelaskan fungsi lembar kriteria dalam kegiatan pembelajaran.
- 5) Selama kegiatan berlangsung guru hanya berkomunikasi dengan pengamat (a) dan mengamati pelakunya.
- 6) Menjawab pertanyaan dari pengamat.
- 7) Guru menerima kriteria, membandingkan dengan penampilan gerakan dari pelaku.
- 8) Guru menyimpulkan mengenai salah dan benar.

e) Peranan Siswa

- 1) Menerima lembar kriteria.
- 2) Melakukan gerakan sesuai kriteria yang ada.
- 3) Membuat keputusan sementara selama pertemuan.
- 4) Menerima umpan balik dari pengamat (a).

f) Peranan Pengamat (a)

- 1) Menerima lembar kriteria.
- 2) Mengamati pelaku (p) dan membandingkannya dengan kriteria.
- 3) Memberikan umpan balik yang positif.
- 4) Berkomunikasi dengan guru jika perlu bertanya.

Dari uraian di atas gaya mengajar resiprokal ialah gaya mengajar dimana siswa saling berpasangan satu sama lainnya salah satu siswa

menjadi pelaku dan satu siswa sebagai pengamat setelah siswa memberikan umpan balik dan selanjutnya bergantian.

Untuk lebih jelasnya mengenai perbedaan antara gaya mengajar latihan dengan gaya mengajar resiprokal dapat dilihat dari tabel perbedaan dibawah ini.

Tabel 1. Perbedaan gaya mengajar Latihan dan resiprokal:

Gaya Mengajar Latihan	Gaya Mengajar resiprokal
A.Kelebihan 1. Guru dapat memberikan umpan balik secara individual 2. Dapat mengembangkan rasa tanggung jawab. 3. Memungkinkan penggunaan alat pengajaran secara lebih efisien. 4. Kegagalan dan keberhasilan seorang siswa tidak akan diketahui seluruh kelas. 5. Guru lebih mudah mengontrol dan membedakan mana peserta didik yang disiplin dalam belajarnya dan mana yang kurang dengan memperhatikan tindakan dan perbuatan peserta didik saat berlangsungnya pengajaran. 6. Siswa dapat mengerti dan menguasai teknik-teknik backhand overhead dengan benar.	A.Kelebihan 1. Memberikan umpan balik seketika tanpa ditunda-tunda yang mempunyai pengaruh nyata terhadap proses belajar siswa. 2. Dapat mengembangkan cara kerja dalam tim kecil sehingga aspek sosialnya berkembang. 3. Meningkatkan proses belajar-mengajar dengan cara mengamati secara sistematis gerakan atau pokok bahasan dari teman. B.Kekurangan 1. Sering menimbulkan situasi yang emosional antara pelaku dan pengamat yang disebabkan pengamat berlaku berlebihan dalam menyampaikan informasi yang bersangkutan. 2. Pada umumnya pelaku tidak tahan terhadap kritik siswa

B.Kekurangan 1. Kurang mengembangkan kreatifitas. 2. Tugas yang kurang jelas dan terlalu panjang dapat menimbulkan lupa. 3. Bagi sebagian anak dapat menghindari dari tugas yang sebenarnya.	pengamat sehubungan dengan hasil belajar yang pernah dilakukan sebelumnya. 3. Sering juga terjadi pasangan ini justru memantapkan suatu perilaku belajar yang salah. 4. Salah menafsirkan deskripsi gerakan yang tertera dalam lembar kerja. 5. Siswa tidak bisa diatur.
---	---

5. Hakikat Hasil Belajar

hasil belajar adalah hasil yang dicapai dalam bentuk angka-angka atau skor setelah diberikan tes hasil belajar pada setiap akhir pembelajaran. Nilai yang diperoleh siswa menjadi acuan untuk melihat penguasaan siswa dalam menerima materi pelajaran. Kompetensi yang harus dikuasai siswa perlu dinyatakan sedemikian rupa agar dapat dinilai sebagai wujud hasil belajar siswa yang mengacu pada pengalaman langsung

Nana Sudjana membagi tiga macam hasil belajar, yakni (a) keterampilan dan kebiasaan, (b) pengetahuan dan pengertian, (c) sikap dan cita – cita.¹⁶

Perubahan tingkah laku yang diperoleh merupakan hasil interaksi yang didapat dari lingkungan. Interaksi tersebut, salah satunya adalah

¹⁶ Nana Sudjana, *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010), h 22

proses belajar mengajar yang diperoleh di sekolah. Tingkah laku itu mencakup aspek pengetahuan, keterampilan, dan sikap. Belajar adalah suatu perubahan yang menyatakan diri sebagai suatu pola baru dari reaksi yang berupa kecakapan, sikap, kebiasaan, dan kepandaian. Tetapi dengan belajar, manusia melakukan perubahan kualitas individu sehingga tingkah lakunya berkembang. Semua aktivitas dan prestasi hidup manusia tidak lain adalah hasil belajar. Belajar itu bukan sekedar pengalaman tetapi suatu proses dan bukan suatu hasil.

Berdasarkan pendapat-pendapat tersebut diketahui bahwa hasil belajar yang diperoleh siswa merupakan pedoman bagi guru untuk mengetahui sejauh mana siswa mengetahui materi yang diajarkan. Hasil belajar siswa mencerminkan kemampuan yang dimiliki siswa setelah belajar. Hal ini berarti hasil belajar tidak terlepas dari pembelajaran yang diberikan guru. Namun, untuk mengetahui hasil belajar tersebut diperlukan evaluasi.

Suatu informasi tentang hasil belajar dapat diperoleh melalui penilaian atau evaluasi yang mencoba mengukur perubahan yang terjadi pada siswa melalui berbagai cara dan alat pengukuran tes. Pengamatan langsung terhadap penampilan hasil dari evaluasi tersebut merupakan informasi tentang perubahan yang terjadi setelah mengalami proses belajar mengajar.

Dengan demikian yang dimaksud dengan hasil belajar dalam penelitian ini adalah hasil yang diperoleh atau disebabkan dari adanya proses belajar mengajar yang dirancang atau disusun oleh guru secara sistematis dengan alat bantu dan metode mengajar.

6. Karakteristik Siswa SMA / SMK

Menurut Samsudin menyatakan bahwa Karakteristik peserta didik untuk mengembangkan pembelajaran yang efektif, guru pendidikan jasmani harus memahami dan memperhatikan karakteristik dan kebutuhan peserta didik. Dengan memahami karakteristik perkembangan siswa, guru akan membantu siswa belajar secara efektif. Selama ini seluruh aspek perkembangan manusia – psikomotor, kognitif, dan afektif – mengalami perubahan yang luar biasa.¹⁷

Karakteristik siswa adalah keseluruhan kelakuan dan kemampuan yang ada pada siswa sebagai hasil dari pembawaan dan lingkungan sosialnya sehingga menentukan pola aktivitas dalam meraih cita-citanya.¹⁸

Peserta didik mengalami masa anak – anak, remaja, suatu periode perkembangan sebagai transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Masa remaja dan perubahan yang menyertainya merupakan fenomena yang harus dihadapi guru, dengan demikian peran seorang guru harus aktif

¹⁷ Samsudin, *Op.Cit*, h 20

¹⁸ Sadirman, *Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar*, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011),h 120.

dalam menghadapi peserta didik untuk mengembangkan aspek perkembangan peserta didik di dalam kegiatan belajar mengajar disekolah.

Adapun karakteristik siswa yang dapat mempengaruhi kegiatan belajar siswa antara lain :

- a. Latar belakang pengetahuan dan taraf pengetahuan
- b. Gaya belajar
- c. Usia kronologi
- d. Tingkat kematangan
- e. Spectrum dan ruang-lingkup minat
- f. Lingkungan social ekonomi
- g. Hambatan-hambatan lingkungan dan kebudayaan
- h. Intelegensi
- i. Keselarasan dan *attitude*
- j. Prestasi belajar
- k. Motivasi dan lain – lain ¹⁹

Dari uraian di atas pertumbuhan dan perkembangan anak remaja atau peserta didik sekolah menengah atas di pengaruhi oleh aspek afektif, kognitif, dan psikomotor dari dalam diri masing – masing yang di pengaruhi oleh keadaan lingkungan dimana peserta didik itu berada.

¹⁹ *Ibid*, h 121

B. Kerangka Berpikir

Dalam proses pembelajaran materi yang disampaikan kepada siswa adalah sama, tetapi pelaksanaannya yang berbeda. Maka dapat dirasakan akan memberikan pengaruh dan efek yang berbeda terhadap hasil belajar *backhand overhead* bulutangkis.

1. gaya mengajar latihan efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* bulutangkis pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga

Pada gaya mengajar latihan, guru akan mempunyai peluang untuk mengajar siswa dalam jumlah banyak sekaligus pada saat bersamaan, siswa belajar untuk bisa bekerja secara mandiri, siswa belajar mengenai keterbatasan waktu, siswa bisa belajar mengenai sasaran yang harus dicapai dengan melaksanakan tugas-tugas dan siswa memiliki kesempatan meningkatkan interaksi individu dengan setiap siswa.

Siswa dituntut untuk berperan aktif dan diberi tanggung jawab untuk mempelajari materi berupa lembaran tugas teknik *backhand overhead* bulutangkis yang disediakan oleh guru. Siswa diberikan peranan untuk melakukan gerakan sesuai lembaran tugas yang telah diberikan. Selama pertemuan berlangsung, siswa harus dapat membaca dan menafsirkan lembaran-lembaran tugas yang diberikan guru. Siswa mempelajari lembaran-lembaran tugas yang harus dilakukan. Lembaran tugas berupa uraian-uraian rangkaian gerak *backhand overhead* bulutangkis secara rinci. Tugas guru memberikan umpan balik pada siswa secara individual.

2. gaya mengajar resiprokal efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* bulutangkis pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga

Dalam gaya resiprokal atau timbal balik, gaya ini dilakukan secara berpasangan. Setiap siswa mempunyai peran masing – masing, salah satu siswa menjadi pengamat dan siswa lain menjadi pelaku.

Siswa dalam hal ini diberi tanggung jawab yang lebih banyak, yakni membuat beberapa keputusan berkenaan dengan pelaksanaan tugas dan memberikan umpan balik kepada temannya. Pergeseran peranan ini memungkinkan terjadinya peningkatan interaksi sosial antara teman sebaya. Gaya pembelajaran resiprokal ditujukan untuk meningkatkan kemampuan gerak siswa dengan mengalihkan beberapa keputusan berkenaan dengan kegiatan pembelajaran dari guru kepada siswa. Keputusan tersebut meliputi pelaksanaan tugas gerak serta penyampaian umpan balik oleh rekan pasangannya. Siswa dalam hal ini diberi tanggung jawab yang lebih banyak, yakni berkenaan dengan pelaksanaan tugas gerak, dan memberikan umpan balik kepada teman sebaya. Guru hanya bertindak sebagai motivator dan bertugas memberi jawaban atas pertanyaan dari siswa. Kebebasan gerak tanpa ada perkenaan – perkenaan khusus dari guru merupakan hal yang ditekankan pada gaya mengajar resiprokal.

3. gaya mengajar latihan lebih efektif dibandingkan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar *backhand overhead* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga

Berdasarkan kajian teori yang sudah dijelaskan, gaya mengajar latihan dan resiprokal mempunyai perbedaan yang sangat signifikan. Hasil yang diperoleh atau disebabkan dari adanya proses belajar mengajar yang dirancang dan disusun oleh guru secara sistematis dengan alat bantu dan gaya mengajar yang digunakan.

C. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka teori dan kerangka berfikir maka hipotesis penelitian ini sebagai berikut :

1.

Gaya mengajar latihan efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Jasinga.

2. Gaya mengajar resiprokal efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Jasinga.

3. Gaya mengajar latihan lebih efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead* dibandingkan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Efektifitas gaya mengajar latihan terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.
2. Efektifitas gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.
3. Efektifitas antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat

penelitian dilakukan di lapangan bulutangkis SMAN 1 Jasinga.

2. Waktu

Penelitian ini dimulai pada tanggal 10 november 2016 berupa tes awal dan di akhiri pada tanggal 15 desember 2016. Penelitian dilakukan satu minggu sekali dan lamanya pelajaran 2 x 45 menit (dua jam pelajaran). Penelitian dilakukan pada jam pelajaran pendidikan jasmani.

C. Metode Penelitian

Metode yang digunakan adalah eksperimen dengan uji t. Menurut M. Nazir metode eksperimen adalah suatu penelitian yang dilakukan dengan mengadakan manipulasi terhadap objek penelitian serta adanya kontrol.¹ Kepada unit percobaan dikenakan perlakuan dengan dua kali pengukuran, pengukuran yang pertama dilakukan sebelum perlakuan diberikan, dan pengukuran kedua dilakukan sesudah perlakuan dilaksanakan.²

Desain penelitian yang digunakan adalah sebagai berikut :

$$S = Q^1 \quad X^1 \quad Q^2$$

$$S = Q^1 \quad X^2 \quad Q^2$$

Keterangan :

S = Sampel

Q¹ = Tes Awal

Q² = Tes Akhir

X¹ = Gaya Mengajar Latihan

X² = Gaya Mengajar Resiprokal

¹ M. Nazir, *Metode Penelitian*, (Jakarta: Ghalia Indonesia, 2011). H, 63

² Ibid, h, 231

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi dalam penelitian ini adalah SMAN 1 Jasinga kelas X (sepuluh) dengan jumlah 185 siswa.

2. Sampel

Dalam penelitian multivariate (termasuk analisis regresi berganda), ukuran sampel sebaiknya 10 kali lebih besar dari jumlah variable dalam penelitian.³ Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan teknik *Random Sampling* yang dimana teknik sampling ini mengambil jumlah siswa kelas X (sepuluh) yang ada di SMAN 1 Jasinga dan selanjutnya sampel kelas dipilih secara acak yang dimana pemilihan sampel melalui berapa tahap yaitu sebagai berikut :

- a. Mencatat jumlah kelas X (sepuluh) di SMAN 1 Jasinga.
- b. Sampel kelas dipilih secara acak.
- c. Mengambil 1 kelas yang diambil secara acak.
- d. Disiapkan kertas putih ukuran 4x6 sebanyak jumlah siswa yaitu 38 kertas, 30 kertas bertuliskan "sampel".
- e. Membagi sampel menjadi 2 kelompok dengan cara sebagai berikut:
 - Sebanyak 30 siswa melakukan tes awal terlebih dahulu.

³ Uma Sekaran, Metode Penelitian Bisnis, (Jakarta: Salemba Empat, 2006) h 75

- Setelah mengetahui skor dari tes awal, siswa dibagi rata berdasarkan skor tes awal antara kelompok A dan kelompok B.

Kelompok A : 15 siswa

Kelompok B : 15 siswa

Dengan ketentuan :

Kelompok A : Gaya mengajar latihan

Kelompok B : Gaya mengajar resiprokal

E. Teknik Pengumpulan Data

1. Identifikasi Variabel

Dalam penelitian terdapat dua variabel, yaitu variabel bebas dan variabel terikat :

- a. Variabel bebas adalah gaya mengajar Latihan dan gaya mengajar Resiprokal.
- b. Variabel terikat adalah hasil belajar *bachkhand overhead bulutangkis*.

2. Sumber Data

Sumber data yang di dapat dari hasil belajar backhand overhead pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.

3. Instrument Test

Test yang digunakan dalam penelitian ini adalah proses *backhand overhead*, yaitu setiap siswa melakukan backhand overhead.

Kemudian dinilai berdasarkan norma yang sudah dibuat oleh peneliti.

Berikut kisi – kisi instrument penelitian *backhand overhead* :

Tabel 2. Kisi – kisi penilaian tes *backhand overhead* bulutangkis.

No	UNSUR GERAK	INDIKATOR	URAIAN	PENILAIAN		
				1	2	3
1	Sikap Awalan 	➤ Sikap pandangan	Pandangan ke arah datangnya shuttlecock			
		➤ Sikap badan	Posisi badan tegak			
		➤ Sikap tangan	Sikap tangan berada didepan perut			
		➤ Sikap kaki	Dibuka selebar bahu dan agak di tekuk sedikit			
2	Sikap Pelaksanaan	➤ sikap pandangan	Pandangan ke arah datangnya shuttlecock			
		➤ sikap badan	Posisi badan putar ke arah kiri dan posisi			

			bahu kanan menghadap net			
		➤ sikap tangan	Posisi lengan atas membentuk sudut agak ke atas sedangkan lengan bawah membentuk sudut kebawah			
		➤ sikap kaki	Posisi kaki kanan putar ke arah kiri sehingga berada didepan kaki kiri			
3	Gerak Lanjutan	➤ sikap pandangan	Pandangan mengikuti arah gerakan shuttlecock			
		➤ sikap badan	Putar tubuh ke arah pukulan hingga raket naik ke posisi			

		lebih tinggi			
	➤ sikap tangan	Siku dan lengan terentang lurus saat shuttlecock menyentuh kepala raket			
	➤ sikap kaki	Kaki agak sedikit dibuka untuk menjaga keseimbangan			
	Jumlah skor				

NORMA PENILAIAN TES BACKHAND OVERHEAD PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 JASINGA

1. Sikap Awalan

1) Sikap pandangan

- Nilai 3 apabila pandangan ke arah datangnya shuttlecock.
- Nilai 2 apabila pandangan ke samping atau menengok.
- Nilai 1 apabila pandangan berarah tak menentu.

2) Sikap Pandangan

- Nilai 3 apabila badan tegak.
- Nilai 2 apabila badan bergerak ke kanan dan kiri.
- Nilai 1 apabila badan bergerak tek menentu.

3) Sikap Tangan

- a. Nilai 3 apabila posisi tangan berada di depan perut.
- b. Nilai 2 apabila posisi tangan berada di atas perut.
- c. Nilai 1 apabila posisi tangan berada tak beraturan.

4) Sikap Kaki

- a. Nilai 3 apabila posisi kaki dibuka selebar bahu dan agak ditekuk sedikit.
- b. Nilai 2 apabila posisi kaki dibuka selebar bahu.
- c. Nilai 1 apabila posisi kaki tidak beraturan.

2. Sikap Pelaksanaan

1) Sikap pandangan

- a. Nilai 3 apabila pandangan mengikuti arah gerakan shuttlecock.
- b. Nilai 2 apabila pandangan ke samping atau menengok.
- c. Nilai 1 apabila pandangan berarah tak menentu.

2) Sikap badan

- a. Nilai 3 apabila posisi badan putar ke arah kiri dan posisi bahu kanan menghadap net.
- b. Nilai 2 apabila posisi badan tetap lurus kedepan.
- c. Nilai 1 apabila posisi badan ke arah yang tidak beraturan.

3) Sikap tangan

- a. Nilai 3 apabila posisi lengan atas membentuk sudut agak ke atas sedangkan lengan bawah membentuk sudut ke bawah.

- b. Nilai 2 apabila posisi lengan atas membentuk sudut.
 - c. Nilai 1 apabila posisi lengan atas dan bawah tidak beraturan.
- 4) Sikap kaki
- a. Nilai 3 apabila posisi kaki kanan putar ke arah kiri sehingga berada didepan kaki kiri.
 - b. Nilai 2 apabila posisi kaki putar kedepan.
 - c. Nilai 1 apabila posisi kaki tidak di putar.

3. Gerak Lanjutan

- 1) Sikap pandangan
- a. Nilai 3 apabila pandangan mengikuti arah gerakan shuttlecock.
 - d. Nilai 2 apabila pandangan ke samping atau menengok.
 - b. Nilai 1 apabila pandangan berarah tak menentu.
- 2) Sikap badan
- a. Nilai 3 apabila posisi tubuh berputar ke arah pukulan hingga raket naik ke posisi lebih tinggi.
 - b. Nilai 2 apabila psosi tubuh berputar ke arah pukulan tetapi posisi raket tidak tinggi.
 - c. Nilai 1 apabila posisi tubuh tidak berputar dan posisi raket tidak tinggi.
- 3) Sikap tangan
- a. Nilai 3 apabila posisi siku dan lengan terentang lurus saat shuttlecock menyentuh kepala raket.

- b. Nilai 2 apabila posisi siku dan lengan tidak terentang lurus saat shuttlecock menyentuh kepala raket.
- c. Nilai 1 apabila posisi siku dan lengan tidak beraturan.

4) Sikap kaki

- a. Nilai 3 apabila posisi kaki agak sedikit dibuka untuk menjaga keseimbangan.
- b. Nilai 2 apabila posisi kaki dibuka terlalu lebar.
- c. Nilai 1 apabila posisi kaki rapat.

a. Alat yang digunakan adalah :

- a. Raket
- b. Shuttlecock 20 buah
- c. Lapangan bulutangkis
- d. Net
- e. Peluit
- f. Alat tulis dan format penilaian

b. Penguji

- a. Tiga orang penguji yang mempunyai latar belakang sebagai guru pendidikan jasmani.
- b. Satu orang pengambil dokumentasi.

c. Pelaksanaan Tes

- a. Siswa melakukan *backhand* dari garis yang sudah ditentukan.

- b. Setiap siswa memiliki 5 kali kesempatan untuk melakukan tes *backhand overhead*.
- c. Penilaian berpedoman pada proses melakukan gerakan *backhand overhead* bulutangkis dari awal gerakan sampai akhir gerakan.

4. Teknik Pengumpulan Data

Data diambil dari kelompok A dan B melalui:

- a. Tes awal sebelum kedua kelompok tersebut diberikan perlakuan.
- b. Tes akhir sesudah kedua kelompok mendapat perlakuan.

F. Teknik analisis data

Dalam penelitian ini menggunakan teknik statistic uji-t menurut Anas Sudjono⁴, dengan ketentuan rumus:

a. Untuk dua sampel yang saling berhubungan :

1. Mencari nilai rata – rata (mean) untuk :

- a. Tes awal

$$X = \frac{\sum X}{n}$$

- b. Tes akhir

$$Y = \frac{\sum y}{n}$$

⁴ Anas Sudjono, *pengantar statistik pendidikan*, (Bandung: Tarsito, 2002), h 47

2. Mencari Standar Devisiasi (SD) untuk :

a. Tes awal

$$X = \sqrt{\frac{\sum x^2}{n}}$$

b. Tes akhir

$$y = \sqrt{\frac{\sum y^2}{n}}$$

3. Mencari standar error Mean (SE_m)

a. Tes awal

$$SE_{mx} = \frac{SD}{\sqrt{n-1}}$$

b. Tes akhir

$$SE_{my} = \frac{SD}{\sqrt{n-1}}$$

4. Mencari standar error perbedaan mean (SE_{mx-my})

$$SE_{mx-my} = \sqrt{(SE_{mx})^2 + (SE_{my})^2}$$

5. Mencari nilai t hitung (t – hit)

$$t_{hit} = \frac{mx - my}{SE_{mx - my}}$$

6. Mencari nilai t table dengan derajat kebebasan (dk) = (n – 1)

pada taraf signifikan (α) = 0,05.

7. Membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} .

b. Untuk dua sampel yang tidak saling berhubungan :

1. Mencari nilai rata – rata (mean)

a. Tes awal

$$X = \frac{\sum X}{n}$$

b. Tes akhir

$$y = \frac{\sum y}{n}$$

2. Mencari standar devisiasi (SD)

a. Tes awal

$$X = \frac{\sum x^2}{n}$$

b. Tes akhir

$$X = \frac{\sum y^2}{n}$$

3. Mencari standar error mean (SE_m)

a. Tes awal

$$SE_{mx} = \frac{SD}{\sqrt{n-1}}$$

b. Tes akhir

$$SE_{my} = \frac{SD}{\sqrt{n-1}}$$

4. Mencari standar error perbedaan mean (SE_{mx-my})

$$SE_{mx-my} = \sqrt{(SD_{mx})^2 + (SD_{my})^2}$$

5. Mencari nilai t hitung

$$t_{hit} = \frac{mx-my}{SE_{mx-my}}$$

6. Mencari nilai t tabel dengan derajat kebebasan (dk) = (n - 1)

pada taraf signifikan (α) = 0,05

7. Membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} .

c. Hipotesis Statistik

Setelah membandingkan t_{hitung} (t-hit) dengan t_{tabel} , maka dilakukan pengajuan hipotesa, antara hipotesis nol (H_0) hitungan hipotesa kerja atau eksperimen (H_1) dengan ketentuan sebagai berikut :

$H_0 = \mu_1 = \mu_2$: Hipotesis ditolak

$H_1 = \mu_1 \neq \mu_2$: Hipotesis diterima

Keterangan :

H_0 = Gaya Resiprokal

H_1 = Gaya Latihan

1. Apabila hipotesis nol (H_0) ditolak, maka terjadi peningkatan dengan menggunakan gaya mengajar latihan terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.
2. Apabila hipotesis nol (H_1) diterima, hipotesis kerja (H_0) diterima, maka terjadi peningkatan dengan menggunakan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar *backhand overheaad bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.
3. Apabila hipotesis nol (H_0) ditolak, hipotesis kerja (H_1) diterima, maka terjadi peningkatan gaya mengajar latihan lebih efektif peningkatannya dibandingkan dengan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Pengumpulan data pada penilaian ini meliputi nilai tertinggi, nilai terendah, nilai rata-rata, simpangan baku dan t-hitung dari masing-masing variabel X maupun variabel Y. Adapun data-data tersebut dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Hasil Belajar Backhand Overhead Bulutangkis Pada Gaya Mengajar Resiprokal

Data tes awal hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar resiprokal diperoleh skor terendah 23 dan skor tertinggi 29 dengan mean atau rata-rata diperoleh $(MY_1) = 24,66$, standar deviasi $(SD_{y1}) = 1,53$ dan standar error mean $(SE_{my1}) = 0,40$. Untuk penentuan pembuatan table distribusi frekuensi menggunakan rumus *Sturges*.

Data tes akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar resiprokal diperoleh skor terendah 27 dan skor tertinggi 34 dengan mean atau rata-rata diperoleh $(MY_2) = 29,26$, standar deviasi $(SD_{y2}) = 2,01$ dan standar error mean $(SE_{my2}) = 0,53$. Untuk

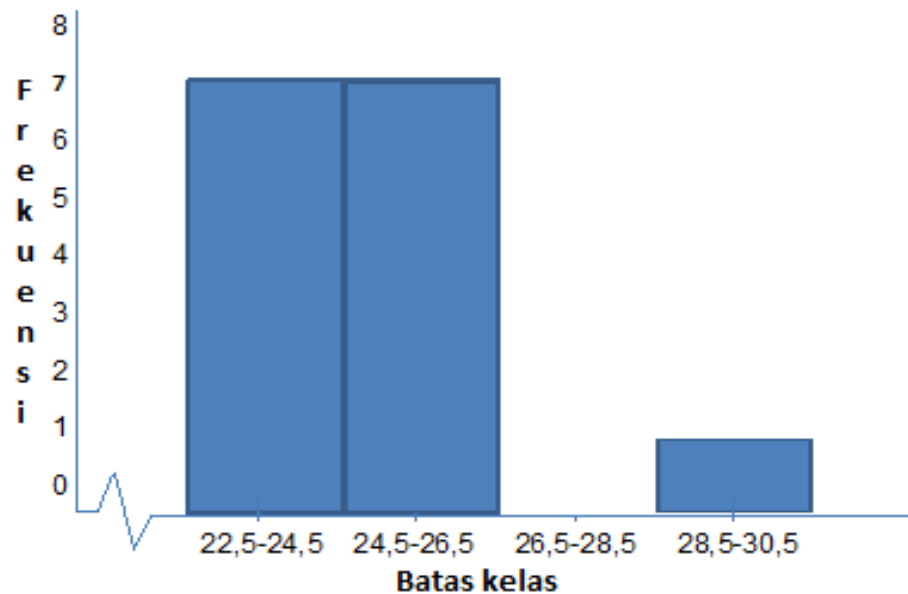
penentuan pembuatan table distribusi frekuensi menggunakan rumus *Sturges*.

Data hasil tes awal dan akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar resiprokal yang diperoleh dan telah diuraikan tersebut dapat digambarkan ke dalam tabel distribusi frekuensi tes awal dan akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis serta gambar grafik diagram dibawah ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tes Awal gaya Mengajar Resiprokal

No	Kelas Interval	Batas kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	23 – 24	22,5 – 24,5	23,5	7	46,67 %
2	25 – 26	24,5 – 26,5	25,5	7	46,67 %
3	27 – 28	26,5 – 28,5	27,5	0	0 %
4	29 – 30	28,5 – 30,5	29,5	1	6,67 %
Jumlah				15	100%

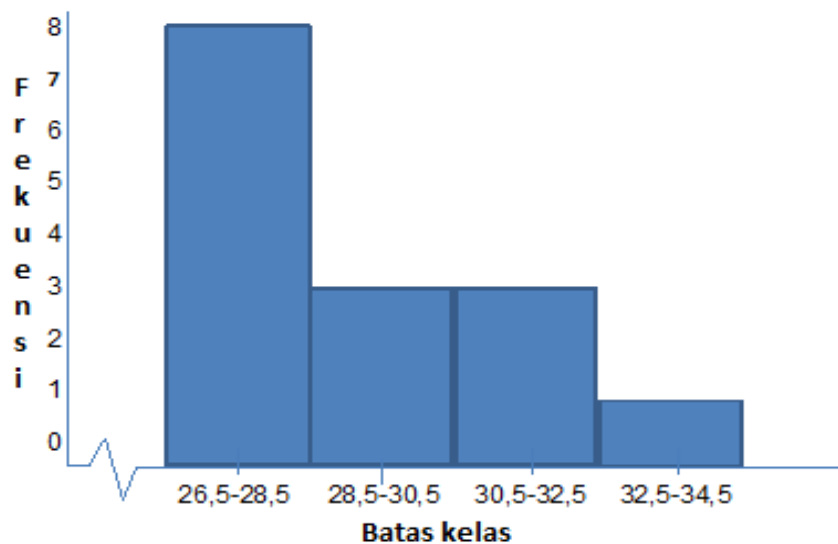
Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 23 – 24 dan 25 – 26 pada persentase 46,67% dan frekuensi terkecil pada interval 27 - 28 pada persentase 0%.

Gambar 3. Grafik Diagram Hasil Tes Awal Gaya Mengajar Resiprokal**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Tes Akhir Gaya Mengajar Resiprokal

No	Kelas Interval	Batas Kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	27 – 28	26,5 – 28,5	27,5	8	53,33 %
2	29 – 30	28,5 – 30,5	29,5	3	20 %
3	31 – 32	30,5 – 32,5	31,5	3	20 %
4	33 – 34	32,5 – 34,5	33,5	1	6,67 %
Jumlah				15	100%

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 27 - 28 pada persentase 53,33% dan frekuensi terkecil pada interval 33 - 34 pada persentase 6,67%.

Gambar 4. Grafik Diagram Hasil Tes Akhir Gaya Mengajar Resiprokal



2. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Hasil Belajar Backhand Overhead Bulutangkis Pada Gaya Mengajar Latihan

Data tes awal Hasil Belajar Backhand Overhead Bulutangkis Pada kelompok Gaya Mengajar Latihan diperoleh skor terendah 23 dan skor tertinggi 29 dengan mean atau rata-rata diperoleh (MX_1) = 25,46, standar deviasi (SD_{x1}) = 1,92 dan standar error mean (SE_{mx1}) = 0,51. Untuk penentuan pembuatan table distribusi frekuensi menggunakan rumus *Sturges*.

Data tes akhir Hasil Belajar Backhand Overhead Bulutangkis Pada kelompok Gaya Mengajar Latihan diperoleh skor terendah 28 dan skor tertinggi 35 dengan mean atau rata-rata diperoleh (MX_2) = 31,33, standar

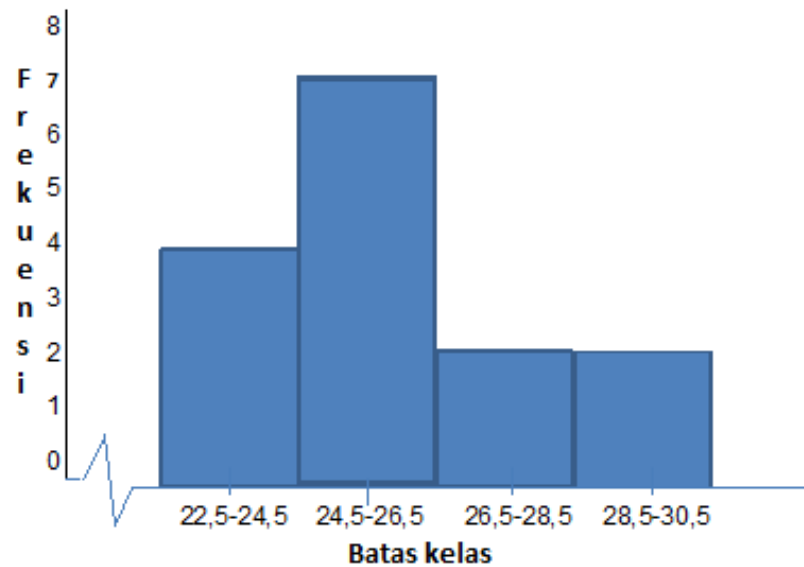
deviasi (SD_{x2}) = 2,01 dan standar error mean (SE_{mx2}) = 0,53. Untuk penentuan pembuatan table distribusi frekuensi menggunakan rumus *Sturges*.

Data hasil tes awal dan akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan yang diperoleh dan telah diuraikan tersebut dapat digambarkan ke dalam tabel distribusi frekuensi tes awal dan akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis serta gambar grafik diagram dibawah ini.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Tes Awal Gaya Mengajar Latihan

No	Kelas Interval	Batas Kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	23 – 24	22,5 – 24,5	23,5	4	26,67 %
2	25 – 26	24,5 – 26,5	25,5	7	46,67 %
3	27 – 28	26,5 – 28,5	27,5	2	13,33 %
4	29 – 30	28,5 – 30,5	29,5	2	13,33 %
Jumlah				15	100%

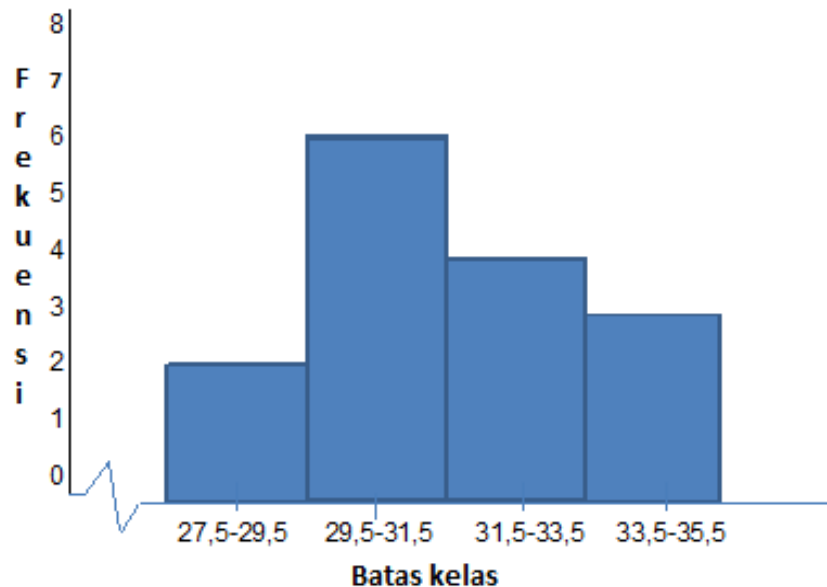
Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 25 – 26 pada persentase 46,67% dan frekuensi terkecil pada interval 27 – 28 dan 29 – 30 pada persentase 13,33%.

Gambar 5. Grafik Diagram Hasil Tes Awal Gaya Mengajar Latihan**Tabel 6.** Distribusi Frekuensi Tes Akhir Gaya Mengajar Latihan

No	Kelas Interval	Batas Kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	28 – 29	27,5 – 29,5	28,8	2	13,33 %
2	30 – 31	29,5 – 31,5	30,5	6	40 %
3	32 – 33	31,5 – 33,5	32,5	4	26,67 %
4	34 – 35	33,5 – 35,5	34,5	3	20 %
Jumlah				15	100%

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 32 - 33 pada persentase 26,67% dan frekuensi terkecil pada interval 28 - 29 pada persentase 13,33%

Gambar 6 . Grafik Diagram Hasil Tes Akhir Gaya Mengajar Latihan



B. Pengujian Hipotesis

Data penelitian yang didapat melalui tes awal hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal dapat dianalisis sebagai berikut:

1. Data hasil tes awal backhand overhead pada gaya mengajar latihan dan resiprokal

Data tes awal hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal diperoleh standar error perbedaan antara dua mean ($SE_{mx1-my1}$) = 0,64, dari nilai tersebut menjadikan t_{hitung} diperoleh = 1,25, kemudian hasil perhitungan tersebut dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $(N_1 + N_2) - 2 = (15$

+ 15) – 2 = 28 dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 2,05$. Dengan demikian t_{hitung} lebih kecil dibandingkan t_{tabel} ($t_{hitung} = 1,25 < t_{tabel} = 2,05$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut, maka H_0 diterima atau hipotesis yang menyatakan tidak terdapat perbedaan antara hasil tes awal backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan dua kelompok yang akan diberikan perlakuan atau treatment backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal tersebut, masing-masing memiliki kemampuan dasar melakukan backhand overhead yang sama.

2. Data hasil tes akhir backhand overhead pada gaya mengajar latihan dan resiprokal

Data tes akhir hasil belajar backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal diperoleh standar error perbedaan antara kedua mean ($SE_{mx2-my2}$) = 0,74, dari nilai tersebut menjadikan t_{hitung} diperoleh = 2,79, kemudian hasil perhitungan tersebut dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $(N_1 + N_2) - 2 = (15 + 15) - 2 = 28$ dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 2,05$. Dengan demikian t_{hitung} lebih besar dibandingkan t_{tabel} ($t_{hitung} = 2,79 > t_{tabel} = 2,05$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut, maka H_0 ditolak dan H_1 diterima atau hipotesis yang menyatakan terdapat perbedaan antara hasil tes akhir kemampuan backhand overhead bulutangkis pada kelompok gaya mengajar latihan dan resiprokal terbukti.

3. Hasil tes awal dan tes akhir backhand overhead pada gaya mengajar resiprokal

Hasil tes awal dan akhir backhand overhead bulutangkis menggunakan gaya mengajar resiprokal diperoleh nilai rata-rata deviasi (M_D) = 4,26, standar deviasi (S_D) = 1,91, standar error mean (SE_{MD}) = 0,51. Dari hasil tersebut menghasilkan nilai t_{hitung} diperoleh = 8,35. Hasil perhitungan tersebut kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $N - 1 = 15 - 1 = 14$ dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 2,14$. Dengan demikian nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 8,35 > t_{tabel} = 2,14$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan Hipotesis nol (H_0) ditolak, Hipotesis Kerja (H_1) diterima, atau terjadi peningkatan hasil belajar backhand overhead bulutangkis menggunakan gaya mengajar resiprokal.

4. Hasil tes awal dan tes akhir backhand overhead pada gaya mengajar latihan

Hasil tes awal dan akhir backhand overhead bulutangkis menggunakan gaya mengajar latihan diperoleh nilai rata-rata deviasi (M_D) =

5,86, standar deviasi (S_D) = 0,77, standar error mean (SE_{MD}) = 0,20. Dari hasil tersebut menghasilkan nilai t_{hitung} diperoleh = 29,3. Hasil perhitungan tersebut kemudian dibandingkan dengan t_{tabel} pada derajat kebebasan (dk) = $N - 1 = 15 - 1 = 14$ dan taraf signifikansi 0,05 diperoleh nilai $t_{tabel} = 2,14$. Dengan demikian nilai t_{hitung} lebih besar dari t_{tabel} ($t_{hitung} = 29,3 > t_{tabel} = 2,14$).

Berdasarkan hasil analisis data tersebut dapat disimpulkan Hipotesis nol (H_0) ditolak, Hipotesis Kerja (H_1) diterima, atau terjadi peningkatan hasil belajar backhand overhead bulutangkis secara signifikan pada kelompok gaya mengajar latihan.

Dengan demikian berdasarkan hasil analisis data dilihat dari nilai t_{hitung} kelompok gaya mengajar latihan sebesar = 29,3, dan t_{hitung} kelompok gaya mengajar resiprokal sebesar = 8,35, maka dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar latihan lebih efektif daripada gaya mengajar resiprokal terhadap Hasil Belajar Pukulan Backhand Overhead Bulutangkis Pada Siswa Kelas X SMA Negeri 1 Jasinga.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini maka dapat diambil kesimpulan :

1. Gaya mengajar latihan efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.
2. Gaya mengajar resiprokal efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.
3. Gaya mengajar latihan lebih efektif terhadap hasil belajar *backhand overhead bulutangkis* dibandingkan gaya mengajar resiprokal pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang ada, maka peneliti memiliki beberapa saran bagi para guru sekolah :

1. Perhatikan gaya mengajar yang akan diberikan, agar guru mudah dalam menyampaikan materi serta dapat diterima dengan baik oleh siswa.
2. Supaya hasil belajar dapat tercapai secara efektif dan efisien, guru harus mempersiapkan materi sesuai karakteristik siswa dengan pemilihan gaya mengajar yang tepat.

3. Selalu belajar untuk terus mengikuti perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, terutama dalam pemberian suatu gaya mengajar agar bervariasi dan tidak monoton.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudjono, pengantar statistik pendidikan, (Bandung: Tarsito, 2002)
- Hermawan Aksan, Mahir Bulutangkis, (Bandung: Nuansa Cendekia, 2007)
- Musca Moston, Alih Bahasa oleh Nina Sutresna, Teaching Pshycal Education, (Jakarta: PPOPP IKIP Jakarta, 2001)
- M. Nazir, Metode Penelitian, (Penertbit Ghalia Indonesia, Jakarta,2011)
- Nana Sudjana, Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar, (Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2010)
- Sadirman, Interaksi dan Motivasi Belajar-Mengajar, (Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2011)
- Samsudin, Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, (Jakarta : Litera, 2008)
- Slameto, Belajar dan Faktor-Faktor Yang Mempengaruhinya, (Jakarta: PT. Rineka Cipta, 2003)
- Supandi, Strategi belajar mengajar pendidikan jasmani dan kesehatan, (Jakarta, DEDIKBUD, 2000)
- Syahri Alhusin, Gemar Bermain Bukutangkis, (Surakarta : CV “Seti-Aji”, 2007)
- Syaiful Bahri Djamarah, Strategi Belajar Mengajar, (jakarta : Rineka Cipta,2002)
- Tony Grice, Bulutangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan lanjut, (jakarta: PT Rajagrafindo persada, 2007)
- John D. Lovren, Badminton Education: The Education Task, 2005,
<https://www.google.com/search?q=macam+macam+backhand+bulutangkis&ie=utf-8&oe=utf-8#q=macam-macambackhand+bulutangkis>)

Lampiran 1

Tabel 7. Daftar Peringkat Hasil Tes Awal Backhand Overhead

NO	Gaya Mengajar Latihan	Gaya Mengajar Resiprokal
	Tes Awal	Tes Awal
1	23	23
2	23	23
3	23	23
4	23	23
5	25	24
6	25	24
7	25	24
8	25	25
9	26	25
10	26	25
11	26	25
12	27	25
13	27	26
14	29	26
15	29	29

Lampiran 2

Tabel 8. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Backhand Overhead

NO	Gaya Mengajar Latihan		NO	Gaya Mengajar Resiprokal	
	Tes Awal	Tes Akhir		Tes Awal	Tes Akhir
1	23	28	1	23	27
2	23	29	2	23	27
3	23	30	3	23	27
4	23	30	4	23	28
5	25	30	5	24	28
6	25	30	6	24	28
7	25	30	7	24	28
8	25	31	8	25	28
9	26	32	9	25	30
10	26	32	10	25	30
11	26	32	11	25	30
12	27	32	12	25	31
13	27	34	13	26	31
14	29	35	14	26	32
15	29	35	15	29	34

Lampiran 3

Tabel 9. Data hasil Tes Awal Backhand Overhead Pada Gaya Mengajar Latihan Dan Resiprokal

NO	X	$(X - \bar{X})$	$(X - \bar{X})^2$	Y	$(Y - \bar{Y})$	$(Y - \bar{Y})^2$
1	23	-2,46	6,05	23	-1,66	2,75
2	23	-2,46	6,05	23	-1,66	2,75
3	23	-2,46	6,05	23	-1,66	2,75
4	23	-2,46	6,05	23	-1,66	2,75
5	25	-0,46	0,21	24	-0,66	0,43
6	25	-0,46	0,21	24	-0,66	0,43
7	25	-0,46	0,21	24	-0,66	0,43
8	25	-0,46	0,21	25	0,34	0,11
9	26	0,54	0,29	25	0,34	0,11
10	26	0,54	0,29	25	0,34	0,11
11	26	0,54	0,29	25	0,34	0,11
12	27	1,54	2,37	25	0,34	0,11
13	27	1,54	2,37	26	1,34	1,79
14	29	3,54	12,53	26	1,34	1,79
15	29	3,54	12,53	29	4,34	18,83
Σ	382		55,71	370		35,25
$\bar{X}/\bar{Y}$	25,46			24,66		

1. Membuat Hipotesis Statistik

$$H_0 = \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 = \mu_1 \neq \mu_2$$

2. Mencari Nilai Rata – rata (Mean) untuk :

a. Tes awal latihan

$$M_X = \frac{\sum X}{n} = \frac{382}{15} = 25,46$$

b. Tes awal resiprokal

$$M_Y = \frac{\sum y}{n} = \frac{370}{15} = 24,66$$

3. Mencari Standar Deviasi (SD) untuk :

a. Tes awal latihan

$$SD_x = \sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n}} = \sqrt{\frac{55,71}{15}} = \sqrt{3,71} = 1,92$$

b. Tes awal resiprokal

$$SD_y = \sqrt{\frac{\sum (y - \bar{y})^2}{n}} = \sqrt{\frac{35,25}{15}} = \sqrt{2,35} = 1,53$$

4. Mencari Standar Error Mean Variable (X) dan variable (Y), (SE_m)

a. Tes awal latihan

$$SE_{mx} = \frac{SD}{\sqrt{n-1}} = \frac{1,92}{\sqrt{15-1}} = \frac{1,92}{\sqrt{14}} = \frac{1,92}{3,74} = 0,51$$

b. Tes awal resiprokal

$$SE_{my} \frac{SD}{\sqrt{n-1}} = \frac{1,53}{\sqrt{15-1}} = \frac{1,53}{\sqrt{14}} = \frac{1,53}{3,74} = 0,40$$

5. Mencari Standar Error Perbedaan Mean SE_{mx-my}

$$\begin{aligned} SE_{mx-my} &= \sqrt{(SE_{mx})^2 + (SE_{my})^2} \\ &= \sqrt{(0,51)^2 + (0,40)^2} \\ &= \sqrt{0,26 + 0,16} \\ &= \sqrt{0,42} \\ &= 0,64 \end{aligned}$$

6. Mencari nilai t hitung (t – hit)

$$t_{hit} = \frac{mx-my}{SE_{md}} = \frac{25,46-24,66}{0,64} = \frac{0,8}{0,64} = 1,25$$

7. Mencari nilai t table dengan derajat kebebasan (dk) = $(n_1 + n_2) - 2$

= $(15 + 15) - 2 = 28$, diperoleh t tabel = 2,05 pada taraf signifikan

$(\alpha) = 0,05$.

8. Membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} .

Dengan memperoleh derajat kebebasan $(dk) = (n_1 + n_2) - 2$ kemudian berkonsultasi dengan t_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh $t_{tabel} = 2,05$, Karena t_{hitung} diperoleh sebesar $= 1,25 < t_{tabel}$ sebesar 2,05 maka H_0 diterima. Sehingga dapat disimpulkan tidak terdapat perbedaan yang signifikan dari tes awal antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal.

Lampiran 4

Tabel 10. Data hasil Tes Akhir Backhand Overhead Pada Gaya Mengajar Latihan Dan Resiprokal

NO	X	$(X - \bar{X})$	$(X - \bar{X})^2$	Y	$(Y - \bar{Y})$	$(Y - \bar{Y})^2$
1	28	-3,33	11,08	27	-2,26	5,10
2	29	-2,33	5,42	27	-2,26	5,10
3	30	-1,33	1,76	27	-2,26	5,10
4	30	-1,33	1,76	28	-1,26	1,58
5	30	-1,33	1,76	28	-1,26	1,58
6	30	-1,33	1,76	28	-1,26	1,58
7	30	-1,33	1,76	28	-1,26	1,58
8	31	-0,33	0,10	28	-1,26	1,58
9	32	0,67	0,44	30	0,74	0,54
10	32	0,67	0,44	30	0,74	0,54
11	32	0,67	0,44	30	0,74	0,54
12	32	0,67	0,44	31	1,74	3,02
13	34	2,67	7,12	31	1,74	3,02
14	35	3,67	13,46	32	2,74	7,50
15	35	3,67	13,46	34	4,74	22,46
Σ	470		61,2	439		60,82
$\bar{X}/\bar{Y}$	31,33			29,26		

1. Membuat Hipotesisi Statistik

$$H_0 = \mu_1 = \mu_2$$

$$H_1 = \mu_1 \neq \mu_2$$

2. Mencari Nilai Rata – rata (Mean) untuk :

a. Tes akhir latihan

$$M_X = \frac{\sum X}{n} = \frac{470}{15} = 31,33$$

b. Tes akhir resiprokal

$$M_Y = \frac{\sum y}{n} = \frac{439}{15} = 29,26$$

3. Mencari Standar Deviasi (SD) untuk :

a. Tes akhir latihan

$$SD_x = \sqrt{\frac{\sum (x - \bar{x})^2}{n}} = \sqrt{\frac{61,2}{15}} = \sqrt{4,08} = 2,01$$

b. Tes akhir resiprokal

$$SD_y = \sqrt{\frac{\sum (y - \bar{y})^2}{n}} = \sqrt{\frac{60,82}{15}} = \sqrt{4,05} = 2,01$$

4. Mencari Standar Error Mean Variable (X) dan variable (Y), (SE_m)

a. Tes akhir latihan

$$SE_{mx} \frac{SD}{\sqrt{n-1}} = \frac{2,01}{\sqrt{15-1}} = \frac{2,01}{\sqrt{14}} = \frac{2,01}{3,74} = 0,53$$

b. Tes akhir resipokal

$$SE_{my} \frac{SD}{\sqrt{n-1}} = \frac{2,01}{\sqrt{15-1}} = \frac{2,01}{\sqrt{14}} = \frac{2,01}{3,74} = 0,53$$

5. Mencari Standar Error Perbedaan Mean SE_{mx-my}

$$\begin{aligned} SE_{mx-my} &= \sqrt{(SE_{mx})^2 + (SE_{my})^2} \\ &= \sqrt{(0,53)^2 + (0,53)^2} \\ &= \sqrt{0,28 + 0,28} \\ &= \sqrt{0,56} \\ &= 0,74 \end{aligned}$$

6. Mencari Nilai t hitung (t – hit)

$$t_{hit} = \frac{mx-my}{SE_{md}} = \frac{31,33-29,26}{0,74} = \frac{2,07}{0,74} = 2,79$$

7. Mencari nilai t table dengan derajat kebebasan (dk) = $(n_1 + n_2) - 2$

= $(15 + 15) - 2 = 28$, diperoleh t tabel = 2,05 pada taraf signifikan

$(\alpha) = 0,05$.

8. Membandingkan nilai t_{hitung} dengan t_{tabel} .

Dengan memperoleh derajat kebebasan $(dk) = (n_1 + n_2) - 2$ kemudian berkonsultasi dengan t_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh $t_{tabel} = 2,05$. Karena t_{hitung} diperoleh sebesar $= 2,79 > t_{tabel}$ sebesar 2,05 maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan terdapat perbedaan yang signifikan dari tes akhir antara gaya mengajar latihan dan gaya mengajar resiprokal.

Lampiran 5

Tabel 11. Data hasil Tes Awal dan Tes Akhir Backhand Overhead Pada Gaya Mengajar Latihan

NO	X_1	X_2	$D(X_1 - X_2)$	$D(X_1 - X_2)^2$
1	23	28	5	25
2	23	29	6	36
3	23	30	7	49
4	23	30	7	49
5	25	30	5	25
6	25	30	5	25
7	25	30	5	25
8	25	31	6	36
9	26	32	6	36
10	26	32	6	36
11	26	32	6	36
12	27	32	5	25
13	27	34	7	49
14	29	35	6	36
15	29	35	6	36
Σ	382	470	88	524

1. Mencari Hipotesis Statistik

$$H_0 = \mu_1 = 0$$

$$H_1 = \mu_1 > 0$$

2. Mencari Mean Dari Perbedaan (D) :

$$M_D = \frac{\sum D}{n} = \frac{88}{15} = 5,86$$

3. Mencari Standar Deviasi Perbedaan (D) untuk :

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{n} - \left(\frac{\sum D}{n}\right)^2}$$

$$= \sqrt{\frac{524}{15} - \left(\frac{88}{15}\right)^2}$$

$$= \sqrt{34,93 - (5,86)^2}$$

$$= \sqrt{34,93 - 34,33}$$

$$= \sqrt{0,6}$$

$$= 0,77$$

4. Mencari Standar Error Mean Dari Perbedaan (D)

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{n-1}} = \frac{0,77}{\sqrt{15-1}} = \frac{0,77}{\sqrt{14}} = \frac{0,77}{3,74} = 0,20$$

5. Mencari Nilai T_{hitung}

$$\frac{M_D}{SE_{MD}} = \frac{5,86}{0,20} = 29,3$$

6. Mencari Nilai T_{tabel} Dengan Derajat Kebebasan Pada Taraf Signifikansi 0,05

$$\begin{aligned} Dk &= N - 1 \\ &= 15 - 1 \\ &= 14 \\ &= 2,14 \end{aligned}$$

7. Kesimpulan

Dengan memperhitungkan derajat kebebasan (dk) = $N - 1$ kemudian berkonsultasi dengan T_{tabel} pada taraf signifikansi 0,05 diperoleh $T_{tabel} = 2,14$. Karena T_{hitung} diperoleh sebesar = 29,3 > T_{tabel} sebesar 2,14 maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar latihan dapat meningkatkan hasil belajar Backhand overhead bulutangkis pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga.

Lampiran 6

Tabel 12. Data hasil Tes Awal dan Tes Akhir Backhand Overhead Pada Gaya Mengajar Resiprokal

NO	Y_1	Y_2	$D(Y_1 - Y_2)$	$D(Y_1 - Y_2)^2$
1	23	27	4	16
2	23	27	4	16
3	23	27	4	16
4	23	28	5	25
5	24	28	4	16
6	24	28	4	16
7	24	28	4	16
8	25	28	3	9
9	25	30	5	25
10	25	30	5	25
11	25	30	5	25
12	25	31	6	36
13	26	31	5	25
14	26	32	6	36
15	29	34	5	25
Σ	370	439	69	327

1. Mencari Hipotesis Statistik

$$H_0 = \mu_2 = 0$$

$$H_1 = \mu_2 > 0$$

2. Mencari Mean Dari Perbedaan (D) :

$$M_D = \frac{\sum D}{n} = \frac{69}{15} = 4,6$$

3. Mencari Standar Deviasi Perbedaan (D) untuk :

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{n} - \left(\frac{\sum D}{n}\right)^2}$$

$$= \sqrt{\frac{327}{15} - \left(\frac{69}{15}\right)^2}$$

$$= \sqrt{21,8 - (4,6)^2}$$

$$= \sqrt{21,8 - 21,16}$$

$$= \sqrt{0,64}$$

$$= 0,8$$

4. Mencari Standar Error Mean Dari Perbedaan (SD_m)

$$SE_{MD} = \frac{SD_D}{\sqrt{n-1}} = \frac{0,8}{\sqrt{15-1}} = \frac{0,8}{\sqrt{14}} = \frac{0,8}{3,74} = 0,21$$

5. Mencari Nilai T_{hitung}

$$\frac{M_D}{SE_{MD}} = \frac{4,6}{0,21} = 21,90$$

6. Mencari Nilai T_{tabel} Dengan Derajat Kebebasan Pada Taraf Signifikansi 0,05

$$\begin{aligned} Dk &= N - 1 \\ &= 15 - 1 \\ &= 14 \\ &= 2,14 \end{aligned}$$

7. Kesimpulan

Dengan memperhitungkan derajat kebebasan (dk) = $N - 1$ kemudian berkonsultasi dengan T_{tabel} pada taraf signifikansi 5% diperoleh $T_{tabel} = 2,14$. Karena T_{hitung} diperoleh sebesar = $21,90 > T_{tabel}$ sebesar 2,14 maka H_0 ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa gaya mengajar resiprokal dapat meningkatkan hasil belajar Backhand overhead bulutangkis pada siswa kelas X SMAN 1 Jasinga

Lampiran 7

Uji coba ini dilakukan di SMK Negeri 57 Jakarta, dengan sampel sebanyak 15 siswa.

Tabel 13. uji reliabilitas

NO	X	Y	X^2	Y^2	X.Y
1	23	28	529	784	644
2	23	29	529	841	667
3	23	30	529	900	690
4	23	30	529	900	690
5	25	30	625	900	750
6	25	30	625	900	750
7	25	30	625	900	750
8	25	31	625	961	775
9	26	32	676	1024	832
10	26	32	676	1024	832
11	26	32	676	1024	832
12	27	32	729	1024	864
13	27	34	729	1156	918
14	29	35	841	1225	1015
15	29	35	841	1225	1015
Jumlah	382	470	9784	14788	12024

$$r = \frac{(N \sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{N \sum X^2 - (\sum X)^2\}\{N \sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

$$r = \frac{(15 \cdot 12024) - (382)(470)}{\sqrt{\{(15 \cdot 9784) - (382)^2\}\{(15 \cdot 14788) - (470)^2\}}}$$

$$r = \frac{(180360) - (179540)}{\sqrt{\{(146760) - (145924)\}\{(221820) - (220900)\}}}$$

$$r = \frac{820}{\sqrt{\{836\}\{920\}}}$$

$$r = \frac{820}{\sqrt{836 \cdot 920}}$$

$$r = 0,97$$

Reliabilitas diperoleh $r = 0,97$

Di ujikan dengan tabel pada $N = 15$ pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$, maka nilai kritis adalah 0,44, hal tersebut menunjukan r -hitung (0,97) lebih besar dari r -tabel (0,44) sehingga dapat di simpulkan bahwa pembelajaran reliable.

Interprestasi :

0,00 – 0,20 = sangat lemah

0,20 – 0,40 = lemah

0,40 – 0,70 = cukup kuat

0,90 – 1,00 = sangat tinggi

Lampiran 8

Tabel 14. Nilai “t” Untuk Berbagai df

df ata db	Harga “t” Pada Taraf Signifikansi	
	5%	1%
1	12,71	63,66
2	4,30	9,92
3	3,18	5,84
4	2,78	4,60
5	2,57	4,03
6	2,45	3,71
7	2,36	3,50
8	2,31	3,36
9	2,26	3,25
10	2,23	3,17
11	2,20	3,11
12	2,18	3,06
13	2,16	3,01
14	2,14	2,98
15	2,13	2,95
16	2,12	2,92
17	2,11	2,90
18	2,10	2,88
19	2,09	2,86
20	2,09	2,84
21	2,08	2,83
22	2,07	2,82
23	2,07	2,81
24	2,06	2,80
25	2,06	2,79
26	2,06	2,78
27	2,05	2,77
28	2,05	2,76
29	2,04	2,76
30	2,04	2,75

Lampiran 9

Data Perhitungan Distribusi Frekuensi Relatif Data Tes Awal Gaya Mengajar

Latihan

Nilai Maksimal : 29

Nilai Minimal : 23

Banyak Data (n) : 15

Rentang (r) : $29 - 23 = 6$

Banyak Kelas (k) : $1 + (3,3) \log n$
 $: 1 + (3,3) \log 15$

$: 1 + (3,3) 1,17$

$: 1 + 3,8$

$: 4,8$ (4 – 5 kelas)

Panjang Kelas (i) : $\frac{r}{k} = \frac{6}{4,8} = 1,25$ (1)

Tabel 15. Distribusi Frekuensi Tes Awal Gaya Mengajar Latihan

No	Kelas Interval	Batas Kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	23 – 24	22,5 – 24,5	23,5	4	26,67 %
2	25 – 26	24,5 – 26,5	25,5	7	46,67 %
3	27 – 28	26,5 – 28,5	27,5	2	13,33 %
4	29 – 30	28,5 – 30,5	29,5	2	13,33 %
Jumlah				15	100%

Lampiran 10

Data Perhitungan Distribusi Frekuensi Relatif Data Tes Awal Gaya Mengajar

Resiprokal

Nilai Maksimal : 29

Nilai Minimal : 23

Banyak Data (n) : 15

Rentang (r) : $29 - 23 = 6$

Banyak Kelas (k) : $1 + (3,3) \log n$
 $: 1 + (3,3) \log 15$
 $: 1 + (3,3) 1,17$
 $: 1 + 3,8$
 $: 4,8$ (4 – 5 kelas)

Panjang Kelas (i) : $\frac{r}{k} = \frac{6}{4,8} = 1,25$ (1)

Tabel 16. Distribusi Frekuensi Tes Awal Gaya Mengajar Resiprokal

No	Kelas Interval	Batas kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	23 – 24	22,5 – 24,5	23,5	7	46,67 %
2	25 – 26	24,5 – 26,5	25,5	7	46,67 %
3	27 – 28	26,5 – 28,5	27,5	0	0 %
4	29 – 30	28,5 – 30,5	29,5	1	6,67 %
Jumlah				15	100%

Lampiran 11

Data Perhitungan Distribusi Frekuensi Relatif Data Tes Akhir Gaya Mengajar

Latihan

Nilai Maksimal : 35

Nilai Minimal : 28

Banyak Data (n) : 15

Rentang (r) : $35 - 28 = 7$

Banyak Kelas (k) : $1 + (3,3) \log n$
 $: 1 + (3,3) \log 15$

$: 1 + (3,3) 1,17$

$: 1 + 3,8$

$: 4,8 (4 - 5 \text{ kelas})$

Panjang Kelas (i) : $\frac{r}{k} = \frac{7}{4,8} = 1,45 (1)$

Tabel 17. Distribusi Frekuensi Tes Akhir Gaya Mengajar Latihan

No	Kelas Interval	Batas Kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	28 – 29	27,5 – 29,5	28,8	2	13,33 %
2	30 – 31	29,5 – 31,5	30,5	6	40 %
3	32 – 33	31,5 – 33,5	32,5	4	26,67 %
4	34 – 35	33,5 – 35,5	34,5	3	20 %
Jumlah				15	100%

Lampiran 12

Data Perhitungan Distribusi Frekuensi Relatif Data Tes Akhir Gaya Mengajar

Resiprokal

Nilai Maksimal : 34

Nilai Minimal : 27

Banyak Data (n) : 15

Rentang (r) : $34 - 27 = 7$

Banyak Kelas (k) : $1 + (3,3) \log n$
 $: 1 + (3,3) \log 15$

$: 1 + (3,3) 1,17$

$: 1 + 3,8$

$: 4,8 (4 - 5 \text{ kelas})$

Panjang Kelas (i) : $\frac{r}{k} = \frac{7}{4,8} = 1,45 (1)$

Tabel 18. Distribusi Frekuensi Tes Akhir Gaya Mengajar Resiprokal

No	Kelas Interval	Batas Kelas	Titik Tengah	Frekuensi	
				Absolut	Relatif
1	27 – 28	26,5 – 28,5	27,5	8	53,33 %
2	29 – 30	28,5 – 30,5	29,5	3	20 %
3	31 – 32	30,5 – 32,5	31,5	3	20 %
4	33 – 34	32,5 – 34,5	33,5	1	6,67 %
Jumlah				15	100%

Lampiran 13

Gaya Mengajar Latihan

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMA Negeri 01 Jasinga

Mata pelajaran : PENJASKESREK

Kelas/Semester : X / Ganjil

Materi Pokok : Permainan Bola Kecil (*Bulutangkis*)

Alokasi Waktu : 6 x 2 Jam Pertemuan (2 x 45 menit)

Kompetensi Inti

KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan pro-aktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa bdalam pergaulan dunia.

- KI 3 : Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya, dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan niatnya untuk memecahkan masalah.
- KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkret dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan ,metoda sesuai kaidah keilmuan.

Kompetensi Dasar

- 1.1 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 1.2 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola kecil dengan koordinasi gerak yang baik.

Indikator

- Melakukan latihan teknik dasar *backhand overhead (bulutangkis)* secara sendiri, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.

- Melakukan variasi dan kombinasi teknik *backhand overhead* (*bulutangkis*) secara sendiri, berpasangan, dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
- Bermain *bulutangkis* dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian

Tujuan Pembelajaran

Melalui proses mencari informasi, menanya, dan berdiskusi siswa dapat:

- Siswa dapat melakukan teknik dasar *backhand overhead* (*bulutangkis*) secara mandiri, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
- Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik *backhand overhead* secara sendiri, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
- Siswa dapat bermain *bulutangkis* dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.

Materi Pembelajaran

➤ Fakta

1. Sejarah perkembangan permainan *bulutangkis* dunia dan di Indonesia.
2. Pertandingan permainan *bulutangkis* baik langsung atau melalui media elektronik.
3. Melihat latihan teknik pada klub *bulutangkis* atau melalui media elektronik.

➤ Konsep

1. Teknik *backhand overhead*.
2. Sikap tubuh.

➤ Prinsip

1. Melakukan teknik *backhand overhead*.
2. Menempatkan sikap tubuh yang baik dan benar.

➤ Prosedur

1. Sikap awal
2. Perkenaan raket dengan shuttlecock
3. Sikap akhir atau gerakan lanjutan
4. Sikap tubuh keseluruhan
5. Bermain *bulutangkis* dengan peraturan yang sederhana / dimodifikasi

Metode Pembelajaran

- Latihan

Alat/Media/Bahan

- Alat : Shuttlecock, peluit, lapangan, stopwatch, net, raket.
- Bahan Ajar : Buku pegangan Penjasorkes Kelas X, video v pembelajaran teknik/permainan bulutangkis, youtube dan lainnya.

Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

- Setelah meriview hasil pencapaian kompetensi (KD) sebelumnya, siswa melakukan latihan teknik dasar *bulutangkis* yaitu : *backhand overhead* serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Selanjutnya melalui diskusi, mendefinisikan konsep teknik dasar *bulutangkis* yaitu : *backhand overhead* dengan perkenaan raket dengan shuttlecock serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Memecahkan masalah teknik dasar *bulutangkis* yaitu : *backhand overhead* serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.

- Melalui praktik siswa dapat menentukan variasi latihan *bulutangkis* yaitu : memukul dengan perkenaan raket dan shuttlecock, serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan tersebut.
- Bekerjasama, berkomunikasi, dan bekerja dengan teliti, jujur dan penuh tanggung jawab.

Pertemuan Pertama

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> • Berdoa sebelum melakukan kegiatan. • Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan. • Menyampaikan tujuan pembelajaran. • Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i> dari berbagai sumber. • Melakukan pemanasan .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> • Melakukan tes awal <i>backhand overhead</i>.	90 menit
<i>Penutup</i> • Evaluasi. • Memberikan tugas pengamatan variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i> dan permainan <i>bulutangkis</i> melalui media baca, video atau internet. • Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Kedua

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> • Berdoa sebelum melakukan kegiatan. • Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. • Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. • Menyampaikan tujuan pembelajaran. • Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya • Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama	90 menit

banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. - Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan - Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. - Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	
<i>Penutup</i> - Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. - Memberi evaluasi. - Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bulutangkis dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Ketiga

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> - Berdoa sebelum melakukan kegiatan. - Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. - Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. - Menyampaikan tujuan pembelajaran.	15 menit

• Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya • Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. • Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan • Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. • Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	90 menit

<i>Penutup</i> - Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. - Memberi evaluasi. - Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bulutangkis dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit
---	----------

Pertemuan Keempat

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> - Berdoa sebelum melakukan kegiatan. - Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. - Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. - Menyampaikan tujuan pembelajaran. - Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. - Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>.	90 menit

Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. • Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan • Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. • Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	
Penutup • Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. • Memberi evaluasi. • Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bulutangkis dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Kelima

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> • Berdoa sebelum melakukan kegiatan. • Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. • Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. • Menyampaikan tujuan pembelajaran. • Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya • Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama	90 menit

banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. - Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan - Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. - Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	
<i>Penutup</i> - Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. - Memberi evaluasi. - Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i> dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Keenam

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> - Berdoa sebelum melakukan kegiatan. - Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan. - Menyampaikan tujuan pembelajaran. - Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i> dari berbagai sumber.	15 menit

• Melakukan pemanasan .	
<i>Kegiatan inti</i> • Melakukan tes akhir <i>backhand overhead</i>.	90 menit
<i>Penutup</i> • Meminta peserta didik menyimpulkan teknik dasar <i>backhand overhead</i> yang baik dan benar. • Evaluasi	15 menit

Penilaian

1. Mekanisme dan Prosedur

Penilaian dilakukan dari proses, penilaian dilakukan melalui pengamatan tes praktik masing-masing siswa.

2. Aspek dan Instrumen Penilaian

Instrumen tes menggunakan tes praktik dengan kisi – kisi penilaian yang telah disiapkan oleh guru.

3. Instrumen (Terlampir)

Sumber

Buku Pegangan Kurikulum 2013 Penjasorkes kelas.

Mengetahui,

Kepala SMAN 1 Jasinga

Guru Mata Pelajaran
PENJASKESREK

Suryana, S.Pd, MM

NIP. 196104121984031010

Arief Septiardi Apillano

Gaya Mengajar Resiprokal

RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

Sekolah : SMA Negeri 01 Jasinga

Mata pelajaran : PENJASKESREK

Kelas/Semester : X / Ganjil

Materi Pokok : Permainan Bola Kecil (*Bulutangkis*)

Alokasi Waktu : 6 x 2 Jam Pertemuan (2 x 45 menit)

Kompetensi Inti

KI 1 : Menghayati dan mengamalkan ajaran agama yang dianutnya.

KI 2 : Mengembangkan perilaku (jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli, santun, ramah lingkungan, gotong royong, kerjasama, cinta damai, responsif dan pro-aktif) dan menunjukkan sikap sebagai bagian dari solusi atas berbagai permasalahan bangsa dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam serta dalam menempatkan diri sebagai cerminan bangsa bdalam pergaulan dunia.

KI 3 : Memahami dan menerapkan pengetahuan faktual, konseptual, prosedural dalam ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya,

dan humaniora dengan wawasan kemanusiaan, kebangsaan, kenegaraan, dan peradaban terkait fenomena dan kejadian, serta menerapkan pengetahuan prosedural pada bidang kajian yang spesifik sesuai dengan bakat dan niatnya untuk memecahkan masalah.

KI 4 : Mengolah, menalar, dan menyaji dalam ranah konkrit dan ranah abstrak terkait dengan pengembangan dari yang dipelajarinya di sekolah secara mandiri, dan mampu menggunakan ,metoda sesuai kaidah keilmuan.

Kompetensi Dasar

- 1.3 Menganalisis variasi dan kombinasi keterampilan gerak salah satu permainan bola kecil untuk menghasilkan koordinasi gerak yang baik.
- 1.4 mempraktikkan variasi dan kombinasi keterampilan dalam memainkan salah satu permainan bola kecil dengan koordinasi gerak yang baik.

Indikator

- Melakukan latihan teknik dasar *backhand overhead (bulutangkis)* secara sendiri, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.

- Melakukan variasi dan kombinasi teknik *backhand overhead* (*bulutangkis*) secara sendiri, berpasangan, dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
- Bermain *bulutangkis* dengan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian

Tujuan Pembelajaran

Melalui proses mencari informasi, menanya, dan berdiskusi siswa dapat:

- Siswa dapat melakukan teknik dasar *backhand overhead* (*bulutangkis*) secara mandiri, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
- Siswa dapat melakukan latihan variasi dan kombinasi teknik *backhand overhead* secara sendiri, berpasangan dan berkelompok dengan koordinasi yang baik.
- Siswa dapat bermain *bulutangkis* dengan menggunakan peraturan yang dimodifikasi untuk menumbuhkan dan membina nilai-nilai kerjasama, toleransi, memecahkan masalah, menghargai teman, dan keberanian.

Materi Pembelajaran

➤ Fakta

1. Sejarah perkembangan permainan *bulutangkis* dunia dan di Indonesia.
2. Pertandingan permainan *bulutangkis* baik langsung atau melalui media elektronik.
3. Melihat latihan teknik pada klub *bulutangkis* atau melalui media elektronik.

➤ Konsep

1. Teknik *backhand overhead*.
2. Sikap tubuh.

➤ Prinsip

1. Melakukan teknik *backhand overhead*.
2. Menempatkan sikap tubuh yang baik dan benar.

➤ Prosedur

1. Sikap awal
2. Perkenaan raket dengan shuttlecock
3. Sikap akhir atau gerakan lanjutan
4. Sikap tubuh keseluruhan
5. Bermain *bulutangkis* dengan peraturan yang sederhana / dimodifikasi

Metode Pembelajaran

- Resiprokal

Alat/Media/Bahan

- Alat : Shuttlecock, peluit, lapangan, stopwatch, net, raket.
- Bahan Ajar : Buku pegangan Penjasorkes Kelas X, video v pembelajaran teknik/permainan bulutangkis, youtube dan lainnya.

Langkah Kegiatan/Skenario Pembelajaran

- Setelah meriview hasil pencapaian kompetensi (KD) sebelumnya, siswa melakukan latihan teknik dasar *bulutangkis* yaitu : *backhand overhead* serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Selanjutnya melalui diskusi, mendefinisikan konsep teknik dasar *bulutangkis* yaitu : *backhand overhead* dengan perkenaan raket dengan shuttlecock serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.
- Memecahkan masalah teknik dasar *bulutangkis* yaitu : *backhand overhead* serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan teknik tersebut.

- Melalui praktik siswa dapat menentukan variasi latihan *bulutangkis* yaitu : memukul dengan perkenaan raket dan shuttlecock, serta sikap tubuh yang benar pada waktu melakukan latihan tersebut.
- Bekerjasama, berkomunikasi, dan bekerja dengan teliti, jujur dan penuh tanggung jawab.

Pertemuan Pertama

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> • Berdoa sebelum melakukan kegiatan. • Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan. • Menyampaikan tujuan pembelajaran. • Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i> dari berbagai sumber. • Melakukan pemanasan .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> • Melakukan tes awal <i>backhand overhead</i>.	90 menit
<i>Penutup</i> • Evaluasi. • Memberikan tugas pengamatan variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i> dan permainan <i>bulutangkis</i> melalui media baca, video atau internet. • Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Kedua

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> • Berdoa sebelum melakukan kegiatan. • Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. • Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. • Menyampaikan tujuan pembelajaran. • Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya • Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama	90 menit

banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. - Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan - Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. - Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	
<i>Penutup</i> - Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. - Memberi evaluasi. - Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i> dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Ketiga

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> - Berdoa sebelum melakukan kegiatan. - Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. - Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. - Menyampaikan tujuan pembelajaran.	15 menit

• Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya • Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. • Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan • Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. • Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	90 menit

<i>Penutup</i> - Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. - Memberi evaluasi. - Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bulutangkis dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit
---	----------

Pertemuan Keempat

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> - Berdoa sebelum melakukan kegiatan. - Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. - Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. - Menyampaikan tujuan pembelajaran. - Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. - Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>.	90 menit

Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. • Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan • Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. • Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	
Penutup • Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. • Memberi evaluasi. • Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bulutangkis dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Kelima

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> • Berdoa sebelum melakukan kegiatan. • Merefleksi kembali pelajaran pertemuan sebelumnya. • Membahas tugas pengamatan yang telah dikerjakan di rumah. • Menyampaikan tujuan pembelajaran. • Mengaitkan materi yang akan dipelajari yaitu variasi latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Membagi peserta didik ke dalam kelompok .	15 menit
<i>Kegiatan inti</i> Mengamati dan Menanya • Dua orang siswa diminta untuk pengulangan hasil tugas yang telah dipelajari tentang latihan teknik dasar <i>backhand overhead</i>. Mencoba • Secara individu atau kelompok diminta untuk mencoba mempraktikkan latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i>. • Guru mengamati kreatifitas dan kerjasama latihan variasi teknik dasar <i>backhand overhead</i> masing-masing individu atau kelompok. Mengasosiasi • Setiap individu atau kelompok mencoba variasi latihan individu atau kelompok lain. • Individu yang telah dikelompokkan dibagi dua sama	90 menit

banyak dan mempraktikkan variasi latihan teknik dasar melalui permainan <i>bulutangkis</i> dengan aturan yang sederhana. - Guru mengamati kerjasama antar individu atau kelompok, menilai keterampilan mengolah dan menalar. Mengomunikasikan - Perwakilan individu atau kelompok memaparkan hasil latihan variasi teknik dasar <i>bulutangkis</i>. - Guru menilai keterampilan menyaji dan berkomunikasi.	
<i>Penutup</i> - Bersama siswa menyimpulkan kegiatan bermain <i>bulutangkis</i> dan cara variasi teknik dasar yang baik dan benar. - Memberi evaluasi. - Mengingatkan materi pertemuan berikutnya tentang latihan variasi teknik dasar bulutangkis dan bermain <i>bulutangkis</i>.	15 menit

Pertemuan Keenam

Rincian Kegiatan	Waktu
<i>Pendahuluan</i> - Berdoa sebelum melakukan kegiatan. - Menyampaikan kompetensi (KD) yang akan diajarkan. - Menyampaikan tujuan pembelajaran. - Meminta beberapa orang peserta didik mengemukakan pengalaman setelah melihat/melakukan latihan teknik	15 menit

dasar <i>backhand overhead</i> dari berbagai sumber. • Melakukan pemanasan .	
<i>Kegiatan inti</i> • Melakukan tes akhir <i>backhand overhead</i>.	90 menit
<i>Penutup</i> • Meminta peserta didik menyimpulkan teknik dasar <i>backhand overhead</i> yang baik dan benar. • Evaluasi	15 menit

Penilaian

1. Mekanisme dan Prosedur

Penilaian dilakukan dari proses, penilaian dilakukan melalui pengamatan tes praktik masing-masing siswa.

2. Aspek dan Instrumen Penilaian

Instrumen tes menggunakan tes praktik dengan kisi – kisi penilaian yang telah disiapkan oleh guru.

3. Instrumen (Terlampir)

Sumber

Buku Pegangan Kurikulum 2013 Penjasorkes kelas.

Mengetahui,

Kepala SMAN 1 Jasinga

Guru Mata Pelajaran
PENJASKESREK

Suryana, S.Pd, MM

NIP. 196104121984031010

Arief Septiardi Apillano

Lampiran 14

Foto – foto penelitian



Sampel melakukan tes awal



Sampel kelompok gaya mengajar latihan



Sampel kelompok gaya mengajar resiprokal



Sampel melakukan tes akhir

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



ARIEF SEPTIARDI APPILLANO. Putra pertama dari dua bersaudara dari pasangan Bapak Suhandi dan Ibu Endang Sri Lestari Lahir di Jakarta, 25 September 1993. Bertempat tinggal di Jalan Kp. Babakan RT 05 RW 06, Kelurahan Lenteng Agung, Kecamatan Jagakarsa, Jakarta Selatan.

Penulis memulai pendidikan di SDN Srengseng Sawah dan lulus pada tahun 2006. Melanjutkan ke SMP Negeri 166 Jakarta dan lulus pada tahun 2009. Kemudian melanjutkan ke SMK Negeri 57 Jakarta dan lulus pada tahun 2012. Penulis melanjutkan pendidikan ke Perguruan Tinggi di Universitas Negeri Jakarta, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi melalui jalur SNMPTN tulis pada tahun 2012. Penulis pernah aktif di cabang olahraga bulutangkis Universitas Negeri Jakarta. Pengalaman Praktek Keterampilan Mengajar (PKM) di SMA Don Bosco II Pulomas. Sebagai sarana komunikasi penulis dapat dihubungi melalui E-mail Appillanoarief@ymail.com.