ANTHOR
Education and Learning Journal
https://anthor.org/index.php/anthor
Email. anthor.Jurnal@gmail.com
E-ISSN: 2963 –198X P-ISSN: 2963–2498 | Halaman: 2052 - 2055
Volume 5 Nomor 4 Tahun 2026

Penerapan Metode Bermain Berbasis Target untuk Meningkatkan Hasil Belajar Servis Pendek Bulutangkis pada Siswa Kelas V SD Negeri Pangtonggal 1 Tahun 2026

Informasi Naskah

Moh Suhartono[1]
Abdul Azis[2]
Taufik Rahman[3]

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas PGRI Sumenep, Indonesia

243852013A003240@stkippgrisumenep.ac.id

Abstrak
Penelitian ini bertujuan mendeskripsikan peningkatan hasil belajar servis pendek forehand dan backhand bulutangkis melalui penerapan metode bermain berbasis target pada siswa kelas V SD Negeri Pangtonggal 1, Kecamatan Proppo, Kabupaten Pamekasan. Penelitian menggunakan rancangan Penelitian Tindakan Kelas yang terdiri atas prasiklus, siklus I, dan siklus II, dengan tahapan perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Subjek dalam draf adaptasi ini berjumlah 20 siswa. Data diperoleh melalui tes keterampilan servis pendek, observasi aspek kognitif, serta observasi aspek afektif. Hasil adaptasi menunjukkan nilai rekapitulasi meningkat dari 54,76% pada prasiklus menjadi 62,41% pada siklus I dan 74,88% pada siklus II. Nilai psikomotor meningkat dari 55,88% menjadi 61,51% dan 74,58%. Temuan tersebut menunjukkan bahwa permainan zona sasaran, sistem poin, latihan berulang dalam kelompok kecil, dan umpan balik antarteman dapat membantu siswa meningkatkan kontrol gerak serta ketepatan penempatan shuttlecock. Pembelajaran perlu tetap dirancang menyenangkan, aman, dan sesuai karakteristik perkembangan siswa kelas V. Data hasil pada artikel ini harus divalidasi melalui penelitian lapangan tahun 2026 sebelum dipublikasikan sebagai temuan empiris.

Kata Kunci:
Metode Bermain, Permainan Berbasis Target, Servis Pendek, Bulutangkis, Sekolah Dasar, Penelitian Tindakan Kelas.

Abstract
This study aims to describe the improvement of forehand and backhand short-service learning outcomes in badminton through a target-based play method among fifth-grade students of SD Negeri Pangtonggal 1, Proppo District, Pamekasan Regency. The study employed a classroom action research design consisting of a pre-cycle, cycle I, and cycle II, with planning, action, observation, and reflection stages. The adapted draft involved 20 students. Data were collected through short-service skill tests and cognitive and affective observations. The adapted results indicated that the overall score increased from 54.76% in the pre-cycle to 62.41% in cycle I and 74.88% in cycle II. Psychomotor achievement rose from 55.88% to 61.51% and 74.58%. These findings suggest that target-zone games, point systems, repeated practice in small groups, and peer feedback may help students improve movement control and shuttlecock placement accuracy. Learning activities should remain enjoyable, safe, and developmentally appropriate. The reported results must be validated through field research in 2026 before being presented as empirical findings.

Key Word:
Play Method, Target-Based Games, Short Service, Badminton, Elementary School, Classroom Action Research.

Information Production:
© 2026 *by the authors of this article. This work is licensed under an Attribution-ShareAlike* 4.0 *International* (CC BY-SA 4.0)

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani di sekolah dasar merupakan bagian integral dari pendidikan yang mengembangkan kompetensi gerak, kebugaran, pengetahuan, sikap, dan kebiasaan hidup aktif. Pada usia kelas V, siswa berada pada fase penting untuk memantapkan keterampilan gerak dasar dan mulai mempelajari keterampilan olahraga yang lebih spesifik. Pembelajaran yang terlalu menekankan hasil akhir tanpa tahapan yang jelas berpotensi membuat siswa kesulitan memahami teknik, kehilangan kepercayaan diri, dan kurang aktif selama pembelajaran.

Bulutangkis relevan digunakan dalam pendidikan jasmani karena dapat melatih koordinasi mata-tangan, kelincahan, keseimbangan, ketepatan, konsentrasi, dan pengambilan keputusan. Salah satu keterampilan awal yang harus dikuasai adalah servis. Servis pendek menuntut siswa mengontrol pegangan raket, posisi kaki, koordinasi ayunan, titik perkenaan shuttlecock, serta arah jatuh shuttlecock ke bidang sasaran. Bagi siswa sekolah dasar, tuntutan teknik tersebut perlu disederhanakan dan diajarkan secara progresif.

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

Metode bermain berbasis target sesuai digunakan dalam pembelajaran keterampilan servis karena menggabungkan tujuan teknik dengan aktivitas yang menarik bagi siswa. Siswa diarahkan melakukan servis menuju zona tertentu yang memiliki nilai berbeda, mengikuti tantangan ketepatan, dan mengumpulkan poin secara individual maupun kelompok. Bentuk permainan tersebut meningkatkan jumlah kesempatan praktik tanpa membuat latihan terasa monoton. Fadillah et al. (2025) menunjukkan bahwa pembelajaran servis bulutangkis berbasis permainan kreatif dapat meningkatkan keterampilan siswa sekolah dasar sekaligus menciptakan pengalaman belajar yang interaktif dan menyenangkan.

Pelaksanaan permainan berbasis target perlu disusun secara bertahap agar tingkat kesulitan sesuai dengan kemampuan siswa. Ukuran zona sasaran, jarak servis, jumlah pengulangan, aturan perolehan poin, dan jenis shuttlecock dapat disesuaikan dari tahap mudah menuju tahap yang lebih menantang. Nor Azmi et al. (2020) menemukan bahwa modifikasi peralatan dan lingkungan latihan berpengaruh terhadap pengembangan keterampilan pemain pemula. Wang et al. (2025) juga menunjukkan bahwa kurikulum bulutangkis yang dimodifikasi dapat memberikan manfaat pada kebugaran dan perhatian berkelanjutan siswa sekolah dasar.

Masalah yang dijadikan dasar draf penelitian ini adalah rendahnya ketepatan servis pendek, kurangnya penguasaan pegangan forehand dan backhand, serta rendahnya konsentrasi siswa selama latihan yang berulang. Berdasarkan dokumen penelitian sumber, capaian awal belum memenuhi kriteria ketuntasan yang ditetapkan. Oleh karena itu, tindakan berupa metode bermain berbasis target dipilih agar siswa memperoleh kesempatan praktik yang banyak, tujuan gerak yang jelas, dan pengalaman keberhasilan secara bertahap. Penelitian ini bertujuan mengetahui peningkatan hasil belajar servis pendek bulutangkis melalui penerapan metode bermain berbasis target pada siswa kelas V SD Negeri Pangtonggal 1 tahun 2026.

SD Negeri Pangtonggal 1 merupakan satuan pendidikan dasar negeri yang berada di Desa Pangtonggal, Kecamatan Proppo, Kabupaten Pamekasan, Provinsi Jawa Timur. Berdasarkan Data Referensi Kemendikdasmen, sekolah memiliki NPSN 20527359, berstatus negeri, berbentuk pendidikan sekolah dasar, dan termasuk jenjang pendidikan dasar. Data residu peserta didik Kemendikdasmen yang diakses pada 2026 menampilkan 183 peserta didik untuk satuan pendidikan tersebut. Angka ini merupakan jumlah keseluruhan peserta didik sekolah, bukan jumlah siswa kelas V, sehingga data rombongan belajar kelas V harus dikonfirmasi langsung kepada sekolah.

Tabel 1. Profil SD Negeri Pantonggal 1 Kabupaten Pamekasan

Komponen	Keterangan
Nama sekolah	SD Negeri Pangtonggal 1
NPSN	20527359
Status	Negeri
Bentuk/Jenjang	SD / Pendidikan Dasar
Alamat	Pangtonggal
Desa/Kelurahan	Pangtonggal
Kecamatan	Proppo
Kabupaten	Pamekasan
Provinsi	Jawa Timur
Jumlah peserta didik sekolah	183 siswa (data referensi/residu 2026)
Subjek penelitian	Siswa kelas V 20 siswa

METODE PENELITIAN

Penelitian menggunakan Penelitian Tindakan Kelas model siklus. Setiap siklus meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Penelitian dirancang untuk dilaksanakan pada semester genap tahun 2026 di SD Negeri Pangtonggal 1. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas V yang mengikuti pembelajaran PJOK. Dalam draf adaptasi, jumlah subjek ditulis 20 siswa mengikuti data penelitian sumber; jumlah aktual wajib disesuaikan dengan daftar siswa kelas V tahun pelajaran 2025/2026 atau 2026/2027.

Tindakan pada siklus I dilakukan melalui permainan “Zona Servis”. Guru memberikan penjelasan singkat mengenai tujuan dan aturan keselamatan, kemudian siswa melakukan servis menuju bidang sasaran yang diberi tanda warna dan nilai berbeda. Siswa berlatih dalam kelompok kecil secara bergantian, mencatat jumlah servis yang masuk, serta memperoleh umpan balik sederhana dari guru dan teman. Tingkat kesulitan awal dibuat ringan melalui zona sasaran yang lebar dan jarak servis yang disesuaikan. Siklus II memperbaiki kelemahan siklus I melalui pembagian kelompok yang lebih kecil, penambahan frekuensi praktik, penggunaan zona sasaran bertingkat, permainan “Lima Servis Tepat”, dan tantangan poin antarkelompok. Perubahan aturan permainan tetap mempertahankan tujuan teknik servis pendek dan diarahkan secara progresif menuju kondisi permainan yang sebenarnya.

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

Instrumen penelitian meliputi: (1) rubrik keterampilan servis pendek yang menilai posisi tubuh, pegangan raket, posisi kaki, posisi tangan/ayunan, dan ketepatan arah shuttlecock; (2) lembar observasi kognitif untuk menilai pemahaman aturan, urutan gerak, dan sistem permainan; (3) lembar observasi afektif untuk menilai kerja sama, kejujuran dalam pencatatan poin, penghargaan terhadap teman, kerja keras, dan percaya diri; serta (4) catatan lapangan mengenai keaktifan siswa dan pelaksanaan permainan. Setiap aspek diberi skor dan dikonversi menjadi persentase.

Analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Persentase capaian dihitung dengan membagi skor yang diperoleh dengan skor maksimum kemudian dikalikan 100%. Keberhasilan tindakan ditentukan berdasarkan KKTP/KKM sekolah dan ketuntasan klasikal yang disepakati bersama guru. Untuk kepentingan draf, batas 65% mengikuti dokumen sumber, tetapi penelitian aktual tahun 2026 harus memakai KKTP mata pelajaran PJOK yang berlaku di SD Negeri Pangtonggal 1.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Data pada bagian ini merupakan hasil adaptasi dari dokumen penelitian sumber, bukan hasil observasi langsung di SD Negeri Pangtonggal 1. Pola data dipertahankan untuk menunjukkan bentuk penyajian hasil PTK dengan metode bermain berbasis target yang dapat digunakan setelah data lapangan terkumpul.

Tabel 2. Perkembangan Hasil Belajar Siswa pada Setiap Tahap Pembelajaran

Tahap	Kognitif	Psikomotor	Afektif	Rekapitulasi
Prasiklus	57,67%	55,88%	50,50%	54,76%
Siklus I	63,33%	61,51%	62,17%	62,41%
Siklus II	71,83%	74,58%	78,00%	74,88%

Pada prasiklus, nilai rekapitulasi sebesar 54,76%. Capaian tersebut menunjukkan bahwa siswa belum konsisten melakukan posisi awal, pegangan raket, ayunan, dan penempatan shuttlecock. Setelah tindakan pada siklus I, nilai rekapitulasi meningkat menjadi 62,41% atau naik 7,65 poin persentase. Peningkatan terlihat pada seluruh ranah, tetapi hasil belum mencapai batas ketuntasan draf sebesar 65%. Refleksi siklus I menunjukkan perlunya memperkecil jumlah anggota kelompok, memperjelas aturan perolehan poin, memperbanyak kesempatan servis, dan menyediakan variasi tingkat kesulitan zona sasaran.

Pada siklus II, nilai rekapitulasi mencapai 74,88% atau meningkat 12,47 poin persentase dibandingkan siklus I dan 20,12 poin persentase dibandingkan prasiklus. Ranah psikomotor meningkat menjadi 74,58%, sedangkan ranah afektif mencapai 78,00%. Peningkatan tersebut mengindikasikan bahwa siswa lebih percaya diri, lebih aktif bekerja sama, dan semakin mampu mengarahkan shuttlecock ke area sasaran setelah mengikuti permainan bertingkat, tantangan ketepatan, serta latihan yang memberikan kesempatan praktik lebih merata.

Pembahasan

Peningkatan hasil belajar dapat dijelaskan melalui karakter metode bermain berbasis target yang memberikan tujuan gerak secara konkret. Zona warna dan sistem poin membantu siswa mengetahui arah servis yang harus dicapai, sedangkan tantangan permainan mendorong mereka mengulang keterampilan tanpa merasa terbebani oleh latihan yang monoton. Pengulangan yang terjadi dalam suasana bermain memberi kesempatan kepada siswa untuk menyesuaikan kekuatan ayunan, titik perkenaan shuttlecock, dan arah jatuh servis. Hasil ini selaras dengan Fadillah et al. (2025), yang menunjukkan bahwa pembelajaran servis berbasis permainan kreatif efektif meningkatkan keterampilan serta menciptakan pengalaman belajar yang interaktif bagi siswa sekolah dasar.

Pengaturan tingkat kesulitan zona sasaran berperan penting dalam membangun keberhasilan bertahap. Pada tahap awal, sasaran yang lebih lebar membantu siswa memahami hubungan antara ayunan dan arah shuttlecock. Setelah kemampuan meningkat, ukuran sasaran diperkecil dan nilai poin dibuat lebih menantang. Prinsip ini sejalan dengan Nor Azmi et al. (2020) mengenai manfaat modifikasi peralatan dan lingkungan latihan bagi pemain pemula. Wang et al. (2025) juga mengindikasikan bahwa kurikulum bulutangkis yang dirancang secara bervariasi dapat mendukung kebugaran dan perhatian siswa sekolah dasar.

Peningkatan afektif pada siklus II menunjukkan bahwa metode bermain berbasis target tidak hanya memengaruhi hasil gerak. Pencatatan poin secara jujur, rotasi peran, dukungan antarteman, dan tantangan kelompok dapat meningkatkan kerja sama serta kepercayaan diri. Guru tetap perlu memastikan bahwa suasana kompetisi bersifat edukatif, tidak mempermalukan siswa yang belum berhasil, dan tidak menggunakan hukuman fisik sebagai konsekuensi kekalahan. Tujuan utama permainan adalah memberi pengalaman gerak yang positif, aman, dan mendorong seluruh siswa terlibat aktif.

e-ISSN: 2963 – 198X
p-ISSN: 2963 – 2498

Walaupun pola peningkatan pada draf ini kuat, hasil tidak dapat langsung diklaim sebagai kondisi SD Negeri Pangtonggal 1. Validitas penelitian memerlukan daftar subjek aktual, persetujuan sekolah dan orang tua bila diperlukan, instrumen yang diuji, dokumentasi tindakan, data mentah tiap siswa, serta perhitungan ketuntasan sesuai KKTP. Dengan demikian, artikel ini paling tepat dipakai sebagai naskah kerja yang akan dilengkapi sesudah penelitian lapangan.

KESIMPULAN

Berdasarkan data adaptasi, penerapan metode bermain berbasis target menunjukkan pola peningkatan hasil belajar servis pendek forehand dan backhand bulutangkis. Nilai rekapitulasi meningkat dari 54,76% pada prasiklus menjadi 62,41% pada siklus I dan 74,88% pada siklus II. Strategi yang berkontribusi meliputi penggunaan zona sasaran, sistem poin, latihan dalam kelompok kecil, tantangan ketepatan bertingkat, pengulangan yang cukup, dan umpan balik yang positif. Kesimpulan ini masih bersifat kesimpulan draf dan harus diuji menggunakan data aktual siswa kelas V SD Negeri Pangtonggal 1 tahun 2026.

REFERENSI

Arikunto, S., Suhardjono, & Supardi. (2021). *Penelitian tindakan kelas* (Edisi revisi). Bumi Aksara.

Fadillah, A., Hernawan, & Asmawi, M. (2025). Development of creative play-based badminton service learning model for elementary school students. *Indonesian Journal of Sport Management, 5*(1). https://doi.org/10.31949/ijsm.v5i1.13485

Kemendikdasmen. (2026). *Data pendidikan SD Negeri Pangtonggal 1 (NPSN 20527359)*. Pusat Data dan Teknologi Informasi.

Kemmis, S., McTaggart, R., & Nixon, R. (2014). *The action research planner: Doing critical participatory action research*. Springer.

Nor Azmi, A. M., Suppiah, P. K., Lee, J. L. F., Noordin, H., & Samsir, M. S. (2020). The influence of modified equipment in developing skills in badminton. *Malaysian Journal of Movement, Health & Exercise, 9*(1), 67–76. https://doi.org/10.15282/mohe.v9i1.394

Wang, Y., Wang, Q., Dong, X., Yang, J., Cai, K., Chen, D., et al. (2025). Effects of 10-week modified badminton curriculum on physical fitness and sustained attention in elementary school children. *Scientific Reports, 15*, 43889. https://doi.org/10.1038/s41598-025-25718-6

World Health Organization. (2020). *WHO guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization.