

## Upaya Meningkatkan Keterampilan Servis Panjang dalam Permainan Bulu Tangkis melalui Metode Demonstrasi

\*Ramlah<sup>1</sup>, Adriana Bulu Baan<sup>2</sup>, Gunawan<sup>3</sup>, Rahmayati<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Profesi Guru, Universitas Tadulako, Indonesia

<sup>2,3</sup>Universitas Tadulako, Indonesia, <sup>4</sup>SMPN 2 Palu, Indonesia

E-mail: [ramlah.selebes@gmail.com](mailto:ramlah.selebes@gmail.com)

**Article History:** Submission: 2025-05-25 || Accepted: 2025-11-06 || Published: 2025-12-22

**Sejarah Artikel:** Penyerahan: 2025-05-25 || Diterima: 2025-11-06 || Dipublikasi: 2025-12-22

### Abstract

This Classroom Action Research (CAR) study aims to improve students' long serve skills in badminton for Grade VIII students at SMPN 2 Palu. The problem identified was the low mastery of long serve skills, with only 27% of students meeting the minimum competency criteria in the pre-cycle assessment. The research was conducted in two cycles, each consisting of four stages: planning, action implementation, observation, and reflection. In Cycle I, 70% of students achieved mastery, though 30% did not meet the required standards. After improvements were made in Cycle II, including enhanced visual demonstrations and immediate feedback, significant progress was observed, with 94% of the 33 students achieving mastery. These findings suggest that the demonstration method effectively improves students' long serve skills in badminton by offering clear visual understanding and structured practice opportunities.

**Keywords:** Learning Outcomes, Long Serve, Demonstration Method, Badminton, Psychomotor Skills.

### Abstrak

Kesulitan berkelanjutan pada pembelajaran perkalian di sekolah dasar menunjukkan kesenjangan antara rekomendasi penggunaan manipulatif konkret dan praktik pembelajaran yang masih berpusat pada buku teks. Penelitian pengembangan (R&D) ini merancang Kalimatika manipulatif konkret berbiaya rendah, serta menguji kelayakan dan efektivitasnya pada siswa kelas III. Menggunakan model ADDIE, enam pakar (tiga pakar media, tiga pakar materi) memberikan penilaian kelayakan masing-masing 94,7% dan 98,6% (kategori sangat layak). Implementasi dengan desain satu kelompok prates-pascates pada 26 siswa menunjukkan peningkatan rata-rata nilai dari 77,15 menjadi 92,50 dengan N-Gain 0,59 (kategori sedang). Angket guru dan siswa menunjukkan penerimaan yang sangat baik. Temuan ini menambah bukti bahwa manipulatif konkret hasil fabrikasi lokal dapat memperkuat pemahaman konsep perkalian bilangan cacah pada pembelajaran matematika SD. Keterbatasan penelitian meliputi ukuran sampel kecil dan desain satu kelompok; riset lanjutan disarankan memakai uji terkontrol dan peningkatan ketahanan bahan.

**Kata kunci:** Hasil Belajar, Servis Panjang, Metode Demonstrasi, Bulu Tangkis, Keterampilan Psikomotorik.

This is an open access article under the [CC BY-SA license](#)



### I. PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dalam sistem pendidikan nasional yang bertujuan untuk mengembangkan potensi fisik, mental, dan emosional peserta didik secara menyeluruh dan seimbang. Menurut (Komarruzaman, 2018), pendidikan jasmani tidak hanya terbatas pada aktivitas fisik semata, tetapi merupakan proses pendidikan yang dilaksanakan secara sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani untuk mencapai perubahan holistik dalam kualitas fisik, mental, dan sosial peserta didik. Oleh karena itu, pendidikan jasmani menjadi mata pelajaran wajib dalam kurikulum sekolah yang bertujuan mendukung pembentukan karakter, keterampilan motorik, serta gaya hidup sehat peserta didik. Menurut (Widya et al. 2019) menekankan bahwa pendidikan jasmani mendukung proses pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal, sejalan dengan tujuan pendidikan nasional untuk membentuk manusia Indonesia seutuhnya. Pencapaian tujuan tersebut sangat bergantung pada keberhasilan pengorganisasian pengalaman

belajar yang sesuai dengan karakteristik dan kemampuan anak (Pasaribu & Daulay, 2018). Dalam hal ini, guru memiliki peran penting sebagai fasilitator dalam menciptakan proses pembelajaran yang aktif, menyenangkan, dan bermakna.

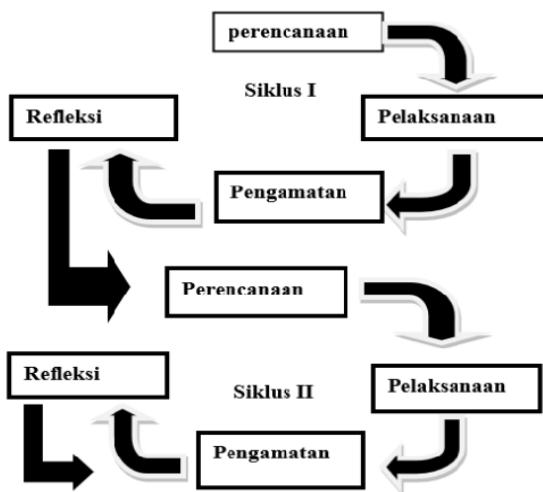
Proses pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah masih sering menggunakan pendekatan tradisional, seperti ceramah dan tanya jawab. Pendekatan ini cenderung bersifat pasif dan kurang mampu membangkitkan motivasi belajar siswa (Zumaroh et al., 2017). Akibatnya, siswa merasa jemu dan kurang antusias dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, sehingga keterampilan dan penguasaan teknik dasar yang seharusnya dapat dikuasai menjadi terhambat. Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan terhadap siswa kelas VIII A SMPN 2 Palu menunjukkan bahwa kemampuan siswa dalam melakukan pukulan long service masih sangat rendah. Dari 33 siswa yang mengikuti asesmen, hanya 27% yang mencapai ketuntasan berdasarkan Kriteria Ketuntasan Tujuan Pembelajaran (KKTP). Kondisi ini menunjukkan adanya permasalahan dalam penguasaan teknik dasar bulu tangkis, khususnya dalam aspek servis. Salah satu aspek penting dalam pendidikan jasmani adalah pengembangan kemampuan gerak yang bergantung pada sistem organ tubuh seperti sistem neuromuskular, pernapasan, sirkulasi darah, serta struktur tulang dan sendi (Pasaribu & Daulay, 2018). Dalam konteks olahraga permainan, bulutangkis menjadi salah satu cabang olahraga yang populer dan banyak diminati oleh masyarakat, baik secara nasional maupun global. Bulutangkis menuntut penguasaan berbagai teknik dasar, seperti forehand, backhand, smash, drop shot, dan servis (Hasanuddin, 2023), di mana teknik pukulan servis merupakan bagian yang sangat krusial karena menjadi titik awal dalam setiap permainan. Salah satu bentuk pukulan servis yang penting dikuasai oleh peserta didik adalah long service. Long service atau servis panjang merupakan teknik pukulan yang diarahkan ke area belakang lawan, dengan tujuan menciptakan tekanan permainan dan membuka peluang untuk mengontrol pertandingan (Marsheilla et al., 2023). Keberhasilan dalam melakukan long service dapat memberikan keunggulan strategis bagi pemain

Mengatasi permasalahan tersebut, diperlukan pendekatan pembelajaran yang lebih efektif dan kontekstual. Salah satu metode yang dapat digunakan adalah metode demonstrasi. Metode ini merupakan pendekatan pembelajaran yang dilakukan dengan memperlihatkan langsung suatu proses, teknik, atau keterampilan tertentu yang dapat diamati dan ditiru oleh siswa (Rusman, 2021). Pendekatan demonstratif memberikan pengalaman belajar konkret dan visual, yang berkontribusi positif terhadap pemahaman dan keterampilan praktis siswa. Menurut (Agus, 2015) menjelaskan bahwa langkah-langkah dalam metode demonstrasi meliputi: (1) penyampaian tujuan pembelajaran, (2) pemberian gambaran materi secara umum, (3) persiapan alat dan bahan, (4) pelaksanaan demonstrasi oleh guru atau siswa, (5) analisis proses oleh siswa, (6) diskusi hasil pengamatan, dan (7) penarikan kesimpulan bersama. Strategi ini memungkinkan keterlibatan aktif siswa serta memperkuat pemahaman terhadap keterampilan yang diajarkan.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan long service siswa dalam permainan bulu tangkis melalui penerapan metode demonstrasi. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan solusi konkret terhadap rendahnya penguasaan teknik servis siswa serta meningkatkan partisipasi aktif mereka dalam pembelajaran pendidikan jasmani. Dengan menggunakan siklus pembelajaran yang sistematis, diharapkan keterampilan long service siswa dapat ditingkatkan, sehingga mereka mampu mencapai tingkat ketuntasan yang lebih tinggi.

## II. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang mengikuti model Kemmis dan McTaggart (2016), yang terdiri dari empat tahap: perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi. Setiap siklus dalam penelitian ini digunakan untuk melakukan perbaikan yang berkesinambungan, sehingga dapat mencapai hasil yang optimal. Subjek penelitian adalah siswa kelas VIII A SMPN 2 Palu yang berjumlah 33 orang, dengan rentang usia antara 13 hingga 14 tahun. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari hingga Maret 2024, dimulai dengan observasi awal untuk mengetahui kemampuan dasar siswa dalam melakukan teknik long service dalam permainan bulu tangkis. Berikut disajikan alur penelitian Tindakan kelas menurut model Kemmis dan McTaggart:



**Gambar 1.** Alur Penelitian PTK (Kemmis dan McTaggart)

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus, dengan setiap siklus terdiri dari dua kali pertemuan. Pada siklus pertama, pertemuan pertama dimulai dengan demonstrasi oleh guru mengenai teknik long service, termasuk penjelasan tentang posisi awal, ayunan raket, koordinasi tangan dan mata, serta akurasi arah dan jarak shuttlecock. Setelah demonstrasi, siswa diberi kesempatan untuk berlatih secara individu, dengan pengawasan langsung dari guru. Pertemuan kedua berfokus pada latihan terarah di mana siswa diberikan umpan balik langsung setelah masing-masing melakukan servis untuk memperbaiki kesalahan. Siklus kedua dimulai dengan perbaikan materi, yang melibatkan penggunaan video demonstrasi untuk memperkuat visualisasi teknik. Selain itu, siswa yang sudah menguasai teknik long service terlibat dalam peer teaching (pengajaran teman sebaya), memberikan umpan balik kepada teman-teman mereka yang masih kesulitan. Pertemuan kedua di siklus kedua lebih menekankan pada latihan intensif dengan kesempatan lebih banyak untuk praktik servis panjang, disertai dengan umpan balik yang lebih mendalam dan personal.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah rubrik penilaian psikomotor yang mengukur empat indikator keterampilan long service, yaitu posisi awal, ayunan raket, koordinasi tangan dan mata, serta akurasi arah dan jarak shuttlecock. Setiap indikator diberikan skor berdasarkan skala 1 hingga 5, dengan bobot penilaian yang disesuaikan dengan tingkat kesulitan setiap indikator. Penilaian dilakukan oleh guru yang berperan sebagai pengamat dan evaluator selama setiap sesi latihan. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan analisis statistik deskriptif untuk menggambarkan hasil penilaian pada setiap siklus, termasuk persentase siswa yang mencapai ketuntasan belajar. Ketuntasan belajar dihitung berdasarkan Kriteria Ketuntasan Tujuan Pembelajaran (KKTP), dengan target minimal 85% siswa mencapai ketuntasan. Selain itu, perubahan keterampilan siswa antara siklus I dan siklus II diukur menggunakan N-Gain untuk menilai efektivitas metode demonstrasi. Data kualitatif juga dikumpulkan dari hasil observasi dan refleksi untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilan atau kegagalan dalam setiap siklus. Kriteria ketuntasan yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa yang memperoleh nilai  $\geq 80$  pada penilaian teknik long service dianggap tuntas, sementara siswa yang memperoleh nilai  $< 80$  dianggap tidak tuntas. Sasaran penelitian adalah agar minimal 85% siswa mencapai ketuntasan dalam setiap siklus.

### III. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan keterampilan long service pada siswa kelas VIII A SMPN 2 Palu melalui penerapan metode demonstrasi. Berdasarkan hasil tes pra-siklus, diketahui bahwa hanya 27% siswa yang mencapai ketuntasan belajar, sedangkan 73% siswa lainnya belum mencapai Kriteria Ketuntasan Tujuan Pembelajaran (KKTP). Hal ini menunjukkan adanya kesulitan siswa dalam menguasai teknik long service pada permainan bulu tangkis, yang meliputi posisi awal, ayunan raket, koordinasi tangan dan mata, serta akurasi arah dan jarak shuttlecock. Penelitian ini dilaksanakan dalam dua siklus untuk melihat perkembangan keterampilan siswa.

### 1. Hasil Penilaian Pra-Siklus

Pada tahap pra-siklus, dilakukan asesmen awal untuk mengetahui kemampuan dasar siswa dalam melakukan teknik *long service*. Penilaian dilakukan terhadap 33 siswa kelas VIII A SMP Negeri 2 Palu. Hasil tes awal dapat dilihat pada Tabel berikut.

**Tabel 1.** Hasil tes awal (Pra-Siklus) hasil belajar siswa servis long permainan bulutangkis

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase	Keterangan
100-81	Sangat baik	2	6%	Tuntas
80-61	Baik	4	12 %	Tuntas
60-41	Sedang	3	9%	tuntas
40-21	Kurang	15	45,1 %	Tidak tuntas
< 20	Kurang sekali	9	27,9 %	Tidak tuntas

Pada tahap pra-siklus, dilakukan asesmen awal untuk mengetahui kemampuan dasar siswa dalam melakukan teknik *long service*. Dari 33 siswa yang mengikuti tes, hasilnya menunjukkan bahwa hanya 27% siswa yang berhasil mencapai ketuntasan belajar. Penilaian menunjukkan bahwa sebagian besar siswa berada pada kategori "kurang" dan "kurang sekali". Hal ini mengindikasikan bahwa siswa mengalami kesulitan dalam memahami dan menerapkan teknik *long service* yang benar. Berdasarkan hasil ini, guru memutuskan untuk melanjutkan penelitian dengan menggunakan metode demonstrasi untuk meningkatkan penguasaan teknik tersebut.

### 2. Hasil Penilaian Siklus I

Setelah tahap perencanaan dilakukan, guru menyusun modul ajar berbasis metode demonstrasi yang dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Pada tahap ini, siswa diperkenalkan dan didemonstrasikan secara langsung teknik *long service*, diikuti dengan latihan praktik. Setelah dua kali pertemuan, dilakukan penilaian untuk mengukur perkembangan kemampuan siswa. Hasilnya disajikan pada Tabel berikut.

**Tabel 2.** Hasil tes awal (Siklus I) hasil belajar siswa servis long permainan bulutangkis

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase	Keterangan
100-81	Sangat baik	6	18,4%	Tuntas
80-61	Baik	9	27%	Tuntas
60-41	Sedang	8	24,6%	tuntas
40-21	Kurang	10	30%	Tidak tuntas
< 20	Kurang sekali	0	0 %	Tidak tuntas

Pada siklus I, setelah dilakukan perencanaan dan penerapan metode demonstrasi, siswa diberikan kesempatan untuk mempelajari teknik *long service* melalui penjelasan langsung oleh guru dan latihan terarah. Penilaian dilakukan setelah dua kali pertemuan untuk mengukur kemajuan siswa dalam menguasai teknik tersebut. Hasil penilaian menunjukkan peningkatan yang signifikan. Sebanyak 70% siswa mencapai ketuntasan belajar, yang terdiri dari 18 siswa (54,6%) dalam kategori "baik" dan "sangat baik", sementara 30% siswa lainnya masih belum mencapai ketuntasan. Meskipun ada peningkatan, 30% siswa masih mengalami kesulitan, terutama dalam aspek koordinasi tangan dan mata serta akurasi arah shuttlecock. Guru mencatat bahwa beberapa siswa kurang memahami pentingnya posisi awal yang tepat dan tidak cukup terlibat dalam latihan mandiri. Berdasarkan refleksi dari siklus I, guru memutuskan untuk melakukan perbaikan pada siklus II, dengan meningkatkan penggunaan media visual seperti video demonstrasi dan memberikan umpan balik yang lebih terfokus untuk siswa yang masih kesulitan.

### 3. Hasil Penilaian Siklus II

Sebagai tindak lanjut dari refleksi siklus I, dilakukan revisi terhadap modul ajar dan strategi penyampaian materi. Perbaikan dilakukan dengan menyederhanakan penjelasan

teknik, menambah sesi latihan berulang, serta memberikan umpan balik secara langsung. Siklus II juga dilaksanakan dalam dua kali pertemuan. Hasil tes pada akhir siklus II ditampilkan dalam Tabel berikut.

**Tabel 3.** Hasil tes siklus 2 hasil belajar siswa lari Estafet

Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase	Keterangan
100-81	Sangat baik	10	30,6%	Tuntas
80-61	Baik	18	54,3 %	Tuntas
60-41	Sedang	3	9,1 %	tuntas
40-21	Kurang	2	6 %	Tidak tuntas
< 20	Kurang sekali	0	0 %	Tidak tuntas

Pada siklus II, setelah perbaikan dilakukan, guru menggunakan video demonstrasi untuk memperkuat visualisasi teknik long service, serta memberikan kesempatan bagi siswa yang lebih mahir untuk mendampingi teman sekelas mereka dalam kelompok belajar (peer teaching). Selain itu, latihan lebih intensif dan pengulangan gerakan dilakukan untuk memperkuat teknik long service. Hasil penilaian menunjukkan peningkatan yang sangat signifikan, dengan 94% siswa mencapai ketuntasan. Dari total 33 siswa, 10 siswa (30,6%) memperoleh nilai "sangat baik", 18 siswa (54,3%) berada pada kategori "baik", dan 3 siswa (9,1%) berada pada kategori "sedang". Siswa yang belum tuntas, sebanyak 2 siswa (6%), tidak mencapai ketuntasan karena masalah kehadiran yang kurang, sehingga mereka tidak dapat mengikuti seluruh sesi pembelajaran secara maksimal. Meskipun demikian, hasil ini menunjukkan bahwa perbaikan yang dilakukan pada siklus II sangat efektif, dan metode demonstrasi terbukti berhasil meningkatkan keterampilan long service siswa.

#### 4. Interpretasi dan Refleksi

Peningkatan hasil belajar siswa antara pra-siklus (27%), siklus I (70%), dan siklus II (94%) menunjukkan bahwa penerapan metode demonstrasi secara sistematis dan berulang dapat secara efektif meningkatkan keterampilan motorik siswa, khususnya dalam teknik long service. Video demonstrasi dan peer teaching terbukti efektif dalam mempercepat proses pemahaman teknik, karena siswa dapat melihat contoh langsung dan mendapatkan umpan balik dari teman sekelas yang lebih mahir. Data kualitatif yang diperoleh dari refleksi siswa menunjukkan bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam melaksanakan teknik long service setelah diberikan umpan balik langsung dan melihat contoh yang jelas melalui video. Hal ini juga didukung oleh teori belajar motorik yang menekankan pentingnya blocked practice (latihan terarah) dan distributed practice (latihan terulang dengan jeda waktu), yang dapat meningkatkan daya ingat dan keterampilan motorik secara lebih efektif. Secara keseluruhan, metode demonstrasi, ketika dipadukan dengan teknik visualisasi dan latihan terarah, dapat meningkatkan keterampilan psikomotorik siswa dalam permainan bulu tangkis, terutama dalam aspek teknik servis panjang. Penelitian ini memberikan bukti bahwa dengan pendekatan yang tepat, keterampilan motorik dapat diajarkan secara lebih efektif, dengan meningkatkan partisipasi dan rasa percaya diri siswa.

#### B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan long service pada siswa kelas VIII A SMPN 2 Palu melalui penerapan metode demonstrasi. Berdasarkan hasil penelitian, dapat dilihat bahwa penerapan metode demonstrasi secara bertahap dalam dua siklus berhasil meningkatkan penguasaan keterampilan long service pada siswa. Peningkatan ini terlihat jelas dari perbandingan hasil penilaian antara pra-siklus (27%), siklus I (70%), dan siklus II (94%), yang menunjukkan bahwa metode demonstrasi dapat memberikan dampak yang signifikan terhadap keterampilan motorik siswa, terutama dalam teknik servis panjang. Salah satu faktor utama yang mendukung peningkatan ini adalah penggunaan video demonstrasi yang memberikan pemahaman visual yang jelas kepada siswa. Dengan adanya visualisasi, siswa dapat melihat langkah-langkah teknis yang harus dilakukan dalam melakukan long service. Hal ini sesuai dengan teori belajar motorik yang mengemukakan bahwa pengamatan visual terhadap contoh yang benar dapat meningkatkan

pemahaman teknik (Schmidt & Lee, 2011). Selain itu, peer teaching yang diterapkan pada siklus II juga memberikan manfaat besar. Siswa yang lebih mahir memberikan umpan balik kepada teman-temannya yang mengalami kesulitan, yang meningkatkan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Pendekatan ini memberikan kesempatan bagi siswa untuk lebih aktif dalam berbagi pengetahuan dan memperkuat pemahaman mereka tentang teknik yang diajarkan.

Perbaikan yang dilakukan pada siklus II, seperti penambahan latihan berulang, peningkatan pengawasan, dan umpan balik lebih terfokus, juga terbukti efektif. Penelitian ini mendukung temuan sebelumnya yang menunjukkan bahwa latihan terarah dan pengulangan gerakan (blocked practice) dapat meningkatkan penguasaan keterampilan motorik, terutama pada teknik dasar seperti long service (Magill, 2011). Dalam penelitian ini, latihan berulang dengan pengawasan langsung dari guru memberikan kesempatan bagi siswa untuk memperbaiki kesalahan secara langsung, yang mempercepat proses pembelajaran. Meskipun 94% siswa telah mencapai ketuntasan pada siklus II, terdapat dua siswa yang belum tuntas. Hasil ini dapat dijelaskan oleh faktor eksternal seperti kehadiran siswa yang kurang. Siswa yang tidak hadir secara penuh pada sesi pembelajaran mungkin tidak memiliki kesempatan yang cukup untuk menguasai teknik long service dengan baik. Oleh karena itu, faktor kehadiran menjadi aspek penting yang perlu diperhatikan dalam perencanaan pembelajaran di masa depan, untuk memastikan bahwa semua siswa memiliki kesempatan yang sama dalam mengikuti pembelajaran secara maksimal. Sebagai tindak lanjut, guru perlu menyediakan materi tambahan atau latihan mandiri bagi siswa yang tidak dapat mengikuti pembelajaran secara lengkap.

Dari sisi instrumen penilaian, penggunaan rubrik penilaian psikomotor dengan empat indikator keterampilan (posisi awal, ayunan raket, koordinasi tangan dan mata, serta akurasi arah dan jarak shuttlecock) memberikan gambaran yang jelas tentang kemajuan setiap siswa. Penilaian berbasis rubrik ini memungkinkan guru untuk memberikan umpan balik yang lebih terperinci dan objektif, serta membantu siswa memahami aspek mana yang perlu diperbaiki. Selain itu, penggunaan N-Gain untuk mengukur perubahan keterampilan antara siklus I dan siklus II memberikan bukti kuantitatif yang jelas mengenai efektivitas pembelajaran. Perubahan N-Gain yang signifikan menunjukkan bahwa metode demonstrasi tidak hanya meningkatkan keterampilan siswa, tetapi juga dapat meningkatkan pemahaman mereka secara keseluruhan. Meskipun hasil penelitian menunjukkan keberhasilan metode demonstrasi, ada beberapa keterbatasan yang perlu diperhatikan. Pertama, penelitian ini hanya dilakukan pada satu kelas di SMPN 2 Palu, sehingga generalisasi hasil penelitian ini mungkin terbatas. Penelitian lebih lanjut dengan sampel yang lebih besar dan beragam di berbagai sekolah dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif tentang efektivitas metode demonstrasi dalam mengajarkan teknik long service di bulu tangkis. Kedua, meskipun hasil penelitian menunjukkan peningkatan keterampilan motorik, penelitian ini belum mengukur aspek kognitif dan afektif siswa, seperti pemahaman teori dasar bulu tangkis atau perubahan motivasi siswa dalam mengikuti pembelajaran. Penelitian mendatang dapat mengembangkan instrumen penilaian yang lebih holistik dengan mencakup aspek kognitif dan afektif.

Secara keseluruhan, penelitian ini mengkonfirmasi bahwa metode demonstrasi, terutama ketika dikombinasikan dengan teknik visualisasi, latihan terarah, dan peer teaching, dapat secara efektif meningkatkan keterampilan long service siswa dalam permainan bulu tangkis. Temuan ini sejalan dengan teori belajar motorik yang menekankan pentingnya pengamatan visual, pengulangan gerakan, dan umpan balik langsung dalam proses pembelajaran keterampilan motorik (Schmidt & Lee, 2011). Oleh karena itu, penggunaan metode demonstrasi dapat direkomendasikan sebagai salah satu strategi efektif dalam pembelajaran pendidikan jasmani, khususnya dalam pengajaran teknik dasar olahraga seperti bulu tangkis.

## IV. SIMPULAN DAN SARAN

### A. Simpulan

Penelitian ini menunjukkan bahwa penerapan metode demonstrasi secara sistematis dan berulang dapat secara signifikan meningkatkan keterampilan long service pada siswa kelas VIII A SMPN 2 Palu dalam permainan bulu tangkis. Hasil penelitian menunjukkan peningkatan ketuntasan belajar siswa dari 27% pada pra-siklus, menjadi 70% pada siklus I, dan akhirnya mencapai 94% pada siklus II. Penerapan video demonstrasi, peer teaching, serta latihan

berulang terbukti efektif dalam mempercepat pemahaman teknik dan meningkatkan keterampilan motorik siswa. Meskipun demikian, terdapat dua siswa yang tidak tuntas, yang disebabkan oleh faktor eksternal seperti kehadiran yang kurang. Secara keseluruhan, metode demonstrasi dapat direkomendasikan sebagai strategi efektif untuk mengajarkan keterampilan motorik dasar dalam pendidikan jasmani.

## B. Saran

Berdasarkan temuan penelitian ini, disarankan agar guru tidak hanya mengandalkan satu metode pembelajaran, seperti metode demonstrasi, tetapi juga mempertimbangkan penggunaan berbagai strategi pengajaran, seperti diskusi kelompok atau metode berbasis teknologi, untuk meningkatkan keberagaman dalam kelas dan mengakomodasi berbagai gaya belajar siswa. Selain itu, pengawasan lebih ketat terhadap kehadiran siswa perlu dilakukan untuk memastikan bahwa semua siswa memiliki kesempatan yang sama dalam mengikuti pembelajaran secara optimal. Guru juga disarankan untuk terus memberikan umpan balik yang lebih terfokus dan terperinci, serta mengembangkan instrumen penilaian yang lebih komprehensif yang mencakup aspek kognitif dan afektif siswa.

## DAFTAR RUJUKAN

- Asaribu, T., & Daulay, H. (2018). Pengaruh sistem organ tubuh terhadap kapasitas gerak manusia. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 5(2), 112–120.
- Fadliyani, N. M., Roshayanti, F., & Suprihatini, G. (2024). Pengaruh Penggunaan Game Puzzle terhadap Hasil Belajar Bahasa Jawa Siswa Kelas 1. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 5(2), 106–112. <https://doi.org/10.54371/ainj.v5i2.407>
- Hasanuddin. (2023). Teknik dasar dan variasi pukulan dalam permainan bulutangkis. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 8(1), 45–53.
- Izzah, V. L., Pramasdyahsari, A. S., Siswanto, J. , & Ismartiningsih, I. (2024). Efektivitas Media Papan KPK terhadap Hasil Belajar Kognitif Matematika Kelas V. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 5(2), 138–144. <https://doi.org/10.54371/ainj.v5i2.439>
- Jamaah, J. (2022). Pengaruh Keterampilan Dasar Mengajar terhadap Prestasi Belajar. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 3(1), 67–71. <https://doi.org/10.54371/ainj.v3i1.119>
- Kemmis, S. & McTaggart, R. (2016). *The Action Research Planner: Doing Critical Participatory Action Research*. Singapore: Springer.
- Komarruzaman. (2018). *Pendidikan Jasmani dalam Perspektif Pendidikan Nasional*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Mahardika, A. (2020). Variasi teknik dalam permainan bulutangkis untuk meningkatkan performa atlet. *Jurnal Pendidikan Olahraga Indonesia*, 12(1), 45–52.
- Mardhiyana, N. A., Nugroho, A. A., & Pathonah, S. (2025). Pengaruh Media PADANG (Papan Diagram Batang) terhadap Hasil Belajar Matematika Kelas IV: . *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 6(1), 1–9. <https://doi.org/10.54371/ainj.v6i1.676>
- Marsheilla, N., Pratama, R., & Suryani, T. (2023). *Penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis untuk siswa sekolah menengah pertama*. Bandung: Pustaka Olahraga Nusantara.
- Ningsih, N., Bunga, M. H. D., & Bera, L. (2025). Pengaruh Model Pembelajaran Problem Based Learning berbantuan Media Kartu Desimal War terhadap Hasil Belajar Matematika Siswa. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 6(2), 197–203. <https://doi.org/10.54371/ainj.v6i2.827>

Nurhikmawati, S., & Utami, R. D. (2024). Penerapan Model Problem Based Learning Berbasis TGT untuk Meningkatkan Keaktifan dan Hasil Belajar Peserta Didik. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 5(3), 222–232.  
<https://doi.org/10.54371/ainj.v5i3.471>

Rinjani, C., Wahdini, F. I., Mulia, E., Zakir, S., & Amelia, S. (2021). Kajian Konseptual Model Pembelajaran Word Square untuk Meningkatkan Hasil Belajar Siswa. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 1(2), 52–59.  
<https://doi.org/10.54371/jiepp.v1i2.102>

Rusman, Model-Model Pembelajaran Mengembangkan Profesionalisme Guru, Jakarta: Rajawali Press, 2009

Sukardi, S. (2022). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan (PJOK) Materi Permainan Bulu Tangkis melalui Penerapan Model Pembelajaran Langsung. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 2(1), 20–26.  
<https://doi.org/10.54371/jiepp.v2i1.134>

Syafitri, R., Arafat, Y., & Selegi, S. F. (2025). Efektivitas Model Pembelajaran Problem Solving Berbasis Media Multiply Cards terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas II SD . *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 5(1), 122–131.  
<https://doi.org/10.54371/jiepp.v5i1.704>

Yunus, W. P., Sukmawati, S., & B, R. (2025). Keterampilan Guru mengadakan Variasi pada Pembelajaran Matematika Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Inovasi, Evaluasi Dan Pengembangan Pembelajaran (JIEPP)*, 5(1), 132–142.  
<https://doi.org/10.54371/jiepp.v5i1.765>

Zaki, M., Anwar, A., & Amalia, R. (2021). Workshop Manipulasi Alat Peraga Matematika Untuk Guru SD Kota Langsa Aceh. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 2(2), 103–107. <https://doi.org/10.54371/ainj.v2i2.39>