

Pengaruh Metode Latihan Drill terhadap Ketepatan *Netting* Bulutangkis Usia 8-14 Tahun PB Talenta Kebumen

Agus Ade Setiawan^{1*}, Mokhamad Parmadi²

^{1,2}Prodi Pendidikan Olahraga, Universitas Ma'arif Nahdlatul Ulama Kebumen, Jl. Kutoarjo Km. 5 Jatisari Kebumen Jawa Tengah

E-mail: agusades020@gmail.com

* Corresponding Author

 <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6049>

ARTICLE INFO

Article history

Received: 01 Mar 2026

Revised: 15 Mar 2026

Accepted: 09 April 2026

Kata Kunci:

Latihan drill, Ketepatan netting, Bulutangkis

Keywords:

Drill training, Netting accuracy, Badminton

ABSTRACT

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif kuantitatif dengan menggunakan one group pretest-posttest dengan maksud untuk mengetahui pengaruh treatment yang diberikan pada sampel penelitian Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh metode Latihan Drill terhadap Ketepatan Netting Bulutangkis. Populasi dalam penelitian ini Adalah 60 atlet bulutangkis PB Talenta Kebumen aktif, sedangkan sampel sejumlah 15 atlet putra dan putri memenuhi kriteria diambil dengan menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan instrumen tes. Berdasarkan analisis olah data dan penelitian pengaruh metode drill terhadap ketepatan netting bulutangkis usia 8-14 tahun PB Talenta Kebumen bahwa ketepatan netting dapat dikategorikan baik dari 15 orang jumlah sampel yang di uji. Berdasarkan temuan di atas, ketepatan netting atlet PB Talenta Kebumen dalam permainan bulutangkis, keakuratan sangat penting. Salah satu teknik yang paling sulit untuk diterapkan dalam permainan bulutangkis adalah teknik netting. Oleh karena itu, teknik ini memerlukan konsentrasi yang lebih besar selama permainan karena memerlukan koordinasi antara kaki, mata, dan tangan serta kecepatan, kelincahan, dan ketepatan.

This study uses a quantitative descriptive quantitative method using a one-group pretest-posttest with the intention of determining the effect of the treatment given to the research sample. The purpose of this study is to determine the effect of the Drill Training method on the Accuracy of Badminton Netting. The population in this study were 60 active PB Talenta Kebumen badminton athletes, while a sample of 15 male and female athletes met the criteria taken using purposive sampling. Data collection in this study was by using a test instrument. Based on data processing analysis and research on the effect of the drill method on the accuracy of badminton netting of 8-14 year old PB Talenta Kebumen, the accuracy of netting can be categorized as good from the 15 people tested. Based on the above findings, the accuracy of netting of PB Talenta Kebumen athletes in badminton games, accuracy is very important. One of the most difficult techniques to apply in badminton is the netting technique. Therefore, this technique requires greater concentration during the game because it requires coordination between the feet, eyes, and hands as well as speed, agility, and accuracy.



This is an open access article under the CC-BY-SA license.

How to Cite: Agus Ade Setiawan, et al (2026). Pengaruh Metode Latihan Drill terhadap Ketepatan *Netting* Bulutangkis Usia 8-14 Tahun PB Talenta Kebumen, 4(4) 23782-23794. <https://doi.org/10.31004/jerkin.v4i4.6049>

PENDAHULUAN

Olahraga bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang terkenal di seluruh dunia. Bulutangkis adalah salah satu olahraga paling terkenal di dunia. Bulutangkis dimainkan oleh semua orang di masyarakat, termasuk anak-anak, remaja, dewasa, dan orang tua, permainan yang dimainkan oleh laki-laki atau perempuan. Permainan bulutangkis suatu olahraga yang sangat populer di Indonesia dan memainkan peran penting dalam kehidupan di seluruh dunia (Juang 2015). Permainan bulutangkis berlangsung masing-masing pemain harus berusaha agar shuttlecock tidak menyentuh lantai

di daerah permainan sendiri. Apabila shuttlecock jatuh di lantai atau menyangkut di net maka permainan berhenti (Saputra & Raharjo, 2023b). Bulutangkis biasanya dimainkan satu lawan satu, dua lawan dua, atau ganda campuran. Dalam permainan ini, raket digunakan sebagai pemukul dan shuttlecock sebagai objek (Islam & Muhyi, 2024). Permainan bulutangkis memerlukan alat, antara lain: lapangan, net, shuttlecock, dan raket. Raket merupakan alat yang terbuat dari serat karbon dan memiliki fungsi sebagai pemukul shuttlecock. Shuttlecock mempunyai beberapa lembar bulu yang ditancapkan pada dasar shuttlecock yang dilapisi kain atau kulit, umumnya shuttlecock berwarna putih. Bulutangkis adalah olahraga yang dimainkan dengan net, raket, dan shuttlecock. Mereka memiliki berbagai teknik pemukulan, mulai dari yang agak lambat sampai yang sangat cepat, dan mereka juga melakukan gerakan acak (Saputra dan Raharjo 2023). Permainan bulutangkis dapat dimainkan di atas lapangan berbentuk persegi panjang baik dalam (indoor) lapangan atau luar (outdoor) lapangan. Menurut peraturan Internasional Badminton Federation (IBF), lapangan bulutangkis memiliki panjang 13,40 m (44 feet) dan lebar 6,10 m (20 feet). Ukuran standar untuk lapangan bulutangkis adalah tinggi tiang 1,55 meter, panjang net 6,10 meter, lebar net 0,76 meter, lebar pita net 5 cm, dan lubang 15 mm. Setiap lapangan bulutangkis memiliki garis *servis*, pinggir, dan tengah berwarna putih memiliki ketebalan 40 mm (Subarkah & Marani, 2020).

Apabila permainan ini dilakukan di di luar (outdoor) akan banyak kendala yang dihadapi. Faktor angin dan cuaca merupakan penghambat utama apabila olahraga ini dilakukan di luar (Juang, 2015). Atlet bulutangkis yang baik dan berprestasi, dituntut untuk menguasai teknik-teknik pukulan dalam permainan bulutangkis (Muhammad Haerun 2020). Di Indonesia permainan bulutangkis berkembang pesat, berkembangnya permainan bulutangkis ini tidak lepas dari perjuangan PBSI, pelatih, atlet, dan sponsor yang membantu. Persatuan Bulutangkis Indonesia (PBSI) adalah organisasi induk cabang olahraga bulutangkis yang didirikan pada 5 Mei 1951. Sejak berdirinya, banyak pemain bulutangkis profesional yang mengharumkan nama Indonesia, seperti Susi Susanti dan Alan Budikusuma, yang memenangkan dua medali emas di Olimpiade Barcelona pada tahun 1992 (Adellia, 2025). Hal ini ditunjukkan oleh prestasi atlet dalam dua tahun terakhir. Atlet bulutangkis Indonesia putra dan putri mengikuti berbagai kejuaraan, seperti Thomas Cup dan Uber Cup, yang akan berlangsung dari 27 April hingga 5 Mei 2024 di Gimnasium pusat olahraga Hi-Tech zona Chengdu, Tiongkok. Tim bulutangkis Indonesia menerima medali perak dalam Thomas Cup, antara lain Fajar Alfian, Muhammad Rian Ardianto, Leo Rolly Carnando, Jonatan Christie, Chico Aura Dwi Wardoyo, Alwi Farhan, Muhammad Shohibul Fikri, Anthony Sinisuka Ginting, Daniel Marthin, Bagas Maulana, dan perwakilan Uber Cup Komang Ayu Cahya Dewi, Lanny Tria Mayasari, Meilysa Trias Puspitasari, Apriyani Rahayu, Siti Fadia Silva Ramadhanti, Rachel Allessya Rose, Ruzana, Ribka Sugiarto, Gregoria Mariska Tunjung, Ester Nurumi Tri Wardoyo.

Pertandingan Sudirman Cup tahun 2025 di Gimnasium Fenghuang Xiamen di Tiongkok, tim Indonesia menerima medali perunggu: Fajar Alfian, Muhammad Rian Ardianto, Jonatan Christie, Alwi Farhan, Dejan Ferdinansyah, Muhammad Shohibul Fikri, Rehan Naufal Kusharjanto, Daniel, Marthin, Bagas Maulana, Rinov Rivaldy, Mohammad Zaki Ubaidillah, Febriana Dwipuji Kusuma, Lanny Tria Mayasari, Pitha Haningtyas Mentari, Amalia Cahaya Pratiwi, Siti Fadia Silva Ramadhanti, Putri Kusuma Wardani, Ester, Nurumi Tri Wardoyo, Gloria Emanuelle Widjaja. Ada sejumlah atlet bulutangkis Indonesia, baik senior maupun muda, yang pernah menjadi juara dunia pada masanya dan tetap ada dalam sejarah bulutangkis Indonesia yang terus mengharumkan nama Indonesia di kanca internasional. Namun, prestasi bulutangkis Indonesia menurun selama dua tahun terakhir. Metode yang tepat dalam melakukan pukulan netting yaitu metode drill, metode tersebut dapat dilakukan secara berulang-ulang dalam latihan ketepatan netting (Primayanti, 2019). Pukulan tersebut harus memiliki keselarasan antara gerakan kaki, lengan, dan raket terhadap pukulan. Teknik netting memerlukan penguasaan cara memegang raket yang benar dengan cara forehand dan backhand grip. Dalam pertandingan pukulan netting yang sangat bergantung pada skor penting, pemain dengan net area yang baik dapat memaksa lawan untuk mengembalikan *shuttlecock* melambung tinggi dengan menjatuhkan shuttlecock setipis (Islam & Muhyi, 2024b). Koordinasi kaki dan lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket, perkenaan shuttlecock dengan raket, dan fokus adalah semua faktor yang dapat mempengaruhi keberhasilan pukulan netting. Saat melakukan netting, gerakan kaki, atau gerakan kaki, adalah salah satu faktor penting yang memastikan kesuksesan drill (Tanjung & Edmizal, 2025). Ketepatan adalah faktor yang diperlukan seseorang untuk mencapai tujuannya, yaitu kemampuan seseorang untuk mengarahkan suatu gerak ke suatu tujuan sesuai dengan tujuannya (Primayanti, 2019). Ketepatan berhubungan dengan

keinginan seseorang untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan mereka sendiri. Ketepatan dapat berupa gerakan, atau prestasi, atau hasil (Islam and Muhyi 2024). Berdasarkan (Saputra and Raharjo 2023) menyatakan bahwa manfaat ketepatan netting meliputi meningkatkan prestasi atlet, gerakan anak latih dapat efektif dan efisien, mempermudah menguasai teknik dan taktik. Setiap melakukan pukulan netting jarak antara net dengan raket sekitar 3 cm karena dalam melakukan pukulan harus setipis mungkin dengan net. Permainan ini memerlukan konsentrasi maksimal dalam hal teknik, strategi, dan pukulan, dan latihan fisik yang teratur sangat penting untuk memainkan permainan dengan baik. Maka dari itu kemampuan para atlet untuk menguasai berbagai teknik, bulutangkis berkembang dengan cepat. Program pembinaan untuk mendapatkan keterampilan yang baik perlu dilakukan latihan sejak dini melalui membangun pondasi dan mengembangkan potensi anak, caranya mengikutsertakan anak dalam program sekolah dengan kegiatan ekstrakurikuler maupun kegiatan luar sekolah. Tujuan tersebut dapat meningkatkan potensi anak, baik secara fisik, mental, karakter, dan kesehatan serta kebugaran. Persatuan bulutangkis (PB) merupakan suatu tempat atau sarana untuk mengembangkan bakat seorang atlet. Di daerah Kebumen, banyak klub bulutangkis yang mengalami perkembangan pesat. Keterampilan teknik dasar permainan bulutangkis yang harus dikuasai seorang atlet sebagai berikut: pukulan lob, pukulan dropshot, pukulan drive, pukulan smash, pukulan *servis*, dan pukulan netting (Hidayat & Rachman, 2015). Hasil observasi yang dilakukan pada 21 Juni 2025, PB Talenta dalam permainan bulutangkis tidak hanya berfokus pada teknik permainan, tetapi juga pada sikap tubuh kita untuk mencapai pukulan terbaik. Seorang pemain harus menguasai keterampilan dasar permainan bulutangkis, seperti pegangan raket, teknik pukulan, dan, yang paling penting, pola langkah atlet. Atlet bulutangkis harus memiliki kecepatan gerakan kaki, yang dapat dicapai melalui latihan kaki yang rutin. Selain hal-hal di atas, seorang pemain bulutangkis harus mahir dalam teknik dasar, salah satunya adalah netting. Pukulan netting sulit dijangkau oleh lawan adalah pukulan yang dilakukan setipis mungkin dengan net dan dapat dilakukan netting silang. Pukulan ini identik dengan pukulan sulit yang dikembalikan oleh lawan (Bastian, 2019).

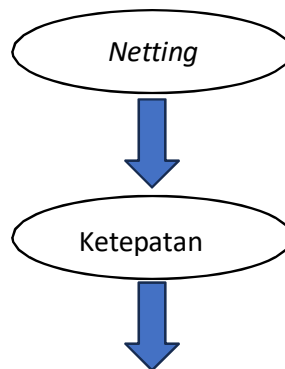
Pukulan netting merupakan pukulan yang dilakukan setipis mungkin dengan net. Dari kombinasi pukulan netting sendiri yaitu dapat dilakukan dengan pukulan silang, jadi pukulan ini dilakukan setipis mungkin dengan net sehingga shuttlecock sulit dijangkau. Permasalahan yang dilakukan ketika melakukan netting (1). Posisi badan belum siap, dengan cara lebih fokus dalam permainan (2). posisi raket dibawah, seharusnya saat datangnya shuttlecock posisi raket berada diatas agar lebih mudah melakukan pukulan netting (3) pengambilan shuttlecock tidak tepat, oleh karena itu dapat dilakukan waktu datangnya bola harus tepat ketika melakukan pukulan terutama pada langkah kaki dan posisi raket ketika memukul (Hidayat & Rachman 2015). Berdasarkan hasil observasi lapangan peneliti mendapat kesenjangan yang terjadi pada atlet 8-14 tahun di PB Talenta diantaranya masih kurang dalam teknik pukulan netting seperti pemegangan raket yang kurang tepat, pergelangan tangan masih kurang maksimal, serta posisi tubuh kurang siap, seharusnya usia tersebut sudah mampu melakukan teknik netting. Setiap melakukan pukulan netting posisi raket masih terlalu rendah atau tinggi diatas net sehingga mengakibatkan jatuhnya shuttlecock kurang tepat. Ketika permainan, masih sebagian besar keberhasilan netting yang dilakukan atlet sulit dijangkau, sehingga pukulan netting yang seharusnya menghasilkan point untuk diri sendiri, maka lebih banyak menghasilkan point untuk lawan. Hal tersebut disebabkan faktor fisik karena dalam sebuah permainan memerlukan fisik yang stabil dalam gerakan kaki (*footwork*) saat melakukan pukulan. Pukulan netting dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mematikan permainan lawan dan mendapatkan point. Berikut hasil dari pretest *drill netting*:

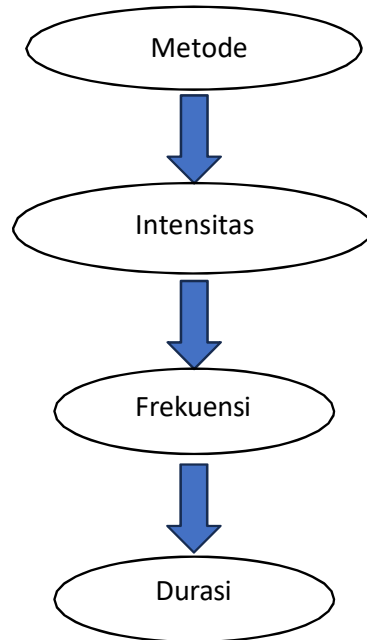
Tabel 1. Hasil *Pretest Drill Netting*

No	Nama	Pretest
1	Fahmi	22
2	Alif	24
3	Izul	17
4	Sakhi	20
5	Rafa	23
6	Abid	24
7	Mizza	21
8	Hana	25
9	Firos	16

10	Sofia	24
11	Akma	22
12	Yoga	18
13	Alfatah	16
14	Natan	24
15	Radit	19
Jumlah		315

Berdasarkan tabel di atas masih kurang dalam melakukan pukulan *netting* dengan baik dari koordinasi gerak kaki, lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan shuttlecock saat perkenaan, sehingga perlu melakukan *treatment drill netting*. Peluang dari metode tersebut dapat menghasilkan skor tetapi metode *drill* bukanlah hal yang cepat dan mudah untuk mencapai hasil yang optimal, perlu waktu jangka panjang. Mulai dari latihan fisik atau mental hingga latihan yang terstruktur, berkelanjutan, dan terarah. Bulutangkis adalah permainan yang unik karena gerakan aktif yang digunakan untuk memukul *shuttlecock*. Berdasarkan (Agustini et al., 2024) menyatakan metode pembelajaran dengan pendekatan *drill* lebih *menekan* elemen teknik. *Drill* adalah jenis latihan yang membutuhkan banyak ulangan untuk menghasilkan gerakan yang hampir otomatis. Pendekatan *drill* (Primayanti 2019) menyatakan bahwa siswa melakukan gerakan sesuai instruksi guru atau pelatih dan melakukannya berulang kali. Tujuan dari pengulangan gerak ini adalah untuk menghasilkan otomatisasi gerak. Metode *drill*, atau metode siap, adalah metode yang umum digunakan untuk meningkatkan keterampilan dalam beberapa cabang olahraga. Ada hubungannya dengan metode *drill*, yang menyatakan bahwa hubungan antara rangsang dan respons menjadi otomatis dengan latihan terus menerus. Dalam hal ini, hal-hal berikut harus diperhatikan saat menggunakan metode *drill* (metode latihan siap) adalah memiliki gerak otomatis harus tegas, serta ada kaitannya dengan maksud dan arti dalam rangka mencapai ketangkasan dan latihan yang teratur, sistematis dan terus- menerus sepanjang masa latihan. *drill netting* adalah suatu teknik pukulan pelan dan tipis dengan net dengan menggunakan gerakan yang diulang-ulang (Prayadi & Rachman, 2013). Metode latihan *drill* lebih menekankan pada teknik pukulan *netting* dan *shuttlecock* senantiasa jatuh bergulir sedekat mungkin dengan net di daerah lawan. Koordinasi gerak kaki, lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan *shuttlecock* saat perkenaan, serta sebagai daya konsentrasi faktor penting untuk mempengaruhi suatu keberhasilan pukulan *netting* (Andriansyah et al., 2025). *Drill* adalah latihan rutin untuk memperoleh keahlian tertentu (Agustini et al., 2024). Metode *drill* merupakan jenis latihan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk memperoleh keahlian yang digunakan setiap kali pertandingan (Primayanti, 2019). Perbandingan latihan dengan metode *drill* dan metode pola pukulan dapat dilakukan untuk menentukan metode latihan pukulan *netting* yang baik, tepat, dan efektif (Frisky Pradinata, 2022). Oleh karena itu, untuk meningkatkan akurasi dan kecepatan, metode latihan yang konsisten memerlukan intensitas latihan yang tepat. Hal ini dilakukan dengan memberikan sepuluh *shuttlecock* berulang kali. Pada dasarnya, ketepatan pukulan *netting* sangat sulit dilakukan membutuhkan konsentrasi maksimal dan koordinasi gerakan yang benar seperti gerakan kaki, lengan, dan posisi tubuh. Berikut kerangka berpikir pukulan *netting* pada bulutangkis PB Talenta Kebumen sebagai berikut:





Gambar 1. Kerangka Berpikir

METODE

Penelitian ini menggunakan deskriptif kuantitatif suatu jenis penelitian yang bertujuan untuk mengeksplorasi dan menjelaskan suatu fenomena atau kenyataan sosial dengan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berhubungan dengan fenomena tersebut. Penelitian deskriptif juga bertujuan untuk memberikan gambaran lengkap tentang setting sosial dengan jalan mendeskripsikan sejumlah variabel yang berkenaan dengan masalah dan unit yang diteliti antara fenomena yang diuji. Adapun desain penelitian sebagai berikut:



Gambar 2. One Group Pretest-Posttest Design

Sumber: (Setiawan et al., 2023)

Keterangan:

Pretest : Test awal melakukan netting sebanyak 10 kali berturut-turut ke arah sasaran. Tes tersebut dilakukan sebelum tes mendapatkan perlakuan (treatment).

Treatment : *Drill netting.*

Posttest : Tes akhir dengan melakukan netting sebanyak 10 kali berturut-turut ke arah sasaran. Tes tersebut dilakukan setelah mendapatkan perlakuan (treatment) selama 10 kali.

Tabel 2. Norma Penilaian

No	Rentang Nilai	Keterangan
1	31-40	Sangat baik
2	21-30	Baik
3	11-20	Cukup
4	0-10	Kurang

Sumber: (Frisky Pradinata, 2022)

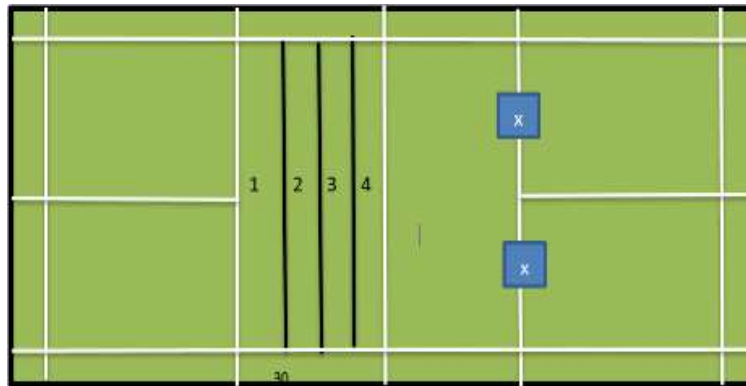
Populasi dalam penelitian ini Adalah 60 atlet bulutangkis PB Talenta Kebumen aktif. sampel penelitian adalah semua orang, item, atau peristiwa yang menjadi subjek penelitian. Menurut Subhaktiyasa (2024), *purposive sampling* adalah metode pengambilan sampel di mana subjek dipilih secara sengaja berdasarkan kriteria tertentu yang dianggap relevan oleh peneliti. Sebanyak 15 atlet putra

dan putri memenuhi kriteria. dengan menggunakan *purposive sampling* (Subhaktiyasa, 2024) dengan kriteria sebagai berikut (Sukmara Aldo Wiratama, 2016)

1. Atlet yang masih aktif di PB Talenta Kebumen,
2. Pemain merupakan atlet putra dan putri,
3. Berusia 8-14 tahun,
4. Sudah mengikuti latihan minimal 6 bulan.

Teknik pengumpulan data adalah mengenai cara mendapatkan data pelaksanaan tes. Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan tes dan pengukuran. Salah satu yang menjadi ukurannya adalah berapa ketepatan pukulan netting yang mampu dilakukan oleh atlet PB. Talenta Kebumen.

1. Prosedur pelaksanaan
 - a. *Testee* berdiri dipetak *servis* di lokasi yang diberi tanda X dan memegang raketnya dan siap melakukan pukulan *netting* dengan benar.
 - b. *Coach* berdiri di seberang lapangan dan bersiap untuk melempar *shuttlecock*.
 - c. *Coach* melempar *shuttlecock* ke arah net.
 - d. *Testee* melakukan gerakan pukulan *netting* lurus dengan menyeberangkan *shuttlecock* dengan sentuhan halus melalui net bulutangkis.
 - e. Penilaian dilakukan saat *shuttlecock* jatuh tepat mengenai garis yang diberikan skor.
 - f. Skor yang diberikan kepada penilai dihitung berdasarkan jatuhnya *shuttlecock*.
 - g. *Testee* melakukan gerakan pukulan netting sebanyak 10 kali untuk *backhand* 5 kali dan *forehand* 5 kali.
 - h. *Testee* tidak boleh bergerak sebelum *shuttlecock* jatuh di lantai atau sasaran yang diberikan garis dan skor.
2. Penskoran
 - a. Skor dihitung dari jatuhnya *shuttlecock* ke area yang telah dituju.
 - b. Jika *shuttlecock* jatuh tepat di garis yang paling dekat dengan net, maka dia akan menerima skor tertinggi yaitu 40.
 - c. Skor diperoleh dari jumlah keseluruhan *testee* yang melakukan 10 pukulan netting dengan 5 *backhand* net drop dan 5 *forehand* net drop.
 - d. *Shuttlecock* melayang di atas tali yang telah ditetapkan.
 - e. Jumlah hasil keseluruhan yang digunakan sebagai data penelitian, untuk informasi lebih lanjut tentang pengujian pukulan netting, gambar sebagai berikut.



Gambar 3. Teknik Pengambilan Data
Sumber: (Frisky Pradinata, 2022)

Sebelum pengujian hipotesis dilakukan, uji prasyarat dilakukan untuk memeriksa data hasil pengukuran yang terkait dengan temuan penelitian. Tujuan dari uji prasyarat adalah untuk meningkatkan analisis. Oleh karena itu, uji normalitas dan homogenitas data akan dilakukan dalam penelitian ini.

1. Uji Prasyarat
 - a. Uji Normalitas

Uji normalitas sebenarnya adalah menguji apakah sebaran data yang akan dianalisis normal atau tidak. Variabel yang akan diolah adalah subjek dari pengujian yang dilakukan. Uji normalitas sebaran data menggunakan Kolmogorov-Smirnov Test dan Shapiro-Wilk dengan bantuan IBM SPSS Statistics 25 (Sukmara Aldo Wiratama, 2016).

$$\chi^2 = \sum_{i=1}^k \frac{(O_i - E_i)^2}{E_i}$$

Keterangan:

χ^2 : Kai-Kuadrat

\sum : jumlah total dari seluruh kategori data

O_i : Data atau nilai yang benar-benar terjadi di lapangan.

E_i : Nilai yang diharapkan terjadi jika data berdistribusi normal

K : Jumlah kategori atau interval kelas dalam data tersebut

Sumber: (Seran et al., 2019)

b. Uji Homogenitas

Di samping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok-kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Menurut (Usmadi, 2020), uji homogenitas variansi sangat diperlukan sebelum membandingkan dua kelompok atau lebih, agar perbedaan yang ada bukan disebabkan oleh adanya perbedaan data dasar (tidak homogenan kelompok yang dibandingkan). Uji homogenitas menggunakan uji F dari data pre-test pada kedua kelompok dengan menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics 25.

$$F = \frac{\text{varians terbesar}}{\text{varians terkecil}}$$

Keterangan:

F : Nilai F hitung yang akan dibandingkan dengan F tabel

Varians terbesar : Nilai yang lebih besar dari kedua kelompok data

Varians terkecil : Nilai variansi yang lebih kecil dari kedua kelompok data.

Sumber: (Seran et al., 2019)

2. Uji Hipotesis

Pengujian hipotesis menggunakan uji-t dengan menggunakan bantuan program SPSS, yaitu dengan membandingkan mean antara pretest dan posttest. Apabila nilai t hitung lebih kecil dari t tabel, maka H_0 ditolak, jika t hitung lebih besar dibanding t tabel maka H_0 diterima. Uji hipotesis dalam penelitian ini peneliti menggunakan bantuan program IBM SPSS Statistics 25. Untuk mengetahui persentase peningkatan setelah diberi perlakuan digunakan perhitungan persentase peningkatan dengan rumus sebagai berikut:

$$\text{Persentase peningkatan} = \frac{\text{Mean Different} \times 100\%}{\text{Mean Pretest}}$$

$$\text{Mean Different} = \text{mean posttest} - \text{mean pretest}$$

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan *one group pretest-posttest* dengan maksud untuk mengetahui pengaruh treatment yang diberikan pada sampel penelitian (Setiawan et al., 2023). Tes ketepatan *netting* ini untuk mengukur ketepatan *netting* dalam permainan bulutangkis baik *single*, ganda, dan campuran. Pelaksanaan tes tersebut setiap atlet melakukan 10 kali pukulan *netting* dan selanjutnya dijumlahkan. Jika shuttlecock tidak melewati net dan keluar dari lapangan maka nilai nol. Setiap 10 *shuttlecock* memiliki masing-masing 5 pukulan untuk *backhand* dan *forehand*. Hasil penelitian ketepatan *netting* atlet bulutangkis putra dan putri usia 8-14 tahun di PB Talenta Kebumen di deskripsikan sebagai berikut:

1. Pretest dan Posttest Ketepatan Pukulan Netting

Hasil *pretest* dari pukulan *netting backhand* dan *forehand* memiliki peningkatan yang signifikan dengan diperoleh nilai minimal yaitu 16, nilai maksimal 25, rata-rata (*mean*) 21,00, dengan simpang baku (*std. Deviation*) 3,140, sedangkan untuk *posttest* nilai minimal 21, nilai maksimal 34, rata-rata (*mean*) 28,13 dan simpang baku (*std. Deviation*) 4,015. Hasil *pretest* dan *posttest* disajikan pada tabel berikut:

Tabel 3. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Ketepatan *Netting*

No	Nama	Pretest	Posttest	Selisih
1	Fahmi	22	32	10
2	Alif	24	26	2
3	Izul	17	21	4
4	Sakhi	20	27	7
5	Rafa	23	27	4
6	Abid	24	33	9
7	Mizza	21	28	7
8	Hana	25	31	6
9	Firos	16	25	9
10	Sofia	24	34	10
11	Akma	22	32	10
12	Yoga	18	27	9
13	Alfatah	16	21	5
14	Natan	24	31	7
15	Radit	19	27	8
Mean		21,00	28,13	
Std.Deviation		3,140	4,015	

Berdasarkan tabel 3 kriteria penilaian hasil *pretest* ketepatan *netting* masih ada atlet kurang baik dalam melakukan *netting* 7 orang dalam kategori cukup serta memiliki presentase 46,7%, kategori baik 8 orang dengan presentase 53,3%, sedangkan kategori sangat baik dan kurang 0 dengan presentase 0,00%.

Tabel 4. Presentase *Pretest* Ketepatan *Netting*

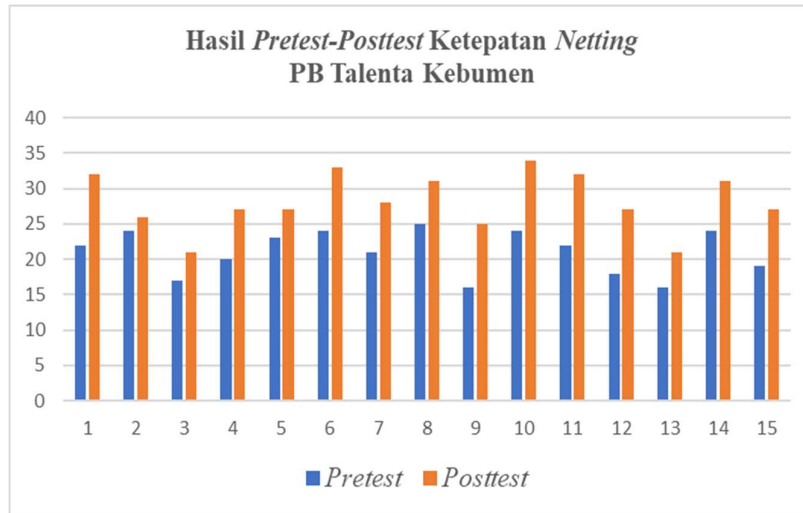
No	Rentang Nilai	Keterangan	Frekuensi	Presentase (%)
1	31-40	Sangat baik	0	0
2	21-30	Baik	8	53,3%
3	11-20	Cukup	7	46,7%
4	0-10	Kurang	0	0

Berdasarkan tabel 4 kriteria penilaian *posttest* ketepatan *netting* setelah melakukan *treatment* metode *drill* atlet sudah melakukan pukulan yang baik sekitar 9 orang dengan kategori baik dengan presentase 60%, kategori sangat baik 6 orang dengan presentase 40%, sedangkan kategori cukup dan kurang 0 dengan presentase 0,00%. Hasil *posttest* tersebut dengan *treatment* metode *drill* ini memiliki pengaruh signifikan terhadap ketepatan *netting*.

Tabel 5. Presentase *Posttest* Ketepatan *Netting*

No	Rentang Nilai	Keterangan	Frekuensi	Presentase (%)
1	31-40	Sangat baik	6	40%
2	21-30	Baik	9	60%
3	11-20	Cukup	0	0
4	0-10	Kurang	0	0

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, hasil *pretest* dan *posttest* ketepatan *netting* atlet bulutangkis putra dan putri usia 8-14 tahun di PB Talenta Kebumen. Diagram *pretest* dan *posttest* sebagai berikut



Gambar 4. Diagram Pretest dan Posttest Ketepatan Netting

2. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel dalam penelitian tersebut mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Penghitungan uji normalitas ini menggunakan rumus *Kolmogorof-Smirnov* dan *Shapiro-Wilk* dengan pengolahan menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistics 25*.

Table 6. Uji Normalitas

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnova			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pretest	.164	15	.200*	.899	15	.091
Posttes t	.162	15	.200*	.928	15	.255

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan tabel di atas uji normalitas dapat dilihat bahwa hasil *pretest* dan *posttest kolmogorof-smirnov* 0,200, sedangkan hasil *Shapiro-wilk* data *pretest* 0,091 dan *posttest* 0,255 sehingga semua data tersebut distribusi normal karena $p > 0,05$, yang menunjukkan bahwa analisis dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik,

3. Uji homogenitas

Uji Homogenitas bermanfaat untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kriteria homogenitas jika $p > 0,05$. Maka tes dinyatakan homogen, jika $p < 0,05$, maka tes dikatakan tidak homogen. Hasil uji homogenitas penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 7. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
Hasil Ketepatan Netting	Based on Mean	.653	1	28	.426
	Based on Median	.400	1	28	.532
	Based on Median and with adjusted df	.400	1	25.561	.533
	Based on trimmed mean	.701	1	28	.409

Berdasarkan tabel di atas uji homogenitas dapat dilihat bahwa nilai hasil ketepatan netting 0,426 ($p > 0,05$) sehingga data tersebut bersifat homogen. Oleh karena itu semua data bersifat homogen maka analisis data dapat dilanjutkan dengan statistik parametrik.

4. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini diuji menggunakan *paired sample t test* dengan menggunakan bantuan IBM SPSS *Statistics 25*, hasil uji hipotesis sebagai berikut:

Tabel 8. Uji Hipotesis

	Paired Samples Test							
	Paired Differences							
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	df	Sig. (2-tailed)
				Lower	Upper			
Pair 1 Pretest - Posttest	-7.133	2.503	.646	-8.520	-5.747	-11.036	14	.000

Berdasarkan tabel 4.6 hasil uji hipotesis menggunakan *uji paired sample t-test* menunjukkan bahwa nilai t hitung sebesar -11,036 dengan derajat kebebasan ($df = 14$) dan nilai signifikan sebesar 0,000 ($p < 0,05$). Nilai rata-rata (*mean*) selisih antara *pretest* dan *posttest* sebesar -7,133 menunjukkan bahwa adanya peningkatan yang signifikan pada ketepatan pukulan *netting* bulutangkis di PB Talenta Kebumen setelah diberikan perlakuan yaitu metode *drill*. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa latihan ketepatan pukulan *netting* menggunakan metode *drill* sangat berpengaruh secara signifikan terhadap ketepatan pukulan *netting* oleh atlet yang mengikuti perlakuan *treatment* di PB Talenta Kebumen.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan metode *drill* meningkatkan ketepatan pukulan *netting* pada atlet usia 8–14 tahun di PB Talenta Kebumen. Setelah 15 kali pertemuan *treatment*, berdasarkan analisis data nilai rata-rata (*mean*) antara *pretest* 21,00 dan *posttest* 28,13 menunjukkan peningkatan yang signifikan. Banyak atlet yang melakukan kesalahan sebelum *treatment*, seperti meletakkan raket terlalu rendah atau tinggi atau mengambil *shuttlecock* dengan tidak tepat. Setelah 15 kali pertemuan *drill*, presentase atlet dalam kategori "Baik" meningkat menjadi 60% dan *presentase* atlet dalam kategori "Sangat Baik" meningkat menjadi 40%. Salah satu elemen penting dalam permainan bulutangkis, selain *service* dan *lob*, adalah pukulan net. Pukulan net dilakukan setipis mungkin dengan net, baik lurus maupun silang, dengan sentuhan halus melintir dan dekat dengan net untuk melakukan pertahanan pukulan net agar dapat menipu lawan (Saputra & Raharjo, 2023b). Metode *drill* telah terbukti efektif karena digunakan berulang kali untuk melatih atlet untuk mengotomatisasi gerakannya. Pada usia 8-14 tahun, membangun fondasi teknik dasar sangat penting. Atlet yang melakukan latihan *drill* yang terorganisir dapat memperbaiki koordinasi antara gerakan kaki (*footwork*), posisi raket, dan titik sentuh bola (*impact*), yang sebelumnya menjadi hambatan utama. Setiap pertandingan bulutangkis, pemain harus responsif dan siap melakukan gerakan kompleks seperti melompat, mengubah arah tubuh, dan melangkah lebar untuk mengejar *shuttlecock* dan menjaga seluruh area lapangan.

Untuk mencapai hasil terbaik, diperlukan keterampilan tambahan selain keterampilan dasar untuk melakukan pukulan *netting*, seperti ketepatan, kelincahan, kekuatan, dan timing yang tepat (Mukhtar, 2021). Keberhasilan pukulan *netting* sangat dipengaruhi oleh koordinasi gerakan tubuh antara kaki dan lengan, posisi raket, kontak *shuttlecock* dengan raket, kekuatan pukulan, dan tingkat konsentrasi. Sangat penting bagi seorang atlet untuk memiliki kemampuan pukulan *netting* yang baik, karena ini melibatkan teknik gerakan kaki yang cepat, ketepatan, kelincahan, dan perubahan gerak tubuh dan kaki (Frisky Pradinata, 2022). Teknik ini dilakukan dengan benar dapat membantu seorang atlet menyelesaikan pertandingan. Pukulan *netting* sangat penting dalam pertandingan bulutangkis karena pemain yang memiliki pukulan *netting* yang baik dapat mendapatkan umpan dari lawan untuk diserang dengan pukulan mematikan dengan pukulan lain. Pukulan *netting* sangat sulit dijangkau oleh lawan karena pukulan tersebut setipis mungkin dengan net sehingga berpeluang untuk mendapatkan skor. Setiap atlet memiliki tujuan untuk mencapai prestasi terbaik. Untuk mencapai hal ini, kondisi fisik yang baik sangat penting. Kondisi fisik yang baik akan membantu atlet menjalani program latihan mereka dan membuat mereka siap untuk bertanding. Kondisi fisik yang ideal mencakup daya tahan, kekuatan otot, fleksibilitas, kelincahan, koordinasi mata tangan, dan keseimbangan (Islam & Muhyi, 2024b). Berdasarkan data penelitian *posttest* hanya 6 orang yang mendapatkan nilai sangat baik dikarenakan pegangan raket sudah baik sehingga tidak terjadi gerakan tambahan yang mempengaruhi keseimbangan tubuh dan siku agak bengkok dan pergelangan ditekuk sedikit kebelakang pada saat perkenaan *shuttlecock* posisi raket kurang lebih sejajar dengan lantai serta konsentrasi ketika memukul *shuttlecock* menjadi faktor penting agar

pukulan *netting* yang dilakukan berhasil dan yang memiliki 9 orang dalam kategori baik dan mendapatkan skor cukup 0, kurang 0, pada pukulan ketepatan *netting*.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis olah data dan penelitian pengaruh metode drill terhadap ketepatan netting bulutangkis usia 8-14 tahun PB Talenta Kebumen bahwa ketepatan netting dapat dikategorikan baik dari lima belas orang jumlah sampel yang di uji. Berdasarkan temuan di atas, ketepatan netting atlet PB Talenta Kebumen dalam permainan bulutangkis, keakuratan sangat penting. Salah satu teknik yang paling sulit untuk diterapkan dalam permainan bulutangkis adalah teknik netting. Oleh karena itu, teknik ini memerlukan konsentrasi yang lebih besar selama permainan karena memerlukan koordinasi antara kaki, mata, dan tangan serta kecepatan, kelincahan, dan ketepatan. Teknik ini terdiri dari pukulan singkat yang dilakukan pemain untuk mendapatkan skor. Teknik ini membutuhkan kemampuan untuk memukul shuttlecock dengan raket selembut mungkin, biasanya dilakukan di depan net dan biasanya diarahkan ke belakang untuk membuat rally. Teknik netting adalah salah satu teknik yang paling menantang dalam permainan bulutangkis. Pemain harus memperhatikan banyak hal ketika menggunakan teknik ini, seperti posisi tubuh mereka dan cara mereka memegang raket. Atlet PB Talenta Kebumen dapat bersaing dengan atlet lain dalam permainan bulutangkis.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada kepala desa maria utara beserta jajarannya sehingga penelitian ini berjalan lancar.

REFERENSI

- Adellia, r. (2025). Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan universitas lampung bandar lampung 2025.
- Agustini, r. A., parlindungan, d. P., aspar, m., & gery, m. I. (2024). Upaya meningkatkan teknik dasar servis panjang bulu tangkis dengan metode drill pada peserta didik (studi kasus di kelas ix smp PGRI 32 Jakarta). *Journal Sportindo*, 2(2), 30. <https://doi.org/10.24853/jsi.2.2.30-40>
- Andibowo, t., sholeh, m., iskandar, m. I., agung, r., & budiyono, k. (2024). Peningkatan kemampuan pukulan backhandatlet bulutangkis utp surakarta. *Jurnal pengabdian kepada masyarakat*.
- Andriansyah, hamzah, & afriani. (2025). Hubungan kecepatan dan kelincahan dengan hasil pukulan netting dalam kegiatan pengembangan diri bulutangkis siswa sma negeri 1 tembilahan. *Integrated sport journal (isj)*, 3(2), 78–88. <https://doi.org/10.58707/isj.v3i3.1483>
- Azis, a. (2024). Pelatihan keterampilan teknik dasar permainan bulu tangkis di desa pandan wangi kabupaten lombok timur. *Nuras : jurnal pengabdian kepada masyarakat*, 4(2), 48–56. <https://doi.org/10.36312/nuras.v4i2.266>
- Bastian, a. A. (2019). Analisis pertandingan bulutangkis antar mahasiswa (studi pada pertandingan bulutangkis fakultas ilmu olahraga dalam turnamen dies natalis unesa ke-55 tahun 2019).
- Fajar, m. (2020). Survei kemampuan teknik dasar bulutangkis siswa peserta ekstrakurikuler sma patra mandiri 1 plaju. *Halaman olahraga nusantara (jurnal ilmu keolahragaan)*, 3(1), 90. <https://doi.org/10.31851/hon.v3i1.3740>
- Fitra, n., & arwih, m. Z. (2020). Studi analisis keterampilan teknik dasar permainan bulu tangkis pada siswa putra peserta ekstrakurikuler smp n 3 kapontori.
- Frisky pradinata. (2022). Kemampuan pukulan netting pada atlet bulutangkis pb juanda sport center kota sungai penuh.
- Ghivari zaka wali, muhammad, spto, a., & widiawati, prisca. (2021). Upaya meningkatkan teknik dasar pukulan netting forehand dan backhand dengan metode drill untuk atlet usia 8-12 tahun di pb. Aic kabupaten malang. *Universitas negeri malang*, vol.1, 111–125. <https://conference.um.ac.id/index.php/pko/article/view/2163>
- Hidayat, a. K., & rachman, h. A. (2015). Pengembangan target net sebagai alat pembelajaran pukulan bulutangkis di sekolah menengah pertama. *Jurnal keolahragaan*, 3(1), 1–15. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i1.4965>
- I ketut agus artha. (2021). Pengaruh metode drill terhadap hasil smash bulutangkis kegiatan ekstrakurikuler siswa smp negeri 4 busungbiu. <https://doi.org/10.5281/zenodo.4420479>

- Islam, s., & muhyi, m. (2024a). Analisis keterampilan netting dalam permainan bulutangkis oleh atlet pb. Tunas harapan di pamekasan. *Penjaga : pendidikan jasmani dan olahraga*, 4(2), 70–79. <https://doi.org/10.55933/pjga.v4i2.805>
- Islam, s., & muhyi, m. (2024b). Analisis keterampilan netting dalam permainan bulutangkis oleh atlet pb. Tunas harapan di pamekasan. *Penjaga : pendidikan jasmani dan olahraga*, 4(2), 70–79. <https://doi.org/10.55933/pjga.v4i2.805>
- Juang, b. R. (2015). Artikel e-journal unesa analisis kelebihan dan kelemahan keterampilan teknik bermain bulutangkis pada pemain tunggal putra terbaik indonesia tahun 2014. 03.
- Kahar, i., riswanto, a. H., & jalil, r. (2022). Pengenalan teknik dasar dan aturan bermain bulutangkis pada anak usia 10 dan 12 tahun di desa murante kabupaten luwu. 2(2).
- Kurniadi, a., huda, m. S., jasmani, p., & mulawarman, u. (2021). Pengaruh latihan pegangan raket backhand dan latihan pegangan raket gabungan terhadap ketetapan servis bulutangkis ekstrakurikuler smpn 2 kota bangun kalimantan timur.
- Muhammad haerun. (2020). Survai tingkat keterampilan servis pendek dalam permainan bulutangkis pada mahasiswa bkmf bulutangkis fik unm.
- Mukhtar, f. (2021). Kemampuan pukulan netting pada atlet bulutangkis pb. *Prakasa abdul aziz*.
- Musthafa, a. R. (2022). Pengaruh latihan drill dengan pola smash kanan-kiri dan smash –netting terhadap peningkatan ketepatan smash pada atlet bulutangkis pb maestro jepara.
- Prasetya, e. A., yulianawati, d., & lusianti, s. (2024). Hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dan kekuatan otot lengan bahu terhadap akurasi pukulan smash pada atlet pb brave shine kediri usia pra pemula 12-13 tahun. 2(01).
- Prayadi, h. Y., & rachman, h. A. (2013). Pengaruh metode latihan dan power lengan terhadap kemampuan smash bulutangkis. *Jurnal keolahragaan*, 1(1), 63–71. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2346>
- Primayanti, i. (2019). Pengaruh latihan drill dan latihan pola pukulan terhadap kemampuan smash bulutangkis pada pb liansa junior masbagik lombok timur tahun 2019. 6.
- Saputra, y. F. A., & raharjo, a. (2023a). Tingkat kemampuan netting dan backhand pada atlet usia 9-14 tahun di pb talenta kabupaten kebumen. Saputra, y. F. A., & raharjo, a. (2023b). Tingkat kemampuan netting dan backhand pada atlet usia 9-14 tahun di pb talenta kabupaten kebumen.
- Seran, e. B., ladyawati, e., & susilohadi, s. (2019). Pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe tgt (teams games tournament) terhadap hasil belajar matematika
- Siswa. *Buana matematika : jurnal ilmiah matematika dan pendidikan matematika*, 8(2:), 115–120. https://doi.org/10.36456/buana_matematika.8.2.:1749.115-120
- Setiawan, i., ahmad, & ulpi, w. (2023). Pengaruh metode drill terhadap ketepatan smash pemain bulutangkis. *Journal of sport*, 7. <https://doi.org/10.37058/sport>
- Subarkah, a., & marani, i. N. (2020). Analisis teknik dasar pukulan dalam permainan bulutangkis. *Jurnal menssana*, 5(2), 106–114. <https://doi.org/10.24036/menssana.050220.02>
- Subhaktiyasa, p. G. (2024). Menentukan populasi dan sampel: pendekatan metodologi penelitian kuantitatif dan kualitatif. *Jurnal ilmiah profesi pendidikan*, 9(4), 2721–2731. <https://doi.org/10.29303/jipp.v9i4.2657>
- Sukmara aldo wiratama. (2016). Pengaruh metode latihan drill dan pola pukulan terhadap ketepatan smash atlet bulutangkis putra usia 10-12 tahun di pb jaya raya satria yogyakarta.
- Tanjung, s., & edmizal, e. (2025). Tingkat kemampuan pukulan netting pada atlet bulutangkis fik unp badminton school padang. 5. <https://doi.org/10.24036/gldor1859011>
- Triaiditya, b. S. M., santoso, d. A., & rubiono, g. (2019). Uji perbandingan karakteristik koefisien restitusi (cor) beberapa produk raket bulutangkis. 07(3).
- Triaiditya, b. S. M., santoso, d. A., & rubiono, g. (2020). Pengaruh sudut kemiringan raket terhadap pantulan shuttlecock bulu tangkis. *Jurnal sportif : jurnal penelitian pembelajaran*, 6(1), 27–39. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13875
- Usmadi, u. (2020). Pengujian persyaratan analisis (uji homogenitas dan uji normalitas). *Inovasi pendidikan*, 7(1). <https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- Yulianawati, f., indardi, n., & setyawati, h. (2022). Pengaruh kelengkapan sarana prasarana bulutangkis dalam motivasi untuk berprestasi pada atlet pb. *Tugu muda Semarang. Riyadhoh : jurnal pendidikan olahraga*, 5(2), 99. <https://doi.org/10.31602/rjpo.v5i2.9358>

Zarwan, arsil, & sefri hardiansyah. (2018). Studi tentang kemampuan teknik dasar bulutangkis siswa sekolah dasar. *Majalah ilmiah upi yptk*, 149–158. <https://doi.org/10.35134/jmi.v25i2.40>