

# Pengaruh Latihan Modifikasi Permainan Bulutangkis Terhadap Pukulan *Lob Forehand*

Muhammad Hafizh Sany\*, Setio Nugroho, Aria Kusuma Yuda

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia.

\* Correspondence: [mhmmdhfz.20@gmail.com](mailto:mhmmdhfz.20@gmail.com)

## Abstract

This study aims to determine the effect of badminton game modification training on forehand lob shots. This study used a quantitative descriptive method with a pre-experimental experimental method of one group pretest-posttest design. The population of this study were students who participated in extracurricular activities, with a research sample of 30 students. Data collection techniques using descriptive statistics. The data analysis process uses the IBM SPSS Statistics version 26 application, including descriptive statistical tests, normality tests, homogeneity tests, and hypothesis testing. The result is the average value of pretest 35.50 and posttest 42.83. Paired sample t-test significance = 0.0009 sig. (2-tailed) < 0.05, then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted, because the calculated t value is  $50.272 > 2.000$ . The value of the results of descriptive statistical analysis with pretest scores obtained the average value (mean) = 35.50, (median) = 37.00, (mode) 35, (standard deviation) 6.022, (variance) 36.259, (minimum) 21, (maximum) 47. While the results of descriptive statistical analysis with posttest scores obtained the average value (mean) = 42.83, (median) = 42.50, (mode) 41, (standard deviation) 3.395, (variance) 11.253, (minimum) 36, (maximum) 50. The conclusion of this study is that there is an effect of modification of badminton games on forehand lob shots on extracurricular students of SMA S Pamor Cikampek.

**Keywords:** Badminton; modification; game; forehand lob shot

## Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand*. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan metode eksperimen *pre-experimental design one grup pretest-postest*. Populasi penelitian ini ialah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler, dengan pengambilan sampel penelitian sebanyak 30 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan statistik deskriptif. Proses analisis data menggunakan aplikasi IBM SPSS Statistics version 26, mencakup uji statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, serta uji hipotesis. Hasilnya nilai rata-rata *pretest* 35.50 dan *posttest* 42.83. Paired sample t-test signifikansi = 0,0009 sig. (2-tailed) < 0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, karena nilai t hitung  $50.272 > 2.000$ . Nilai hasil dari analisis deskriptif statistik dengan nilai *pretest* diperoleh nilai rata-rata (mean) = 35.50, (median) = 37.00, (mode) 35, (standar deviation) 6.022, (variance) 36.259, (minimum) 21, (maximum) 47. Sedangkan hasil dari analisis deskriptif statistik dengan nilai *posttest* diperoleh nilai rata-rata (mean) = 42.83, (median) = 42.50, (mode) 41, (standar deviation) 3.395, (variance) 11.253, (minimum) 36, (maximum) 50. Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek

**Kata kunci:** Bulutangkis; modifikasi; permainan; pukulan lob forehand

Received: 20 November 2024, 22 Januari 2025 | Revised: 14 Februari, 11 Maret 2025

Accepted: 27 Maret 2025 | Published: 3 April 2025



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-Share Alike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## Pendahuluan

Menurut (Sihombing et al., 2024) pendidikan adalah hal yang tidak bisa dipisahkan dari kehidupan seseorang karena pendidikan dapat menanamkan kemampuan baru kepada setiap orang agar dapat mempelajari ilmu serta keterampilan baru, sehingga dapat memperoleh generasi-generasi yang produktif. Tujuan pendidikan dapat tercapai melalui sistem pendidikan yang baik (Purwaningsih et al., 2022). Menurut (Nur, 2018) sesuai dengan Undang-Undang No.20 Tahun 2003 dijelaskan bahwa pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa tujuan untuk berkembangnya atau potensi siswa agar menjadi manusia yang beriman dan berwatak kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Menurut (Lengkana & Sofa, 2017) pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan. Artinya, pendidikan jasmani bukan hanya dekorasi atau ornamen yang ditempel pada program sekolah sebagai alat untuk membuat anak sibuk, tetapi penjas adalah bagian penting dari pendidikan. Beberapa pola gerak atau perilaku yang diperluas bisa disebut keterampilan, misalnya berjalan, berlari, melompat (Izzuddin et al., 2022). Kemampuan gerak merupakan suatu aktivitas yang sangat penting bagi manusia, karena dengan gerak manusia dapat meraih sesuatu yang menjadi harapannya (Maulana et al., 2021).

Pendidikan jasmani menjadi bagian yang berkaitan dengan proses pendidikan secara keseluruhan karena melalui pendidikan jasmani peserta didik akan mengembangkan keterampilan yang berguna untuk mengisi waktu senggang, terlibat dalam aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial, dan memberikan peran pada kesehatan fisik serta mentalnya (Gunadi, 2018). Proses pembelajaran tidak hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional, ketrampilan sosial, penalaran dan kegiatan moral melalui kegiatan aktifitas jasmani dan olahraga (Herdiyana & Prakoso, 2016).

Pendidikan yang berhubungan dengan kegiatan olahraga juga diberikan disetiap jenjang sekolah. Olahraga merupakan kegiatan yang sudah tidak asing lagi bagi setiap orang Dalam dunia pendidikan, olahraga dimasukkan dalam salah satu pembelajaran pendidikan jasmani (Erfayliana, 2015). Pembelajaran yang berhubungan dengan aktivitas jasmani diberikan dari jenjang yang paling rendah hingga jenjang yang lebih tinggi dalam kata lain pendidikan jasmani diberikan dari SD, SMP, SMA (Indahwati et al., 2023). Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani (Lengkana & Sofa, 2017).

Menurut (Joni, 2015) olahraga bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang berkembang dengan pesat dan populer di tanah air. Secara teknik cabang olahraga ini tidak terlalu sulit untuk dipelajari. Permainan ini juga merupakan media untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan juga dapat untuk mengungkapkan perasaan secara kreatif, di mana ada kesempatan untuk menyalurkan emosi dari si pelakunya. Di sisi

lainnya, sebagian besar masyarakat kita menganggap dengan bermain bulutangkis dapat mengurangi ketegangan dalam dirinya. Hal lain yang mendorong cepatnya perkembangan permainan bulutangkis ini adalah karena secara sederhana permainan bulutangkis dapat dimainkan di mana saja baik di lapangan terbuka maupun tertutup (Muflih et al., 2023). Permainan ini tidak melibatkan jumlah pemain yang banyak dan secara peraturan mudah untuk dipahami.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara mengenai judul “pengaruh latihan modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek” di temukan beberapa permasalahan, salah satunya jenis latihan yang masih kurang variatif, sehingga menimbulkan kebosanan bagi siswa. Latihan yang dilakukan bersifat drill, yaitu siswa melakukan pukulan yang dilakukan berulang-ulang tanpa adanya permainan yang dapat membuat siswa merasa senang dalam mengikuti latihan. Program latihan yang diberikan oleh pelatih yaitu lebih banyak latihan drill pukulan kemudian dilanjutkan game. Drill merupakan salah satu bentuk latihan dalam bulutangkis yang syarat akan kebosanan, hal tersebut dikarenakan dalam latihan drill tidak terdapat variasi gerak dan cenderung monoton.

Dilihat dari permasalahan di atas peneliti memiliki ketertarikan untuk melakukan penelitian mengenai judul “pengaruh latihan modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek” berdasarkan dengan masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah dengan menggunakan modifikasi permainan dapat meningkatkan pukulan *lob forehand* dalam permainan bulutangkis. Hasil penelitian ini diharapkan bisa berkontribusi dalam meningkatkan pukulan *lob forehand* yang baik dan benar pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di SMA S Pamor Cikampek dan dapat meningkatkan prestasi-prestasinya.

## Metode

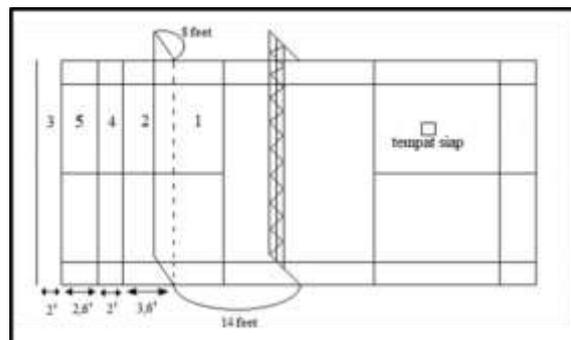
Dalam pendekatan penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif, dimana pendekatan ini memungkinkan dilakukan pencatatan dan penganalisisan data hasil penelitian menggunakan perhitungan statistik (Sholikhah, 2016). Maka dari itu peneliti mempunyai pedoman pelaksanaan kegiatan penelitian dengan menggunakan pendekatan kuantitatif, dimana peneliti mengambil data menggunakan tes awal (*pretest*) dan menggunakan tes akhir (*posttest*). Hasil perhitungan skor dan nilai kemudian digunakan analisis statistik yang dilakukan dengan menggunakan alat bantu aplikasi *IBM SPSS Statistics version 26* untuk membuktikan pengaruh antar variabel.

Metode penelitian yang dapat digunakan untuk meneliti pengaruh pembelajaran modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler adalah menggunakan metode eksperimen. Metode penelitian eksperimen yang akan digunakan adalah desain penelitian *pre-experimental design*. *pre-experimental design* dipilih karena penelitian ini berfokus pada melihat efek dari suatu perlakuan (*treatment*) pada satu kelompok subjek tanpa adanya kelompok pembanding atau pengacakan subjek secara penuh. Metode penelitian *pre-eksperimen design* ini dilakukan pada satu kelompok yaitu kelompok eksperimen yang mendapatkan perlakuan dengan menggunakan modifikasi

pemmainan bulutangkis.

Dalam metode eksperimen ini, peneliti akan menggunakan desain *one grup pretest posttest design*. Kelompok eksperimen yang akan menerima pembelajaran dengan metode modifikasi permainan bulutangkis. Bentuk desain yang digunakan oleh peneliti yaitu *one grup pretest posttest design* yang mana sebelum diberi perlakuan terlebih dahulu di beri tes awal (*pretest*) dan setelah diberi perlakuan juga di tes kembali dengan tes yang sama sebagai tes akhir (*posttest*) Hasil yang didapat kemudian dilakukan analisis data agar dapat mengetahui bagaimana pengaruh latihan modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand*.

Populasi atau jumlahnya sama dengan banyak orang populasi yang diambil dalam penelitian ini adalah 30 siswa ekstrakurikuler bulutangkis di SMA S Pamor Cikampek. Dalam penelitian ini teknik pengumpulan sampel adalah dengan menggunakan total sampling. Menurut (Arikunto, 2019:24) sampel adalah bagian dari populasi yang diambil untuk tujuan penelitian dan dianggap mewakili keseluruhan populasi tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk memudahkan pengumpulan data tanpa harus mengamati keseluruhan populasi. Dalam penelitian ini menggunakan instrumen penilaian berupa tes dan pengukuran untuk mengukur tes pukulan *lob forehand* kepada siswa ekstrakurikuler bulutangkis. Tes ini bertujuan untuk mengukur ketepatan pukulan, artinya melihat berapa banyak *shuttlecock* masuk sesuai dengan sasaran yang sudah ditentukan.



Gambar 1. Penilaian berupa tes dan pengukuran untuk mengukur tes pukulan *lob forehand*

## Hasil

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikansi dari latihan modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek, yaitu dengan dibuktikan nilai Sig. adalah sebesar  $0,0009 < 0,05$ . Hasil tersebut dapat diartikan bahwa ada pengaruh latihan modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand*. Deskripsi data merupakan suatu gambaran data yang digunakan dalam sebuah penelitian. Pada saat pengujian pada data penelitian ini, peneliti mencoba untuk mengetahui deskripsi atau kondisi responden yang menjadi sampel penelitian. Setelah diperoleh, dihitung, dan dianalisis dengan bantuan menggunakan aplikasi *IBM SPSS Statistics version 26*.

*Pretest* dilakukan untuk mengetahui hasil pukulan *lob forehand* siswa sebelum dilakukannya treatment terkait pukulan *lob forehand* dalam pembelajaran menggunakan

modifikasi permainan bulutangkis. Tujuan dari diberikan *pretest* ini untuk mengetahui kemampuan awal peserta didik terkait materi yang disampaikan. Hasil pengukuran deskriptif variabel disajikan dalam tabel di bawah ini yang merangkum gambaran data tes awal (*pretest*) pukulan *lob forehand* siswa yang telah diklasifikasikan, deskripsi statistik dengan ukuran nilai *minimum, maximum, mean, median, mode, variance, dan standard deviation*, serta sebaran data untuk melihat kenormalannya dalam tabel dibawah ini sebagai berikut.

Tabel 1. Statistik deskriptif pukulan *lob forehand pretest*

Statistics		Pretest
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		35.50
Median		37.00
Mode		35 <sup>a</sup>
Std. Deviation		6.022
Variance		36.259
Minimum		21
Maximum		47

Berdasarkan table diatas, pada statistik deskriptif memiliki nilai rata-rata (mean) = 35.50, nilai tengah (median) = 37.00, nilai sering muncul (mode) 35, simpangan baku (standar deviation) 6,022, varian (variance) 36,259, nilai terendah (minimum) 21, nilai tertinggi (maximum) 47. *Posttest* dilakukan untuk mengetahui hasil pukulan *lob forehand* siswa sesudah dilakukannya *treatment* terkait pukulan *lob forehand* dalam pembelajaran menggunakan model pembelajaran modifikasi permainan bulutangkis. Tujuan dari diberikan *posttest* ini untuk mengetahui kemampuan akhir peserta didik terkait materi yang disampaikan. Hasil pengukuran deskriptif variabel disajikan dalam tabel di bawah ini yang merangkum gambaran data tes awal (*pretest*) pukulan *lob forehand* siswa yang telah diklasifikasikan, deskripsi statistik dengan ukuran nilai minimum, maximum, mean, median, mode, variance, dan standard deviation, serta sebaran data untuk melihat kenormalannya dalam tabel sebagai berikut.

Tabel 2. Statistik deskriptif pukulan *lob forehand posttest*

Statistics		Posttest
N	Valid	30
	Missing	0
Mean		42.83
Median		42.50
Mode		41
Std. Deviation		3.395
Variance		11.523
Minimum		36
Maximum		50

Berdasarkan table diatas, pada statistik deskriptif memiliki nilai rata-rata (mean) = 42,83, nilai tengah (median) = 42.50, nilai sering muncul (mode) 41, simpangan baku (standar deviation) 3.395, varian (variance) 11,523, nilai terendah (minimum) 36, nilai tertinggi (maximum) 50. Uji normalitas sebagai prasyarat analisis data sebelum menghitung uji t, dikarenakan penulis menggunakan uji t sebagai hipotesis penelitian dilakukan dengan menggunakan pendekatan uji kenormalan liliefors dengan memperhatikan metode Shapiro-wilk dikarenakan jumlah sampel kurang dari 50, menarik kesimpulan jika nilai signifikan > 0,05 maka data penelitian berdistribusi normal. Sebaliknya, jika nilai signifikan < 0,05 maka data penelitian tidak berdistribusi normal. Pengujian Sebelum menghitung nilai-nilai yang di butuhkan dalam uji kenormalan liliefors untuk mengetahui lebih lengkapnya dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

Tabel 3. Uji Normalitas pukulan *lob forehand*

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	.134	30	.182	.934	30	.064
posttest	.139	30	.145	.979	30	.792

a. Lilliefors Significance Correction

Berdasarkan pada tabel diatas dapat diketahui bahwa hasil pengujian normalitas tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) keterampilan bermain bola voli dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut. Data pada *pretest* memiliki nilai signifikansi = 0,064. Maka signifikansi > 0,05, jadi data berdistribusi normal. Data pada *posttest* memiliki nilai signifikansi = 0,792. Maka signifikansi > 0,05, jadi data berdistribusi normal. Uji homogenitas dimaksudkan menguji kesamaan varian antara *pretest* dan *posttest*. Uji homogenitas pada penelitian ini adalah uji levene test. Uji homogenitas data *pretest* dan *posttest* motivasi belajar siswa dengan menggunakan Software IBM SPSS Statistics Version 26 for Windows dengan dasar pengambilan keputusan adalah jika nilai signifikansi atau sig. < 0,05 maka distribusi data tidak homogen. Sebaliknya, jika nilai signifikansi atau sig. > 0,05 maka distribusi data homogen. Hasil uji homogenitas disajikan pada tabel sebagai berikut.

Tabel 4. Uji homogenitas *levence statistic*

		Test of Homogeneity of Variances			
		Levene Statistic	df1	df2	Sig.
pretest dan	Based on Mean	5.314	1	58	.025
posttest	Based on Median	3.792	1	58	.056
	Based on Median and with adjusted df	3.792	1	40.347	.058
	Based on trimmed mean	5.027	1	58	.029

Berdasarkan analisis statistik uji homogenitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *levence test wilk* pada tabel di atas. Hasil perhitungan didapat nilai signifikansi 0,089 > 0,05. Hal berarti dalam kelompok data memiliki varian yang homogen. Dengan demikian populasi memiliki kesamaan varian atau homogen. Pengujian hipotesis

penelitian dilakukan berdasarkan hasil analisis data dan interpretasi analisis uji t. Urutan hasil pengujian hipotesis yang disesuaikan dengan hipotesis yang dirumuskan. Analisis menggunakan uji t paired sample-test untuk menguji pengaruh modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand*. Kriteria pengujian jika nilai sig < 0,05, maka  $H_a$  diterima. Hipotesis pertama yang akan diuji dalam penelitian ini yaitu  $H_a$  = Adanya pengaruh modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek. Berdasarkan hasil analisis uji t paired sample-test diperoleh data pada tabel sebagai berikut.

Tabel 5. Uji *paired sample t-test*

		Paired Samples Test							
		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
		95% Confidence							
		Std. Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	Interval of the Difference				
		Mean	on	Mean	Lower	Upper			
Pair 1	pretest dan posttest – kelas	37.667	5.804	.749	36.167	39.166	50.272	59	.000

Berdasarkan tabel *paired sample t-test* dapat disimpulkan nilai signifikansi = 0,000 nilai sig. (*2-tailed*) < 0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek dilihat dari data *pretest* dan *posttest*. Pada tabel t diperoleh  $t_{hitung}$  negatif, yaitu 50.272 yang dapat bermakna positif karena nilai rata-rata hasil pukulan *lob forehand pretest* lebih rendah daripada nilai rata-rata *posttest*. Nilai  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Maka dari itu, karena nilai  $t_{hitung}$  50.272 > 2.000, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan diatas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan modifikasi permainan bulutangkis dapat berpengaruh terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek. Dengan demikian hipotesis alternatif ( $H_a$ ) yang berbunyi “Adanya pengaruh antara modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek.

## Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi pembelajaran bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek. Penelitian diawali dengan melakukan *pretest* untuk mengetahui pukulan *lob forehand* pada siswa sebelum diberikan *treatment*, pemberian *treatment* sebanyak 8 kali pertemuan dengan modifikasi permainan bulutangkis dan kemudian setelah *treatment* selesai, dilakukan *posttest* untuk mengetahui pukulan *lob forehand* siswa setelah diberikan *treatment*, kemudian di uji untuk mencari perbedaan pukulan *lob forehand* siswa sebelum dan sesudah diberi modifikasi permainan bulutangkis.

Hasil penelitian dideskripsikan menggunakan analisis data statistik deskriptif dengan nilai tes awal (*pretest*) diperoleh nilai rata-rata (*mean*) = 35.50, nilai tengah (*median*) = 37.00, nilai sering muncul (*mode*) 35, simpangan baku (*standar deviation*) 6.022, varian (*variance*) 36.259, nilai terendah (*minimum*) 21, nilai tertinggi (*maximum*) 47. Sedangkan hasil dari analisis deskriptif statistik dengan nilai tes akhir (*posttest*) diperoleh nilai rata-rata (*mean*) = 42.83, nilai tengah (*median*) = 42.50, nilai sering muncul (*mode*) 41, simpangan baku (*standar deviation*) 3.395, varian (*variance*) 11.253, nilai terendah (*minimum*) 36, nilai tertinggi (*maximum*) 50.

Berdasarkan hasil penelitian uji normalitas dapat diketahui bahwa hasil pengujian normalitas tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*) modifikasi permainan bulutangkis dapat ditarik kesimpulan data pada *pretest* memiliki nilai signifikansi = 0,064. Maka signifikansi > 0,05, jadi data berdistribusi normal. Sedangkan data pada *posttest* memiliki nilai signifikansi = 0,792. Maka signifikansi > 0,05, jadi data berdistribusi normal. Berdasarkan analisis statistik uji homogenitas yang telah dilakukan dengan menggunakan uji *levene test wilk*, hasil perhitungan didapat nilai signifikansi 0,025 > 0,05. Hal berarti dalam kelompok data memiliki varian yang homogen. Dengan demikian populasi memiliki kesamaan varian atau homogen.

Berdasarkan tabel *paired sample t-test* diperoleh nilai signifikansi = 0,000 nilai sig. (2-tailed) < 0,05, maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek dilihat dari data *pretest* dan *posttest*. Maka dari itu, karena nilai  $t_{hitung}$  50.272 > 2.000, maka sebagaimana dasar pengambilan keputusan diatas dapat disimpulkan bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan modifikasi permainan bulutangkis dapat berpengaruh terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa SMA S Pamor Cikampek.

## Simpulan

Dapat disimpulkan berdasarkan hasil analisis data di atas penelitian dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Ada pengaruh modifikasi permainan bulutangkis terhadap pukulan *lob forehand* pada siswa ekstrakurikuler SMA S Pamor Cikampek” dapat dilihat dari latihan pukulan *lob forehand* dengan menerapkan modifikasi permainan bulutangkis ternyata mampu meningkatkan hasil pukulan *lob forehand*. Dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan hasil hipotesis dari rata-rata sebelum perlakuan dan sesudah perlakuan mengalami peningkatan yang signifikan yaitu mean *pretest* 35.50 menjadi mean *posttest* 42.83. Sedangkan, hasil perhitungan pengujian hipotesis diperoleh nilai signifikansi yang kurang dari taraf signifikan yaitu 0,000 < 0,05, Artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara rata-rata nilai sebelum perlakuan dengan rata-rata nilai sesudah perlakuan. Yang menunjukkan bahwa pembelajaran dengan menggunakan modifikasi permainan bulutangkis dapat mempengaruhi performa pukulan *lob forehand* siswa SMA S Pamor Cikampek.

## Pernyataan Penulis

Saya menyatakan bahwa artikel ini belum pernah dimuat dimanapun dan skiranya ada kesalahan, kesamaan dan unsur plagiat saya selaku penulis siap menerima sanksi yang di tetapkan oleh Jurnal porkes. Saya aturkan Terimakasih.

## Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Erfayliana, Y. (2015). Pendidikan Jasmani dalam Membentuk Etika, Moral, dan Karakter. *Jurnal Terampil*, 2(2), 302–315. <https://ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/view/1299>
- Gunadi, D. (2018). Peran Olahraga dan Pendidikan Jasmani dalam Pembentukan Karakter. *Jurnal Spirit*, 18(3), 1–11. <http://ejournal.utp.ac.id/index.php/JIS/article/view/777>
- Herdiyana, A., & Prakoso, G. P. W. (2016). Pembelajaran Pendidikan Jasmani yang Mengacu pada Pembiasaan Sikap Fair Play dan Kepercayaan pada Peserta Didik. *Jurnal Jopres*, 12(1), 77–85. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres/article/view/9498>
- Indahwati, N., Maksum, A., Wicahyani, S., Ristanto, K. O., & Prakoso, B. B. (2023). Persepsi Guru terhadap Kurikulum Merdeka Belajar: Analisis dari Segi Pengetahuan dan Keyakinan. *Jurnal Multilateral*, 22(2), 1–12. <https://doi.org/10.20527/multilateral.v22i2.15802>
- Izzuddin, D. A., Gemael, Q. A., & Pratiwi, I. W. (2022). Pengaruh Latihan Pull Up Terhadap Kekuatan Otot Lengan Atlet Ekstrakurikuler Dayung SMK Pgri Telagasari. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi (JOKER)*, 2(1), 1–6. <https://doi.org/10.35706/joker.v2i1.6469>
- Joni, D. (2015). Pengaruh Latihan Beban Engkel Terhadap Pukulan Long Forehand dalam Permainan Bulu Tangkis Bagi Siswa Kelas V SDN 03/X Tanjung Solok Kecamatan Kuala Jambi. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*, 4(1), 102–112. <https://online-journal.unja.ac.id/csp/article/view/2649>
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12. <https://doi.org/10.37742/jo.v3i1.67>
- Maulana, S., Izzuddin, D. A., & Dewi, R. R. K. (2021). Pengaruh Latihan Plyometrics Terhadap Power Tungkai Atlet Pencak Silat Ilmu Keolahragaan Unsika. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(2), 98–104. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i2.5778>
- Muflih, M. F., Rusli, R., Mappanyukki, A. A., & Akkase, A. (2023). Pengaruh Jumping Box Terhadap Daya Ledak Tungkai Pemain Bulutangkis Singkeru Rukka BC. *Jurnal Ilara*, 14(4), 24–29. <https://journal.unm.ac.id/index.php/ilara/article/view/1213>
- Nur, T. (2018). Rumusan Tujuan Pendidikan Nasional (Pasal 3 Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No. 20 Tahun 2003). *Jurnal Wahana Karya Ilmiah Pendidikan*, 2(1), 123–144. <https://journal.unsika.ac.id/pendidikan/article/view/1347>
- Purwaningsih, I., Oktariani, O., Hernawati, L., Wardarita, R., & Utami, P. I. (2022). Pendidikan Sebagai Suatu Sistem. *Jurnal Visionary*, 10(1), 1–10. <https://doi.org/10.33394/vis.v10i1.5113>

- 
- Sholikhah, A. (2016). Statistik Deskriptif dalam Penelitian Kualitatif. *Jurnal Komunika*, 10(2), 342–362. <https://doi.org/10.24090/komunika.v10i2.953>
- Sihombing, A. Y., Sijabat, O. P., & Tambunan, J. (2024). Pengaruh Model Pembelajaran Berbasis Proyek Terhadap Kemampuan Kolaborasi Siswa pada Mata Pelajaran Matematika Kelas 5 di UPTD SD Negeri 122365 Pematangsiantar. *Jurnal P3JI*, 2(2), 45–51. <https://jurnal.migascentral.com/index.php/p3ji/article/view/202>