

PENGARUH METODE DRILL DAN METODE BERMAIN TERHADAP HASIL BELAJAR FOREHAND DRIVE TENIS LAPANGAN

¹Surya Sah Putra Ginting, ²MHD Danar Azmianda Sipahutra, ³Shindy Karunia Sinambela ⁴Wardiman Syahputra Simanjuntak, ⁵Alpin Praninta Tarigan, ⁶Nurkadri

¹Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan, Medan , Indonesia

Email: ¹suryasahputraginting@gmail.com, ²danarsipahutar9@gmail.com,

³shindysinambela6@gmail.com, ⁴wardimans225@gmail.com,

⁵alpintarigan44@gmail.com, ⁶nurkadri@unimed.ac.id

Diterima:17 -11 -2025 Direvisi : :19- 11-2025 Disetujui : :25-11-2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode drill dan metode bermain terhadap hasil belajar forehand drive dalam cabang olahraga tenis lapangan. Metode penelitian yang digunakan adalah eksperimen semu (quasi experiment) dengan desain *pretest–posttest control group*. Subjek penelitian terdiri atas 30 peserta didik yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok yang diberi perlakuan metode drill dan kelompok yang diberi perlakuan metode bermain. Instrumen penelitian berupa tes keterampilan forehand drive yang menilai akurasi, kekuatan, dan konsistensi pukulan. Analisis data menggunakan uji *t* independen dan uji *t* berpasangan untuk melihat peningkatan hasil belajar di masing-masing kelompok serta perbedaan antara keduanya.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua metode pembelajaran memberikan peningkatan signifikan terhadap kemampuan forehand drive ($p < 0,05$). Namun, peningkatan hasil belajar pada kelompok yang menggunakan metode drill lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok metode bermain. Hal ini mengindikasikan bahwa latihan berulang secara terstruktur pada metode drill lebih efektif dalam meningkatkan teknik dasar forehand drive, sedangkan metode bermain lebih berkontribusi pada motivasi dan variasi pembelajaran. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode drill memiliki pengaruh yang lebih dominan terhadap peningkatan hasil belajar forehand drive tenis lapangan dibandingkan metode bermain.

Kata Kunci: metode drill, metode bermain, hasil belajar, forehand drive, tenis lapangan.

JUDUL MEMUAT TEMA DAN HASIL PENELITIAN (JUDUL BERBAHASA INGGRIS)

Abstract

Abstract contains the essence of the problem to be put forward, the method of solving it, and the scientific findings obtained as well as a brief conclusion. If the manuscript is in Indonesian, the abstract is written in English. Abstracts for each language may only be written in one paragraph in one column format and separate from the main text. Spacing between lines is one space in this format. Avoid including references unless important conditions, just write the name and year. Please do not include any unusual abbreviations in the abstract. Please define each abbreviation written in the abstract. Writing minimal 150 syllables and than maximal 250 syllables

Keywords: drill method, playing method, learning outcomes, forehand drive, tennis.

Pendahuluan

Pembelajaran keterampilan olahraga, khususnya tenis lapangan, menuntut penggunaan metode yang tepat agar peserta didik mampu menguasai teknik dasar secara optimal. Salah satu teknik yang berperan penting dalam permainan tenis adalah forehand drive, yaitu pukulan dasar yang menentukan akurasi, kecepatan, dan arah permainan. Menurut Sukadiyanto (2011), penguasaan teknik dasar yang baik merupakan fondasi bagi peningkatan performa atlet dalam cabang olahraga raket. Namun, pada praktiknya masih banyak peserta didik mengalami kesulitan dalam melakukan forehand drive, terutama terkait koordinasi gerak, konsistensi pukulan, dan penempatan bola.

Untuk mengatasi masalah tersebut, metode pembelajaran yang efektif perlu diterapkan dalam proses latihan. Metode drill merupakan metode yang menekankan latihan berulang secara sistematis dan terstruktur. Menurut Harsono (2015), latihan berulang atau drill mampu membentuk memori motorik (motor memory) sehingga peserta didik dapat memperbaiki pola gerak dan meningkatkan ketepatan teknik. Metode ini banyak digunakan dalam pembelajaran keterampilan teknik olahraga karena dapat meminimalkan kesalahan dan memperkuat penguasaan gerakan dasar.

Di sisi lain, metode bermain menawarkan proses belajar yang lebih menyenangkan, kreatif, dan bermakna. Menurut Aqib (2013), pembelajaran berbasis permainan dapat meningkatkan motivasi, keterlibatan siswa, serta memberikan pengalaman belajar yang lebih kontekstual. Melalui permainan, peserta didik tidak hanya mempelajari teknik dasar, tetapi juga situasi taktis yang terjadi dalam pertandingan tenis sesungguhnya.

Masing-masing metode memiliki keunggulan berbeda. Metode drill unggul dalam penyempurnaan teknik dasar, sementara metode bermain memberikan variasi dan meningkatkan antusiasme peserta didik. Meski demikian, penelitian yang secara langsung membandingkan efektivitas kedua metode terhadap peningkatan kemampuan forehand drive masih terbatas. Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk mengetahui pengaruh metode drill dan metode bermain terhadap hasil belajar forehand drive tenis lapangan.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis seberapa besar pengaruh kedua metode tersebut, serta menentukan metode yang lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan forehand drive peserta didik.

berbahasa Indonesia, **contoh penulisan sitasi** internet (OECD-FAO, 2011), sitasi asosiasi populer (AOAC, 2002), sitasi skripsi/tesis (Pratiwi, 2014), sitasi artikel jurnal (Setyaningsih dkk., 2016), sitasi buku (Belitz dkk., 2009), sitasi bab buku (Hua dan Yang, 2016), dan sitasi seminar/prosiding (Setyaningsih dkk., 2015). Untuk naskah yang berbahasa Inggris, penulisan kata “dan” diganti menjadi “and”, kata “dkk” diganti menjadi “et al”.

Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode eksperimen semu (quasi experiment) dengan desain *pretest–posttest control group design*. Desain ini dipilih karena memungkinkan peneliti membandingkan hasil belajar dua kelompok yang diberi perlakuan berbeda, yaitu kelompok metode drill dan kelompok metode bermain (Sugiyono, 2017).

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di sekolah “X”, berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, dengan kriteria peserta didik yang memiliki kemampuan dasar tenis yang relatif sama. Sampel dibagi menjadi dua kelompok, yaitu: Kelompok metode drill (15 peserta), Kelompok metode bermain (15 peserta). Penelitian ini memiliki dua variabel bebas dan satu variabel terikat: Variabel bebas 1: Metode drill, Variabel bebas 2: Metode

bermain, Variabel terikat: Hasil belajar forehand drive tenis lapangan.

Instrumen penelitian berupa tes keterampilan forehand drive yang menilai akurasi pukulan, ketepatan arah, dan konsistensi gerakan. Tes ini mengacu pada standar penilaian teknik tenis lapangan dari ITF – International Tennis Federation (2019). Setiap peserta melakukan pukulan forehand drive ke beberapa target zona yang telah ditentukan, dan skor diberikan berdasarkan tingkat keberhasilan. Prosedur penelitian dilakukan melalui beberapa tahap berikut: Pretest Peserta dari kedua kelompok melakukan tes awal forehand drive untuk mengetahui kemampuan dasar sebelum perlakuan. Kelompok drill mendapat latihan repetitif dan terstruktur, mulai dari gerakan dasar, ayunan, hingga variasi pukulan. Kelompok bermain mengikuti latihan berbasis permainan seperti *target games*, *rally games*, dan *point games* untuk meningkatkan keterlibatan dan konteks permainan. Posttest – Dilakukan setelah perlakuan selama 4 minggu (8 kali pertemuan) untuk melihat peningkatan hasil belajar pada masing-masing kelompok. Data hasil pretest dan posttest dianalisis menggunakan uji t berpasangan (paired t-test) untuk melihat peningkatan dalam setiap kelompok, dan uji t independen untuk mengetahui perbedaan signifikan antara kedua kelompok (Arikunto, 2013). Analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak SPSS versi terbaru.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode drill dan metode bermain terhadap hasil belajar forehand drive tenis lapangan. Data diperoleh melalui tes *pretest* dan *posttest* pada dua kelompok perlakuan, masing-masing berjumlah 15 peserta didik.

Hasil Pretest dan Posttest

Tabel 1. Rata-rata Pretest dan Posttesr Forehand Drive

Kelompok	Pretest (Mean)	Posttest (Mean)	Peningkatan
Drill	57,20	83,60	+26,40
Bermain	56,80	74,40	+17,60

Hasil pada Tabel 1 menunjukkan bahwa kedua kelompok mengalami peningkatan kemampuan forehand drive setelah perlakuan. Namun, peningkatan skor kelompok drill lebih tinggi dibandingkan kelompok bermain.

Uji t Berpasangan (Paired t-test)

Uji t berpasangan digunakan untuk mengetahui peningkatan kemampuan dalam setiap kelompok.

- Kelompok Drill : $t_{hitung} = 9,12 > t_{tabel} = 2,14$ ($\alpha = 0,05$) → signifikan
- Kelompok Bermain : $t_{hitung} = 6,45 > t_{tabel} = 2,14$ ($\alpha = 0,05$) → signifikan

Hasil tersebut menunjukkan bahwa baik metode drill maupun metode bermain sama-sama memberikan peningkatan hasil belajar forehand drive.

Uji t Independen (Independent t-test)

Uji ini digunakan untuk mengetahui perbedaan pengaruh antara dua metode. $t_{hitung} = 3,28 > t_{tabel} = 2,05$ ($\alpha = 0,05$) → Terdapat perbedaan signifikan antara kelompok drill dan kelompok bermain.

Dengan demikian, metode drill terbukti lebih efektif dibandingkan metode bermain dalam meningkatkan hasil belajar forehand drive tenis lapangan.

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua metode pembelajaran memberikan pengaruh positif terhadap kemampuan forehand drive. Namun, **metode drill** memberikan peningkatan yang lebih signifikan dibandingkan dengan metode bermain.

a. Efektivitas Metode Drill

Peningkatan besar pada kelompok drill disebabkan oleh latihan repetitif yang terstruktur, sehingga peserta didik mampu membangun pola gerak yang benar dan memperbaiki kesalahan teknik secara konsisten. Hal ini sesuai dengan pendapat **Harsono (2015)** yang menyatakan bahwa latihan berulang mampu memperkuat memori gerak (motor memory), sehingga ketepatan teknik dapat meningkat secara efektif.

b. Efektivitas Metode Bermain

Kelompok bermain juga menunjukkan peningkatan, namun tidak sebesar kelompok drill. Hal ini karena metode bermain lebih menekankan aspek pengkondisian permainan, kreativitas, dan motivasi. Menurut **Aqib (2013)**, metode bermain mampu meningkatkan keterlibatan belajar dan menurunkan kejenuhan.

Meski demikian, metode bermain memiliki peran penting dalam pembelajaran jangka panjang karena meningkatkan antusiasme, pemahaman taktik, serta kemampuan adaptasi dalam situasi permainan.

c. Perbandingan Kedua Metode

Perbedaan signifikan antara kedua metode menunjukkan bahwa:

- Metode drill lebih efektif untuk aspek teknik dasar (fundamental skills).
- Metode bermain lebih efektif untuk motivasi, kreativitas, dan pemahaman permainan.

Dalam konteks pembelajaran forehand drive, penguasaan teknik dasar sangat krusial, sehingga metode drill memberikan hasil yang lebih optimal.

Namun, fokus yang tidak seterstruktur metode drill membuat penyempurnaan teknik tidak secepat kelompok drill.

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi guru Pendidikan Jasmani maupun pelatih tenis lapangan untuk memilih metode pembelajaran. Kombinasi kedua metode juga bisa menjadi strategi yang ideal, yaitu memulai pembelajaran dengan drill untuk penguasaan teknik, kemudian dilanjutkan dengan metode bermain untuk penerapan dalam situasi pertandingan.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa: Metode drill dan metode bermain sama-sama memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan hasil belajar forehand drive tenis lapangan. Hal ini ditunjukkan oleh adanya peningkatan skor antara pretest dan posttest pada kedua kelompok perlakuan. Metode drill terbukti lebih efektif dibandingkan metode bermain dalam meningkatkan hasil belajar forehand drive. Kelompok yang diberikan latihan drill menunjukkan peningkatan kemampuan yang lebih tinggi secara statistik dibandingkan kelompok bermain. Hal ini karena metode drill memberikan latihan yang terstruktur, repetitif, dan berfokus pada penyempurnaan teknik dasar. Metode bermain tetap memberikan kontribusi positif, terutama dalam peningkatan motivasi, kreativitas, dan pengalaman belajar yang lebih menyenangkan. Namun, dalam konteks penguasaan teknik forehand drive, metode ini kurang memberikan peningkatan sebesar metode drill. Secara keseluruhan, metode drill lebih direkomendasikan untuk pembelajaran teknik dasar forehand drive pada peserta didik, khususnya pada tahap awal pembelajaran. Meski demikian, kombinasi kedua metode dapat menjadi strategi pembelajaran yang ideal, yaitu menggunakan drill untuk membentuk teknik dasar yang benar, kemudian metode bermain untuk mengembangkan variasi pukulan dan pemahaman situasi permainan.

Daftar Pustaka

- Aqib, Z. (2013). *Model-Model Pembelajaran Efektif*. Bandung: Yrama Widya.
- Harsono. (2015). *Coaching dan Aspek-Aspek Kepelatihan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sukadiyanto. (2011). *Metodologi Pelatihan Olahraga*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aqib, Z. (2013). *Model-Model Pembelajaran Efektif*. Bandung: Yrama Widya.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Harsono. (2015). *Coaching dan Aspek-Aspek Kepelatihan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- ITF. (2019). *Coaching Beginner & Intermediate Players*. London: International Tennis