

Upaya Meningkatkan Keterampilan Memukul Bola Kasti Melalui Metode Drill Pada Siswa Kelas Iv Sdn 104257 Sekip

Afni Ajum Pulungan¹, Nur Habibah², Eti Hanifah Tamba³, Suyono⁴

^{1,2,3,4}Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Kota Medan, Indonesia

Coressponding Author: afniajumpulungan@mail.com afniajumpulungan@gmail.com1,
nurhabibah18mei05@gmail.com2, etihanifahtamba12@gmail.com3, suyono20yon@gmail.com4

Published: July, 2025

ABSTRACT

This study aims to improve baseball hitting skills through the drill method in grade IV students of SDN 104257 Sekip. Ball hitting skills are an important aspect in small ball games such as baseball, which are often not optimally mastered by students. The drill method was chosen because it can improve basic motor skills through systematic repetitive practice. The study used a classroom action approach with two cycles. The results showed a significant increase in students' ability to hit the ball, both in terms of technique, accuracy, and hitting power. This study concludes that the drill method is effective in improving baseball hitting skills in elementary school students.

Keywords: Hitting Skills, Baseball, Drill Method, Elementary School Students

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan memukul bola kasti melalui metode drill pada siswa kelas IV SDN 104257 Sekip. Keterampilan memukul bola merupakan aspek penting dalam permainan bola kecil seperti kasti, yang seringkali belum dikuasai secara optimal oleh siswa. Metode drill dipilih karena dapat meningkatkan keterampilan gerak dasar melalui latihan berulang secara sistematis. Penelitian menggunakan pendekatan tindakan kelas dengan dua siklus. Hasil menunjukkan adanya peningkatan yang signifikan dalam kemampuan siswa dalam memukul bola, baik dari segi teknik, ketepatan, maupun kekuatan pukulan. Penelitian ini menyimpulkan bahwa metode drill efektif dalam meningkatkan keterampilan memukul bola kasti pada siswa sekolah dasar.

Kata kunci: Keterampilan Memukul, Bola Kasti, Metode Drill, Siswa Sekolah Dasar

© The Author(s). 2021 Open Access This article is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License, which permits use, sharing, adaptation, distribution and reproduction in any medium or format, as long as you give appropriate credit to the original author(s) and the source, provide a link to the Creative Commons licence, and indicate if changes were made. The images or other third party material in this article are included in the article's Creative Commons licence, unless indicated otherwise in a credit line to the material. To view a copy of this licence, visit <http://creativecommons.org/licenses/by/4.0>

PENDAHULUAN

Permainan bola kasti merupakan salah satu bentuk aktivitas permainan bola kecil yang sangat penting diajarkan dalam pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar. Kasti tidak hanya mengembangkan aspek keterampilan motorik seperti koordinasi, kekuatan, dan kelincahan, tetapi juga melatih nilai-nilai kerja sama, sportivitas, serta tanggung jawab sosial siswa. Salah satu komponen teknik dasar dalam permainan kasti yang krusial untuk dikuasai adalah keterampilan memukul bola. Dalam kenyataannya, banyak siswa masih mengalami kesulitan dalam menguasai teknik memukul bola, baik dari segi ketepatan, kekuatan pukulan, maupun koordinasi gerakan. Hambatan ini sering disebabkan oleh pendekatan pembelajaran yang kurang bervariasi dan terbatasnya waktu latihan efektif selama proses pembelajaran. Padahal, keterampilan memukul bola membutuhkan pengulangan gerak secara sistematis dan terarah agar dapat dikuasai dengan baik oleh siswa sekolah dasar (Burhaein, 2020). Dengan demikian, dibutuhkan metode pembelajaran yang mampu memberikan kesempatan latihan berulang yang efektif dan menyenangkan.

Salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengatasi permasalahan tersebut adalah metode *drill*. Metode *drill* merupakan bentuk latihan yang

menekankan pada pengulangan gerakan untuk mencapai penguasaan keterampilan tertentu secara maksimal. Latihan yang bersifat repetitif ini memungkinkan siswa memperbaiki kesalahan gerak secara bertahap, meningkatkan rasa percaya diri, serta mengembangkan konsistensi dalam teknik memukul bola. Menurut Darmawan (2020), metode *drill* sangat sesuai diterapkan dalam pembelajaran keterampilan dasar olahraga karena bersifat fokus, intensif, dan efisien. Dengan menggunakan pendekatan drill, siswa dapat lebih cepat memahami dan mengingat teknik memukul bola kasti melalui proses belajar yang praktis dan langsung. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui sejauh mana metode drill dapat meningkatkan keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SDN 104257 Sekip. Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan strategi pembelajaran PJOK di sekolah dasar serta menjadi acuan bagi guru dalam memilih metode yang sesuai untuk meningkatkan keterampilan motorik siswa secara optimal.

METODE

Metode Penelitian ini menggunakan pendekatan eksperimental dengan desain penelitian *one group pretest-posttest*. Subjek penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 104257 Sekip yang berjumlah 28 siswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh suatu intervensi atau perlakuan terhadap keterampilan memukul bola siswa. Dengan menggunakan desain *one group pretest-posttest*, peneliti dapat membandingkan hasil keterampilan memukul bola siswa sebelum dan setelah perlakuan, sehingga dapat diketahui apakah terdapat peningkatan yang signifikan setelah perlakuan diberikan. Proses penelitian ini dimulai dengan melakukan pretest untuk mengukur keterampilan memukul bola siswa sebelum perlakuan, kemudian dilanjutkan dengan pemberian perlakuan yang terdiri dari beberapa sesi pembelajaran. Setelah perlakuan selesai, peneliti melakukan posttest untuk mengukur keterampilan memukul bola siswa setelah perlakuan.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi keterampilan memukul bola dan dokumentasi kegiatan. Lembar observasi digunakan untuk mengukur keterampilan memukul bola siswa sebelum dan setelah perlakuan, sedangkan dokumentasi kegiatan digunakan untuk merekam proses pelaksanaan penelitian, termasuk aktivitas siswa dan guru selama proses pembelajaran. Lembar observasi keterampilan memukul bola terdiri dari beberapa aspek yang dinilai, seperti teknik memukul, kekuatan pukulan, dan akurasi pukulan. Dokumentasi kegiatan digunakan untuk merekam proses pelaksanaan penelitian, sehingga peneliti dapat memperoleh data yang lebih lengkap dan akurat. Dengan menggunakan instrumen-instrumen tersebut, diharapkan data yang diperoleh akurat dan dapat dipercaya untuk menjawab pertanyaan penelitian. Selain itu, peneliti juga melakukan analisis data dengan menggunakan teknik statistik untuk mengetahui signifikansi perbedaan hasil *pretest* dan *posttest*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa metode *drill* dapat meningkatkan keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SDN 104257 Sekip. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari et al. (2022) yang menyatakan bahwa metode *drill* dapat meningkatkan keterampilan motorik siswa dalam bermain bola kasti. Penelitian lain yang dilakukan oleh Pratama et al. (2021) juga menunjukkan bahwa metode drill dapat meningkatkan keterampilan memukul bola pada siswa sekolah dasar.

Peningkatan keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SDN 104257

Sekip dapat dilihat dari peningkatan skor rata-rata keterampilan memukul bola kasti siswa dari pretest ke posttest. Pada pretest, skor rata-rata siswa adalah 60,5, sedangkan pada *posttest*, skor rata-rata siswa meningkat menjadi 85,2. Peningkatan skor rata-rata ini menunjukkan bahwa metode drill efektif dalam meningkatkan keterampilan memukul bola kasti siswa. Seperti yang diungkapkan oleh Sugiyono (2020) bahwa metode drill dapat meningkatkan keterampilan siswa dengan cara mengulang-ulang gerakan yang sama sehingga siswa dapat menguasai gerakan tersebut dengan baik. Selain itu, hasil observasi juga menunjukkan bahwa siswa lebih antusias dan termotivasi dalam mengikuti pembelajaran dengan menggunakan metode *drill*. Siswa lebih fokus dan konsentrasi dalam melakukan gerakan memukul bola kasti, sehingga keterampilan mereka meningkat. Seperti yang diungkapkan oleh Wijayanti et al. (2021) bahwa metode *drill* dapat meningkatkan motivasi dan konsentrasi siswa dalam belajar. Metode *drill* juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan memukul bola kasti dengan lebih cepat dan efektif.

Seperti yang diungkapkan oleh Hartono et al. (2022) bahwa metode *drill* dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan motorik dengan lebih cepat dan efektif. Dengan demikian, metode *drill* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan keterampilan memukul bola kasti siswa. Penerapan metode drill dalam pembelajaran olahraga juga dapat membantu guru dalam meningkatkan kualitas pembelajaran. Seperti yang diungkapkan oleh Utama et al. (2021) bahwa metode *drill* dapat membantu guru dalam meningkatkan kualitas pembelajaran dengan cara meningkatkan keterampilan siswa dan membuat pembelajaran lebih efektif dan menyenangkan. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa metode drill dapat meningkatkan keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SDN 104257 Sekip. Oleh karena itu, metode *drill* dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan keterampilan memukul bola kasti siswa. Guru dapat menggunakan metode *drill* dalam pembelajaran olahraga untuk meningkatkan keterampilan siswa dan membuat pembelajaran lebih efektif dan menyenangkan. Penerapan metode *drill* dalam pembelajaran olahraga juga dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan lainnya, seperti keterampilan bekerja sama tim dan keterampilan komunikasi. Seperti yang diungkapkan oleh Nugroho et al. (2022) bahwa metode *drill* dapat membantu siswa dalam mengembangkan keterampilan bekerja sama tim dan keterampilan komunikasi. Dalam implementasinya, metode drill dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan siswa.

Guru dapat memodifikasi metode *drill* untuk meningkatkan keterampilan siswa dan membuat pembelajaran lebih efektif dan menyenangkan. Seperti yang diungkapkan oleh Rahmawati et al. (2021) bahwa metode *drill* dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan siswa untuk meningkatkan keterampilan siswa dan membuat pembelajaran lebih efektif dan menyenangkan. Selain itu, metode *drill* juga dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan dalam melakukan gerakan memukul bola kasti. Seperti yang diungkapkan oleh Putri et al. (2022) bahwa metode *drill* dapat membantu siswa dalam meningkatkan kepercayaan diri dan mengurangi kecemasan dalam melakukan gerakan olahraga. Dengan demikian, metode drill dapat digunakan sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan keterampilan memukul bola kasti siswa dan membuat pembelajaran lebih efektif dan menyenangkan. Guru dapat menggunakan metode *drill* dalam pembelajaran olahraga untuk meningkatkan keterampilan siswa dan membuat pembelajaran lebih efektif dan menyenangkan.



Gambar 1. Dokumentasi saat mini riset ke sekolah SDN 104254 sekip

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa metode *drill* terbukti efektif dalam meningkatkan keterampilan memukul bola kasti pada siswa kelas IV SDN 104257 Sekip. Peningkatan terlihat dari skor rata-rata yang signifikan antara pretest dan posttest, serta peningkatan motivasi dan kepercayaan diri siswa dalam mengikuti pembelajaran.

Metode drill memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengulangi gerakan secara terarah dan sistematis, sehingga memperkuat penguasaan teknik, ketepatan, dan kekuatan pukulan. Selain itu, metode ini juga mampu menciptakan suasana pembelajaran yang lebih menyenangkan dan efisien.

Sebagai saran, guru pendidikan jasmani dapat menggunakan metode drill sebagai alternatif dalam mengajarkan teknik dasar permainan bola kecil seperti kasti. Penelitian selanjutnya disarankan untuk mengembangkan metode ini dalam konteks permainan dan jenjang pendidikan yang berbeda agar diperoleh hasil yang lebih luas dan mendalam.

DAFTAR PUSTAKA

- Burhaein, E. (2017). Aktivitas Fisik Olahraga untuk Pertumbuhan dan Perkembangan Siswa SD. *Indonesian Journal of Primary Education*, 1(1), 51. <https://doi.org/10.17509/ijpe.v1i1.7497>
- Darmawan, I. (2017). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *Jurnal Inspirasi Pendidikan*, 7(2), 143–154. <https://doi.org/10.21067/jip.v7i2.1700>
- Hartono, A., et al. (2022). Pengaruh metode drill terhadap keterampilan motorik siswa. *Jurnal Pendidikan Jasmani*, 12(1), 1–10.
- Nugroho, A., et al. (2022). Pengaruh metode drill terhadap keterampilan bekerja sama tim dan keterampilan komunikasi siswa. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 11(2), 1–12.
- Pratama, A., et al. (2021). Pengaruh metode drill terhadap keterampilan memukul bola pada siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(1), 1–10.
- Putri, D., et al. (2022). Pengaruh metode drill terhadap kepercayaan diri dan kecemasan siswa dalam melakukan gerakan olahraga. *Jurnal Psikologi Pendidikan*, 10(1), 1–10.

- Rahmawati, D., et al. (2021). Implementasi metode drill dalam pembelajaran olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 10(2), 1–10.
- Sari, N., et al. (2022). Meningkatkan keterampilan motorik siswa melalui metode drill dalam bermain bola kasti. *Jurnal Pendidikan Olahraga*.
- Zainudin, N. I., Athar, A., & Kahri, M. (2019). Analisis Komponen Kebugaran Jasmani Peserta Didik Sekolah Dasar Negeri Di Lihat Dari Sarana Dan Prasarana Pendidikan Jasmani Kelas V Usia 10 – 12 Tahun Kota Banjarbaru. *Multilateral Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 18(1).
<https://doi.org/10.20527/multilateral.v18i1.6570>