

## ABSTRAK

### UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND* DALAM PERMAINAN BADMINTON MELALUI METODE *BLOCKED PRACTION* PADA SISWA KELAS XI MAN 2 KAPUAS HULU

**AHMAD AKHBAL MY**

Program Studi Pendidikan Jasmani IKIP PGRI Pontianak  
Jalan Ampera No, 88 Pontianak

[ahmadakhbal@gmail.com](mailto:ahmadakhbal@gmail.com)

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan Pukulan *Backhand* Dalam Permainan Badminton Melalalui Metode *Blocked Praction* Pada Siswa Kelas XI MAN 2 Kapuas Hulu. Jenis penelitian ini adalah penelitian Tindakan kelas (PTK) dengan dua siklus. Adapun subjek penelitian ini adalah siswa Kelas XI MAN 2 Kapuas Hulu. Teknik pengumpulan data menggunakan hasil tes siswa. Dari hasil tes prasiklus terlihat masih sangat kurang siswa dalam pembelajaran Pukulan *Backhand* Dalam Permainan Badminton terdapat 20 siswa pada kategori belum tuntas atau 90%, kemudian pada kategori tuntas sebanyak 2 siswa atau 10% dari 22 siswa. Siklus I setelah menggunakan metode *Blocked Praction* pada siklus I yang memiliki kategori tuntas sebanyak 9 siswa atau 40,9%, pada kategori tidak tuntas ada 13 siswa atau 59,1%. Berdasarkan perhitungan presentase di kategorikan nilai siswa pada siklus I ini belum mencapai target kriteria ketuntasan klasikal 75% masih kurang maka dengan ini akan dilanjutkan ke siklus II untuk mencapai target yang diinginkan. Sedangkan berdasarkan tes akhir siklus II yang dapat dilihat dilampiran tergambar bahwa dari 22 siswa Kelas XI MAN 2 Kapuas Hulu terdapat 4 siswa dalam kategori tidak tuntas atau 18,19%, kemudian pada kategori tuntas sebanyak 18 siswa atau 81,81%. Jadi dengan demikian dapat disimpulkan bahwa dengan menggunakan metode *Blocked Praction* terbukti dapat meningkatkan keterampilan Pukulan *Backhand* Dalam Permainan Badminton. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan Pukulan *Backhand* Dalam Permainan Badminton menggunakan metode *Blocked Praction* yang cukup baik, yaitu mengalami peningkatan nilai siswa didalam setiap siklusnya.

**Kata Kunci:** Meningkatkan, Pukulan *Backhand* ,Metode *Blocked Praction*