



Video Pembelajaran pada Materi Teknik Dasar *Footwork* Bulutangkis

Silvi Aryanti^{1*}, Ahmad Richard Victorian², Soleh Solahuddin³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Sriwijaya, Indonesia
Email Korespondensi: silviaryanti@fkip.unsri.ac.id

Informasi Artikel:

Dikirim: 26 Juli 2021 Direvisi: 14 September 2021 Diterbitkan: 25 September 2021

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk membuat model pembelajaran berbasis video materi teknik dasar *footwork* bulutangkis bagi mahasiswa program studi pendidikan jasmani dan kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya. Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan (*Research and Development*). Prosedur penelitian dengan mengadopsi tahapan-tahapan penelitian dari Borg and Gall. Prosedur penelitian dan pengembangan menurut Borg and Gall yaitu sepuluh langkah-langkah. Prosedur dalam penelitian ini memiliki empat langkah yaitu pengumpulan informasi di lapangan, melakukan analisis terhadap informasi yang telah dikumpulkan, membuat draft model, dan validasi ahli. Produk penelitian dilakukan validasi pada ahli permainan bulutangkis dan ahli media. Subjek penelitian adalah mahasiswa program studi Penjaskes FKIP Universitas Sriwijaya. Hasil validasi ahli permainan bulutangkis diperoleh rata-rata persentase sebesar 76,78 dengan kategori layak. Hasil penelitian dari validasi ahli media diperoleh persentase sebesar 74,38 dengan kategori layak. Implikasi dalam penelitian ini adalah produk penelitian berupa model pembelajaran berbasis video materi teknik dasar *footwork* bulutangkis telah dinyatakan valid sehingga dapat digunakan.

Kata Kunci: teknik dasar *footwork*; bulutangkis; video

Video-Based Learning for Badminton Footwork Basic Techniques

ABSTRACT

This study aims to create a video-based learning model for badminton footwork basic techniques for students of the physical and health education study program, Faculty of Teacher Training and Education, Sriwijaya University. This research is a research and development (Research and Development). Adopting the stages of research from Borg and Gall. The research and development steps according to Borg and Gall are ten steps. The steps in this study have four steps, namely collecting information in the field, analyzing the information that has been collected, making a draft model, and expert validation. The research product was validated by badminton game experts and media experts. The research subjects were students of the Penjaskes study program, FKIP Sriwijaya University. The results of the validation of badminton game experts obtained an average percentage of 76.78 with a decent category. The results of the research from media expert validation obtained a percentage of 74.38 with a decent category. The conclusion in this study is that the research product in the form of a video-based learning model of badminton footwork basic technique material has been declared valid so that it can be used.

Keywords: *footwork basic techniques; badminton; video*



PENDAHULUAN

Tingkat satuan pendidikan baik pada sekolah dasar, sekolah menengah pertama, sekolah menengah atas memiliki mata pelajaran pendidikan jasmani. (Sumbodo, 2016) pendidikan jasmani merupakan suatu proses pendidikan melalui aktivitas jasmani yang bertujuan kebugaran jasmani ditingkatkan, ketrampilan motorik dikembangkan, sikap sportif, kecerdasan emosial, pengetahuan serta perilaku hidup sehat. Materi dalam pembelajaran pendidikan jasmani yaitu terdapat materi permainan bola kecil. Salah satu materi permainan bola kecil yaitu permainan bulutangkis. (Dlis et al, 2019) Tujuan olahraga bulutangkis agar *shuttlecock* dapat dipukul melewati net sehingga *shuttlecock* jatuh di area permainan lawan. (Budiwanto, 2013) Teknik dasar bulutangkis terbagi menjadi dua bagian, yaitu teknik tanpa bola dan teknik pukulan. Teknik tanpa bola yaitu teknik sikap siaga, teknik pegangan raket, dan *footwork*. Teknik dasar bulutangkis yang harus dikuasai oleh seseorang yaitu *footwork* (langkah kaki). *Footwork* digunakan sebagai penyangga tubuh untuk badan ditempatkan dalam posisi yang dimungkinkan gerakan dapat dilakukan. Hal ini membuat pukulan seorang pemain bulutangkis menjadi efektif. (Chen, 2014) teknik *footwork* adalah bagian penting dalam permainan bulutangkis untuk belajar dan dikuasai secara cepat dan tepat. (Hung et al., 2020) melakukan *footwork* (langkah kaki) bulutangkis tanpa lawan dengan raket diayunkan, tanpa *shuttlecock* dipukul.

Bulutangkis merupakan salah satu mata kuliah pilihan (GOR1248) dengan bobot 2 sks terdapat pada program studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan FKIP UNSRI. Hasil observasi di lapangan diperoleh mahasiswa mengalami kesulitan dalam memahami materi teknik dasar *footwork* permainan bulutangkis. Mahasiswa saat mempraktekkan gerakan belum begitu cekatan saat melihat arah *shuttlecock* datang. Hal ini terlihat saat dosen memberikan aba-aba kepada mahasiswa untuk melakukan gerakan *footwork* bulutangkis. Berdasarkan permasalahan yang ada, maka dibutuhkan model pembelajaran yang tepat. Hal ini bertujuan untuk dapat mencapai tujuan pembelajaran mahasiswa dan dapat mempermudah mahasiswa dalam memahami teknik dasar *footwork* bulutangkis.

Model yang digunakan dalam penerapan pembelajaran harus disesuaikan dengan kebutuhan dan karakteristik mahasiswa. (Fuad et al., 2017) faktor utama yang menentukan peningkatan dalam kualitas pengajaran di sekolah adalah kebutuhan dan minat guru saat mengimplementasikan model pembelajaran yang inovatif dalam pengajaran. Aryanti, (Solahuddin, et al., 2021) model pembelajaran yang baik dapat membantu guru agar tujuan pembelajaran dapat dicapai. (Hidayat, 2011) menggunakan model pembelajaran yang baik yaitu dengan menyesuaikan karakteristik peserta didik, tujuan, materi ajar, alat/media, waktu yang disediakan dalam pembelajaran, situasi dan kondisi. (Kastrena et al., 2020) seorang guru secara cermat dalam pemilihan model pembelajaran yang cocok dan disesuaikan dengan kebutuhan dengan kondisi.

Pemilihan model pembelajaran yang baik dapat membantu dosen saat menyampaikan materi ajar dengan benar, efektif, efisien, dapat menciptakan dan memperkaya pengalaman belajar, mampu menghadirkan gambaran mengenai sebuah

kejadian sedekat atau senyata mungkin, serta mampu meningkatkan keaktifan dan keterampilan siswa. Hal ini untuk mencapai tujuan pembelajaran dengan baik. Variasi dalam model pembelajaran materi teknik dasar *footwork* bulutangkis dapat menggunakan video. Hal ini agar pemahaman lebih mempermudah mahasiswa prodi pendidikan jasmani FKIP Universitas Sriwijaya.

(Aryanata et al, 2020) memperoleh hasil penelitian bahwa video pembelajaran efektif digunakan untuk membantu proses pembelajaran Penjaskes siswa kelas X. Hal ini dilihat dari hasil review ahli isi persentase sebesar 94, (b) hasil review ahli desain pembelajaran persentase sebesar 92, (c) hasil review dari ahli media persentase sebesar 80, (d) hasil uji perorangan persentase sebesar 96,6, (e) hasil uji kelompok kecil 85,1%, hasil uji lapangan 94,1%. (Aryanti, Bayu, Victorian & Azhar, 2021) hasil penelitian uji coba skala kecil mendapatkan 64,25% kategori cukup layak, dan hasil uji coba skala besar mendapatkan 77,51% dengan kategori layak. Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa model pembelajaran dengan menggunakan video layak untuk digunakan dalam materi teknik dasar sepak sila pada mata kuliah takraw. Hasil penelitian Tri Suryani (2021) tentang efektivitas pembelajaran penjas melalui media video di masa pandemi diperoleh kategori cukup baik. Hal ini dikarenakan saat pandemi pembelajaran yang diterima oleh siswa secara online dengan menyajikan materi menggunakan media video.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu berkaitan dengan video pembelajaran, maka tujuan penelitian ini adalah untuk membuat model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis pada mahasiswa pendidikan jasmani dan kesehatan agar dapat membantu pemahaman sehingga mempermudah saat mempraktekkan dilapangan. Keterbaruan penelitian ini adalah belum adanya model pembelajaran berbasis video untuk materi teknik dasar *footwork* bulutangkis yang dibuat sendiri.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan atau *research and development* (R and D). Prosedur dalam penelitian sesuai dengan langkah-langkah penelitian pengembangan menurut Gall et al., (2003) dalam melakukan penelitian pengembangan terdapat sepuluh langkah-langkah yang harus ditempuh, langkah-langkah yang harus ditempuh tersebut, dapat digambarkan sebagai berikut: (1) pengumpulan hasil riset dan informasi, (2) perencanaan, (3) pengembangan produk awal, (4) uji coba awal, (5) revisi untuk menyusun produk utama, (6) uji coba lapangan utama, (7) revisi untuk menyusun produk operasional, (8) uji coba produk operasional, (9) revisi produk final, dan (10) diseminasi dan implementasi produk hasil pengembangan.

Penelitian ini menggunakan empat tahap yaitu pengumpulan informasi di lapangan, melakukan analisis terhadap informasi yang telah dikumpulkan, pembuatan produk awal (*draft model*), dan validasi ahli.

- 1) Tahap perencanaan dan pengembangan, pada tahap pertama melakukan kajian pustaka dan studi lapangan. Kajian pustaka dengan penelusuran literatur tentang model-model pembelajaran, pendekatan pembelajaran menggunakan

multimedia alternatif, dan *science, technology, engenering, and mathematics* (STEM). Literatur berupa jurnal-jurnal, hasil penelitian disertasi dan tesis, serta *handbook*.

- 2) Tahap kedua, analisis kebutuhan dilakukan dengan mempelajari sumberdaya yang tersedia pada program studi yang direncanakan menjadi tempat penelitian di FKIP Universitas Sriwijaya.
- 3) Tahap ketiga, merupakan pembuatan draf awal produk berupa model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis berbasis video, setelah proses analisis selanjutnya adalah tahapan pengembangan produk yang dapat berguna serta membantu dosen dalam kegiatan belajar dan pembelajaran
- 4) Tahap keempat Validasi Ahli, Uji coba, dan Perbaikan, Sebelum dilakukan uji coba skala kecil terhadap produk awal, produk harus mendapat validasi dari ahli materi, yaitu: (a) ahli materi dan (b) ahli media.

Adapun kategori kelayakan menurut Arikunto (2019) yaitu sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Kelayakan

Skor nilai	Kriteria kelayakan
<21%	Sangat Tidak Layak
21% - 40%	Tidak Layak
41% - 60%	Cukup Layak
61% - 80%	Layak
81% - 100%	Sangat Layak

HASIL

Berdasarkan tahapan penelitian dengan mengadopsi dari Borg and Gall (2003) produk penelitian berupa model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis berbasis video dilakukan validasi ahli permainan bulutangkis. Validasi ahli dilakukan dalam dua tahap.

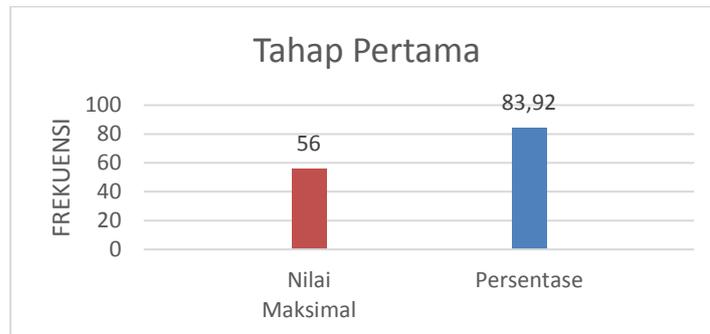
1. Hasil Validasi Ahli Permainan Bulutangkis

Adapun hasil validasi ahli permainan bulutangkis disajikan dalam bentuk tabel 2 yaitu sebagai berikut:

Tabel 2. Hasil Validasi Ahli Permainan Bulutangkis Tahap Pertama

No	Kode	Nomor Pernyataan							Σ	Nilai Maksimal	%	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7				
1	SA	3	3	2	2	3	2	3	18	28	64,28	Layak

$$\begin{aligned} \text{Persentase} &= \text{Jumlah/Nilai Maksimal} \\ &= 18/28 \times 100 \\ &= 64,28 \end{aligned}$$



Gambar 1. Hasil Validasi Ahli Permainan Bulutangkis Tahap Pertama

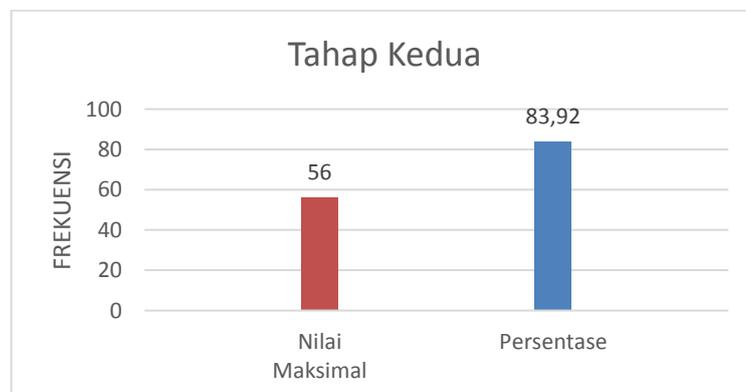
Validasi ahli permainan bulutangkis pada tahap pertama memperoleh presentase sebesar 64,28 merujuk pada tabel 2. Ahli permainan bulutangkis mengenai model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis berbasis video dalam kategori “Layak” namun perlu dilakukan revisi pada beberapa komponen.

Produk penelitian berupa model pembelajaran berbasis video materi teknik dasar *footwork* bulutangkis dilakukan validasi pada tahap kedua. Adapun hasil validasi ahli permainan bulutangkis pada tahap kedua yaitu sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Validasi Ahli Permainan Bulutangkis Tahap Kedua

No	Kode	Nomor Pernyataan							Σ	Nilai Maksimal	%	Kategori
		1	2	3	4	5	6	7				
1	SA	4	3	4	3	3	4	4	25	28	89,28	Layak

$$\begin{aligned} \text{Persentase} &= \text{Jumlah/Nilai Maksimal} \\ &= 25/28 \times 100 \\ &= 89,28 \end{aligned}$$



Gambar 2. Hasil Validasi Ahli Permainan Bulutangkis Tahap Kedua

Validasi ahli permainan bulutangkis pada tahap kedua memperoleh presentase sebesar 89,28 merujuk pada tabel 3. Ahli permainan bulutangkis mengenai model pembelajaran teknik dasar *footwork* berbasis video dalam kategori “Sangat Layak”. Hasil rata-rata persentase dari hasil validasi ahli permainan bulutangkis pada tahap pertama dan kedua diperoleh sebesar 76,78 masuk dalam kategori “Layak”. Maka, dapat disimpulkan produk penelitian layak untuk digunakan untuk pembelajaran bulutangkis.

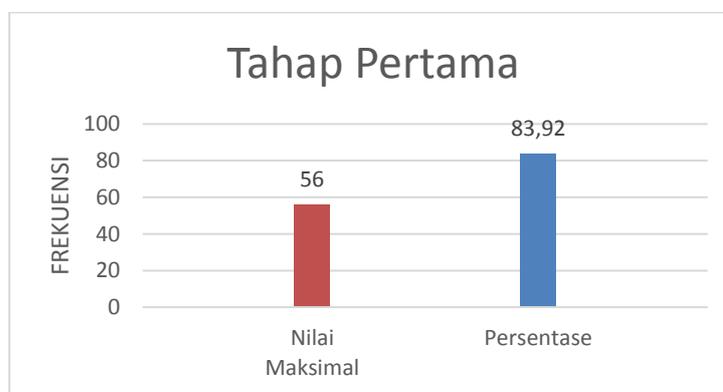
2. Hasil Validasi Ahli Media

Adapun hasil validasi ahli media disajikan dalam bentuk tabel 4 yaitu sebagai berikut:

Tabel 4. Hasil Validasi Ahli Media
Tahap Pertama

Kode	Nomor Pernyataan														Σ	Nilai		Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		Maksimal	(%)	
LK	3	4	3	2	2	2	3	2	2	2	3	3	2	3	36	56	64,85	Layak

$$\begin{aligned} \text{Persentase} &= \text{Jumlah/Nilai Maksimal} \\ &= 36/56 \times 100\% \\ &= 64,85 \end{aligned}$$



Gambar 3. Hasil Validasi Ahli Media Tahap Pertama

Validasi tahap pertama diperoleh persentase sebesar 64,85 merujuk pada tabel 4 sehingga dinyatakan bahwa menurut ahli media bahwa produk penelitian berupa model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis berbasis video mendapatkan kategori “layak” untuk digunakan dalam pembelajaran bulutangkis, namun harus melakukan perbaikan pada beberapa komponen produk.

Adapun hasil validasi ahli media produk penelitian berupa model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis berbasis video pada tahap kedua yaitu sebagai berikut:

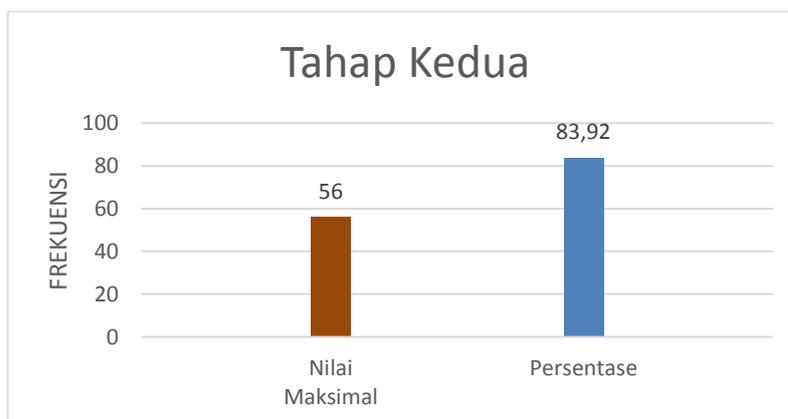
Tabel 5. Hasil Validasi Ahli Media
 Tahap Kedua

Kode LK	Nomor Pernyataan														Σ	Nilai		Kategori
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14		Maksimal	(%)	
	3	4	4	3	3	3	4	3	3	4	3	3	4	3	47	56	83,92	Sangat Layak

Persentase = Jumlah/Nilai Maksimal

$$= 47/56 \times 100\%$$

$$= \mathbf{83,92}$$



Gambar 4. Hasil Validasi Ahli Media Tahap Kedua

Terdapat empat tahapan-tahapan dalam penelitian ini dengan mengadopsi dari teori Borg & Gall (2003) yaitu mengumpulkan informasi, pembuatan produk awal (draft model), dan validasi ahli. Validasi tahap pertama diperoleh persentase sebesar 83,92 merujuk pada tabel 5 sehingga dinyatakan bahwa menurut ahli media bahwa produk penelitian berupa model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis berbasis video mendapatkan kategori “sangat layak”. Hasil rata-rata dari validasi tahap pertama dan tahap kedua diperoleh persentase sebesar 74,38 termasuk kategori “Layak”. Oleh sebab itu, produk penelitian layak untuk digunakan dalam pembelajaran bulutangkis bagi mahasiswa penjasokes FKIP Universitas Sriwijaya.

PEMBAHASAN

Penelitian ini menghasilkan model pembelajaran berbasis video materi teknik dasar *footwork* (langkah kaki) permainan bulutangkis. Produk penelitian dilakukan validasi kepada validasi ahli permainan bulutangkis dan ahli media. Berdasarkan hasil validasi ahli permainan bulutangkis mendapatkan rata-rata persentase 76,78. Hasil dari validasi ahli media mendapatkan persentase 74,38.

Model pembelajaran teknik dasar *footwork* disajikan dalam bentuk video pembelajaran. Penggunaan video untuk pembelajaran dapat membantu mahasiswa dalam memahami materi yang disampaikan oleh dosen. Video yang disajikan dengan

materi dan penjelasan yang detail sesuai dengan tahap-tahapan. Putra & Sugiyanto (2016) bahan pembelajaran teknik bulutangkis yang bermanfaat dapat menggunakan multimedia dalam video animasi. Hal ini dapat memanfaatkan video animasi ketika pelatih tidak memiliki teknik atau kemampuan untuk memberikan contoh gerakan dengan benar. Prastowo (2021) Video dalam penggunaan yaitu dapat diulang-ulang maupun dihentikan, sehingga membuat guru melakukan komunikasi kepada siswa. Materi yang dapat dikomunikasikan yaitu tentang isi pesan dari melihat video, maupun dapat membuka sesi tanya jawab. Oleh sebab itu, penggunaan video dapat menimbulkan komunikasi dua arah. Yuanta (2020) kelebihan dalam penerapan media video yaitu dimensi baru dapat ditambahkan dalam pembelajaran, penyajian berupa gambar yang dapat gerak dengan didukung adanya suara. Oleh sebab itu pembelajaran jadi menarik.

Oleh sebab itu, penelitian ini menggunakan model pembelajaran yang disajikan dalam bentuk video memiliki kelebihan. Penelitian yang relevan terkait tentang penggunaan model pembelajaran berbasis video meliputi Aryanti, Victorian, et al., (2021) hasil validasi ahli media tahap I memperoleh 73,2% cukup layak. Hasil validasi sepak takraw tahap I memperoleh 71,4% kategori cukup layak. Berdasarkan hasil validasi ahli, rata-rata penilaian adalah 72,3%. Kesimpulan dari penelitian ini adalah produk penelitian berupa pembelajaran teknik sepak sila berbasis video dinyatakan cukup layak sehingga dapat digunakan. (Hadi & Habibi, 2018) hasil validasi ahli media pembelajaran dan ahli pembelajaran bulutangkis, hasil uji coba lapangan, hasil produk dinyatakan layak. Maka, dapat menggunakan sebagai media pembelajaran materi bulutangkis teknik dasar langkah kaki pada SMAK Kolese Santo Yusup Malang. Ar-Rahman, Hartati, & Aryanti (2021) Hasil validasi ahli Taekwondo diperoleh nilai total 18 atau 90% dengan kategori sangat baik. Hasil dari validasi ahli media diperoleh nilai 102 atau 97,14% kategori sangat baik. Hasil validasi ahli pelatih diperoleh nilai total 49 atau 98% kategori sangat baik. Oleh sebab itu, produk penelitian yaitu video latihan taekwondo telah valid dan dapat digunakan. (Hartati, dkk, 2021) penggunaan video animasi dalam pembelajaran memberikan dampak positif bagi peserta didik dan pendidik. Video animasi dibuat dengan menarik sehingga tujuan pembelajaran dapat dicapai. Nugroho (2015) berdasarkan hasil penelitian mendapatkan kesimpulan bahwa penggunaan modifikasi peraturan permainan media video pembelajaran bola voli dapat meningkatkan hasil belajar bola voli siswa di SMK Negeri 1 Sedan.

Berdasarkan hasil penelitian yang didukung dengan hasil penelitian relevan maka dapat dilihat bahwa model pembelajaran berupa video teknik dasar *footwork* bulutangkis sudah valid. Oleh sebab itu, produk dapat digunakan untuk dilakukan pada tahap selanjutnya yaitu tahap uji coba skala kecil maupun uji coba skala besar. Sehingga, temuan dalam penelitian ini produk dapat memiliki kontribusi terhadap ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga

KESIMPULAN

Mencapai tujuan pembelajaran didukung dengan pemilihan model pembelajaran yang tepat oleh dosen. Materi yang disampaikan pada mahasiswa program studi pendidikan jasmani dan kesehatan FKIP Universitas Sriwijaya yaitu teknik dasar *footwork*. Model pembelajaran yang dibuat berbasis video. Video yang dibuat meliputi sejarah singkat permainan bulutangkis, pengertian teknik dasar *footwork*, dan langkah-langkah dalam melakukan teknik dasar *footwork*. Produk penelitian telah dinyatakan valid berdasarkan hasil validasi ahli meliputi hasil validasi ahli permainan bulutangkis didapatkan rata-rata 76,78%. Hasil dari validasi ahli media didapatkan 74,38%. Selanjutnya, yang dapat dikembangkan oleh peneliti lain yaitu dapat melakukan uji coba produk penelitian yaitu model pembelajaran teknik dasar *footwork* bulutangkis melalui video.

DAFTAR PUSTAKA

- Ar-rahman, Z., Hartati, H., & Aryanti, S. (2021). Media latihan berupa video terhadap penguasaan gerakan poomsae taegeuk 1 beladiri taekwondo pada atlet pemula. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 97-107. <https://ojs.uniska-bjm.ac.id/index.php/riyadhohjurnal>.
- Arikunto, S. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Aryanata, I. W. Y., Jampel, I. N., & Mahadewi, L. P. P. (2020). Media video pembelajaran teknik dasar bermain bola voli pada pelajaran Penjaskes. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Pendidikan*, 4(2), 186. <https://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/JJL>.
- Aryanti, S., Bayu, W. I., Victorian, A. R., & Azhar, S. (2021) The implementation using video for learning of sepak sila technique. *Journal Physical Education, Health and Recreation*, 5(2). <https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/jpehr>.
- Aryanti, S., Solahuddin, S., & Azhar, S. (2021). Learning forehand service badminton using teaching games for understanding (tgfu) students. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(2), 305-317. <https://jurnal.univpgri-palembang.ac.id/index.php/hon/index>. DOI Prefix. 10.31851.
- Aryanti, S., Victorian, A. R., & Bayu, W. I. (2021). Learning of sepak sila technique based video for sepak takraw course. <https://eudl.eu/doi/10.4108/eai.16-10-2020.2305202>. <http://dx.doi.org/10.4108/eai.16-10-2020.2305202>.
- Budiwanto, S. (2013). Dasar-dasar Teknik dan Taktik Bermain Bulutangkis. *Malang: Universitas Negeri Malang*.
- Chen, C. (2014). Footwork teaching of college badminton elective course. *Proceedings of the 3rd International Conference on Science and Social Research*, 1(Icssr), 281–283.
- Dlis, F., Haqiyah, A., Hidayah, N., & Riyadi, D. (2019). Application of sport science on development of exercise model strokes badminton based on footwork. *Journal of*

- Education, Teaching and Learning*, 4(2), 251-256.
<https://journal.stkipsingkawang.ac.id/index.php/JETL/index>.
- Fuad, N. M., Zubaidah, S., Mahanal, S., & Suarsini, E. (2017). Improving junior high schools' critical thinking skills based on test three different models of learning. *International Journal of Instruction*, 10(1), 101-116. <http://www.e-iji.net/>.
- Gall, M. D., Borg, W. R., & Gall, J. P. (2003). *Educational research: An introduction*. Longman Publishing.
- Hidayat, K. (2011). Penggunaan Model Pembelajaran Reciprocal Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Permainan Bola Voli Mini Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Sinom Widodo 02 Kabupaten Pati Tahun Pembelajaran 2010-2011. Skripsi. Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga. FIK. Universitas Negeri Semarang.
- Hung, M. H., Chang, C. Y., Lin, K. C., Hung, C. L., & Ho, C. S. (2020). The applications of landing strategies in badminton footwork training on a backhand side lateral jump smash. *Journal of Human Kinetics*, 73, 19. <http://www.johk.pl/>.
- Kastrena, E., Setiawan, E., Patah, I. A., & Nur, L. (2020). Pembelajaran Peer teaching berbasis zoom video sebagai solusi untuk meningkatkan hasil belajar passing bawah bola voli saat situasi COVID-19. *Indonesian Journal of Primary Education*, 4(1), 69-75. <https://ejournal.upi.edu/index.php/IJPE>.
- Nugroho, A. T. (2015). Meningkatkan hasil belajar bola voli melalui modifikasi peraturan dengan menggunakan media video. *ACTIVE: Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 4(12). <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>.
- Prasetyo, A., & Habibi, A. I. (2018). Pengembangan video pembelajaran bulutangkis teknik dasar langkah kaki Antonius Prasetyo Hadi 1 Dan Ahmad Ilham Habibi 2 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi IKIP Budi Utomo Malang PENDAHULUAN Keolahragaan adalah segala aspek yang berkai. *SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk>.
- Prastowo, M. H. (2021). Implementasi video pembelajaran dalam meningkatkan hasil belajar siswa sekolah dasar pada cabang olahraga lompat jauh gaya jongkok. *Jurnal Pendidikan Indonesia*, 2(3), 445-458. <https://japendi.publikasiindonesia.id/index.php/japendi/article/view/122>.
- Putra, G. I., & Sugiyanto, F. X. (2016). Pengembangan pembelajaran teknik dasar bulu tangkis berbasis multimedia pada atlet usia 11 dan 12 tahun. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 175–185. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jolahraga>. DOI Prefix 10.21831.
- Sumbodo, P. P. (2016). Penerapan metode kooperatif tipe teams games tournament (tgt) untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan bolavoli pada siswa kelas xi tsm smk murni 1 surakarta tahun pelajaran 2015/2016. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. FKI. Universitas Sebelas Maret. Surakarta.
- Tri Suryani, E. (2021). *Efektivitas pembelajaran penjas di smp negeri 5 kota jambi melalui video pada masa pandemi covid-19*. Univesitas Jambi.

Yuanta, F. (2020). Pengembangan media video pembelajaran ilmu pengetahuan sosial pada siswa sekolah dasar. *Trapsila: Jurnal Pendidikan Dasar*, 1(02), 91–100. <https://journal.uwks.ac.id/index.php/trapsila/article/view/816>.