

## PROGRAM COACHING CLINIC DALAM MENINGKATKAN KUALITAS PEMAIN MUDA BULU TANGKIS DI DESA AIKMUAL

Zakir Burhan<sup>1)</sup>, Herlina<sup>2)</sup>, Agus Sari M. Ripai<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup>Institut Pendidikan Nusantara Global

\*Corresponding Author: zakirburhan@nusantaraglobal.ac.id

### Article Info

#### Article History:

Received December 12, 2024

Revised December 22, 2024

Accepted December 30, 2024

#### Keywords:

Badminton

Agility Training

Coaching Clinic

### ABSTRAK

Permainan bulu tangkis merupakan jenis permainan yang memerlukan kecepatan dan kelincahan yang baik. Meningkatkan keterampilan bermain dapat mempengaruhi kualitas permainan, terutama untuk pemain bulu tangkis. Selain itu peningkatan keterampilan bermain masyarakat pada umumnya juga sangat penting. Oleh karena itu, Dosen Pendidikan Jasmani Institut Pendidikan Nusantara Global mengadakan *Coaching Clinic* kepada masyarakat untuk memperluas dan menambah ilmu serta kualitas permainan. Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi efektivitas dua bentuk latihan kelincahan, yaitu *footwork* dan *shadow*, dalam meningkatkan performa pemain bulu tangkis PBSI. Metode pelatihan meliputi ceramah, demonstrasi, sesi tanya jawab, dan praktik langsung. Hasil menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dasar bulu tangkis peserta setelah pelatihan. Latihan *footwork* terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kelincahan dibandingkan latihan *shadow*. Pengembangan lebih lanjut dari program pelatihan ini dianjurkan untuk meningkatkan efektivitas dan dampak jangka panjang, dengan memanfaatkan teknologi dan kerjasama komunitas lokal untuk mencapai komunitas yang lebih sehat dan berprestasi dalam bulu tangkis.

### ABSTRACT

Badminton is a sport that requires excellent speed and agility, making skill enhancement crucial for improving game quality, especially for badminton players. Additionally, enhancing playing skills among the general public is equally important. To address this, the Physical Education Faculty of Institut Pendidikan Nusantara Global organized a Coaching Clinic aimed at expanding knowledge and improving gameplay quality in the community. This study evaluates the effectiveness of two agility training methods, footwork and shadow drills, in improving the performance of PBSI badminton players. The training methods included lectures, demonstrations, Q&A sessions, and hands-on practice, resulting in a significant increase in participants' basic badminton knowledge. The findings revealed that footwork training was more effective in enhancing agility compared to shadow drills. Further development of this training program is recommended to enhance its effectiveness and long-term impact, leveraging technology and fostering local community collaboration to build a healthier and more accomplished badminton community.

Copyright © 2024, The Author(s).  
This is an open access article  
under the CC-BY-SA license



**How to cite:** Burhan, Z., Herlina, H., & Ripai, A. S. M. (2024). PROGRAM COACHING CLINIC DALAM MENINGKATKAN KUALITAS PEMAIN MUDA BULU TANGKIS DI DESA AIK MUAL. *Devote : Jurnal Pengabdian Masyarakat Global*, 3(4), 228–235. <https://doi.org/10.55681/devote.v3i4.3530>

## PENDAHULUAN

Bulu tangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang menjadi kebanggaan bangsa Indonesia. Hampir di setiap daerah memiliki sarana dan prasarana untuk melakukan olahraga ini (Burhan Z. et al., 2022). Olahraga ini sangat digemari oleh masyarakat di semua kalangan, mulai dari usia tua sampai muda, laki-laki dan perempuan. Hal ini dapat tercermin dari banyaknya klub-klub bulu tangkis, mulai dari level daerah sampai nasional, serta dapat dilihat dari antusias masyarakat saat diadakannya pertandingan bulu tangkis. Oleh karena itu, Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia (PBSI) sebagai induk organisasi bulu tangkis melakukan pembinaan besar-besaran (Rahman & Warni, 2017). Bulu tangkis adalah salah satu cabang olahraga yang cara

bermainannya dengan memukul shuttlecock menggunakan raket, setepat mungkin ke daerah lawan.

Permainan bulu tangkis merupakan jenis permainan yang memerlukan kecepatan dan kelincahan yang baik untuk memukul shuttlecock, di mana teknik langkah kaki atau *footwork* dan pukulan atau *stroke* yang benar akan menghasilkan pukulan yang sempurna (Hamid & Aminuddin, 2019). Bulu tangkis dianggap sebagai salah satu olahraga, di mana teknik gerak kaki menjadi sangat penting di antara keterampilan lainnya, dan pukulan *forehand* dianggap sebagai teknik yang paling kuat (Yousif & Yeh, 2011). Tujuan bermainannya adalah untuk mengirim shuttlecock melewati net sehingga masuk ke lapangan lawan (Yousif & Yeh, 2011). Tentunya menjadi seorang pemain bulu tangkis yang hebat bukan merupakan pekerjaan yang mudah, karena membutuhkan pemahaman dan penguasaan berbagai keterampilan fisik, teknik, taktik dan juga psikologis secara simultan agar menghasilkan permainan yang efektif dan efisien (Putra et al., 2017). Setidaknya ada lima faktor penentu dalam meraih prestasi atlet, yaitu: kepribadian atlet, kondisi fisik, keterampilan teknik, keterampilan taktis dan kemampuan mental (Tangkudung & Uspitorini, 2012). Pada saat kita mengamati pertandingan bulu tangkis, biasanya para atlet membutuhkan sejumlah kekuatan, kecepatan, kelincahan, daya tahan dan juga koordinasi yang baik (Jaworski & Żak, 2015).

Dilihat dari karakteristik bermainannya, bulu tangkis merupakan olahraga dengan pergerakan permainan yang sangat cepat. Pemain bulu tangkis harus mampu melakukan gerakan-gerakan seperti *sprint*, melompat, menjangkau, memutar badan, melangkah lebar, dan mencoba menanggapi serangan lawan dengan cepat dan tepat (Kusuma, 2013). Terlebih lagi, salah satu komponen kondisi fisik yang harus dikuasai oleh pemain bulu tangkis adalah kelincahan. Kelincahan adalah kemampuan atlet untuk mengubah arah posisi tubuhnya secara cepat dan dilakukan bersamaan dengan gerakan lainnya (Rifai et al., 2020). Literatur lain menunjukkan bahwa kelincahan tidak hanya mempertimbangkan kecepatan, tetapi kemampuan untuk mengurangi kecepatan, mengubah arah, dan memperbarui kembali dalam menanggapi rangsangan (Bompa & Buzicchelli, 2015). Dengan memiliki kelincahan yang baik, pemain akan mampu bertindak cepat dalam menghadapi rangsangan, utamanya serangan dari lawan.

Kelincahan seorang pemain harus dilatih agar dapat menampilkan performa yang maksimal. Kelincahan pada cabang olahraga bulu tangkis berguna untuk pemain agar dapat bergerak cepat ke berbagai arah, baik untuk mengejar atau mempertahankan *shuttlecock* agar tidak jatuh di daerah lapangan sendiri, maupun untuk membalas penyerangan dari lawan. Kebutuhan dalam proses pelatihan pemain bulu tangkis dapat dihubungkan oleh dua faktor, yaitu pelatihan tujuan khusus dan pelatihan komprehensif. Hal ini bertujuan agar pelatihan tidak monoton (Karatnyk et al., 2016). Berbagai bentuk latihan kelincahan pernah dilakukan oleh beberapa peneliti, di antaranya adalah dengan latihan *footwork* dan latihan *shadow*. Latihan *footwork* merupakan bentuk latihan gerakan langkah kaki untuk dapat mengatur badan agar mudah dalam memukul *shuttlecock* (Fawzi, 2018). Sedangkan latihan *shadow* merupakan bentuk latihan yang mengharuskan atlet untuk melakukan gerakan ke berbagai sudut lapang permainan, sehingga atlet akan terbiasa melakukan gerakan tersebut dalam bermainnya (Sukesih, 2013).

Beberapa penelitian menyebutkan bahwa kedua bentuk latihan baik latihan *footwork* dan latihan *shadow* memiliki pengaruh terhadap kelincahan. Beberapa di antaranya menyebutkan bahwa terdapat pengaruh latihan *footwork* terhadap kelincahan pada atlet putra U-15 bulu tangkis Mandiri Pekanbaru, dan latihan *shadow* juga memiliki pengaruh terhadap peningkatan kelincahan pada peserta ekstrakurikuler bulu tangkis di SMAN 4 Singaraja (Putra et al., 2017). Sehingga penulis tertarik untuk meneliti tentang kedua bentuk latihan tersebut. Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui latihan manakah yang memiliki pengaruh lebih besar antara latihan *footwork* dan latihan *shadow* terhadap peningkatan kelincahan pemain muda bulu tangkis PB Aik Muall.

Dasar Pelaksanaan Program *Coaching Clinic* dalam Meningkatkan Kualitas Pemain Muda Bulu Tangkis di Desa Aik Mual, Kecamatan Praya, Kabupaten Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat. Surat Keputusan Nomor: 030/K/LPPM/IPNG/VIII/2024. Tentang Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat. Adapaun tujuan dari Program *Coaching Clinic* dalam Meningkatkan Kualitas Pemain Muda Bulu Tangkis di Desa Aik Mual, Kabupaten Lombok Tengah, Nusa Tenggara Barat. Untuk mengevaluasi efektivitas dua bentuk latihan kelincahan, yaitu *footwork* dan *shadow* tentang bagaimana cara teknik yang benar dalam permainan bulu tangkis.

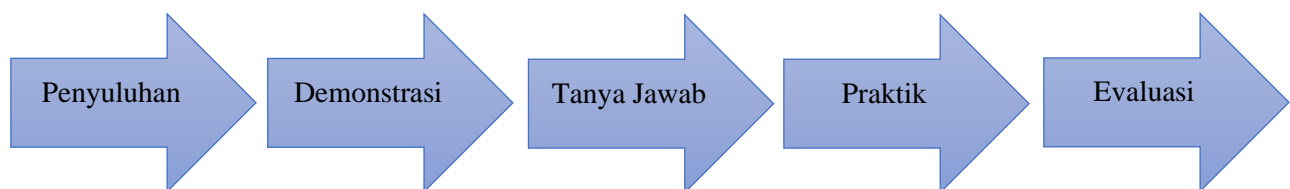
## METODE PELAKSANAAN

Berdasarkan hasil identifikasi masalah Program *Coaching Clinic* dalam Meningkatkan Kualitas Pemain Muda Bulu Tangkis di Desa Aik Mual. Beberapa kegiatan yang berkaitan diantaranya adalah sebagai berikut:

Dalam mengimplementasikan program *Coaching Clinic* untuk membangun citra positif dan semangat dalam olahraga bulu tangkis di Desa Aik Mual dilakukan beberapa tahapan yang dirancang untuk memberikan pemahaman yang komprehensif tentang teknik dasar dalam permainan bulu tangkis (Eko Setiawan et al., 2023). Pertama-tama, diselenggarakan ceramah atau penyuluhan yang bertujuan untuk memberikan pemahaman awal kepada peserta tentang konsep dasar dalam permainan bulu tangkis. Melalui ceramah ini, peserta diberikan pengetahuan tentang berbagai teknik dan strategi yang relevan. Selanjutnya, dilakukan demonstrasi langsung mengenai teknik-teknik yang telah dijelaskan dalam penyuluhan. Demonstrasi ini memungkinkan peserta untuk melihat secara langsung bagaimana teknik-teknik tersebut diterapkan dalam praktik. Peserta diberikan kesempatan untuk mengamati dengan seksama dan menginternalisasi konsep-konsep yang telah dipelajari. Tahap berikutnya adalah sesi tanya jawab, di mana peserta dapat mengajukan pertanyaan dan mendapatkan klarifikasi mengenai hal-hal yang mungkin masih membingungkan mereka. Tahap ini merupakan kesempatan bagi peserta untuk memperdalam pemahaman mereka dan mengklarifikasi segala bentuk ketidakjelasan yang mungkin timbul selama sesi sebelumnya.

Melalui pemahaman dasar dan konsep yang dimiliki oleh masyarakat, mereka dapat langsung mencoba menerapkan teknik-teknik yang telah dipelajari dalam situasi latihan. Melalui praktik ini, peserta memiliki kesempatan untuk mengasah keterampilan mereka secara langsung di bawah bimbingan instruktur. Terakhir, dilakukan evaluasi untuk menilai pemahaman dan kemampuan peserta dalam menerapkan teknik-teknik dasar yang telah dipelajari. Evaluasi ini dapat dilakukan melalui berbagai cara, seperti ujian tertulis, sesi praktik, atau observasi langsung oleh instruktur. Serangkaian tahapan yang sudah direncanakan, diharapkan dapat membantu peserta memperoleh pemahaman yang komprehensif dan keterampilan yang cukup untuk mengembangkan kemampuan mereka dalam bermain bulu tangkis.

**Gambar 1.** Bagan Pelaksanaan Kegiatan



## HASIL DAN PEMBAHASAN

Implementasi program *Coaching Clinic* untuk membangun citra positif dan semangat dalam olahraga bulu tangkis di Desa Aik Mual dimulai dengan pengamatan terhadap fenomena permasalahan mitra terkait aturan dasar permainan bulu tangkis (Nasution et al., 2024). Langkah ini diikuti dengan wawancara terhadap pelajar untuk mengidentifikasi permasalahan yang ada

serta merumuskan solusi yang tepat. Selanjutnya, dilakukan wawancara dengan pengelola Gedung Olahraga (GOR) terkait ketersediaan peralatan bulu tangkis, yang mengungkapkan keterbatasan dan kesederhanaan peralatan yang tersedia. Setelah masalah diidentifikasi dan pre test dilakukan, dilanjutkan dengan pelatihan aturan dasar permainan bulu tangkis. Pelatihan ini disusul dengan post- test dan pertandingan bulu tangkis antara peserta.

Pelaksanaan kegiatan *Coaching Clinic* dilakukan pada tanggal 12 Oktober 2024, dimulai dari pukul 08.30 hingga 17.00 WITA, di Aula Kantor Desa Aik Mual. Tim pengabdian masyarakat Institut Pendidikan Nusantara Global, didukung oleh sembilan mahasiswa keguruan yang bertanggung jawab atas pelaksanaan kegiatan ini.

**Tabel 1.** Distribusi peserta berdasarkan jenis kelamin

No	Jenis kelamin	Jumlah	Persentase (%)
1	Laki-laki	30	75 %
2	Perempuan	10	25 %
Total		40	100 %

Berdasarkan data yang disajikan dalam Tabel 1, dapat dikatakan bahwa seluruh peserta yang terdaftar dalam kegiatan ini didominasi oleh laki-laki. Fakta ini menunjukkan bahwa olahraga bulu tangkis sangat populer di kalangan remaja laki-laki, yang mungkin disebabkan oleh berbagai faktor seperti preferensi budaya, aksesibilitas, dan eksposur media. Partisipasi yang hampir mencapai 75% dari total peserta yang diundang mencerminkan antusiasme yang tinggi di antara remaja laki-laki terhadap kegiatan ini. Angka partisipasi yang signifikan ini juga bisa menunjukkan efektivitas strategi promosi dan undangan yang diterapkan oleh penyelenggara acara, serta minat yang besar dari para remaja untuk terlibat dalam aktivitas fisik yang menantang dan kompetitif seperti bulu tangkis. Selain itu, partisipasi yang dominan oleh laki-laki ini bisa menjadi bahan evaluasi lebih lanjut mengenai faktor-faktor apa saja yang mungkin mempengaruhi rendahnya partisipasi perempuan, serta bagaimana meningkatkan keterlibatan mereka di masa mendatang. Hal ini penting untuk menciptakan lingkungan olahraga yang inklusif dan mendorong partisipasi yang lebih merata dari semua gender. Oleh karena itu, penyelenggara dan pihak terkait perlu mempertimbangkan pendekatan yang lebih komprehensif dan inklusif dalam merancang program dan kegiatan olahraga, agar dapat menarik minat dari kelompok yang lebih beragam dan mempromosikan keseimbangan gender dalam olahraga bulu tangkis khususnya, dan kegiatan olahraga pada umumnya. Peserta pelatihan adalah remaja-remaja muda yang masih belum menikah dan memiliki kesehatan yang baik. Jumlah peserta pelatihan berdasarkan usia dapat dilihat melalui tabel berikut:

**Tabel 2.** Distribusi peserta berdasarkan usia

No	Usia (Tahun)	Jumlah	Persentase (%)
1	16-19	18	45 %
2	20-23	10	25 %
3	24	8	20 %
4	25-28	4	10 %
Total		40	100 %

Berdasarkan Tabel 2 yang menunjukkan distribusi peserta berdasarkan usia, dapat dilihat bahwa peserta terbanyak berada pada rentang usia 16-19 tahun, dengan jumlah 18 peserta atau 45% dari total peserta. Kelompok usia 20-23 tahun menempati urutan kedua dengan 10 peserta atau 25% dari total peserta. Diikuti oleh kelompok usia 24 tahun dengan 8 peserta atau 20%. Kelompok usia dengan jumlah peserta paling sedikit adalah usia 25-28 tahun, yang hanya memiliki

4 peserta atau 10%. Distribusi usia ini memberikan gambaran yang jelas mengenai dominasi peserta yang berada dalam rentang usia remaja akhir hingga awal dewasa.

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dasar Bulu Tangkis Peserta Sebelum Pelatihan (Pre-Test).

No	Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
1	Sangat baik	4	10 %
2	Baik	6	15 %
3	Cukup	13	32.5 %
4	Kurang	15	37.5 %
5	Sangat kurang	2	5 %
Total		40	100 %

Berdasarkan Tabel 3 menunjukkan distribusi frekuensi pengetahuan dasar bulu tangkis peserta sebelum pelatihan (pre-test), dapat dilihat bahwa mayoritas peserta memiliki tingkat pengetahuan yang bervariasi. Sebanyak 15 peserta (37.5%) berada pada kategori "Kurang", dan 13 peserta (32.5%) berada pada kategori "Cukup". Sebanyak 6 peserta (15%) memiliki pengetahuan yang "Baik", sementara hanya 4 peserta (10%) yang memiliki pengetahuan "Sangat Baik". Sisanya, yaitu 2 peserta (5%), memiliki pengetahuan "Sangat Kurang". Total keseluruhan peserta adalah 40 orang, yang menunjukkan bahwa sebagian besar peserta membutuhkan peningkatan pengetahuan dasar bulu tangkis.

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi Pengetahuan Dasar Bulu tangkis Peserta Setelah Pelatihan (Post-Test).

No	Pengetahuan	Jumlah	Persentase (%)
1	Sangat baik	14	35 %
2	Baik	20	50 %
3	Cukup	6	15 %
4	Kurang	-	0 %
5	Sangat kurang	-	0 %
Total		40	100 %

Berdasarkan Tabel 4 yang menunjukkan distribusi frekuensi pengetahuan dasar bulu tangkis peserta setelah pelatihan (post-test), terlihat bahwa mayoritas peserta memiliki peningkatan pengetahuan yang signifikan. Sebanyak 20 peserta (50%) memiliki pengetahuan yang "Baik", dan 14 peserta (35%) memiliki pengetahuan yang "Sangat Baik". Hanya 6 peserta (15%) yang memiliki pengetahuan yang "Cukup". Tidak ada peserta yang berada dalam kategori "Kurang" atau "Sangat Kurang". Data ini menunjukkan bahwa setelah pelatihan, hampir semua peserta memiliki pengetahuan dasar bulu tangkis yang baik hingga sangat baik, menandakan efektivitas pelatihan yang diberikan.

Bulu tangkis merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di seluruh dunia, terutama di Asia, Eropa, dan beberapa bagian Amerika Utara (Wibowo, 2021). Olahraga ini dimainkan dengan raket dan *shuttlecock*, yang bisa dimainkan oleh dua orang (tunggal) atau empat orang (ganda) di lapangan yang dibagi oleh net. Meskipun popularitasnya tinggi, pengetahuan dasar tentang permainan ini sering kali masih kurang dipahami oleh masyarakat awam (Purnama & Mahfud, 2023). Pengetahuan dasar tentang bulu tangkis sangat penting, bukan hanya untuk meningkatkan kualitas permainan, tetapi juga untuk mengurangi risiko cedera dan meningkatkan



pengalaman bermain. Pelatihan yang efektif bisa mencakup pengenalan aturan dasar, teknik pukulan, posisi badan, dan strategi permainan (Ariadi & Iqbal, 2020). Dengan pengetahuan ini, pemain dari semua tingkat, mulai dari pemula hingga profesional, dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan mereka. Kegiatan pelatihan dalam bentuk *coaching clinic* telah terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan dasar bulu tangkis. Program *coaching clinic* bulu tangkis sering kali dilakukan di berbagai komunitas dan kelompok olahraga, dengan target peserta yang beragam, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Salah satu studi pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa kegiatan pelatihan *coaching clinic* banyak diikuti oleh anak muda.

Olahraga merupakan kegiatan yang sangat digemari oleh manusia dari berbagai usia, baik tua maupun muda. Usia remaja adalah masa yang sangat aktif dalam perkembangan kehidupan, di mana banyak anak-anak yang berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga seperti sepak bola, futsal, voli, basket, dan bulu tangkis. Kegiatan ini bukan hanya bermanfaat untuk kesehatan fisik, tetapi juga untuk perkembangan sosial dan emosional (Eko Setiawan et al., 2023). Dalam program pelatihan bulu tangkis yang diteliti, data dari Tabel 1.1 menunjukkan dominasi peserta adalah laki-laki. Namun, penelitian juga menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan dasar tentang bulu tangkis sebelum pelatihan berada pada tingkat "kurang" sebesar 37.5% (Tabel 1.3). Hal ini menunjukkan perlunya peningkatan pengetahuan dan pemahaman yang lebih dalam tentang permainan ini di kalangan peserta.

Motivasi berprestasi merupakan faktor kunci dalam kesuksesan atlet baru bahkan senior. Penelitian menunjukkan bahwa motivasi memiliki peran penting dalam menentukan arah dan tujuan seorang atlet. Laki-laki sering kali menunjukkan motivasi yang lebih rendah dibandingkan perempuan dalam konteks prestasi akademik dan non-akademik. Namun, dengan motivasi yang tepat, seorang atlet baru atau pelajar dapat mencapai prestasi yang signifikan (Arifin & Wahyudi, 2021). Untuk meningkatkan keterampilan bermain, pelatihan bulu tangkis dapat dilakukan melalui *coaching clinic* yang diadakan secara teratur. Dalam sesi *coaching clinic*, materi disampaikan dengan metode yang interaktif, melibatkan tanya jawab antara pelatih dan peserta. Hal ini memungkinkan peserta untuk mengajukan pertanyaan dan berbagi pengalaman, sehingga mereka dapat mencari solusi yang tepat dan inovatif untuk permasalahan yang mereka hadapi.

Pelatihan dasar bulu tangkis meliputi teknik dasar pukulan seperti teknik pukulan overhead, netting, drive, dan service. Teknik pukulan overhead dapat dibagi lagi menjadi lob, smash, dan dropshot. Untuk pukulan netting dan drive, terdapat pukulan forehand dan backhand. Sedangkan untuk pukulan service, terdapat pukulan flick dan short. Dengan memahami dan menguasai teknik dasar ini, pemain dapat bermain dengan lebih efektif dan efisien (Subarkah & Marani, 2020). Setelah mengikuti pelatihan, terjadi peningkatan yang signifikan dalam pengetahuan dan keterampilan peserta. Data menunjukkan bahwa setelah pelatihan, sebagian besar peserta memiliki pengetahuan yang baik hingga sangat baik tentang permainan bulu tangkis. Hal ini menandakan bahwa pelatihan yang diberikan berhasil meningkatkan pemahaman peserta terhadap dasar-dasar bulu tangkis. Melalui pelatihan *coaching clinic*, pengetahuan dasar tentang bulu tangkis dapat ditingkatkan secara signifikan. Pelatihan ini bukan hanya memberikan pengetahuan teknis, tetapi juga membangun motivasi dan semangat berprestasi di kalangan peserta. Dengan demikian, program pelatihan semacam ini sangat penting untuk terus dikembangkan dan diterapkan di berbagai komunitas dan sekolah guna meningkatkan kualitas permainan bulu tangkis dan mempromosikan gaya hidup sehat melalui olahraga.

Untuk mencapai hasil yang optimal, program pelatihan bulu tangkis harus terus dikembangkan dan disesuaikan dengan kebutuhan peserta. Pendekatan yang lebih personal dan berfokus pada kebutuhan individu dapat meningkatkan efektivitas pelatihan (Komarudin, 2023). Meningkatkan motivasi peserta, terutama di kalangan laki-laki, merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan. Pelatih dan penyelenggara program pelatihan harus mencari cara untuk meningkatkan motivasi dan memberikan dukungan yang diperlukan kepada peserta. Pelatihan

yang berkelanjutan dan teratur akan memberikan hasil yang lebih baik dibandingkan dengan pelatihan sekali waktu. Oleh karena itu, penyelenggara harus merencanakan program pelatihan jangka panjang yang berkesinambungan. Memanfaatkan teknologi dalam pelatihan, seperti video tutorial, aplikasi pelatihan, dan alat analisis kinerja, dapat membantu peserta untuk belajar dengan lebih efektif dan efisien. Bekerja sama dengan sekolah dan komunitas lokal untuk menyelenggarakan program pelatihan akan memperluas jangkauan dan dampak dari program pelatihan. Hal ini juga dapat meningkatkan partisipasi dan dukungan dari berbagai pihak.

Pemberian materi dan tata cara latihan disampaikan oleh pelatih kepada pemain muda PB Aik Mual disertai pendampingan dengan harapan pemain dapat melakukan sendiri untuk mengukur kemampuan pemain di masa depan. Koordinasi dilakukan antara tim PKM, pelatih serta pemain diberikan pemahaman tentang tata cara melatih yang baik sehingga saat proses pelaksanaan tidak terjadi kesalahan dalam melakukan pemberian latihan. Hal ini dilakukan agar dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan mengenai teknik dasar sehingga pemain dapat bermain dengan lebih efektif dan efisien.

Program *coaching clinic* diharapkan dapat memberikan pemahaman bagi pelatih dan pemain tentang pentingnya program latihan jangka panjang dalam cabang olahraga bulu tangkis. Pada pelatihan ini dilakukan tes. Tes merupakan instrumen yang digunakan untuk mendapatkan suatu informasi tentang individu. Hasil dari tes evaluasi dapat digunakan untuk: 1) Memprediksi kinerja masa depan; 2) Menunjukkan kelemahan; 3) Ukuran perbaikan ; 4) Memungkinkan pelatih untuk menilai keberhasilan program pelatihan; 5) Menempatkan atlet dalam kelompok pelatihan yang sesuai; 6) Memotivasi atlet (Mackenzie, 2015).

## KESIMPULAN DAN SARAN

Dari kegiatan pengabdian masyarakat berupa program *coaching clinic* di Desa Aik Mual, dapat disimpulkan bahwa program ini berhasil meningkatkan pengetahuan dasar dan kemampuan teknis bulutangkis peserta setelah pelatihan, serta meningkatkan minat dan semangat berolahraga di kalangan peserta. Hasil pre-test dan post-test menunjukkan peningkatan signifikan dalam pengetahuan dasar bulutangkis. Sebelum pelatihan, mayoritas peserta berada pada kategori pengetahuan "Kurang" dan "Cukup", namun setelah pelatihan sebagian besar mencapai kategori "Baik" dan "Sangat Baik". Analisis lebih lanjut menunjukkan bahwa latihan *footwork* memberikan dampak yang lebih besar dalam meningkatkan kelincahan dibandingkan dengan latihan *shadow*. Latihan *footwork* membantu peserta mengatur langkah dan posisi tubuh secara lebih efektif, sehingga mampu merespons *shuttlecock* dengan cepat dan tepat. Sementara itu, latihan *shadow* lebih efektif sebagai pelengkap untuk memperkuat hasil latihan *footwork* melalui pola gerak dan respons yang lebih terarah. Kombinasi kedua latihan ini terbukti optimal dalam meningkatkan kelincahan atlet bulutangkis.

Pelaksanaan pelatihan yang melibatkan metode ceramah, demonstrasi, sesi tanya jawab, dan praktik langsung menunjukkan efektivitasnya dalam meningkatkan pemahaman dan keterampilan peserta. Untuk keberlanjutan program, disarankan adanya evaluasi dan pengembangan lebih lanjut agar pelatihan dapat mencakup kelompok yang lebih beragam, termasuk perempuan, serta memanfaatkan teknologi untuk meningkatkan efisiensi pembelajaran. Selain itu, diperlukan program pelatihan jangka panjang yang berfokus pada pengembangan keterampilan, motivasi, dan partisipasi olahraga di masyarakat. Dengan pendekatan yang lebih personal, pemanfaatan teknologi, dan kerja sama dengan komunitas lokal, pelatihan semacam ini diharapkan mampu menciptakan dampak berkelanjutan dalam membangun komunitas yang lebih sehat dan berprestasi melalui olahraga bulutangkis.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada berbagai pihak yang telah membantu dalam pelaksanaan program pengabdian masyarakat ini. Ucapan terima kasih ditujukan kepada mahasiswa Institut Pendidikan Nusantara Global yang telah berkontribusi secara aktif dalam mendukung kelancaran program, serta kepada para pelatih dan pemain PB Aik Mual yang berperan penting dalam memberikan pelatihan dan pembinaan. Penghargaan juga disampaikan kepada Institut Pendidikan Nusantara Global sebagai *homebase* penulis atas dukungan dan fasilitasi yang diberikan. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada seluruh pihak yang terlibat dalam keberhasilan program *Coaching Clinic* di Desa Aik Mual, yang telah memberikan dukungan moral, material, maupun partisipasi aktif dalam kegiatan ini.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fadli, S., Murniati, W., & Musofa, A. (2024). *Pengabdian Masyarakat Pemula Peningkatan Produktivitas Dan Pemasaran Kelompok Umkm Pengrajin Pandan Berbasis Platform Digital*. 5.
- Helmarini, H., & Gusmasari, I. (2022). Analisis Strategi Pemasaran dalam Penjualan Produk Kerupuk Gurita (Kuritos) di Desa Linau Kabupaten Kaur. *Jurnal Multidisiplin Dehasen (MUDE)*, 1(3), Article 3. <https://doi.org/10.37676/mude.v1i3.2551>
- Kemenkeu.go.id. (2024, Agustus). *Ini Upaya Pemerintah Jaga Peran UMKM sebagai Tulang Punggung Perekonomian*. <https://www.kemenkeu.go.id/informasi-publik/publikasi/berita-utama/Ini-Upaya-Pemerintah-Jaga-Peran-UMKM>
- Larasati, D., Lutfianti, F. A., Melinda, S., Sadiyyah, K., Nur, D. A., & Yulianti, F. (2023). *Strategi Inovasi Kemasan (Packaging) untuk Meningkatkan Pemasaran Produk Olahan Madu*.
- Noor, M. T., Lorenza, M., Rahmadani, N., Violina, N., Selvia, N., Romadhon, A., Nurlita, M., Safira, N., Wida, N. S., Rhamadhan, S., & Atmojo, T. S. (2024). Penyuluhan Dalam Meningkatkan Produktivitas Penjualan Dan Promosi Pada Umkm Adonan Pentol Fin\_Zha Di Sampit. *E-Jurnal Profit (Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat)*, 4(1), 91–96.
- Royyan, I. A., & Pujiastuti, C. (2024). Inovasi Kemasan Produk Kerupuk Kulit Kopi di Desa Galengdowo, Kabupaten Jombang. *ABDIMASKU: JURNAL PENGABDIAN MASYARAKAT*, 7(1), 346. <https://doi.org/10.62411/ja.v7i1.1910>
- Sugiyanto, & Haryoko, U. B. (2020). *Manajemen Pemasaran* (Cetakan Pertama). Yayasan Pendidikan dan Sosial Indonesia Maju (YPSIM).