

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan kegiatan sistematis yang dapat mengembangkan kemampuan jasmani, rohani dan sosial seseorang. Olahraga sebagai salah satu aspek yang penting dalam peningkatan kualitas manusia membutuhkan upaya pembinaan dan pengembangan guna melaksanakan terciptanya sumber daya manusia Indonesia yang utuh secara mental, fisik, sportifitas, kepribadian serta pencapaian prestasi dalam cabang-cabang olahraga. Melalui aktivitas olahraga dapat membantu pertumbuhan dan perkembangan pribadi untuk mengatasi kekurangan yang dialami serta memahami nilai-nilai kehidupan yang sangat berharga, sesuai dengan perkembangannya olahraga berkembang menjadi olahraga prestasi.

Undang-undang Republik Indonesia No 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan pasal 21 ayat 3 menjelaskan bahwa :“Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemaduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi.”

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang dilaksanakan pada jenjang pendidikan dasar, menengah kejuruan bahkan pada pendidikan tinggi.

Tujuan Pendidikan Jasmani yaitu untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral dan aspek pola hidup sehat. (Permendiknas No.22 Tahun 2006: 194). Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP), pada Model Silabus Mata Pelajaran Penjas SMKN 2006, dikemukakan

bahwa Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan penting, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melihat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis memberikan pengalaman belajar untuk membina pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik, sekaligus membentuk pola hidup sehat dan bugar sepanjang hayat. (Permendiknas No.22Tahun 2006: 194).

Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap mental-emosional-sportivitas-spiritualsosal).

Di samping itu pendidikan jasmani merupakan salah satu mata pelajaran wajib di sekolah termasuk di Sekolah Dasar, karena pendidikan jasmani masuk dalam kurikulum pendidikan. Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari proses pendidikan secara total. Tujuan Pendidikan Jasmani untuk mengembangkan 2 kebugaran fisik, mental, emosional dan sosial melalui kegiatan fisik. Rusli Lutan (2009: 30), pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari Pendidikan keseluruhan yang bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler intelektual dan emosional melalui aktivitas jasmani.

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang cukup terkenal di dunia. Olahraga ini menarik minat semua kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan baik pria maupun wanita hal tersebut dibuktikan dengan bermunculnya klub-klub bulu tangkis mulai di daerah sampai tingkatan nasional salah satu diantara klub tersebut yaitu klub PB Bantong Jakarta. Klub PB Bantong Jakarta ini melatih atlet-atlet usia dini, yang dilatih oleh seorang pelatih. Bulutangkis dimainkan di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi juga untuk ajang persaingan.

Bulutangkis adalah cabang olahraga yang termasuk dalam olahraga permainan kecil. Permainan bulutangkis berbentuk permainan yang bersifat individual dan dapat diamiatkan dua orang (*single*) atau empat orang (*double*)

dengan menggunakan raket sebagai pemula dan *shuttlecock* (bola) sebagai objek yang dipukul dan melintas melewati net untuk menyatakan bahwa bola masih dalam keadaan hidup. Tujuan awalnya menjaga *shuttlecock* agar tetap berada diudara dalam selama mungkin, permainan bulutangkis dapat dimainkan di dalam ruangan tertutup maupun diluar ruangan terbuka. Permainan yang memerlukan kecepatan, kelincahan, kelenturan, ketepatan dan ketahuai fisik. Dalam permainan bulu tangkis agar dapat menjadi pemain yang handal dan profesional perlu menguasai teknik-teknik dasar permainan bulutangkis.

Penguasaan teknik dasar bulutangkis merupakan faktor yang utama yang Dalam hal ini M. Furqon H. (2010:115) menyatakan bahwa, “Dalam tahap awal proses belajar, siswa tidak harus dibebani secara mental dan fisik. Oleh karena itu belajar teknik tetap diberikan pada bagian pertama atau permulaan sesi pembelajaran”. Keterampilan dasar bermain merupakan sesuatu yang tumbuh dan berkembang pada anak-anak, terutama pada fase anak usia sekolah dasar dan menengah pertama.

Rata-rata kemampuan teknik dasar bermain siswa masih kurang. Setelah dikaji masalah yang terjadi tersebut adalah, kesempatan siswa dalam melakukan pukulan hanya satu, dua kali pukulan, setelah itu bergantian dengan siswa lain. Hal ini mengakibatkan siswa belum dapat merasakan gerakan teknik yang baik, sedangkan untuk mencapai kualitas teknik pukulan yang baik diperlukan intensitas yang tinggi atau peluang melakukan gerakan pukulan lebih banyak. Selain itu faktor lain juga dikarenakan kemampuan motorik siswa yang berbeda dan masalah pemanfaatan kondisi fisik yang masih belum maksimal dan kurangnya minat siswa untuk melakukan aktifitas secara bersungguh-sungguh.

Metode yang baik akan mengakibatkan timbal balik yang baik pula, solusi yang direncanakan guru untuk mengatasi masalah yang terjadi adalah dengan metode *drill*. Metode *drill* adalah cara mengajar yang dilakukan berulang-ulang oleh guru, dengan tujuan agar siswa dapat mengerti materi yang disampaikan, metode ini merupakan metode yang mengajarkan siswa

untuk melaksanakan kegiatan latihan agar siswa memiliki ketegasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari pada hal-hal yang telah dipelajari.

Berdasarkan hasil observasi pre-implementasi, diketahui bahwa hanya ada beberapa siswa yang sudah lulus dalam mengikuti pembelajaran keterampilan pukulan *lob* permainan bulu tangkis, sesuai dengan indikator ketercapaian yang telah direncanakan sebelumnya. Sesuai dengan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan disekolah yaitu 75, dari 27 siswa, hanya 13 siswa sekitar 48% yang tuntas dan 14 siswa atau sekitar 52% belum tuntas.

Metode *drill* dipilih karena mengingat masalah peluang kesempatan siswa dalam melakukan gerakan pukulan *lob* sangat kurang, oleh karena itu dengan metode *drill* siswa dituntut untuk bisa melakukan gerakan secara berulang-ulang dengan intensitas yang disesuaikan dengan kebutuhan gerak siswa, sehingga peluang siswa melakukan gerakan bisa lebih banyak. Pada semester sebelumnya guru di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nanga Pinoh menggunakan metode ceramah dan demonstrasi, dimana hasil belajar yang dicapai siswa masih rendah. Indikator penyebabnya sangat beragam, Oleh sebab itu peneliti dan guru merancang sebuah metode pembelajaran yang sesuai dengan kondisi kebutuhan dari masalah siswa dengan harapan peneliti, melalui metode *drill* dapat meningkatkan keterampilan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis terutama pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.

Harapan yang diinginkan bagi pendidik adalah siswa dapat beraktifitas dengan baik dan bersungguh-sungguh. Siswa harus dibekali dengan keterampilan teknik dasar yang benar dalam tiap cabang olahraga salah satunya dalam permainan bulutangkis adalah Keterampilan Pukulab *Lob*. Siswa yang memiliki teknik dasar keterampilan yang baik bisa dipastikan dapat bermain bulutangkis dengan baik pula. Oleh sebab itu diharapkan tiap peserta didik harus memahami dan menguasai salah satu teknik dasar keterampilan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis terutama pada siswa Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.

Berdasarkan permasalahan yang terjadi tersebut, maka peneliti bermaksud melakukan penelitian dengan judul, “Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan *Lob* Permainan Bulutangkis Dengan Metode *Drill* Pada Siswa Kelas XII AK 3 Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 1 Nanga Pinoh.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah umum dalam penelitian ini adalah: “Bagaimana keterampilan pukulan *lob* permainan Bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMK Negeri 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi”. Berdasarkan pembatasan masalah tersebut, maka sub-sub masalah yang akan di angkat dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimana proses pelaksanaan pembelajaran pukulan *lob* permainan Bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMK Negeri 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi?
2. Bagaimana proses perencanaan pembelajaran pukulan *lob* permainan bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII Ak 3 SMK Negeri 1 Nanga Pinoh?
3. Apakah terdapat peningkatan hasil belajar pukulan *lob* permainan Bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMK Negeri 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui meningkatkan keterampilan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis menggunakan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMKN 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi, dan tujuan khusus dalam penelitian ini untuk mengetahui:

1. Proses pelaksanaan pembelajaran pukulan *lob* permainan Bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMKN 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.
2. Proses perencanaan pembelajaran pukulan *lob* permainan Bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMK Negeri 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.

3. Hasil belajar pukulan *lob* permainan Bulutangkis dengan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMKN 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan praktis bagi semua pihak yang berkepentingan dalam upaya meningkatkan keterampilan pukulan *lob* dalam permainan bulutangkis menggunakan metode *drill* pada siswa kelas XII AK 3 SMKN 1 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, diharapkan hasil penelitian ini dijadikan sebagai bahan literatur atau sumbangan keilmuan bagi proses latihan cabang olahraga bulutangkis pada umumnya dan latihan teknik dasar bulu tangkis pada khususnya.

2. Manfaat Secara Praktis

- a. Bagi guru, dengan diadakan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi guru sebagai bahan untuk meningkatkan profesionalisme guru.
- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat meningkatkan keaktifan dan prestasi belajar siswa terhadap pembelajaran penjaskes dan membuat pembelajaran penjaskes lebih menarik, menyenangkan dan terasa mudah.
- c. Bagi sekolah, memberikan informasi tentang upaya meningkatkan keterampilan pukulan *lob* dalam permainan Bulutangkis menggunakan metode *drill* pada siswa kelas XII SMKN 1 AK 3 Nanga Pinoh Kabupaten Melawi.

E. Ruang Lingkup Penelitian

1. Variabel Penelitian

Variabel peneliti adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh seorang peneliti dengan tujuan untuk dipelajari sehingga didapatkan informasi mengenai hal tersebut dan ditariklah sebuah kesimpulan. Variabel merupakan hal yang sangat penting dalam sebuah penelitian, karena sangat tidak memungkinkan bagi seseorang peneliti melakukan penelitian tanpa variabel. Variabel penelitian ini terdiri dari variabel tindakan, variabel proses dan variabel output.

a. Variabel Masalah

Variabel masalah adalah variabel yang mempengaruhi faktor-faktor yang diukur oleh peneliti untuk menentukan hubungan antara fenomena yang diamati. Menurut sugiyono (2012:39) bahwa variabel masalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel tindakan. Sedangkan menurut Zuldafrial (2012:13) bahwa “variabel yang ada atau munculnya ditentukan atau dipengaruhi variabel tindakan”.

Berdasarkan pendapat diatas, maka dapat disimpulkan bahwa variabel masalah adalah variabel yang muncul karena adanya variabel tindakan. Variabel masalah dalam penelitian ini adalah “hasil keterampilan pukulan *lob* permainan bulutangkis”.

b. Variabel Tindakan

Variabel Tindakan adalah variabel yang ada atau munculnya ditentukan atau dipengaruhi oleh variabel masalah,, ada atau munculnya variabel ini karena variabel Tindakan tertentu Agus Kristiyanto (2010:83) mengatakan bahwa “Tindakan dalam PTK juga dapat berupa apa saja, mungkin berupa inovasi atau rekayasa dalam hal penggunaan pendekatan atau metode, media, asesmen atau penilaian”. Adapun variabel tindakan dalam permainan ini adalah Metode *drill*.

2. Definisi Operasional

Untuk menghindari berbagai penafsiran yang berbeda dalam penelitian perlu di kemukakan penjelasan istilah. Beberapa penjelasan istilah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Pukulan *lob*

Pukulan *lob* adalah salah satu teknik pukulan dalam permainan bulutangkis yang teknik pukulan ayunan tangan memukul bola dengan arah melambung kedepan atas dengan arah bola melengkung tinggi ke atas atau bisa disebut dengan arah parabola dengan aspek penilaian yaitu: Posisi tangan, posisi badan, dan posisi Langkah kaki pada saat melakukan pukulan *lob* bulu tangkis.

b. Metode *Drill*

Metode *drill* adalah cara mengajar yang dilakukan berulang-ulang oleh guru, dengan tujuan agar siswa dapat mengerti materi yang disampaikan, metode ini merupakan metode yang mengajarkan siswa untuk melaksanakan kegiatan Latihan agar siswa memiliki ketegasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari pada hal-hal yang telah dipelajari. Dengan aspek penerapan metode *drill* sebagai berikut:

- 1) *Drill* gerakan tangan ditempat
- 2) *Drill* gerakan tangan dan badan ditempat
- 3) *Drill* gerakan pukulan lob dengan Langkah kaki