

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Manusia di dalam kehidupannya tidak akan terlepas dari gerak. Karena dengan gerak adalah ciri manusia dikatakan hidup. Hampir seluruh aktivitas manusia dalam hidupnya dilakukan dengan gerak. Olahraga merupakan aktivitas yang memiliki peranan penting dalam kehidupan manusia. Peran Olahraga yaitu sebagai bagian dari kebutuhan hidup yang harus dipenuhi oleh setiap manusia dalam melangsungkan kehidupannya.

Menurut Ateng (dalam Sumardiyanto dkk, 2010, hlm.101) mengatakan bahwa “pengertian olahraga berasal dari dua suku kata, yaitu olah dan raga, yang berarti memasak atau memanipulasi raga dengan tujuan membuat raga menjadi matang”. Sementara itu, menurut Rusli Lutan dkk. 1997(dalam Sumardiyanto, 2010, hlm.102) mengatakan bahwa “olahraga adalah perluasan dari bermain”. Jadi dapat disimpulkan bahwa olahraga merupakan jenis kegiatan yang bertujuan untuk menjadikan tubuh lebih sehat, melalui aktivitas fisik dan permainan.

Olahraga yang dilaksanakan secara rutin, terencana dan sistematis tentunya akan memberikan dampak yang sangat baik bagi manusia itu sendiri, baik itu dari segi fisiologis maupun psikologis. Seperti yang diungkapkan para ahli sebelumnya bahwa, di dalam tubuh yang sehat diharapkan terdapat jiwa yang kuat. Olahraga akan membantu merangsang otak manusia untuk selalu berfikir positif. Selain itu, olahraga akan menjadikan tubuh manusia memiliki sistem kekebalan tubuh yang baik, dan tidak mudah terserang penyakit.

Salahsatu bentuk gerakan yang memberikan dampak positif bagi fisiologis sekaligus psikologis manusia adalah gerakan dalam ibadah shalat. Selain membuat tubuh menjadi sehat karena gerakan ibadah yang sistematis, kompleks

dan terencana, dalam ibadah shalat memberikan dampak positif bagi psikologis manusia, karena dengan ibadah shalat secara rutin, manusia akan semakin dekat dengan sang penciptanya yaitu Allah SWT.

Selain itu, dengan aktivitas olahraga akan menurunkan angka kematian pada manusia. Sebagaimana dikatakan Komariah (2010, hlm.43) bahwa ”manfaat olahraga juga besar bagi penurunan angka kematian karena penyakit jantung dan penyakit kronis, khususnya dengan latihan aerobik secara teratur dan memadai, disertai disiplin untuk mengatur makanan dan kebiasaan buruk seperti minum alkohol, dengan demikian sekaligus meningkatkan masa hidup (*longevity*)”.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) (dalam Komariah, 2010, hlm. 28) mengemukakan bahwa “Sehat adalah sejahtera jasmani, rohani dan sosial, bukan hanya bebas dari penyakit, cacat ataupun kelemahan”. Jadi jelas bahwa dengan aktivitas olahraga seseorang akan memiliki tubuh yang sehat, termasuk sehat rohani dan sosial bukan hanya sehat secara fisik. Namun terlepas dari itu semua, manusia sebagai makhluk ciptaan Tuhan Yang Maha Esa tidak ada yang sempurna.

Dalam perkembangannya, kemajuan Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) mempengaruhi seluruh aspek bidang. Salahsatunya yaitu dalam bidang olahraga. Apabila kita perhatikan, sejauh ini olahraga telah menjadi budaya dalam kehidupan dimasyarakat. Budaya tersebut membawa masyarakat kedalam kebiasaan yang positif. Menurut Sumardiyanto, dkk. (2010, hlm.103) dijelaskan bahwa “ditinjau dari tujuannya, istilah olahraga dapat digolongkan sebagai berikut: (1) Olahraga Kesehatan, (2) Olahraga Rekreasi, (3) Olahraga Pendidikan, dan (4) Olahraga Prestasi. Olahraga Kesehatan atau yang sering kita kenal dengan Olahraga Rehabilitasi, yaitu kegiatan olahraga yang ditujukan untuk penyembuhan atau pengobatan bagi para penderita penyakit atau cedera setelah mereka mendapatkan anjuran dari dokter yang menangani penyakit tersebut agar masa penyembuhan berlangsung secara cepat.

Rekreasi merupakan kegiatan positif yang dilakukan pada waktu senggang dengan sungguh-sungguh dan bertujuan untuk mendapat kepuasan (Sumardiyanto, 2010, hlm.104) . Olahraga Rekreasi seperti aktivitas *outbound* atau kegiatan di

alam terbuka/bebas yang dilakukan diwaktu senggang akan memberikan kepuasan dan kesenangan bagi mereka yang sehari-harinya dipadatkan dengan kesibukan pekerjaan, hal itu akan mengembalikan kembali fungsi fisiologis serta psikologis mereka menjadi lebih segar serta terpeliharanya kebugaran jasmani yang lebih baik. Sehingga tanpa disadari bahwa tubuh manusia memerlukan rekreasi untuk mengembalikan kembali fungsi fisiologis mereka.

Di dalam dunia pendidikan, aktivitas olahraga dikemas kedalam suatu bentuk aktivitas kegiatan yang dinamakan dengan Pendidikan Jasmani atau Pendidikan melalui Aktivitas Jasmani. Abduljabar (2011, hlm.92) mengatakan bahwa “pendidikan jasmani dapat dimaknai sebagai pendidikan melalui aktivitas jasmani dan atau pendidikan tentang aktivitas jasmani”.

Sementara itu Rink 1985 (dalam Abduljabar, 2011, hlm.81) mendefinisikan pendidikan jasmani sebagai “pendidikan melalui fisik”, seperti:

Kontribusi unik pendidikan jasmani terhadap pendidikan secara umum adalah perkembangan tubuh yang menyeluruh melalui aktivitas jasmani. Ketika aktivitas jasmani ini dipandu oleh para guru yang kompeten, maka hasil berupa perkembangan utuh insani menyertai perkembangannya. Hal ini hanya dapat dicapai ketika aktivitas jasmani menjadi budaya dan kebiasaan jasmani atau pelatihan jasmani.

Aktivitas pendidikan jasmani merupakan salahsatu misi untuk mencapai tujuan pendidikan nasional secara umum. Seperti yang diungkapkan oleh Abduljabar (2011, hlm.81) bahwa “...pendidikan melalui aktivitas fisik (aktivitas jasmani), tujuannya mencakup semua aspek perkembangan kependidikan, termasuk pertumbuhan mental, dan sosial siswa”. Jadi jelas bahwa aktivitas pendidikan jasmani merupakan bidang kajian yang sangat luas, tidak hanya mengembangkan aspek fisik saja tetapi ke empat komponen dalam diri manusia menjadi tumbuh kembang seperti kognitif, psikomotor, afektif dan sosial.

Olahraga prestasi merupakan aktivitas olahraga yang bertujuan untuk mendapatkan prestasi yang maksimal. Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) di lingkungan merupakan salahsatu aktivitas yang dilaksanakan diluar jam

perkuliahan/intrakulikuler. Sebagai salahsatu unit yang mewadahi mahasiswa untuk mendapatkan wawasan dan keterampilan lebih diluar perkuliahan mereka, serta bertujuan untuk memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk mendapatkan prestasi yang maksimal dalam suatu bidang. Salahsatunya yaitu olahraga Squash dalam Unit Kegiatan Mahasiswa di lingkungan Universitas Pendidikan Indonesia.

Olahraga squash merupakan olahraga permainan yang dilakukan oleh dua orang dalam satu ruangan dengan menggunakan raket dan bola kecil berwarna hitam. Seperti yang dikatakan Nuryadi (2006, hlm.1) bahwa “Squash merupakan olahraga yang menggunakan raket layaknya Tenis dan Bulutangkis sebagai alat pemukul”. Olahraga ini sangat unik karena tembok dijadikan sebagai media dalam permainan. Lapangan squash memiliki ukuran panjang 32 *feet*, lebar 21 *feet*, tinggi dinding depan dan belakang adalah 15 dan 7 *feet* (Arisma, 2011, hlm.21).

Squash dimainkan oleh dua orang pemain dalam satu ruangan tanpa pembatas net atau jaring. Kedua pemain saling bergantian memainkan atau memukul bola ke dinding, baik itu dinding samping, belakang atau langsung ke dinding depan. Tidak seperti dalam permainan bulutangkis dan tenis, pemain memukul bola atau *shuttlecock* ke wilayah lawan, tetapi squash memanfaatkan dinding (wall) sebagai media untuk bermain. Setiap pemain bergiliran menunggu hasil pantulan dari dinding yang dipukul oleh pihak lawan. Untuk itu, pemain harus selalu; siaga untuk menerima pukulan dari lawan, pemain harus bergerak maju mundur, melompat, lari, dan mengontrol diri, agar tidak terjadi benturan dengan lawan. (Nuryadi,2006, hlm.1).

Dalam olahraga squash terdapat beberapa macam pukulan dasar, dan mengenai pukulan dasar Sumantri (dalam Arisma, 2011, hlm.24) mengungkapkan bahwa “Dalam permainan squash dikenal lima macam pukulan dasar, yaitu : *drive, volley, drop shot, lob, dan boast*”. Sementara itu, Beddington (dalam Arisma, 2011, hlm.24) “*Apart from the serve there ae four basic storkes in squash: the drive, the lob, the drop, and the angle/boast*”. Teknik dasar ini perlu dikuasai oleh seorang pemain squash untuk bisa terampil dalam bermain. Namun, dalam kenyataan di lapangan, proses untuk menguasai keterampilan squash

mengalami beberapa hambatan seperti, minimnya pengetahuan pengajar mengenai olahraga squash, sarana dan prasarana yang ada dan lain-lain.

Disisi lain kurangnya media tidak membantu para mahasiswa untuk mendapatkan kesempatan lebih banyak dalam berlatih. Bahkan keterbatasan media menghambat interaksi belajar yang terjadi antara pengajar/pelatih dan mahasiswa yang mengikuti UKM. Sedangkan untuk menguasai keterampilan bermain, setiap mahasiswa harus memiliki banyak kesempatan dalam berlatih agar ia mahir dalam bermain.

Dalam bahasa Arab media disebut '*wasail*' bentuk *jama*' dari '*wasailah*' yakni sinonim *al – wath* yang artinya 'tengah'. Dalam pengertian yang sama Munadi (2013, hlm. 6) mengatakan bahwa kata "media berasal dari Bahasa Latin, yakni *medius* yang secara harfiahnya berarti 'tengah', 'pengantar', atau 'perantara'. Artinya 'tengah' disini dapat diartikan sebagai perantara atau penghubung yang bisa menghubungkan satu sisi ke sisi yang lain. Jadi dapat disimpulkan bahwa media merupakan alat yang digunakan untuk menghubungkan satu sisi ke sisi lain demi tujuan yang diinginkan.

Pada dasarnya terdapat berbagai macam media pengajaran yang digunakan dalam proses pembelajaran. Tentunya, media disini disesuaikan dengan tujuan dalam penyampaian materi tersebut. Dalam menyampaikan keterampilan gerak, khususnya materi tentang keterampilan bermain squash di dalam aktivitas unit kegiatan mahasiswa, media audio visual cocok dalam menyampaikan materi, karena dengan audio visual dapat menampilkan keterampilan gerak secara menyeluruh.

Media Audio Visual yaitu media yang terdiri dari audio dan visual. Artinya media ini berkaitan dengan indera manusia yaitu pendengaran dan penglihatan. Asyhar (dalam Hidayati dkk, 2011, hlm.2) menjelaskan bahwa "Media audio visual adalah jenis media yang digunakan dalam proses pembelajaran dengan melibatkan pendengaran dan penglihatan sekaligus dalam satu proses atau kegiatan". Salahsatu contoh media audio visual yaitu video, televisi, media film, media berbasis komputer, dan lain-lain.

Sejauh ini penulis mengetahui, bahwa dalam pengajaran khususnya di UKM, media tersebut masih jarang digunakan, apalagi terhitung olahraga squash merupakan olahraga yang belum berkembang dimasyarakat. Sehingga dengan audio visual, akan sangat membantu mahasiswa dalam menguasai keterampilan bermain squash. Dengan audio visual, maka seseorang akan terbiasa dengan lima komponen stimulus yaitu gambar, suara, warna, gerakan, dan cahaya yang akan berpengaruh terhadap keseimbangan fungsi otak kanan dan otak kiri.

Media Audio Visual memberikan penekanan kepada pengalaman konkrit, karena dengan audio visual seseorang bukan hanya melihat dan mendengar tayangan yang diberikan namun mereka juga bisa langsung mempraktikan berdasarkan hasil yang mereka amati dari tayangan tersebut. Selain itu dengan menampilkan tayangan video, akan merangsang otak mereka untuk menyimpan pengalaman yang mereka lihat di dalam memori mereka. Maka dari itu penggunaan media audio visual akan membantu mengatasi permasalahan di dalam proses pembelajaran squash.

Berdasarkan pemaparan latarbelakang diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai **“Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Keterampilan Bermain Squash Pada Mahasiswa FPOK UPI yang mengikuti UKM Squash”**.

B. Identifikasi Masalah

1. Kesulitan mahasiswa dalam menguasai keterampilan bermain squash
2. Minimnya wawasan/pengetahuan bagi para pecinta squash mengenai olahraga squash itu sendiri
3. Minimnya media pengajaran yang digunakan
4. Belum ditemukan mengenai adanya penggunaan Media Audio Visual sebagai alat bantu pengajaran di dunia pendidikan olahraga khususnya di cabang olahraga squash

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah dipaparkan dalam latarbelakang maka permasalahan yang diidentifikasi adalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari Media Audio Visual terhadap Keterampilan Bermain Squash Pada Mahasiswa FPOK UPI yang mengikuti UKM Squash?

D. Tujuan Penelitian

Dalam setiap penelitian, tentunya harus didasarkan kepada tujuan yang diinginkan. Dalam penelitian ini, tujuan yang diinginkan penulis yaitu:

1. Untuk mengetahui pengaruh yang signifikan dari Media Audio Visual terhadap Keterampilan Bermain Squash pada Mahasiswa FPOK UPI yang mengikuti UKM Squash

Terlepas dari itu, diharapkan setelah penelitian ini, hal yang bermanfaat bisa digunakan untuk mencapai tujuan kedepannya. Baik itu bagi pengajar/pelatih, para mahasiswa, insan squash, maupun lembaga.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara teoritis

Secara teori hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan ilmu pengetahuan baik bagi atlet, mahasiswa, dosen dan pelatih terutama untuk mengetahui bagaimana keberhasilan mahasiswa dalam prestasi olahraga di lembaga maupun di luar lembaga.

2. Manfaat secara praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik bagi penulis khususnya, para dosen, para pelatih, atlet dan mahasiswa pada umumnya dalam berlatih, untuk meningkatkan prestasi didalam olahraga squash.

