

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan keterampilan jasmani, pertumbuhan kecerdasan, dan pembentukan watak (Gafur, 1983; dalam Juliantine, 2006:10-20). Pada kenyataannya pendidikan jasmani merupakan suatu bidang kajian yang sungguh luas, lebih khusus lagi pendidikan jasmani berhubungan antara gerak manusia dan wilayah pendidikan lainnya yang berhubungan dari perkembangan tubuh, fisik dengan pikiran dan jiwanya. Lutan (2001; dalam Juliantine, 2006:10-20) berpendapat bahwa Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani untuk mencapai tujuan pendidikan. Tujuan yang ingin dicapai mencakup aspek fisik, intelektual, emosional, sosial, dan moral (Juliantine, 2006:10-20).

Berdasarkan pandangan tersebut pendidikan jasmani berpotensi memberikan kontribusi yang berarti terhadap pertumbuhan dan perkembangan peserta didik secara menyeluruh. Artinya melalui pendidikan jasmani tidak hanya aspek psikomotor yang didapat ketika proses pembelajaran, tetapi juga aspek kognitif dan afektif. Hal ini sesuai dengan pandangan Burden dan Byrd (1999) yang mengutip pandangan Bloom tentang domain tujuan belajar yang menyatakan bahwa perubahan perilaku belajar mencakup tiga kategori domain yaitu: (1) *Cognitive domain*, (2) *Affective domain*, dan (3) *Psychomotor domain*. Menurut Bloom perubahan dalam domain kognitif merupakan keterampilan berpikir intelektual secara kognisi, sedangkan domain afektif adalah respon sikap, perasaan, emosi, dan motivasi siswa terhadap pembelajaran didalam kelas,

**Riansyah, 2013**

Penerapan Strategy Belajar Self-Talk Intruksional Dalam Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Dasar Devensive Clear Dan Drop Shot .

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

sementara domain psikomotor merupakan gerak anggota tubuh di bawah kendali sistem syaraf. Hidayat (2012:6) menguatkan bahwa “ketiga domain ini merupakan tujuan yang dijadikan kriteria perubahan yang harus dicapai oleh siswa, dan tingkat penguasaan siswa terhadap tujuan-tujuan tersebut disebut hasil belajar.

Kegiatan belajar yang dilakukan oleh siswa akan mengakibatkan perubahan-perubahan baik berupa pengetahuan, sikap maupun keterampilan, dan perubahan tersebut merupakan hasil yang telah dicapai dari proses belajar. Djamarah & Zain (2006:105) berpendapat bahwa hasil belajar adalah “Suatu proses belajar mengajar tentang suatu bahan pengajaran dinyatakan berhasil apabila tujuannya dapat tercapai”. Dimana proses pembelajaran diarahkan kepada siswa agar dapat membentuk raganya menjadi berkembang dan bertumbuh secara bertahap, serta tetap diberi arahan oleh guru dengan bahan ajar/metode pembelajaran yang sesuai dengan kapasitas siswa itu sendiri agar semua tujuan yang sudah direncanakan dapat tercapai dengan semaksimal mungkin.

Dilihat dari tujuan belajar, siswa harus dapat mengembangkan dan meningkatkan keterampilan serta penampilannya dalam proses kegiatan belajar. Agar proses kegiatan belajar dapat tercapai, maka guru harus mampu mengimbangnya dengan penerapan metode atau strategi belajar tertentu dan strategi belajar inilah yang pada gilirannya dapat membantu mempermudah proses pertumbuhan dan perkembangan siswa secara optimal.

Di Indonesia pelaksanaan program pendidikan jasmani terkesan asal-asalan tanpa arah dan tujuan yang jelas sehingga materi dan bentuk aktivitas yang ditampilkan belum sesuai dengan kebutuhan dan *core* pendidikan jasmani itu sendiri (Juliantine, 2006:10-20). Tentu saja ini menjadi sebuah tantangan tersendiri bagi para guru pendidikan jasmani untuk lebih melakukan inovasi-inovasi terbaru dalam tataran proses pembelajaran di sekolah agar terciptanya proses belajar mengajar yang menyenangkan, sehingga tidak terjadi anggapan bahwa pembelajaran pendidikan jasmani merupakan proses pembelajaran yang menjenuhkan. Inilah kerisauan yang dirasakan oleh penulis, dimana pada satu sisi

**Riansyah, 2013**

Penerapan Strategy Belajar Self-Talk Intruksional Dalam Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Dasar Devensive Clear Dan Drop Shot .  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.ed

konsep pendidikan jasmani dipandang sebelah mata, sementara pada teorinya pendidikan jasmani adalah pendidikan yang sangat penting yang harus dilaksanakan di sekolah.

Salah satu pokok kajian pendidikan jasmani yang tercantum dalam kurikulum sekolah adalah permainan bulutangkis. Melalui permainan bulutangkis siswa dapat menyalurkan bakat, hobi dan mengekspresikan kegembiraannya. Subarjah & Hidayat (2007:1) berpendapat bahwa “permainan bulutangkis pada hakekatnya adalah suatu permainan yang saling berhadapan satu orang lawan satu orang atau dua orang lawan dua orang, dengan menggunakan raket dan kok sebagai alat permainan.”

Salah satu pokok bahasan dalam permainan bulutangkis yang harus diajarkan kepada siswa adalah keterampilan dasar bermain bulutangkis yang secara konseptual keterampilan dasar dapat diartikan sebagai “kemampuan melakukan gerakan dasar yang dibutuhkan dalam olahraga bulutangkis secara efektif dan efisien”. Gerakan dasar yang dimaksud meliputi komponen: (1) cara memegang raket, (2) posisi siap, (3) gerakan kaki, dan (4) gerakan dasar memukul. Keempat komponen tersebut saling melengkapi dan menguatkan (Hidayat, 2012:6).

Dua diantara tiga jenis pukulan yang biasanya diberikan untuk siswa pemula adalah *defensive clear* dan *dropshot*, siswa yang sudah menguasai kedua jenis pukulan dasar tersebut, dianggap sudah memiliki kemampuan minimal untuk melakukan permainan sederhana dalam permainan bulutangkis, dan menjadi dasar pengembangan keterampilan-keterampilan pada tahap berikutnya (Poole, 1988; Hidayat, 2004; Subarjah, 2009).

*Defensive clear (overhead forehand defensive clear)* termasuk jenis pukulan yang paling sering digunakan. *Overhead* berarti pukulan dari atas kepala, *forehand* berarti setiap pukulan yang dilakukan dari sisi tubuh yang dominan yang pada umumnya adalah sisi kanan, dan *defensive clear* berarti jauh tinggi ke

belakang untuk bertahan (Kumar, 2006; Subarjah, 2009). Lebih lanjut Hidayat (2012:27) menjelaskan bahwa:

*Defensive clear* merupakan jenis pukulan yang paling mudah untuk dipelajari dan dikuasai, karena itu jenis pukulan yang pertama kali harus diajarkan kepada siswa pemula. Menguasai *defensive clear* merupakan hal yang sangat penting, sebab (1) paling sering digunakan terutama dalam permainan tunggal, (2) menjadi dasar pengembangan pukulan yang lain, (3) sangat bermanfaat untuk mendapatkan kembali paritas ke posisi siap, (4) menyulitkan lawan untuk melakukan pukulan menyerang, dan (5) untuk siswa pemula dapat dijadikan barometer awal bagi kemampuannya untuk dikategorikan sudah mampu atau belum bermain bulutangkis, dalam pengertian pada tingkat yang paling dasar yakni mampu menyeberangkan kok (*shuttle cock*) melewati bagian atas net ke lapangan lawan.

*Dropshot* merupakan salah satu jenis keterampilan dasar memukul yang dilakukan dari atas kepala dengan gerakan *forehand* dan kok jatuh sedekat mungkin dengan net di daerah permainan lawan, bertujuan untuk menekan atau mematikan lawan dengan menempatkan kok (*shuttle cock*) sedekat mungkin ke depan net, sehingga nilai penting pukulan ini terletak pada kombinasinya dengan *defensive clear* untuk membuat lawan sibuk dan memaksanya untuk mempertahankan seluruh lapangan (Hidayat, 2012:31).

Penguasaan kedua jenis keterampilan dasar di atas sangat penting, sebab jika penguasaan gerakannya sudah dilakukan secara benar dan tepat akan menentukan pengembangan keterampilan pada tahap belajar/latihan selanjutnya, menentukan gerak keseluruhan dalam permainan, dan untuk mencapai peningkatan prestasi yang tinggi seorang siswa mutlak membutuhkan penguasaan keterampilan dasar bermain yang sempurna, yakni suatu keterampilan dasar bermain yang lebih efektif dan efisien (Hidayat, 2012:6). Jadi penguasaan keterampilan dasar bermain bulutangkis yang baik dan benar memainkan peranan yang sangat penting, baik itu keterampilan dasar memukul ataupun keterampilan dasar yang lain, dan dapat dilihat kemampuannya untuk dikategorikan sudah

**Riansyah, 2013**

Penerapan Strategy Belajar Self-Talk Intruksional Dalam Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Dasar Devensive Clear Dan Drop Shot .  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.ed



mampu atau belum bermain bulutangkis, dalam pengertian pada tingkat yang paling dasar yakni siswa mampu memukul kok (*shuttle cock*) menyeberang melewati bagian atas net ke lapangan lawan (Hidayat, 2007:31,80).

Oleh karena itu agar proses pembelajaran pendidikan jasmani menjadi lebih menyenangkan atau tidak menjenuhkan, dan dapat mencapai hasil belajar yang di harapkan, maka dari perspektif kognitif penulis tertarik untuk menerapkan sebuah strategi belajar (*learning strategy*). Anderson (1997:30) mengemukakan bahwa “strategi belajar adalah alat kognitif yang digunakan untuk mengelola proses berfikir secara sistematis yang berhubungan dengan pengetahuan dan keterampilan”. Strategi belajar yang di maksud dan akan diterapkan dalam penelitian ini adalah strategi belajar *self-talk*, yaitu sebuah strategi belajar yang dalam pandangan Anderson (1997:31) dapat meregulasi proses berfikir yang berkaitan dengan penguasaan pengetahuan dan keterampilan. Hidayat (2012:5) lebih lanjut menyatakan bahwa:

*Self-talk* adalah suatu teknik untuk mengatakan sesuatu kepada diri sendiri dalam bentuk terbuka atau tertutup, positif atau negatif, dan memiliki fungsi motivasional dan intruksional. Sesuai dengan pengertian tadi ada empat hal penting dalam *self-talk*, yaitu (1) terdiri atas pernyataan yang ditujukan kepada dirinya sendiri dan bukan kepada orang lain, (2) dapat dilakukan secara terbuka sehingga didengar oleh orang lain atau tertutup tidak dapat didengar oleh orang lain, (3) dapat bersifat positif atau negatif, dan (4) memiliki fungsi intruksional dan motivasional.

Sesuai dengan pengertian diatas, salah satu fungsi penting *self-talk* adalah *self-talk* intruksional. Landin (Hidayat, 2012:108) mengungkapkan bahwa “*self-talk* intruksional digunakan berkenaan dengan keterampilan dasar yang dipelajari dan disesuaikan dengan urutan pola pelaksanaan gerakan”. Jadi *self-talk* intruksional merupakan kata/phrase yang dikatakan oleh guru sesuai dengan keterampilan gerakan yang dicontohkannya, lalu diintruksikan kepada siswa agar sesering mungkin dapat menggunakan kata/phrase tersebut. Hidayat (2012:102)

berpendapat bahwa *self-talk* intruksional dibedakan menjadi fungsi khusus dan umum yakni *self-talk* khusus intruksional digunakan untuk fungsi pengembangan dan pelaksanaan keterampilan gerak, sedangkan *self-talk* umum intruksional digunakan untuk dua tujuan umum yaitu untuk meningkatkan penampilan dan strategi bermain. Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka penulis bermaksud akan melakukan sebuah penelitian dan merumuskannya dalam sebuah judul “Pengaruh strategi belajar *self-talk* intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar *defensive clear* dan *dropshot* pada permainan bulutangkis.”

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah penerapan strategi belajar *self-talk* intruksional dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar keterampilan dasar *defensive clear* ?
2. Apakah penerapan strategi belajar *self-talk* intruksional dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar keterampilan dasar *dropshot* ?
3. Apakah penerapan strategi belajar *self-talk* intruksional dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar keseluruhan ?

## C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini didasarkan pada tujuan untuk menguji:

1. Pengaruh penerapan strategi belajar *self-talk* intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar *defensive clear*.
2. Pengaruh penerapan strategi belajar *self-talk* intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar *dropshot*.

Riansyah, 2013

Penerapan Strategy Belajar Self-Talk Intruksional Dalam Peningkatan Hasil Belajar Keterampilan Dasar Devensive Clear Dan Drop Shot .  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.ed

3. Pengaruh penerapan strategi belajar *self-talk* intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar keseluruhan.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah dan tujuan yang telah dikemukakan, maka manfaat penelitian ini adalah:

1. Secara praktis dapat memberikan panduan kepada para pengajar pendidikan jasmani dan olahraga untuk menerapkan teknik *self-talk* intruksional dalam kaitannya dengan upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan dasar *defensive clear* dan *dropshot* pada permainan bulutangkis.
2. Secara teoretis diharapkan dapat menjadi dasar untuk merancang program pembelajaran yang lebih terpadu.