

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Hakikat Belajar

1. Pengertian Belajar dan Pembelajaran

Belajar merupakan salah satu proses dan aktivitas yang dilakukan dan dialami manusia sejak manusia didalam kandungan, buaian, tumbuh berkembang dari anak, remaja hingga menjadi dewasa sampai keliatan lahat, sesuai dengan prinsip pembelajaran sepanjang hayat.

Belajar adalah proses atau usaha yang dilakukan tiap individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku baik dalam bentuk pengetahuan, keterampilan maupun sikap dan nilai yang positif sebagai pengalaman untuk mendapatkan sejumlah kesan dari bahan yang telah dipelajari. Kegiatan belajar tersebut ada yang dilakukan di sekolah, di rumah, dan di tempat lain seperti di museum, di laboratorium, di hutan dan dimana saja. Belajar merupakan tindakan dan perilaku siswa yang kompleks. Sebagai tindakan maka belajar hanya dialami oleh siswa sendiri dan akan menjadi penentu terjadinya atau tidak terjadinya proses belajar.

Menurut Gagne (dalam Mulyanto, 2014, hlm.4) mengemukakan bahwa 'Belajar merupakan aktifitas kompleks untuk memperoleh kapabilitas atau kemampuan keterampilan pengetahuan, sikap dan nilai.'

Menurut Suyono dan Hariyanto (2011 hlm 9) yang menyatakan bahwa, "belajar adalah suatu proses aktivitas atau suatu proses untuk memperoleh pengetahuan, menurut pemahaman sains konvensional, kontak manusia dengan alam diistilahkan dengan pengalaman, pengalaman yang terjadi berulang kali melahirkan pengetahuan, atau *a body of knowledge*".

Menurut Nasution (2013) mengatakan Belajar adalah "suatu proses yang memungkinkan timbulnya atau berubahnya suatu tingkah laku sebagai hasil terbentuknya respon utama, dengan syarat bahwa perubahan atau munculnya perilaku baru itu bukan disebabkan oleh adanya kematangan atau adanya perubahan sementara karena suatu hal".

Jadi dapat disimpulkan bahwa belajar adalah sebuah proses perubahan didalam kepribadian manusia dan perubahan tersebut ditampakkan dalam bentuk peningkatan kualitas dan kuantitas tingkah laku seperti peningkatan kecakapan, pengetahuan, sikap, kebiasaan, pemahaman, keterampilan, daya pikir, dan kemampuan yang lainnya.

2. Pengertian Pembelajaran

Dalam proses belajar mengajar (PBM) penjas, pembelajaran merupakan salah satu peranan penting, pendidikan jasmani merupakan aktifitas gerak jasmani yang memberikan kesempatan pada siswa untuk mengembangkan potensi dankemampuannya secara menyeluruh, bukan hanya aspek fisik.

Menurut Mulyanto (2014, hlm.10-11) mengemukakan bahwa “Pembelajaran adalah upaya maksimal dari seorang guru sebagai pengajar dan seorang siswa sebagai pembelajar dalam merancang atau mengelola segala sesuatu hal yang berkaitan dengan proses kegiatan belajar mengajar untuk memperoleh hasil belajar yang maksimal.”

Menurut Press (2006 hlm 139) mengemukakan bahwa “pembelajaran merupakan suatu prosesinteraksi antara komponen-komponen sistem pembelajaran. Konep dan pemahaman pembelajaran dapat di pahami dengan menganalisis aktivitas komponen pendidik, peserta didik, bahan ajar, media, alat, prosedur, dan proses belajar”.

B. Gerak Dasar

Gerak dasar merupakan pola gerak yang menjadi dasar untuk ketangkasan gerak yang lebih kompleks, gerak dasar merupakan gerak yang bersifat umum yang apabila dikuasai dengan baik akan menjadi landasan kuat untuk dapat mengembangkan gerak-gerak yang lebih komplek, “gerak dasar itu dapat di bagi kedalam gerak lokomotor (gerak berpindah tempat), non lokomotor (gerak di tempat), dan manifulatif (gerak yang berhubungan dengan penggunaan alat)”

Gerak dasar menurut Suherman (2001, hlm. 11)

Kemampuan gerak merupakan salah satu aspek yang harus dikembangkan dalam pendidikan jasmani secara sistematis dari gerak dasar atau gerak sederhana samapi gerak yang lebih komplek, yang biasa sering digunakan untuk melakukan permainan atau olahraga, keterampilan gerak merupakan kemampuan menyelesaikan tugas tertentu dengan koordinasi dan control tubuh yang baik.

Lutan (2001, hlm. 40) mengemukakan bahwa “ ada tiga katagori gerak yang meliputi: gerak lokomotor, gerak sabilitas (non lokomotor), dan manipulasi yang setiap kategori memiliki ciri gerak yang lazim dan mirip satu sama lain”. Berikut akan dijelaskan tentang tiga ranah tersebut.

1. Gerak Locomotor

Gerak lokomotor adalah setiap gerak yang dilakukan dalam keadaan tubuh dipindahkan posisinya kearah mendatar (horizontal) atau kearah gerak vertikal, dari satu titik ketitik lainnya dalam sebuah ruang seperti lari, melompat, dan mendarat yang nantinya penghalusan gerak dasar ini selanjutnya bias menjadi keterampilan dalam cabang olahraga yang terbangun berdasarkan serangkaian pola gerak dasar yang paling dominan seperti atletik, sof ball, sepak bola, dan lain-lain. Menurut Mahendra (2007, hlm. 32) “gerak lokomotor adalah gerak yang menyebabkan terjadinya perpindahan tempat atau keterampilan yang digunakan memindahkan tubuh dari satu tempat ketempat lainnya”.Kedalam keterampilan ini termasuk gerakan-gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, hop, berderap, *skip*, *slide*, dan sebagainya.

2. Gerak Non-Locomotor

Gerak itu dilakukan stabil, karena badan seseorang menetap pada satu posisi namun gerak pada sumbu horizontal atau vertikal, keseimbangan dinamis juga tergolong jenis keterampilan gerak dasar ini.Dalam keadaan demikian, seorang berupaya untuk mempertahankan keseimbangannya agar titik berat badannya tetap jatuh pada bidang tumpu.Menurut Mahendra (2007, hlm. 33) “Gerak lokomotor adalah gerak yang tidak menyebabkan pelakunya berpindah tempat, seperti menekuk, membengkokkan badan, membungkuk, menarik, mendorong, meregang, memutar, mengayun, memilin, mengangkat, merentang, merendahkan tubuh, dan lain-lain”.

3. Gerak Manipulatif

Gerak manipulatif yang melibatkan otot-otot besar adalah aktivitas jasmani yang melibatkan upaya pengarahannya daya yang diarahkan pada satu obyek, dan upaya yang menerima daya tarik obyek.Contoh keterampilannya yaitu memukul, melempar, menangkap, menendang dan lain-lain.Menurut Mahendra (2007, hlm. 33) “Gerak manipulatif biasanya dilukiskan sebagai gerak yang mempermainkan

obyek tertentu sebagai medianya atau keterampilan yang melibatkan kemampuan seseorang dalam menggunakan bagian-bagian tubuhnya yaitu memanipulasi benda diluar dirinya”.

Selanjutnya menurut Kogan (2007, hlm. 33) “keterampilan manipulatif perlu melibatkan koordinasi antara mata tangan, koordinasi mata-kaki, misanya menangkap, melempar, menedang, memukul dengan pemukul seperti raket, tongkat, atau bat”.

Sedangkan menurut Dimmensi Computer “Manipulatif adalah gerakan untuk bertindak melakukan sesuatu bentuk gerak dari anggota badannya secara lebih terampil, seperti : menendang, melempar, menangkap dan sebagainya”.

Dapat di simpulkan dari para pedapat diatas adalah gerak dasar terdapat beberapa aspe yaitu ada aspek gerak lokomotor, gerak non lokomotor, gerak manipulatif dan keterampilan antara tangan dan mata itu menyatu atau berkordinasi.

C. Bulutangkis

Bulutangkis pada hakekatnya adalah suatu permainan yang saling berhadapan satu orang lawan satu orang atau dua orang lawan dua orang, dengan menggunakan raket dan *shuttlecock* sebagai alat permainan, bersifat perseorangan yang dimainkan pada lapangan tertutup atau didalam gedung (*indoor court*) maupun lapangan terbuka (*outdoor court*) dengan lapangan permainan berupa lapangan yang datar terbuat dari lantai beton, kayu, atau karpet ditandai dengan garis sebagai batas lapangan, dan dibatasi oleh net ditengah-tengah lapangan permaianan.

Menurut Hetti (2010, hlm. 3) mengemukakan bahwa

Sejarah awalnya, terutamanya dari mana cabang itu berasal, misalnya. Orang hanya mengenal nama badminton berasal dari nama sebuah rumah (kalau menurut ukuran indonesia, sebuah istana) dari kawasan Gloucestershire House, sekitar 200 kilometer sebelah barat london, inggris. Badminton House, demikian nama istana tersebut, menjadi saksi sejarah bagaimana olahrag a ini mulai dikembangkan menuju bentuk yang sekarang.

Sedangkan menurut Subarjah (2011, hlm. 1) mengemukakan 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 satelkok sebagai alat permaianan, bersifat perseorangan yang dimainkan pada lapangan tertutup maupun terbuka dengan dan lapangan

permainan berupa lapangan yang datar yang terbuat dari lantai beton, kayu atau karpet ditandai dengan garis sebagai batas lapangan dan dibatasi oleh net pada tengah lapangan permainan.

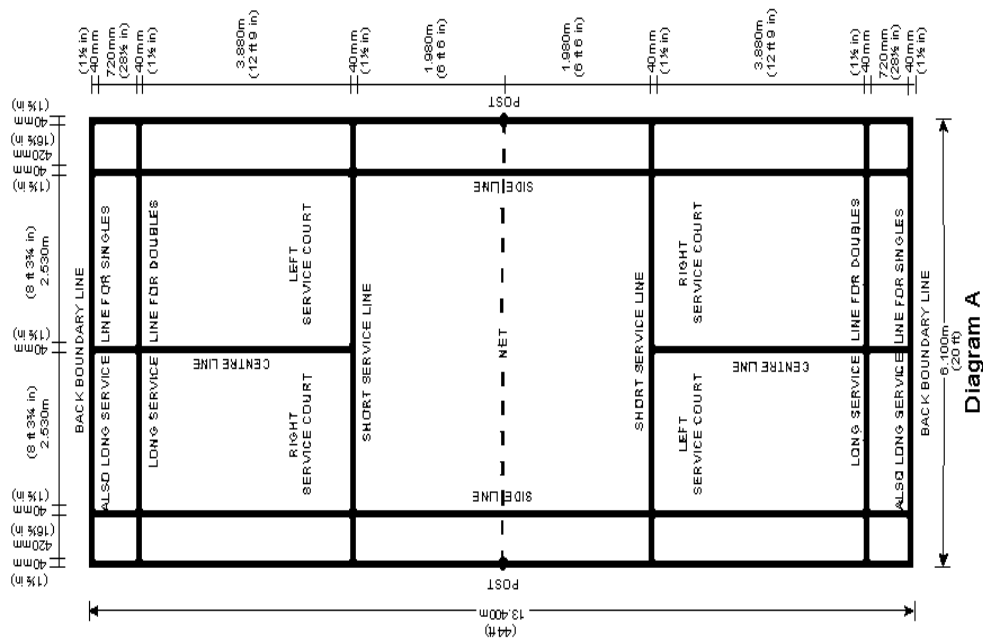
Sedangkan menurut Muhammad Faiq Aula Nu'man

Bulutangkis adalah cabang olahraga yang termasuk ke dalam kelompok olahraga permainan. Bulu tangkis dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan, di atas lapangan yang dibatasi dengan garis-garis dalam ukuran panjang dan lebar tertentu. Lapangan bulu tangkis dibagi menjadi dua sama besar dan dipisahkan oleh net yang tergantung di tiang net yang ditanam di pinggir lapangan.

Alat yang dipergunakan adalah raket sebagai alat pemukul serta "*shuttlecock*" sebagai bola yang dipukul. Permainan dimulai dengan cara menyajikan bola atau service, yaitu memukul bola dari petak service kanan ke petak servis kanan lawan, sehingga jalan bola menyilang.

Permainan bulutangkis sangat cocok diberikan kepada anak SD, atau anak usia dini, terutama karena alasan pokok: bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang telah mampu mengharumkan nama bangsa Indonesia di dunia internasional. Selain itu, dalam permainan bulutangkis terdapat aspek motorik, kognitif dan afektif yang terkandung didalamnya. Pada aspek motorik tentu siswa dituntut untuk aktif bergerak sehingga akan mengembangkan kemampuan fisik anak. Pada aspek kognitif tentunya sangat berpengaruh, anak akan dihadapkan pada penerapan taktik dan teknik secara terpadu sehingga membutuhkan kemampuan kognitif yang baik, sedangkan pada segi aspek afektif anak atau pemain dituntut untuk tenang atau sabar, kerja keras, kerjasama, yang baik sehingga kekompakan kelompok akan terbina dan irama serta permainan dalam suatu pertandingan akan menarik.

Dalam permainan bulutangkis ini terdapat sebuah lapangan yang berukuran standard an lapangan tersebut dapat di gunakan dalam permainan single yang aturannya garis atau len di pinggir kiridan kanan tidak di pakai atau bias dinyatakan aut bila mengenai garis atau len tersebut dan servis kebelakang dinyatakan masuk, dan permainan duple peraturannya garis atau len disamping kiri kanan di gunakan bila satel kok menyentuh garis atau len tersebut dinyatakan masuk. Dan dibawah ini adalah contoh gambar lapangan bulutangkis.



Lapangan Bulutangkis
Gambar 2.1
(Subarjah, 2011 hlm 98)

Catatan :

1. Panjang diagonal lapangan keseluruhan = 14, 723 meter;
2. Lapangan seperti tertera di atas dapat dipergunakan baik untuk permainan tunggal ataupun ganda;
3. Tanda untuk daerah pengesahan *shuttlecock* (lihat diagram A).Peralatan yang dibutuhkan dalam permainan bulutangkis yaitu: lapangan, net, raket, dan *shuttlecock*. Adapun peraturan permainan bulutangkis, sebagai berikut:
 1. Pemain-pemain
 - a. Pemain (*Player*): Seseorang yang bermain bulutangkis.
 - b. Pertandingan (*Match*): Pertandingan di bulutangkis antara dua sisi berlawanan yang masing-masing terdiri atas 1 atau 2 pemain.
 - c. Tunggal (*Single*): Suatu pertandingan dimana ada 1 pemain yang saling berhadapan di masing-masing sisi yang berlawanan.
 - d. Ganda (*Double*): Suatu pertandingan dimana 2 pemain yang saling berhadapan di masing-masing sisi yang berlawanan.

- e. Sisi Servis (*Service Side*): Sisi atau pihak yang berhak melakukan servis, disebut "*In Side*".
- f. Sisi Penerima (*Receiving Service*): Sisi atau pihak berlawanan yang menerima servis, disebut "*Out Side*".

2. Hitungan

Berdasarkan peraturan yang baru dari BWF (*Badminton World Federation*) yang dulunya IBF, dengan menerapkan sistem reli (*rally*) dalam setiap pertandingan, maka setiap pertandingan atau pemain harus mencapai angka 11 dengan total angka akhir 21. Jika dalam pertandingan ada yang mencapai angka 11, maka wasit/pemimpin pertandingan beserta pemainnya beristirahat selama ± 2 menit. Setelah itu baru pertandingan dilanjutkan kembali dengan posisi pemain saling bertukar tempat. Apabila dipertandingan atau set ke-2, masing-masing pemain sama-sama memperoleh angka yang sama 20-20, maka akan diadakan *deuce* dengan memperoleh 2 angka secara berturut-turut dan memenangkan *game*.

D. Servis

Servis (pukulan) adalah merupakan pukulan dengan raket yang menerbangkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lain secara diagonal dan bertujuan untuk membuka permainan serta merupakan suatu pukulan yang penting dalam permainan bulutangkis. Servis pendek diarahkan pada bagian depan lapangan lawan, dan biasanya dilakukan dalam permainan ganda. Menurut Poole (2007 hlm 21) mengemukakan bahwa

Pukulan servis merupakan pukulan pertama yang mengawali suatu permainan bulutangkis. Pukulan ini boleh dilakukan baik dengan *forehand* maupun dengan *backhand*. Pukulan servis dengan *forehand* banyak digunakan dalam permainan tunggal, sedangkan pukulan servis dengan *backhand* umumnya digunakan dalam permainan ganda. Meskipun demikian, mengingat semakin berkembangnya permainan menyerang dengan smes-smes tajam yang bahkan dapat dilakukan dengan sempurna dari daerah belakang oleh beberapa 'pemain serang' handal, dewasa ini banyak pula pemain tunggal yang melancarkan pukulan servis dengan *backhand* yang rendah dan pendek.

Jadi servis adalah suatu modal awal buat melakukan suatu pertandingan atau permainan bulutangkis, maupun permainan *single*, *double*, ataupun campuran dan semakin berkembangnya jaman peraturan servis ini semakin ketat salahsatu

contohnya adalah saat melakukan servis pendek bulutangkis raket tidak boleh melebihi pinggang atau pinggul.

E. Servis Pendek

1. Pengertian Servis Pendek

Servis pendek merupakan modal awal dalam permainan bulutangkis, semakain bagus melakukan servis maka kemungkinan besar kita akan mendapatkan point dan memenangkan pertandingan.

Sedangkan menurut Hetti (2010, hlm. 31) mengemukakan: “dalam aturan permainan bulutangkis, merupakan modal awal untuk bisa memenangkan pertandingan. Dengan kata lain, seorang pemain tidak bisa mendapatkan angka apabila tidak bisa melakukan servis dengan baik.

Dalam permainan bulutangkis terdapat tiga jenis servis yaitu: servis pendek, servis tinggi, dan servis *flick* atau servis setengah tinggi, tetapi yang sering pemain lakukan adalah servis pendek

Sedangkan menurut Subarjah (2011, hlm. 89) mengemukakan”servis pendek di arahkan pada bagian depan lapangan lawan, biasanya dilakukan dalam permainan ganda”. contoh servis pendek *backhand*



Gambar 2.2

Sumber :<http://pesmanitra.blogspot.com/p/bulutangkis-servis-pendek-backhand.html>

Deskriptor

- a. Langkah pertama siswa memegang raket dan kok, kok berada di tangan sebelah kiri dan raket berada di sebelah kanan kemudian posisi kok berada di depan tetapi sejajar dengan puser dan posisi raket harus di bawah puser.
- b. Langkah kedua siswa mengayunkan raket ke arah kok.

- c. Langkah ketiga siswa melakukan pukulan dengan tepat dan mengenai kok.

2. Teknik Servis Pendek

Teknik servis pendek pada umumnya yaitu dengan cara posisi, posisi kaki yaitu dengan posisi kaki kanan di depan dan kaki kiri di belakang dan berat badan berada pada kaki bagian depan karena posisi tubuh agak condong sedikit ke depan dan melakukan servis dengan akurasi ayunan tangan dan di lepasnya kok.

Sedangkan menurut Subarjah (2011, hlm. 90) adapun cara melakukan servis pendek dijelaskan sebagai berikut:

- Berdiri dengan rileks pada daerah servis salah satu kaki di depan. Satelkok di pegang di depan badan, raket di samping badan.
- Jatuhkan satelkok, ayunkan raket kedepan kearah satelkok sedemikian rupa, dan pukul satelkok pada bagian gabusnya, lakukan dari bawah pinggang.
- Setelah satelkok dipukul dibawah pinggang, segera kembali pada sikap siap seperti semula



Gambar 2.3
Servis Pendek *Backhand*

Sumber : <http://pesmanitra.blogspot.com/p/bulutangkis-servis-pendek-backhand.html>

1. Indikator Servis Pendek Bulutangkis

Indikator pada pembelajaran servis pendek bulutangkis terdiri dari 3 teknik yaitu:

- Sikap awal
 - Posisi badan rilek pada daerah servis, salahsatu kaki di depan
 - Shuttlococks di pegang di depan badan
 - Raket di samping badan
- Gerakan
 - Satelkok di dipukul dibawah pinggang.
 - Jatuh pada garis depan lapangan lawan.

c. Segera kembali pada sikap siap seperti semula.

3) Sikap Akhir

a. kembali pada sikap atau posisi siap

b. raket selalu di depan

c. dan posisi kaki selalu siap

F. Permainan

1. Pengertian permainan

Permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan pendidikan jasmani, oleh sebab itu permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan jasmani (Sukintaka, 1992, hlm. 11). Jika anak diberikan permainan yang tujuannya dalam rangka pendidikan jasmani maka anak akan mengikuti permainan itu dengan rasa senang, berbeda jika anak diberikan pembelajaran yang berbentuk formal maka anak akan merasa bosan dan keikutsertaan akan pun kurang. Ada beberapa pendapat tentang makna bermain atau permainan, seperti yang dikemukakan oleh tiga pakar ini Bigo, Kohnstam, dan Pallan (1992 hlm 5) bahwa permainan mempunyai makna pendidikan, dengan uraian sebagai berikut:

- a. Permainan merupakan salah satu dari banyak wahana untuk membawa anak kepada hidup bersama atau bermasyarakat. Anak akan memahami dan menghargai dirinya atau temannya. Pada anak yang bermain, akan tumbuh rasa kebersamaan, yang sangat baik bagi pembentukan rasa sosialnya.
- b. Dalam permainan anak akan mengetahui kekuatannya, menguasai alat bermain, dan mengetahui sifat alat.
- c. Dalam permainan, anak akan mempunyai suasana, yang tidak hanya diungkapkan fantasinya saja, tetapi juga mengungkapkan semua sifat aslinya, dan mengungkapkan itu dilakukan secara patuh dan spontan. Anak laki-laki dan perempuan yang berumur sama akan berbuat yang berbeda terhadap permainan yang sama (misalnya bermain dengan kubus dan boneka)
- d. Dalam permainan, anak mengungkapkan macam-macam emosinya, sesuai dengan yang diperolehnya, sesuai yang diperolehnya saat itu jenis emosi diungkapkannya, serta tidak mengarah pada prestasi.

- e. Dalam bermain akan akan dibawa kesenangan, kegembiraan, dan kebahagiaan dalam dunia kehidupan anak. Semua situasi ini mempunyai makna wahana pendidikan.
- f. Permaian akan mendasari kerjasama, taat kepada peraturan permainan, pembinaan watak jujur dalam bermain, dalam semuanya ini akanmembentuk sifat fairplay (jujur, sifat kesatria atau baik) dalam permainan.
- g. Bahaya dalam bermain dapat saja timbul, dan keadaan ini akan banyak gunanya dalam hidup yang sesungguhnya.

2. Pengertian Bermain

Bermain merupakan salah satu proses pertumbuhan dan perkembangan bagi anak-anak supaya anak tersebut bias berinteraksi dengan anak-anak yang lain dan menambah pengalaman anak.

Menurut Saputra (2001, hlm. 6) mengemukakan bahwa “Bermain adalah suatu kegiatan yang menyenangkan”. Bermain sangat bermanfaat untuk mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak. Bermain merupakan pengalaman belajar yang sangat berharga untuk anak, pengalaman itu bisa berupa jalinan hubungan sosial untuk mengungkapkan perasaannya dengan sesama temannya dan menyalurkan hasrat”.

Menurut Subroto dkk.(2008, hlm. 7) mengatakan bahwa “filosofi bermain didefinisikan sebagai hasil dari sejarah manusia yang turun temurun tentunya tanpa membedakan ras, kultur, social, agama.Bercirikan aktifitas jasmani yang mengandung nilai-nilai filosofis dalam setiap gerakannya”.

Menurut Mahendra (2004, hlm. 10) mengatakan bahwa

Bermain pada intinya adalah aktivitas yang digunakan sebagai hiburan.Kita mengartikan bermain sebagai hiburan yang bersifat fisik yang tidak kompetitif, meskipun bermain tidak harus selalu bersifat fisik.Bermain bukanlah berarti olahraga dan pendidikan jasmani, meskipun elemen dari bermain dapat ditemukan di dalam keduanya.

Menurut Tedjasaputra (2012, hlm. 15) Bermain merupakan “pengalaman belajar yang sangat berguna untuk anak, misalnya saja memperoleh pengalaman dalam membina hubungan dengan sesama teman, menambah perbendaharaan kata, menyalurkan perasaan - perasaan tertekan, dll”.

G. Gerak Dasar Servis Pendek *Backhand* Melalui Permainan Tembak Sasaran

Permainan merupakan salah satu bentuk kegiatan dalam pendidikan jasmani. Oleh karena itu permainan atau bermain mempunyai tugas dan tujuan yang sama dengan tugas dan tujuan pendidikan jasmani. Kegiatan bermain merupakan suatu kegiatan yang sangat diperlukan oleh setiap manusia tanpa memandang usia, khususnya untuk anak-anak kegiatan bermain merupakan suatu kegiatan yang bersifat sangat penting, sebab melalui kegiatan bermain potensi yang dimiliki oleh anak dapat tergali secara optimal. Keinginan bermain timbul karena minat pada diri seseorang untuk bergerak sesuai dengan kebutuhan, memelihara kondisi tubuh serta untuk menghilangkan kejenuhan. Permainan adalah suatu alat atau bentuk yang digunakan pada waktu bermain yang tujuannya mencari kesenangan dan kegembiraan diri. (Kurniadi dan Prapanca, 2010 hlm 3).

Permainan tembak sasaran adalah suatu bentuk permainan yang membutuhkan konsentrasi, ketenangan, ketelitian, kejituan, dan lurus atau tepat arahnya. Permainan ini dilakukan secara cepat, bergantian dan berulang-ulang.

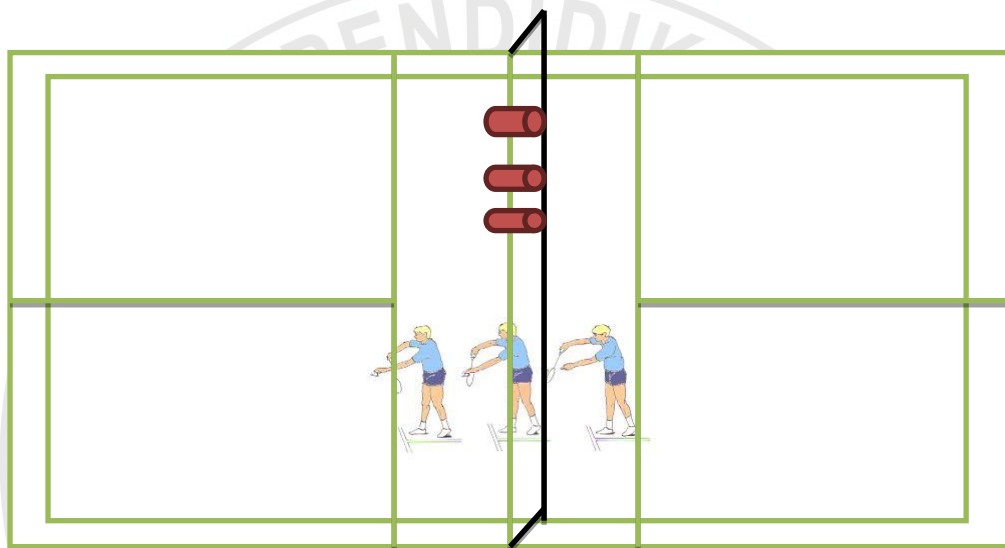
Bentuk permainan tembak sasaran, merupakan suatu bentuk permainan untuk melatih dan meningkatkan ketepatan dalam melakukan servis atau pukulan dalam permainan bulutangkis. Melalui permainan tembak sasaran, ketepatan dalam melakukan servis dalam permainan bulutangkis diharapkan dapat berperan besar dalam upaya meningkatkan ketepatan servis atau pukulan dalam permainan bulutangkis. Selain untuk melatih ketepatan dalam melakukan servis atau pukulan, permainan tembak sasaran juga membantu peserta didik menghilangkan kejenuhan, dalam proses kegiatan.

Permainan tembak sasaran yang digunakan untuk meningkatkan gerak dasar servis pendek yaitu memodifikasi net, yang dimana net itu di dimodifikasi menggunakan tali dan di atas net yang setandar tersebut di gantungkan slop kok, dan media ini berbeda-beda. Dimana permainan ini dilakukan secara beregu, dimana setiap regu berjumlah 5 orang siswa. Yang nantinya setiap regu akan mempraktekan servis pendek *Backhand* bulutangkis menggunakan permainan yang , yang di modifikasi salahsatunya adalah net yang menggunakan tali dan di atas net yang setandar di gantungkan sebuah sasarannya.

Adapun permainan ini dilakukan dengan cara servis layaknya servis pada permainan bulutangkis sebenarnya, namun pelaksanaan Setiap anak yang akan melakukan servis, harus mengenai atau menjatuhkan sasaran yang harus dilalui.

Siklus I

Siklus pertama siswa melakukan servis pendek dengan permainan tembak sasaran dan sasarannya tersebut adalah sebuah slop yang di gantung dengan tali dan ukuran nya sama seperti net pada umumnya



Gambar 2.4

Siklus I Servis Tembak Sasaran Menggunakan Slop Gantung

Keterangan:



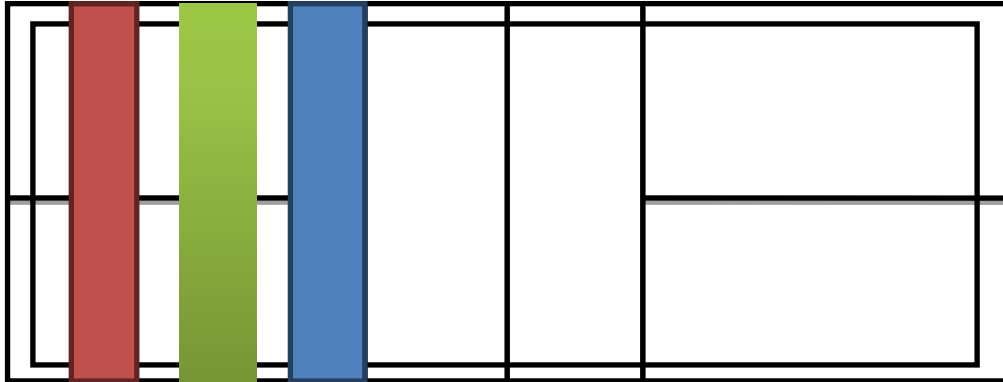
= slop kok

Lebar lapangan = 6,10 meter

Panjang lapangan = 13,41 meter

Siklus II

Siklus kedua siswa melakukan servis pendek dengan permainan tembak sasaran dan sasarannya tersebut adalah lapangan yang di kasih warna dan di dalam warna tersebut terdapat nilai-nilainya.



Gambar 2.5

Siklus II Servis Pendek Tembak Sasaaran Menggunakan Warna

Keterangan



= sasaran warna merah



= sasarn wanra hijau



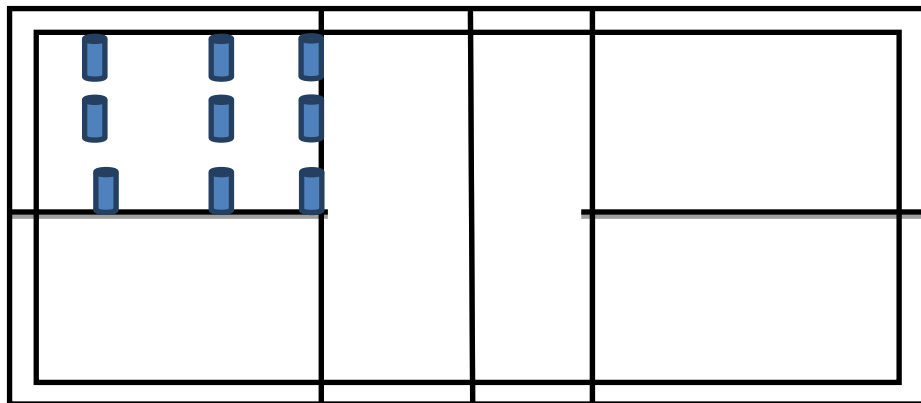
= sasaran warna biru

Lebar lapanagn = 6,10 meter

Panjang lapangan = 13,41 meter

Siklus III

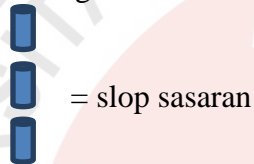
Siklus tiga siswa melakukan servis pendek dengan permainan tembak sasaran dan sasarannya tersebut adalah sebuah slop kok yang di tempatkan pada lapangan dan slop tersebut terdapat nilai-nilainya



Gambar 2.5

Siklus II Servis Pendek Tembak Sasaran Menggunakan Slop

Keterangan



Lebar lapangan = 6,10 meter

Panjang lapangan = 13,41 meter

Hal ini dilakukan agar siswa merasa senang, gembira dan tertantang dalam melakukan gerak dasar servis pendek tanpa merasa lelah. Sehingga tujuan pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar servis pendek *Backhand* bulutangkis melalui permainan tembak sasaran menggunakan siklus I, siklus II, siklus III dan setiap siklus nya berbeda media atau alat tembak sasaran nya.

H. Pembelajaran Bulutangkis Melalui Permainan Tembak Sasaran

Untuk pembelajaran bulutangkis di sekolah dasar lebih menekankan pada proses gerak, namun orientasi pendidikan lebih cepat, lebih jauh dan lebih tinggi, dapat juga disiapkan. Tugas semacam ini menanamkan sifat bahwa bulutangkis merupakan wahana bagi pendidikan jasmani. Karena itu ide-ide bermain harus dipilih secara cermat guna mengoptimalkan pencapaian tujuan pendidikan dan pengajaran dalam pendidikan jasmani. Permainan yang tujuannya untuk mengembangkan ketepatan sasaran harus diatur secara tepat, seperti bentuk latihan yang dibutuhkan guna peningkatan kualitas gerak yang

dimaksud. Terutama penentuan kepadatan rangsangan, harus benar-benar diperhatikan. Perkembangan ketepatan sasaran untuk bulutangkis misalnya, melakukan bentuk latihan yang menuntut ketepatan sasaran servis. Adapun bentuk kegiatannya sebagai berikut:

a. Kegiatan pendahuluan

1. Siswa berlari mengelilingi lapangan sebanyak 4 putaran.
2. Siswa dibariskan menjadi empat barisan.
3. Mengecek kehadiran siswa dan berdoa.
4. Melakukan gerak pemanasan yang berorientasi pada kegiatan inti.
5. Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan materi inti yang akan di pelajari.
6. Siswa dibagi menjadi empat kelompok.

b. Kegiatan inti

1. Siswa melakukan servis pendek *backhand* dengan masing-masing kelompok.
2. Siswa melakukan permainan tembak sasaran dengan masing-masing kelompoknya.
3. Masing-masing siswa dari setiap kelompok melakukan permainan tembak sasaran dengan cara bergantian dan terus menerus.

c. Kegiatan penutup

1. Siswa melakukan gerak pendinginan.
2. Guru memberi *reward* atau penghargaan kepada pemenang dalam permainan tembak sasaran.
3. Siswa dikumpulkan mendengarkan penjelasan dari guru tentang materi yang telah dilakukan atau diajarkan.
4. Memperbaiki kesalahan-kesalahan gerakan yang telah dilakukan.
5. Mengecek kembali kehadiran siswa.
6. Berdo'a dan menutup kegiatan pembelajaran.

I. Hasil Temuan Penelitian Yang Relevan

1. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Dedi Rodiat (2009) dengan judul "modifikasi raket untuk meningkatkan keterampilan servis pendek pada permainan bulutangkis siswa kelas V SDN Hanura Kota Bandung". Kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan adalah untuk mencapai rata-rata kriteria angka atau nilai dari 5 kemampuan melakukan servis pendek

data awal 2,57, data siklus I (2,86), dan data siklus II (3,29) ini menunjukan pergerakan mencapai kriteria nilai yang signifikan. Kerelevansian dengan penelitian saya adalah penggunaan alat bantu upaya meningkatkan hasil servis *backhand*

2. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Wati Cumiati (2008) dengan judul “efektifitas penguasaan keterampilan servis dalam bermain bulutangkis melalui pendekatan taktis di SDN kebontieu Kecamatan Majalaya Kabupaten Bandung”. Kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan adalah bahwa sebagian siswa mengalami peningkatan sebesar 43% atau 12 orang, sehingga target tercapaian hasil yang di ingin dicapai yaitu sekitar 70% sudah tercapai. Karena pada siklus I ada kenaikan sebesar 28,5% atau 8 orang. Hasil tersebut menurut penulis sudah sesuai dengan target yang diharapkan maka kegiatan ini tidak perlu dilanjutkan pada siklus selanjutnya. Kerelevansian dengan penelitian saya adalah penggunaan pendekatan taktis yang dituangkan dalam RPP menggunakan alat bantu dengan media pembelajaran.
3. Penelitian yang pernah dilakukan oleh Priyadi (2011) dengan judul “tingkat kemampuan pukulan servis pendek dan servis panjang bulutangkis pada siswa SDN 1 Sindangkulon Kecamatan sadang Kebumen”. Kesimpulan dari hasil penelitian dan pembahasan adalah katagori servis pendek, kategori baik 4 anak atau 12,50% kategori 18 cukup 16 anak atau 50%, kategori buruk 12 anak atau 37,50%. Dan untuk servis panjang kategori baik 1 anak 3,10%, kategori cukup 11 anak 34,50%, dan kategori buruk 20 anak atau 62,50%. Kerelevansian dengan penelitian saya adalah penggunaan alat bantu dan media pembelajaran langsung diterapkan kepada gerak dasar servis *backhand* sebagai upaya mengatasi kesulitan siswa.

J. Hipotesis Tindakan

Berdasarkan kerangka teori yang dikemukakan maka hipotesis tindakan penelitian kelas ini adalah sebagai berikut:

Jika dalam pembelajaran servis pendek *backhand* siswa kelas V di Sekolah Dasar Negeri TriJaya Kecamatan Tanjungsiang Kabupaten Subang menggunakan modifikasi permainan tembak sasaran, maka akan meningkatkan gerak dasar servis pendek *backhand* siswa dalam mengikuti pembelajaran bulutangkis.