

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian yang tidak bisa terpisahkan dalam kehidupan kita sehari-hari, karena olahraga merupakan alat untuk menuju sehat jasmani dan rohani, dengan berolahraga tubuh kita bisa menjadi sehat dan metabolisme tubuh menjadi lancar. UNESCO mendefinisikan olahraga sebagai “aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur-unsur alam, orang lain ataupun diri sendiri” (Fahrin, 2012).

Dalam pengertian yang sebenarnya, Ateng (1993; dalam Lutan, 2009:115) menjelaskan bahwa: “pengertian olahraga berasal dari dua suku kata, yaitu olah dan raga, yang berarti memasak atau memanipulasi raga dengan tujuan membuat raga menjadi matang.” Adapun pengertian olahraga secara lebih lengkap dikemukakan oleh Supandi (1990; dalam Lutan, 2009 : 115) sebagai berikut:

- (1) *Disport* atau *disportare*, yaitu bergerak dari satu tempat ke tempat lain (menghindarkan diri). Olahraga adalah suatu permulaan dari dan menimbulkan keinginan orang untuk menghindarkan diri atau melibatkan diri dalam kesenangan rekreasi.
- (2) *Field sport*, mula-mula dikenal di Inggris abad 18, kegiatannya dilakukan oleh para bangsawan atau *aristokrat*, terdiri dari dua kegiatan pokok yaitu menembak dan berburu pada waktu senggang.
- (3) *Desporter*, berarti membuang lelah (bahasa Perancis).
- (4) *Sport*, sebagai pemuasan atau hobi (ensiklopedia Jerman).
- (5) Olahraga, latihan gerak badan untuk menguatkan badan, seperti berenang, main bola, bulutangkis dan sebagainya.

Lutan (2009:115) menguatkan beberapa pengertian olahraga di atas dengan memaknai olahraga sebagai “usaha mengolah, melatih raga atau tubuh manusia untuk menjadi sehat dan kuat”. Dengan melakukan olahraga secara rutin dapat meningkatkan kebugaran jasmani, menghilangkan stress dan meningkatkan

metabolisme serta mempengaruhi fungsi kelenjar tubuh untuk memproduksi kekebalan tubuh. Olahraga merupakan aktivitas gerak manusia menurut teknik tertentu, dalam pelaksanaan olahraga ada unsur bermain, misalnya rasa senang, gembira, dilakukan di waktu luang, aktivitas dipilih (sukarela), kepuasan dalam diri dan ada nilai positif dan negatif.

Demikian halnya dalam cabang olahraga bulutangkis, sebagai sebuah cabang olahraga permainan, olahraga permainan bulutangkis pada hakekatnya adalah suatu permainan yang saling berhadapan, satu orang lawan satu orang atau dua orang lawan dua orang. Olahraga permainan ini dilakukan dengan menggunakan raket dan satelkok sebagai alat permainan. Olahraga ini bersifat perseorangan yang dimainkan pada lapangan tertutup maupun terbuka dan lapangan permainan berupa lapangan yang datar terbuat dari lantai beton, kayu atau karpet ditandai dengan garis sebagai batas lapangan dan dibatasi oleh net pada tengah lapang (Subarjah & Hidayat, 2009:1). Tujuan dari permainan bulutangkis adalah memperoleh angka kemenangan dengan cara menyeberangkan dan menjatuhkan satelkok di bidang permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul satelkok atau menjatuhkannya di daerah permainannya sendiri (Subarjah & Hidayat, 2009:29). Bahkan permainan ini dianggap sebagai salah satu olahraga lapangan yang paling cepat dan paling terkenal di dunia, karena itu berhasil menyedot minat di berbagai kalangan tanpa dibatasi oleh kelompok umur, kelompok sosial ekonomi, maupun kategori jenis kelamin (Subarjah & Hidayat, 2009:29).

Namun sejauh penulis ketahui, fakta yang ada di lapangan menunjukkan bahwa permainan bulutangkis masih belum terlealisasi secara menyeluruh, terutama di lingkungan persekolahan, termasuk di jenjang Sekolah Dasar. Padahal materi olahraga permainan bulutangkis merupakan salah satu materi yang ada dalam pelajaran pendidikan jasmani. Ada beberapa faktor penyebabnya antara lain keterbatasan sarana dan prasarana, alokasi waktu yang tersedia, biaya dan lain-lain. Tidak berlebihan jika masih sulit ditemukan siswa-siswi yang memiliki keterampilan bulutangkis memadai, termasuk perkembangan aspek mentalnya, seperti motivasi, kepercayaan diri dan lain-lain. Padahal olahraga permainan

bulutangkis merupakan olahraga permainan yang sangat populer di kalangan masyarakat, baik di kalangan masyarakat menengah ke bawah maupun menengah keatas. Olahraga permainan bulutangkis sangat banyak di gemari oleh banyak orang baik anak-anak, pria, wanita, tua dan muda. Fakta kondisional inilah yang mendorong penulis untuk melakukan penelitian ini.

Salah satu keterampilan dasar bermain bulutangkis yang harus dikuasai oleh siswa adalah jenis pukulan lob bertahan, hal ini sesuai dengan pendapat Subarjah (2009; dalam Hidayat, 2012:26) yang menyatakan bahwa:

Jenis keterampilan teknik dasar memukul yang dilakukan dari atas kepala dengan gerakan *forehand* dan arah kok melambung tinggi ke bagian belakang lapangan lawan dengan tujuan untuk bertahan atau mendapatkan paritas ke posisi semula. Lob bertahan termasuk jenis pukulan yang pertama kali harus di pelajari dan di kuasai oleh siswa pemula, karena paling mudah di pelajari dan dikuasai.

Selain itu, agar siswa mampu menguasai keterampilan lob bertahan, maka salah satu faktor yang harus dimiliki oleh siswa adalah motivasi siswa ketika akan melakukan keterampilan dasar permainan bulutangkis, sebab beberapa hasil penelitian menunjukkan bahwa motivasi memainkan peranan penting dalam keberhasilan seseorang melakukan aktivitas atau perilaku, termasuk aktivitas dalam berolahraga. Motivasi olahraga sangat erat kaitannya dengan pencapaian hasil belajar siswa, termasuk pada pencapaian hasil belajar keterampilan gerak. Demikian juga sebaliknya, pencapaian hasil belajar yang tinggi akan berpengaruh terhadap meningkatnya aspek-aspek mental siswa, seperti motivasi, kepercayaan diri, dan lain-lain.

Dalam penguasaan keterampilan dasar bermain bulutangkis khususnya lob bertahan, peserta didik harus memiliki motivasi yang tinggi, terutama motivasi yang berasal dari dalam dirinya. Hoedaya, (2002:8) mengemukakan bahwa:

Orang yang termotivasi memiliki kecenderungan mengendalikan arah dan memiliki perilaku yang sesuai dengan tujuan, menyadari segala konsekuensi

perbuatannya, dan kecenderungan tersebut tetap bertahan sampai tujuannya tercapai.

Dalam kaitan itulah, penulis tertarik untuk mengkaji tentang hubungan kausal antara penerapan suatu strategi belajar (*learning strategies*) dari perspektif kognitif dengan peningkatan hasil belajar keterampilan dasar lob bertahan pada permainan bulutangkis dan motivasi olahraga. Strategi belajar yang dimaksud adalah penetapan tujuan (*goal setting*).

Penetapan tujuan adalah teknik menetapkan sasaran yang diinginkan untuk performa yang akan datang, misalnya performa untuk memperoleh skor tertinggi atau menjadi juara (Schmidt & Wrisberg, 2000; dalam Hidayat, 2012:61), dan merupakan salah satu strategi belajar yang biasa digunakan dalam aktivitas latihan, termasuk dalam aktivitas pendidikan jasmani (Anderson, 1997).

Schunk & Ertmer, (1999; dalam Hidayat, 2005:400) membagi penetapan tujuan menjadi tujuan proses dan tujuan hasil. Lebih lanjut Hidayat (2005:400) menjelaskan kedua penetapan tujuan tersebut sebagai berikut:

Tujuan proses adalah tujuan yang menekankan pada proses penguasaan keterampilan berkaitan dengan penggunaan teknik atau strategi yang dapat membantu peserta didik untuk menguasai suatu tugas tertentu. Tujuan hasil memfokuskan perhatian peserta didik pada kesempurnaan tugas, fokus pada pendemonstrasian kompetisi yang tinggi agar mampu mengalahkan orang lain.

Tujuan proses dilakukan dengan tujuan untuk mengarahkan siswa dalam memahami suatu gerak keterampilan dasar dalam permainan bulutangkis. Siswa di tuntut untuk belajar lebih baik, karena dengan belajar bersungguh-sungguh, latihan terus-menerus, mau mencoba dan tidak kenal lelah, maka prestasi pun akan mudah diraih. Dalam tujuan hasil siswa akan mendapat kepuasan tersendiri dalam mengikuti suatu kegiatan dengan mendapat hasil yang baik. Seperti yang dijelaskan oleh Hidayat, (2012:76) bahwa: “tujuan hasil merupakan teknik menetapkan tujuan belajar dengan fokus pada hasil akhir, kesempurnaan tugas atau peragaan kemampuan yang tinggi agar mampu melebihi atau mengalahkan orang lain.”

Zimmerman & Kitsantas, (1997) mengembangkan jenis penetapan tujuan dinamik, sebagai jenis penetapan tujuan yang menggabungkan antara penetapan tujuan proses dan tujuan hasil. Menurut Hidayat (2012:76) “tujuan dinamik adalah teknik menetapkan orientasi tujuan latihan yang memfokuskan pada pemaduan antar tujuan proses dan hasil. Pada tahap awal latihan, siswa atau atlet fokus pada proses penguasaan keterampilan gerak (tujuan proses) dan kemudian beralih pada tujuan hasil penampilan setelah proses dasar di kuasai (tujuan hasil)”.

Berdasarkan pemaparan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut mengenai **“Perbandingan Pengaruh Penetapan Tujuan Proses dan Dinamik terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan dan Motivasi Olahraga”**.

B. Identifikasi dan Perumusan Masalah

1. Identifikasi Masalah

- (1) Minimnya pengetahuan guru tentang olahraga permainan bulutangkis.
- (2) Minimnya pengetahuan guru tentang strategi belajar penetapan tujuan.
- (3) Jarangnya ditemukan pelatih atau guru yang menerapkan suatu tujuan dalam proses atau belajar .
- (4) Kurang efektifnya proses pembelajaran gaya mengajar guru yang cenderung ke arah menggunakan metode komando.
- (5) Kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan oleh siswa pada proses pembelajaran
- (6) Pengajaran tidak sesuai dengan tujuan dan Rencana Pengajaran Pembelajaran (RPP) yang dibuat.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah diuraikan dalam latar belakang maka permasalahan yang diidentifikasi sebagai berikut :

- a. Apakah penetapan tujuan dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar lob bertahan dan motivasi olahraga?

- b. Apakah penetapan tujuan dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar lob bertahan?
- c. Apakah penetapan tujuan dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar motivasi olahraga?
- d. Apakah penetapan tujuan dinamik memberikan pengaruh lebih tinggi dan signifikan terhadap hasil belajar lob bertahan?
- e. Apakah penetapan tujuan dinamik memberikan pengaruh lebih tinggi dan signifikan terhadap motivasi olahraga?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini sebagai berikut :

- a. Untuk menguji penetapan tujuan dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar lob bertahan dan motivasi olahraga.
- b. Untuk menguji penetapan tujuan dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar lob bertahan.
- c. Untuk menguji penetapan tujuan dapat memberikan pengaruh terhadap hasil belajar motivasi olahraga.
- d. Untuk menguji penetapan tujuan dinamik memberikan pengaruh lebih tinggi dan signifikan terhadap hasil belajar lob bertahan.
- e. Untuk menguji penetapan tujuan dinamik memberikan pengaruh lebih tinggi dan signifikan terhadap motivasi olahraga.

f. Manfaat Penelitian

1. Manfaat secara teoritis

Secara teori hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan ilmu pengetahuan baik bagi atlet, siswa, guru dan pelatih terutama untuk mengetahui bagaimana keberhasilan siswa siswi dalam prestasi olahraga disekolah maupun di luar sekolah.

2. Manfaat secara praktis

Secara praktis penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat baik bagi penulis khususnya, para guru, para pelatih, atlet dan siswa pada umumnya dalam berlatih, motivasi secara individu maupun keseluruhan untuk meningkatkan rasa percaya diri terhadap dirinya.

