

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kegiatan masyarakat, karena olahraga mempunyai makna tidak hanya untuk kesehatan, tetapi lebih dari itu ialah juga sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi. Sebagai contoh salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat ialah cabang tenis. Tenis lapangan juga merupakan salah satu jenis olahraga yang populer dan banyak digemari semua masyarakat di dunia khususnya di Indonesia.

Sutanto (2016) menyatakan bahwa tenis lapangan merupakan keterampilan olahraga yang menggunakan alat yaitu raket untuk memukul bola karet. Dia mengatakan bahwa

Tenis lapangan adalah olahraga yang bisa dimainkan secara tunggal maupun pasangan. Setiap pemain tenis menggunakan raket untuk memukul bola karet. Tujuan permainan adalah memukul bola ke daerah lawan dan berusaha membuat lawan kesulitan atau tidak bisa mengembalikan bola tersebut. Olahraga ini mirip permainan tenis meja, namun dalam versi lain, yaitu dilakukan lapangan lantai. (hlm. 222)

Cabang olahraga tenis lapangan dewasa ini sangat digemari baik oleh anak-anak, remaja, orang dewasa maupun orang tua yang telah lanjut usia sangat menggemari olahraga ini. Hal ini dapat disebabkan olahraga tenis mempunyai daya tarik tersendiri, dikarenakan pengaturan bolannya yang banyak dipengaruhi oleh lingkungan. Daya tarik yang dimiliki pada olahraga tenis antara lain bahwa pada dasarnya permainan ini penuh dengan taktis, dinamis, memberikan kegembiraan, dan peraturan yang sangat ketat untuk menjaga sportifitas. Melalui kegiatan tenis ini dapat membuat banyak manfaat yaitu baik dalam pertumbuhan fisik, mental, sosial serta menambah keterampilan.

Untuk menunjang keterampilan bermain tenis lapangan seseorang harus dibekali dengan kemampuan gerak dasar yang baik, sebagai penunjang keberhasilan dalam pelaksanaan aktivitas olahraga tersebut. Karena banyak faktor yang sangat mempengaruhi penguasaan keterampilan bermain tenis. Salah satu subyek utama yang memiliki peranan penting dalam mendukung keterampilan bermain tenis lapangan adalah guru atau pelatih. Peranan guru atau pelatih sangat penting dan kompleks untuk mengembangkan potensi siswa secara optimal, selain mencerdaskan, membimbing serta mengayomi siswa dengan baik adalah sebagai pengajar sekaligus sebagai orang tua mereka. Menjelaskan bahwa Dimiyati & Mudjiyono (2015, hlm. 238) “Guru adalah pendidik yang membelajarkan siswa”.

Pentingnya kemampuan gerak bagi kehidupan manusia terutama dalam pendidikan. Kemampuan gerak sangat berpengaruh terhadap hasil belajar. Melalui gerak, siswa dapat merasakan kegembiraan, mampu berinteraksi sosial dan dapat mengukur kemampuan dirinya terutama dalam kemampuan gerak yang dimilikinya. Keterampilan mencakup berbagai aktivitas yang menekankan perilaku maupun kognitif dan berorientasi pada pencapaian tujuan yang diinginkan. Menurut Edwards (2010, hlm. 38) bahwa “Keterampilan adalah aktivitas yang dipelajari dan diarahkan pada tujuan yang melibatkan berbagai macam perilaku manusia”. Keterampilan atau kemampuan gerak menjadi hal yang penting bagi siswa untuk mendapatkan proses belajar dalam pengalaman gerak.

Keterampilan pada olahraga tenis lapangan merupakan keterampilan terbuka (*open skill*). Bahwa olahraga tenis tidak selalu menentu pada gerakan, serta kondisi lingkungan. Menurut Schmidt (dalam Mahendra, Agus. 2007, hlm. 10) “..Keterampilan Terbuka (*open skill*) adalah keterampilan yang ketika dilakukan, lingkungan yang berkaitan dengannya bervariasi dan tidak dapat diduga”. Maka dari itu dalam bermain tenis lapangan, penguasaan keterampilan dasar bermain tenis merupakan modal utama yang sangat penting untuk melakukan permainan tersebut. Karena keterampilan dasar harus dimiliki oleh setiap pemain baik pemula maupun lanjutan. Dengan begitu, pemain dapat bermain tenis dengan mudah dan benar. Pukulan dasar merupakan bagian keterampilan dalam tenis yang harus dikuasai, adapun pukulan dasar menurut Scharff (1981, hlm. 24) bahwa “Ada empat jenis pukulan dasar dalam permainan tenis, yaitu (1) *Serve*, (2) *Forehand drive (ground stroke)*, (3) *Backhand drive (ground stroke)*, dan (4) *Volley*”. Akan tetapi teknik dasar yang paling utama dalam bermain tenis untuk pemula yaitu harus menguasai teknik dasar *Forehand* dan *Backhand (ground stroke)*.

Dalam permainan tenis, sering sekali kita melihat siswa mengalami kesulitan belajar gerak ketika harus menjaga sudut permukaan kepala raket saat memukul bola *forehand* atau *backhand*. Siswa sering melakukan kesalahan pada permukaan raket, baik itu dalam keadaan raket terbuka ke atas atau tertutup ke bawah. Kesulitan siswa dalam memukul bola *forehand* atau *backhand* dapat dilihat dari cara mereka memegang raket, posisi siap, ayunan raket dari belakang kemudian ayunan raket dialihkan ke arah depan untuk menentukan *contact point* pada bola, setelah itu melakukan ayunan lanjutan (*follow-through*) dan selesai.

Berdasarkan studi pendahuluan melalui observasi lapangan, terhadap mahasiswa ilmu keolahragaan yang sedang mengikuti mata kuliah tenis lapang. Pada saat pembelajaran, permasalahan yang ditemukan pada siswa seperti cara memukul baik pukulan *forehand* atau *backhand* masih banyak yang melakukan kesalahan terutama mengendalikan bola terhadap raket, gerakan memukul yang kurang halus, dan sulit untuk menentukan *contact point* pada bola. Sehingga sering bola tersebut tidak melewati net atau keluar dari lapangan. Maka, ini menyebabkan mereka menjadi kurang memiliki kemampuan gerak dasar dan belum mampu untuk mengendalikan bola pada raket tenis.

Pada kenyataannya dalam kemampuan gerak siswa, perlu adanya latihan atau metode pembelajaran yang menunjang proses belajar yang dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam bermain tenis. Menurut penelitian terdahulu, hasil penelitian Shea & Morgan mengenai proses belajar adanya pengaturan latihan yang dapat menghasilkan kemampuan gerak siswa menjadi meningkat yaitu *block and random practice* bahwa (dalam Edward, 2011)

Shea dan Morgan menyimpulkan bahwa latihan yang terpusat memfasilitasi perolehan yang lebih baik kinerja dari pada latihan acak, tapi latihan acak itu dipromosikan retensi dan transfer yang lebih baik. Generalisasi kesimpulan mereka, latihan yang terpusat meningkatkan kinerja latihan, namun hasil latihan acak dalam pembelajaran yang lebih baik. (hlm. 407)

Menurut teori dalam buku (Schmidt, R. A. & Wrisberg. 2000, hlm. 233) dalam *Block Practice* “*A practice sequence in which individuals repeatedly rehearse the same task*”. Hal tersebut terdapat penjadwalan latihan, dimana pada saat waktu latihan siswa diajarkan untuk mencoba tugas yang sama dan berulang-ulang. Artinya latihan jenis ini dapat memungkinkan para siswa untuk berkonsentrasi pada satu gerakan tersebut. Sedangkan di *Random Practice* Menurut teori dalam buku (Schmidt, R. A. & Wrisberg. 2000, hlm. 233) “*A practice sequence in which individuals perform a number of different tasks in no particular order, thus avoiding of minimizing consecutive repetitions of any single task*”. Pada *Random Practice*, siswa melakukan tugas secara terus menerus secara berbeda tidak saling berurutan atau terkait, namun tugas tersebut dicampur diantara tugas – tugas lainnya.

Sejalan dengan (Rivard, J. D. 2014) menyatakan bahwa dalam literatur belajar gerak yang telah dilakukan sebelumnya oleh Shea dan Morgan menjelaskan bahwa

Repeated practice in a blocked fashion may help participants acquire motor skills more quickly, but these skills may not necessarily be retained over time. Conversely, participants who follow random practice schedules may acquire skills more slowly but may be better equipped to retain their skill over time. (hlm. 2)

Maksud pernyataan tersebut adalah praktek pengulangan dengan cara *block* (terpusat) dapat membantu peserta memperoleh keterampilan motorik lebih cepat, tapi dalam keterampilan ini belum tentu dapat dipertahankan dari waktu ke waktu. Sebaliknya, peserta yang mengikuti jadwal latihan *random* (acak) dapat memperoleh keterampilan lebih lambat namun bisa menjadi lebih siap untuk mempertahankan keterampilan mereka waktu ke waktu.

Mengenai pengaturan latihan pada *Blocked and Random Practice* bahwa, proses pengajaran yang sangat berpengaruh dalam hasil pembelajaran atau latihan yaitu dengan menggunakan *Random Practice*. Karena proses pengajarannya lebih bervariasi dan tidak hanya satu dominan pada pembelajaran tersebut dibandingkan dengan *Blocked Practice*. Di tahun 1979, John Shea and Robyn Morgan (dalam Schmidt, R. A. & Wrisberg. 2000, hlm. 233) “Melakukan penelitian pertama dan melaporkan bahwa pembelajaran terbukti lebih unggul saat latihan terjadi dalam kondisi acak dari pada kondisi yang sama”. Dikemukakan diduga bahwa *Random Practice* lebih bervariasi, dalam proses pembelajarannya pun siswa tidak merasa jenuh karena setiap tugasnya diberikan secara acak tidak saling berurutan atau terkait.

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan melalui hasil penelitian terdahulu, penulis mencoba untuk mengadakan kajian melalui penelitian ini. Apakah dengan ada pengaruh proses pengajaran yang efektif serta latihan yang dapat menunjang siswa untuk bermain tenis lapangan yaitu menggunakan cara *Blocked Practice* atau *Random Practice*.

Berdasarkan beberapa ulasan diatas, peneliti tertarik untuk diteliti tentang pemberian Pengaruh Pengaturan *Block and Random Practice* Terhadap Hasil Belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Dalam Permainan Tenis.

B. Rumusan Masalah

Sebelum peneliti menetapkan atau menentukan pembelajaran pada permainan tenis lapangan, peneliti mengidentifikasi adanya beberapa permasalahan yang terjadi dalam proses pembelajaran tenis lapangan diantaranya:

1. Kurangnya kemampuan gerak dasar siswa terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada permainan tenis
2. Kurangnya motivasi pada siswa terhadap proses pembelajaran tenis lapangan

Desy Ratnasari, 2018

PENGARUH PENGATURAN BLOCK AND RANDOM PRACTICE TERHADAP HASIL BELAJAR FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE DALAM PERMAINAN TENIS

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

3. Guru tidak dapat memanfaatkan metode pembelajaran yang ada

Berdasarkan identifikasi masalah penulis ingin mengetahui metode pada Hasil Belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis menggunakan *Block and Random Practice*. Berdasarkan identifikasi masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah Pengaturan *Block Practice* berpengaruh terhadap hasil belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis?
2. Apakah Pengaturan *Random Practice* berpengaruh terhadap hasil belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh antara Pengaturan *Block and Random Practice* terhadap hasil belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah penelitian yang telah diuraikan, maka tujuan dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui Pengaruh *Block Practice* terhadap hasil belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis.
2. Untuk mengetahui Pengaruh *Random Practice* terhadap hasil belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis.
3. Untuk mengetahui yang paling berpengaruh antara Pengaturan *Block Practice* dan *Random Practice* terhadap hasil belajar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dalam permainan tenis.

D. Manfaat Penelitian

Dengan penelitian ini, peneliti berharap manfaat dari penelitian nantinya akan memberikan hasil terhadap perkembangan dalam mengemukakan metode pembelajaran bagi dunia pendidikan khususnya pendidikan jasmani, kesehatan, dan olahraga dengan menggunakan pengembangan cara *Block and Random Practice* yang diterapkan pada permainan tenis.

1. Manfaat Teoritis
 - a. Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi kepentingan akademik, khususnya dalam mengembangkan dunia pendidikan jasmani, kesehatan, dan olahraga, mengenai metode pembelajaran terhadap pemilihan proses pengajaran yang efektif.
 - b. Dari hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan metode pembelajaran pendidikan olahraga dalam melakukan proses pembelajaran.
2. Manfaat Praktis
 - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman dan rujukan bagi guru dan pelatih dalam menggunakan pengaturan *block and random practice* pada pengajaran permainan tenis yang akan dipergunakan, khususnya dalam menyampaikan materi dengan pola pemahaman pada setiap latihan atau pembelajaran.
 - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai rekomendasi para guru dan pelatih bahwa untuk mencapai hasil yang memuaskan dalam pembelajaran ataupun latihan, maka diharuskan memakai bentuk metode pembelajaran yang tepat pada siswa.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan yang digunakan pada skripsi ini adalah sebagai berikut:

- | | |
|---------|--|
| BAB I | Menjelaskan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi. |
| BAB II | Menjelaskan tentang kajian pustaka, yang berisikan konsep-konsep, teori-teori, dalil-dalil, hukum-hukum, model-model, dan rumus-rumus utama serta turunannya dalam bidang yang dikaji, penelitian terdahulu yang relevan, posisi teoritis peneliti yang berkenaan dengan permasalahan yang akan diteliti yaitu tentang pengaruh pengaturan <i>block and random practice</i> terhadap hasil belajar <i>forehand</i> dan <i>backhand groundstroke</i> dalam permainan tenis, hal ini dimaksudkan untuk memberikan penjelasan teoritik pada permasalahan yang dikaji. |
| BAB III | Metode penelitian, pada bagian ini memaparkan bagaimana prosedur penelitian dilakukan, mulai dari desain penelitian, partisipan, populasi, sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. Pada penelitian ini peneliti menggunakan pendekatan kuantitatif. |
| BAB IV | Temuan dan pembahasan, pada bagian ini memaparkan temuan penelitian serta pembahasan dari temuan – temuan tentang pengaruh pengaturan <i>block and random practice</i> terhadap hasil belajar <i>forehand</i> dan <i>backhand groundstroke</i> dalam permainan tenis. |

BAB V Menjelaskan tentang simpulan, implikasi, dan rekomendasi yang menyajikan penafsiran, dan pemaknaan peneliti terhadap hasil temuan penelitian.