

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya manusia dalam melaksanakan fungsi-fungsi kehidupan tidak akan lepas dari pendidikan, karena pendidikan berfungsi untuk meningkatkan kualitas manusia baik individu maupun kelompok, baik jasmani, rohani, spiritual, maupun kematangan dalam berpikir. Pendidikan dilihat dari sudut pandang tertentu akan berbeda pengertiannya akan tetapi maksudnya tertuju pada peningkatan kualitas sumber daya manusia. Sebagaimana yang tertera di dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional No.20 Tahun 2003 disebutkan bahwa:

“Pendidikan adalah usaha sadar dan berencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat bangsa dan negara.”

Pendidikan jasmani merupakan upaya agar dapat mengaktualisasikan seluruh potensi aktivitasnya sebagai manusia berupa sikap, tindakan dan karya yang diberi bentuk, isi dan arah menuju kebulatan pribadi sesuai cita-cita kemanusiaan. Mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (PJOK) tidak hanya mengembangkan pendidikan siswa dalam ranah jasmaniah saja. Tetapi juga memebuhi tiga aspek pendidikan yakni aspek afektif (sikap), kognitif (pengetahuan), serta psikomotor (keterampilan gerak). Dalam hal ini Supandi (1990, hlm. 29) mengemukakan bahwa “pendidikan jasmani adalah suatu aktivitas yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan melalui aktivitas-aktivitas jasmani.”

Jadi, melalui PJOK siswa harus mampu mengekspresikan olah gerak sesuai instruksi guru untuk mencapai tujuan pendidikan melalui pendidikan jasmani sebagai medianya. Melalui pendidikan jasmani pula siswa dapan mencapai pengalaman gerak yang optimal sehingga dapat merasakan kesenangan, keceriaan

dalam melaksanakan proses belajar mengajar dan juga siswa dapat terhindar dari penyakit-penyakit kurang gerak seperti obesitas, stroke, gagal jantung dan lainnya.

Permainan bulutangkis sudah menjadi bagian dari kehidupan sehari-hari masyarakat, bahkan ikut mewarnai gaya hidup masyarakat pada saat ini, sehingga olahraga bulu tangkis termasuk kedalam olahraga yang laris di masyarakat seperti halnya sepak bola dan bola voli. Permainan ini tidak hanya untuk memperoleh prestasi atau salah satu pilihan untuk menjadi atlet yang berprestasi tinggi, dan juga sebagai hiburan yang menarik bagi setiap orang khususnya yang menggemari permainan bulu tangkis. Dapat ditemukan hampir semua lapisan masyarakat di Indonesia pernah memainkan permainan bulu tangkis baik itu permainan sebenarnya maupun yang sudah dimodifikasi sesuai dengan kesanggupan dan ketersediaan sarana yang dimiliki. Pertandingannya pun mulai dilaksanakan pada tingkat pedesaan seperti kejuaraan dalam memeriahkan hari ulang tahun kemerdekaan Republik Indonesia, pertandingan antar kelas seperti Class Meeting, antar sekolah, kabupaten, nasional hingga tingkat dunia.

Untuk saat ini olahraga tidak hanya untuk kesehatan, tetapi ada pula kelompok atau club yang bersama-sama belajar dan berlatih untuk meningkatkan kemampuan bermain bulu tangkis sehingga dapat bersaing untuk memperoleh prestasi lebih tinggi. Sehingga untuk terwujudnya tujuan kemampuan bermain perlu penerapan latihan yang baik. Namun dalam masalah penelitian ini akan terfokus kepada keterampilan bermain. Bukan kepada pencapaian prestasi karena penelitian ini dilakukan kepada siswa di sekolah untuk proses pembelajaran khususnya keterampilan bermain bulu tangkis.

Dalam proses latihan atau pembelajaran gerak ada dua pengaturan latihan yang lazim digunakan oleh guru. Seperti dijelaskan oleh Mahendra (2007, hlm. 280-281) bahwa “dua cara pengaturan latihan yang lazim dilakukan adalah dengan pengaturan secara terpusat (blocked practice) dan secara acak (random practice).” Dari dua cara yang disebutkan adalah persoalan yang akan dialami oleh peneliti. Dan akan diterapkan pada penelitian untuk mengetahui hasil dari penerapan latihan tersebut.

Menurut schmidt (dalam Mahendra, 2007, hlm. 282) mengatakan bahwa : “dari penguasaan gerak ketika diukur segera seteah proses latihan selesai, atlet yang berlatih dengan cara terpusat tingkat keterampilannya lebih unggul, tetapi ketika diukur jauh setelah proses latihan selesai, atlet yang berlatih dengan cara acak lebih unggul.” Dari kutipan tersebut menyebutkan bahwa latihan terpusat lebih efektif untuk meningkatkan keterampilan geraknya. Sedangkan latihan acak akan lebih efektif ketika proses latihan selesai (dalam keterampilan bermain). Sehingga perlu dibuktikan seberapa besar peningkatan yang dihasilkan oleh masing-masing metode latihan khususnya pada pengaturan latihan acak sesuai dengan pengambilan judul penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah yang dijelaskan pada latar belakang di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

1. Apakah metode latihan acak dan terpusat berpengaruh terhadap keterampilan bermain bulutangkis?
2. Apakah metode latihan acak memberikan pengaruh yang lebih tinggi dan signifikan dari pada metode latihan terpusat terhadap keterampilan bermain bulutangkis ?

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian pasti memiliki tujuan yang ingin dicapai dalam penelitiannya. Tujuan dalam penelitian ini berdasarkan uraian latar belakang dan rumusan masalah di atas adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh metode latihan acak terhadap keterampilan bermain bulutangkis.
2. Untuk mengetahui apakah metode latihan acak memberikan pengaruh yang lebih tinggi dan signifikan dari pada metode latihan terpusat terhadap keterampilan bermain bulutangkis.

D. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis yaitu sebagai berikut:

1. Secara Teoretis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi salah satu sumbangan untuk guru pendidikan jasmani untuk mendapatkan hasil yang maksimal dari pembelajaran bulutangkis di sekolah.

2. Secara Praktis

Diharapkan Penelitian ini menjadi salah satu pembelajaran bagi pembelajaran bulutangkis di sekolah sekolah agar proses pembelajaran lebih efektif, serta dapat mendapatkan hasil yang lebih baik dan optimal.

3. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai salah satu bahan masukan bagi guru penjas untuk memperbaiki kemampuan teknik dasar service, lob, dan smash dalam permainan bulutangkis.

4. Dengan penelitian ini, diperoleh gambaran mengenai model latihan yang di berikan kepada siswa khususnya dalam mengembangkan teknik dasar bermain bulutangkis di sekolah. Penelitian ini bisa juga menjadi tambahan pengalaman dan wawasan yang bisa di jadikan bekal dalam kegiatan latihan dimasa depan.

E. Batasan Penelitian

Untuk memperoleh gambaran yang jelas maka diperlukan pembatasan serta ruang lingkup penelitian. Seperti yang dikemukakan oleh Surakhmad (1998, hlm. 36), sebagai berikut:

“Pembatasan ini diperlukan bukan saja untuk memudahkan atau menyederhanakan masalah bagi penyelidik tetapi juga untuk dapat menetapkan lebih dahulu segala sesuatu yang diperlukan untuk pemecahannya: tenaga, kecekatan, waktu, biaya dan lain sebagainya yang diambil dari rencana tersebut.” Sesuai dengan masalah yang penulis mengemukakan, maka penulis membatasi ruang lingkup penelitian sebagai berikut:

- a. Variabel bebas hanya terbatas kepada latihan acak terhadap keterampilan dasar bermain bulutangkis.
- b. Variabel terikatnya adalah keterampilan bermain bulu tangkis.

- c. Sampel yang diteliti dalam lingkup satu kelas sebanyak 20 orang. Yang merupakan siswa eskul SMP 2 Lembang
- d. Penelitian ini terfokus pada keterampilan bermain bulu tangkis dengan instrumen penelitian menggunakan GPAI yang didalamnya terdapat penilaian keterampilan bermain bulutangkis.
- e. Lokasi penelitian adalah di SMP 2 Lembang
- f. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen.

F. Struktur organisasi

Struktur organisasi skripsi berisi tentang uraian urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam skripsi. Adapun struktu organisasi skripsi ini yaitu sebagai berikut:

BAB I : berisi tentang pendahuluan dan merupakan bagian awal dari skripsi yang terdiri dari latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitian dan struktur organisasi.

BAB II : pada bagian ini berisi tentang kajian mengenai teori pendukung, kerangka berfikir dan hipotesis penelitian. Kajian pustaka merupakan landasan teoritis dalam menyusun pernyataan-pernyataan penulis, yang kemudian di hubungkan dengan kerangka berfikir, serta hipotesis.

BAB III : dalam bagian ini berisi tentang metologi penelitian yang digunakan pada penelitian. Bagian ini menjelaskan tentang metode penelitian, lokasi penelitian, waktu penelitian, subjek penelitian, populasi dan sampel, desain penelitian, prosedur penelitian, unstrumen penelitian, pengumpulan data, dan analisis data.

BAB IV : pada bagian ini berisi mengenai hasil penelitian, penemuan-penemuan dalam penelitian dan pembahasan mengenai penelitian yang dilakukan.

BAB V : pada bagian ini berisi tentang kesimpulan dari hasil penelitian yang dilakukan dan saran yang berhubungan dengan penelian yang dijadikan referensi bagi pihak yang berkepentingan.