

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kompleksitas pembelajaran pendidikan jasmani bukan hanya terletak pada ketiga domain (kognitif, afektif, dan psikomotor) yang harus ditumbuh kembangkan pada setiap diri siswa melainkan pada bagaimana proses pembelajaran itu dapat dilaksanakan. Pelaksanaan kegiatan pembelajaran penjas merupakan faktor awal yang menentukan keberhasilan program pengajaran penjas, ini hanya dapat dilaksanakan apabila guru penjas mampu menciptakan lingkungan belajar yang kondusif bagi seluruh siswa. Penyelenggaraan kegiatan pembelajaran dapat disajikan guru penjas melalui pilihan permainan yang beraneka ragam.

Dalam Kurikulum Tingkat Satuan Pelajaran (KTSP) Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar tahun 2006 dijelaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-spiritual-sosial), serta perkembangan yang seimbang. Semua itu mengandung arti bahwa pendidikan jasmani (penjas) adalah salah satu mata pelajaran yang berkepentingan dalam proses menumbuhkembangkan seluruh aspek dan potensi yang dimiliki peserta didik melalui proses pembelajarannya.

Keterampilan gerak yang baik hanya akan dimiliki oleh siswa apabila ia sudah memiliki gerak dasar yang baik pula. Untuk itu, peningkatan kemampuan gerak dasar pada siswa kelas bawah tingkat sekolah dasar merupakan hal yang penting untuk dilaksanakan oleh setiap guru penjas. Pemilihan permainanpun merupakan bagian penting yang harus diperhatikan guru penjas manakala ia, akan menyelenggarakan kegiatan pembelajaran.

Materi, tujuan, proses pembelajaran, dan peserta didik merupakan aspek penting yang saling terkait dan mempengaruhi antara yang satu dengan yang lainnya yang harus diperhatikan oleh guru penjas ketika mengajar suatu bentuk

keterampilan gerak sudah selayaknya guru memperhatikan tingkat pertumbuhan dan perkembangan kemampuan gerak siswanya tidak semata-mata hanya pada tujuan yang harus dicapai karena merupakan tujuan yang terutama dikurikulum. Diperlukan kesesuaian antara metode, gaya, atau pendekatan mengajar, materi, cara mengevaluasi, dan tujuan yang harus dicapai dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan siswa.

Aktivitas yang diperlukan untuk perkembangan gerak anak diantaranya adalah harus sudah diperkenalkan pada keterampilan berolahraga. Bermain dalam situasi berlomba dengan peraturan yang sederhana, aktivitas yang menggunakan alat dan berlatih dalam situasi *drill* (aktivitas berulang-ulang).

Seperti yang kita ketahui selama ini guru adalah seorang yang harus dipatuhi, sedangkan karakteristik siswa pada zaman sekarang berbeda dengan karakteristik siswa pada zaman dahulu. Karakteristik siswa pada zaman sekarang yaitu ingin berdikari sendiri. Sama halnya ketika sedang belajar khususnya dalam proses belajar penjas yang dimana karakter siswa ini sangat sulit dikendalikan. Telah banyak fakta yang menunjukkan kebermaknaan aktivitas bermain yang dikelola dengan baik akan memberikan pengaruh positif bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa, masalahnya adalah bagaimana guru penjas mampu menerapkan gerak dasar servis pendek *backhand* pada cabang olahraga bulutangkis melalui permainan tembak sasaran dengan menyesuaikan dalam materi, tujuan, metode mengajar dengan tidak mengabaikan tuntutan kurikulum penjas. Telah banyak fakta yang menunjukkan kebermaknaan aktivitas bermain yang dikelola dengan baik akan diberikan pengaruh positif bagi pertumbuhan dan perkembangan siswa, seperti yang telah dikemukakan oleh :

Seperti yang dikemukakan oleh Prawirasaputra, (2000: 56) :

Belajar meningkatkan gerak melibatkan persoalan yang kompleks karena semua aspek terlibat didalamnya. Tidak hanya melibatkan sistem fisiologi dan sistem syaraf, namun juga aspek fisiologis adalah pengajaran yang disesuaikan dengan karakteristik pertumbuhan dan perkembangan anak serta pemberian kesempatan serta layanan yang sama bagi setiap anak.

Belajar adalah sebuah proses dari yang tidak bisa menjadi bisa yang melibatkan persoalan-persoalan semua aspek. Bermain adalah hal yang sangat menyenangkan bagi anak-anak, oleh karena itu pendekatan belajar melalui metode bermain adalah hal yang sangat ditekankan pada perkembangan peserta didik.

Seperti yang dikemukakan oleh Rusli Lutan, (2002: 13):

Anak-anak pada usia sekolah dasar masih didominasi oleh ciri bermain. Bagi anak-anak bermain adalah dunia dan kehidupannya, sehingga pendekatan untuk menerapkan metode mengajar hendaknya lebih ditekankan pada aktivitas bermain.

Dilihat dari sejarah, aktivitas pendidikan jasmani seperti dalam bentuk kegiatan bermain merupakan alat utama pendidikan. Para pendidik dan filosof percaya bahwa kegiatan itu sangat efektif untuk menumbuhkembangkan keseluruhan potensi peserta didik.

Pembelajaran bulutangkis memerlukan permainan yang dimodifikasi untuk melancarkan suatu pembelajaran dan siswa tidak merasa jenuh dengan pembelajaran tersebut. Dengan melalui modifikasi permainan tembak sasaran itulah siswa akan belajar gerak dasar servis pendek *backhand* dalam pembelajaran bulutangkis dengan tanpa disadari.

Perkembangan permainan bulutangkis didunia diketahui sejak abad ke-tujuh belas. Permainan ini sudah dimainkan di Eropa, India, dan Tiongkok. Perkembangan di Eropa yang paling menonjol sendiri adalah di Inggris, sehingga orang-orang Inggrislah yang menciptakan peraturan-peraturan dalam permainan dan membentuk persatuan bulutangkis tingkat nasional. Dari perkembangan di Inggris ini kemudian dicetuskan untuk membentuk persatuan badan internasional bulutangkis, yang menampung kegiatan-kegiatan permaina bulutangkis didunia, sehingga pada 5 juli 1934 baru terbentuk IBF yaitu: Internasional Badminton Federation. Badan bulutangkis internasional menyelenggarakan kejuaraan beregu putra antara negara yang pertama pada tahun 1948-1949 yang disebut kejuaraan Thomas Cup, sedangkan untuk kejuaraan beregu putri disebut kejuaraan Uber Cup pada tahun 1956-1957. Selain itu pada tahun 1989 diadakan kejuaraan bulutangkis beregu campuran antar negara yang dinamakan Sudirman Cup.

Permainan bulutangkis adalah permainan keterampilan dan merupakan salah satu cabang olahraga yang dimasukkan dalam kurikulum pendidikan. Permainan bulutangkis di Indonesia sudah dikenal sejak tahun 1930. Bulutangkis dikenal sebagai permainan rakyat karena telah dimainkan oleh rakyat baik di kota maupun di desa, oleh orang tua, anak-anak, maupun pria dan wanita. Permainan bulutangkis di Indonesia menjadi berkembang setelah dihimpun dalam wadah persatuan. Penghimpunan dalam satu wadah dicetuskan dan dilaksanakan pada tanggal, 5 Mei 1951 di kota Bandung, sehingga kegiatan bulutangkis di tanahair dapat dikelola dengan baik. Pengelolaan ini mencakup bidang administrasi, organisasi dan pembinaan dalam menghimpun dan membina bulutangkis tersebut. PBSI berjuang untuk menjadi anggota IBF dan akhirnya berhasil menjadi anggota pada tahun 1953, setelah perjuangan itu berhasil barulah membenahi diri untuk meningkatkan prestasi dengan mengikuti kejuaraan-kejuaraan bulutangkis di tingkat internasional. Tujuan semula bermain bulutangkis adalah untuk rekreasi dan mencari keringat.

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.

Backhand Service, jenis servis ini pada umumnya arah dan jatuhnya *shuttlecock* sedekat mungkin dengan garis serang pemain lawan, dan *shuttlecock* sedapat mungkin melayang relatif dekat diatas jaring net. (Ferry Sonneville, 1958: 50).

Permainan adalah suatu alat atau bentuk yang digunakan pada waktu bermain yang tujuannya mencari kesenangan dan kegembiraan diri. (Kurniadi dan Prapanca, 2010: 3).

Pengaruh serta manfaat modifikasi permainan tembak sasaran terhadap perkembangan jiwa anak-anak antara lain yaitu mengembangkan kecerdasan anak, mengembangkan intelektual anak, mengembangkan kreativitas anak,

mengembangkan kecerdasan logika anak, mengembangkan musikal anak dan juga bisa digunakan sebagai terapi terhadap anak.

Berdasarkan hasil observasi awal yang dilakukan di SDN Panjalin Kidul 2 Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka tentang gerak dasar servis pendek *backhand* dalam pembelajaran bulutangkis diperoleh data bahwa hasil belajar siswa kelas IV sebanyak 20 siswa yang terdiri dari 12 siswa laki-laki dan 8 siswa perempuan, sedangkan yang mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) sebanyak 8 siswa atau sekitar 40% dan yang belum mencapai KKM sebanyak 12 siswa atau sekitar 60%. Adapun data hasil observasi yang telah dilakukan peneliti adalah sebagai berikut:

Tabel 1. 1
Data Awal Hasil Test Servis Pendek *Backhand* Pembelajaran Bulutangkis Siswa Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Panjalin Kidul 2 Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka

No	Nama	Aspek Yang Diamati												Jumlah	Nilai	Keterangan		
		Sikap Awal			Perkenaan Raket dengan Shuttlecock			Sikap Akhir			Ketepatan Sasaran					Tuntas	Tidak Tuntas	
		1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3					
1	Ahmad Sudarjani		✓				✓		✓					✓	10	83	✓	
2	Bunga Tifani		✓				✓		✓				✓		9	75	✓	
3	Boby Saputera			✓			✓			✓			✓		11	92	✓	
4	Cicih Yunungsih		✓				✓		✓				✓		8	67	✓	
5	Dede Puspita		✓			✓		✓					✓		4	33		✓
6	Eka Prasetyo		✓			✓				✓			✓		9	75	✓	
7	Firiani	✓				✓		✓					✓		5	42		✓
8	Febriyanto		✓			✓		✓					✓		6	50		✓
9	Iis Komalasari	✓				✓				✓			✓		7	58		✓
10	Juju Jumariah		✓			✓		✓					✓		6	50		✓
11	Puput Puspita		✓			✓		✓					✓		6	50		✓
12	Rahmat Hidayat		✓			✓			✓				✓		7	58		✓
13	Rizkiansyah			✓		✓			✓					✓	10	83	✓	
14	Shintiana Sari		✓			✓			✓				✓		7	58		✓
15	Tatang Satria			✓		✓			✓				✓		11	92	✓	
16	Teddy Hermawan	✓				✓		✓					✓		5	42		✓
17	Trisno Alvian	✓				✓			✓				✓		7	58		✓
18	Wawan Heryanto		✓			✓		✓					✓		6	50		✓
19	Yayat Hendrayat		✓			✓		✓					✓		7	58		✓
20	Yogi Prabowo	✓				✓			✓				✓		8	67	✓	
Jumlah		5	12	3	8	7	5	8	8	4	5	11	4	150	1241	8	12	
Persentase %		25	60	15	40	35	25	40	40	20	25	55	20	7,5	62	40%	60%	

Keterangan :	KKM = 65
T	= Tuntas Skor 65 – 100
TT	= Tidak Tuntas Skor 30 - 64

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah Nilai}}{\text{Skor Ideal}} \times 100$$

Deskriptor Penilaian

a. Sikap Awal

Nilai 1 : Pandangan mengarah kedepan, tangan tidak memegang *shuttlecock* dan raket, posisi badan tidak tegak/kaku.

Nilai 2 : Pandangan mengarah kedepan, tangan memegang *shuttlecock* dan raket, posisi badan tidak tegak/kaku.

Nilai 3: Pandangan mengarah kedepan, tangan memegang *shuttlecock* dan raket, posisi badan tegak dan rileks.

b. Perkenaan Raket dengan *Shuttlecock*

Nilai 1: *Shuttlecock* tidak mengenai senar raket, *shuttlecock* tidak menyangkut dijaring net, *shuttlecock* tidak mengenai sasaran.

Nilai 2: *Shuttlecock* mengenai senar raket, *shuttlecock* tidak menyangkut dijaring net, *shuttlecock* tidak mengenai sasaran.

Nilai 3: *Shuttlecock* mengenai senar raket, *shuttlecock* tidak menyangkut dijaring net, *shuttlecock* mengenai sasaran.

c. Sikap Akhir

Nilai 1: Pandangan tidak mengarah kedepan, posisi badan tidak siap untuk menerima pengembalian *shuttlecock* dari lawan, posisi badan tidak tegak/kaku.

Nilai 2: Pandangan lurus mengarah kedepan, posisi badan tidak siap untuk menerima pengembalian *shuttlecock* dari lawan.

Nilai 3: Pandangan lurus mengarah kedepan, posisi badan siap untuk menerima pengembalian *shuttlecock* dari lawan.

d. Ketepatan Sasaran

Nilai 1: Hasil pukulan atau servis tidak tepat mengenai sasaran, hasil pukulan atau servis tidak menjatuhkan sasaran.

Nilai 2: Hasil pukulan atau servis tepat mengenai sasaran, tetapi tidak menjatuhkan sasaran.

Nilai 3: Hasil pukulan atau servis tepat mengenai sasaran, hasil pukulan atau servis menjatuhkan sasaran.

Dari perolehan data hasil tindakan siswa diatas, maka dapat terjawablah oleh peneliti bahwa masalah yang timbul dari sikap aktivitas siswa adalah melakukan sikap awal, perkenaan raket dengan *shuttlecock*, sikap akhir, serta ketepatan sasaran. Dimana siswa saat melakukan servis pendek *backhand* sikap ke-4 (empat) yang meliputi sikap tubuh, perkenaan raket dengan *shuttlecock*, sikap akhir, serta ketepatan sasaran masih belum mencapai target KKM pada saat pembelajaran servis pendek *backhand* tersebut. Kebanyakan siswa melakukan servis pendek *backhand* pada sikap tubuh itu masih kaku dan kurang begitu luas menggerakkan tubuhnya, kemudian siswa juga kurang begitu tepat menempatkan perkenaan raket dengan *shuttlecock*, sehingga *shuttlecock* yang dihasilkan pada pukulan servis tidak melewati net, dan sering sekali *shuttlecock* menyangkut dijaring net, ataupun *shuttlecock* tidak mengenai senar raket, lalu pada saat sikap akhir posisi kaki yang berada didepan (kaki terkuat) dan posisi tubuh siswa sering sekali tidak berada pada posisi siap, sehingga pada saat melakukan servis masih kurang baik dan tidak sesuai dengan gerak dasar tersebut yang mengakibatkan kelancaran pembelajaran tidak maksimal, serta pada ketepatan sasaranpun siswa kurang begitu tepat mengarahkan *shuttlecock* pada sasaran target yang ditentukan, sehingga hasil pukulan servis sering sekali tidak mengenai target atau sasaran tertentu. Oleh karena itu, peneliti melakukan cara lain untuk mendapat hasil yang baik dan benar yaitu dengan menerapkan modifikasi permainan tembak sasaran. Modifikasi permainan tembak sasaran merupakan permainan yang bersifat kompetisi atau perlombaan dengan dimainkan oleh beberapa orang atau kelompok. Siswa dibagi menjadi 4 kelompok yang terdiri dari masing-masing kelompok berjumlah 5 orang siswa. Setiap siswa yang melakukan servis harus mengenai atau menjatuhkan setiap sasaran yang berupa kaleng yang telah disediakan, dengan berbeda-beda jumlah serta bentuk kalengnya, masing-masing siswa diberikan 3 kali kesempatan melakukan servis. Dalam setiap pertandingan terdiri dari 2 kelompok yang bermain dalam permainan tembak sasaran. Setiap kelompok siswa yang berhasil mengumpulkan poin terbanyak berhak menjadi pemenang, dan kelompok yang kalah akan menggendong kelompok pemenang. Melalui modifikasi permainan tembak sasaran, pembelajaran servis pendek

backhand dalam bulutangkis akan terasa lebih menarik dan siswapun tidak akan cepat bosan dalam mengikuti pembelajaran, mendapat partisipasi dalam pembelajaran, memotivasi kreativitas semangat belajar siswa.

Berdasarkan paparan diatas penulis tertarik untuk melaksanakan penelitian mengenai pembelajaran Bulutangkis dengan judul “Meningkatkan Gerak Dasar Servis Pendek *Backhand* Bulutangkis Melalui Modifikasi Permainan Tembak Sasaran Kelas IV Sekolah Dasar Negeri Panjalin Kidul 2 Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka”.

B. Perumusan Masalah dan Pemecahan Masalah

1. Perumusan Masalah

Dari uraian ini penulis merumuskan beberapa permasalahan penelitian sebagai berikut :

- a. Bagaimana perencanaan pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar servis pendek *backhand* melalui modifikasi permainan?
- b. Bagaimana kinerja guru dalam meningkatkan gerak dasar servis pendek *backhand* bulutangkis melalui modifikasi permainan tembak sasaran?
- c. Bagaimana aktivitas siswa dalam pembelajaran bulutangkis servis pendek *backhand* yang dimodifikasi kedalam permainan tembak sasaran?
- d. Bagaimana hasil belajar siswa dalam pembelajaran servis pendek *backhand* dalam bulutangkis?

2. Pemecahan Masalah

Masalah tentang belum optimalnya guru penjas dalam menyajikan proses pembelajaran tugas gerak di Sekolah Dasar Negeri Panjalin Kidul 2 Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka khususnya dalam hal meningkatkan gerak dasar servis pendek *backhand* melalui modifikasi permainan tembak sasaran dipecahkan melalui proses penelitian tindakan kelas (*class action research*).

Penelitian tindakan kelas pada prinsipnya adalah penelitian yang dilakukan dalam *setting* kelas oleh guru sebagai pelaku pembelajaran. Bentuk penelitian tersebut dapat dikatakan sebagai penelitian tindakan kelas. Karena penelitian yang dilakukan dalam *setting* kelas harus melibatkan seorang guru penjas sebagai

pelaksana pembelajaran dan seorang peneliti sebagai *observer* sehingga proses pelaksanaan dan hasil penelitian ini menjadi tidak biasa. Sedangkan konsep penelitian tindakan terdiri dari empat komponen yaitu:

a. Tahap Perencanaan

- 1) Membuat skenario pembelajaran.
- 2) Membuat alat evaluasi belajar, untuk melihat peningkatan siswa dalam pembelajaran bulutangkis servis pendek *backhand*.
- 3) Membuat lembar observasi maupun catatan lapangan untuk melihat kinerja guru, aktivitas siswa dan peningkatan hasil belajar selama proses pembelajaran servis pendek *backhand* di kelas IV Sekolah Dasar Negeri Panjalin Kidul 2 dengan mengembangkan modifikasi permainan.

b. Tahap pelaksanaan

- 1) Mengkondisikan siswa kearah pembelajaran yang kondusif dengan metode bermain.
- 2) Guru memotivasi siswa.
- 3) Guru melakukan apersepsi sebelum kegiatan pembelajaran.
- 4) Guru menginformasikan tujuan pembelajaran.
- 5) Penjelasan teknik servis pendek *backhand*.
 - a) Menentukan Sikap Awal.
 - b) Menentukan Perkenaan Raket dengan *Shuttlecock*.
 - c) Menentukan Sikap Akhir.
 - d) Menentukan Ketepatan Sasaran.

c. Pengamatan

Guru dan peneliti mengamati (mencatat) proses pembelajaran gerak dasar servis pendek *backhand* pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Panjalin Kidul 2 Kecamatan Sumberjaya Kabupaten Majalengka.

Aktivitas siswa berkaitan dengan sikap dan perilaku sebelum (pada tahap persiapan), selama dan sesudah melaksanakan aktivitas belajar gerak dasar pada siswa kelas IV Sekolah Dasar Negeri Panjalin Kidul 2, termasuk juga memperoleh gambaran minat dan motivasi siswa dalam mengikuti kegiatan pembelajaran gerak dasar servis pendek *backhand* dalam cabang olahraga bulutangkis.

Untuk proses pengamatan yaitu mengenai kinerja guru dan aktivitas siswa dilakukan dengan cara pengamatan secara langsung selama proses pembelajaran dengan menggunakan lembar pertanyaan antara guru dan siswa maupun catatan lapangan kinerja guru dan aktivitas siswa. Sesudah penyampaian materi, siswa melakukan pos test untuk memperoleh perkembangan kemampuan individu dalam pembelajaran gerak dasar servis pendek *backhand*.

d. Refleksi

Untuk memperbaiki permasalahan dalam pembelajaran tersebut selain satu cara yang dapat digunakan adalah dengan memodifikasi permainan tembak sasaran, maka siswa akan bisa memahami pembelajaran tersebut. Tidak hanya itu, dengan menggunakan permainan tersebut siswa akan memiliki minat yang besar saat pembelajaran bulutangkis. Melalui modifikasi permainan tembak sasaran, siswa tidak merasa belajar pembelajaran sebenarnya, karena pembelajaran tersebut menggunakan modifikasi permainan tembak sasaran untuk meningkatkan gerak dasar servis pendek *backhand* pada cabang olahraga bulutangkis.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang diajukan, maka tujuan penelitian tindakan kelas ini adalah:

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran servis pendek *backhand* kedalam bentuk yang lebih menarik yaitu ke dalam bentuk permainan tembak sasaran.
2. Untuk mengetahui kinerja guru dalam pelaksanaan penerapan modifikasi permainan tembak sasaran sebagai bentuk modifikasi dalam pembelajaran servis pendek *backhand*.
3. Untuk mengetahui aktivitas siswa dalam pembelajaran servis pendek *backhand* dalam penerapan modifikasi permainan tembak sasaran pada cabang olahraga bulutangkis.
4. Untuk mengetahui hasil penerapan modifikasi permainan tembak sasaran dalam mengikuti pembelajaran servis pendek *backhand*.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian tindakan kelas ini akan memberikan manfaat yang berarti bagi:

- a. **Guru:** dengan dilaksanakan penelitian tindakan kelas ini guru dapat mengetahui tindakan yang efektif dan efisien untuk meningkatkan gerak dasar servis pendek *backhand* dalam rangka meningkatkan kemampuan gerak dasar sebagai pondasi bagi peningkatan keterampilan gerak tahap lanjut.
- b. **Siswa:** penelitian tindakan kelas ini akan bermanfaat bagi siswa untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan gerak dasar guna meningkatkan keterampilan gerak yang akan memberikan manfaat bagi kehidupan kesehariannya.
- c. **Sekolah Dasar :** hasil penelitian tindakan kelas ini akan memberikan sumbangan yang berarti bagi sekolah dalam rangka mempertahankan dan meningkatkan efektivitas dan efisiensi proses pembelajaran penjas. Terutama bagi sekolah yang tempat penelitian ini dilaksanakan dan bagi sekolah lain pada umumnya.

E. Batasan Istilah

Untuk menghindari multi penafsiran terhadap pokok permasalahan yang diteliti, berikut ini akan dijelaskan secara operasional beberapa istilah yang perlu diketahui kejelasannya.

Proses Meningkatkan

Kata “meningkatkan” memiliki kata dasar “tingkat” yang berarti lapisan dari sesuatu yang bersusun dengan imbuhan me-kan kata tingkat menjadi meningkatkan yang diartikan mengusahakan dapat menaikkan ketinggian yang lebih baik, artinya ada kenaikan hasil belajar siswa dari yang tidak bisa menjadi bisa. (Kamus Besar Bahasa Indonesia).

Gerak Dasar

Gerak dasar adalah semua proses dan tindakan yang diarahkan untuk terjadinya suatu perubahan perilaku dalam hal meningkatkan kemampuan gerak sehingga perilaku tersebut bersifat relatif permanen (Rusli Lutan, 23: 2002).

Servis Pendek *Backhand*

Backhand Service, jenis servis ini pada umumnya arah dan jatuhnya *shuttlecock* sedapat mungkin melayang relatif dekat diatas jaring (net). Dengan urutan gerak servis pendek *backhand* adalah:

Posisi Awal

- a. Pandangan mengarah kedepan,
- b. Tangan memegang *shuttlecock* dan raket,
- c. Posisi badan tegak dan rileks.

Posisi Kaki

- a. Posisi kaki terkuat berada didepan.
- b. Lutut kaki kanan dan kiri tidak menekuk.
- c. Jarak antara kaki kanan dan kaki kiri tidak berjauhan.

Posisi *Shuttlecock*

- a. Posisi siku tangan diangkat.
- b. Posisi *shuttlecock* berada dengan sejajar pusar.
- c. Perkenaan kepala raket dengan *shuttlecock* harus tepat.

Posisi Akhir

- a. Pandangan lurus kedepan
- b. Posisi badan siap untuk menerima pengembalian *shuttlecock* dari lawan.
- c. Siap untuk memainkan permainan dan mematikan gerakan lawan.

Permainan

Permainan adalah suatu alat atau bentuk yang digunakan pada waktu bermain yang tujuannya mencari kesenangan dan kegembiraan diri. (Kurniadi dan Prapanca 2010: 3).

Tembak Sasaran

Merupakan suatu permainan yang dilakukan oleh 2 kelompok dengan jumlah kelompok yang sama dimana peraturannya bahwa 2 kelompok tersebut harus berlomba-lomba mengenai atau menjatuhkan target sasaran, dengan sebanyak-banyaknya untuk mendapatkan prolehan poin atau hasil tembakan terbanyak untuk menjadi pemenang.