

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Keterampilan adalah aspek yang dibutuhkan didalam olahraga. Ketika seseorang memiliki keterampilan yang tinggi, ia dapat memberikan performa yang berkualitas sehingga orang lain yang bahkan memiliki pengetahuan tentang olahraga terbatas dapat merasa senang untuk melihatnya.(Bakhtiar, 2014). (Attewell, 1990) menyebutkan "keterampilan adalah gagasan tentang kompetensi atau keahlian-kemampuan untuk melakukan sesuatu dengan baik." Ketika seseorang melakukan tugas gerak, ia dapat disebut terampil ketika menguasai gerak secara efektif dan efisien. Untuk mencapai efisiensi sebuah keterampilan gerak, pelaku gerak harus melakukannya dengan sadar. Keterampilan gerak adalah sesuatu yang harus dipelajari secara terus menerus, karena dalam proses tersebut kita dapat menemukan kesulitan yang akan membuat kita termotivasi untuk menguasai keterampilan gerak yang diinginkan sehingga dapat melakukannya secara berulang-ulang. Salah satu olahraga yang membutuhkan keterampilan gerak adalah permainan bulutangkis.

Permainan bulutangkis adalah salah satu cabang olahraga yang memukul dan mengangkis bola yang terbuat dari bulu. Inti dari permainan bulutangkis adalah memasukan bola (shuttlecock) kelapangan lawan melalui net dengan dilakukan satu kali memukul. Jaring net ini adalah alat yang membatasi kedua bagian lapangan permainan, tempat para pemain berdiri. Hidayat (2017, hlm, 1.20) mengemukakan:

Permainan bulutangkis merupakan jenis olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket sebagai alat pemukul, satelkok sebagai obyek yang dipukul, dan berbagai keterampilan, mulai dari keterampilan dasar hingga keterampilan yang paling kompleks. Tujuan dari permainan bulutangkis ini adalah memperoleh angka dan kemenangan dengan cara menyebrangkan dan menjatuhkan satelkok di bidang permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul satelkok atau menjatuhkannya di daerah permainan sendiri.

Permainan bulutangkis merupakan permainan keterampilan yang memanfaatkan kualitas daya tahan, kemahiran, kecepatan, dan kekuatan. Pada saat yang sama juga adalah suatu kegiatan yang dapat dinikmati secara rekreasi oleh keluarga-keluarga di rumah selama acara kelompok dan di lingkungan sekolah (Ballou, 1998). Meskipun permainan bulutangkis digunakan sebagai olahraga rekreasi ataupun prestasi, banyak aspek yang harus dimiliki dan dikuasai. Menurut (Fallis, 2013) komponen performa olahraga meliputi a) teknik (teknik pukulan dan teknik lari) b) taktik c) pengkondisian (daya tahan, kecepatan, kekuatan, koordinasi) d) pikiran (pelatihan mental). Dalam bermain bulutangkis diperlukan penguasaan beberapa keterampilan gerak dasar dan stroke yang baik yaitu: clear (lob); pukulan yang diarahkan tinggi ke belakang, smash; pukulan keras menemuk dengan tenaga penuh, dropshot; pukulan menemuk dengan setengah tenaga, net; pukulan yang dilakukan dekat jaring(net) Hidayat, (2017, hlm, 1.19). Seperti menurut Tohar (1991) dalam Hidayat (2017, hlm. 2.6) "Keterampilan dasar merupakan salah satu jenis keterampilan yang harus dipahami dan dikuasai oleh setiap pemain dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis karena merupakan salah satu pendukung pokok prestasi olahraga". Dalam permainan bulutangkis, pukulan clear lob merupakan salah satu keterampilan dasar yang harus dikuasai karena sering digunakan. Pukulan clear lob adalah pukulan dari atas kepala yang hasil pukulanya melambung tinggi dan di arahkan ke bagian belakang lapangan permainan dan dapat menghasilkan pukulan lob serang yang bertujuan untuk menekan lawan ke bagian belakang lapang, atau lob bertahan yang bertujuan untuk mempersiapkan diri dengan memperbaiki posisi untuk selanjutnya memiliki cukup waktu menerima serangan berikutnya. (Hidayat , 2017, hlm. 2.43). Untuk menguasai keterampilan lob bertahan dalam permainan bulutangkis, dibutuhkan suatu strategi untuk menguasainya, dan strategi yang akan digunakan oleh penulis ada penetapan tujuan (goal setting).

Schunk & Ertmer (1999) mendefinisikan penetapan tujuan (goal setting) sebagai teknik atau strategi yang digunakan siswa atau atlet untuk belajar atau menguasai pengetahuan atau keterampilan. Penetapan tujuan bermaksud untuk memotivasi atlet supaya lebih produktif dan efektif (Locke, Latham, 1990). Selain memotivasi, penetapan tujuan memiliki banyak manfaat yang berpengaruh dalam psikologi seseorang seperti meningkatkan fokus, kepercayaan diri, juga meningkatkan upaya dan ketekunan. (Yusuf Hidayat, Juliantine, et al., 2020a). Penetapan tujuan memiliki pengaruh terhadap performa kerja yang akan dicapai oleh siswa atau atlet dalam proses penguasaan (process goal) atau pada hasil akhir (outcome goal). (Carver & Scheier, 1998). (Yusuf Hidayat, Juliantine, et al., 2020a) mengemukakan " *The process goal is effective due to its function in focusing the students' attention specifically to the key aspects of movement skill and the gradual effort to improve the accuracy of a movement skill* " , dapat disimpulkan bahwa penetapan tujuan efektif terhadap peningkatan keterampilan gerak lob bertahan karena dapat meningkatkan fokus terhadap akurasi gerak. Penetapan tujuan untuk mencapai penguasaan keterampilan gerak dibedakan menjadi tujuan dinamik, tujuan proses, dan juga tujuan hasil, dan ada juga yang para ahli yang mengklasifikasi penetapan tujuan berdasarkan jangka waktu pencapaiannya yaitu penetapan jangka waktu pendek, menengah, dan panjang Hidayat (2018, hlm. 172) . Lebih lanjut (Yusuf Hidayat, Juliantine, et al., 2020) juga mengemukakan "Goal Setting diklasifikasikan ke dalam *product goal* (berorientasi pada hasil akhir atau fokus pada kesempurnaan tugas), *process goal* (fokus pada penguasaan skill dan pengembangan skill), *performance goal* (diarahkan pada pencapaian skill gerak secara keseluruhan) , tujuan dinamis atau bergeser (berorientasi pada kombinasi tujuan proses dan produk), dan strategi multi-tujuan (MGS)" . Untuk mencapai penguasaan keterampilan gerak lob bertahan yang baik, jenis tujuan proses adalah strategi yang baik karena dalam prosesnya keterampilan gerak lob bertahan dibagi ke dalam beberapa bagian dan

berfokus pada penguasaan dan pengembangan skill. Tujuan proses juga tidak langsung melihat hasil akhir, tetapi bertahap mulai dari bagaimana tahap persiapan agar dapat melakukan pukulan lob bertahan yang baik. Dari uraian latar belakang di atas, penulis bermaksud untuk melakukan penelitian dengan judul "Analisis Keterampilan Gerak Dasar Lob Bertahan Berdasarkan Jenis Tujuan Proses".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi rumusan masalah pada penelitian ini yaitu "Bagaimana analisis validasi isi instrumen jenis tujuan proses digunakan dalam keterampilan gerak dasar lob bertahan?"

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis validasi isi jenis tujuan proses yang digunakan dalam keterampilan gerak dasar lob bertahan.

1.4 Manfaat Penelitian

Penulis mengharapkan manfaat dalam penelitian ini. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1.4.1 Secara Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat mendukung teori-teori yang ada khususnya tentang penetapan jenis tujuan proses dalam keterampilan gerak dasar lob bertahan.

1.4.2 Secara Praktik

1.4.2.1 Hasil dari penelitian diharapkan bisa menjadi penguat untuk menentukan jenis tujuan proses yang paling banyak digunakan dalam keterampilan gerak dasar lob bertahan untuk cabang olahraga bulutangkis.

1.4.2.2 Hasil dari penelitian diharapkan bisa menjadi pedoman dalam meningkatkan performa khususnya didalam cabang olahraga bulutangkis.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan dalam penulisan skripsi ini meliputi:

1.5.1 BAB I Pendahuluan

Terdiri dari Latar Belakang Penelitian, Rumusan Masalah, Tujuan Penelitian, Manfaat Penelitian mengenai analisis keterampilan gerak dasar lob bertahan berdasarkan jenis tujuan proses .

1.5.2 BAB II Kajian Pustaka

Terdiri dari Landasan Teori dan Penelitian Terdahulu yang Relevan mengenai analisis keterampilan gerak dasar lob bertahan berdasarkan jenis tujuan proses .

1.5.3 BAB III Metode Penelitian

Terdiri dari Metode Penelitian, Partisipan, Populasi Dan Sampel Penelitian, Instrumen Penelitian, Prosedur Penelitian Dan Analisis Data.

1.5.4 BAB IV Temuan dan Pembahasan

Terdiri dari Temuan Dan Pembahasan.

1.5.5 BAB V Penutup

Terdiri dari Simpulan, Implikasi Dan Rekomendasi mengenai analisis keterampilan gerak dasar lob bertahan berdasarkan jenis tujuan proses