

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Pendidikan jasmani merupakan salah satu program aktivitas jasmani yang sangat menarik dan menyenangkan. Di dalam program tersebut, selain mendidik guru sekaligus mendorong, membimbing dan membina peserta didik untuk mengembangkan kemampuan jasmani, rohani dan prilakunya ke arah pembentukan pola dan gaya hidup sehat untuk menjaga kebugaran jasmani dan rohaninya. Dauer dan Pangraji (Hadiati 2011:1) mengungkapkan bahwa :

Pendidikan jasmani adalah fase dari program pendidikan keseluruhan yang memberikan kontribusi, terutama melalui pengalaman gerak, untuk pertumbuhan dan perkembangan secara utuh untuk tiap anak. Pendidikan jasmani didefinisikan sebagai pendidikan melalui gerak dan harus dilaksanakan dengan cara-cara yang tepat agar memiliki makna bagi anak. Pendidikan jasmani merupakan program pembelajaran yang memberikan perhatian proporsional dan memadai pada domain-domain pembelajaran psikomotor, afektif dan kognitif.

Pendidikan jasmani merupakan salah satu program pendidikan yang memberikan kontribusi dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan yang berkaitan dengan menghubungkan antara gerak manusia dengan wilayah pendidikan lainnya, serta merupakan suatu proses seorang peserta didik yang dilakukan dalam keadaan sadar untuk mengembangkan kemampuan intelektual, keterampilan gerak, serta pembentukan karakter mental. Tujuan pendidikan jasmani tidak hanya dari aktivitas itu sendiri tetapi juga untuk mengembangkan potensi siswa melalui aktivitas jasmani.

Secara keseluruhan aktivitas jasmani dalam pendidikan jasmani ditujukan untuk mengembangkan potensi siswa dalam meningkatkan kebugaran jasmani, keterampilan sosial, mengembangkan sikap positif, dan perilaku yang memberikan kesejahteraan kepada peserta didik sebagai pelaku aktivitas jasmani. Pendidikan jasmani tidak hanya menekankan pada pengembangan keterampilan fisik dan pencapaian prestasi melainkan juga pada pencapaian tujuan program

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

pendidikan yang bersifat menyeluruh mencakup seluruh ranah kognitif, afektif, dan psikomotor. Namun demikian tidak menutup kemungkinan untuk diarahkan pada pencapaian prestasi kecabangan olahraga bagi siswa yang memiliki potensi dalam cabang olahraga tertentu, yakni melalui kegiatan ekstrakurikuler yang salah satu diantaranya adalah cabang olahraga bulutangkis.

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah populer dan dikenal banyak orang di seluruh dunia, seperti negara-negara bagian Eropa, Amerika, dan Afrika tidak terkecuali di negara-negara Asia seperti China, Korea, India, Malaysia dan termasuk di Indonesia. Hal ini dapat dilihat banyaknya pertandingan yang diselenggarakan mulai dari ASIAN games, Sea Games, bahkan multi event Internasional seperti Olimpiade.

Di Indonesia, permainan bulutangkis telah berkembang dari masa lalu sampai masa kini, banyak digemari oleh berbagai kalangan dan lapisan masyarakat serta tidak dibatasi oleh usia mulai dari anak-anak hingga dewasa bahkan sampai orang tua. Hal ini dapat dilihat dengan banyaknya lapangan dan kejuaran-kejuaran daerah bahkan tingkat Rukun Tetangga, selain itu juga banyaknya klub-klub yang didirikan di berbagai daerah baik oleh institusi pemerintah maupun swasta sebagai pusat-pusat pembinaan usia dini.

Pada dasarnya permainan bulutangkis adalah cabang olahraga yang dimainkan satu lawan satu, dan atau dua lawan dua. Masing masing pemain berusaha memukul kok sampai melewati batas lapangan permainan dan mampu menjatuhkan satelkok dibidang pertahanan lawan, seperti dijelaskan oleh Subarjah dan Hidayat (2007:1) bahwa “Pada hakekatnya permainan bulutangkis adalah permainan yang saling berhadapan satu lawan satu orang maupun dua orang lawan dua orang, dengan menggunakan raket dan satelkok sebagai alat permainan”

Bulutangkis termasuk salah satu materi yang ada dalam kurikulum sekolah, yang berperan penting untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa. Permainan bulutangkis tidak hanya mengandalkan aspek fisik saja, tetapi juga aspek tehnik, taktik, mental, yang dilakukan secara teratur pada saat melakukan pembelajaran, baik dalam aktivitas pendidikan jasmani maupun pelatihan bulutangkis.

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi  
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Bulutangkis merupakan permainan yang sudah memasyarakat dan bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, media rekreasi melepas penat, dan prestasi. Tohar dalam Subarjah & Hidayat, (2007:15) menegaskan bahwa:

Permainan bulutangkis tidak hanya mengendalikan fisik saja tetapi juga teknik, taktik, psikologi secara efektif, efisien dan simultan. 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.

Sesuai dengan kedua pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa permainan bulutangkis dimainkan satu lawan satu pada permainan tunggal dan dua lawan dua pada permainan ganda, tidak hanya mengandalkan aspek fisik saja tetapi juga aspek teknik, taktik, dan mental, atau psikologis.

Namun demikian berdasarkan fakta di lapangan, kerap kali ditemukan baik dalam konteks lingkungan pendidikan jasmani maupun di pembinaan sekolah-sekolah bulutangkis, program pembelajaran masih lebih menekankan pada pengembangan aspek fisik dan teknik, atau pada aspek psikomotorik, sementara aspek kognitif dan efektif masih diabaikan. Hal ini dikuatkan oleh Hidayat (2004:23) yang menyatakan bahwa salah satu masalah pokok dalam pendidikan jasmani adalah “terjadinya ketimpangan dalam penekanan dimensi kemanusiaan yang dikembangkan. Selama ini lebih ditekankan pada pengembangan dimensi psikomotorik, sementara dimensi kognitif dan afektif diterlantarkan”.

Tanpa bermaksud untuk mengecilkan usaha dan kerja keras yang telah dilakukan oleh para guru dan atau pelatih terkait dengan pembelajaran permainan bulutangkis, baik dalam konteks kegiatan pendidikan jasmani di lingkungan persekolahan maupun di klub-klub atau sekolah-sekolah bulutangkis, diperlukan upaya-upaya kreatif dan inovatif terkait dengan pengembangan metode, gaya, dan atau strategi pembelajaran yang digunakan.

Salah satu strategi pembelajaran yang sampai saat ini masih jarang bahkan mungkin belum diterapkan dalam pembelajaran permainan bulutangkis baik di lingkungan pendidikan jasmani maupun di sekolah-sekolah bulutangkis adalah strategi belajar imajeri mental. Imajeri mental merupakan satu dari tiga strategi

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

belajar kognitif yang bisa digunakan dalam konteks pendidikan jasmani, dua strategi belajar lainnya adalah *self-talk* dan penetapan tujuan (*goal setting*), seperti disebutkan oleh Anderson (1997:31) bahwa ada tiga strategi belajar dari perspektif kognitif yang bisa digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, yaitu *self-talk*, imajeri mental, dan penetapan tujuan.

Sebagai sebuah strategi belajar, imajeri mental berkaitan dengan sebuah proses mental (*a mental process*) yang dapat digunakan untuk membantu siswa mengembangkan sebuah rencana konseptual untuk memahami dan mengorganisasi suatu tugas (Murphy & Jowdy, 1992 dalam Anderson, 1997:32). Selanjutnya Hidayat (2012:119) menegaskan bahwa:

Imajeri mental adalah suatu tehnik untuk membayangkan atau memunculkan kembali dalam pikiran suatu objek, peristiwa/pengalaman gerak yang benar dan telah disimpan dalam ingatan, sesuai dengan apa yang pernah dilihat dan dialami dalam pembelajaran atau pelatihan olahraga yang sebenarnya.

Hall, Mack, Paivio, dan Hausenblas (Hidayat, 2012:121-123) menambahkan bahwa imajeri mental memiliki dua fungsi pokok, yaitu fungsi instruksional dan motivasional. Fungsi instruksional berkaitan dengan fungsi mengembangkan dan melakukan keterampilan gerak (keterampilan target), serta mengembangkan cara, teknik, atau strategi bermain, sedangkan fungsi motivasional berkenaan pengembangan aspek-aspek mental, seperti meningkatkan motivasi, perhatian, kepercayaan diri, sikap positif, mengendalikan ketegangan dan kecemasan,

Berdasarkan penelusuran terhadap sejumlah sumber seperti Varner, Davis, Edward, dan Subarjah (Subarjah & Hidayat 2007:31) 'secara umum keterampilan dasar bulutangkis dikelompokkan ke dalam empat bagian yaitu (1) cara memegang raket, (2) sikap siap (*stance* atau *ready*), (3) gerak kaki (*foot work*), (4) gerak memukul (*stroke*)'. Dua dari keterampilan dasar yang harus diajarkan dan dikuasai oleh siswa atau atlet pemula adalah lob bertahan (*clear lob/overhead lob*) dan servis tinggi atau *high service* (Hidayat, 2004:15). Lob bertahan adalah pukulan dari atas kepala yang hasil pukulannya melambung tinggi dan diarahkan ke bagian belakang lapangan permainan sedangkan servisi tinggi adalah pukulan

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

dari bawah yang hasil pukulannya melambung tinggi dan diarahkan ke bagian belakang lapangan permainan (Subarjah & Hidayat, 2007:53). Kedua jenis teknik pukulan ini merupakan jenis pukulan yang paling sering digunakan dalam permainan tunggal.

Memahami pokok-pokok pikiran singkat di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait dengan penerapan strategi belajar imajeri mental instruksional dalam kaitannya dengan peningkatan hasil belajar keterampilan dasar servis tinggi dan lob bertahan pada siswa pemula sekolah bulutangkis Fakultas Pendidikan Olahaga dan Kesehatan (FPOK) Universitas Pendidikan Indonesia (UPI)

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian pokok-pokok pikiran latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut:

- (1) Apakah penerapan strategi belajar imajeri mental intruksional memberikan pengaruh terhadap hasil belajar keterampilan dasar lob bertahan dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis FPOK ?
- (2) Apakah penerapan strategi belajar imajeri intruksional memberikan pengaruh terhadap hasil belajar keterampilan dasar servis tinggi dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis FPOK ?
- (3) Apakah penerapan strategi belajar imajeri intruksional memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hasil belajar keterampilan dasar servis tinggi dan lob bertahan dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis FPOK ?

### **C. Tujuan Penelitian**

Setiap penelitian harus didasarkan pada tujuan yang akan dicapai, sebab tujuan akan mengarahkan proses penelitian yang akan dilakukan. Sesuai dengan ketiga rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian adalah sebagai berikut:

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

- (1) Untuk menguji pengaruh penerapan strategi belajar imajeri mental intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar lob bertahan dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis FPOK ?
- (2) Untuk menguji pengaruh penerapan strategi belajar imajeri mental intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar servis tinggi dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis FPOK ?
- (3) Untuk menguji perbedaan pengaruh penerapan strategi belajar imajeri mental intruksional terhadap hasil belajar keterampilan dasar servis tinggi dan lob bertahan dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis FPOK ?

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dalam penelitian dibagi kedalam dua kategori, yaitu manfaat teoretis dan praktis:

##### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai bahan masukan dan tambahan informasi ilmiah bagi guru, pelatih, pemain dan pembina olahraga bulutangkis terkait dengan hubungan sebab akibat antara strategi belajar imajeri mental instruksional dengan hasil belajar keterampilan dasar lob bertahan & servis tinggi dalam permainan bulutangkis.

##### **2. Manfaat praktis**

- (1) Bagi penulis: dapat memperoleh pengetahuan dan wawasan dalam pembelajaran permainan bulutangkis dengan menerapkan strategi belajar imajeri intruksional dalam permainan bulutangkis.
- (2) Sebagai masukan informasi bagi siswa yang mengikuti kegiatan diklat FPOK tentang perlunya strategi belajar imajeri intruksional untuk membina penguasaan keterampilan lob bertahan dan servis tinggi dalam permainan bulutangkis
- (3) Sebagai bahan pengetahuan bagi guru pendidikan jasmani dan pelatih mengenai strategi belajar yang dapat diterapkan untuk meningkatkan

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

penguasaan keterampilan lob bertahan dan servis tinggi yaitu dengan strategi belajar imajeri intruksional

### **E. Batasan Penelitian**

Agar fokus masalahnya lebih jelas, maka penelitian ini ruang lingkupnya akan di batasi sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah strategi belajar imajeri intuksional
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan dasar pukulan lob bertahan dan servis tinggi.
3. Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen lapangan.
4. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa sekolah bulutangkis FPOK.
5. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa sekolah bulutangkis FPOK.
6. Penelitian akan dilaksanakan di sekolah bulutangkis FPOK UPI Jalan PHH Mustopa nomor 200 Bandung.

### **F. Definisi Istilah**

Istilah-istilah yang digunakan dalam judul penelitian ini perlu didefinisikan secara jelas agar tidak terjadi kesalahan dalam memahami istilah-istilah tersebut. Istilah-istilah yang dimaksud adalah sebagai berikut:

1. Strategi belajar adalah alat kognitif yang digunakan secara sistematis untuk mengelola proses berfikir terkait dengan penguasaan pengetahuan dan keterampilan (Anderson, 1992 dalam Anderson, 1997:30).
2. Imajeri mental instruksional adalah jenis imajeri mental yang berfungsi untuk mengembangkan dan melakukan keterampilan gerak (keterampilan target), serta mengembangkan cara, teknik, atau strategi bermain (Hidayat, 2012:5).
3. Hasil Belajar adalah tingkat kemampuan penguasaan siswa/atlet terhadap tujuan belajar pada aspek keterampilan dasar bulutangkis lob bertahan dan servis tinggi yang diperolehnya setelah mengikuti proses belajar (Hidayat, 2012:6).

**Ridwan Fauzi, 2013**

Pengaruh Penerapan Strategi Belajar Imajeri Intruksional Terhadap Hasil Belajar Keterampilan Dasar Lob Bertahan Dan Servis Tinggi

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

4. Keterampilan servis tinggi adalah jenis pukulan dalam permainan bulutangkis yang dilakukan dari bawah yang hasil pukulannya melambung tinggi keatas dan jatuh pada bagian belakang derah pertahanan lawan (*back border line*). (Subarjah & Hidayat, 2007:52).
5. Keterampilan dasar lob bertahan adalah jenis pukulan dalam permainan bulutangkis yang dilakukan dari atas kepala yang hasil pukulnya melambung tinggi ke atas diarahkan ke daerah pertahanan lawan (*back border line*). (Subarjah & Hidayat, 2007:67).

