

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

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

Permainan bulutangkis adalah cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat di seluruh dunia, seperti negara-negara bagian Eropa dan Afrika tidak terkecuali di negara-negara Asia seperti Malaysia, Cina, Thailand dan termasuk di Indonesia. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya masyarakat yang ikut serta dalam setiap kegiatan olahraga bulutangkis yang diselenggarakan dalam bentuk pertandingan, mulai dari pertandingan tingkat kompleks perumahan, pertandingan peringatan 17 Agustus hingga pertandingan tingkat dunia seperti Thomas dan Uber Cup atau Olimpiade. Olahraga bulutangkis dapat dimainkan mulai dari anak-anak hingga orang dewasa serta dapat dilakukan di dalam maupun di luar ruangan.

Olahraga bulutangkis di Indonesia sudah dikenal sejak lama, sehingga olahraga ini merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup populer di kalangan masyarakat Indonesia. Sebagaimana dikemukakan Sakir dan Genikarsa (1989: 111) bahwa bulutangkis dikenal di Indonesia sejak pada zaman penjajahan Belanda.

Pada tanggal 5 Mei 1951 di Indonesia didirikanlah organisasi induk cabang olahraga bulutangkis yang dikenal dengan nama Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI). Organisasi inilah yang menjadi cikal bakal munculnya pebulutangkis handal yang dapat mengharumkan nama bangsa, seperti yang dibuktikan pebulutangkis tunggal yaitu Susi Susanti dan Alan Budikusumah yang

meraih dua medali emas pada Olimpiade Barcelona tahun 1992. Perlu diingat juga bahwa olahraga bulutangkis *walk in* untuk pertama kalinya dipertandingkan di Olimpiade, bahkan dalam kejuaraan-kejuaraan dunia seperti dalam Thomas dan Uber Cup serta terbukti sudah beberapa kali piala tersebut direbut tim Indonesia. Pemain bulutangkis Indonesia seperti Rudi Hartono, Tjuntjun, Johan Wahyudi, Christian Hadinata, Ii Soemirat, Verawati Fajrin, Ivana Lie, Susi Susanti, Liem Swe King, Icuk Sugiarto, Joko Supriyanto, Alan Budikusumah, Haryanto Arbi, Ricky Subagja, Rexy Mainaki, Taufik Hidayat, dan yang lainnya adalah sederetan pemain yang pernah menjadi juara dunia pada zamannya dan tak pernah hilang dalam perjalanan sejarah bulutangkis Indonesia.

Dari waktu ke waktu perkembangan bulutangkis ini semakin pesat, hal ini disebabkan makin tingginya keterampilan penguasaan teknik dari para pemainnya. Keterampilan teknik bermain yang dimiliki oleh rata-rata pemain akan memberikan suatu permainan yang bermutu. Untuk mendapat suatu keterampilan penguasaan yang baik, maka dari sejak dini para pemain harus sudah diberikan pelajaran teknik dasar, sehingga dengan teknik dasar yang telah dikuasainya itu pemain dapat mengembangkan keterampilannya di masa yang akan datang.

Untuk menjadi pebulutangkis yang handal perlu berbagai macam persyaratan yang salah satunya adalah penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis. Dalam cabang olahraga bulutangkis terdapat berbagai teknik dasar, diantaranya teknik *service*, *dropshot*, *lob*, *drop*, dan gerak kaki. Sebagaimana dikemukakan Poole (1986: 10) bahwa keterampilan dasar olahraga bulutangkis dapat dibagi dalam lima bagian,

yaitu (1) *serve*, (2) *dropshot*, (3) *overhead*, (4) *drive*, dan (5) *drop*. Kelima teknik dasar permainan bulutangkis tersebut harus dikuasai pebulutangkis untuk menunjang atau mencapai tujuan permainan.

Salah satu teknik dasar olahraga bulutangkis yang banyak digunakan untuk mengecoh permainan lawan adalah pukulan *dropshot*. Dalam permainan bulutangkis, *dropshot* menurut James Poole (1982: 132) diartikan sebagai pukulan yang tepat melalui jaring, dan langsung jatuh ke sisi lapangan lawan. Menurut Tohar (1992: 50) *dropshot* adalah pukulan yang dilakukan dengan cara menyeberangkan *shuttlecock* ke daerah pihak lawan dengan menjatuhkan *shuttle cock* sedekat mungkin dengan net. *Dropshot* dalam permainan bulutangkis sering disebut juga pukulan *netting*. Pukulan ini dilakukan dengan cara mengembalikan *shuttle cock* pada saat mencapai titik tertinggi di atas *net* sehingga pemukulannya dilakukan dengan cara dipotong atau diiris.

Oleh karena itu, agar siswa sekolah menengah pertama dapat menguasai teknik-teknik dasar permainan bulutangkis, salah satunya teknik *dropshot* melalui modifikasi net yang direndahkan. Modifikasi yang dimaksud adalah mengubah net dari ketinggian yang sebenarnya menjadi lebih rendah, caranya dengan merubah ketinggian net yang sebenarnya secara bertahap mulai dari 155 cm direndahkan 20 cm sampai mencapai ketinggian 145 cm dan 135 cm. Siswa diharapkan dapat menguasai keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis secara optimal dengan cara memodifikasi ketinggian net.

Kendati demikian, teknik dasar yang akan diberikan dalam penelitian ini adalah keterampilan *dropshot*. Populasi penelitiannya yaitu siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan pengayaan dan perbaikan yang berkaitan dengan program ekstrakurikuler dan intrakurikuler. Kegiatan ini dapat dijadikan sebagai wadah bagi siswa yang memiliki minat mengikuti kegiatan tersebut. Melalui bimbingan dan pelatihan guru, kegiatan ekstrakurikuler dapat membentuk sikap positif terhadap kegiatan yang diikuti oleh para siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah bertujuan agar siswa dapat memperkaya dan mengembangkan diri. Proses pengembangan diri ini dapat dilakukan dengan cara memperluas wawasan dan mendorong pembinaan sikap atau nilai-nilai.

Pengertian ekstrakurikuler menurut kamus besar bahasa Indonesia (2002: 291) yaitu suatu kegiatan yang berada di luar program yang tertulis di dalam kurikulum seperti latihan kepemimpinan dan pembinaan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler sendiri dilaksanakan diluar jam pelajaran wajib. Kegiatan ini memberi keleluasaan waktu dan memberikan kebebasan pada siswa, terutama dalam menentukan jenis kegiatan yang sesuai dengan bakat serta minat mereka. Menurut Lutan (1986: 72)

Program ekstrakurikuler merupakan bagian internal dari proses belajar yang menekankan pada pemenuhan kebutuhan anak didik. Antara kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler sesungguhnya tidak dapat dipisahkan, bahkan kegiatan ekstrakurikuler perpanjangan pelengkap atau penguat kegiatan intrakurikuler untuk menyalurkan bakat atau pendorong perkembangan potensi anak didik mencapai tarap maksimum.

Sehubungan dengan penjelasan tersebut, dapat penulis kemukakan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang menekankan kepada kebutuhan siswa agar menambah wawasan, sikap dan keterampilan siswa baik di luar jam pelajaran wajib serta kegiatannya dilakukan di dalam dan di luar sekolah.

Berdasarkan permasalahan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai masalah tersebut dengan judul "Upaya Meningkatkan Keterampilan *Dropshot* dalam Pembelajaran Bulutangkis Melalui Modifikasi Net yang Drendahkan".

#### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat merumuskan pertanyaan penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh latihan *dropshot* dengan posisi net tetap, yaitu 155 cm terhadap keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon ?
2. Apakah terdapat pengaruh latihan *dropshot* dengan posisi net berubah dari ketinggian 155 cm ke ketinggian 145 cm, terhadap keterampilan *dropshot* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon ?
3. Apakah terdapat pengaruh latihan *dropshot* dengan posisi net berubah dari ketinggian 155 cm ke ketinggian 135 cm, terhadap keterampilan *dropshot*

siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon ?

4. Manakah yang lebih baik antara latihan *dropshot* dengan posisi net tetap, 155 cm dan net berubah 145 cm dan 135 cm terhadap keterampilan *dropshot* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon ?

### C. Batasan Masalah Penelitian

Untuk menghindari terjadinya variabel penelitian yang lebih luas, maka peneliti membatasi masalah dalam penelitian ini hanya terkait hal berikut:

1. Aspek yang diteliti hanya terbatas untuk memperoleh fakta tentang pengaruh modifikasi net yang direndahkan terhadap keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis siswa sekolah dasar.
2. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan desain penelitian *pre-test* dan *post-test*, yaitu melaksanakan kegiatan latihan *dropshot* bulutangkis dengan menggunakan modifikasi net yang direndahkan. Pelaksanaan latihan selama 16 kali pertemuan ditambah dua kali tes yaitu tes awal dan tes akhir. Pengambilan data dilakukan di lapangan olahraga di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon.
3. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon sebanyak 30 orang. Karena subjek penelitian ini ditentukan

jumlahnya yaitu 30 orang, maka seluruh populasi dijadikan objek penelitian atau *total sample*.

4. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *dropshot* bulutangkis yang dilakukan dalam lima kali kesempatan (diambil angka). Tes ini bertujuan untuk mengukur keterampilan melakukan *dropshot* di atas net ke sasaran dengan cepat dan terarah yang dilakukan sebanyak 20 kali kesempatan.

#### **D. Tujuan Penelitian**

Mengacu pada rumusan dan batasan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk menguji pengaruh latihan *dropshot* dengan posisi net tetap 155 cm terhadap keterampilan *dropshot* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon.
2. Untuk menguji pengaruh latihan *dropshot* dengan posisi net berubah dari ketinggian 155 cm direndahkan menjadi 145 cm terhadap keterampilan *dropshot* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon.
3. Untuk menguji pengaruh latihan *dropshot* dengan posisi net berubah dari ketinggian 155 cm direndahkan menjadi 135 cm terhadap keterampilan

*dropshot* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon.

4. Untuk menguji manakah yang lebih baik antara latihan *dropshot* dengan posisi net tetap 155 cm dan net berubah 145 cm dan 135 cm terhadap keterampilan *dropshot* siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Secara teoritis hasil penelitian ini bermanfaat sebagai berikut:

1. Untuk memberi bahan masukan dan tambahan informasi ilmiah bagi, pemain, pelatih, dan pembina olahraga bulutangkis, khususnya berkenaan dengan penguasaan keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis.
2. Memberikan informasi kepada pembaca bahwa keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis dapat dilatih dengan berbagai bentuk latihan, salah satunya dengan modifikasi net yang direndahkan.

Secara praktis, hasil dari penelitian ini bermanfaat sebagai berikut:

1. Sebagai tambahan informasi bagi siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten



Cirebon tentang perlunya membina penguasaan keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis.

2. Sebagai tambahan pengetahuan bagi guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan mengenai bentuk latihan yang dapat diterapkan untuk meningkatkan penguasaan keterampilan *dropshot* yaitu dengan modifikasi net yang direndahkan bagi anak didiknya.

#### **F. Anggapan Dasar**

Anggapan dasar yang melandasi penelitian ini sebagai berikut.

1. Di dalam belajar gerak materi yang dipelajari adalah pola-pola gerak keterampilan gerak tubuh. Proses belajarnya meliputi pengamatan gerakan untuk bisa mengerti bentuk gerakannya, kemudian menirukan dan mencoba melakukannya berulang kali untuk kemudian menerapkan pola-pola gerak yang dikuasai didalam kondisi gerakan yang lebih efisien untuk menyelesaikan tugas gerak tertentu. Sedangkan hasil dari belajar gerak adalah peningkatan kualitas gerak tubuh (Sugiyanto, 1993:234)
2. Modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntuhkannya dalam bentuk aktivitas belajarnya, cara ini dimaksudkan untuk menuntut, menganalisa dan membelajarkan siswa dari yang tadinya lebih rendah menjadi memiliki yang lebih tinggi (Bahagia, 2001:1).

3. Latihan yang dilakukan secara sistematis dan teratur serta mengikuti prinsip-prinsip latihan akan memberikan perubahan yang positif terhadap kemampuan penguasaan berbagai keterampilan gerak siswa sekolah dasar (James Poole , 1982: 16).
4. Perubahan-perubahan fisiologis dan psikologis yang positif hanyalah mungkin apabila atlet berlatih melalui suatu program latihan yang intensif, yaitu latihan yang secara progresif menambah program kerja, jumlah ulangan gerakan (repetisi), serta kadar intensitas dari repetisi tersebut (Harsono, 2001 : 112)
5. Kelebihan latihan menggunakan modifikasi net direndahkan pada permainan bulutangkis adalah dapat memotivasi siswa/atlet untuk belajar teknik dasar *dropshot*, memudahkan siswa dalam melakukan teknik dasar *dropshot*, dan dapat memukul dan memasukan *shuttlecock* dengan mudah (Tohar, 1992: 56).

#### **G. Hipotesis**

Berdasarkan anggapan dasar di atas, maka penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut :

“ Adanya perbedaan yang signifikan antara pengaruh net tetap dengan net yang dimodifikasi, yaitu ketinggian net direndahkan terhadap keterampilan *dropshot* dalam permainan bulutangkis, siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMPN 1 Plumbon Kabupaten Cirebon”.

#### **H. Metode Penelitian**

Metode penelitian yang digunakan yaitu eksperimen yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi net yang direndahkan terhadap kemampuan *dropshot* siswa. Pendekatan ini menggunakan teknik *pre-test* dan *post-test*. *Design* atau pola yang digunakan dalam penelitian ini yaitu model *subject design* atau pola M-S, dengan pengertian "*Matched Subject Design*", yaitu eksperimen yang menggunakan dua kelompok sampel yang sudah disamakan subjek demi subjek sebelum perlakuan dilaksanakan.

Dua kelompok yang dibagi tersebut yaitu kelompok kontrol (net tetap) dan kelompok eksperimen (net berubah). Berdasarkan kebutuhan penelitian kelompok eksperimen dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok eksperimen dengan ketinggian net 145 cm dan kelompok eksperimen dengan ketinggian net 135 cm. Pembagian kelompok dilakukan dengan pengurutan hasil tes awal kemudian dibagi tiga kelompok dengan kemampuan yang seimbang, satu kelompok untuk dijadikan kelompok kontrol dan dua kelompok untuk dijadikan kelompok eksperimen dengan jumlah masing-masing sampel sama yakni masing-masing kelompok berjumlah 10 orang siswa.

Ketiga kelompok yang memiliki tingkat kemampuan yang seimbang diundi. Hal ini bertujuan memberikan kesempatan yang sama pada kedua kelompok untuk menjadi dua kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol, sehingga subjektivitas dari peneliti tidak ada masuk didalamnya. Sehingga akan dapat ditentukan kelompok mana yang menjadi kelompok eksperimen maupun kelompok kontrol.

## I. Lokasi dan Sampel Penelitian

Penelitian ini bertempat di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Plumbon Kabupaten Cirebon. Dalam design penelitian ini menggunakan data populasi terbatas yaitu siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis dengan pertimbangan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat lebih difokuskan untuk meningkatkan kemampuan *dropshot* melalui modifikasi net yang direndahkan.

