BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu aktivitas fisik manusia, yang sudah di jadikan sebagai kebutuhan hidup yang melibatkan otot otot besar. Olahraga dapat di jadikan sebagai media dalam pemenuhan kebutuhan ekonomi, popularitas, menjaga kebugaran dan rehabilitas, sebagai media rekreasi, pendidikan dan juga prestasi tentunya. Tergambar jelas bahwa olahraga mempunyai banyak ragam, baik cabang maupun jenis kegunaannya. Olahraga dapat di kelompokkan dalam tiga lingkup yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Menurut pasal 18 dalam undang-undang siskornas ayat 1 dan 2 olahraga pendidikan di selenggarakan sebagai proses pendidikan dan ayat 2 olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler yang diikuti dan dilaksanakan oleh siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah, yang bertujuan agar siswa dapat memperkaya dan memperluas diri.

Pendidikan jasmani dan kesehatan yang ada di sekolah pada hakikatnya merupakan bagian integral dari suatu program pengajaran pendidikan itu sendiri, yang mana di harapkan dalam pelaksanaan kegiatan tersebut dapat memberikan suatu sumbangsih yang positif dan efektif bagi tumbuh kembangnya anak tersebut, sehingga dalam proses pelaksanaan siswa mampu melakukan berbagai pengembangan strategi pembelajaran pendidikan jasmani yang berlangsung di luar kelas. Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan sebuah investasi jangka panjang dalam upaya

pembinaan mutu sumber daya manusia Indonesia. Hasil yang di harapkan itu akan di capai setelah masa yang cukup lama. Upaya pembinaan warga masyarakat dan peserta didik melalui pendidikan jasmani dan olahraga membutuhkan kesabaran dan keikhlasan untuk berkoban. Pendidikan jasmani dan olahraga di lembaga pendidikan formal dapat berkembang lebih pesat agar mampu menjadi landasan bagi pembinaan keolahragaan nasional. Proses pembentukan sikap dan pembangkitan motivasi harus di mulai pada usia dini, oleh sebab itu pendidikan jasmani kesehatan, rekreasi , dan olahraga sudah di mulai sejak seseorang berada di bangku TK, sekolah dasar sampai dengan perguruan tinggi .

Tujuan pendidikan yaitu membentuk manusia seutuhnya selain dapat dilakukan dengan kegiatan belajar penjas, tidak menutup kemungkinan dapat di laksanakan juga di luar jam belajar, di antaranya dapat dilakukan dengan mengadakan pengembangan program pengajaran di luar pelajaran yaitu melalui kegiatan ekstrakurikuler. Jenis kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah biasanya banyak jenisnya. Ekstrakurikuler ini biasanya dapat diadakan didalam maupun diluar sekolah, hal ini sesuai dengan kondisi sekolah tersebut.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang bernilai tambahan yang di berikan sebagai pendamping pelajaran yang di berikan secara intrakurikuler. Bidangnyanya seperti olahraga , kesenian , pengembangan pribadi, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri.

Kegiatan ekstrakurikuler yang di selenggarakan di luar jam pelajaran, selain membantu siswa dalam pengembangan minat, juga dapat membantu siswa agar mempunyai semangat baru untuk lebih giat dalam belajar yang menjadi program utama sekolah serta menanamkan tanggung jawabnya sebagai warga negara yang mandiri dan disiplin.

Jenis kegiatan ekstrakurikuler yang ada di sekolah salah satunya adalah olahraga, dengan ekstrakurikuler olahraga di harapkan siswa mampu mengembangkan bakat, minat, prestasi serta membantu meningkatkan kebugaran jasmani siswa.

Seseorang yang melakukan kegiatan dan aktivitas sudah tentu merupakan proses terjadinya dorongan-dorongan untuk memenuhi kebutuhan atau tujuan yang dicapai, misalnya mengikuti kegiatan olahraga atau perkumpulan olahraga karena adanya dorongan untuk berprestasi, kesehatan, kepuasan, atau tujuan lainnya dengan didasari kesukaannya. Sudah jelas bahwa setiap orang yang melakukan kegiatan olahraga pasti memiliki minat dan motivasi. Minat tiap anak yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler pastinya berbeda antara satu dengan lainnya. Adapun minat dapat memperlihatkan tingkat keseriusan seorang anak dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Oleh karena itu sekolah diharapkan dapat menyalurkan potensi-potensi yang dimiliki siswanya dengan memiliki beragam kegiatan ekstrakurikuler, seperti halnya di SMA Negeri 35 Jakarta. Pengembangan program pengajaran di luar jam pelajaran sekolah ini memiliki banyak kegiatan ekstrakurikuler, yang salah satunya adalah kegiatan ekstrakurikuler Squash.

Cabang olahraga squash belum termasuk dalam kurikulum sekolah, karena adanya berbagai hambatan di sekolah seperti tidak adanya sarana dan prasarana olahraga squash di sekolah dan kurangnya informasi dalam olahraga squash. Cabang olahraga ini dapat terlaksana dengan adanya inisiatif guru untuk memperkenalkan olahraga squash sebagai olahraga pilihan.

Proses pembelajaran pukulan *forehand drive* squash ketika dilaksanakan apa adanya, maka guru pendidikan jasmani tidak akan mampu

menciptakan suatu strategi pembelajaran yang baik, akibatnya pengalaman belajar siswa sangat kurang sekali, kesempatan belajar yang di peroleh untuk menguasai teknik dasar forehand drive squash hanya beberapa kali saja, disisi lain alokasi waktu yang tersedia kurang maksimal, karena minimnya alat-alat pembelajaran, sehingga lebih banyak waktu digunakan untuk menunggu giliran melakukan teknik dasar *forehand drive* squash, guru dalam mengajarkan *forehand drive* squash selalu memikirkan materi pembelajaran agar di buat semenarik mungkin sehingga pembibitan siswa dapat dilakukan sedini mungkin, makanya perlu adanya pembelajaran tambahan dengan mengikuti kegiatan ekstrakurikuler squash di sekolah.

Dalam pelaksanaannya kegiatan ini tentunya masih banyak hal yang menjadi penghambat salah satunya proses regenerasi yang tidak berjalan dengan baik sehingga belum sesuai dengan apa yang di harapkan. Akan tetapi partisipasi atau keikutsertaan dari siswa-siswi dalam mengikuti kegiatan ini cukup menunjukkan hal yang positif. Para siswa yang sudah bergabung walaupun jumlahnya sedikit, tetapi tingkat antusiasnya cukup tinggi.

Melihat salah satu teknik dasar dalam permainan squash bertempat di SMA Negeri 35 Jakarta Pusat, yaitu pada latihan *Forehand Drive* terlihat siswa banyak yang belum mengerti konsep pelaksanaan *Forehand Drive* yang benar dan dalam pelaksanaan tahapan gerakan siswa melewati point-point yang penting dalam melakukan gerakan.

Namun, tidak semua siswa dapat melakukan sesuai dengan apa yang di inginkan. Kesalahan melakukan gerakan dan di lakukan terus-menerus dapat menjadi otomatisasi gerak dan akhirnya sulit untuk melakukan gerakan yang benar. Pemecahan masalah ini salah satunya dengan menetapkan

metode latihan yang tepat yang dapat memotivasi siswa dan meningkatkan kemampuan siswa.

Pada kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 35 Jakarta sering menggunakan kegiatan latihan ekstrakurikuler ini dengan metode keseluruhan dan saya ingin mengetahui bagaimana metode keseluruhan terhadap kegiatan ekstrakurikuler squash, dan tentunya juga untuk mengembangkan salah satu metode latihan yang lainnya yaitu dengan menggunakan metode bagian terhadap kegiatan ekstrakurikuler squash di SMA Negeri 35 Jakarta Pusat. Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian tentang metode keseluruhan dan bagian terhadap peningkatan teknik *forehand drive* pada siswa-siswi di ekstrakurikuler squash di SMA Negeri 35 Jakarta Pusat.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka terdapat permasalahan, yang perlu diidentifikasi untuk mencari jawabannya, adapun permasalahannya adalah sebagai berikut :

1. Metode bagian dapat meningkatkan teknik dalam mempelajari keterampilan pukulan *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat.
2. Metode keseluruhan dapat meningkatkan teknik dalam mempelajari keterampilan pukulan *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat.

3. Metode bagian lebih efektif terhadap peningkatan dalam mempelajari keterampilan teknik pukulan *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah dan banyaknya pertanyaan yang harus di jawab, maka peneliti membatasi masalah tentang : “Efektifitas Metode Bagian dan Metode Keseluruhan Terhadap Keterampilan Teknik Pukulan *Forehand Drive* Pada Siswa SMA Negeri 35 Jakarta Pusat Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Squash”. Dengan itu peneliti akan mengetahui metode manakah yang lebih efektif dalam mempelajari teknik dasar *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 35.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut :

1. Apakah metode bagian dapat membantu siswa untuk mempermudah mempelajari keterampilan teknik *forehand drive* secara efektif ?
2. Apakah metode keseluruhan dapat membantu siswa untuk mempermudah mempelajari keterampilan teknik *forehand drive* secara efektif ?
3. Manakah yang lebih efektif antara metode bagian dan metode keseluruhan ?

E. Kegunaan Penelitian

Peneliti mengharapkan dengan hasil penelitian ini dapat menghasilkan manfaat- manfaat seperti :

1. Di harapkan dengan mempelajari keterampilan teknik pukulan *forehand drive*, siswa dapat melakukan gerakan tersebut dengan baik dan benar.
2. Di harapkan bagi siswa dapat meningkatkan motivasi dan keterampilan.
3. Dapat menjawab penelitian mengenai perbandingan metode bagian dan metode keseluruhan terhadap efektifitas mempelajari teknik dasar *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 35 jakarta pusat.
4. Memberikan informasi tentang perbandingan metode bagian dan metode keseluruhan pada materi teknik dasar *forehand drive*.
5. Di harapkan penelitian ini dapat berguna bagi pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi khususnya dalam cabang olahraga squash.