

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan Jasmani adalah suatu proses aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan fisik, meningkatkan kemampuan dan keterampilan, serta pembentukan watak bagi setiap warga Negara, yang dilakukan oleh lembaga pendidikan (Samsudin, 2008).

Menanamkan kebiasaan hidup sehat sangat baik dilakukan sejak usia sekolah, sehingga disaat dewasa perilaku mereka sudah menjadi sebuah tingkah laku yang biasa dilakukan tanpa adanya paksaan dari manapun. Maka dari itu pendidikan jasmani tidak hanya mengembangkan keterampilan fisik tetapi juga mental.

Ekstrakurikuler bulutangkis bukan hanya tempat bagi siswa yang sudah mempunyai prestasi, tetapi juga menjadi tempat belajar bagi siswa yang belum memiliki keterampilan teknik yang baik agar memiliki keterampilan teknik yang lebih baik. Bukan hanya keterampilan teknik saja yang dipelajari siswa tetapi juga diberikan materi-materi seperti berorganisasi, kepemimpinan, dan banyak hal lain yang bermanfaat

Rutinitas ekstrakurikuler bulutangkis yang dilakukan oleh siswa ini melahirkan motivasi dari tiap-tiap siswa untuk belajar dan berlatih. Dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis yang baik, siswa tentunya memiliki motivasi untuk terus berlatih. Untuk menjadi pemain bulutangkis yang professional tentunya mempunyai tujuan dan sasaran yang akan dicapai. Adapun tujuan yang

ingin dicapai adalah prestasi. Prestasi yang tinggi tidak datang dengan sendirinya, melalui latihan-latihan yang teratur, terarah, terencana dengan baik dengan penguasaan teknik dan taktik yang tepat.

Olahraga permainan bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang populer di Indonesia karena dapat dimainkan oleh siapa saja, baik usia anak-anak, remaja, dewasa, bahkan yang sudah usia lanjut. Bulutangkis tidak memerlukan tempat yang luas untuk dapat dimainkan, biasanya banyak orang yang memainkan permainan bulutangkis di halaman rumah. Bulutangkis juga tidak memerlukan banyak orang untuk dimainkan, karena hanya dengan dua orang sudah bisa memainkan permainan bulutangkis. Karena kemudahan tersebut maka semakin membuat bulutangkis populer di Indonesia.

Dalam permainan bulutangkis beberapa teknik yang harus dikuasai diantaranya *service*, *forehand*, *backhand*, dan *netting*. Dari sekian teknik dasar yang ada, pukulan *backhand* seringkali disepelekan oleh para pemain. Oleh karena itu siswa diharapkan mampu menguasai pukulan *backhand* dengan teknik yang benar. Pukulan *backhand* adalah pukulan dengan tangan kanan tapi dari posisi sebelah kiri sehingga tangan membelakangi arah pukulan.

Dalam permainan bulutangkis pukulan *backhand* seringkali menyulitkan para pemain, terutama pada tingkat pemula. Seperti peserta didik ekstrakurikuler bulutangkis SMPN 116 Jakarta. Mereka sangat kesulitan untuk melakukan pukulan *backhand overhead* maupun *backhand underhand*. Umumnya para peserta didik melakukan pukulan *backhand* dengan menggunakan lecutan bahu, seharusnya teknik yang benar adalah dengan menggunakan pergelangan tangan

agar pukulan lebih maksimal dan terarah, sehingga *shuttlecock* yang dikembalikan tidak akan tanggung.

Permainan bulutangkis badminton merupakan modifikasi yang dikhususkan untuk anak-anak usia dibawah 12 tahun. Raket yang digunakan memiliki ukuran yang lebih kecil dari raket biasa, yaitu 23 inci. Dengan menggunakan raket badminton reaksi perkenaan *shuttlecock* dengan raket menjadi lebih cepat dan lebih mudah. Melihat level kemampuan pukulan *backhand* peserta ekstrakurikuler bulutangkis SMPN 116 Jakarta masih belum sempurna sehingga seringkali mereka kesulitan dalam melakukan pukulan *backhand*.

Dari permasalahan tersebut maka penulis menentukan judul penelitian ini “Upaya Peningkatan Hasil Belajar *Backhand* Permainan Bulutangkis Menggunakan Media Raket Badminton pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis SMPN 116 Jakarta”.

### **B. Fokus Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dijelaskan di atas, agar permasalahan tersebut tidak meluas, maka peneliti akan memfokuskan penelitian pada penggunaan raket badminton terhadap peningkatan hasil belajar pukulan *backhand* pada siswa ekstrakurikuler bulutangkis SMPN 116 Jakarta.

### **C. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Apakah penggunaan raket badminton efektif dalam meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* pada siswa peserta ekstrakurikuler SMPN 116 Jakarta?

#### D. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat berguna bagi:

- a. Siswa Peserta Ektrakurikuler Bulutangkis
  1. Dapat meningkatkan motivasi belajar
  2. Dapat meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* bulutangkis
- b. Bagi Pelatih
  1. Dapat meningkatkan proses pembelajaran
  2. Dapat meningkatkan motivasi belajar siswa
- c. Bagi Sekolah
  1. Dapat memberikan landasan untuk mengambil kebijakan dalam peningkatan mutu pada kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis.