

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga adalah bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat dalam permainan, perlombaan, dan kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh rekreasi, kemenangan maupun prestasi optimal. Pada dasarnya, olahraga merupakan sarana atau usaha untuk mendapatkan kesehatan tubuh (jasmani). Didalam tubuh yang sehat terdapat jiwa yang sehat pula. Jadi, pada hakikatnya olahraga bertujuan untuk menjaga kebugaran jasmani dengan harapan agar segi rohani pun menjadi sehat. Kondisi tubuh yang sehat mempengaruhi kondisi batin seseorang. Orang yang sehat akan memancarkan aura atau energi penuh semangat. Selain itu, dengan kondisi tubuh yang sehat kita akan terhindar dari berbagai penyakit.

Mengenai permainan dan olahraga, yang mencakup baik permainan kecil tanpa alat dan dengan alat, maupun permainan besar, baik terstruktur ataupun tidak terstruktur. Termasuk pula permainan dan olahraga yang dilakukan secara perorangan, berpasangan maupun beregu. Adapun tujuan yang akan dicapai melalui aktivitas olahraga permainan ini adalah kita mengembangkan sistem nilai seperti kerjasama, sportivitas, jujur, berpikir kritis, dan patuh pada peraturan yang berlaku. Keterampilan gerak dasar permainan meliputi gerak lokomotor (bergerak), non lokomotor (diam/tidak bergerak). Hal penting yang harus dilakukan untuk mendapatkan hasil maksimal dalam olahraga adalah dengan menguasai teknik dasar secara tepat dan benar. Penguasaan teknik yang baik tentu akan bisa dicapai

dengan melakukan latihan yang kontinu dan terarah. Semakin tinggi seseorang dalam menguasai keterampilan tehnik dasar, ia pun akan semakin mahir dalam melakukan gerakan dalam olahraga permainan.

1.2 Rumusan Masalah

Suatu penelitian tidak terlepas dari pemasalahan. sehingga perlu kiranya masalah tersebut untuk diteliti, dianalisa dan dipecahkan. Setelah mengetahui dan memahami latar belakang masalah tersebut, penulis sampaikan permasalahan yang perlu diteliti sebagai berikut: **“Apakah melalui metode drill kemampuan pukulan backhand pada permainan tenis meja di kelas V SDN 5 Suwawa dapat ditingkatkan..?”**

1.3 Pemecahan Masalah

Untuk meningkatkan kemampuan pukulan Backhand melalui metode drill terhadap keterampilan bermain tenis meja maka strategi yang digunakan adalah individual dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan dasar siswa dalam melakukan pukulan backhand melalui metode drill.

Langkah-langkah yang dilakukan pada pembelajaran pukulan backhand adalah :

1. Guru memberikan penjelasan tentang pukulan backhand.
2. Guru memberikan contoh backhand dengan benar melalui metode drill.
3. Guru membagi siswa menjadi 1 barisan masing-masing bergantian untuk melakukan gerak.
4. Siswa melakukan gerak dengan benar.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan permasalahan diatas maka penulis mempunyai tujuan dalam penelitian ini sebagai berikut:

Meningkatkan kemampuan pukulan backhand melalui metode drill. Meningkatkan kemampuan pukulan backhand melalui metode drill terhadap keterampilan bermain tenis meja.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang dapat diberikan melalui pelaksanaan penelitian tindakan kelas ini adalah :

1. Manfaat Teoritis

Secara umum penelitian memberikan sumbangan kepada dunia pendidikan untuk dapat meningkatkan kemampuan pukulan backhand melalui metode drill terhadap keterampilan bermain tenis meja. Kemampuan seorang anak dapat dijadikan pendorong bagi anak lain dalam meningkatkan ilmu pengetahuan dan teknologi serta berperan sebagai umpan balik dalam dunia pendidikan.

2. Manfaat Praktis

Bagi sekolah yakni setelah penelitian ini berhasil, hasilnya akan menjadi bahan ajar khususnya pada cabang olahraga tenis meja. Bagi guru agar dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi guru yang menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran serta untuk memotivasi guru lebih kreatif dalam melaksanakan tugas. Dan bagi siswa hasil penelitian ini diharapkan dapat memotivasi siswa untuk mengikuti pelajaran penjas.