

# PERMAINAN BULU TANGKIS DENGAN *GUIDED DISCOVERY LEARNING*

**Angling Dian P.**

*SD Karakan 1 Weru Sukoharjo*

## **ABSTRAK**

*Bulu tangkis adalah cabang olahraga yang termasuk ke dalam kelompok olahraga permainan. Olahraga bulu tangkis dapat dijadikan permainan untuk rekreasi bahkan sebagai ajang persaingan. Bulu tangkis dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan, di atas lapangan yang dibatasi dengan garis-garis dalam ukuran panjang dan lebar tertentu. Pada kesempatan ini Permainan Bulu Tangkis dalam pembelajaran dilakukan dengan *Guided Discovery Learning* dengan tujuan untuk mendeskripsikan pembelajaran Bulu Tangkis dengan *Guided Discovery Learning*. Kualitas proses pembelajaran Bulu Tangkis dengan *Guided Discovery Learning* adalah diharapkan terdapat peningkatan kualitas proses pembelajaran siswa. Hal ini bisa dilihat dari aktivitas dan intensitas dalam proses pembelajaran siswa dengan kriteria Baik.. Selain itu juga terkait dengan hasil belajarnya diharapkan penggunaan *Guided Discovery Learning* dapat meningkat. Ide dasar dari pembelajaran *Guided Discovery Learning* adalah bahwa siswa dapat merancang eksperimen mereka sendiri di ranah dan menyimpulkan aturan materi mereka, karena mereka sebenarnya membangun pengetahuan mereka. Kegiatan pembelajaran ini, diasumsikan siswa akan memahami materi pelajaran pada tingkat yang lebih tinggi daripada ketika informasi yang diperlukan hanya disajikan oleh guru atau lingkungan pembelajaran ekspositori.*

**Kata Kunci:** *Bulu Tangkis; Guided Discovery Learning; Pembelajaran*

## **PENDAHULUAN**

### **Latar Belakang**

Bulu tangkis adalah salah satu olahraga yang terkenal di dunia. Olahraga ini menarik minat dari berbagai kelompok umur, dari berbagai tingkat keterampilan, dan dari jenis kelamin pria maupun wanita. Bulu tangkis adalah cabang olahraga yang termasuk ke dalam kelompok olahraga permainan.

Bulu tangkis dimainkan dengan permainan cepat yang membutuhkan gerak refleks yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi. Dengan bermain bulu tangkis, pemain dapat mengambil keuntungan dari segi sosial, hiburan, dan mental.

Menurut Markaban (2008, hlm. 11), " pembelajaran *Guided Discovery Learning* adalah metode pembelajaran yang melibatkan suatu dialog/interaksi antara siswa dan guru dimana siswa mencari kesimpulan yang diinginkan melalui suatu urutan pertanyaan yang dilakukan oleh guru".

Kegiatan belajar mengajar adalah suatu sistem pendidikan di Indonesia ternyata telah mengalami banyak perubahan. Salah satu bentuk inovasi pembelajaran pembelajaran

olahraga adalah dengan guru memberikan kesempatan kepada siswa untuk melakukan kegiatan penemuan dan penyelidikan pola-pola dan untuk menentukan hubungan.

Berdasarkan hal tersebut, jelas bahwa strategi pembelajaran yang tepat digunakan dalam pembelajaran adalah bersifat penemuan atau dikenal istilah *Discovery*, yakni sebuah strategi pembelajaran yang dapat menumbuhkan sensitivitas pola pikir siswa secara aktif, kritis, dan inovatif. Diharapkan dengan menggunakan strategi *Discovery* ini dapat meningkatkan hasil belajar bagi siswa ditandai dengan meningkatnya hasil belajar siswa.

Kenyataan yang seperti ini dapat membuat kemampuan berpikir kritis siswa menjadi sulit. Guru hendaknya mencari pembelajaran yang memungkinkan siswanya berpikir kritis. pembelajaran yang dapat dilakukan guru agar siswanya lebih aktif dan berpikir kritis adalah pembelajaran *Guided Discovery Learning*. Penerapan *Guided Discovery Learning* dapat dijadikan salah satu alternatif untuk mengatasi permasalahan di atas.

### **Rumusan Masalah**

Bertolak dari latar belakang masalah tersebut di atas maka dirumuskan masalah tentang Bagaimanakah pembelajaran Bulu Tangkis dengan *Guided Discovery Learning* bisa dilaksanakan dengan baik dan bisa menghasilkan serta berdampak positif terhadap perubahan perilaku siswa.

### **Tujuan**

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan di atas maka yang menjadi tujuan ini adalah untuk mendeskripsikan pembelajaran Bulu Tangkis dengan *Guided Discovery Learning* dengan harapan agar dapat meningkatkan kualitas pembelajaran, hasil belajar serta dampak terhadap perilaku siswa secara positif.

### **Manfaat**

Berdasarkan masalah dan tujuan yang dikemukakan di atas, mempunyai manfaat dapat digunakan (a) sebagai alternatif dalam pembelajaran materi pecahan, melalui proses pembelajaran *Guided Discovery Learning* dan (b) menambah keterampilan guru dalam melaksanakan Penelitian Tindakan Kelas.

## **KAJIAN TEORI**

### ***Guided Discovery Learning***

Dari beberapa pendapat ahli peneliti melakukan sintesis dan membuat kesimpulan bahwa *Guided Discovery Learning* adalah pembelajaran yang menciptakan situasi belajar yang melibatkan peserta didik untuk belajar secara aktif untuk menemukan konsep, pemahaman, dan memecahkan permasalahan, dimana guru berperan sebagai fasilitator atau pembimbing.

#### **Karakteristik *Guided Discovery Learning***

Capel, Leask, & Turner (2009:254) berpendapat bahwa karakteristik *Discovery Learning* adalah (1) *exploring and solving problems to create, combine and generalize knowledge*; (2) *centered on the learner*; (3) *activities to combine new knowledge and existing knowledge*. Ini berarti peserta didik mengeksplorasi serta memecahkan masalah, peserta didik menjadi pusat dalam pelaksanaan pembelajaran berkaitan dengan proses

aktivitas bagaimana peserta didik menemukan pembelajaran yang baru kemudian menggabungkannya dengan pengalaman yang sudah ada.

#### Langkah-Langkah *Guided Discovery Learning*

Langkah-langkah *Guided Discovery Learning* menurut Veermans (2013:7-8) adalah sebagai berikut.

- 1) *Fase orientation*, pendidik memberi pengantar untuk membangun konsep peserta didik melalui membaca sumber literature, observasi sehingga memunculkan pertanyaan. Guru membimbing peserta didik untuk mengajukan pertanyaan dan persoalan. Pertanyaan yang diajukan menjadi rumusan masalah yang akan diselesaikan.
- 2) *Fase hypothesis generation*, memberi kesempatan peserta didik untuk menyusun hipotesis. Hipotesis disusun sesuai pengetahuan awal peserta didik untuk menentukan jawaban sementara atas permasalahan yang telah ditentukan. Pada fase ini dilakukan proses merancang eksperimen, mengamati, dan mengumpulkan data.
- 3) *Fase conclusion*, untuk mengolah data hasil eksperimen dengan menganalisis dan menyimpulkan hasil eksperimen. Hipotesis menjadi salah satu jawaban permasalahan atau yang harus direvisi sesuai dengan hasil eksperimen.
- 4) *Fase regulation*, untuk mengolah hasil melalui proses belajar penemuan dan mengvaluasi kesimpulan yang telah dibuat.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas. Langkah-langkah *Guided Discovery Learning* yang digunakan dalam penelitian ini adalah stimulus, *problem statement* (identifikasi masalah), *data collection* (pengumpulan data), *data processing* (pengolahan data), *verification*, dan *generalization* (penarikan kesimpulan/generalisasi).

#### Kelebihan dan Kekurangan *Guided Discovery Learning*

*Guided Discovery Learning* mempunyai keunggulan dalam proses pembelajaran seperti pendapat Westwood (2008: 29), diantaranya:

- 1) peserta didik dapat belajar secara aktif saat pelaksanaan pembelajaran;
- 2) dengan *Guided Discovery Learning* pembelajaran akan lebih bermakna;
- 3) peserta didik akan mendapatkan keterampilan reflektif dan keterampilan dalam melakukan investigasi yang akan dapat digunakan pada konteks lainnya;
- 4) peserta didik akan mendapatkan kemampuan baru selama proses pembelajaran;
- 5) *Guided Discovery Learning* dapat menumbuhkan pengetahuan dan pengalaman peserta didik;
- 6) dapat mendorong kebebasan dalam berpikir bagi peserta didik;
- 7) peserta didik dapat mengingat konsep dan informasi dengan lebih baik karena mereka menemukan sendiri pengetahuannya;
- 8) peserta didik dapat mengembangkan keterampilan bekerjasama.

Kekurangan dari *Guided Discovery Learning* menurut Hosnan (2014:287) adalah sebagai berikut:

- 1) Menyita banyak waktu karena guru dituntut mengubah kebiasaan mengajar yang umumnya sebagai pemberi informasi menjadi fasilitator, motivator, dan pembimbing;
- 2) Kemampuan berpikir rasional siswa ada yang masih terbatas;
- 3) Beberapa peserta didik tidak dapat mengikuti proses pembelajaran dengan *Guided Discovery Learning* karena masih terbiasa dengan konvensional yang digunakan.

### **Aktivitas Belajar**

#### Pengertian Aktivitas Belajar

Pembelajaran yang efektif adalah pembelajaran yang menyediakan kesempatan belajar sendiri atau melakukan aktivitas sendiri. Proses pembelajaran yang dilakukan di dalam kelas merupakan aktivitas mentransformasikan pengetahuan, sikap, dan ketrampilan (Martinis Yamin, 2007: 75). Aktivitas merupakan prinsip atau asas yang sangat penting dalam interaksi belajar mengajar (Sardiman, 2006: 96).

#### Jenis-jenis Aktivitas

Menurut Sardiman (2006: 100), aktivitas belajar meliputi aktivitas yang bersifat fisik maupun mental. Dalam kegiatan belajar kedua aktivitas tersebut harus selalu berkait.

Aktivitas belajar siswa dapat dilihat berdasarkan indikator yang menunjukkan adanya aktivitas belajar. Indikator aktivitas dalam kegiatan pembelajaran di kelas antara lain:

- 1) Siswa membaca materi yang akan dipelajari.
- 2) Siswa berdiskusi dengan teman.
- 3) Siswa bertanya pada guru atau teman.
- 4) Siswa menyimak penjelasan dari guru.
- 5) Siswa membuat catatan tentang materi pelajaran.
- 6) Siswa menanggapi pendapat teman atau guru.
- 7) Siswa mengerjakan tes dengan kemampuan sendiri.
- 8) Siswa bersemangat dalam mengikuti pelajaran.

#### Nilai Aktivitas dalam Pembelajaran

Menurut Oemar Hamalik (2011: 175), penggunaan asas aktivitas memberikan nilai yang besar bagi pembelajaran. Hal tersebut dikarenakan oleh:

- 1) Siswa mencari pengalaman sendiri dan langsung mengalami sendiri dalam belajar.
- 2) Berbuat sendiri akan mengembangkan seluruh aspek pribadi siswa secara integral.
- 3) Memupuk kerja sama antar siswa sehingga siswa mampu bekerjasama dengan baik dan harmonis.
- 4) Siswa bekerja menurut minat dan kemampuan sendiri.
- 5) Memupuk terciptanya disiplin kelas dan suasana belajar menjadi demokratis.

- 6) Mempererat hubungan sekolah dengan masyarakat, dan hubungan antara orang tua dengan guru.
- 7) Pengajaran diselenggarakan untuk mengembangkan pemahaman dan berpikir kritis siswa.
- 8) Pengajaran di sekolah menjadi hidup dengan aktivitas siswa.

## **PEMBAHASAN**

### **Pengertian Hasil Belajar**

Nawawi (Susanto, 2013:5) menyatakan bahwa hasil belajar dapat diartikan sebagai tingkat keberhasilan siswa dalam mempelajari materi pelajaran di sekolah yang dinyatakan dalam skor yang diperoleh dari hasil tes mengenai sejumlah materi pelajaran tertentu.

### **Macam-Macam Hasil Belajar**

Menurut Susanto (2013) hasil belajar meliputi pemahaman konsep (kognitif), keterampilan proses (psikomotor), dan sikap (afektif).

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Hasil Belajar**

Ruseffendi (Susanto, 2013) mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi hasil belajar ke dalam sepuluh macam, yaitu: kecerdasan, kesiapan anak, bakat anak, kemauan belajar, minat anak, penyajian materi, pribadi dan sikap guru, suasana belajar, kompetensi guru, dan kondisi masyarakat.

### **Olahraga dan Kesehatan jasmani**

#### **Definisi**

Menurut Wawan S. Suherman (2004: 23) Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, dan sikap sportif, kecerdasan emosi.

Menurut uraian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa Pendidikan Jasmani merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran, penghayatan nilai (sikap, mental, emosional, spiritual, sosial) dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang dalam rangka sistem pendidikan nasional.

#### **Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan**

Menurut Agus S. Suryobroto (2004: 8) bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (psikomotorik), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari.

#### **Prasarana Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan**

Secara umum prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pengembangan). Supartono (2000: 5). Dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relative permanen.

## **Bulu Tangkis**

### **Permainan Bulu Tangkis**

Mengacu pada buku Bulu Tangkis Dasar (2017) karya Dhedy Yuliawan, permainan ini mulai dikenal di wilayah Sumatera pada 1930an, sebelum akhirnya tiba di Jakarta. Kemunculan permainan bulu tangkis di Ibu Kota dibuktikan dengan adanya pembentukan perkumpulan bulu tangkis Bataviase Badminton Bond dan Bataviase Badminton League pada 1933.

### **Sarana dan Prasarana**

Sarana dan prasaran dalam permainan bulutangkis bukan hanya satu, melainkan ada banyak sekali alat yang perlu kamu ketahui. Nah, Berikut ini merupakan Sarana dan Prasarana bulutangkis yang perlu kamu ketahui: (1). Lapangan bulutangkis; (2). Raket; (3). Sepatu bulutangkis; (4). Jaring Net bulutangkis; (5). Kok (*Shuttlecock*)

### **Teknik dasar bermain bulutangkis**

#### 1. Teknik dasar memegang raket

Teknik dasar memegang raket ini terdapat dua jenis cara yang dapat dilakukan yaitu teknik forehand dan backhand cara memegang raket dengan teknik forehand

Gunakan tangan kanan atau tangan kiri anda untuk memegang raket, untuk posisi kepala raket pada teknik forehand adalah menyamping, peganglah raket seolah-olah sedang melakukan jabat tangan. Khusus jarak ibu jari dan jari telunjuk buatlah seperti huruf V, untuk sisa jari posisinya memegang raket. Cara memegang raket dengan teknik *backhand* caranya kurang lebih sama persis seperti cara memegang raket teknik forehand, perbedaannya hanya terletak pada posisi ibu jari yang digeser mendekati jari telunjuk.

#### 2. Teknik dasar pukulan *forehand*

Didalam permainan bulu tangkis yang paling sering kita lihat dan gunakan adalah teknik pukulan *forehand*. Gerakan *forehand* adalah gerakan yang mengayunkan badan dari belakang ke arah depan raket dengan telapak tangan menghadap shuttlecock.

- Cara Melakukan Teknik Dasar Pukulan *Forehand*
- Pegang raket dengan teknik forehand.
- Posisi kaki kiri berada di depan dan posisi kaki kanan berada di belakang.
- Posisi badan miring ke arah kanan.
- Pukul shuttlecocks sambil dengan menggerakkan bahu ke depan.
- Biarkan gerakan tangan terus ke bawah.
- Apabila kamu ingin melakukan pukulan *clear*, pukul *shuttlecocks* sekeras mungkin.

#### 3. Teknik dasar *Footwork*

Faktor utama dari teknik ini adalah kelincahan posisi gerakan kaki dari kiri ke kanan, depan dan belakang hal ini yang harus dikuasai oleh setiap pemain bulu tangkis. Adapun tujuannya adalah supaya kita dapat menjangkau posisi *shuttlecock* yang dikirimkan oleh

lawan kita dari area manapun dan bisa melakukan penyerang ke daerah lawan dengan pukulan yang mematikan.

#### 4. Teknik dasar sikap dan posisi badan

Yang paling utama dari teknik ini adalah keseimbangan badan saat melakukan penyerang maupun bertahan. Caranya posisi badan harus bertumpu pada kedua kaki agar seimbang, kemudian ketika berdiri menggunakan ujung kaki dan posisi pinggang harus tetap tegak. Posisi kaki sedikit terbuka selebar bahu, bisa dalam posisi sejajar atau salah satu kaki berada didepannya.

#### 5. Teknik dasar saat posisi memukul

Hal yang harus diperhatikan dalam teknik dasar memukul adalah posisi badan menyamping ke arah net dan kaki kiri didepan kaki kanan serta posisi badan harus berada di belakang *shuttlecock* yang akan dipukul.

#### 6. Teknik dasar melakukan *service*

Tips agar *service* tidak mudah diambil lawan adalah hindari memberikan *service* dengan posisi kok yang tanggung dan tepat berada didepan lawan. Dalam teknik *service* terdapat tiga macam teknik:– *Service Forehand* Pendek; – *Service Forehand* tinggi; – *Service backhand*

#### 7. Teknik dasar *Overhead*

Teknik ini menggunakan teknik memegang *Forehand*, hal ini dilakukan karena kok berada jauh dibelakang posisi kita, gerakan ini sama seperti gerakan melempar.

#### 8. Teknik dasar *smash*

Pukulan smash adalah pukulan tajam kebawah untuk mematikan gerakan pemain lawan. Teknik ini dilakukan sambil melompat tinggi dan menggunakan tenaga penuh.

#### 9. Teknik Dasar *Dropshot*

Teknik ini melakukan teknik tipuan dalam permainan bulu tangkis, dimana teknik ini dilakukan hampir sama dengan teknik smash, bedanya disini anda melakukan tipuan saat akan melakukan teknik dropshot. Perbedaannya lainnya dengan smash adalah jika smash kita menggunakan tenaga penuh, maka pada drop kita hanya memberikan dorongan kepada kok dan menempatkannya ke posisi yang sulit dijangkau lawan.

#### 10. Teknik dasar *Netting*

Teknik ini merupakan pukulan yang tidak keras dan berada tipis didekat net, teknik ini membutuhkan tingkat *sense* yang tinggi dan teknik penempatan bola yang baik.

### **SIMPULAN**

Berdasarkan atas uraian tersebut maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Pembelajaran Permainan Bulu Tangkis dengan *Guided Discovery Learning* dapat dilaksanakan dengan baik dengan hasil yang memuaskan.
2. Pembelajaran *Discovery Learning* dapat melatih peserta didik dalam berlatih bulu tangkis dengan berpikir kritis, analisis serta menumbuhkan bagaimana cara mereka memperoleh pengetahuan. *Discovery Learning* membantu peserta didik untuk berpikir

analisis terhadap masalah yang sedang dihadapi serta belajar untuk memecahkan masalahnya sendiri. Melalui arahan dan bimbingan guru peserta didik belajar secara aktif sesuai dengan tujuan pembelajaran dan berperan sebagai penanggung jawab saat kegiatan penyelidikan sehingga kemampuan berpikir kritis peserta didik dapat dibiasakan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Baez, AV. 1976. *Innovation in Science Education-World Wide*. Paris:
- Dimiyati dan Mudjiono. 2011. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Harminingsih. 2008. *Belajar dan Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Novak, J.D & Gowin, D.B, 1985. *Learning How To Learn*. New York: Cambridge University Press.
- Robert B. Sund dalam Malik. 2001. *Media Pendidikan: Pengertian Discovery Learning*.
- Veermand, K. 2003. *Intelligent Support for Discovery Learning*. Netherland. Publisher: Twente University Press.