

II. TINJAUAN PUSTAKA

A. Pendidikan Jasmani

1. Pengertian Pendidikan Jasmani

Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan individu secara organik, neuromuskuler, perseptual, kognitif, dan emosional, dalam kerangka sistem pendidikan nasional. (Kurikulum penjaskes 2004)

Pendidikan jasmani merupakan pembelajaran yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, pengetahuan, perilaku hidup yang aktif dan sikap sportif melalui kegiatan jasmani yang dilaksanakan secara terencana, bertahap, dan berkelanjutan agar dapat meningkatkan sikap positif bagi diri sendiri sebagai pelaku dan menghargai manfaat aktifitas jasmani bagi peningkatan kualitas hidup sehat seseorang sehingga akan terbentuk jiwa sportif dan gaya hidup yang aktif (Depdiknas, 2004 : 2).

Menurut Suparman (2000:1) pendidikan jasmani dan kesehatan adalah mata pelajaran yang merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajarannya mengutamakan aktivitas jasmani dan

kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dengan pengembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang selaras, serasi, dan seimbang.

Dinata (2009) menyatakan bahwa pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan aktifitas otot-otot besar hingga proses pendidikan berlangsung tidak terlambat oleh gangguan kesehatan dan pertumbuhan badan. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, stabilisasi emosional, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktifitas jasmani dan olahraga.

Disinilah pentingnya pendidikan jasmani, karena menyediakan ruang untuk belajar menjelajahi lingkungan kemudian mencoba kegiatan yang sesuai minat anak menggali potensi dirinya. Melalui pendidikan jasmani anak-anak menemukan saluran yang tepat untuk memenuhi kebutuhannya akan gerak, menyalurkan energi yang berlebihan agar tidak mengganggu keseimbangan perilaku dan mental anak, menanamkan dasar-dasar keterampilan yang berguna dan merangsang perkembangan yang bersifat menyeluruh, meliputi aspek fisik, mental, emosi, sosial dan moral.

2. Pengertian Belajar Mengajar

Hampir para ahli telah mencoba merumuskan dan membuat tafsirannya tentang belajar. Belajar adalah modifikasi atau memperteguhkan kelakuan melalui pengalaman. Menurut pengertian ini, belajar adalah merupakan

salah satu proses suatu kegiatan dan bukan suatu hasil atau hasil atau tujuan. Belajar bukan hanya mengingat akan tetapi lebih luas dari pada itu, yakni mengalami. Hasil belajar bukan suatu penguasaan hasil latihan, melainkan perubahan kelakuan.

Menurut Hamalik (2003) Mengajar adalah kegiatan membimbing kegiatan belajar dan kegiatan mengajar hanya bermakna bila terjadi kegiatan belajar siswa. Menurut Husdarta dan Saputra (2002) Mengajar merupakan suatu proses yang kompleks, guru tidak hanya sekedar menyampaikan informasi kepada siswa saja tetapi juga guru harus berusaha agar siswa mau belajar. Karena mengajar sebagai upaya yang disengaja, maka guru terlebih dahulu harus mempersiapkan bahan yang akan disajikan kepada siswa.

Dalam pengertian luas, belajar dapat diartikan sebagai kegiatan psikofisik menuju ke perkembangan pribadi seutuhnya. Kemudian dalam arti sempit, belajar dimaksudkan sebagai usaha penguasaan materi ilmu pengetahuan yang merupakan sebagian kegiatan menuju terbentuknya kepribadian seutuhnya. Relevan dengan ini maka ada pengertian bahwa belajar adalah “ penambahan pengetahuan “.

3. Alat Yang Dimodifikasi

Perkembangan ilmu pendidikan dan teknologi menuntut guru agar mampu menggunakan alat-alat yang dapat disediakan oleh sekolah dan sekurang-kurangnya guru dapat menggunakan alat yang murah dan efisien yang

meskipun sederhana dan bersahaja tetapi dapat membantu dalam pencapaian tujuan pengajaran yang diharapkan.

Hamalik dalam Arsyad (2005: 15) mengemukakan bahwa pemakaian media pembelajaran dalam proses belajar mengajar dapat membangkitkan keinginan dan minat yang baru, membangkitkan motivasi dan rangsangan kegiatan belajar, dan bahkan membawa pengaruh psikologis terhadap siswa. Penggunaan media pembelajaran pada tahap orientasi pembelajaran akan sangat membantu efektivitas proses pembelajaran dan penyampaian pesan dan isi pelajaran saat itu.

Menurut Bahagia dan Suherman (2000: 1) Modifikasi adalah menganalisa sekaligus mengembangkan materi pembelajaran dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dan dapat memperlancar dalam pembelajaran.

Perlunya modifikasi menurut Bahagia adalah untuk menganalisa sekaligus mengembangkan materi pelajaran dengan cara meruntungkannya dalam bentuk aktivitas belajar yang potensial dan dapat memperlancar peserta didik dalam belajar. Cara ini dimaksudkan untuk menuntun, mengarahkan dan membelajarkan peserta didik dari yang tidak bisa menjadi bisa, dari tingkat keterampilan yang lebih rendah menjadi tingkat keterampilan yang lebih tinggi.

Sudjana dan Rivai dalam Arsyad (2005: 24-25) mengemukakan manfaat media pembelajaran dalam proses belajar siswa, yaitu :

- a. Pembelajaran akan lebih menarik perhatian siswa sehingga dapat menumbuhkan motivasi belajar.
- b. Bahan pembelajaran akan lebih jelas maknanya sehingga dapat lebih dipahami oleh siswa dan memungkinkannya menguasai dan mencapai tujuan pembelajaran
- c. Metode mengajar akan lebih bervariasi, tidak semata-mata komunikasi verbal melalui penuturan kata-kata oleh guru, sehingga siswa tidak bosan dan guru tidak kehabisan tenaga
- d. Siswa dapat lebih banyak melakukan kegiatan belajar sebab aktivitasnya mengamati, melakukan, mendemonstrasikan, memerankan dan lain-lain.

Modifikasi adalah penyesuaian alat atau perlengkapan pada suatu kegiatan yang akan di laksanakan, modifikasi biasanya di gunakan bila suatu lembaga, misalnya sekolah yang tidak memiliki fasilitas yang lengkap maka di buatlah modifikasi alat, agar proses pembelajaran tetap berjalan dengan baik.

Lutan (1988) Modifikasi adalah perubahan keadaan dapat berupa bentuk, isi, fungsi, cara penggunaan dan manfaat tanpa sepenuhnya menghilangkan aslinya. Lutan (1988) menerangkan modifikasi dalam mata pelajaran diperlukan dengan tujuan agar siswa memperoleh kepuasan dan mengikuti pelajaran, meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi dan siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Secara garis besar tujuan modifikasi adalah :1). mengatasi keterbatasan akan sarana dan prasarana pendidikan jasmani; 2). Mendukung pertumbuhan dan perkembangan peserta didik; 3). mendukung tercapainya tujuan pembelajaran yang efektif; 4). mengurangi resiko cedera akibat

proporsi antara sarana pembelajaran dan kondisi fisik yang tidak seimbang. (Lutan, 1988).

Keuntungan alat modifikasi pada siklus pertama, kedua, dan ketiga adalah, hemat biaya, praktis, serta memudahkan guru untuk mengevaluasi gerakan pukulan *backhand* dalam pembelajaran bulutangkis. Diharapkan dengan pemakaian alat modifikasi raket berupa kayu/triplek, *Suttlecock* berupa bola plastik kecil yang didalamnya dimasukan gabus lalu ditancapkan bulu ayam, *Suttlecock* berupa bola plastik kecil yang didalamnya dimasukan gabus lalu diberi rumbai-rumbai dari tali rapih, *Suttlecock* berupa bambu yang didalamnya dimasukan gabus lalu diberi ekor dengan menancapkan bulu ayam , net yang tingginya 1m,1,25m, 1,40m, dan lapangan berukuran panjang 15 m dan lebar 10 m siswa akan termotivasi untuk melakukan pukulan *backhand* dan mempraktikkan teknik dasar gerakan yang sedang diajarkan dengan benar.

Perlengkapan yang di gunakan dalam penelitian gerakan pukulan *backhand*:

1. Lapangan yang dimodifikasi.
2. Net .
3. Raket yang dimodifikasi.
4. Bola yang dimodifikasi

Penggunaan alat modifikasi di atas, diharapkan dapat memotivasi anak melakukan gerakan dengan maksimal. Sehingga pembelajaran Pendidikan Jasmani yang diharapkan tercapai.



Gambar. Modifikasi Bola



Gambar. Raket Modifikasi

Menurut Lutan (1988: 10) pembelajaran Penjaskes dikatakan berhasil apabila :

1. Jumlah waktu aktif berlatih (JWAB) atau waktu melaksanakan tugas gerak yang dicurahkan siswa semakin banyak.

2. Waktu untuk menunggu giliran relatif sedikit, sehingga siswa aktif.
3. Proses pembelajaran melibatkan partisipasi semua kelas.
4. Guru penjasorkes terlibat langsung dalam proses pembelajaran.

Tantangan teknik pukulan *backhand* terletak pada tingkat kekuatan otot, kelentukan lengan untuk menghasilkan momentum yang baik, pukulan *backhand* adalah posisi kaki bertumpu pada kaki depan, dan memukul bola pada titik tertinggi bola dengan pegangan *backhand*.

Nilai dari pada gerakan pukulan *backhand* yaitu dengan memukul bola tepat pada titik tertinggi dengan pegangan *backhand*. Manfaat dari gerakan pukulan *backhand* adalah untuk meningkatkan kekuatan otot lengan.

4. Bulutangkis

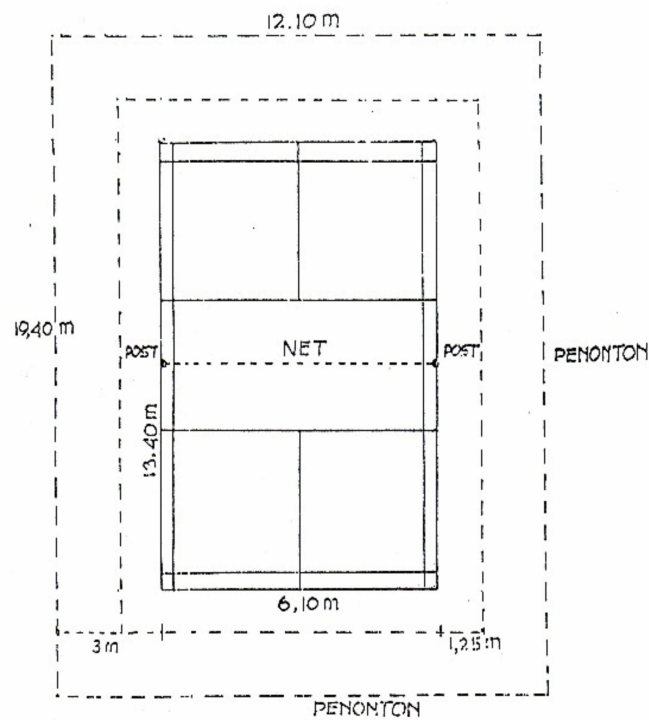
Bulutangkis sudah dikenal sejak abad 12 di England. Juga ada bukti bahwa pada abad ke 17 di Polandia permainan ini dikenal dengan nama "*Battledore dan Shuttlecock*". Disebut *Battledore* karena pemukulan dengan pemukul kayu yang dikenali dengan nama *Bat* atau "*Batedor*".

Bulutangkis sudah dimainkan di Eropa antara abad ke 11 dan ke 14. Cara permainannya adalah pemain diharuskan untuk menjaga bola agar tetap dapat dimainkan selama mungkin (Poole, James, 1986:2).

Bulutangkis adalah olahraga yang dimainkan oleh dua orang dalam permainan tunggal dan empat orang dalam permainan ganda, pada sebuah lapangan yang dibagi dua dengan membentangkan net di tengahnya.

Permainan bulutangkis menggunakan raket sebagai pemukul bola, dan bola dibuat dari rangkaian bulu beratnya antara 73 sampai 85 grain. Cara bermain bulutangkis adalah melewatkan *Shuttlecock* diatas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Perlengkapan permainan bulutangkis adalah :

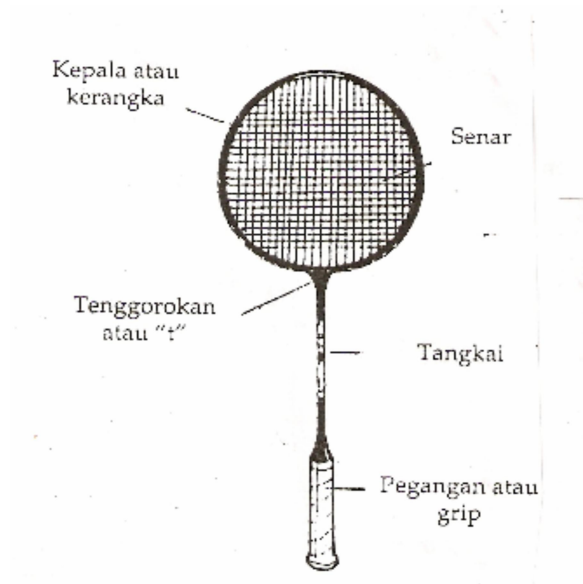
- 1) Lapangan yang rata dengan ukuran panjang 13,40 meter atau 44 *feet* dan lebar 6,10 meter atau 20 *feet* (Tohar, 1992 : 27). Net atau jaring direntangkan di tengah-tengah lapangan sebagai batas pembagi dua lapangan. Tinggi net yang ada di tengah 1,524 meter atau 5 *feet* Tinggi net dekat tiang net atau di pinggir 1,55 meter atau 5 feet, 1 inchi (Tohar, 1992 : 27).
- 2) Raket : Raket dipergunakan sebagai pemukul bola. Panjang raket sekitar 26 inchi beratnya antara 3 $\frac{3}{4}$ sampai 5 $\frac{1}{2}$ ons (Poole, James, 1986 : 6)
- 3) Shuttlecock : shuttlecock adalah bola yang dipergunakan dalam permainan dibuat dari rangkaian bulu beratnya antara 73 sampai 85 grain. Pada umumnya berat shuttlecock yang digunakan adalah 76 grain (1 grain = 0,0648 gram) (Poole James, 1986 : 4)



Gambar 1. Lapangan Bulu Tangkis (Tohar, 1992 : 28).

Peraturan permainannya pertama kali ditegaskan pada tahun 1877,.Diperbaharui tahun 1887, dan diperbaharui lagi tahun 1890. Tahun 1901 bentuk dan ukuran lapangan seperti yang berlaku sekarang sudah mulai dipakai. Kejuaraan All England pertama kali diadakan pada tahun 1897. Keberhasilan penyelenggaraan kejuaraan ini merupakan perangsang bagi tersebarnya permainan bulutangkis seluruh dunia. Persatuan bulutangkis Irlandia didirikan tahun 1889 dan mengadakan kejuaraan yang pertama tahun 1902, dan tahun 1903 mengadakan prtandingan internasional yang pertama antara Inggris dan Irlandia. Di Skotlandia olahraga bulutangkis pertama kali dimainkan di Aberdeen tahun 1907 dan tahun 1911 dibentuk persatuan olahraga bulutangkis di Skotlandia. The Badminton Gazette merupakan jurnal

resmi dari perkumpulan bulutangkis Inggris, diterbitkan pertama kali tahun 1907 (Poole, James, 1986: 4).



Gambar 2. Raket (Tony Grice, 2004 : 10)

1. Gerak Dasar Permainan Bulutangkis

Menurut Suharno HP (1986:18) “Teknik adalah suatu proses gerakan dan pembuktian dalam praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam cabang olahraga”.

Pengusaan teknik dasar dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu unsur yang turut menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental.

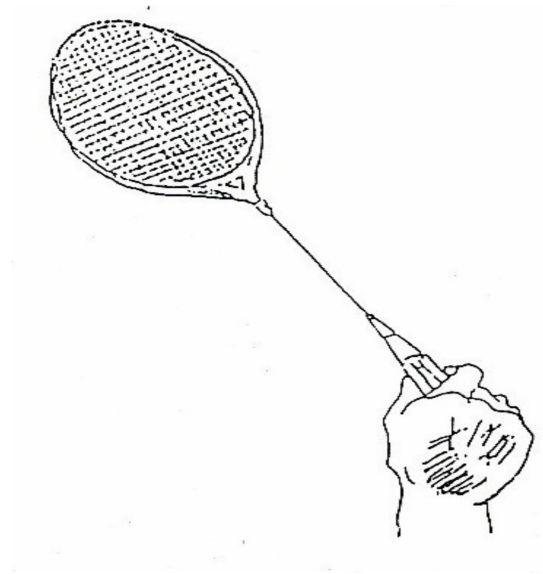
Dalam permainan bulutangkis teknik dasar harus dipelajari lebih dahulu guna mengembangkan mutu permainan bulutangkis dimainkan oleh dua regu ataupun ada juga perorangan. Mengingat permainan bulutangkis ada yang beregu, maka kerjasama antar pemain mutlak diperlukan sifat toleransi antar kawan serta saling percaya dan saling mengisi kekurangan dalam regu. Atlet, untuk dapat berprestasi semaksimal mungkin, maka suatu tim harus menguasai teknik dasar pemain bulutangkis supaya strategi yang diterapkan oleh pelatih akan berjalan disekitar pertandingan. Salah satu teknik yang harus dikuasai adalah teknik pukulan dalam olahraga bulutangkis menurut PBSI (1979:67) yang harus dikuasai oleh para pemain antara lain :

2. Cara memegang raket

Di dalam permainan bulutangkis ada beberapa macam cara memegang raket, ialah :

a. Pegangan geblok kasar atau pegangan Amerika.

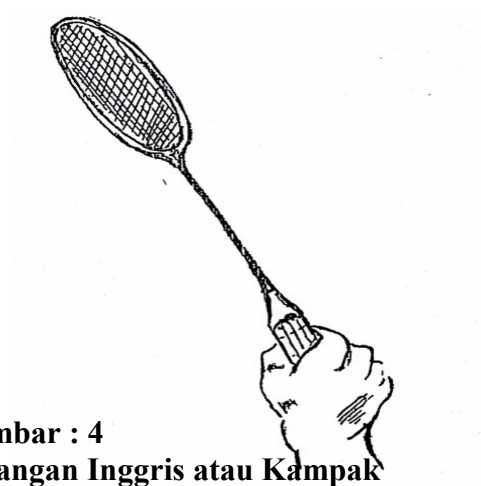
Cara memegang raket : letakkan raket di lantai secara mendatar, kemudian ambillah dan peganglah sehingga bagian tangan antara ibu jari dan jari telunjuk menempel pada bagian permukaan yang lebar (Tohar, 1992 : 34).



Gambar 3
Pegangan Gebuk Kasur
(Tohar, 1992 : 34)

b. Pegangan Kampak atau pegangan Inggris.

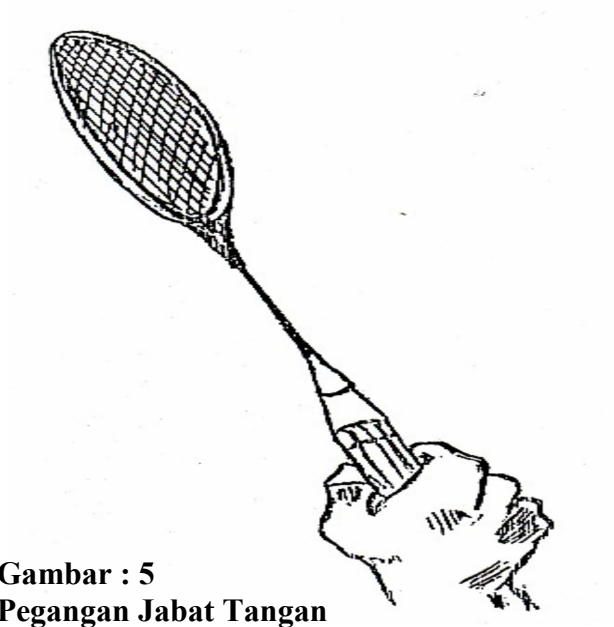
Cara memegang raket miring di atas lantai, kemudian raket letakan diangkat pegangannya, sehingga bagian tangan antara ibu jari dan jari telunjuk menempel pada bagian permukaan pegangan raket yang kecil atau sempit (Tohar, 1992 :35).



Gambar : 4
Pegangan Inggris atau Kampak
(Tohar, 1992 : 36)

c. Pegangan gabungan atau pegangan berjabat tangan.

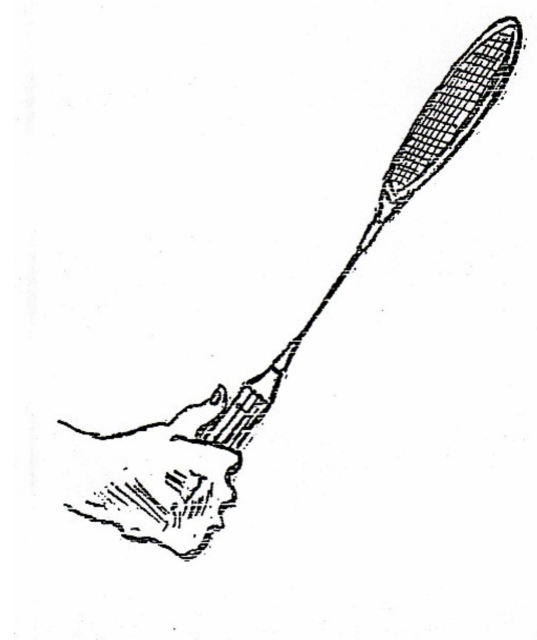
Pegangan jenis ini juga disebut *Shakehand grip* atau pegangan berjabat tangan. Caranya adalah memegang raket seperti orang yang berjabat tangan. Caranya hampir sama dengan pegangan Inggris, tetapi setelah raket dimiringkan tangkai dipegang dengan cara ibu jari melekat pada bagian dalam yang kecil; sedang jari-jari lain melekat pada bagian dalam yang lebar (Tohar, 1992 : 36).



Gambar : 5
Pegangan Jabat Tangan
(Tohar, 1992 : 37)

d. Pegangan *Backhand*.

Cara memegang raket, letakkan raket miring di atas lantai kemudian ambil dan peganglah pada pegangannya. Letak ibu jari menempel pada bagian pegangan raket yang lebar, jari telunjuk letaknya berada di bawah pegangan pada bagian yang kecil. Kemudian raket diputar sedikit ke kanan sehingga letak raket bagian belakang menghadap ke depan (Tohar, 1992 : 37).

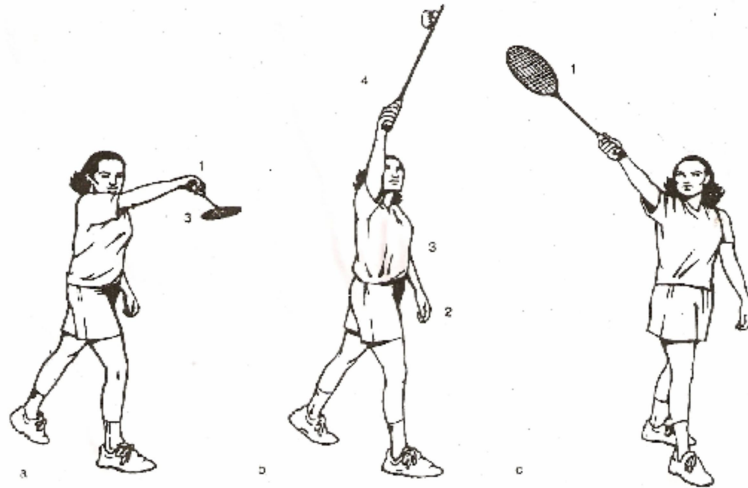


Gambar : 6
Pegangan Backhand
(Tohar, 1992 : 38)

3. Cara memukul Bola

Backhand dilakauakn dengan gerakan mengulurkan tangan yang dominant sepenuhnya ke arah atas dari sudut *back hand* lapangan dan merupakan kebalikan dari pukuilan *fire hand*. Penguluran yang pada siku dan rotasi tangan bagian bawah yang kuat merupakan sumber tenaga dari pukulan *overhead*. Gerakan menelungkupkan tangan bagian bawah terjadi pada pukulan *backhand*. Secara anatomi tangan bagian bawah hanya dapat bergerak dengan dua cara ini. Pelenturan pergelangan tangan atau sentakan pergelangan tangan hanya sedikit terjadi, atau tidak sama sekali. Teknik yang sempurna akan membuat pergelangan tangan dapat lurus secara alami dengan raket yang terus mengikuti arah pengembalian bola. Pukulan ini dapat digunakan untuk pukulan bertahan atau pukulan menyerang.

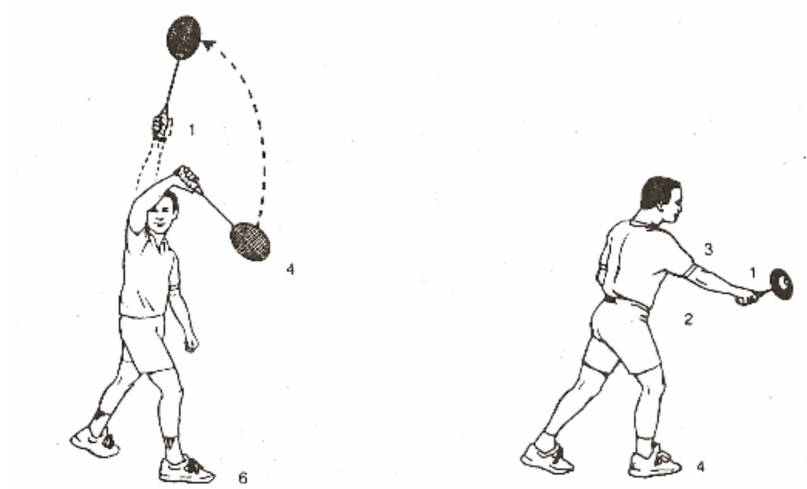
Untuk mengalihkan lawan menjauhi atau mendekati net, atau kearah samping. Pukulan *overhead* yang baik dari bagian belakang lapangan harus dilakukan untuk membuat semua pukulan kelihatan sama. Dengan demikian lawan tidak dapat menentukan pukulan apa yang dilakukan dan kemana larinya bola (Tony Grice, 2004 : 41).



Gambar 7. Backhand Overhead (Tony Grice, 2004 : 45)

Kegunaan utama dari pukulan *clear* adalah untuk membuat bola menjauh dari lawan dan membuatnya bergerak dengan cepat. Dengan mengarahkan bola ke belakang lawan atau dengan membuat dia bergerak lebih cepat dari yang dia inginkan, akan membuat dia kekurangan waktu dan membuatnya cepat lelah. Jika melakukan *clear* dengan benar maka lawan harus bergegas melakukan pukulan balasan dengan akurat dan efektif. Pukulan *clear* yang bersifat menyerang merupakan *clear* yang cepat dan mendatar, yang berguna untuk menempatkan bola ke belakang lawan dan menyebabkan lawan melakukan pengembalian yang lemah. Pukulan *clear* yang

bersifat bertahan memiliki lintasan yang tinggi dan panjang (Tony Grice, 2004 : 41)



Gambar 8. Pukulan Clear Backhand (Tony Grice, 2004 : 60)

5. Keterampilan Gerak

Keterampilan itu dapat juga dipahami sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh. (Lutan, 1988: 95). Keterampilan gerak adalah gerak yang mengikuti pola atau gerak tertentu yang memerlukan koordinasi dan kontrol sebagian atau seluruh tubuh yang bisa dilakukan melalui proses belajar. Semakin kompleks keterampilan gerak yang harus dilakukan, makin kompleks juga koordinasi dan kontrol tubuh yang harus dilakukan, dan ini berarti makin sulit juga untuk dilakukan.

Belajar keterampilan gerak berlangsung melalui beberapa tahap yakni:

- 1). Tahap kognitif, 2). Tahap asosiatif, dan 3). Tahap otomatis. (Lutan 1988:305)

1. Tahap Kognitif.

Pada tahap ini seseorang yang baru mulai mempelajari keterampilan motorik membutuhkan informasi bagaimana cara melaksanakan tugas gerak yang bersangkutan. Karena itu, pelaksanaan tugas gerak itu diawali dengan penerimaan informasi dan pembentukan pengertian, termasuk bagaimana penerapan informasi atau pengetahuan yang diperoleh. Pada tahap ini gerakan seseorang masih nampak kaku, kurang terkoordinasi, kurang efisien, bahkan hasilnya tidak konsisten.

2. Tahap Asosiatif.

Permulaan dari tahap ini ditandai oleh semakin efektif cara-cara siswa melaksanakan tugas gerak, dan dia mulai mampu menyesuaikan diri dengan keterampilan yang dilakukan. Akan nampak penampilan yang terkoordinasi dengan perkembangan yang terjadi secara bertahap, dan lambat laun semakin konsisten.

3. Tahap Otomatis.

Pada tahap ini, keterampilan motorik yang dilakukannya dikerjakan secara otomatis. Pelaksanaan tugas gerak yang bersangkutan tak seberapa terganggu oleh kegiatan lainnya.

B. Kerangka Pikir

Kemampuan gerak secara efisien adalah awal yang perlu dilakukan untuk penampilan yang terampil. Penampilan gerak dasar adalah hasil dari kerja otot yang sangat terkoordinasi untuk menghasilkan gerakan yang diharapkan.

Keberhasilan dalam belajar teknik tergantung kekhususan unsur kondisi fisik yang dominan, yang merupakan peningkatan dari komponen-komponen fisik dasar seperti daya tahan, kekuatan, kelenturan, dan koordinasi yang baik.

Suharjana (2004:70) menerangkan bahwa kelenturan bahwa kemampuan otot atau persendian untuk bergerak secara leluasa dalam ruang gerak yang maksimal. Dengan dimilikinya kelenturan oleh seseorang akan dapat. 1). Mengurangi kemungkinan terjadinya cedera. 2). Membantu dalam mengembangkan kecepatan, koordinasi, dan kelincahan. 3). Membantu mengembangkan prestasi. 4). Menghemat pengeluaran tenaga pada waktu melakukan gerakan-gerakan. 5). Membantu memperbaiki sikap tubuh. Dalam melakukan gerakan pukulan *backhand* dibutuhkan kekuatan otot lengan, kelenturan pergelangan lengan, pegangan grip yang tepat. Kekuatan otot lengan khususnya otot *triceps* dan *briceps brachii*, kelenturan pergelangan lengan, pegangan grip yang tepat di butuhkan pada gerakan pukulan *backhand* agar menghasilkan momentum yang besar. Maka dari itu dalam pembelajaran pukulan *backhand* digunakan alat modifikasi raket berupa kayu/triplek, *Suttlecock* berupa bola plastik kecil yang didalamnya dimasukan gabus lalu ditancapkan bulu ayam, *Suttlecock* berupa bola plastik kecil yang didalamnya dimasukan gabus lalu diberi rumbai-rumbai dari tali rapih, *Suttlecock* berupa bambu yang didalamnya dimasukan gabus lalu diberi ekor dengan menancapkan bulu ayam, net yang tingginya 1m, 1,25m, 1,40m, dan lapangan berukuran panjang 15 m dan lebar 10 m, menggunakan alat modifikasi ini agar siswa lebih baik dan senang dalam melakukan gerakan pukulan *backhand*.

C. Hipotesis

Hipotesis berasal dari bahasa Yunani yaitu “hupo” (sementara) dan “thesis” (pernyataan atau teori) karena merupakan pernyataan sementara yang masih lemah keberadaanya, hipotesis dapat menjadi penuntun ke arah proses penelitian untuk menjelaskan permasalahan yang harus dicari pemecahannya. Menurut Kunandar (2009: 89) bahwa hipotesis dalam penelitian tindakan bukan hipotesis perbedaan atau hubungan melainkan hipotesis tindakan. Rumusan hipotesis memuat tindakan yang diusulkan untuk menghasilkan perbaikan yang diinginkan. Menurut Suharsimi Arikunto (2006 : 71) hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul.

Hipotesis adalah dugaan atau jawaban sementara yang harus diuji lagi kebenarannya melauai penelitian ilmiah

Pada penelitian ini, penulis mengajukan hipotesis sebagai berikut :

Secara umum hipotesisnya adalah: “ jika alat modifikasi digunakan maka dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan gerak dasar *backhand* pada siswa kelas VIII D SMP N 5 Bandar Lampung”. Sedangkan secara khusus adalah :

1. Jika alat modifikasi pada siklus pertama dengan menggunakan raket berupa kayu / triplek yang dibentuk menyerupai raket yang sesungguhnya dan *Suttlecock* berupa bola plastik kecil yang didalamnya dimasukan gabus lalu ditancapkan bulu ayam yang dibentuk menyerupai *Suttlecock* yang sesungguhnya serta net yang tingginya 1 m

dan lapangan berukuran panjang 15 m dan lebar 10 m maka, dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan gerak dasar *backhand* pada siswa kelas VIII D SMP N 5 Bandar Lampung

2. Jika alat modifikasi pada siklus kedua dengan menggunakan raket berupa kayu / triplek yang dibentuk menyerupai raket yang sesungguhnya dan *Suttlecock* berupa bola plastik kecil yang didalamnya dimasukan gabus lalu diberi rumbai-rumbai dari tali rapih yang dibentuk menyerupai *Suttlecock* yang sesungguhnya serta net yang tingginya 1,25 m dan lapangan berukuran panjang 15 m dan lebar 10 m maka, dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan gerak dasar *backhand* pada siswa kelas VIII D SMP N 5 Bandar Lampung.
3. Jika alat modifikasi pada siklus ketiga dengan menggunakan raket berupa kayu / triplek yang dibentuk menyerupai raket yang sesungguhnya dan *Suttlecock* berupa bambu yang didalamnya dimasukan gabus lalu diberi ekor dengan menancapkan bulu ayam yang dibentuk menyerupai *Suttlecock* yang sesungguhnya serta net yang tingginya 1,40 m dan lapangan berukuran panjang 15 m dan lebar 10 m maka, dapat memperbaiki dan meningkatkan kemampuan gerak dasar *backhand* pada siswa kelas VIII D SMP N 5 Bandar Lampung.