

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bulutangkis atau *Badminton* olahraga ini sangat populer dan para atletnya sering mencetak prestasi yang membanggakan di pertandingan internasional. Permainan ini terdiri dari dua kata, yaitu bulu dan tangkis. Olahraga ini biasa diartikan sebagai permainan yang dilakukan dengan cara menangkis bola bulu menggunakan raket. Bolanya sendiri atau di sebut dengan kok yang memang terbuat dari bulu-bulu hewan unggas. Permainan ini terdiri dari satu lawan satu atau disebut tunggal, dan dua lawan dua disebut double/ganda dengan menggunakan raket dan *shuttlecock*.

Tujuan dari permainan olahraga bulutangkis adalah memperoleh angka dan kemenangan dengan cara memukul kok hingga bisa melayang melewati net dan menjatuhkan kok di area permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul atau kok jatuh di area lawan agar bisa mendapatkan poin.

Menurut Sutanto (2019) Bulutangkis atau *badminton* adalah cabang olahraga yang dimainkan oleh dua pemain atau dua pasang pemain yang saling berlawanan dalam suatu lapangan berbentuk persegi yang dibatasi oleh net/jarring yang terletak pada bagian tengah lapangan yang membagi lapangan menjadi 2 bagian yang sama. (hal. 122)

Para atlet bulutangkis Indonesia untuk meningkatkan motivasi dan kemampuan (*skill*) dalam permainan bulutangkis. Para pemain harus selalu mencoba memberanikan diri mengikuti berbagai event kejuaraan karena banyak manfaat yang bisa diambil oleh para pemain. Atlet-atlet bulutangkis Indonesia agar prestasi di tingkat Dunia dapat di perhatikan dan ditingkatkan maka harus mempunyai kemampuan *skill*. Semakin banyak kejuaraan yang diikuti dan semakin meningkatkan motivasi berlatih, bisa menambah berbagai pengalaman baru dalam bertanding dan bisa mengetahui batas kemampuan diri sendiri.

Salah satu aspek yang harus diperhatikan dalam proses latihan adalah penguasaan teknik atau keterampilan bulutangkis. Mengenai teknik menurut Kusnadi (2015) seperti pukulan *over head* (*over head clear, dropshot, smash*),

underhand (service, netting, underhand clear dan drive (offensiv and deffensiv). (hal. 79)

Pada permainan olahraga bulutangkis, keterampilan dalam memukul dasar adalah menurut Gunawan dan Rusdiana (2018) “untuk dapat bermain bulutangkis dengan baik”. Dalam olahraga bulutangkis mempunyai teknik *smash*. Menurut Gunawan dan Rusdiana (2018) “Pukulan *smash* merupakan salah satu pukulan yang mengakhiri terjadinya *rally*, biasanya seorang pemain melakukan *smash* untuk mematikan lawan dan mengakhiri terjadinya *rally* sehingga mendapatkan poin”. Pukulan *smash* identik dengan pukulan *offensive* cepat dan menukik tajam dalam proses menyerang ke area lawan. (hal.24)

Menurut Gunawan dan Rusdiana (2018) “Pukulan *smash* membutuhkan komponen kondisi fisik seperti kekuatan dan kecepatan, untuk dapat menghasilkan pukulan yang keras dan tajam”. (hal. 24)

Dari pendapat yang di kemukakan tersebut penulis menyimpulkan bahwa teknik *smash* merupakan serangan yang terjadinya mengakhiri pada saat *rally* dan untuk menghasilkan pukulan yang keras dan tajam harus mempunyai komponen kondisi fisik *power* otot lengan dan untuk memberikan daya dorong pada saat memukul *shuttlecock* diperlukan *fleksibilitas* pergelangan tangan.

Menurut Harsono (2018) mengemukakan “*power* adalah kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat”. (hal.99)

Fleksibilitas adalah salah satu komponen kondisi fisik yang penting untuk ditingkatkan sebagai penunjang dalam *smash*. *Fleksibilitas* identik dengan ruang gerak sendi. menurut Harsono (2016), “*Fleksibilitas* adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi.” Orang yang memiliki *fleksibilitas* yang baik akan memiliki ruang gerak sendi yang luas, hal ini akan juga berdampak pada kualitas suatu keterampilan. *Fleksibilitas* pergelangan tangan yang baik akan memberikan kualitas keterampilan yang baik seperti pada pukulan *smash*. (hal. 24)

Untuk keberhasilan teknik *smash* yang dibutuhkan ada 10 macam komponen kondisi fisik diantaranya adalah: (1) Kekuatan (*strength*); (2) Daya tahan (*enduraece*); (3) Daya otot (*muscular power*); (4) Kecepatan (*speed*); (5)

Daya lentur (*flexibility*); (6) Kelincahan (*agility*); (7) Koordinasi (*coordination*); (8) Keseimbangan (*balance*); (9) Ketepatan (*accuracy*); (10) Reaksi (*reaction*).

Berdasarkan uraian diatas, dapat penulis simpulkan komponen kondisi fisik yang mendukung keberhasilan melakukan *smash*, diantaranya kekuatan, daya tahan, daya otot, kecepatan, daya lentur, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. Tentunya pada setiap komponen kondisi fisik tersebut memberikan kontribusi yang berada terhadap keberhasilan *smash*. Untuk mengetahui seberapa kontribusi setiap komponen kondisi fisik tersebut diperlukan. Sesuai kemampuan penulis hanya meneliti kontribusi *power* otot lengan dan *fleksibilitas* pergelangan tangan terhadap hasil pukulan *smash* bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022.

1.2 Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang di atas dan setelah melalui identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan masalah pokok dalam penelitian ini yaitu:

1. Apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022?
2. Apakah terdapat kontribusi *flaksibilitas* pergelangan tangan terhadap hasil pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022?
3. Apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan dan *fleksibilitas* pergelangan tangan secara bersama-sama terhadap hasil pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut penulis jelaskan maksud istilah-istilah tersebut :

1. Kontribusi menurut kamus besar Bahasa Indonesia (KBBI, 2022) adalah “sumbangan”. Yang dimaksud kontribusi/sumbangan dalam peneliti ini adalah kontribusi *power* otot lengan dan *fleksibilitas* pergelangan tangan terhadap pukulan *smash* bulutangkis dalam permainan bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.
2. *Power* menurut Harsono (2018) mengemukakan “*power* adalah kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat”. (hal.99) Yang dimaksud *power* otot dalam penelitian ini adalah *power* otot lengan yang sangat dibutuhkan dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi khusus nya dalam melakukan teknik pukulan *smash*.
3. *Fleksibilitas* menurut Ibrahim, Polii dan Wungouw (2015) mengatakan bahwa *fleksibilitas* merupakan kemampuan dari sebuah sendi, otot dan *ligamen* di sekitarnya untuk bergerak dengan leluasa dan nyaman dalam ruang gerak maksimal yang diharapkan. (hal. 2). *Fleksibilitas* dalam peneliti ini adalah *fleksibilitas* pergelangan tangan atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.
4. Pukulan *Smash* adalah teknik pukulan yang identik dengan pukulan menyerang sehingga sangat penting untuk dikuasai pemain. Dalam buku Bulu Tangkis Dasar oleh Yuliawan (2017), disebutkan “bahwa *smash* merupakan pukulan yang digunakan sebagai senjata untuk mendapatkan nilai”. (hal. 30) . Pukulan ini sifatnya keras dan menukik, sehingga pemain lawan kesulitan saat mengembalikan pukulan. Bertujuan untuk mematikan lawan secepat mungkin. Yang dimaksud pukulan *smash* dalam peneliti ini adalah salah satu teknik dasar permainan bulutangkis yang diteliti pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan peneliti di atas, maka Tujuan dari penelitian ini adalah untuk :

1. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022?
2. Untuk mengetahui kontribusi *fleksibilitas* pergelangan tangan terhadap hasil pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022?
3. Untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan dan *fleksibilitas* pergelangan tangan secara bersama-sama terhadap hasil pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2021/2022?

1.5 Kegunaan Penelitian

Maksud penulis melakukan penelitian ini yaitu berharap menghasilkan sesuatu yang bermanfaat baik secara praktis ataupun secara teoritis.

Secara teoritis hasil penelitian ini berguna untuk menambah kemampuan keseimbangan dan kelincihan dan pengaruhnya terhadap hasil pukulan *smash*. Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu referensi untuk mengembangkan teori-teori dalam bulutangkis terutama pada jurusan pendidikan jasmani, dan secara keilmuan hasil penelitian dapat dijadikan referensi untuk peneliti dengan variable yang sama.

Secara praktis hasil penelitian ini dapat direkomendasikan kepada Pembina olahraga atau pelatih khususnya cabang olahraga bulutangkis sebagai salah satu acuan untuk mengemangkan metode latihan olahraga dan orientasi latihan sehingga hasil latihan menjadi lebih efektif dan tepat. Untuk UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu bahan kajian lanjutan untuk memperbaiki dan mengembangkan kemampuan smash bulutangkis para atlelnya.