B A B I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang paling terkenal di dunia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam ataupun di luar ruangan untuk rekreasi ataupun menjadi ajang persaingan.

> "Bulutangkis adalah olahraga yang dimainkan dengan menggunakan *net*, raket dan bola dengan tehnik pemukulan yang bervariasi mulai dari yang relatif lambat hingga yang sangat cepat disertai dengan gerakan tipuan."[1]

Bulutangkis merupakan olahraga yang sangat diharapkan dapat mengharumkan nama bangsa Indonesia. Oleh karena itu di setiap perkumpulan-perkumpulan bulutangkis diadakan latihan-latihan untuk menunjang prestasi atlet. Sasaran awalnya adalah atlet-atlet pemula yang berusia dini. Para atlet ini diberikan suatu program latihan atau *training* oleh pelatih dimana program latihan ini mempunyai tujuan jangka pendek maupun jangka panjang. Program-program latihan yang diberikanpun harus sesuai dengan usia atlet sehingga tujuan yang akan dicapai dapat sesuai dengan yang diharapkan.

> "*Training* atau latihan adalah suatu proses kerja yang harus dilakukan secara sistematis, berulang-ulang berkesinambungan dan makin lama

---

[1] Grice, Tony, Bulutangkis, Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan Lanjutan, Jakarta : RajaGrafindo, 2002. h. 34

> jumlah beban yang diberikan makin bertambah. Proses *training* ini terutama mengacu pada proses perkembangan fisiologis seperti pertumbuhan sel-sel otot yang membutuhkan latihan dalam waktu yang lama."[2]

Training atau program latihan ini diberikan agar gerakan-gerakan yang tadinya kurang dikuasai dan dilakukan dengan banyak membutuhkan tenaga, lama kelamaan gerakan itu akan dapat dilakukan secara otomatis serta reflektif. Dalam kenyataannya dilapangan, pelaksanaan proses kegiatan latihan ini akan mengalami kesulitan bila latihan yang diberikan itu hanya dilaksanakan secara khusus bahwa latihan yang dilaksanakan harus melewati batas bahkan hampir maksimal disertai dengan beban yang makin hari bertambah berat (*Overload principle*). Hal itu dapat merusak tujuan dari program latihan itu sendiri. Pada dasarnya *training* atau latihan mengandung 4 aspek, yaitu :

1. *Physical training* (latihan fisik)
2. *Technical training* (latihan tehnik)
3. *Tactical training* (latihan taktik)
4. *Psychological/mental training* (latihan psikologi/mental) [3]

Salah satu dari aspek latihan tersebut di atas adalah *technical training.* *Technical training* atau latihan tehnik sangatlah penting dalam prestasi bulutangkis. Seorang atlet bulutangkis haruslah memiliki tehnik pukulan yang baik. Tehnik dalam bulutangkis meliputi tehnik memegang raket, tehnik olah mata serta tehnik pukulan. Tehnik pukulan bertujuan untuk mengembangkan

---

[2] Tohar , Olahraga Pilihan Bulutangkis, Jakarta : Depdikbud, 1992. h. 102
[3] Tohar , Olahraga Pilihan Bulutangkis, Jakarta : Depdikbud, 1992. h. 90

kematangan pukulan seperti *servis, lob, drop shot, smash* dan pengembalian bola.

> "Unsur kelengkapan seorang pemain bulutangkis yang baik dan berprestasi dituntut untuk memahami dan menguasai salah satu komponen dasar yaitu tehnik dasar bermain bulutangkis yang mencakup tehnik dasar pukulan maupun pegangan raket"

Setelah menguasai tehnik dasar di atas maka tehnik pukulan selanjutnya adalah tehnik pukulan bulutangkis yang tingkatannya lebih sulit, yaitu pukulan *forehand, backhand, clear, round the head* dan *drive.*

Pukulan *round the head* merupakan suatu pukulan yang cukup sulit dan dapat mematikan lawan. Pukulan ini banyak macamnya, disesuaikan dengan arah penempatan bolanya. Pukulan *round the head drop shot* digunakan untuk mengecoh lawan untuk maju ke depan sehingga pemain lawan akan sangat kesulitan untuk mengambilnya dikarenakan pukulan ini menukik ke bawah. Pukulan ini termasuk dalam pukulan menyerang. Pukulan *round the head drop shot* yang baik adalah pukulan yang mampu dan mahir menentukan arah dan ketepatan penempatan bola sehingga pukulan *round the head drop shot* ini dapat menyulitkan dan mematikan lawan.

Dalam mencapai suatu ketepatan pukulan *round the head drop shot* banyak sekali faktor yang mempengaruhi. Diantaranya adalah koordinasi gerakan, kelentukan atau fleksibilitas tubuh, kelincahan dan sebagainya. Untuk itu sangatlah penting kita membahas salah satunya, yaitu hubungan antara kelentukan dan koordinasi terhadap ketepatan suatu pukulan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang peneliti kemukakan di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasikan masalah sebagai berikut :

1. Apa sajakah jenis latihan yang diberikan untuk peningkatan dalam penguasaan teknik pukulan bulutangkis ?
2. Faktor-faktor apakah yang mempengaruhi dalam penguasaan teknik pukulan bulutangkis ?
3. Apakah faktor kelentukan mempengaruhi ketepatan teknik pukulan dalam permainan bulutangkis, khususnya pukulan *round the head drop shot*?
4. Apakah faktor koordinasi mata dan tangan mempengaruhi ketepatan teknik pukulan dalam permainan bulutangkis, khususnya pukulan *round the head drop shot*?
5. Apakah ada hubungannya antara kelentukan dan koordinasi terhadap ketepatan teknik pukulan dalam permainan bulutangkis, khususnya pukulan *round the head drop shot*?

C. Pembatasan Masalah

Agar dapat merumuskan masalah dengan baik, maka masalah yang telah diidentifikasi perlu diberikan batasan agar menjadi jelas dan terarah. Pembatasan dimaksudkan untuk menghindari meluasnya pembahasan ini sehingga tidak keluar dari tujuan penelitian, adapun pembatasan masalah

dalam penelitian ini adalah hubungan antara kelentukan togok dan koordinasi mata dan tangan terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* dalam permainan Bulutangkis di klub FIK UNJ.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini. Adapun perumusan masalah adalah :

1. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara kelentukan togok terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* pada pemain Bulutangkis di Klub FIK UNJ?
2. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara koordinasi mata dan tangan terhadap ketepatan pukulan round the head drop shot pada pemain Bulutangkis di klub FIK UNJ ?
3. Apakah terdapat hubungan yang berarti antara kelentukan togok dan koordinasi mata dan tangan secara bersama terhadap pukulan *round the head drop shot* pada atlet bulutangkis di klub bulutangkis Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta?

E. Kegunaan Penelitian

1. Sebagai bahan acuan untuk pelatih bulutangkis dalam mengasah kemampuan para atletnya terutama dalam penguasaan teknik pukulan *round the head drop shot*
2. Sebagai informasi bagi pelatih, guru dan pembina olahraga dalam meningkatkan olahraga bulutangkis.
3. Sebagai bahan masukan untuk mengetahui faktor-faktor yang cukup penting dalam melakukan gerakan pukulan *round the head drop shot*, agar pukulan ini dapat dilakukan dengan baik.
4. Merangsang para pelatih dan pecinta olahraga untuk dapat melakukan penelitian dan pengembangan selanjutnya demi tercapainya hasil prestasi yang optimal.