

BAB 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.

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 hamper maksimal disertai dengan beban yang makin hari bertambah berat (Overload Principle). Hal itu dapat merusak tujuan dan 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)

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 kaki atau *footwork* serta tehnik pukulan. Tehnik pukulan bertujuan untuk

mengembangkan kematangan pukulan seperti *service, 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 teknik dasar bermain bulutangkis yang mencakup teknik dasar pukulan maupun pegangan raket. Setelah menguasai teknik dasar di atas maka teknik pukulan selanjutnya adalah teknik pukulan bulutangkis yang tingkatnya lebih sulit, yaitu pukulan *forehand, backhand, clear, round the head* dan *drive*.

Pukulan *round the head* merupakan pukulan 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 *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 pengaruh antara kelentukan dan koordinasi terhadap ketepatan suatu pukulan.

Koordinasi sering diartikan kemampuan seseorang melakukan berbagai gerakan menjadi satu kebulatan/gerakan yang sempurna. Satu bentuk koordinasi menurut Harsono koordinasi mata – tangan (*eye-hand coordination*) seperti misalnya dalam kemampuan melempar suatu obyek ke suatu sasaran tertentu.

Dengan didukungnya koordinasi mata-tangan pemain mampu melakukan pukulan *round the head drop shoot*. Dengan adanya kelentukan togok akan membantu siswa memberikan pergerakan yang luas dan dengan adanya koordinasi mata-tangan membantu siswa mengarahkan bola dan waktu memukul yang tepat.

Melihat tingkat keberhasilan pukulan *round the head drop shoot*nya sangat minim sekali serta tingkat kondisi fisik yang kurang dan tingkat pemahaman teknik yang kurang di ekstrakurikuler bulutangkis SMAN 1 Jasinga. Disamping itu tingkat mempengaruhi keberhasilan pukulan *round the head drop shoot* fleksibilitas tubuhnya kurang serta koordinasi mata-tangan hanya sebagian yang bagus.

Ada beberapa kendala di ekstrakurikuler bulutangkis SMAN 1 Jasinga antara lain:

Kurangnya fleksibilitas tubuh (Togok),kurangnya koordinasi mata-tangan,kondisi fisik yang menurun,tingkat akurasi sangat lemah,serta hanya sebagian yang paham tentang teknik cara melakukan pukulan dasar dalam bermain bulutangkis. Banyak sekali yang mesti di benah untuk mencapai prestasi yang tinggi, dari tingkat fleksibilitas tubuhnya, terutama tingkat fleksibilitas togoknya, serta koordinasi mata-tangan yang mesti di latih kembali.Di perbanyak jam terbang untuk latihan,agar si atlit terlatih mental dan motivasi untuk belajar dan mencapai suatu prestasi. Oleh karena itu saya sangat tertarik untuk meneliti masalah tersebut.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Apakah kelentukan mempengaruhi ketepatan tehnik pukulan dalam permainan bulutangkis, khususnya pukulan *round the head drop shoot*?
2. Apakah faktor koordinasi dalam permainan bulutangkis, khususnya pukulan *round the head drop shoot*?
3. Apakah ada pengaruh anantara kelentukan togok dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan teknik pukulan dalam permainan bulutangkis,khususnya pukulan *round the head drop shoot*?

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 pengaruh kelentukan togok dan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shot* pada ekstrakurikuler bulutangkis di sman 1 jasinga kabupaten bogor.

D. Perumusan Masalah

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

1. Apakah kelentukan togok berpengaruh terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shoot*?
2. Apakah koordinasi mata-tangan berpengaruh terhadap ketepatan pukulan *round the head drop shoot*?
3. Bagaimanakah pengaruh kelentukan togok terhadap koordinasi mata-tangan pada ketepatan pukulan *round the head drop shoot*?

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 sebagai 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.