

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga permainan, bulutangkis dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja, hingga dewasa. Laki-laki dan perempuan dapat memainkan permainan bulutangkis. Oleh karena itu bulutangkis memberikan peran dalam kehidupan masyarakat luas secara nyata. Olahraga bulutangkis di Indonesia sudah dikenal sejak lama, sehingga bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang cukup populer dikalangan masyarakat Indonesia. Di samping itu perkembangan pembinaan olahraga permainan bulutangkis daerah – daerah di Indonesia juga sangatlah pesat, dilihat dari munculnya klub – klub bulutangkis disekitar, salah satunya PB JT *One* Tangerang selatan. Klub tersebut adalah wadah bagi anak anak usia muda dari umur 10 tahun sampai 17 tahun untuk berlatih dan ingin meningkatkan prestasi dibidang cabang olahraga bulutangkis. Karna persaingan atlet antar klub bulutangkis menjadi ajang bergengsi dengan wadah kejuaraan Nasional antar klub di seluruh Indonesia.

Pemain bulutangkis yang handal diperlukan berbagai macam persyaratan, salah satunya adalah penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis. Dalam cabang olahraga bulutangkis terdapat berbagai teknik dasar sebagaimana yang dikemukakan (Purnama, 2010), bahwa teknik dasar yang harus dikuasai pemain antara lain sikap berdiri (*stance*) teknik memegang raket (*Handgrip*), teknik memukul *shuttlecock*, dan teknik langkah kaki (*Footwork*). Dalam rangka

mencapai kemampuan teknik bulutangkis dibutuhkan komponen-komponen fisik yang menunjang untuk tercapainya prestasi tinggi. Pemain bulutangkis dituntut mengembangkan komponen fisik: (1) Kelincahan, (2) daya tahan otot lokal, (3) daya tahan, (4) kekuatan, (5) *power*, (6) kecepatan, (7) fleksibilitas, (8) komposisi tubuh (Purnama, 2010). Adapun jenis-jenis pukulan yang harus dikuasai oleh pemain bulutangkis antara lain” (1) Pukulan *Service* , (2) Pukulan *Lob* , (3) Pukulan *Dropshot* , (4) Pukulan *Smash*, (5) Pukulan *Drive* (Alhusin, 2007).

Untuk memperoleh suatu *point* dalam suatu permainan bulutangkis dibutuhkan pukulan serangan untuk mematikan pergerakan lawan, salah satunya adalah pukulan *smash*. Pukulan ini adalah yang paling kuat, keras dan tajam, yang bertujuan untuk mematikan lawan secepat-cepatnya, pukulan ini mengandalkan kekuatan, kecepatan, lengan dan lecutan pergelangan tangan, (Pardiman & Andri Hendriawan, 2020). Kemudian pukulan *smash* ini juga sangat penting bagi atlet bulutangkis, dikarenakan pukulan *smash* merupakan cara yang paling tepat dalam melakukan serangan terhadap lawan, karena dengan melakukan pukulan serangan, lawan akan merasa tertekan dan itu adalah taktik yang paling bagus untuk mengalahkan lawan main, (Vernando et al., 2017). Dalam pukulan *smash* dibutuhkan ketepatan atau akurasi yang baik, yakni ketepatan pukulan *smash* adalah kemampuan seseorang untuk melakukan pukulan keras dan tajam, lalu mengarahkan sesuatu gerak ke sesuatu sasaran sesuai dengan tujuannya (Sukadiyanto, 2010).

Untuk meningkatkan kualitas ketepatan pukulan *smash* dibutuhkan seorang pelatih dalam menerapkan metode latihan yang tepat sehingga atlet bisa

meningkatkan kualitas keterampilannya. Hal mendasar ini perlu diperhatikan oleh pelatih dalam menerapkan metode latihan. Harapannya jika semua target dalam latihan tercapai, maka atlet bisa memberikan seluruh kemampuan terbaik mereka dalam suatu pertandingan nanti. Untuk melatih pukulan dasar dalam permainan bulutangkis adalah menggunakan metode latihan *drill* dan metode latihan *stroke* (Yuliawan & Sugiyanto, 2014).

Banyak cara atau metode yang bisa diberikan untuk meningkatkan ketepatan pukulan *smash*, dimana setiap pelatih akan berbeda memberikan metode latihan pada atletnya. Dalam permainan bulutangkis metode latihan yang tepat untuk meningkatkan kemampuan pukulan *smash* adalah dengan menggunakan cara metode latihan *drill*, dikarenakan metode ini memiliki cara yang khas berupa pengulangan yang berkali-kali supaya *respons* menjadi sangat kuat dan tidak mudah untuk dilupakan atau bersifat permanen (Nana, 2009). Dalam metode latihan *drill* bulutangkis bisa dilakukan dengan cara manual dan menggunakan alat bantu mesin, namun sangat memberatkan bagi klub bulutangkis saat ini untuk memberikan bantuan alat atau mesin latihan lanjutan kepada pemain bulutangkis tingkat daerah maupun nasional karena biaya untuk menyediakannya terlalu mahal, tetapi fasilitas di klub PB JT *One* terbilang cukup lengkap dengan adanya mesin *drill*. Dari kedua metode ini tujuannya sama yaitu mencapai sasaran dalam meningkatkan kemampuan pukulan *smash*.

Sebelum dilakukan penelitian, Peneliti melakukan pengamatan terhadap atlet PB JT *One* Tangerang Selatan yang mengikuti pertandingan Sarwendah Invitation *Primer* pada tanggal 20 - 29 Oktober 2021. Dari 30 atlet bulutangkis

PB JT *One*, yang mengikuti pertandingan hanya 8 atlet. Setelah itu peneliti mendapatkan pengamatan satu kali pertandingan setiap atletnya, dan dicatat oleh peneliti seberapa banyak melakukan pukulan *smash* dalam satu kali pertandingan dengan 8 atlet PB JT *One* Tangerang Selatan yang sedang bertanding. Peneliti melakukan pengamatan dengan cara, jika pukulan dilakukan dengan benar dan *shuttlecock* masuk daerah lawan dan tepat sasaran lalu mendapatkan poin menunjukkan bahwa pukulan *smash* dinyatakan berhasil, atau jika pukulan salah dan *shuttlecock* keluar atau menyangkut di *net*, maka pukulan *smash* dinyatakan tidak berhasil.

Melihat dari pengamatan peneliti, kualitas permainan bulutangkis pada atlet bulutangkis PB JT *One* Tangerang Selatan khususnya ketepatan pukulan *smash* dirasa masih kurang. Maka dari itu peneliti melihat pentingnya ketepatan pukulan *smash*, dapat disimpulkan bahwa ketepatan pukulan *smash* atlet bulutangkis PB JT *One* Tangerang Selatan termasuk dalam kategori kurang dalam penerapan bentuk metode latihan pukulan *smash*.

Peneliti akan membuat tentang perbandingan peningkatan ketepatan pukulan *smash* antara menggunakan metode latihan manual *drill* dan latihan menggunakan alat mesin *drill*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manakah peningkatan yang lebih baik terhadap ketepatan pukulan *smash* setelah diberikan metode latihan dengan bantuan pelatih yang disebut manual *drill*, atau menggunakan alat bantu mesin *drill*. Dari permasalahan tersebut maka penulis menentukan judul “**Perbandingan Antara Metode Latihan Manual *Drill* dan**

## **Metode Latihan Mesin *Drill* Terhadap Ketepatan Pukulan *Smash* Pada Atlet Bulutangkis”.**

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat diidentifikasi berbagai masalah yang akan timbul dalam penelitian di antaranya adalah sebagai berikut:

1. Faktor apa yang mempengaruhi perkembangan pembinaan olahraga permainan bulutangkis?
2. Teknik dasar apa saja yang harus dikuasai dalam permainan bulutangkis?
3. Komponen fisik apa saja yang di perlukan dalam cabang olahraga bulutangkis?
4. Metode latihan apa saja yang dapat diberikan untuk melatih ketepatan pukulan *smash*?
5. Apakah terdapat peningkatan ketepatan pukulan *smash* setelah diberikan metode latihan manual *drill* pada atlet bulutangkis PB JT *One* Tangerang Selatan?
6. Apakah terdapat peningkatan ketepatan pukulan *smash* setelah diberikan metode latihan mesin *drill* pada atlet bulutangkis PB JT *One* Tangerang Selatan?
7. Apakah metode latihan manual *drill* lebih baik dibandingkan metode latihan mesin *drill* terhadap peningkatan ketepatan *smash* pada atlet bulutangkis PB JT *One* Tangerang Selatan?

### C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulisan membatasi masalah penelitian ini pada perbandingan metode latihan manual *drill* dan metode latihan mesin *drill* terhadap ketepatan pukulan *smash* pada atlet bulutangkis PB JT ONE Tangerang Selatan.

### D. Perumusan Masalah

Mengacu pada identifikasi dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah yang dapat diambil adalah :

1. Apakah terdapat peningkatan ketepatan pukulan *smash* setelah diberikan metode latihan manual *drill* pada atlet bulutangkis PB JT One Tangerang Selatan?
2. Apakah terdapat peningkatan ketepatan pukulan *smash* setelah diberikan metode latihan mesin *drill* pada atlet bulutangkis PB JT One Tangerang Selatan?
3. Apakah metode latihan manual *drill* lebih baik dibandingkan metode latihan mesin *drill* terhadap peningkatan ketepatan *smash* pada atlet bulutangkis PB JT One Tangerang Selatan?

### E. Kegunaan Penelitian

1. Penelitian ini dapat menjadi referensi umumnya untuk para pelatih yang akan menerapkan metode latihan *drill*, khususnya perbedaan peningkatan ketepatan pukulan *smash* antara perlakuan metode latihan manual *drill* dan metode latihan mesin *drill*.

2. Bagi pelatih bulutangkis khususnya di klub PB JT *ONE* Tangerang Selatan dapat menentukan secara tepat pemanfaatan metode latihan manual *drill* dan metode latihan mesin *drill* terhadap ketepatan pukulan *smash*.
3. Dapat dijadikan sebagai bahan atau referensi bagi penelitian yang mengkaji tentang metode latihan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar terutama peningkatan ketepatan pukulan *smash*.

