

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Aktivitas jasmani sangat penting untuk menjaga kesehatan dan mencapai kebugaran jasmani yang tinggi, maka upaya masyarakat harus dimulai sedini mungkin. Melalui proyek-proyek pendidikan jasmani yang teratur, terencana, dan terarah, diharapkan dapat tercapai tujuan-tujuan yang meliputi pertumbuhan dan perkembangan jasmani dan rohani. Olahraga bertujuan untuk mencapai prestasi yang setinggi-tingginya, pada hakekatnya memenangkan suatu permainan atau kompetisi. Kemudian dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani, penyajian bahan ajar disesuaikan dengan tingkat kemampuan berpikir dan kemampuan atletik siswa, karena semua kegiatan dalam pendidikan berpusat pada siswa.

Pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, yang bertujuan untuk mengembangkan individu secara organik, neuromuskular, intelektual dan emosional melalui aktivitas fisik. Pentingnya pendidikan jasmani dapat dilihat dari kewajiban pendidikan jasmani yang dilaksanakan pada semua jenjang dan jenjang pendidikan mulai dari taman kanak-kanak hingga perguruan tinggi. Tujuan pendidikan jasmani pada hakikatnya adalah untuk membentuk dan mengembangkan kepribadian peserta didik agar dapat bermanfaat bagi kehidupannya dan mencapai keberhasilan di masa yang akan datang.

Dalam ruang lingkup pendidikan jasmani menanamkan tentang konsep kesehatan, pengetahuan dan permainan. permainan bulutangkis sangat di minati dalam kegiatan ekstrakurikuler siswa di sekolah manapun. Bulutangkis adalah permainan bola kecil yang sangat menarik dan populer di sekolah. Untuk memainkan permainan bulutangkis siswa harus memahami tentang dasar-dasar permainan bulutangkis misalnya, servis, smas dan lain sebagainya.

Dalam permainan bulutangkis siswa perlu menguasai dan memahami komponen dasar yaitu teknik dasar permainan bulutangkis. Teknik dasar seperti servis, pukulan lob, drop short merupakan hal paling penting yang harus dikuasai dan dipahami oleh setiap siswa dalam bermain bulutangkis. Salah satu unsur gerak dan keterampilan yang harus dimiliki agar dapat menjadi pemain bulutangkis yang baik adalah kemampuan dalam melakukan servis. Dimana pukulan servis merupakan pukulan dengan raket yang menerbangkan shuttlecock ke bidang lapangan lawan secara diagonal dan bertujuan sebagai pembuka permainan dan merupakan suatu pukulan penting dalam permainan bulutangkis. Servis merupakan salah satu teknik dalam permainan bulutangkis. Pada mulanya servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk memperoleh poin agar suatu regu berhasil meraih kemenangan. Servis digunakan untuk memulai pertandingan yang jika servis yang dilakukan akurat dan mampu mengarahkan ke tempat yang sulit dijangkau maka servis dapat menjadi sebuah serangan awal yang menyulitkan

lawan, hal ini dapat dilakukan oleh setiap pemain jika pemain tersebut memiliki kinerja teknik servis yang baik.

Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis yang diselenggarakan di MAN 2 Bogor sudah lama dilakukan. Madrasah Aliyah Negeri 2 Bogor memiliki sarana dan prasarana yang cukup memadai, namun prestasinya belum mampu bersaing dengan sekolah lain dalam bidang olahraga, khususnya bulutangkis. Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MAN 2 Bogor lebih banyak dilakukan melalui latihan dalam bentuk permainan dengan pemberian teknik dasar. Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MAN 2 Bogor diikuti oleh 30 siswa.

Berdasarkan pengamatan, observasi dan pengalaman yang penulis selama melatih ekstrakurikuler bulutangkis di MAN 2 Bogor. Dalam kegiatan latihan masih banyak siswa yang mempunyai teknik dasar bermain bulutangkis yang kurang baik. Salah satunya melakukan servis, banyak siswa pada saat melakukan servis masih salah dan terlalu tanggung sehingga memudahkan lawan untuk mengembalikan shuttlecock dengan cara di smash.

Kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar bulutangkis masih sering menemui kesalahan seperti servis yang tanggung, dan tidak sampai. Teknik dasar merupakan hal yang penting dalam suatu cabang olahraga bulutangkis, karena teknik dasar akan menentukan cara melakukan suatu gerakan dasar yang baik.

Berdasarkan permasalahan diatas, penulis tertarik untuk menulis skripsi dengan judul "Pengaruh Latihan dumbbell wrist curl Terhadap Kemampuan

Servis Panjang Dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Ektrakulikuler Bulutangkis MAN 2 Bogor”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan masalah tersebut di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Pengaruh latihan *dumbbell wrist curl* terhadap kemampuan pukulan servis panjang.
2. Pengaruh latihan *dumbbell wrist curl* dapat meningkatkan pukulan servis panjang.
3. Adanya pengaruh teknik servis panjang dengan latihan *dumbbell wrist curl* dalam meningkatkan kemampuan servis siswa ekstrakurikuler bulutangkis siswa MAN 2 Bogor.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka perlu dibatasi. Pembatasan masalah dalam penelitian ini pada: “Pengaruh Latihan *dumbbell wrist curl* Terhadap kemampuan Service Panjang Dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Ektrakurikuler Bulutangkis MAN 2 Bogor”

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh latihan *dumbbell wrist curl* terhadap kemampuan pukulan servis panjang dalam permainan bulutangkis pada siswa ekstrakurikuler bulutangkis MAN 2 Bogor ?”.

## E. Kegunaan Hasil Penelitian

Masalah dalam penelitian ini penting untuk diteliti dengan harapan dapat memberi hasil serta kemudian dapat bermanfaat bagi:

### 1. Secara teoretis

Hasil penelitian dapat menambah wawasan bagi semua unsur pendidikan terutama pendidikan jasmani serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

### 2. Secara Praktis

#### a. Bagi Sekolah dan Guru

Dapat dijadikan pedoman dalam memberikan pembelajaran untuk membina permainan bulutangkis guna mencari bibit pemain yang baik.

#### b. Bagi Siswa

Dapat dijadikan sebagai panduan agar siswa semakin termotivasi untuk meningkatkan keterampilan dalam bermain bulutangkis.

#### c. Bagi Masyarakat

Bagi masyarakat dapat dijadikan acuan dalam suatu permainan bulutangkis dengan harapan menjadi berguna dalam pertandingan-pertandingan bulutangkis atau pelatihan bulutangkis di masyarakat

#### d. Bagi Peneliti

Bagi peneliti, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan dan wawasan tentang peningkatan servis panjang dalam permainan bulutangkis dengan cara latihan *dumbbell wrist curl*.

