

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang terkenal didunia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam atau di luar ruangan untuk rekrasai juga sebagai ajang persaingan. Bola bulutangkis tidak dipantulkan dan harus dimainkan di udara, sehingga permainan ini merupakan permainan cepat yang membutuhkan gerak reflek yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi. Pemain bulutangkis juga dapat mengambil keuntungan dari permainan ini dari segi sosial, hiburan, dan mental¹

Banyak orang melakukan olahraga bulutangkis dengan berbagai macam tujuan, diantaranya untuk rekreasi dan hiburan, menjaga kebugaran dan kesehatan sampai untuk tujuan olahraga prestasi. Sebagai cabang olahraga prestasi, bulutangkis termasuk olahraga kompetitif yang memerlukan gerakan eksplosif, banyak gerakan berlari, meloncat untuk *smash*, refleks, kecepatan merubah arah dan juga membutuhkan koordinasi mata-tangan yang baik.

¹ Tony Grice. Bulutangkis, (Jakarta,Raja Grafindo Persada, 2002), h. 1

Olahraga bulutangkis sama dengan olahraga permainan yang lain, dimana seseorang untuk dapat bermain harus menguasai terlebih dahulu teknik-teknik dasar permainan yang dipergunakan. Teknik-teknik dasar tersebut mempunyai karakteristik yang sesuai dengan bentuk permainannya.

Dengan ke komplekkannya seorang atlet bulutangkis harus menguasai beberapa teknik dasar dalam bulutangkis. Permainan bulutangkis menuntut seorang atlet untuk melakukan berbagai macam pukulan (*stroke*). Menurut bagiannya pukulan bulutangkis dibagi menjadi tiga bagian yaitu pukulan dengan ayunan raket dari bawah (*under arm strokes*), pukulan mendatar atau menyamping (*side arms stroke*), dan dari atas kepala (*overhead stroke*).

Dengan banyaknya berbagai macam jenis teknik pukulan tersebut, maka diperlukan suatu latihan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan atlet untuk dapat melakukan berbagai macam pukulan seperti pukulan *lob*, *dropshot*, *netting*, hingga *smash*. Pukulan-pukulan tersebut harus dilatih semaksimal mungkin agar atlet dapat terampil melakukannya terutama pada saat pertandingan. Salah satu pukulan yang harus dimiliki oleh seorang atlet dalam bertanding adalah *smash*.

Pukulan *smash* merupakan senjata yang sangat ampuh untuk mengumpulkan angka dalam suatu pertandingan bulutangkis. Hal itu disebabkan sifat jatuhnya bola yang kencang dan tajam.

Klub Olahraga Prestasi Bulutangkis Universitas Negeri Jakarta adalah sebagai wadah bagi mahasiswa untuk meningkatkan prestasi bulutangkis

juga alat untuk mempelajari dan memperdalam bulutangkis tersebut. Menurut penglihatan peneliti kualitas permainan khususnya yang terkait dengan pukulan *smash* masih dirasa kurang dilihat dari ketika melakukan *game* masih saja pukulan *smash* tersebut dapat dikembalikan. Mungkin karena beberapa faktor diantaranya, teknik dasar pukulan yang kurang baik dan perkenaan *shuttlecock* (timing) yang tidak tepat. Untuk memudahkan para pelatih agar para atlet dapat dengan mudah melakukan teknik pukulan *smash* dengan baik dan benar dibutuhkanlah alat bantu dalam proses latihan tersebut.

Dari masalah yang ditemukan di lapangan yang berkaitan dengan teknik pukulan *smash*, atas dasar tersebut peneliti ingin memecahkan masalah yang ada. Mengingat betapa pentingnya teknik dasar sebagai penunjang teknik-teknik lainnya. Masalah yang ingin dipecahkan dalam penelitian ini adalah bagaimana meningkatkan keterampilan pukulan *smash forehand*. Peneliti akan menggunakan media alat bantu berupa bola.

Dari uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti upaya meningkatkan keterampilan pukulan *smash forehand* dengan menggunakan alat bantu bola. Hal ini menjadi objek penelitian peneliti, mengingat aplikasinya di lapangan yang sebenarnya untuk peningkatan kualitas keterampilan pukulan *smash* tersebut. Maka atas dasar itu, hal ini dijadikan bahan penelitian dan hubungan dengan hal tersebut peneliti bermaksud meneliti upaya meningkatkan keterampilan pukulan *smash forehand* menggunakan media

alat bantu bola. Dengan tujuan adanya peningkatan pemahaman dan praktik pada mahasiswa, serta memberikan pendekatan latihan yang efektif juga sekaligus memberikan informasi kepada pelatih lain tentang latihan melalui media alat bantu bola khususnya peningkatan keterampilan pukulan *smash forehand* pada mahasiswa KOP bulutangkis FIK UNJ.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang berkaitan dengan penelitian ini, Peneliti memfokuskan pada teknik pukulan *smash forehand*. Dalam hal ini peneliti ingin berupaya meningkatkan keterampilan pukulan *smash forehand* menggunakan alat bantu bola kecil pada Atlet klub olahraga prestasi bulutangkis Fakultas ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta.

C. Perumusan Masalah

Agar penelitian ini tidak meluas, maka masalah dapat dirumuskan sebagai berikut:

1). Apakah media alat bantu bola kecil dapat meningkatkan keterampilan pukulan *smash forehand* pada atlet KOP bulutangkis FIK Universitas Negeri Jakarta ?

D. Kegunaan Hasil penelitian

1. Meningkatkan keterampilan kemampuan teknik dasar pukulan *smash*.

2. Sebagai bahan masukan dan evaluasi kepada pengurus KOP Bulutangkis FIK Universitas Negeri Jakarta dalam meningkatkan keterampilan pukulan *smash* dengan menggunakan model latihan dengan memodifikasi alat latihan.
3. Membantu upaya memajukan prestasi atlet khususnya keterampilan pukulan *smash* pada atlet.
4. Memberikan suasana baru pada atlet dan pelatih dalam mengembangkan model latihan.
5. Sumbangan peneliti pada bidang kepelatihan, khususnya dalam keterampilan *smash forehand*.
6. Mengoptimalkan proses latihan untuk lebih memberikan inspirasi khususnya para pelatih agar lebih kreatif lagi dalam mengembangkan model latihan.