

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Permasalahan

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang digemari di Indonesia. Terbukti dari berbagai kalangan dan sastra sosial di Indonesia dapat memainkan olahraga ini, entah hanya sebatas kegemaran atau satu target prestasi. Tak dapat dipungkiri bahwa harumnya nama Indonesia antara lain melalui cabang olahraga bulutangkis, sehingga sudah sepantasnya jika bulutangkis dipelajari di lingkungan pendidikan, baik pendidikan formal, informal, maupun non formal. Di lingkungan formal, bulutangkis dipelajari sebagai pelajaran olahraga dengan waktu yang relatif singkat dan terbatas. Menyasati masalah di atas, guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi dituntut untuk mengembangkan kreatifitasnya agar teknik-teknik bulutangkis dikuasai oleh siswa dengan tidak mengabaikan prakteknya, sehingga tujuan pembelajaran tercapai dan ilmunya dapat dipelajari di masyarakat kelak. Baik dari sarana dan prasarana permainan, mungkin tidak banyak kendala untuk melaksanakan permainan bulutangkis, mengingat bulutangkis adalah olahraga yang bisa dilakukan di dalam ruangan (*indoor*) maupun di luar ruangan (*outdoor*).

“Bulutangkis atau *badminton* adalah suatu olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang untuk tunggal atau dua pasangan untuk ganda yang saling berlawanan. mirip dengan tenis, bulutangkis bertujuan memukul bola permainan ("kok" atau "*shuttlecock*") melewati jaring agar jatuh di bidang permainan lawan yang sudah ditentukan dan berusaha mencegah lawan melakukan hal yang sama. Permainan ini

membutuhkan teknik-teknik agar berjalan sesuai dengan aturan-aturan yang ada.’(Datukramat et al., 2019).“Permainan cabang olahraga bulutangkis memiliki beberapa teknik yang harus dikuasai oleh seorang atlet agar mampu tampil dengan baik saat bermain. Dalam permainan bulutangkis terdapat salah satu teknik pukulan yaitu pukulan *forehand*, Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan oleh seseorang yang mengarah pada daerah lapangan lawan. Pukulan *Forehand* adalah pukulan di samping yang diarahkan cepat dan mendatar di atas net. Pada pukulan ini seseorang sangat membutuhkan unsur fleksibilitas yang baik untuk mengembalikan *suttlecock* ke arah lapangan lawan. Dalam melakukan pukulan *forehand* ini sangat didukung oleh unsur-unsur kondisi fisik. Adapun salah satu unsur kondisi fisik yang mendukung saat melakukan pukulan *forehand* yaitu fleksibilitas. Fleksibilitas diperlukan pada saat memukul bola, karena bola yang dipukul dari samping sangat lah sulit jika seseorang tidak memiliki fleksibilitas. Dengan adanya fleksibilitas yang baik, maka seseorang mampu melakukan pukulan *forehand* dengan baik dan sempurna”(Fajrial et al., 2020).

Adapun permainan bulutangkis di sekolah diberikan pada siswa sebagai cabang olahraga pilihan, sebagai salah satu bentuk pelatihan yang diberikan diwaktu senggang (ekstrakurikuler) dipakainya permainan bulutangkis sebagai bentuk kegiatan pelatihan diwaktu senggang atau sebagai mata pelajaran di sekolah cukup beralasan, karena dalam permainan bulutangkis dapat mengembangkan jasmani serta kemampuan prestasinya tiap individu secara harmonis dan menyeluruh.

Salah satu teknik yang akan diteliti oleh peneliti di lingkungan sekolah yakni keterampilan pukulan *forehand drive* pada cabang olahraga bulutangkis, “pukulan *forehand drive* merupakan salah satu keterampilan khusus yang harus dikuasai oleh

setiap atlet baik dalam latihan maupun pertandingan. *Forehand drive* yang baik benar dan efisien merupakan suatu pukulan yang bisa mematikan lawan sehingga mendapatkan poin. Keberhasilan setiap atlet dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilannya dalam menempatkan kok disudut lapangan sehingga menekan lawan sehingga sulit mengembalikan kok dan dengan mudah mendapatkan poin”(Ariesna & Setiawan, 2018a).

Tujuan dari permainan bulutangkis ini adalah pemain berusaha untuk memperoleh poin dan mempertahankan daerahnya dari serangan lawan dengan mengembalikan *shuttlecock* agar tidak jauh dilapangan sendiri. Pemain yang mampu memperoleh poin 21 paling dulu dinyatakan sebagai pemenangnya dalam set yang ditentukan. Untuk menghasilkan kemenangan satu poin dalam pertandingan bulu tangksi maka setiap pemain dituntut untuk menguasai teknik dalam permainan bulutangkis sehingga menghasilkan poin, tekni keterampilan yang menghasilkan poin yaitu diantaranya tekni *forehand drive*.

Di dalam cabang olahraga bulutangkis ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh para penggemar, atlet, siswa/ pelajar maupun lapisan masyarakat yang melakukan cabang olahraga bulutangkis. Peneiti mengambil subjek dari siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di sekolah menengah atas atau SMA.

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan pembelajaran yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang disesuaikan dengan kebutuhan pengetahuan, pengembangan, bimbingan dan pembiasaan siswa agar memiliki penunjang. Tujuan dari ekstrakurikuler adalah mengembangkan dan menggali minat dan bakat kompetensi siswa, meningkatkan kemampuan siswa ber aspek kognitif, afektif, dan psikomotor, serta pembinaan siswa untuk berprestasi.(Nugraha, 2016). Setiap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis harus menguasai teknik yang ada di dalam cabang

olahraga bulutangkis itu sendiri. Diantara teknik-teknik dasar yang ada di dalam cabang olahraga bulutangkis ialah salah satunya keterampilan *forehand drive*

Drive yaitu merupakan dasar dari berbagai jenis serangan pukulan salah satunya pukulan *drive* mendatar. Oleh karena itu, pukulan penggerak juga disebut sebagai induk dari teknik serangan pukulan. *Forehand drive* adalah pukulan datar yang memiliki beberapa perbedaan dalam hal bentuk. *Drive* adalah salah satu teknik pukulan yang penting untuk permainan *defensif* menghadapi. *Forehand* dilakukan dengan setiap taruhan tembakan yang dipindahkan ke siku kanan untuk pemain yang menggunakan tangan kanan, dan ke kiri untuk pemain yang menggunakan tangan kiri. pukulan yang dilakukan dengan memindahkan taruhan ke siku kiri untuk pemain yang menggunakan tangan kanan, dan sebaliknya untuk pemain yang menggunakan tangan kiri

Pada umumnya teknik dasar suatu faktor yang tidak bisa dianggap sepele dikarenakan itu adalah salah satu kunci dapat menguasai permainan bulutangkis itu sendiri, dan semua cabang olahraga pun demikian harus dapat menguasai teknik dasarnya masing-masing dan tidak lepas dari latihan yang optimal agar dapat tercapai penguasaan teknik-teknik pada cabang olahraga salah satunya cabang olahraga bulutangkis.

”Alasan penulis memfokuskan penelitian pada *forehand drive* adalah pada saat pertandingan persahabatan atau uji coba pertandingan, melihat penguasaan *forehand drive* yang kurang baik terbukti dengan adanya *forehand drive* yang tidak tepat pada sudut kanan belakang lapangan lawan yaitu arah bola yang belum tepat dan sering mengenai net sehingga *shuttle cook* tidak melewati net dan menguntungkan lawan”(R. R. Kusuma, 2018).

Sehubungan dengan adanya teknik pada permainan bulutangkis penulis mengidentifikasi atau mengamati masalah dari berbagai teknik bulutangkis yang ada. Melihat permasalahan tersebut penulis mengambil langkah untuk mengetahui adanya pengaruh dari berbagai teknik tersebut. Dalam permainan bulutangkis penulis melihat gerakan atau teknik *forehand drive* adalah salah satu teknik yang dapat menghasilkan poin dari setiap pertandingan atau permainan bulutangkis. Hal itu juga tergolong sulit bagi siswa ekstrakurikuler di sekolah yang mana siswa tersebut dikategorikan pemula di dunia perbulutangkisan.

Untuk mencapai suatu prestasi dibidang bulutangkis siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis tidaklah mudah, proses yang cukup panjang dengan durasi yang kurang maksimal pada program latihan, maka dari itu harus adanya observasi atau analisis mengenai siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis tersebut agar setidaknya mereka dapat mengenal ataupun sedikitnya menguasai teknik dasar yang mana ada dalam tubuh cabang olahraga bulutangkis.

Sesungguhnya tidaklah efektif bagi siswa untuk meraih prestasi jika memang belum menguasai teknik dasar pada permainan bulutangkis tersebut. Hal tersebut membuat penulis mencoba mengambil langkah-langkah untuk dapat mengembangkan atau mengambil poin dari salah satu teknik dasar bulutangkis tersebut.

Salah satu teknik ialah *forehand drive* yang mana ini dapat menghasilkan poin atau skor bagi pemain, penulis akan menggali atau menganalisis apa saja yang dapat berpengaruh terhadap teknik tersebut. Bagi pemula sangatlah efektif kenapa demikian karena *handgrip strength* sangatlah mendasar bagi pemain untuk memegang raket untuk bermain bulutangkis, begitu juga fleksibilitas pergelangan

tangan dimana pergelangan tangan bagian dari lengan yang dapat mengarahkan arah pukulan sesuai target tidak lupa pula koordinasi mata tangan ini jelas bagi pemain pemula maupun profesional sangatlah penting tanpa mata dan tangan permainan tidak maksimal, maka dari itu antara mata dan tangan harus saling berkoordinasi dengan kata lain dalam melakukan gerakan dalam permainan bulutangkis, serta *forehand drive* ini salah satu teknik untuk meraih skor dengan shuttlecock melaju deras datar di atas net. Unsur keberhasilan *forehand drive* banyak keterkaitan teknik lainnya seperti kekuatan genggam tangan, koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan.

“Kekuatan genggam tangan atau *handgrip strength* memerlukan kombinasi aksi dari sejumlah otot tangan dan lengan bawah, dan aksi ini sangat penting untuk aktifitas sehari-hari. Kekuatan otot genggam tangan sangat perlu dilatih untuk ditingkatkan kekuatannya terutama pada cabang olahraga yang menggunakan kekuatan otot genggam tangan misalnya bulutangkis, tenis meja dan tenis lapangan”(Irwan et al., 2018).

Fleksibilitas pergelangan tangan juga menopang akan keberhasilan dalam melakukan keterampilan *forehand drive*. “Fleksibilitas pergelangan tangan dalam cabang olahraga bulutangkis merupakan salah satu faktor yang dibutuhkan bahkan sangat menentukan kemenangan atau tidaknya suatu pertandingan. Disamping itu harus ditunjang oleh keterampilan penguasaan teknik dasar seperti *forehand*.(Kurniawan et al., 2020). Fleksibilitas pergelangan tangan termasuk unsur bagian tubuh yang dapat menopang kelangsungan keterampilan pukulan *forehand drive*

“Koordinasi sangat penting untuk mempelajari dan menyempurnakan teknik dan taktik. Koordinasi adalah kemampuan menyatakan berbagai sistem syaraf gerak yang terpisah ke dalam satu pola gerak yang efisien. Perannya sangat penting termaksud koordinasi mata-tangan dalam bermain bulutangkis. Sehingga koordinasi mata-tangan adalah suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks.(Nur et al., 2018)”

Salah satu unsur bagian tubuh yaitu mata dan tangan, dimana koordinasi mata dan tangan sangatlah dibutuhkan dalam keterampilan *forehand drive*, kenapa demikian unsur indra penglihatan dapat melihat aktivitas apapun termasuk melihat bola atau kook, kemudian tangan untuk menggerakkan bendar atau memindahkan benda, maka dari itu koordinasi mata tangan adalah satu kesatuan untuk menopang keberhasilan pukulan keterampilan *forehand drive* pada cabang olahraga bulu tangkis. “Koordinasi merupakan kemampuan seseorang dalam merangkai berbagai gerakan menjadi satu dalam satu satuan waktu dengan gerakan yang selaras dan sesuai dengan tujuan, artinya tujuan dalam melakukan teknik bulutangkis”(Bintara et al., 2021).

Sehubungan dengan adanya teknik pada permainan bulutangkis penulis mengidentifikasi atau mengamati masalah dari berbagai teknik bulutangkis yang ada. Melihat permasalahan tersebut penulis mengambil langkah untuk mengetahui adanya pengaruh dari berbagai teknik tersebut. Dalam permainan bulutangkis penulis melihat gerakan atau teknik *forehand drive* adalah salah satu teknik yang dapat menghasilkan poin dari setiap pertandingan atau permainan bulutangkis. Hal itu juga tergolong sulit bagi siswa ekstrakurikuler di sekolah yang mana siswa tersebut dikategorikan pemula di dunia perbulutangkisan.

Berdasarkan pemelitan-penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa belum ada yang meneliti sama seperti yang peneliti buat sekarang, namun banyak rujukkan-rujukkan yang mendukung untuk bahan penelitian ini. Dengan demikian penulis membuat bahan untuk penelitian sebagai bukti nyata dari teknik dasar bulutangkis yaitu pengaruh *handgrip strength*, fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan terhadap *forehand drive*.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah penulis mengidentifikasi permasalahan diantaranya :

1. Penunjang siswa dapat menguasai teknik-teknik dalam bulutangkis.
2. Penunjang bakat dari masing-masing individu siswa ekstrakurikuler.
3. Menguasai salah satu teknik dasar *forehand drive* yang ada pada cabang olahraga bulutangkis.
4. Fleksibilitas pergelangan tangan salah satu bagian dari faktor yang dapat menggerakkan raket pada arah sasaran.
5. *Hand grip strenght* adalah salah satu yang paling penting dalam melakukan permainan bulutangkis, jika tidak dapat memegang raket dengan kuat maka permainan tidak maksimal.
6. Koordinasi mata tangan juga dapat mempengaruhi juga dalam permainan bulutangkis, kenapa demikian jika tidak ada mata dan tangan yang saling mendukung dalam hal gerakan maka tidak akan terjadi gerakan memukul yang maksimal atau optimal.

7. *Forehand drive* salah satu teknik untuk mendapatkan skor atau poin dengan pukulan mendatar diatas net dan ini yang harus dikuasai bagi siswa pemula karena dengan teknik ini lawan cukup sulit mengembalikan *shuttlecock*

C. Pembatasan Masalah

Untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas dan agar tidak terjadi kesalah pahaman dalam penafsiran maka penulis memberikan batasan fokus pada pengaruh *hand grip strength*, fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *forehand drive* pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis. Berdasarkan batasan masalah tersebut, dapat disimpulkan secara operasional bahwa Variabel Bebas/ *eksogen* : *handgrip strength* sebagai (X1), fleksibilitas pergelangan tangan (X2), koordinasi mata tangan (X3) dan Variabel Terikat/ *endogen*: Keterampilan *Forehand Drive* (Y).

D. Perumusan Masalah

Melihat dari batasan masalah tersebut di atas, maka dapat ditarik suatu rumusan masalah penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah *hand grip strength* terdapat pengaruh langsung terhadap koordinasi mata tangan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis ?
2. Apakah fleksibilitas pergelangan tangan terdapat pengaruh langsung terhadap koordinasi mata tangan pada siswa peserta ekstrakurikuler ?
3. Apakah *hand grip strength* terdapat pengaruh langsung terhadap keterampilan *forehand drive* pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis ?
4. Apakah fleksibilitas pergelangan tangan terdapat pengaruh langsung terhadap keterampilan *forehand drive* pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis ?

5. Apakah koordinasi mata tangan terdapat pengaruh langsung terhadap keterampilan koordinasi mata tangan pada ekstrakurikuler bulutangkis ?
6. Apakah *handgrip strength* terdapat pengaruh tidak langsung terhadap keterampilan *forehand drive* melalui koordinasi mata tangan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis ?
7. Apakah fleksibilitas pergelangan tangan terdapat pengaruh tidak langsung terhadap keterampilan *forehand drive* melalui koordinasi mata tangan pada siswa peserta ekstrakurikuler bulutangkis ?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai berikut:

1. Secara Teoretis
Dapat digunakan bagi para peneliti sebagai acuan, jika terdapat permasalahan serupa.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi siswa agar lebih optimal dalam menjalankan ekstrakurikuler terutama cabang olahraga bulutangkis dapat menguasai teknik tersebut.
 - b. Bagi para pelatih sebagai acuan untuk pengembangan program latihan.
 - c. Sebagai penunjang pelatih dan Siswa Ekstrakurikuler bulutangkis dalam melakukan keterampilan *Forehand Drive* yang efektif.
 - d. Memberikan pengetahuan yang lebih bagi pelatih, tentang apa saja yang dibutuhkan untuk mengoptimalkan keterampilan *Forehand Drive* .
 - e. Bagi para peneliti memeberikan pengetahuan atau wawasan mengenai permasalahan yang ada pada penelitian ini.

F. State Of The Art

Tabel 1.1 Hasil Penelitian Terdahulu

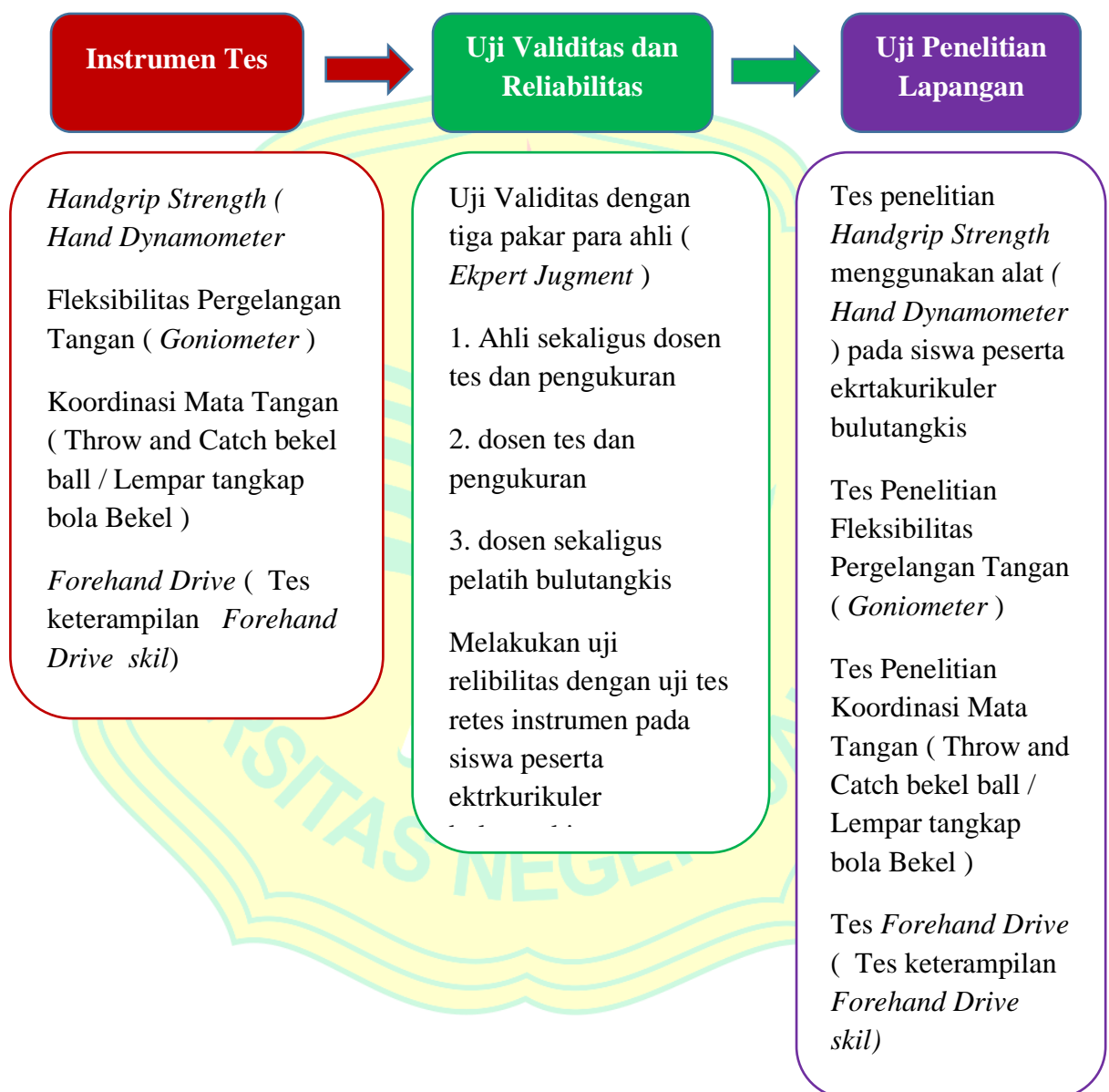
Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Pembahasan
2018	R. R. Kusuma.	penguasaan <i>forehand drive</i> yang kurang baik terbukti dengan adanya <i>forehand drive</i> yang tidak tepat pada sudut kanan belakang lapangan lawan yaitu arah bola yang belum tepat dan sering mengenai net shingga <i>shuttle cook</i> tidak melewati net.
2018	Irwan et al.	Kekuatan otot genggam tangan sangat perlu dilatih untuk ditingkatkan kekuatannya
2018	Ariesna & Setiawan,	keberhasilannya dalam menempatkan bola disudut lapangan sehingga menekan lawan sehingga sulit mengembalikan bola dan dengan mudah mendapatkan poin
2019	Datukramat et al	Permainan ini membutuhkan teknik-teknik agar berjalan sesuai dengan aturan-aturan yang ada

2020	Fajrial et al.	Pukulan <i>Forehand</i> adalah pukulan di atas kepala yang diarahkan ke belakang lapangan lawan
2021	Bintara et al	.Koordinasi merupakan kemampuan seseorang dalam merangkai berbagai gerakan menjadi satu dalam satu satuan

Berdasarkan *state of the art* di atas keterampilan *forehan drive* pada cabang olahraga bulutangkis khususnya bagi siswa peserta ekstrakurikuler di sekolah dapat ditarik kesimpulan bahwa, keterampilan *forehand drive* yakni salah satu keterampilan yang dapat menjadi acuan untuk memperoleh poin atau skor dalam permainan bulutangkis. Dimana setiap gerakannya terbilang cukup efektif, pukulan yang mendarat diatas net dengan cepat sangat merepotkan bagi lawan untuk menahan atau mengembalikan pukulan tersebut, apalagi didukung dengan teknik-teknik lainnya seperti hand grip strength, fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan ini tergeolong satu kesatuan dalam melancarkan gerakan keterampilan *forehan drive*.

G. Road Map Penelitian

1. Desain *road map* penelitian pengaruh *handgrip strength*, fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan *forehand drive*



Gambar 1.1 *Road Map* Penelitian

2. Tabel 1.2 Penelitian terdahulu yang sudah diteliti pada tahun sebelumnya

No	Penelitian Sebelumnya	Tahun	Keterbaruan Penelitian
1	Hubungan kekuatan otot lengan, koordinasi mata-tangan, dan fleksibilitas dengan keterampilan forehand drive	2018	Menganalisis instrumen masing-masing variabel untuk keberhasilan keterampilan <i>forehand drive</i> melalui tes dan pengukuran
2	Hubungan Kekuatan Lengan, Koordinasi Mata Tangan, Dan Fleksibilitas terhadap Keterampilan <i>Forehand Drive</i>	2018	Melakukan tes instrumen <i>handgrip strength</i> , koordinasi mata tangan dan <i>forehand drive</i> dengan tes dan pengukuran
3	Hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan, koordinasi mata-tangan, dan motivasi latihan dengan ketepatan pukulan <i>forehand</i>	2020	Menganalisis hubungan langsung dan tidak langsung antar variabel