

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dunia olahraga sudah tidak asing lagi dalam keseharian. Hal ini disebabkan dengan adanya tayangan–tayangan tentang olahraga di berbagai media seperti media televisi, surat kabar baik local, nasional maupun internasional. Karena hal tersebut, salah satu cabang olahraga yang terkenal di seluruh dunia adalah olahraga bulutangkis atau *badminton*. Pada saat ini hampir semua Negara di seluruh dunia telah berlomba-lomba untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai teknik dan strategi dalam permainan bulutangkis.

Olahraga bulutangkis menjadi sangat terkenal dan memasyarakat di Indonesia. Olahraga bulutangkis dimainkan oleh segala usia, mulai dari anak–anak, remaja hingga orang dewasa. Hal ini diutarakan oleh Tony Grice (1996:1), bahwa olahraga bulutangkis menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga bulutangkis di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi juga sebagai ajang persaingan.

Olahraga bulutangkis ini menjadi terkenal dan memasyarakat karena olahraga bulutangkis dimainkan pada lapangan permainan yang berbentuk segi empat dan di batasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dan daerah permainan lawan. Lapangan permainan ini mudah di temui dimana saja, bahkan hampir disetiap Rukun Warga (RW) memiliki paling tidak 1 (satu) buah lapangan bulutangkis. Selain itu, permainan ini menarik juga karena

dilakukan dengan menggunakan raket sebagai alat pemukul dan *shuttlecock* sebagai objek pukulnya.

Dalam pertandingan ada beberapa hal yang menjadi penentu menang kalahnya seorang pemain, yaitu: penguasaan teknik dan stamina pemain. Karena olahraga bulutangkis merupakan olahraga permainan yang cepat dan membutuhkan reaksi yang baik dan tingkat kebugarannya yang tinggi. Oleh karena itu, untuk dapat bermain bulutangkis dengan baik, maka dituntut untuk banyak melakukan latihan, mempelajari dan memahami unsur-unsur fisik, teknik, taktik maupun mental.

Untuk menjadi pemain bulutangkis yang handal perlu berbagai persyaratan, salah satunya adalah penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis. Karena untuk dapat menunjang mencapainya tujuan permainan adalah dengan dikuasainya teknik dasar permainan bulutangkis. Teknik adalah ketrampilan khusus yang harus dikuasai oleh pemain bulutangkis dengan tujuan untuk dapat mengembalikan shuttle cock dengan sebaik-baiknya. (PB PBSI, 2006:10) Teknik dasar yang diperlukan dalam bulutangkis di antaranya adalah cara memegang raket, sikap berdiri, gerakan kaki, dan memukul *shuttlecock*. (Djide, 2000:80)

Permainan bulutangkis mengenal adanya teknik pukulan. Menurut Tohar (2005:34) teknik pukulan adalah cara-cara melakukan pukulan dalam permainan bulutangkis dengan tujuan untuk menerbangkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lawan. Dalam permainan bulutangkis terdapat banyak macam teknik pukulan, antara lain: Pukulan dengan ayunan raket dari bawah, 2. Pukulan dengan ayunan raket mendatar (*Drive*) dan 3. Pukulan dengan ayunan raket dari atas (*Over*

Head). (Bondan Nurcahya, 2013:4). Sedangkan untuk pukulan *overhead* terdiri dari: Lob tinggi, Lob menyerang, *dropshot* dan *Smash* Keempat pukulan *overhead* tersebut dapat dilakukan dengan *forehand* maupun *backhand*.

Salah satu teknik dasar dalam permainan ini adalah teknik *smash*, bentuk serangan yang paling banyak dipergunakan dalam upaya memperoleh nilai atau angka oleh suatu tim. Muhajir (2004:37), mengemukakan bahwa “*smash* merupakan tindakan memukul *shuttlecock* yang keras sehingga mengakibatkan pihak lawan sulit untuk mengembalikannya. Untuk dapat melakukan *smash* dengan baik, maka diperlukan penguasaan teknik yang baik dan benar untuk melakukan *smash*. Yang dimaksud pukulan *smash* menurut Tony Grice (2007:85), adalah Pukulan yang cepat, yang diarahkan ke bawah dengan kuat dan tajam untuk mengembalikan bola pendek yang telah dipukul ke atas”. Pukulan *smash* adalah salah satu pukulan yang dapat mematikan lawan. Jika seorang pemain bulutangkis memiliki dan bisa melakukan *smash* dengan keras dan cepat maka pemain tersebut kemungkinan besar lebih berpeluang untuk bisa menjadikan pukulan *smash* ini sebagai senjata untuk mematikan lawan.

Selain itu, pukulan *smash* yang dilakukan pemain juga dapat merusak posisi dan daerah pertahanan lawan. Seorang pemain bulutangkis yang bisa atau memiliki pukulan *smash* yang keras dan cepat pemain tersebut dapat merusak posisi pertahanan lawan Karena lawan akan lebih membutuhkan gerakan yang lebih cepat untuk mengembalikan pukulan tersebut sehingga posisinya akan lebih terbuka setelah dia berusaha untuk mengembalikan pukulan *smash* yang pertama.

Setelah bisa memiliki peluang untuk mematikan lawan, maka pukulan *smash* dapat menghasilkan poin. Jika seorang pemain bulutangkis dapat menjadikan *smash* sebagai senjata untuk mematikan lawannya maka sasaran tembakannya harus diarahkan ke area yang dapat menyulitkan lawan sehingga *shuttlecock* dapat mendarat jauh dari jangkauan lawan, sehingga dengan kecepatan laju *shuttlecock* yang maksimal, peluang lawan untuk mengembalikan *shuttlecock* akan semakin kecil pula.

Adapun untuk mencapai kemampuan pukulan *smash* pada permainan bulutangkis bukan hanya harus dapat menguasai teknik – teknik yang baik, diperlukan juga unsur kondisi fisik diantaranya adalah *power* otot lengan dan kelentukan togok. Berkaitan dengan *power* otot lengan pada dasarnya *power* otot lengan merupakan faktor yang dominan pada permainan bulutangkis pada saat melakukan pukulan *smash*. Dengan memiliki *power* otot lengan yang baik maka akan memberikan dukungan terhadap kecepatan laju *shuttlecock* saat mengalami *impact* dengan hasil yang keras dan juga dengan memiliki *power* otot lengan yang kuat maka pemain juga dapat mengarahkan *shuttlecock* ke area yang jauh dari jangkauan lawan dengan baik.

Selain *power* otot lengan yang mempunyai hubungan dengan ketepatan pukulan *smash* ada juga kelentukan togok yang mempunyai hubungan dengan ketepatan pukulan *smash*. Dengan memiliki kelentukan yang baik pemain akan dapat melakukan *smash* meski berada dalam posisi yang sulit untuk melakukannya. Kelentukan togok yang dimiliki oleh pemain dapat membantu pemain untuk mengarahkan *shuttlecock* dengan sangat baik dan juga membantu

pemain saat proses melakukan pukulan *smash* dari fase awal hingga fase *follow-through*. Pemain yang memiliki kelentukan togok dapat membantu seorang pemain bulutangkis untuk melakukan pukulan *smash* dengan baik dan nyaman.

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang masalah, maka peneliti tertarik untuk meneliti unsur kondisi fisik yang memiliki hubungan dengan ketepatan pukulan *smash*. Oleh karena itu, permasalahan yang ingin di cari jawabannya adalah: Hubungan *power* otot lengan dan kelentukan togok terhadap ketepatan pukulan *smash* pada olahraga bulutangkis.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka masalah yang timbul dalam penelitian ini dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Teknik apa saja yang harus dikuasai dalam olahraga bulutangkis?
2. Teknik apa yang bisa memberikan point/angka bagi pemain bulutangkis?
3. Faktor apa saja yang mempengaruhi prestasi dalam olahraga bulutangkis?
4. Faktor fisik apa saja yang mempengaruhi prestasi dalam olahraga bulutangkis?
5. Faktor fisik apa yang mempengaruhi ketepatan pukulan *smash* dalam olahraga bulutangkis?
6. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam olahraga bulutangkis?
7. Apakah terdapat hubungan antara kelentukan togok terhadap ketepatan *smash* dalam olahraga bulutangkis?

8. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dan kelentukan togok terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam olahraga bulutangkis?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, dan agar masalah tidak meluas, maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi. Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah: Hubungan antara *power* otot lengan dan kelentukan togok dengan ketepatan *smash* dalam olahraga bulutangkis.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dengan ketepatan *smash* dalam olahraga bulutangkis?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelentukan togok dengan ketepatan *smash* dalam olahraga bulutangkis?
3. Apakah terdapat hubungan antara *power* otot lengan dan kelentukan togok terhadap ketepatan pukulan *smash* dalam olahraga bulutangkis?

E. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan penelitian ini adalah:

1. Untuk menjawab permasalahan penelitian yaitu hubungan antara *power* otot lengan dan kelentukan togok terhadap ketepatan pukulan *smash* pada olahraga bulutangkis.
2. Dapat menjadi evaluasi bagi pelatih apakah pukulan *smash* yang dilakukan oleh para pemain bulutangkis sudah sesuai dengan sasaran yang diinginkan yaitu daerah yang dianggap dapat menyulitkan lawan.
3. Dapat menjadi bahan evaluasi bagaimana kemampuan dari *power* otot lengan dan kelentukan togok dari pemain bulutangkis agar dapat dimasukkan dalam program latihan sehingga komponen fisik ini dapat menunjang dalam melakukan pukulan *smash*.
4. Menjadi bahan masukan bagi para pelatih bahwa komponen fisik sangatlah penting dalam menunjang keberhasilan melakukan teknik dalam olahraga bulutangkis dalam hal ini adalah pukulan *smash*.
5. Menjadi bahan referensi bagi peneliti lain yang melakukan penelitian yang serupa, namun dengan sampel yang berbeda dan jumlah yang berbeda.