

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bulutangkis adalah cabang olahraga permainan yang sudah banyak dikenal oleh masyarakat Indonesia maupun Internasional. Permainan bulutangkis dilakukan dengan menggunakan raket, dan *shuttlecock* sebagai alat bermain dengan saling berhadapan satu sama lain pada sebuah lapangan yang dibatasi oleh sebuah net (Bimantara, dkk., 2022). Macam-macam teknik pukulan dalam bulutangkis sangat penting dalam mencari poin-poin untuk kemenangan. Pendapat Pamungkas & Indarto (2021), dari beberapa macam teknik pukulan tersebut hanya pukulan *smash* yang memiliki sifat menyerang artinya pukulan tersebut adalah pukulan yang paling banyak menghasilkan poin.

Pukulan *smash* merupakan salah satu pukulan yang mengakhiri terjadinya *rally*, biasanya seorang pemain melakukan *smash* untuk mematikan lawan dan mengakhiri terjadinya *rally*, sehingga mendapatkan poin. Pukulan *smash* identik dengan pukulan *offensive* cepat dan menukik tajam dalam proses menyerang ke area lawan. Gunawan & Imanudin (2019) menyatakan bahwa “Pukulan *smash* merupakan pukulan yang keras dan tajam yang bertujuan untuk mematikan lawan secepat-cepatnya”. *Smash* dalam cabang olahraga bulutangkis merupakan salah satu pukulan yang banyak menghasilkan poin. *Smash* merupakan pukulan cepat dan menukik tajam.

Pukulan *smash* adalah menukik tajam dengan tujuan tepat sasaran. *Smash* dapat menjadi teknik yang menakutkan bagi lawan karena kecepatan *shuttlecock* keras dan menukik tajam ke dalam area, sehingga sulit bagi lawan untuk membalas. Akurasi *smash* yang dimiliki oleh pemain tentunya akan sangat bermanfaat bagi pemain, karena akan dapat mengarahkan *shuttlecock* ke area yang sulit dijangkau oleh lawan. Atlet untuk memenangkan pertandingan tentu saja tidak cukup hanya memiliki kekuatan *smash*, namun harus disa dengan akurasi yang baik. Ketepatan dalam proses *smash* adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan dan mengendalikan gerak bebas terhadap ketepatan rangkaian gerakan *smash* yang dilakukan mulai dari gerakan awalan, tolakan, pukulan sampai mendarat kembali (Yulfitri, et al., 2018).

Pukulan *smash* memiliki arti penting, yaitu semakin tajam sudut arah pukulan, semakin sedikit waktu yang dimiliki lawan untuk bereaksi. Pukulan *smash* dikatakan baik apabila memenuhi tiga kriteria, yaitu; cepat, tepat, dan akurat. Pukulan cepat artinya *shuttlecock* dipukul dengan sekuat tenaga, sehingga menghasilkan jalannya *shuttlecock* lari dengan cepat. Menambah pukulan lebih kuat biasanya disertai dengan loncatan saat akan memukul balik *shuttlecock* ke bidang permainan lawan (Ramadhan & Muzaffar, 2023).

Atlet untuk mendapatkan akurasi *smash* yang baik, hendaknya ditunjang kondisi fisik yang dominan, yaitu: 1) kekuatan (*strength*), 2) daya tahan (*endurance*), 3) daya tahan otot (*muscular power*), 4) kecepatan (*speed*), 5) kelentukan (*flexibility*), 6) kelincahan (*agility*), 7) keseimbangan (*balance*), 8)

koordinasi (*coordination*), 9) ketepatan (*accuracy*), 10) reaksi (*reaction*) (Saputra 2020).

Kekuatan merupakan kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan atau beban dalam menjalankan aktivitasnya (Sholeh, 2018). Kekuatan dalam olahraga digunakan untuk memukul *shuttlecock* dan kekuatan otot peras tangan juga berkontribusi. Ketika memegang grip raket saat melakukan pukulan. Penelitian Akbari (2021) menunjukkan bahwa kekuatan otot lengan berpengaruh signifikan terhadap keterampilan *smash*.

Berdasarkan hasil observasi di Klub Olahraga Prestasi UNJ yang dilakukan pada bulan Februari 2025, masih ada pemain yang melakukan teknik *smash* yang salah, misalnya perkenaan pada *shuttlecock* kurang tepat, *shuttlecock* menyangkut di net dan bahkan keluar lapangan. Faktor yang mempengaruhi kemampuan pukulan *smash* tersebut antara lain kekuatan otot lengan. Kondisi yang demikian menjadi keberhasilan dalam pembinaan pukulan *smash* tidak dapat optimal.

Berdasarkan pemaparan hasil observasi tersebut, penelitian ini bermaksud untuk membuktikan lebih dalam mengenai “**Pengaruh Kekuatan Otot Lengan Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Klub Olahraga Prestasi Bulutangkis Universitas Negeri Jakarta**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Masih ada pemain yang melakukan teknik *smash* yang salah, misalnya perkenaan pada *shuttlecock* kurang tepat.
2. Saat kegiatan latihan, atlet dalam melakukan pukulan *smash*, *shuttlecock* sering keluar lapangan, tidak sampai atau menyangkut di net dan pukulan *smash* yang dilakukan tidak terarah serta kurang keras
3. Pengaruh Kekuatan Otot Lengan terhadap ketepatan *smash* pada atlet bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta belum diketahui secara pasti.

C. Batasan Masalah

Melihat berbagai masalah yang muncul dan disesuaikan dengan permasalahan dalam penelitian ini, maka masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini dibatasi pada Kekuatan Otot Lengan terhadap ketepatan *smash* atlet Bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta.

D. Rumusan Masalah

Mengacu pada identifikasi dan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah yang diajukan yaitu:

Apakah terdapat pengaruh kekuatan otot lengan terhadap ketepatan pukulan *smash* pada atlet bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta?

E. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

- a. Penulis berharap penelitian ini mampu menjadi salah satu bahan bacaan atau referensi untuk menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah tentang terdapat pengaruh kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *smash* pada atlet bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta.
- b. Dapat bermanfaat bagi yang membutuhkan khususnya bagi peneliti selanjutnya yang akan meneliti tentang terdapat pengaruh kekuatan otot lengan terhadap akurasi *smash* pada atlet bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta.

2. Secara Praktis

- a. Peneliti, dapat mengetahui kebenaran pengaruh kekuatan otot lengan terhadap akurasi *smash* pada atlet bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta.
- b. Pelatih dan atlet, dapat mengetahui pentingnya pengaruh kekuatan otot lengan terhadap akurasi *smash* pada atlet bulutangkis di Klub Olahraga Prestasi Universitas Negeri Jakarta.

Intelligentia - Dignitas