

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Golf merupakan olahraga yang semakin berkembang di Indonesia seiring dengan bertambahnya jumlah turnamen dan fasilitas golf. Data dari *National Golf Foundation* menunjukkan bahwa pemain golf di kawasan Asia dari tahun 2016 sampai saat ini telah meningkat sebesar 11,5% berjumlah sebanyak 23 juta. Di Indonesia, pemain golf meningkat rata-rata 5% per tahun dalam dekade terakhir dan menempatkan Indonesia pada urutan ke empat. Berikut adalah data jumlah lapangan dan pemain di 5 negara di Asia menurut (CNBC Indonesia, 2024)



Gambar 1.1 Total Lapangan dan Jumlah Pemain Golf 5 Negara Asia

Sumber: CNBC Indonesia (2024)

Berdasarkan data pada gambar di atas, Indonesia memiliki 170 lapangan golf pada tahun 2023 dengan jumlah pemain mencapai 170 ribu orang. Meskipun jumlah ini masih relatif kecil dibandingkan dengan total populasi Indonesia, hal tersebut menunjukkan adanya potensi besar bagi pengembangan industri golf di tanah air (Wulandari et al., 2024, p. 43).

Performa golf sangat ditentukan oleh kemampuan pukulan seorang pemain, yang melibatkan teknik yang baik, pemahaman alat, dan kontrol fisik optimal (Sucipto & AIFO, 2023, p. 53). Kemampuan pukulan menggunakan *iron 7*, yaitu klub untuk jarak menengah sekitar 130-170 yard, sangat penting untuk kontrol dan akurasi dalam mendekati *green* atau *fairway*. Menguasai *iron 7* menunjukkan penguasaan teknik dasar yang baik, meningkatkan fleksibilitas dalam situasi permainan, dan memberikan kontribusi langsung pada skor keseluruhan dengan menempatkan bola di posisi strategis untuk pukulan berikutnya. Kemampuan ini mendukung strategi, teknik, dan performa keseluruhan pemain di lapangan golf (Yang et al., 2024, p. 74)

Kemampuan pukulan menggunakan *Iron 7* dipengaruhi oleh berbagai factor diantaranya adalah pemanfaatan teknologi *fitting shaft* dan fleksibilitas (*flexibility*). *Fitting shaft* merupakan salah satu teknologi yang belum sepenuhnya dimanfaatkan oleh pemain golf di Indonesia, baik pemula maupun profesional. *Fitting shaft* adalah proses penyesuaian batang stik golf agar sesuai dengan karakteristik fisik dan gaya bermain pemain, yang dapat meningkatkan akurasi dan konsistensi pukulan (Yang et al., 2024, p. 75). Sucipto and AIFO (2023) menyatakan bahwa 80% pemain yang mengalami penurunan performa mengakui tidak menggunakan klub yang di-*fitted* dengan baik. Penelitian menunjukkan bahwa *fitting shaft* yang tepat dapat meningkatkan akurasi pukulan hingga 15% dan jarak pukulan hingga 10-15 yard.

Meskipun teknologi *fitting shaft* semakin dikenal, masih banyak pemain pemula yang belum memahami sepenuhnya manfaatnya. Survei Hillier

and Hopkins (2023) menunjukkan bahwa hanya 30% pemain pemula yang melakukan *fitting shaft* sebelum mulai bermain, yang mengakibatkan ketidakstabilan dan kurangnya konsistensi pukulan. Bagi pemain terlatih, ketidakrutinan dalam melakukan *fitting shaft* dapat menghambat perkembangan keterampilan mereka.

Fleksibilitas tubuh adalah kemampuan tubuh untuk bergerak dengan optimal dan maksimal tanpa mengalami cedera, memungkinkan transfer energi yang efisien dari tubuh ke alat, seperti klub golf. Fleksibilitas yang baik memungkinkan pemain untuk melakukan ayunan yang lebih luas dan efisien, memaksimalkan transfer energi dari tubuh ke klub saat memukul bola (Pristianto & Rahman, 2018, p. 102).

Fleksibilitas yang optimal berperan penting dalam meningkatkan kemampuan pukulan menggunakan *iron 7*. Ketika seorang pemain golf memiliki fleksibilitas yang baik, mereka dapat mencapai rentang gerak yang lebih luas selama ayunan (Rizal, 2023, p. 68). Hal ini memungkinkan rotasi tubuh yang lebih penuh dan efisien, yang penting untuk menghasilkan kecepatan dan kekuatan yang diperlukan dalam pukulan. Saat pemain melakukan ayunan dengan *iron 7*, fleksibilitas yang baik memungkinkan mereka untuk mengoptimalkan posisi tubuh dan klub sepanjang seluruh fase ayunan. Fleksibilitas yang cukup pada otot-otot inti, punggung, dan bahu, misalnya, memungkinkan transfer energi yang lebih lancar dari tubuh ke klub golf. Hasilnya, pemain dapat memukul bola dengan lebih akurat dan kuat, meningkatkan jarak dan kontrol pukulan (Betzler, 2010, p. 14).

Dengan demikian, fleksibilitas tidak hanya membantu mencegah cedera tetapi juga secara langsung mempengaruhi kualitas dan efektivitas pukulan golf, termasuk menggunakan *iron 7*. Hal ini menekankan pentingnya latihan dan pemeliharaan fleksibilitas bagi para pemain golf yang ingin meningkatkan performa mereka di lapangan

Dalam teori biomekanika, *fitting shaft* yang tepat meningkatkan efisiensi gerakan dan transfer energi dari tubuh ke bola, sementara fleksibilitas tubuh mendukung rentang gerak yang lebih luas serta efisien (Yang et al., 2024, p. 53). Teori psikologi olahraga menjelaskan bahwa alat yang sesuai memudahkan pemula dalam belajar dan membantu pemain terlatih mempertahankan performa optimal. Model *impulse–momentum* menunjukkan bahwa *fitting shaft* yang tepat memaksimalkan transfer energi selama kontak dengan bola, meningkatkan kecepatan kepala klub, dan memastikan kontak yang konsisten. Semua konsep ini membantu memahami hubungan antara *fitting shaft*, fleksibilitas dengan kemampuan pukulan menggunakan *Iron 7* (Agung et al., 2023).

Penelitian terkait *fitting shaft* dan performa golf belum banyak dilakukan. Studi oleh Betzler (2010) menyatakan bahwa penggunaan *shaft* tidak selalu meningkatkan performa. Sementara itu, penelitian oleh McPhee (2022) menyimpulkan bahwa model *impulse–momentum* dan kontak kontinu memberikan wawasan mengenai peran *shaft* dalam transfer energi dari klub ke bola. *Fitting shaft* yang tepat dapat memaksimalkan transfer energi ini,

meningkatkan kecepatan kepala klub dan memastikan kontak yang konsisten dengan bola.

Kesenjangan dalam penelitian ini adalah kurangnya pemahaman dan pemanfaatan teknologi *fitting shaft* dan fleksibilitas oleh pemain golf di Indonesia, terutama pemula. Banyak pemain yang belum menyadari manfaat dari *fitting shaft* yang tepat dan fleksibilitas tubuh dalam meningkatkan performa pukulan menggunakan *iron 7*. Urgensi penelitian ini adalah untuk mengedukasi pemain golf tentang pentingnya ke dua faktor tersebut dan bagaimana mereka dapat dioptimalkan untuk meningkatkan keterampilan dan performa di lapangan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah diantaranya adalah:

1. Banyak pemain golf di Indonesia, terutama pemula, belum sepenuhnya memahami manfaat dari *fitting shaft* yang tepat. Penggunaan *fitting shaft* yang belum maksimal menyebabkan ketidakstabilan dan kurangnya konsistensi dalam pukulan mereka, yang berdampak negatif pada performa keseluruhan.
2. Hanya 30% pemain pemula yang melakukan *fitting shaft* sebelum mulai bermain, sehingga performa mereka tidak optimal. Selain itu, pemain terlatih sering kali tidak rutin melakukan *fitting shaft*, yang dapat

menghambat perkembangan keterampilan mereka dan menurunkan kualitas permainan.

3. Banyak pemain belum menyadari pentingnya fleksibilitas tubuh dalam melakukan *swing* yang efisien dan efektif. Fleksibilitas yang kurang optimal dapat menghambat transfer energi dari tubuh ke klub, mengurangi efektivitas pukulan, dan meningkatkan risiko cedera.
4. Penelitian terkait *fitting shaft* dan fleksibilitas dalam performa golf belum banyak dilakukan, khususnya di Indonesia. Sebagian besar penelitian fokus pada performa atlet profesional dan belum mengeksplorasi pengaruh ketiga faktor ini pada pemain pemula dan terlatih secara bersamaan.
5. Penting untuk mengedukasi pemain golf tentang pentingnya *fitting shaft* dan fleksibilitas tubuh. Edukasi ini dapat membantu pemain mengoptimalkan keterampilan dan performa mereka di lapangan golf, serta memahami bagaimana faktor-faktor ini dapat meningkatkan kualitas permainan.
6. Perlu adanya pengembangan layanan *fitting* yang lebih spesifik dan tepat sasaran untuk meningkatkan kualitas permainan pemain golf di Indonesia. Layanan yang lebih baik dapat membantu pemain mengakses *fitting shaft* yang tepat dan menjaga fleksibilitas tubuh

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal berikut:

1. Penelitian ini hanya menganalisis dua variabel utama, yaitu *fitting shaft* dan fleksibilitas tubuh sebagai variabel bebas (X), serta kemampuan pukulan menggunakan *iron 7* sebagai variabel terikat (Y).
2. Penelitian dilakukan pada pemain golf amatir di Padang Golf Cilangkap yang aktif menggunakan *iron 7*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara *fitting shaft* dengan kemampuan pukulan menggunakan *iron 7* pada pemain golf di Padang Golf Cilangkap?
2. Apakah terdapat hubungan antara fleksibilitas (*flexibility*) tubuh dengan kemampuan pukulan menggunakan *iron 7* pada pemain golf di Padang Golf Cilangkap?
3. Apakah terdapat hubungan antara *fitting shaft* dan fleksibilitas (*flexibility*) tubuh secara bersama-sama dengan kemampuan pukulan menggunakan *iron 7* pada pemain golf di Padang Golf Cilangkap?

E. Kegunaan Penelitian

Penelitian ini diharapkan memiliki kegunaan baik secara teoritis maupun secara praktis yang dijelaskan sebagai berikut:

1. Kegunaan Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan dalam bidang olahraga golf, khususnya mengenai hubungan antara *fitting shaft* dan fleksibilitas tubuh dengan kemampuan pukulan menggunakan *iron 7*. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi pada literatur akademik dan menjadi dasar untuk penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan teknologi *fitting shaft*, biomekanika golf, serta peningkatan performa atlet melalui pendekatan yang lebih terintegrasi.

2. Kegunaan Praktis

Secara praktis diharapkan agar penelitian ini berguna bagi berbagai pihak yang berkepentingan diantaranya adalah:

a Pemain Golf

Memberikan wawasan tentang pentingnya *fitting shaft* dan fleksibilitas tubuh dalam meningkatkan kemampuan pukulan, sehingga mereka dapat mengoptimalkan teknik dan alat yang digunakan untuk mencapai performa terbaik.

b Pelatih Golf

Menyediakan informasi yang dapat digunakan untuk merancang program latihan yang lebih efektif dan spesifik, dengan

mempertimbangkan faktor-faktor penting seperti *fitting shaft*, dan fleksibilitas tubuh.

c Klub dan Fasilitas Golf

Menawarkan panduan untuk mengembangkan layanan *fitting* yang lebih spesifik dan tepat sasaran, yang dapat membantu anggota klub meningkatkan performa mereka.

d Industri Golf

Menjadi referensi bagi produsen alat golf dalam mengembangkan produk yang lebih sesuai dengan kebutuhan pemain berdasarkan temuan terkait *fitting shaft* dan fleksibilitas.

e Akademisi dan Peneliti

Menyediakan dasar teori dan data empiris yang dapat digunakan untuk penelitian lebih lanjut dalam bidang olahraga, teknologi olahraga, dan biomekanika.

Intelligentia - Dignitas