

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga saat ini menjadi sebuah *trend* atau gaya hidup bagi Sebagian masyarakat umum, dari yang usia muda, menengah bahkan usia tua sekarang banyak yang melakukan olahraga dari mulai gaya hidup atau untuk menjaga kesehatan, untuk kebutuhan mendasar dalam hidup. Dimasa sekarang ini, Sebagian orang baru menyadari bahwa pentingnya dampak olahraga terhadap kesehatan. Kebutuhan untuk bergerak setiap harinya itu membuat olahraga menjadi kebutuhan yang sangat penting karena tidak terlepas dari kebutuhan mendasar dalam melaksanakan aktivitas gerak sehari-hari. Olahraga itu sendiri pada dasarnya merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara dan meningkatkan kemampuan gerak, serta bertujuan untuk mempertahankan, dan meningkatkan kualitas hidup seseorang.

Salah satu olahraga yang dapat memunculkan nilai nilai itu adalah bulutangkis, bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang banyak diminati di berbagai penjuru dunia salah satunya termasuk di Indonesia, dikarenakan di Indonesia cabang olahraga bulutangkis merupakan cabang olahraga yang diminati berbagai kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, hingga dewasa masih banyak yang memilih cabang olahraga bulutangkis sebagai sarana untuk menghilangkan kejenuhan, menjaga kesehatan, bahkan untuk menghasilkan prestasi.

Dalam Olahraga Bulutangkis terdapat beberapa macam tehnik dasar bulutangkis yang perlu dikuasai oleh semua yang ingin bermain bulutangkis khususnya atlet bulutangkis itu sendiri. Berdasarkan teknik dasar yang telah disebutkan, teknik dasar memegang raket dan teknik pukulan dalam bulutangkis dibagi kembali menjadi beberapa teknik dasar untuk menguasai permainan bulutangkis.

Ada beberapa teknik dalam bulutangkis yang perlu dikuasai jika ingin mahir bermain bulutangkis dan ingin memenangkan pertandingan. Salah satu teknik dasar yang penting untuk dikuasai adalah teknik *netting*. Tujuan dilakukan mya teknik *netting* adalah agar *shuttlecock* yang jatuh di bagian lawan, jatuh sedekat mungkin dengan net. Hal itu yang membuat teknik *netting* menjadi salah satu teknik pukulan yang terlihat mudah namun sangat sangat sulit dalam bulutangkis, karena dalam melakukan teknik ini banyak membutuhkan kecermatan dan dilakukan dengan penuh perasaan (*feeling*). Pukulan *netting* yang baik adalah jika bolanya dipukul halus dan melintir tipis sekali dekat net (Aksan, 2013).

Dalam permainan bulutangkis, teknik *netting* memegang peranan penting dalam meraih kemenangan. Teknik ini mengacu pada kemampuan atlet mengirim dan menerima pukulan dekat net, di area lapangan lawan. Teknik *netting* memiliki dampak besar terhadap kontrol permainan dan tekanan terhadap lawan. Untuk memperoleh suatu point dalam suatu permainan Bulutangkis dibutuhkan pukulan untuk mematikan pergerakan lawan, salah satunya pukulan *netting*.

Sapta Kunta Purnama (2010), mengemukakan pendapatnya bahwa *netting* sangat menentukan akhir dari permainan bulutangkis, kualitas *netting* yang baik

memungkinkan pemain mendapat kan umpan dari lawan untuk di *smash* atau diserang dengan pukulan mematikan yang lain.

Teknik *netting* memiliki karakteristik yang unik, ketika akan melakukan teknik *netting* atlet tidak perlu menggunakan kekuatan penuh seperti sedang melakukan gerakan *smash* maupun gerakan *lob*. Untuk melakukannya hanya perlu melakukan sentuhan halus namun akurat kepada *shuttlecock*, supaya jatuhnya *shuttlecock* bergulir melewati net dan jatuh dekat net di daerah lawan.

Sebelum dilakukan penelitian, peneliti melakukan pengamatan pada atlet POPB DKI Jakarta yang sedang melakukan latihan dan sedang mengikuti pertandingan. Pada saat latihan peneliti melihat masih banyak atlet saat melakukan pukulan *netting* yang pukulan nya masih menyangkut, pukulan nya tidak sampai dan juga keluar lapangan. Pada saat sesi *game*, rata-rata atlet bermain tidak serius dan masih banyak tertawa sehingga kurang nya implemenstasi terhadap pukulan pukulan yang telah diajarkan pelatih.

Sedangkan bedasarkan hasil pengamatan yang dilakukan peneliti terhadap atlet POPB DKI Jakarta mengikuti pertandingan *scarlett badminton open 2023* yang dilaksanakan pada tanggal 18 – 23 September 2023. Rata-rata atlet yang mengikuti pertandingan tersebut banyak melakukan kesalahan sendiri yang berujung hilangnya poin secara percuma dan menyebabkan kekalahan pada saat pertandingan. Peneliti melakukan pengamatan dengan cara jika pukulan *netting* dilakukan dengan benar dan *shuttlecock* jatuh tipis dekat net lawan dan tepat sasaran lalu mendapatkan poin menunjukkan bahwa pukulan *netting* dinyatakan berhasil,

atau jika pukulan salah dan *shuttlecock* keluar atau menyangkut di net, maka pukulan *netting* dinyatakan tidak berhasil.

Ada beberapa kesalahan yang dilakukan beberapa atlet saat mengikuti pertandingan *scarlett open 2023* yaitu, tidak adanya variasi yang dilakukan saat melakukan *netting*, teknik *netting* yang kurang baik, kontrol *shuttlecock* yang kurang sempurna, serta kurangnya konsentrasi saat bertanding. Menurut Soemardiawan & Marzuki (2022), koordinasi gerak kaki, lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan kok saat perkenaan, serta daya konsentrasi adalah faktor-faktor penting yang dapat mempengaruhi keberhasilan pukulan ini dan *netting* adalah pukulan yang bisa mendapatkan point.

Kesalahan yang dilakukan berulang kali oleh atlet tersebut secara tidak langsung mempengaruhi mental dan juga psikologi atlet tersebut, sehingga atlet tersebut menjadi takut dan kurang percaya diri ketika melakukan *netting*, karena sudah terlalu sering kehilangan poin sebelumnya ketika melakukan teknik *netting*.

Melihat dari hasil pengamatan peneliti, kualitas permainan Bulutangkis pada atlet Bulutangkis POPB DKII Jakarta, khususnya ketepatan pukulan *netting* yang dirasa masih kurang, dilihat dari tingkat keberhasilan dalam melakukan pukulan *netting*, rata-rata pukulan *netting* atlet yang masih menyangkut di net, hasil pukulan net menjadi tanggung, bahkan keluar lapangan. Maka dari itu peneliti melihat pentingnya ketepatan pukulan *netting*, dapat diasumsikan bahwa ketepatan pukulan *netting* atlet POPB DKI Jakarta termasuk dalam kategori kurang dalam penerapan bentuk metode latihan pukulan *netting* masih belum baik dalam melakukan pukulan *netting*. Karena kemampuan pukulan *netting* dalam bulutangkis

menurut James Poole (2016), merupakan pukulan pendek yang dilakukan depan net yang dapat dilakukan dari sisi *forehand* maupun sisi *backhand* dengan tujuan arah *shuttlecock* berada tipis depan net.

Karakteristik permainan *netting* adalah jenis pukulan yang dilakukan di dekat net yang dipukul dengan sentuhan halus namun akurat. Tujuan dilakukan *netting* adalah supaya *shuttlecock* yang jatuh di bidang lawan dan jatuh sedekat mungkin dekat net. Koordinasi gerak kaki, lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan *shuttlecock* saat perkenaan, dan tentunya konsentrasi saat memukul *shuttlecock* menjadi faktor penting dalam melakukan teknik *netting* dalam bulutangkis.

Kemampuan teknik *netting* harus diperhatikan oleh pelatih dan atlet itu sendiri. Di POPB (Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan) DKI Jakarta, pada saat latihan bulutangkis yang bertujuan untuk menciptakan talenta muda yang berprestasi. Teknik *netting* dalam bulutangkis adalah salah satu teknik dalam bulutangkis yang memerlukan latihan dan dedikasi yang konsisten. Ketika atlet sudah dapat menguasai teknik *netting* maka atlet akan mendapat keunggulan strategis kepada pemain dalam mengendalikan permainan di area dekat net, dan dengan demikian, atlet akan mendapatkan poin dengan lebih efektif.

Saat ini masih jarang atlet POPB DKI Jakarta yang mengerti jika teknik *netting* yang dilakukan dengan benar dan akurat dapat memberikan poin dengan mudah dan efektif, bahkan dapat membuat lawan menjadi kurang percaya diri ketika melakukan pengembalian *netting*.

Untuk meningkatkan kemampuan dalam melakukan teknik *netting*, atlet diharuskan untuk melakukan latihan khusus yang berfokus pada teknik ini. Berdasarkan latar belakang, maka penulis mengadakan penelitian tentang “Perbandingan Metode Latihan *Drill* dan Latihan Berpasangan Terhadap Ketepatan Teknik *Netting* Bulutangkis Pada Atlet POPB DKI Jakarta”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat diketahui permasalahan yang ada dan dapat diidentifikasi masalah-masalah yang muncul diantaranya adalah sebagai berikut :

- a. Seorang atlet Bulutangkis dalam memperoleh *point* dibutuhkan penguasaan teknik-teknik dasar dalam permainan Bulutangkis, salah satunya pukulan *netting*.
- b. Masih ada atlet POPB (Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan) DKI Jakarta kurang baik dalam melakukan pukulan *netting*.
- c. Latihan pukulan *netting* kurang begitu diperhatikan, latihan lebih banyak di fisik dan game.
- d. Kemampuan atlet POPB (Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan) DKI Jakarta pada saat melakukan pukulan *netting* bola yang dipukul tidak bisa mendarat dibidang lapangan lawan.
- e. Masih kurangnya tingkat keberhasilan ketepatan pukulan *netting* pada atlet POPB (Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan)

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang sudah dijelaskan, maka penulis membatasi masalah penelitian ini pada perbandingan metode latihan *drill* dan latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *netting* pada atlet POPB DKI Jakarta.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah terdapat perbedaan ketepatan pukulan *netting* setelah diberikan metode latihan *drill* pada atlet bulutangkis POPB DKI Jakarta?
2. Apakah terdapat perbedaan ketepatan pukulan *netting* setelah diberikan metode latihan berpasangan pada atlet bulutangkis POPB DKI Jakarta?
3. Apakah terdapat perbedaan ketepatan pukulan *netting*, antara perlakuan metode latihan *drill* dan latihan berpasangan kepada atlet POPB DKI Jakarta?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Penelitian ini dapat menjadi referensi umumnya untuk para pelatih yang akan menerapkan program latihan, khususnya perbandingan antara metode latihan *drill* dan metode latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *netting*.

2. Bagi pelatih, Bulutangkis khususnya di klub POPB (Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan) DKI Jakarta dapat menentukan secara tepat pemanfaatan metode latihan *drill* dan metode latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *netting*.
3. Bagi atlet, penelitian ini dapat meningkatkan ketepatan pukulan *netting* pada atlet Bulutangkis POPB (Pembinaan Olahraga Prestasi Berkelanjutan) DKI Jakarta setelah diterapkannya metode latihan *drill* dan metode latihan berpasangan.

