BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bulu tangkis atau badminton merupakan salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal diseluruh dunia. Walaupun asal usul jenis olahraga ini belum diketahui secara pasti, karena asal muasalnya telah dimainkan oleh beberapa Negara seperti inggris, india. Pada saat hampir semua Negara dipermukaan bumi ini telah berlomba-lomba untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai teknik dan strategi permainan bulutangkis.

Permainan bulutangkis bersifat individual yang dapat dilakukan dengan cara melakukan satu lawan satu atau dua orang lawan dua, Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukul dan *shuttlecock* sebagai objek pukul, adapun lapangan permainannya berbentuk persegi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan. Permainan bulu tangkis sudah sangat terkenal mulai dari masyarakat, di lingkup sekolah, perkampungan, perusahaan, instansi, pemerintah, perusahaan, dan lain sebagainya.

Berbagai organisasi atau klub bulutangkis telah dibentuk hingga tingkat internasional. Negara tertentu pun, seperti di Indonesia, telah membentuk banyak klub bulutangkis, mulai dari tingat desa, kecamatan, kabupen, provinsi, maupun nasional. Tony Grice (2007: 1) Mengatakan bahwa olahraga bulutangkis ini menarik minat berbagai kelompok umur, baik pria maupun wanita juga memainkan olahraga bulutangkis ini.

Menurut Agus Salim (2008:23) Alasan untuk memilih olahraga Bulutangkis diantaranya:

1. bulutangkis biasa dimainkan pada semua umur, dari usia di bawah 7 tahun hingga pada usia lebih dari 70 tahun.
2. Permainan ini mudah ditiru dan dimainkan oleh anak-anak muda, misalnyanya menggunakan lapangan yang lebih pendek dan net yang lebih rendah.
3. Olahraga ini menjadi metode yang bagus untuk mengembangkan kesimbangan mata dan tangan.

4. Bulutangkis tidak membutuhkan ruang yang luas bahkan sudah sangat umum bulutangkis dimainkan didalam ruangan.
5. Peralatanya mudah diperoleh.
6. Anak-anak, kaum laki-laki, dan wanita biasa bermain bersama.
7. Bulutangkis merupakan olahraga yang mudah dimainkan dan sangat menyenangkan.

Berbagai *event* pertandingan bulutangkis juga telah dibuat baik sedemikian rupa, mulai dari *event* yang paling bawah hingga di tingkat desa bahkan sampai tingkat Nasional dan Internasional di berbagai Negara yang diikuti oleh banyak Negara pula seperti Indonesia *Open*, Malysia *Open*, Jepang *Open* dll. Hingga kejuaraan dunia yang menjadi *prestice* bagi setiap pemain yaitu *olimpiade*. Misi dari setiap *event* tersebut secara mendasar mempunyai misi yang sama yaitu agar selalu terjadi peningkatan kualitas pemain bulutangkis dan terlaksananya pertandingan yang berkualitas.

Saat ini peta kekuatan perbulutangkisan boleh dikatakan didominasi oleh Negara China. Hal ini ditunjukan dari berbagai *event* tingkat dunia seringkali China menjadi juara umum. Tidak seperti dulu pada era tahun 1970-1980 Negara Indonesia mendominasi dunia perbulutangkisan. Saat ini boleh dikatakan justru kualitas permaian bulutangkis dari para atlet di Indonesia sudah mulai menurun, Berbagai *event* yang ada di tingkat dunia, Indonesia sulit untuk menjadi juaranya. Catatan terakhir pada tahun 2013 ini Indonesia mampu menjuarai kejuaraan dunia pada sekor ganda putra dan ganda campuran yang diadakan di China. Sudah seharusnya hal ini menjadi keprihatinan semua, khususnya bagi atlet bulutangkis dan kepengurusan khususnya PBSI (Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia), maupun para pecinta bulutangkis di seluruh Indonesia.

Dalam pertandingan ada dua hal yang sangat menentukan menang kalahnya seorang pemain, yaitu penguasaan teknik dan daya tahan permainan. Penguasaan teknik bagus tetapi stamina kurang mendukung akan menyebabkan kekalahan. Demikian pula sebaliknya

meskipun stamina tinggi tetapi penguasaan teknik kurang juga akan menyebabkan kekalahan. Idealnya bagi seorang pemain bulutangkis adalah penguasaan teknik bagus dan stamina prima. Kedua faktor tersebut sangat diperlukan untuk memenangkan setiap pertandingan diberbagai kompetisi.

Bulutangkis merupakan olahraga permainan yang cepat dan membutuhkan reaksi yang baik dan tingkat kebugaranya yang tinggi (Tony Grice, 2007: 1). Untuk dapat bermain bulutangkis dengan baik, maka dituntut untuk banyak melakukan latihan, mempelajari dan memahami unsur-unsur fisi, teknik, taktik maupun mental. Karena tidak mungkin dapat bermain dengan baik jika belum bisa memahami dengan baik teknik yang ada dalam permainan bulutangkis.

Teknik dalam cabang olahraga akan selalu berkembang seiring perkembangan zaman. Perkembangan fisik dan teknik mempunyai tujuan kearah pencapain prestasi semaksimal mungkin. Teknik adalah keterampilan khusus yang hasur dikuasai oleh pemain bulutangkis dengan tujuan untuk dapat mengembalikan *shuttlecock* dengan sebaik-baiknya (PBSI,1994)

Dalam permainan bulutangkis terdapat banyak macam teknik pukulan, antara lain: (1) Pukulan dengan ayunan raket dari bawah, (2) Pukulan dengan ayunan raket mendatar (*Drive*), (3) pukulan dengan ayunan raket dari atas (*Over Head*). Untuk pukulan *over head* terdiri dari: (1) Lob tinggi (*back hand, fore hand*), (2) Lob menyerang (*back hand, fore hand*), (4) Drop shot *(back hand, fore hand*), (5) Smash (*back hand, fore hand*)

Dalam permainan bulutangkis juga mengenal adanya teknik pukulan menurut Tohar (2005:34) teknik pukulan adalah cara-cara melakukan pukulan dalam pemainan bulutangkis dengan tujuan untuk menrbangkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lawan, *seperti service*, lob, dan *smash*. Di antara semua teknik ini pukulan *smash* merupakan

pukulan menyerang yang paling keras dan cepat dari teknik pukulan permainan bulutangkis. Pukulan smash adalah " pukulan yang cepat, diarahkan kebawah dengan kuat dan tajam untuk mengembalikan bola pendek yang telah dipukul ke atas" (tony Grice, 2007:85). Untuk menguasai teknik pukulan *smash* secara baik dibutuhkan latihan terus menerus (*drill*) dan ditunjang stamina yang tinggi dan kondisi fisik yang prima.

Pukulan *smash* memiliki arti penting yaitu dapat memberikan sedikit waktu pada lawan untuk bersiap-bersiap atau mengembalikan setiap bola pendek yang telah mereka pukul ke atas. Hal ini menunjukan 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 bola dipukul dengan sekuat tenaga sehingga menghasilkan jalannya *shuttlecock* lari dengan cepat.

Hal yang mendasari untuk melakukan pukulan *smash* yang baik adalah bagaimana menciptakan rangkaian gerak sesuai dengan mekanika gerak yang efektif dan efesien dengan didukung oleh kekuatan otot bagian kaki kemudian bagian perut diteruskan bagian lengan dan pergelangan tangan (Tohar, 2005: 67). Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan untuk mengusai teknik *smash* ini menurut PB.PBSI (2006: 6) adalah sebagai berikut:

1. Biasakangerak cepat untuk mengambil posisi pukulan yang tepat.
2. Perhatikan pegengan raket
3. Sikap badan harus tetap lentur, kedua lalu dibengkokkan, dan tetap berkonsentrasi pada *shuttlecock* .
4. Perkenaan raket dan *shuttlecock* di atas kepala dengan cara meluruskan lengan untuk menjangkau *shuttlecock* itu setinggi mungkin, dan pergunakan tenaga pergelangan tangan pada saat memukul *shuttlecock*.
5. Akhir rangkaian gerakan smash ini dengan gerak lanjut ayunan raket yang sempurna di depan badan.

PB HJS Raharjo Surabaya Merupakan salah satu klub bulutangkis yang berada di daerah kenjeran kot Surabaya. Latihan di PB HJS Raharjo berjalan cukup baik. Latihan dilaksanakan dua kali dalam satu hari, pada pagi jam 07.00 – 10.00 dan sore hari pukul 15.00 – 19.00 WIB. Sarana dan prasarana juga cukup memadai, seperti lapangan yang digunakan untuk latihan masih cukup bagus dan memiliki lima lapangan dan merupakan lapangan *indoor* yang berlokasi di GOR Raharjo kota Surabaya.

Berdasarkan observasi, di PB HJS Raharjo Surabaya, masih ada beberapa siswa yang kurang baik dalam melakukan *smash*. Teknik smash masih salah, sehingga perkenaan pada *shuttlecock* kurang tepat, misalnya tangan kurang diltuskan pada saat memukul, bahkan masih ada pemain pada saat melakukan *smash shuttlecock* menyangkut di net dan bahkan keluar lapangan.

Pukulan *smash* jika dibandingkan dengan pukulan yang lain merupakan pukulan yang bias digunakan karena sangat memungkinkan untuk menekan permainan lawan sehingga lewan harus selalu siap dan cekatan dalam mengantisispasinya. Pukulan smash adalah pukulan overhead (atas) yang diarahkan kebawah dan dilakukan dengan tanaga penuh. Pukulan identic dengan pukulan menyerang karna tujuanya adalah mematikan permainanlawan (PBSI. 20006: 30-31).

Salah satu faktor yang mempengaruhi ketepatan *smash* bulutangkis adalah *power* tungkai, seperti yang dikatakan oleh yuyun yudiana, dkk., (2011: 7) *power* sangat penting untuk cabang-cabang olahraga yang memerlukan eksplosif, seperti permainan bulutangkis sendiri. Permainan bulutangkis *power* tungkai berperan sebagai penompang batang tubuh, karena *power* tungkai merupakan pangkal dari semua gerakan pukulan *smash.*

Selain itu juga factor yang mempengaruhi ketepatan pukulan *smash* bulutangkis adalah kekuatan otot lengan. Kekuatan oto lengan merupakan daya dorong dari gerakan lanjutan lengan yang membuat hasilpukulan terhadap

shuttlecocok lebih kuat. Berdasarkan hal tersebut, jelas bahwa kekuatan power tungkai dan kekuatan otot lengan memiliki peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan *smash* bulutangkis.

Tanpa memiliki power tungkai yang baik dan kekuatan otot lengan yang menunjang dapat memberikan dampak yang kurang baik dalam melakukan *smash shuttlecock*, sedangakan ketika kekuatan power tungkai dan kekuatan otot lengan yang baik dapat memberikan dampak yang positif ketika akan mealukan *smash shutylecock*.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Permasalahan tersebut adalah masih ada sebagian kecil pemain PB HJS Raharjo Surabaya yang masih belum mengetahui fungsi anatomis dan kondisi fisik sendiri dalam dengan olahraga bulutangkis, sehingga ada yang dalam bermain maksimal saat melakukan variasi pukulan bulutangkis khusnya pukulan *smash* penuh.
2. Masih terlihat adanya beberapa kesalahan mendasar seperti pada gerakan badan saat memukul atau melakukan *smash* sehingga menyebabkan arah *shuttlecock* kurang akurat

C. Rumusan Masalah

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

1. Adakah hubungan antara *power* tungkai dengan ketepatan *smash* dalam permainan bulutangkis atlit di PB HJS Raharjo Surabaya.
2. Adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dengan ketepatan *smash* dalam permainan bulutangkis di PB HJS Raharjo Surabaya.
3. Adakah hubungan antara power tungkai dan kekuatan otot lengan dengan ketepatan *smash* dalam permainan bulutangkis atlit di PB HJS Raharjo Surabaya.

D. Tujuan Penelitian

Dengan memperhatikan variable-variabel penelitian seperti yang dikemukakan di atas, maka secara oprasional penelitian ini bertujuan untuk:

1. Mengetahui hubungan power tungkai dengan ketepatan pukulan *smash* pada atlit PB HJS Raharjo Surabaya.
2. Mengetahui hubungan kekuatan otot lengan dengan ketepatan *smash* pada atlit PB HJS Raharjo Surabaya.

E. Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat ataupun kegunaan tersebut antara lain:

1. Secara teoritis

   Dapat menunjukan bukti-bukti secara ilmiah mengenai pengaruh antara power tungkai dan kekuatan otot lengan dengan ketepatan smash dalam permaian bulutangkis, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternative untuk menyusun program latihan teknik pada atlit.
2. Praktis
   a. Bagi PB atau sekolah badminton yang bersangkutan dapat dijadikan sebagi bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan pengukuran.
   b. Bagi pelatih, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk merancang program yang akan diberikan dan agar dalam memberi latiha, atlit dan pelatih lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.