

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bulutangkis atau badminton merupakan salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal di seluruh dunia.

Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individual yang dapat dilakukan dengan cara melakukan satu orang melawan satu orang atau dua orang melawan dua orang. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukul dan shuttlecock sebagai objek pukul, lapangan permainan berbentuk segi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri, dan daerah permainan lawan. Permainan bulutangkis sudah sangat terkenal dan memasyarakat di lingkungan sekolah, perkampungan, perusahaan, instansi, pemerintah, perusahaan, dan lain sebagainya.

Dalam permainan bulutangkis terdapat banyak macam teknik pukulan, antara lain: (1) Pukulan dengan ayunan raket dari bawah, (2) Pukulan dengan ayunan raket mendarat (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)

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, seperti service, dropshot, lob, dan smash. Di antara semua teknik ini pukulan smash merupakan pukulan menyerang yang

paling keras dan cepat dari teknik pukulan bermain bulutangkis. Pukulan smash adalah "Pukulan yang cepat, diarahkan ke bawah dengan kuat dan tajam untuk mengembalikan bola pendek yang telah dipukul ke atas" (Tony Grice, 2007: 85). Untuk dapat menguasai teknik pukulan smash secara baik dibutuhkan latihan terus menerus (drill) dan ditunjang stamina yang tinggi atau kondisi fisik yang prima. Tanpa adanya penguasaan teknik tingkat tinggi dan latihan secara terus menerus mustahil dapat menguasai pukulan smash secara baik.

Adapun hal-hal yang perlu diperhatikan untuk menguasai teknik smash ini menurut PB. PBSI (2006: 6) adalah sebagai berikut:

1. Biasakan bergerak cepat untuk mengambil posisi pukul yang tepat.
2. Perhatikan pegangan raket
3. Sikap badan harus tetap lentur, kedua lutut 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. Akhiri rangkaian gerakan smash ini dengan gerak lanjut ayunan raket yang sempurna di depan badan.

Latihan di PB MA Darul Ulum Waru berjalan cukup baik, latihan dilaksanakan tiga kali dalam satu minggu, yaitu hari senin, rabu dan jum'at dari pukul 18.00-21.00 WIB. Sarana dan prasarana yang digunakan juga cukup memadai, misalnya lapangan yang digunakan untuk latihan masih cukup bagus dan merupakan lapangan indoor yang berlokasi di GOR Kureksari

Berdasarkan observasi, di PB MA Darul Ulum Waru, masih ada beberapa siswa yang kurang baik dalam

melakukan smash. Teknik smash masih salah, sehingga perkenaan pada shuttlecock kurang tepat, misalnya tangan kurang diluruskan pada saat memukul, bahkan masih banyak pemain pada saat melakukan smash shuttlecock menyangkut di net dan bahkan keluar lapangan. Pukulan smash seharusnya dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mendapatkan poin atau mematikan lawan. Pola latihan smash juga kurang begitu diperhatikan, latihan lebih diperbanyak pada latihan fisik dan game. Pada saat bermain, sebagian besar hasil smash yang dilakukan oleh siswa terlalu melebar ke kanan dan ke kiri, sehingga pukulan smash yang seharusnya menghasilkan poin untuk diri sendiri, justru malah lebih banyak menghasilkan poin untuk lawan. Berdasarkan pengamatan diperoleh hasil bahwa ketika melakukan pembelajaran smash, terutama ketika menggunakan metode drill membuat raut muka siswa terlihat sedih dan kecewa sehingga ketika mendapat giliran melakukan pukulan smash, hasil pukulannya cenderung tidak maksimal.

Berdasarkan permasalahan didapatkan siswa sekolah bulutangkis di PB MA Darul Ulum Warubahwa ketepatan smash masih rendah. Suharno (1978:36) menyatakan bahwa faktor-faktor penentu baik tidaknya ketepatan (accuracy) adalah: (1) koordinasi tinggi berarti ketepatan baik, (2) besar kecilnya sasaran, (3) ketajaman indera, (4) jauh dekatnya jarak sasaran, (5) penguasaan teknik, (6) cepat lambatnya gerakan, (7) feeling dari atlet dan ketelitian, (8) kuat lemahnya suatu gerakan.

Salah satu faktor yang mempengaruhi ketepatan smash bulutangkis adalah kekuatan otot lengan. Kekuatan otot lengan merupakan daya dorong dari gerakan lanjutan lengan yang membuat hasil pukulan terhadap shuttlecock lebih kuat. Berdasarkan hal tersebut, jelas bahwa kekuatan otot lengan mempunyai hubungan yang erat dan

mempunyai peranan yang penting dalam menunjang keberhasilan pelaksanaan smash bulutangkis. Tanpa memiliki kekuatan otot lengan yang baik, jangan mengharapkan atlet dapat melakukan smash dengan baik. Kekuatan otot lengan yang baik memberikan dampak positif berkaitan dengan penggunaan daya dalam melakukan suatu pukulan. Pemain yang memiliki kekuatan otot lengan yang lebih besar, maka akan lebih menguntungkan pada saat akan memukul shuttlecock.

Penelitian ini akan meneliti tentang ketepatan pukulan smash bulutangkis, sebab dalam melakukan pukulan smash, ketepatan sangat diperlukan untuk menempatkan shuttlecock pada sasaran yang dituju. Dalam permainan bulutangkis arah shuttlecock tidak menentu sehingga perlu di tempatkan ke arah yang mendekati garis tepi lapangan. Adapun untuk mencapai kemampuan smash pada permainan bulutangkis memerlukan kekuatan fisik yang baik juga harus dapat menguasai teknik-teknik yang baik pula. Kaitannya dengan masalah di atas, maka salah satu faktor kemungkinan berpengaruh terhadap kemampuan smash dalam permainan bulutangkis adalah kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan yang dapat dijadikan objek dalam penelitian ini. Untuk itu, dengan memperkirakan faktor kekuatan lengan dan tinggi lompatan sebagai faktor yang mempengaruhi kemampuan smash dalam permainan bulutangkis maka perlu diadakan suatu penelitian tentang hal ini.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Masih terlihat adanya beberapa kesalahan mendasar seperti pada gerakan badan saat memukul atau

melakukan smash sehingga menyebabkan arah shuttlecock kurang akurat.

2. Penempatan shuttlecock hasil pukulan smash pada siswa sekolah bulutangkis di PB MA Darul Ulum Warumasih sering jauh dari sisi dalam garis lapangan.
3. Latihan lebih banyak mengarah ke latihan fisik dan game.
4. Hubungan kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan terhadap ketepatan smash belum diketahui.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka masalah yang diteliti adalah hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut apakah ada hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis di MA Darul Ulum Waru ?

E. Penelitian Tujuan

Dengan memperhatikan variabel-variabel penelitian seperti yang dikemukakan di atas, maka secara operasional penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis siswa sekolah bulutangkis di PB MA Darul Ulum Waru.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Secara Teoritis

Dapat menunjukkan bukti-bukti secara ilmiah mengenai hubungan antara kekuatan otot lengan dan tinggi lompatan dengan ketepatan smash dalam permainan bulutangkis, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu alternatif untuk menyusun program latihan teknik kepada pemain.

2. Praktis

- a. Bagi sekolah yang bersangkutan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada kegiatan pengukuran.
- b. Bagi guru, sebagai data untuk melaksanakan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan, sekaligus untuk merancang program yang akan diberikan dan agar dalam memberi pembinaan, pelajaran atau pelatihan lebih banyak memiliki landasan yang ilmiah.
- c. Bagi masyarakat umum sebagai bahan masukan tentang gambaran smash bulutangkis sehingga dapat memperkenalkan smash bulutangkis kepada masyarakat.