

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Bulutangkis di Indonesia sudah banyak digemari oleh masyarakat baik itu orang dewasa hingga anak-anak. Hal ini disebabkan oleh prestasi yang dicapai telah sampai ketingkat dunia diberbagai event Internasional. Bulutangkis merupakan permainan yang dapat dilakukan tunggal atau ganda yang dapat dilakukan dengan satu orang melawan satu, atau dua orang melawan dua orang. Saat ini olahraga bulutangkis dapat dimainkan di dalam maupun di luar lapangan, dengan begitu maka olahraga ini menjadi permainan yang menyenangkan. Masyarakat di Indonesia sangat kreatif walaupuntidak memiliki raket, namun mereka bisa memodifikasi alat tersebut dari sepotong papan menjadi alat pemukul *shuttlecock*.

Pencapaian prestasi yang tinggi bukanlah hal yang mudah dan cepat, semua itu memerlukan proses yang Panjang mulai dari pembibitan, dan pembinaan secara terpadu, terarah dan berkelanjutan. Hal ini dibuktikan dengan adanya berbagai bantuan baik sarana, prasarana, maupun dana untuk pengembangan pembinaan prestasi olahraga bulutangkis. Menurut sejarah olahraga bulutangkis ini telah dimainkan di Cina Kuno, di England, di Polandia, di India sebelum abad ke-20. Kemudian sekitar tahun 1870-an perwira Inggris membawa permainan bulutangkis dari India ke Inggris dan diperkenalkan kepada masyarakat tingkat atas yang berada di kota Badminton Gloucestershire.

Pada mulanya permainan bulutangkis dimainkan dengan tujuan untuk menjaga shuttlecock tetap dimainkan dalam waktu selama mungkin. Pada awal mulanya bulutangkis dilakukan dengan pukulan sederhana yang bertujuan agar *shuttlecock* melewati net. Dalam perkembangannya bulutangkis dimainkan dengan teknik pukulan yang bervariasi mulai dari yang relatif lambat hingga yang sangat cepat disertai dengan gerakan tipuan. Pada tahun 1877 pertama kali tentara Inggris membuat dasar peraturan bulutangkis. Pada tanggal 5 juli 1934 di negara Inggris terbentuk federasi bulutangkis Internasional (International Badminton Federation-IBF).

Olahraga bulutangkis di Indonesia dimainkan dan berkembang secara terorganisasi setelah proklamasi kemerdekaan Republik Indonesia. Di Indonesia permainan bulutangkis sudah mendarah daging untuk masyarakatnya dan nama negara Indonesia sempat disegani dalam cabang olahraga bulutangkis. Kenyataannya Indonesia adalah sebagai negara raksasa dengan menuai keberhasilan memperoleh prestasi pada kejuaraan tingkat dunia. Dari banyak cabang olahraga di Indonesia bulutangkis tidak hanya menjadi kebanggaan bangsa dan negara Indonesia, tetapi juga menjadi kebanggaan dan kebahagiaan seluruh rakyat di Indonesia. Dalam kejuaraan olahraga bulutangkis tingkat Asia maupun Internasional prestasi negara Indonesia sudah tidak diragukan lagi.

Di ajang kejuaraan level Internasional beberapa nama hebat seperti Ferry Soneville, Tan Joe Hok, Rudi Hartono, Liem Swei King, Ickur Sugiarto, atau Ardi Bernadus Wiranata telah menjuarai Piala

Thomas lima kali secara beruntun sejak tahun 1992 sampai tahun 2000. Sementara di kelompok putri seperti Susi Susanti, Verawaty Fajrin, Ivana Lie, Sawedah Kusumawardani berhasil menyumbangkan Piala Uber, dan di nomor ganda pasangan Christian Hadinata-Hadibowo atau Eddy Hartono-Gunawan sering menjuarai beberapa kejuaraan. Bahkan, ditahun 2005 seorang atlet muda TaufikHidayat meraih juara pada kejuaraan World Championship di Amerika Serikat dan menjadi juara Olympic game di Athena.

Prestasi bulutangkis Indonesia sudah sejak lama mendapatkan saingan dari berbagai negara yang juga mempunyai catatan prestasi yang baik dalam bulutangkis. Prestasi bulutangkis Indonesia pernah mendapatkan tantangan berat dari para pemain Cina, Korea Selatan, dan Malaysia. Dari belahan dunia yang lain seperti Eropa, kekuatan bulutangkis Denmark sudah menjadi pesaing serius untuk Indonesia dan Asia. Persaingan di waktu yang akan datang dipastikan akan menjadi semakin ketat berhubung telah diakuinya bulutangkis sebagai cabang olahraga yang dipertandingkan di Olimpiade. Beberapa negara pendatang baru seperti Jerman, Rusia serta negara Eropa lainnya mulai memberikan perhatian serius terhadap pembinaan prestasi bulutangkis di negaranya masing-masing.

Memasuki tahun 2000 persaingan bulutangkis di dunia semakin bertambah ketat. Para pemain dari negara-negara lain telah bertekad untuk mengakhiri dominasi prestasi Indonesia. Sementara itu dipihak lain, masyarakat mendukung

dengan cara selalu menempatkan olahraga bulutangkis sebagai salah satu cabang olahraga yang disertakan setiap menyelenggarakan suatu kegiatan. Untuk mendapatkan prestasi bulutangkis di tingkat

Nasional maupun Internasional diperlukan proses latihan secara teratur, sistematis dan berkesinambungan di ikuti dengan latihan yang terprogram dengan didukung oleh kualitas kepelatihan, manajemen kepelatihan, serta peningkatan dalam pengadaan sarana dan prasarana.

Agar mencapai prestasi yang ditargetkan maka olahraga bulutangkis di Indonesia perlu dipahami dan didalami sejak dini, oleh karena itu teknik-teknik dasar dalam permainan bulutangkis perlu dikenalkan kepada para pemain maupun atlet. Adapun teknik- teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain maupun atlet bulutangkis yaitu (1) cara memegang raket yang terdiri atas pegangan Amerika, pegangan Inggris, pegangan gabungan, dan pegangan *backhand*, (2) gerakan pergelangan tangan, (3) gerakan melangkah kaki atau *footwork*, (4) pemusatan pikiran atau konsentrasi (Tohar, 1992. 34).

Selain teknik dasar, bulutangkis juga memerlukan teknikpukulan. Teknik-teknik pukulan itu yaitu (1) pukulan *service*, (2) pukulan *lob*, (3) pukulan *drive*, (4) pukulan *dropshot*, (5) pukulan pengembalian *service*, (6) pukulan *smash* (Tohar, 1992: 40).

Salah satu teknik pukulan tersebut adalah pukulan *smash* yaitu dengan cara memukul *shuttlecock* ke daerah pihak lawan dengan sekeras mungkin (Tohar, 1992: 50). Posisi raket berada dititik

tertinggi dari jangkauan sehingga *shuttlecock* dapat menukik tajam dan lawan sukar untuk mengembalikannya. Pukulan *smash* yang diutamakan adalah “membiasakan gerak cepat untuk mengambil posisi pukulan yang tepat” (PB PBSI,2006: 6). Pengertian lain dari pukulan *smash* adalah “memukul bola yang diarahkan agar bola jatuh tepat di lapangan lawan dengan keras dan tajam” (James poole, 2008: 33). Pukulan *smash* dalam permainan bulutangkis merupakan salah satu pukulan yang harus dikuasai dengan baik, terutama pukulan yang dilakukan diatas kepala, karena pukulan ini merupakan salah satu jenis pukulan yang dapat menghasilkan angka.

Pukulan *smash* merupakan bentuk pukulan keras yang sering digunakan pemain ataupun atlet bulutangkis. Diantara latihan-latihan teknik pukulan tersebut pemain juga harus menguasai teknik pukulan *smash*, dengan program latihan tersebut membuat pemain bulutangkis lamongan memiliki kecakapan pukulan *smash* cukup baik. Materi latihan yang demikian digunakan pula pada pemain bulutangkis pemula Tunas Bangsa, sehingga menarik untuk diteliti.

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan masih banyak klub bulutangkis di kota Lamongan untuk meningkatkan kemampuan pukulan *smash* menggunakan *drill* pukulan *smash* dan model latihan pola pukulan *smash*. Latihan fisik untuk meningkatkan kelentukan alasannya adalah untuk mengurangi resiko cedera pergelangan tangan masih klasikal yang menggunakan model latihan *body training* seperti latihan tali sprentel serta jenis latihan fisik yang diberikan belum berdasarkan prinsip spesifikasi yang artinya latihan kondisi

fisik harus disesuaikan dengan kebutuhan cabang olahraga sehingga harus disesuaikan dengan teknik dasar dalam permainan cabang olahraga tersebut. Dengan munculnya beberapa permasalahan tersebut peneliti berkeinginan meneliti “Pengaruh Latihan Forward Dan Backward Handgrip Terhadap Hasil Keterampilan Ketepatan Smash Pada Pemain Bulutangkis PB. Sumber Rejeki Lamongan”.

## **B. Ruang Lingkup Dan Batasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Apakah ada pengaruh latihan forward dan backward handgrip terhadap hasil keterampilan ketepatan smash pada pemain bulutangkis PB. Sumber Rejeki Lamongan”. Adapun alasan penulis memilih judul tersebut karena pukulan *smash* memiliki karakteristik yaitu *shuttlecock* jatuh sekeras dan secepat mungkin di daerah lapangan lawan. Oleh karena itu harus mampu melakukan pukulan yang sempurna dengan berbagai sikap dan posisi badan dari sudut-sudut lapangan permainan. Faktor kekuatan pergelangan tangan, pegangan raket, gerak kaki yang cepat, posisi badan dan proses pemusatan pikiran pada saat memukul merupakan faktor penentu keberhasilan pukulan *smash*. Penulis berniat meningkatkan keefektifan pukulan *smash* yang dilakukan dengan menggunakan latihan *handgrip* yang disesuaikan untuk pukulan *smash* agar memperoleh hasil pukulan yang tepat.

Suatu penelitian mempunyai permasalahan yang perlu diteliti, dianalisis, dan diambil pemasalahannya, guna mendapatkan kesimpulan dan jalan keluar yang tepat. Bagi pemain bulutangkis,

kekuatan pergelangan tangan merupakan salah satu faktor pendukung ketepatan pukulan *smash*.

Hasil wawancara terhadap pelatih bulutangkis untuk mengetahui analisis kebutuhan adalah sebagai berikut : (1) latihan bersifat monoton, tidak banyak variasi yang dilakukan pada saat latihan pukulan menyerang (*smash*), (2) pelatih memerlukan referensi tambahan untuk latihan *smash*, (3) kurangnya pemahaman atlet terhadap pentingnya menguasai kemampuan pukulan *smash* yang efektif dan efisien (Fajar Arie Mangun & Marlinda Budiningsih, 2017:89).

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan Batasan masalah diatas, maka masalah penulisan ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh latihan forward dan backward handgrip terhadap hasil keterampilan ketepatan smash pada pemain bulutangkis PB. Sumber Rejeki Lamongan?

### **D. Tujuan Penelitian**

Penulisan ini dilaksanakan dengan tujuan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan forward dan backward handgrip terhadap hasil keterampilan ketepatan smash pada pemain bulutangkis PB. Sumber Rejeki Lamongan.

## **E. Variabel Penelitian**

### **1. Identifikasi Variabel**

Menurut Sugiyono (2016:38) variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik simpulan.

Dalam penelitian ini terdiri dari dua variabel penelitian yang saling berkaitan dimana kedua variabel ini digunakan sebagai objek pengumpulan data untuk mevalidasi hasil yang akan diteliti, yaitu :

- a. Variabel independen (x) : variabel ini sering disebut sebagai variabel *stimulus*, *prediktor*, *antecedent*. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2016:39). Variabel bebas pada penelitian ini adalah latihan *Forward Handgrip* dan *Backward Handgrip*.
- b. Variabel dependen (y) : sering disebut sebagai variabel *output*, kriteria, konsekuen. Dalam Bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena variabel bebas (Sugiyono, 2016:39). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil keterampilan ketepatan *smash* bulutangkis.

### **2. Definisi Operasional Variabel**



Untuk menghindari agar tidak terjadi salah penafsiran dari isi penelitian ini, maka peneliti mengemukakan penegasan istilah sebagai berikut :

a. Pegangan raket (*Grips*)

Menurut Herman Subarjah (2009: 22), cara memegang raket merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Yang dimaksud pegangan raket (*grips*) dalam penelitian ini mencakup dua pegangan, yaitu pegangan bawah (*lower grips*) dan pegangan atas (*upper grips*).

b. Teknik Pukulan *Smash*

Pukulan *smash* merupakan pukulan keras dan tajam yang bertujuan untuk mematikan lawan secepat-cepatnya (Subarjah dan Hidayat, 2007: 69). Gerakan *smash* hampir sama dengan gerakan *lob* dan *dropshot*, perkenaan raket lurus, bisa juga dengan cara dimiringkan.

## **F. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Penelitian Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi serta dapat menjadi inspirasi khususnya dibidang bulutangkis.

2. Manfaat Penelitian Secara Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan gambaran mengenai pengaruh latihan *handgrip* terhadap hasil keterampilan ketepatan pukulan *smash* pada pemain pemula Tunas

Bangsa Lamongan, sehingga dapat menjadi pertimbangan dan acuan bagi pembinaan. Bagi pelatih penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hasil program latihan pukulan *smash* dan bagi atlet penelitian ini berguna untuk mengetahui hasil latihan pukulan *smash*.

