

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bulu tangkis merupakan salah satu olahraga yang terkenal didunia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat kemampuan, ketrampilan pria maupun wanita memainkan olahraga ini didalam ataupun diluar lapangan untuk rekreasi juga sebagai ajang persaingan.

Permainan ini sangat memerlukan gerakan yang lincah dan cepat untuk menghadapi lawan. Bulutangkis merupakan olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket dan shuttle cock atau juga disebut bola. Dengan teknik pukulan yang bervariasi mulai dari yang relatif lambat hingga yang sangat cepat disertai dengan gerakan tipuan untuk mematikan pihak lawan. Asal mula olahraga ini dari India dikota Poona diabad 18 tahun 1870, mereka kemudian membawa olahraga ini ke daratan Eropa tepatnya di kota Badminton yang ada di Inggris pada waktu itu. Hae Schell yang menjadi ketua sekretaris dari IBF (International Badminton Federation) saat itu dan memberikan latar belakang dari permainan ini dan berkembang menjadi olahraga yang terkenal sampai saat ini.

Setiap pelosok negeri di Indonesia banyak mendirikan klub bulutangkis yang menaungi olahraga ini. Tetapi jika mengandalkan klub-klub saja, masih kurang, sebab melihat olahraga bulutangkis adalah olahraga yang dapat dimainkan secara perorangan (tunggal) ataupun berpasangan (ganda) yang saling berlawanan menggunakan raket sebagai alat pemukul dan shuttlecock (bola bulutangkis) dan

membutuhkan kelincahan, ketepatan, kelenturan, ketahanan fisik, dan ketrampilan yang cukup tinggi. Untuk itu, diperlukan pelatih yang mempunyai performa dan disiplin yang tinggi dan atlet yang memiliki bakat dan patuh pada perintah pelatihnya.

Mengingat olahraga bulutangkis di Indonesia sangat populer, apalagi banyak pemain Indonesia yang banyak menjuarai berbagai event kejuaraan dunia. Maka perkembangan pelaksanaan bulutangkis semakin pesat, berbagai kejuaraan bulutangkis semakin pesat, berbagai kejuaraan yang diselenggarakan dari tingkat desa/kelurahan, klub-klub hingga kejuaraan nasional bahkan kejuaraan internasional, pada umumnya, kejuaraan bulutangkis dapat diselenggarakan oleh berbagai pihak. Kejuaraan bulutangkis juga sering dilakukan pada tingkat sekolah, mulai dari SD, SMP, SMA hingga sampai tingkat O2SN.

Untuk menjadi pemain bulutangkis yang berprestasi maka seseorang harus menguasai faktor-faktor teknis dan pendukung lainnya. Penguasaan teknik dasar ataupun teknik pukulan bulutangkis secara baik merupakan awal dari pola permainan yang baik pula. Tentu hal itu harus pula didukung dengan penanganan seorang pelatih yang mumpuni. Penanganan tersebut perlu dilakukan sejak awal misalnya dengan membentuk klub-klub bulutangkis di daerah. Sebab, klub tersebut akan memunculkan bibit-bibit pemain bulutangkis yang andal.

Menurut Hadjarati, apabila seseorang ingin mencapai prestasi yang optimal, perlu memiliki empat hal yang meliputi (1) pembinaan fisik, (2) pembinaan teknik, (3) pembinaan taktik, (4) pembinaan mental dan (5) kematangan bertanding. Adapun faktor-faktor penentu prestasi olahraga menurut Sajoto meliputi (1) aspek

biologis yang terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, struktur dan postur tubuh, gizi, (2) aspek psikologis yang terdiri atas intelektual, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan saraf, (3) aspek lingkungan, (4) aspek penunjang.

Peluang bagi pemain yang melakukan *smash* untuk dapat meraih angka dengan mengembalikan bola kearah lapangan lawan. Seorang pemain sebelum memutuskan untuk melakukan *smash* terlebih dahulu mempertimbangkan keadaan dan posisinya. Karena pukulan ini di identikan sebagai pukulan meyerang yang diarahkan kebawah daerah permainan lawan yang dilakukan dengan tenaga penuh dengan membutuhkan aspek kekuatan otot tungkai, bahu, lengan, dan fleksibilitas pergelangan tangan serta koordinasi gerak tubuh yang harmonis.

Di SMP Negeri 2 Gorontalo khususnya Siswa-Siswi kelas VIII pada cabang olahraga bulutangkis memiliki prestasi olahraga yang kurang maksimal, ditingkat Sekolah O2SN Atlit Bulutangkis di SMP Negeri 2 Gorontalo gugur di babak penyisihan hal ini di sebabkan kurangnya persiapan dan penganangan atlit dalam cabang olahraga bulutangkis.

Olahraga ini merupakan olahraga yang sangat menarik dan bukan suatu yang asing buat mereka. Hal ini berdasarkan pengamatan selama beberapa hari diberikan amanah dari ketua jurusan untuk mengajar para siswa yang masih kurang memahami teknik-teknik dasar dalam permainan pukulan *dropshot*, pukulan *drive* dan pukulan *smash* kecuali hanya beberapa bulutangkis itu sendiri khususnya teknik dasar

melakukan pukulan *lob*, orang saja yang hampir dan mampu melakukan teknik pukulan *smash*.

Dengan melihat permasalahan yang ditemui, maka penulis tertarik untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam melakukan salah satu teknik dasar dalam permainan bulutangkis, lebih khususnya pada pukulan *smash* yang kurang dikuasai oleh siswa kelas VIII. Melihat kurangnya keterampilan permainan bulutangkis oleh siswa kelas VIII khususnya cara melakukan pukulan *smash* perlu dilakukan dengan latihan kekuatan otot lengan yang maksimal untuk mendapatkan hasil kemampuan pukulan yang memuaskan.

Adapun alasan pemilihan judul ini adalah: (1) Dalam permainan bulutangkis, *smash (king smash)* memiliki manfaat yang sangat besar untuk meningkatkan kualitas permainan. (2) Pukulan *smash (king smash)* merupakan jenis pukulan menyerang dan mematikan yang memerlukan tenaga besar.

Dari permasalahan di atas, maka penulis sangat tertarik untuk melakukan suatu penelitian yang berupa eksperimen dalam upaya untuk mengembangkan dan meningkatkan teknik pukulan *smash (king smash)* siswa kelas VIII dimana penelitian memformulasikan dalam judul, “***pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap pukulan smash pada permainan bulutangkis siswa kelas VII***”.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah dipaparkan di atas, maka masalah yang diangkat dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

- a. Bagaimana pukulan smash pada permainan bulutangkis melalui latihan kekuatan otot lengan pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 2 Gorontalo?
- b. Apakah dengan latihan push-up siswa dapat melakukan pukulan smash dengan baik pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 2 Gorontalo?
- c. Apakah terdapat pengaruh pukulan *smash* pada permainan bulutangkis melalui latihan *push-up* pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 2 Gorontalo?

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang masalah yang telah dikemukakan sebelumnya, maka menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah “ Apakah Terdapat Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Pukulan Smash Pada Cabang OlahRaga Bulutangkis Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 2 Gorontalo?”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan kekuatan otot lengan pada permainan bulutangkis melalui pukulan smash pada siswa kelas VIII.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini berguna bagi peneliti dan guru penjaskes dalam mengembangkan latihan keterampilan pada bulutangkis.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat menambah wawasan peneliti terutama mengenai manfaat pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap pukulan smash pada cabang olahraga bulutangkis.
- b. Dapat membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan dalam melakukan pukulan smash dengan baik pada permainan bulutangkis.