

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bulutangkis merupakan permainan olahraga yang menggunakan alat berbentuk raket untuk memukul kok untuk dipukul melewati atas net yang membatasi tengah - tengah lapangan. Permainan ini dapat dilakukan oleh satu orang (single) atau dua orang (double). Berbagai pendapat mengatakan bahwa permainan bulu tangkis berasal dari Inggris. Pada awalnya, permainan ini dimainkan di suatu tempat yang bernama badminton, sejak itulah permainan ini diberi nama badminton.

Sedangkan *shuttlecock* dengan raket dari papan sebagai pemukulnya, merupakan permainan kuno. Permainan bulutangkis modern mungkin diciptakan di Badminton House di Gloucestershire (sekarang nama daerahnya: Avon, Inggris) pada tahun 1870-an. Ada sejarah lain yang mengatakan bahwa bulu tangkis juga dimainkan oleh para perwira Angkatan Darat Inggris di India pada kira-kira waktu yang sama dan sepertinya juga berawal dari sana.

Kejuaraan bulutangkis Internasional beregu putra pertama kali memperebutkan piala bergilir dari sir George Thomas pada tahun 1949. Kejuaraan ini diadakan 4 tahun sekali dan dinamakan "Thomas Cup". Kejuaraan Thomas Cup masih tetap berlangsung setiap 4 tahun sekali sampai saat ini. Sedangkan kejuaraan bulu tangkis internasional untuk putri pertama kali dilaksanakan pada tahun 1975 dan memperebutkan piala bergilir dari

Mrs. H. S. Uber sehingga dinamakan kejuaraan Uber Cup. Sama seperti kejuaraan Thomas Cup, kejuaraan Uber Cup ini juga dilaksanakan setiap 4 tahun sekali dan masih terus dilaksanakan sampai saat ini.

Permainan bulutangkis mulai dikenal di Indonesia sebelum tahun 1950-an. Seiring dengan pesatnya perkembangan bulu tangkis di Indonesia, beberapa perkumpulan menyepakati untuk mendirikan suatu organisasi yang disingkat PBSI (Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia) yang didirikan pada tanggal 15 Mei 1951

Untuk menjadi pemain bulutangkis yang berprestasi maka seseorang harus menguasai faktor-faktor teknis dan pendukung lainnya. Penguasaan teknik dasar atau pun teknik pukulan bulutangkis secara baik merupakan awal dari pola permainan yang baik pula. Tentu hal itu harus pula didukung dengan penanganan seorang pelatih. 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.

Teknik dasar penguasaan pokok yang harus dikuasai oleh setiap pemain meliputi (1) cara memegang raket, (2) gerakan pergelangan tangan, (3) gerakan melangkah kaki atau *footwork*, (4) pemusatan pikiran atau konsentrasi. Adapun teknik pukulan terdiri atas (1) pukulan service, (2) pukulan smash, (3) pukulan lob, (4) pukulan dropshot, (5) pukulan drive dan (6) pukulan netting. Pembelajaran teknik dasar secara benar dengan intensitas latihan yang terprogram bagi seorang atlet akan dapat mengembangkan pola pukulan dari tingkat kesukaran masing-masing. Dalam

permainan bulutangkis faktor stamina merupakan faktor penting karena tidak mungkin tercipta permainan yang baik jika pemain tidak mampu mempertahankan staminanya.

Unsur kondisi fisik yang dapat menunjang dalam permainan bulutangkis meliputi, (1) Kecepatan, (2) Kekuatan, (3) Kelincahan, (4) Daya Tahan, (5) Ketepatan, (6) Keseimbangan, (7) Kelenturan, (8) Power, (9) Reaksi, dan (10) Koordinasi. Dari sepuluh kondisi fisik diatas dibutuhkan dalam permainan bulutangkis berguna untuk bisa menjangkau *shuttlecock* dari sudut lapangan dan akan kembali pada sikap yang siap dalam waktu yang singkat. Disamping pukulan yang lain *netting* merupakan pukulan yang biasa digunakan untuk membangun serangan agar mudah untuk mematikan *shuttlecock* di daerah lawan. Dalam pemberian materi latihan, khususnya kemampuan *netting*, seorang pelatih harus mampu mengembangkan faktor apa saja yang dapat mendukung terciptanya hasil yang maksimal.

Bulutangkis juga merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat meningkatkan kebugaran jasmani sekaligus untuk meningkatkan prestasi bagi seorang atlet. Untuk menjadi pemain yang berkualitas seorang pemain harus bisa memadukan kombinasi tehnik pukulan, gerak kaki, fisik yang baik serta emosional yang terkendali serta kematangan juara. Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang merupakan teori dan praktek yang tercantum dalam kurikulum sekolah melalui mata pelajaran umum, yakni Pendidikan Jasmani, olahraga dan kesehatan (Penjasorkes). Materi permainan bulutangkis diberikan pada semua jenjang pendidikan yang di tujukan kepada siswa

dengan harapan mampu memiliki pengetahuan dan pemahaman serta keterampilan tentang olahraga permainan bulutangkis itu sendiri. Selain itu, melalui permainan bulutangkis, diharapkan pula dapat mengembangkan sikap sportif terutama dan jasmani para siswa.

Pembelajaran permainan bulutangkis di sekolah dilaksanakan berdasarkan kaidah-kaidah pembelajaran. Dengan pengelolaan yang tepat, maka pengaruhnya bagi perkembangan jasmani, rohani dan sosial peserta didik tidak pernah diragukan lagi. Dengan semangat dan kemauan siswa terhadap permainan bulutangkis, sangatlah menarik perhatian penulis untuk meningkatkan prestasi siswa dalam permainan bulutangkis.

Di SMP Negeri 6 Gorontalo permainan bulutangkis memiliki prestasi atlet yang kurang maksimal, di tingkat Kota maupun sampai ke Tingkat Provinsi. Atlet bulutangkis SMP Negeri 6 Gorontalo yang telah diutus untuk mengikuti kompetisi Kejuaraan Bulutangkis Antar Sekolah dan Olimpiade Olahraga Siswa Nasional yang dilaksanakan di Man Model Gorontalo, atlet tersebut gugur di babak semi final sehingga hanya mendapatkan juara 3 bersama, hal ini disebabkan karena kurangnya latihan dan penanganan atlet khususnya dalam cabang olahraga bulutangkis.

Bulutangkis adalah salah satu pembelajaran pada pendidikan jasmani dan kesehatan. Hal ini berdasarkan pengamatan penulis selama beberapa hari diberikan amanah untuk mengajarkan mata pelajaran Penjaskes oleh guru olahraga di SMP Negeri 6 Gorontalo, untuk mengajarkan siswa kelas VII sesuai dengan program Rencana Pelaksanaan Pembelajaran di sekolah

tersebut. Disamping itu memberikan latihan khususnya pada tehnik dasar *netting*, sasaran utamanya adalah meningkatkan keterampilan tehnik dasar permainan bulutangkis.

Netting merupakan serangan atau pukulan halus yang berada dekat dengan net atau jaring, sehingga lawan sulit untuk menjangkau bola. Pukulan net dimanfaatkan untuk membunuh atau membangun serangan dalam suatu permainan. Agar meningkatnya pukulan net dalam permainan bulutangkis berhasil metode pembelajaran sangat perlu dikembangkan, latihan *fleksibilitas pergelangan tangan* yang bertujuan untuk menghubungkan gerakan kecepatan dan ketepatan untuk menghasilkan gerakan yang maksimal.

Sejalan dengan itu kenyataan yang terjadi di lapangan khususnya para atlit siswa SMP Negeri 6 Gorontalo belum mampu meraih prestasi di Kejuaraan Bulutangkis Antar Sekolah (KEBAS), juga kemarin di Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) yang sering dipertandingkan pada setiap tahunnya.

Berdasarkan masalah di atas yang terjadi pada siswa SMP Negeri 6 Gorontalo itu, perlu adanya telaah secara ilmiah, maka sebagai bagian tanggung jawab pengembangan keterampilan dalam melakukan pukulan net (*netting*) menjadi perhatian tersendiri bagi peneliti. Dengan demikian, penulis berinisiatif untuk mengadakan suatu penelitian terkait dengan pukulan net (*netting*) dalam permainan bulutangkis yang diangkat ke dalam sebuah judul : *“Pengaruh latihan fleksibilitas pergelangan tangan terhadap kemampuan*

netting pada permainan bulutangkis siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka dapat diidentifikasi berbagai permasalahan yakni, Faktor teknik salah satu penunjang bagi atlit bulutangkis yang berprestasi, Sebagian besar siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo dalam melakukan *netting* pada permainan bulutangkis belum maksimal, sehingga Latihan *fleksibilitas pergelangan tangan* terhadap kemampuan *netting* dalam permainan bulutangkis pada siswa Kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo perlu ditingkatkan,

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka dapat di rumuskan permasalahan dalam penelitian yaitu : “Apakah latihan *fleksibilitas pergelangan tangan* dapat mempengaruhi kemampuan *netting* pada permainan bulutangkis siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun Tujuan Penelitian ini yaitu, mengetahui seberapa besar pengaruh latihan *fleksibilitas pergelangan tangan* terhadap kemampuan *netting* pada permainan bulutangkis siswa kelas VII SMP Negeri 6 Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latarbelakang, identifikasi masalah, rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Teoritis dapat memberikan sumbangan dalam bidang kepelatihan dan dapat dijadikan acuan para pelatih, Pembina olahraga bulutangkis, dan guru pendidikan jasmani untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi teknik *netting* seorang atlet atau pemain bulutangkis.
2. Praktis dapat memberikan sumbangan dalam upaya mengevaluasi hasil latihan bagi para pelatih, Pembina olahraga bulutangkis, dan guru pendidikan jasmani khususnya mengenai teknik *netting* dalam permainan bulutangkis dalam penerapan kondisi fisik fleksibilitas pergelangan tangan terhadap prestasi yang maksimal, sehingga penelitian ini diharapkan dapat dijadikan landasan dalam proses pembinaan atlet atau pemain bulutangkis yang dipandang mempunyai hubungan erat sekali dengan pencapaian prestasi.