

1.1 Latar Belakang

Bulutangkis merupakan cabang olahraga yang diminati di berbagai penjuru dunia, dikarenakan bulutangkis merupakan cabang olahraga yang dapat dimainkan oleh berbagai kelompok umur, dari anak-anak, pemula, remaja, dewasa bahkan veteran pun masih banyak yang memilih cabang olahraga bulutangkis sebagai olahraga yang paling diminati, sehingga banyak kejuaraan yang diadakan setiap tahunnya untuk ajang penyaluran bakat dan prestasi atlet-atlet di tiap daerah. Dalam bulutangkis terdapat teknik-teknik dasar yakni servis, memukul shuttlecock dimana terdapat pukulan smash. Pukulan smash adalah pukulan yang keras dan tajam dengan tujuan untuk mematikan lawan secepat-cepatnya. Teknik inilah yang harus dikuasai agar dapat bermain bulutangkis dengan baik dan dapat berprestasi. Dan untuk mencapai tujuan dalam permainan bulutangkis maka, harus dilakukan latihan yang dapat meningkatkan kemampuan teknik-teknik dasar pada bulutangkis.

Permainan menuntut pemainnya untuk memiliki fisik yang baik, kecepatan, ketepatan, dan kelincahan serta keseimbangan gerakan tubuh sangatlah diutamakan. Hal yang paling menguras energi pada olahraga ini adalah salah satunya pukulan smash.

Banyak pemain pemula yang mengeluhkan kalau dirinya sulit melakukan pukulan smash dengan keras dan tajam padahal seluruh tenaga telah ia kerahkan untuk itu. Maka perlu diketahui bahwa bulutangkis bukanlah permainan semata-

mata karena otot dan kekuatan lengan, tapi bulutangkis adalah olahraga yang membutuhkan ketepatan dan olah kecepatan pergelangan tangan.

Maka dari hal tersebut diatas, untuk melatih *Jump Smash* (lompatan pukulan smash) akan dilakukan latihan *Skipping* dan *Medicine Ball*. Salah satu latihan yang di gunakan untuk meningkatkan kemampuan kekuatan adalah latihan *Skipping*, karena dengan latihan *Skipping* sangat membantu dalam membina kekuatan kaki, pergelangan kaki, daya tahan, koordinasi gerak, dan membantu meningkatkan kualitas gerak pergelangan tangan, selain bermanfaat banyak, latihan *Skipping* ini sangat sederhana dan bisa di lakukan di mana saja. Dan untuk latihan *Medicine Ball* untuk meningkatkan daya ledak otot lengan.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di Sekolah Dasar Negeri 6 Bulango selatan khususnya kelas 5 pada saat latihan untuk O₂SN, semua siswa ketika melakukan *Jump Smash* (Lompatan Smash), masih banyak siswa yang pada saat melakukan permainan bulutangkis tidak dapat melakukan jump smash dengan maksimal, sehingga siswa sulit untuk menyerang dan bertahan dengan baik. Karena dalam observasi peneliti disekolah melihat beberapa faktor yang menghambat siswa dalam melakukan *Jump Smash* (Lompatan Smash), salah satunya latihan yang tidak efektif.

Dari uraian latar belakang diatas, peneliti ingin mengangkat suatu permasalahannya, sehingga peneliti akan mengambil judul **“Perbedaan Pengaruh Latihan *Skipping* dan *Medicine Ball* Terhadap *Jump Smash* Bulutangkis”** (Pada Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri 6 Bulango Selatan).

1.2 Rumusan Masalah

Berpijak pada uraian latar belakang masalah di atas maka, peneliti merumuskan masalah yaitu, bagaimana pengaruh latihan *Skipping* dan *Medicine Ball* terhadap jump smash pada siswa kelas V SDN Bulango Selatan, serta membedakan pengaruh antara latihan *Skipping* dan latihan *Medicine Ball* terhadap jump smash bulutangkis?

1.3 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti telah mengidentifikasi masalah yang mendorong peneliti untuk melakukan penelitian berkenaan dengan judul diatas seperti, pengaruh latihan *Skipping* dan *Medicine ball* terhadap jump smash bulutangkis kelas V SDN 6 Bulango Selatan. Peningkatan jump smash siswa yang kurang berkembang, kurangnya variasi latihan untuk meningkatkan jump smash, siswa merasa jenuh dengan bentuk latihan yang diberikan. Kesalahan dalam melakukan jump smash juga masih sering dialami siswa. Karena latihan *Skipping* dan latihan *Medicine Ball* jarang diberikan pada siswa kelas V SDN 6 Bulango Selatan.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu :

- 1.4.1 Diketahui adanya pengaruh latihan *Skipping* terhadap jump smash bulutangkis pada siswa kelas V SDN 6 Bulango Selatan
- 1.4.2 Diketahui adanya pengaruh latihan *Medicine Ball* terhadap jump smash bulutangkis pada siswa kelas V SDN 6 Bulango Selatan
- 1.4.3 Diketahunya perbedaan latihan *Skipping* dan *Medicine Ball* terhadap jump smash bulutangkis pada siswa kelas V SDN 6 Bulango Selatan

1.5 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1.5.1 Manfaat teoritis

1. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat mengetahui pengaruh yang ditimbulkan dan seberapa besar kontribusinya dalam meningkatkan jump smash bulutangkis melalui latihan *Skipping* dan *Medicine ball*. Sehingga dapat menjadi pedoman bagi para Guru Penjaskes untuk melatih fisik siswanya khususnya dalam melatih jump smash.
2. Sebagai bahan acuan siswa dalam memahami pengaruh latihan *Skipping* dan *Medicine Ball* terhadap jump smash bulutangkis.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi peneliti Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar S1 di Universitas Negeri Gorontalo.
2. Sebagai langkah awal bagi peneliti untuk membina atlet usia dini.
3. Bagi universitas untuk menambah bahan bacaan referensi di perpustakaan.