

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga mempunyai peran penting dalam kehidupan manusia, dalam kehidupan moderen sekarang ini manusia tidak bisa di pisahkan dari kegiatan olahraga baik itu meningkatkan prestasi maupun untuk kesehatan tubuh, salah satu olahraga yang di gemari dalam masyarakat adalah permainan bulutangkis, karena olahraga ini dapat di lakukan oleh semua kalangan baik perempuan maupun pria. Dengan olahraga dapat membentuk manusia sehat jasmani dan rohani serta mempunyai watak disiplin dan pada akhirnya membentuk manusia yang berkualitas. Dalam usaha pembentukan generasi muda yang mampu menjadi tulang punggung penerus perjuangan bangsa, pembinaan yang sudah lama di pandanag sebagai sarana yang paling berdaya guna untuk berhasil. Karena penanggungan pada hakikatnya menuju manusia yang indonesia seutuhnya yang sehat jasmani dan rohani, ini baru dicapai apabila manusia sadar dan mau melaksanakan gerakan hidup sehat melalu pendidikan jasmani dan rohani dan ikut mempelajari tentang apa itu ilmu olahraga.

Belajar adalah suatu usaha yang dilakukan untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru secara keseluruhan, sebagai hasil pengalamannya sendiri dalam interaksi dengan lingkungannya. Belajar akan menghasilkan perubahan-perubahan dalam diri seseorang.

Apa bila seseorang menambahkan aspek-aspek gerakan atau kegiatan ke dalam dimensi pendidikan misalnya pendidikan kesehatan dan rekreasi, maka sebenarnya ia telah memperkaya perspektif dan aspek-aspek olahraga ini dapat dijelaskan dengan penjelasan-penjelasan disertai dengan berbagai contoh berikut ini, misalnya olahraga profesional, olahraga yang di sponsori oleh institusi Negara. Bulutangkis adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan, masing-masing grup hanya memiliki satu pemain untuk tunggal dan dua pemain untuk ganda . Terdapat pula variasi permainan bulutangkis yaitu permainan tunggal dan ganda.

Permainan bulutangkis di Indonesia sangat pesat di seluruh lapisan masyarakat, sehingga klub-klub di kota besar di seluruh Indonesia dengan dasar itulah maka pada tanggal 5 Mei 1951 PBSI (Persatuan Bulu tagkis Indonesia) didirikan di Bandung bersamaan dengan kejuaraan nasional pertama, PBSI sejak itu aktif mengembangkan kegiatan-kegiatan baik dalam maupun ke luar negeri sampai sekarang. Banyak klub-klub bulutangkis di seluruh tanah air khususnya di provinsi Gorontalo. Hal ini terbukti pula dengan data-data peserta pertandingan dalam kejuaraan nasional. PON dan pesta-pesta olahraga lain, di mana angka menunjukkan peningkatan jumlahnya. Bagi olahragawan untuk mencapai prestasi yang tinggi, teknik dalam olahraga harus dikuasai dengan baik. Penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis yang sempurna adalah menjadi dasar untuk mengembangkan kualitas yang tinggi dalam permainan.

Untuk mencapai kualitas prestasi olahraga bulutangkis setinggi-tingginya di Gorontalo khususnya SMP Negeri 3 Gorontalo perlu dilakukan pembinaan sejak dini yaitu dengan cara memberikan latihan yang baik, khususnya dalam kemampuan *servis forehand* dalam permainan bulutangkis, karena *servis forehand* dalam permainan bulutangkis sangat berperan besar dalam menentukan suatu kemenangan pada setiap tim bulutangkis harus memiliki kerja sama. Oleh karena itu salah satu cara untuk meningkatkan kemampuan *servis forehand* dalam permainan bulutangkis adalah dengan cara memilih dan menggunakan metode atau latihan tepat di dalam mengajar bulutangkis khususnya teknik dasar permainan bulutangkis. Dalam hal ini penulis memilih hasil pembelajaran teknik dasar *servis forehand* pada permainan bulutangkis adalah dengan menggunakan latihan beban sebagai sarana untuk melatih dan membentuk kekuatan otot lengan dalam meningkatkan *servis forehand* pada permainan bulutangkis. Latihan beban yang dimaksud di atas adalah *Dumbbel Curl*.

Dari uraian di atas, salah satu latihan untuk dapat mendapatkan ketepatan *servis forehand* dalam permainan bulutangkis adalah dengan cara memberikan latihan *Dumbbel Curl* untuk pembentukan otot lengan. Karena kekuatan otot lengan merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan seorang pemain

bulutangkis dalam melakukan *servis forhand*. Hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMP Negeri 3 Gorontalo, terlihat kemampuan siswa kelas VII dalam melakukan *servis forhand* pada permainan bulutangkis masih belum baik. Belum adanya pemberian latihan dengan *Dumbbel Curl*. Berdasarkan uraian yang ada maka, penulis tertarik mengadakan penelitian sebagai berikut : “Pengaruh latihan *Dumbbel Curl* terhadap ketepatan *servis forehand* pada permainan bulutangkis siswa kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka dalam penelitian ini dapat identifikasi masalah sebagai berikut: Kemampuan siswa kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo melakukan *servis forehand* pada permainan bulutangkis masih lemah. Belum adanya pemberian latihan dengan menggunakan alat *Dumbbel Curl*, alat tersebut sangat membantu untuk pembentukan otot lengan dalam melakukan *servis forehand* pada permainan bulutangkis. Sehingga peneliti berharap ada ketepatan *servis forehand* pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo setelah di beri perlakuan dengan menggunakan alat *weight training* yaitu *Dumbbel Curl*.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas maka, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : Apakah ada pengaruh latihan *Dumbbel Curl* terhadap ketepatan *servis forehand* pada permainan bulutangkis siswa putra kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo.?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *Dumbbel Curl* terhadap ketepatan *servis forehand* pada permainan bulutangkis pada siswa kelas VII SMP Negeri 3 Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat. Adapun manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1.5.1 Manfaat Teoritis

- a) Manfaat untuk peneliti yaitu untuk menambah pengetahuan sebagai calon guru.
- b) Manfaat bagi guru adalah untuk meningkatkan kemampuannya dalam melaksanakan tugas sebagai pendidik.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a) Manfaat bagi sekolah adalah sebagai masukan sehingga dapat memperbaiki kredibilitas guru dalam pembelajaran pendidikan kepelatihan khususnya permainan bulutangkis di Kabupaten Kota Gorontalo.
- b) Diharapkan agar penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya guru kepelatihan sekabupaten kota Gorontalo.
- c) Manfaat secara umum sebagai bahan masukan dan refleksi bagi lembaga pendidikan.