

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bangsa Indonesia merupakan bangsa yang sedang giat membangun di segala bidang, salah satunya adalah membangun sumber daya manusia yang handal, terutama di titik beratkan pada aspek bidang pendidikan. Peningkatan kualitas pendidikan khususnya dalam proses pembelajaran harus berlangsung secara teratur. Salah satunya pembelajaran pada pendidikan jasmani.

Pendidikan olahraga merupakan perpanjangan dari pendidikan jasmani, Olahraga merupakan suatu kegiatan fisik yang dilakukan oleh masyarakat pada umumnya. Oleh sebab itu, olahraga telah menjadi populer dikalangan masyarakat, baik orang tua, remaja maupun anak-anak. Karena olahraga mempunyai makna yang esensial tidak hanya untuk kesehatan, tetapi lebih dari itu juga sebagai sarana pendidikan. Olahraga sebagai sasaran yang ingin di capai dalam pembinaan olahraga di Indonesia membutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya.

Pembinaan olahraga menuntut partisipasi dari semua pihak dari berbagai usia, kemampuan jauhnya lompatan dalam olahraga dapat dicapai oleh mereka yang masih muda usianya.

Pembinaan olahraga di sekolah terfokus pada pengembangan aspek nilai-nilai dalam pertumbuhan, perkembangan dan sikap perilaku anak didik serta membantu siswa meningkatkan kebugaran jasmani dan kesehatan melalui pengenalan dan penanaman sikap positif serta melalui pengembangan gerak dasar dan aktivitas jasmani.

Olahraga khususnya pada cabang Bulutangkis mempunyai pengaruh yang besar dalam pembentukan individu, karena selaras dengan masa perkembangan jasmani dan rohani.

Cabang olahraga Bulutangkis merupakan salah satu olahraga unggulan di Indonesia, banyak atlet bulutangkis Indonesia yang berprestasi di dunia internasional dari kejuaraan *All England, Thomas dan Uber Cup, Sudirman Cup*, hingga Olimpiade. Perlu diketahui bahwa Indonesia pertama kali memperoleh medali emas dalam pesta olahraga Olimpiade melalui atlet Susi Susanti dalam cabang bulutangkis.

Dengan banyaknya kejuaraan ditingkat sekolah yang semakin kompetitif ini, olahraga bulutangkis sangatlah mendapatkan perhatian yang cukup besar di beberapa sekolah di Indonesia.

Dengan diadakannya ekstrakurikuler bulutangkis ini merupakan bentuk dukungan serta wujud kepedulian sekolah terhadap olahraga bulutangkis untuk pencapaian prestasi yang setinggi-tingginya baik di kancah nasional maupun internasional.

Bulutangkis merupakan cabang olahraga yang diminati penjurur dunia, di karenakan bulu tangkis cabang olahraga yang dapat dimainkan oleh berbagai kelompok umur, dari anak-anak, pemula, remaja, dewasa bahkan veteran pun masih banyak yang ingin bermain cabang olahraga tersebut, sehingga banyak yang memilih cabang olahraga bulu tangkis sebagai olahraga yang diminati, sehingga banyak kejuaraan yang diadakan setiap tahunnya untuk ajang penyaluran bakat dan prestasi dapat dicapai jika atlet tersebut telah menguasai beberapa faktor kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental, beberapa faktor ini berasal dari diri atlet sendiri atau bisa disebut sebagai faktor internal, diluar faktor tersebut adalah faktor eksternal antara lain pelatih, sarana latihan, lingkungan latihan dan dukungan dari orang tua atlet itu sendiri.

Mengingat olahraga bulutangkis di Indonesia sangat populer, apalagi banyak pemain Indonesia yang menjuarai berbagai event kejuaraan dunia, maka yang di selenggarakan dari tingkat desa/kelurahan, klub-klub hingga kejuaraan nasional bahkan kejuaraan internasional pada umumnya, kejuaraan bulutangkis dapat dilakukan pada tingkah sekolah, mulai SD, SMP, SMA, hingga di perguruan tinggi.

Untuk menjadi pemain Bulutangkis yang berprestasi maka seseorang harus menguasai factor-faktor teknis penguasaan lapangan dan pendukung lainnya penguasaan teknik dasar yang baik, harus juga perlu didukung awal dari pola permainan.

Tentu harus juga didukung dengan penanganan seorang pelatih, dan Penanganan tersebut perlu dilakukan sejak awalnya misalnya dengan membentuk klub-klub Bulutangkis di daerah daerah, klub-klub tersebut akan memunculkan bibit-bibit pemain bulutangkis yang handal.

Teknik dasar penguasaan pokok yang harus di kuasai oleh setiap pemain meliputi (1) cara memegang raket yang terdiri atas pegangan amerika, pegangan ingris, pegangan gabungan dan pegangan beckhand, (2) gerakan pergelangan tangan, (3) gerakan melangkahhkan kaki atau footwork, (4) permusatan pikiran atau kosentrasi.

Adapun teknik pukulan terdiri atas (1) pukulan *servis*, (2) pukulan *lop*, (3) pukulan *drive*, (4) pukulan *dropshot*, (5) pukulan pengembalian *servis*, (6) pukulan smash, pembelajaran teknik dasar secara benar dengan identitas latihan yang terprogram bagi seorang atlet akan dapat mengembangkan pola pukulan latihan yang kesukaran masing-masing.

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

Smash merupakan gerak kerja yang penting dalam satu momen serangan dalam permainan bulutangkis, Sebab kegagalan melakukan serangan atau smash ini memberikan balik mendapatkan point, oleh sebab itu permainan bulutangkis, pemain atau pelaku smash memerlukan latihan khusus didalam permainan bulutangkis agar menunjang keberhasilan dalam melakukan serangan tersebut.

Salah satu teknik dasar olahraga bulutangkis yang banyak digunakan untuk mematikanpermainan lawan adalah *smash*. Menurut JamesPoole (1986:143) *smash* adalah pukulan *overhead* yang keras, diarahkan kebawah yang kuat, merupakan

pukulan menyerang yang utama dalam bulutangkis, melihat dari pengamatan di televisi, untuk dapat melakukan *overhead smash* maka diperlukan *power* kaki yang baik untuk dapat melakukan lompatan berulang kali.

Dengan hal ini club ekstrakurikuler dalam melakukan smash masih saja jauh dari harapan, ini dikarenakan lompatan pemain ketika melakukan smash masih rendah sehingga menyebabkan bola banyak yang menyangkut net dan tidak masuk ke daerah lawan. Untuk menunjang lompatan ataupun jampingan dari pemain bulutangkis dibutuhkan daya ledak yang baik sehingga lompatan dalam melakukan smash bisa maksimal.

Untuk meningkatkan potensi kelincahan atlet pada olahraga Bulu tangkis, seperti apa yang di harapkan harus memerlukan penggunaan metode latihan yang teratur, terarah, sistimatik serta di tunjangi oleh sarana dan prasarana yang memadai salah satu kendala yang di hadapi di SMA Negeri 4 Kota Gorontalo yaitu pada saat latihan siswa kurang fokus terhadap teknik kelincahan dengan baik. Hal ini disebabkan karena kurangnya pemahaman mengenai teknik dasar kelincahan dalam olahraga bulutangkis!

Adapun faktor lain seperti komponen fisik siswa yang tidak mendukung, ini di sebabkan karena kurangnya latihan, terutama masalah kelincahan belum biasa di perlihatkan di dalam bermain bulutangkis.

Olahraga ini merupakan olahraga yang sangat menarik dan bukan suatu yang asing buat mereka, hal ini berdasarkan sesuai observasi selama PPL 2 di berikan kesempatan untuk mempraktekkan bulutangkis khususnya ”Pengaruh Latihan Footwork Terhadap Peningkatan Kelincahan Atlet Bulu Tangkis SMAN 4 Kota Gorontalo”

Dari pernyataan tersebut maka penulis melakukan penyelidikan kelincahan dalam permainan bulutangkis, melalui pendekatan ilmiah terhadap masalah ini guna mengetahui seberapa besar pengaruh Latihan Footwork Terhadap Peningkatan Kelincahan Atlet Bulu Tangkis Sman 4 Kota Gorontalo”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan sebelumnya untuk dapat melakukan *Footwork* diperlukan kelincahan dan kemampuan fisik untuk meningkatkan kelincahan pada olahraga Bulutangkis.

Seperti apa yang diharapkan harus memerlukan latihan yang teratur, terarah, sistematis serta di tunjangi oleh sarana dan prasarana yang memadai, Salah satu kendala siswa SMAN 4 Kota Gorontalo kurangnya kelincahan saat permainan Bulutangkis berlangsung.

1.3 Rumusan Masalah

Permasalahan yang dapat dirumuskan ialah:

2. Apakah teknik gerakan kaki yang baik dapat mempengaruhi kelincahan pada atlet bulutangkis.
3. Apakah latihan *footwork* dapat mempengaruhi kelincahan atlet bulutangkis khususnya pada siswa SMA Negeri 4 Kota Gorontalo.
4. Jika ada, berapa besar pengaruhnya?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Untuk mengembangkan teori olahraga dalam bidang Bulutangkis.
2. Untuk meningkatkan kelincahan dalam permainan Bulutangkis.
3. Untuk mengetahui pengaruh latihan *Footwork* terhadap peningkatan kelincahan pada atlet bulutangkis SMA Negeri 4 Kota Gorontalo.

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat yang di harapkan peneliti ini adalah :

1.4.1 Secara Teoritis

1. Bagi Siswa :

Menambah pengetahuan bagi siswa dalam meningkatkan kelincahan khususnya kelincahan dalam bermain bulutangkis melalui latihan *footwork* yang dilakukan secara teratur, terarah dan berkesinambungan.

2. Bagi Guru :

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi guru dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam faktor kelincahan.

3. Bagi Sekolah :

Sebagai nilai tambah untuk sekolah dalam peningkatan kemampuan siswa melalui penerapan latihan yang dilakukan oleh peneliti.

4. Bagi Peneliti :

Penelitian ini menambah wawasan pengetahuan peneliti, hingga memiliki tambahan bekal ilmu untuk melatih siswa dikemudian hari.

1.4.2 Secara Praktis

1. Manfaat bagi siswa :

Siswa dapat mempraktekan sendiri bentuk latihannya jika ingin meningkatkan kelincahan dalam permainan bulutangkis.

2. Manfaat Bagi Guru :

Dapat dijadikan pedoman untuk melatih siswa khususnya dalam olahraga bulutangkis serta dalam pembuatan program latihan.

3. Manfaat bagi sekolah :

Manfaat untuk sekolah ialah hasil dari kemampuan siswa meningkat sehingga menunjang prestasi olahraga di sekolah itu sendiri.

4. Manfaat bagi peneliti :

Mendapat satu pengalaman yang sangat berharga, berupa metode melatih dan membuat program latihan yang tepat untuk sebuah pelatihan olahraga terhadap siswa.