

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga bulutangkis atau badminton merupakan salah satu jenis olahraga prestasi yang sangat terkenal di seluruh dunia. Walaupun asal usul jenis olahraga ini belum diketahui secara pasti, karena memang asal muasal nya jenis olahraga ini telah dimainkan oleh beberapa Negara seperti Inggris, India. Pada saat ini hampir semua Negara di permukaan bumi ini telah berlomba-lomba untuk mempelajari dan mengembangkan berbagai teknik dan strategi permainan bulutangkis.

Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individual yang dapat dilakukan dengan cara melakukan satu orang melawan satu orang atau dua orang melawan dua orang. Permainan ini menggunakan raket sebagai alat pemukul dan shuttlecock sebagai objek pukul, lapangan permainan berbentuk segi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dan daerah permainan lawan. Permainan bulutangkis sudah sangat terkenal dan memasyarakat di lingkungan sekolah, perkampungan, perusahaan, instansi, pemerintah, perusahaan dan lain sebagainya.

Berbagai organisasi atau klub bulutangkis telah dibentuk sampai tingkat internasional. Di dalam suatu Negara tertentu pun, seperti misalnya di Indonesia, telah dibentuk begitu banyak klub bulutangkis yang berlapis-lapis, mulai dari tingkat desa, kecamatan, kabupaten, provinsi dan nasional.

Kemampuan kondisi fisik merupakan unsur penting dan menjadi pondasi dalam mengembangkan dan meningkatkan kemampuan teknik, taktik/strategi dan mental atlet.

Covid-19 atau Corona Virus Disease-19 adalah virus baru yang menyerang sistem pernapasan manusia, setelah ditemukan pertama kali di Wuhan, China pada akhir tahun 2019 dengan cepat menyebar ke seluruh dunia. Berbeda dengan penyakit menular lainnya seperti HIV/AIDS, SARS, flu burung atau Avian Influenza, dan MERS, Covid-19 dapat menular dengan cepat melalui interaksi secara langsung (dikeramaian, menyebarnya melalui bersin, dan bersentuhan) (Rusiadi et al., 2020).

Sejak pandemi virus Corona mewabah di Indonesia, pemerintah telah membuat berbagai istilah penanganan covid-19. Terhitung sejak April 2020, pemerintah sudah bolak-balik menggunakan setidaknya 7 istilah yang berbeda. Mulai dari pembatasan sosial berskala besar (PSBB) yang berlaku 17 April 2020 hingga yang terbaru pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat darurat (PPKM darurat) Jawa-Bali mulai 3 hingga 20 Juli 2021. Sebelumnya, pemerintah juga sempat menetapkan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) Jawa-Bali, lalu diganti lagi menjadi PPKM Mikro sejak Februari 2021. Penetapannya bolak-balik diperpanjang, hingga Presiden kembali memutuskan untuk mengambil pengetatan atau penebalan PPKM Mikro pada Februari hingga Juni lalu. Sayangnya, upaya-upaya penangan tersebut tidak kunjung memberi kabar hangat, justru kasus Covid-19 terus naik. Terakhir, Presiden Jokowi

memutuskan menetapkan PPKM Darurat yang dilanjutkan dengan PPKM Level 3 dan 4 (Andryanto, 2021).

Pandemi covid 19 memiliki dampak jangka pendek pada kondisi fisik atlet. Dengan terbatasnya kegiatan yang diberlakukan oleh pihak pemerintah memunculkan ke khawatiran akan menurunnya kondisi fisik atlet, ditambah dengan tidak adanya event pertandingan selama 2 tahun.

Dari uraian permasalahan diatas maka peneliti perlu diadakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan judul “Analisis Kondisi Fisik Atlet Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Kristen Rahmani”

B. Identifikasi Masalah

Dari beberapa uraian yang dikemukakan pada latar belakang, maka dapat diidentifikasi masalah-masalah sebagai berikut :

1. Penguasaan teknik sangat berpengaruh dalam keberhasilan permainan bulutangkis.
2. Sebagian besar bulutangkis sudah mewarnai kehidupan masyarakat, bahkan mewarnai gaya hidup masyarakat pada saat ini.
3. Kualitas kemampuan fisik yang baik digunakan untuk mendukung Gerakan dalam bermain.

C. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Dalam penelitian ini penulis hanya melakukan penelitian dengan tes kebugaran jasmani dan tes cabang olahraga yang meliputi Kekuatan (Strength), Kecepatan (Speed), Daya tahan (Endurance), Kelentukan (Flexibility), Kelincahan (Agility), Keseimbangan (Balance), Daya Ledak (Power), Power Endurance, dan Speed Agility.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan dengan latar belakang yang sudah diuraikan, maka dari itu rumusan masalah secara umum dari penelitian ini adalah “Bagaimana kondisi fisik atlet ekstrakurikuler bulutangkis SMK Kristen Rahmani”

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan latar belakang dengan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui kondisi fisik atlet ekstrakurikuler bulutangkis SMK Kristen Rahmani dengan cara memberikan instrumen tes fisik pada atlet.

E. Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui kondisi fisik atlet ekstrakurikuler bulutangkis SMK Kristen Rahmani, manfaat yang dapat diperoleh dari penelitian ini adalah :

1. Bagi Penulis

Merupakan salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.

2. Bagi Pelatih

Dapat mengetahui kondisi fisik atlet dan menyusun program latihan yang sesuai dengan kondisi fisik atlet tersebut.

3. Bagi Atlet

Dapat melakukan latihan – latihan untuk meningkatkan prestasi individu dari masing – masing atlet.

4. Bagi Club

Mendapatkan data tentang kondisi fisik atlet untuk meningkatkan prestasi dari ekstrakurikuler bulutangkis SMK Kristen Rahmani.

F. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesimpangsiuran dan upaya untuk menghindari perbedaan pendapat yang mengakibatkan kesalahan penafsiran serta pengertian yang menyangkut masalah yang diteliti, maka dipandang perlu adanya batasan istilah. Adapun istilah yang digunakan dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut.

1. Kondisi Fisik

Tes kondisi fisik yang digunakan untuk penelitian ini menyatakan bahwa sebelas instrumen akan dilakukan untuk mengukur seperti apa kondisi fisik atlet

ekstrakurikuler bulutangkis SMK Kristen Rahmani tes tersebut berupa tes *bleep test*, tes baring duduk (*sit up*), tes loncat tegak (*vertical jump*), tes *push up*, tes kecepatan 30 meter, tes berdiri satu kaki, tes statis kelentukan tubuh bagian atas, dan tes *shuttle run*.

2. Atlet

Atlet adalah Individu yang memiliki keunikan dan memiliki bakat tersendiri lalu memiliki pola perilaku dan juga keperibadian tersendiri serta memiliki latar belakang kehidupan yang mempengaruhi secara spesifik pada dirinya (Saputro, 2017). Atlet bulutangkis yang akan menjadi sampel pada penelitian ini berjumlah 15 orang yang tergabung dalam ekstrakurikuler bulutangkis SMK Kristen Rahmani.

3. Bulutangkis

Permainan bulutangkis merupakan permainan yang bersifat individual. Lapangan permainan berbentuk segi empat dan dibatasi oleh net untuk memisahkan antara daerah permainan sendiri dan daerah permainan lawan (Intan Primayanti, 2019).