

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai tujuan untuk menciptakan manusia yang memiliki kesehatan jasmani, kepribadian yang baik dan berbudi pekerti luhur, memiliki kemauan yang kuat untuk meraih prestasi yang maksimal, serta merupakan salah satu dari bagian sektor pembangunan manusia seutuhnya di Indonesia, salah satu olahraga yang dimaksud adalah bulutangkis (Festiawan dkk., 2020; Widanita dkk., 2020).

Bulutangkis merupakan olahraga yang berkembang, baik tingkat nasional maupun internasional dari sekian banyak cabang olahraga. Permainan bulutangkis adalah salah satu dari banyak olahraga yang terkenal pada benua asia khususnya di negara Indonesia sejak dahulu hingga saat ini (Arduta et al, 2020). Maka dari itu bulutangkis adalah cabang olahraga yang sangat digemari oleh semua kalangan. Sama halnya dengan olahraga lain pada umumnya bulutangkis memiliki berbagai macam teknik dasar yang harus/ wajib dikuasai.

Olahraga bulutangkis memiliki beberapa teknik dasar yang harus dikuasai yaitu cara memegang raket, sikap siap gerakan kaki, dan gerak memukul (Hermansyah, et al, 2017). Disamping itu permainan bulutangkis memiliki enam teknik dasar yaitu *service*, *lob*, *drop shoot*, *smash*, *drive* dan *net shoot* yang merupakan garis besar dalam teknik pukulan (Nofrizal, 2019)

Teknik yang paling dominan untuk melakukan serangan guna memperoleh poin pada permainan bulutangkis adalah *smash* (Surahman, dkk, 2019). Smash adalah pukulan bola (*shuttlecock*) yang tajam menuju area lawan dan mengarah ke bawah dengan kecepatan tinggi dan tepat sasaran dalam permainan bulutangkis (Nofrizal, 2019). Maka dari itu pukulan *smash* merupakan pukulan yang harus dikuasai dengan baik pada permainan bulutangkis. Untuk melakukan pukulan smash yang baik membutuhkan kekuatan, daya ledak otot, fleksibilitas, dan koordinasi yang baik (Putra, 2019).

Power merupakan kemampuan suatu otot yang digunakan dapat bekerja secara maksimal dengan waktu sesingkat mungkin yang menunjuk kepada kekuatan dan kecepatan waktu (Saputra dkk., 2020). Maka dari itu power otot tungkai adalah kekuatan kontraksi otot secara eksplosif pada otot bagian tungkai. Sesuai dengan prinsip smash pada bulutangkis yaitu semakin tinggi loncatan maka pukulan smash semakin tajam dan tepat.

Selain aspek diatas, agar dapat memiliki kemampuan *smash* yang baik, harus didukung dengan unsur-unsur penunjang lain yang saling berkaitan. Unsur-unsur itu diantaranya kekuatan otot lengan. Kekuatan merupakan kemampuan suatu otot dalam melakukan kontraksi yang diperoleh dalam sekali usaha secara maksimal. Dalam hal ini kekuatan diperlukan untuk mendapatkan pukulan yang keras sehingga *shuttlecock* melaju dengan cepat dan sulit dikembalikan. Akhirnya dapat disimpulkan kemampuan fisik menjadi salah satu unsur dominan penunjang kualitas *smash* dalam permainan bulutangkis.

Dari hasil pengamatan awal, diperoleh hasil bahwa kemampuan *smash* atlet PB Omeko Binaan Badminton club berjumlah 30 pemain, ternyata 21 pemain atau sebanyak 70% belum menguasai teknik pukulan tersebut. Masalah yang ditemui bervariasi yaitu berupa masih banyaknya atlet yang pukulan *smash*nya tidak tepat sasaran/tidak mengarah ke dalam lapangan, kekuatan ayunan lengan yang masih lemah sehingga mengakibatkan pukulan sering tersangkut di net, kurangnya pengamatan saat *shuttlecock* datang serta respons tubuh saat memukul bola tersebut (koordinasi mata tangan), yang tentunya menguntungkan bagi pihak lawan. Apabila hal ini dibiarkan secara berkelanjutan, maka akan mempengaruhi penampilan siswa pada kemampuan *smash* bulutangkis sehingga dapat menimbulkan permasalahan baru yang menghambat prestasi siswa, khususnya pada kemampuan *smash* bulutangkis

Sementara itu dari kajian literatur terdahulu diketahui bahwa penelitian dari (Ridlo, 2015) mengatakan bahwa koordinasi mata tangan, power lengan, dan percaya diri berhubungan dengan keterampilan *smash* bulutangkis, sedangkan (Zaenal & Wiriawan, 2018) menyebutkan bahwa terdapat kontribusi yang signifikan pada tinggi lompatan dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan pukulan *jump smash*.

Permasalahan beserta hasil penelitian tersebut menjadi dasar dari penelitian yang dilakukan untuk mengetahui korelasi antara power otot tungkai dan kekuatan otot lengan dengan ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan untuk menyatukan persepsi para pembaca serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian, maka penulis membatasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Penelitian ini menganalisa tentang hubungan power otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *smash* bulutangkis. Lebih dalam penelitian akan melihat berapa besar hubungan dari masing-masing komponen fisik tersebut terhadap ketepatan *smash* bulutangkis, baik secara parsial maupun secara simultan.
- b. Penelitian dilaksanakan pada bulan November 2022 di PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi.
- c. Sampel dari penelitian ini adalah pemain bulutangkis PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi.
- d. Untuk menganalisa data penulis menggunakan korelasi tunggal dan ganda, dimana ketepatan *smash* bulutangkis sebagai variabel independennya, power otot tungkai dan kekuatan otot lengan merupakan variabel independen.

2. Rumusan Masalah.

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan power otot tungkai terhadap ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi?
2. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi?
3. Apakah terdapat hubungan power otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Ingin mengetahui apakah terdapat hubungan power otot tungkai terhadap ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi
2. Ingin mengetahui apakah terdapat hubungan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi
3. Ingin mengetahui apakah terdapat hubungan power otot tungkai dan kekuatan otot lengan terhadap ketepatan *smash* bulutangkis pada pemain PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai wawasan dan bahan masukan bagi:

1. Secara teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi para pelatih atau pembina olahraga bulutangkis untuk menyusun program latihan, pemanduan bakat dan peningkatan kemampuan pemain bulutangkis

2. Secara praktis

- a. Penelitian ini dapat dijadikan panduan bagi pemain maupun pelatih untuk mengembangkan latihan *smash*, yang merupakan salah satu pukulan yang cukup urgen dalam permainan bulutangkis.
- b. Bermanfaat bagi guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis khususnya dalam melakukan *smash* agar hasil belajar atau latihan dapat dicapai secara optimal.

E. 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 atau pendefinisian variabel yang akan dioperasionalkan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Kekuatan Otot Lengan

Kekuatan secara umum adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk mengatasi beban atau tahanan (Burhaein, 2017). Pengertian secara fisiologis, kekuatan adalah kemampuan neuromuskuler untuk mengatasi tahanan beban luar dan beban dalam. Berdasarkan pengertian di atas maka pengertian kekuatan otot lengan dalam penelitian ini adalah kemampuan sekelompok otot lengan untuk mengatasi beban atau tahanan baik dari luar maupun dari dalam yang diukur dengan *hand dynamometer* dengan satuan kilogram. Hal ini dilakukan untuk melihat kekuatan otot lengan pemain bulutangkis PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi

2. *Power* Otot Tungkai

Power adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang singkat (Harsono, 2015). Berdasarkan definisi *power*, maka *power* otot tungkai dapat disimpulkan bahwa *power* otot tungkai adalah kemampuan otot-otot yang terdapat pada tungkai untuk mengatasi tahanan beban dengan kecepatan tinggi dalam satu gerak yang utuh dan dikoordinasikan. Dalam penelitian ini diukur dengan vertical jump dengan satuan centimeter. Hal ini dilakukan untuk melihat *power* otot tungkai pemain bulutangkis PB Omeko Binaan Badminton club Babelan Kabupaten Bekasi

3. *Smash* Permainan Bulutangkis

Smash Permainan Bulutangkis adalah kemampuan seorang pemain melakukan smash sekuat sekuat mungkin dan tepat pada sasaran (Nugroho,

2020), dalam hal ini diukur dengan tes keterampilan smash permainan bulutangkis dengan satuan jumlah.

4. Permainan Bulutangkis

Bulutangkis adalah olahraga yang dimainkan oleh dua orang dalam permainan tunggal dan empat orang dalam permainan ganda, pada sebuah lapangan yang dibagi dua dengan membentangkan net di tengahnya (Poole, 2016). Permainan bulutangkis menggunakan raket sebagai pemukul bola, dan bola dibuat dari rangkaian bulu beratnya antara 73 sampai 85 gram.