

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang terkenal di Indonesia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi juga sebagai ajang persaingan. *Shuttlecock* bulutangkis tidak dipantulkan ke lantai dan harus dimainkan di udara, sehingga permainan ini merupakan permainan cepat yang membutuhkan gerak reflek yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi Al Malik et al. (2022).

Olahraga bulutangkis pada masa sekarang ini bukan hanya sebagai olahraga rekreasi melainkan telah menjadi olahraga prestasi, maka tidak heran apabila dalam permainan bulutangkis para pemain dituntut prestasi setinggi-tingginya. Adanya tuntutan prestasi yang tinggi, maka perlu dilakukan latihan yang lebih efektif dan efisien, terutama dalam metode latihan, sehingga penguasaan teknik dasar dapat dikuasai dengan sempurna. Penguasaan teknik dasar merupakan suatu yang perlu dikembangkan untuk prestasi permainan. Teknik dasar bulutangkis harus betul-betul dipelajari terlebih dahulu, guna mengembangkan mutu prestasi bulutangkis sebab menang atau kalahnya seorang pemain di dalam suatu pertandingan salah satunya ditentukan oleh penguasaan teknik dasar permainan.

MTs Muhammaduddarain Bekasi merupakan salah satu madrasah yang

memberikan kegiatan ekstrakurikuler kepada para siswanya, adapun ekstrakurikuler yang ditawarkan di MTs Muhammaduddarain Bekasi antara lain: marawis, KIR (Karya Ilmiah Remaja), bolavoli, bolabasket, bulutangkis, dan futsal. Dari sekian banyak ekstrakurikuler yang ditawarkan, yang akan menjadi bahasan pokok dalam penelitian ini adalah mengenai latihan ekstrakurikuler bulutangkis. Kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MTs Muhammaduddarain Bekasi berjalan cukup baik, latihan dilaksanakan satu kali dalam satu minggu, yaitu hari Rabu pukul 15.30-17.00 WIB. Sarana dan prasarana yang digunakan juga cukup memadai, misalnya lapangan yang digunakan cukup bagus dan merupakan lapangan *outdoor*. Namun pada saat latihan kadang terkendala dengan *shuttlecock*, karena biasanya yang dipakai sudah tidak bagus dan tidak layak untuk digunakan.

Berdasarkan hasil observasi penulis yang melakukan tes awal keterampilan *smash* kepada siswa ekstrakurikuler bulutangkis MTs Muhammaduddarain Bekasi, kebanyakan dari siswa masih kesulitan dalam melakukan pukulan *smash* bulutangkis. Hal ini dilakukan karena dalam permainan bulutangkis teknik *smash* merupakan salah satu teknik yang penting untuk dikuasai karena merupakan salah satu teknik penting dalam melakukan penyerangan kepada lawan (Ahmad Saleh et al., 2022). Selain melakukan observasi, penulis juga melakukan wawancara kepada tim pelatih yang membina siswa ekstrakurikuler bulutangkis di MTs Muhammaduddarain Bekasi, dimana terdapat dua orang pelatih yang melatih dan membina siswa ekstrakurikuler bulutangkis di MTs Muhammaduddarain Bekasi.

Dari hasil wawancara didapatkan informasi bahwa sebagian besar siswa masih kurang menguasai teknik *smash*nya dengan baik. Dimana seringnya pukulan *smash* yang dilakukan masih lemah, sering menyangkut di net atau bahkan pukulannya tidak terarah ke sasaran yang dituju. Pukulan *smash* yang dilakukan oleh siswa lebih mudah untuk dikembalikan lawan karena arahnya masih dalam jangkauan lawan atau bahkan keluar dari area lapangan permainan.

Disamping itu, berdasarkan data prestasi yang dimiliki oleh siswa-siswi MTs Muhammaduddarain Bekasi dalam kegiatan turnamen bulutangkis tingkat SMP/MTs para siswa sulit untuk dapat berprestasi meraih piala. Dalam beberapa turnamen yang pernah diikuti oleh siswa, capaian prestasi tertinggi hanya mampu meraih tempat perempat final dari 32 peserta yang mengikuti. Prestasi tertinggi tersebut terjadi pada turnamen bulutangkis tingkat SMP dan MTs se-Kota Bekasi pada tahun 2015. Menurut pelatih penyebab sulitnya siswa-siswinya berprestasi di tingkat pelajar se-Kota Bekasi adalah karena minimnya penguasaan teknik dasar *smash* ketika bermain. Siswa-siswinya hanya mampu melakukan teknik pukulan yang menempatkan *shuttlecock* tanpa melakukan pukulan yang keras seperti *smash*, hal itu menjadikan lawan lebih mudah melawan tanpa tekanan yang berat.

Teknik dasar *smash* dari siswa MTs Muhammaduddarain perlu ditingkatkan dan diperbaiki agar kemampuan bermain siswa semakin baik dan mampu berprestasi lebih tinggi di masa mendatang. Maka dari itu penulis perlu menerapkan bentuk latihan yang efektif dan efisien dalam meningkatkan kemampuan pukulan *smash* siswa. Oleh karena itu, agar pemain dapat menguasai

ketepatan *smash* bulutangkis yang baik, maka peneliti mengharapkan siswa ekstrakurikuler bulutangkis bersedia mengikuti program latihan dengan sesuai arahan program latihan peneliti. Berdasarkan pemaparan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul “Pengaruh Latihan *Smash* Berbasis Target *Games* Terhadap Ketepatan Pukulan *Smash* Pada Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis MTs Muhammaduddarain Bekasi”.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Untuk memperoleh gambaran serta hasil yang lebih jelas maka penulis perlu membatasi permasalahan dalam penelitian ini, hal ini dilakukan dengan asumsi agar penelitian ini tidak menyimpang dari maksud serta sasaran penelitian. Disamping itu padahal ini dilakukan sebagai langkah untuk memudahkan dalam proses penelitian yang dilaksanakan.

Agar pembahasan menjadi lebih fokus dan dengan mempertimbangkan segala keterbatasan dana, waktu pada penulis, maka masalah dalam penelitian ini dibatasi tentang:

- a. Pengaruh latihan *smash* berbasis target *games* terhadap ketepatan pukulan *smash*
- b. Variabel bebas (X) adalah latihan *smash* berbasis target *games* dan variabel terikat (Y) adalah ketepatan pukulan *smash*.
- c. Populasi dan sampel penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bulutangkis MTs Muhammaduddarain Bekasi.

d. Instrument penelitian ini menggunakan tes ketepatan *smash* bulutangkis.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “apakah terdapat pengaruh latihan *smash* berbasis target *games* terhadap ketepatan pukulan *smash* pada siswa ekstrakurikuler bulutangkis MTs Muhammaduddarain Bekasi?”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh latihan *smash* berbasis target *games* terhadap ketepatan pukulan *smash* pada siswa ekstrakurikuler bulutangkis MTs Muhammaduddarain Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang dilaksanakan diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Secara Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti lain atau Pembina atau pelatih bulutangkis yang dapat meningkatkan kemampuan siswanya dalam bermain bulutangkis.

2. Manfaat secara Praktis

- a. Bagi siswa, dapat mengembangkan ketepatan pukulan *smash* bulutangkis dalam permainan bulutangkis dengan lebih baik lagi.
- b. Bagi pelatih, hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan

informasi dalam meningkatkan kualitas latihan pada ekstrakurikuler bulutangkis khususnya untuk mengembangkan ketepatan pukulan *smash* bulutangkis.

- c. Bagi kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MTs Muhammaduddarain Bekasi, dengan adanya kegiatan yang dilakukan serta hasil yang diberikan membawa dampak positif terhadap perkembangan siswa yang mengarah pada peningkatan hasil latihan sehingga dapat tercapainya peningkatan kemampuan siswa sehingga menunjang peningkatan prestasi siswa.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari penafsiran yang salah satu terhadap istilah penelitian yang digunakan dalam penelitian ini perlu diberikan penjelasan operasional mengenai istilah berikut:

1. Pengaruh

Pengaruh menurut (Sukmadinata, 2017) adalah kekuatan yang muncul dari sesuatu benda atau orang dan juga gejala dalam yang dapat memberikan perubahan yang dapat membentuk kepercayaan atau perubahan. Jadi yang dimaksud dengan pengaruh dalam penelitian ini adalah kekuatan dari seseorang yang mampu memberikan perubahan dan membentuk kepercayaan diri.

2. Latihan Target *Games*

Latihan menurut F. Kurniawan & Mylsidayu (2015) merupakan suatu proses perubahan kearah yang lebih baik yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional, peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih.

Sedangkan target *games* menurut N. Hasibuan et al. (2023) adalah latihan dimana pemain akan mendapatkan skor apabila bola atau proyektil lain yang sejenis dilempar atau dipukul dengan terarah mengenai sasaran yang telah ditentukan. Jadi yang dimaksud dengan latihan target *games* dalam penelitian ini adalah latihan yang dilakukan dengan memukul benda mengenai sasaran yang telah ditentukan, dimana benda yang dipukul adalah *shuttlecock* dengan menggunakan raket bulutangkis.

3. Ketepatan

Menurut Ismoko & Putro (2017) ketepatan adalah kemampuan seorang atlet untuk menguasai gerakan yang terkontrol terhadap suatu sasaran (menembak, menusuk). Jadi yang dimaksud dengan ketepatan dalam penelitian ini adalah kemampuan seseorang dalam menguasai gerakan memukul *shuttlecock* menggunakan raket bulutangkis.

4. Pukulan *Smash*

Menurut Karyono (2020) merupakan pukulan *overhead* yang mengandalkan kekuatan dan kecepatan lengan serta lecutan pergelangan tangan agar *cock* meluncur tajam menikik, baik itu arahnya silang maupun lurus. Jadi yang dimaksud dengan pukulan *smash* dalam penelitian ini adalah pukulan di atas kepala yang dilakukan dengan kekuatan dan kecepatan lengan agar *cock* yang dipukul dapat menikik tajam dan cepat.

5. Bulutangkis

Bulutangkis menurut Subarjah (2014) merupakan permainan yang banyak

menggunakan kemampuan fisik dengan gerakan yang cepat dan pukulan keras yang dilakukan dalam waktu beberapa detik di antara reli-reli panjang. Jadi yang dimaksud bulutangkis dalam penelitian ini adalah permainan yang banyak menggunakan fisik dengan gerakan cepat dan keras.