

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga pada hakikatnya merupakan aktifitas fisik yang dilandasi oleh semangat perjuangan melawan diri sendiri, orang lain atau unsur alam yang jika diperbandingkan harus dilaksanakan secara ksatria sehingga merupakan sarana untuk membentuk kepribadian dalam rangka salah satu upaya untuk meningkatkan kualitas hidup yang lebih baik dan luhur. Olahraga wajib dikembangkan agar setiap orang khususnya para *atlet* junior dapat berpartisipasi di dalam kegiatan olahraga maupun di suatu ajang kejuaraan, baik dalam perorangan maupun beregu (septian Imam Arifin: 2016)

Pembinaan-pembinaan olahraga prestasi terus dilakukan sesuai dengan (UU RI Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab VII pasal 27 pasal 1 dan 2). Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan serta diarahkan untuk mencapai prestasi tingkat daerah, nasional dan internasional yang dilakukan oleh organisasi induk cabang olahraga tingkat pusat manapun pada tingkat daerah. Pemerintah memasukkan tentang pembinaan olahraga kedalam undang-undang keolahragaan, salah satu cabang yang dibina yaitu bulutangkis. Bulutangkis menjadi salah satu olahraga populer didunia, terutama di wilayah asia timur dan tenggara. Yang mendominasi olahraga ini, dengan negara- negara Skandinavia, *International Badminton Federation* (IBF) didirikan pada 1934 dan

membukukan Inggris, Irlandia, Skotlandia, Vales, Dermark, Belanda, Kanada, Selandia Baru dan Francis sebagai anggota-anggota pelopornya. India bergabung sebagai afiliat pada 1936 (Hetti, 2010:5). Menurut Zarwan (2012:1) permainan bulutangkis dimulai dengan penyajian bola atau servis dari salah satu seorang pemain kelawannya secara diagonal atau jalannya bola menyilang. Jika servis ini diterima oleh penerima servis maka terjadilah permainan (*Rally*) yakni saling memukul kok melewati atas net hingga terjadi bola tidak dalam permainan (mati). Pihak servis melakukan maka terjadilah perpindahan servis sebaliknya apabila pemenerima servis yang melakukan kesalahan, maka pihak servis mendapatkan satu angka.

Bulutangkis merupakan olahraga yang dimainkan dengan menggunakan net, raket dan bola (*shuttlecock*) dengan teknik pukulan yang bervariasi mulai dari pukulan yang relatif lambat hingga sangat cepat disertai dengan gerakan tipuan . Permainan bulutangkis sejak dulu telah dikenal masyarakat seluruh pelosok dunia, tetapi kapan, siapa penemunya dan di mana asalnya hingga saat ini belum ada keterangan yang jelas. Konon kabarnya permainan bulutangkis dimulai dari negeri india yang saat itu dikenal sebagai permainan anak raja-raja. Alat yang dipakai masih sangat sederhana,raket atau pemukulnya dibuat dari papan, sedangkan kepala bola dibuat dari manggar (tangkai bakal buah kelapa) yang dibuat sedemikian rupa, kemudian ditancapi bulu-bulu angsa. Negeri india adalah jajahan inggris yang memperoleh kemerdekaannya pada tahun 1947, jadi merupakan hal yang tidak mustahil bila permainan bulutangkis itu lalu dibawa kedaratan Eropa, sehingga bisa berkembang

dengan pesat, baik dibidang perelatanya maupun teknik permainnya, serta tahap aturan mainnya disempurnakan..Sebenarnya dalam bulutangkis yang dibutuhkan adalah kecepatan, kelentukan dan kelincahan, karena gerakan dalam bulutangkis memang dinamis tanpa henti. Dalam olahraga bulutangkis, setiap permainan harus menguasai teknik-teknik dasar pukulan. Teknik pukulan tersebut adalah Servis, Lob Dropshot Smash Drive Net Shot.

Jenis-jenis teknik pukulan seperti disebutkan diatas, pukulan *smash* merupakan 'senjata' untuk mematikan lawan. Penguasaan teknik yang tepat dan harus memiliki kondisi fisik yang prima, koordinasi mata-tangan, power otot lengan yang difungsikan dalam permainan bulutangkis. Seperti yang dijelaskan sebelumnya bahwa *smash* merupakan pukulan yang bertujuan untuk mematikan lawan. Dalam melakukan *smash* perlu antisipasi yang tepat pula, sebab dengan adanya antisipasi yang tepat akan sangat bermanfaat untuk mengarahkan arah pukulan ke lapangan lawan yang kurang terjaga dengan baik.

Teknik *smash* tentu perlu *power* untuk dapat melakukan *smash* sekeras mungkin, di samping itu agar pemain dapat melakukan pukulan pada saat yang tepat maka peran koordinasi antara mata yang melihat posisi bola. *Power* otot lengan untuk menjangkau bola yang ideal, kelentukan pergelangan tangan yang membantu mengarahkan bola lebih akurat penepatanya dan tangan sebagai eksekutor pukulan *smash*. Butuh latihan yang intensif agar dapat menghasilkan pukulan *smash* yang akurat, salah satunya dengan latihan otot lengan yang dilengkapi dengan koordinasi mata-tangan.

*Power* otot lengan dibutuhkan sebagai tenaga pendorong pada saat melakukan pukulan, semakin besar *power* otot lengan maka yang dihasilkan semakin keras pula pukulan yang dihasilkan. Terlebih pada pukulan *smash* yang menuntut laju *shuttlecock* yang cepat dan jatuhnya mendekati *net*, sehingga membutuhkan *power* otot lengan yang besar, semakin besar *power* otot maka semakin keras pukulan *smash* yang akan dihasilkan.

Selanjutnya berdasarkan *survei* atau *observasi* sementara dilapangan yang penulis lakukan, ditemukan bahwa kemampuan *smashatlet* bulutangkis banyuasin masih dalam kategori belum optimal, dimana penulis melihat pada saat latihan maupun pertandingan yang diikuti saat latihan dari beberapa kali percobaan *smash* tidak banyak menghasilkan *point*, *shuttlecock* masih mudah diambil bagi lawan, lalu *shuttlecock* melenceng keluar lapangan dan tidak jarang pula *shuttlecock* menyangkut di *net* bulutangkis, masih kurang tepat sasaran yang ditujuhal ini tentu merugikan *atlet* bulutangkis banyuasin. Hal ini diduga karena faktor *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan yang masih rendah, oleh sebab itu diperlukan penelitian untuk mengetahui *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan *atlet* bulutangkis di Sekolah *Badminton* Banyuasin.

Karena itu penelitian ini memilih klub SBB ( Sekolah *Badminton* Banyuasin ) sebagai tempat penelitian. Berdasarkan uraian diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Pukulan *Smash* *Atlet* Sekolah *Bulutangkis* Banyuasin”.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Adakah hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dengan pukulan *smash* pada *atlet* bulutangkis Sekolah Bulutangkis Banyuasin?
2. Adakah hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan pukulan *smash* pada *atlet* bulutangkis Sekolah Bulutangkis Banyuasin?
3. Adakah hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan pukulan *smash* pada *atlet* di Sekolah Bulutangkis Banyuasin?

## C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah :

1. untuk mengetahui hubungan antara *power* otot lengan dengan pukulan *smash* pada atlet di Sekolah Bulutangkis Banyuasin.
2. untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata tangan dengan pukulan *smash* pada atlet di Sekolah Bulutangkis Banyuasin.
3. untuk mengetahui hubungan antara *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan ketepatan pukulan *smash* pada atlet di Sekolah Bulutangkis Banyuasin.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Atlet

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan wawasan dan keterampilan tentang latihan otot lengan yang lebih baik dalam usaha meningkatkan kemampuan *smash* permainan bulutangkis.

2. Pelatih

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dan pedoman dalam melatih atlet mengenai *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan pada permainan bulutangkis.

3. Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti mengenai hubungan *power* otot lengan dan koordinasi mata tangan dengan pukulan *smash* pada permainan bulutangkis.

4. Almamater

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi untuk dilakukan penelitian selanjutnya.