BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga permainan. Bulutangkis dapat dimainkan oleh semua kalangan masyarakat, mulai dari anak-anak, remaja hingga dewasa. Olahraga bulutangkis merupakan olahraga yang cukup populer di kalangan masyarakat Indonesia. Permainan bulutangkis yang dimainkan satu lawan satu (*single*) atau dua lawan dua (*double*) dengan peraturan yang sudah ditentukan dimana cara memainkannya adalah memukul kok melewati net menggunakan raket. Di Indonesia permainan bulutangkis mengalami perkembangan yang pesat karena tidak lepas dari kerja keras pelatih, atlet, dan pengurus dalam pembinaan bulutangkis. Hal ini dapat dibuktikan dengan prestasi yang diraih dalam kejuaraan-kejuaraan yang diikuti oleh atlet bulutangkis Indonesia seperti kejuaraan *Thomas Cup, Uber Cup, All England,* bahkan *Olimpiade*. Prestasi yang diraih bukanlah hal yang cepat dan mudah, semua itu melalui proses yang panjang dan waktu yang lama. Mulai dari pemasalahan, pembibitan, hingga pembinaan secara terpadu, terarah, dan berkelanjutan.

Permainan bulutangkis memerlukan berbagai gerakan yang atraktif, gerak yang sewaktu-waktu merubah arah dapat memberikan nilai seni tersendiri dalam permainan bulutangkis. Konsentrasi dan kemampuan teknik seorang pemain dapat menunjang dalam melakukan gerakan yang cepat, lentur dan keseimbangan supaya

UNIVERSITAS BUNG HATTA

tetap terjaga. Latihan kondisi fisik yang menunjang dan terprogram akan menciptakan permainan yang

baik. Untuk mendapat penguasaan keterampilan yang baik, maka sejak dini sudah diberikan latihan teknik dasar, sehingga dengan teknik dasar yang telah dimiliki pemain akan dapat mengembangkan keterampilan bulutangkis di masa yang akan datang. Seiring dengan perkembangan teknik dasar, maka latihan kondisi fisik sudah mulai dijalani oleh anak seperti, latihan kecepatan, latihan kelentukan, latihan daya tahan, koordinasi, latihan akurasi pukulan dan latihan-latihan unsur kondisi fisik lainnya yang sesuai dengan kebutuhan seorang anak tersebut. Menurut Heri (2013) menjelaskan: Macam-macam teknik pukulan bulutangkis yang harus dikuasai adalah sebagai berikut: *smash* penuh, *smash* setengah, pukulan smas hpotong, pukulan *smash* backhand, pukulan *smash* melingkar di atas kepala. Teknik pukulan *smash* secara bertahap setiap pemain harus menguasainya dengan sempurna. Manfaatnya sangat besar, yaitu untuk meningkatkan kualitas permainan. Didalam permainan bulutangkis yang yang menjadi puncak dari permainan adalah saat melakukan *smash* penuh. Pukulan *smash* penuh adalah melakukan pukulan *smash* dengan mengayunkan pukulan-pukulan raket yang perkenaannya tegak lurus antara daun raket dengan datangnya *shuttlecock* sehingga pukulan itu dilakukan dengan tenaga penuh. Tidak hanya *smash* penuh, tetapi terdapat juga *smash* setengah. Yang mana *smash* stengah perkenaan *cock* dengan raket sedikit mering seolah menyayat atau mengiris yang mana pukulan ini dilakukan juga dengan tenaga yang penuh.

Hasil *smash* kebanyakan melebar kekanan dan kekiri, sehingga pukulan smash yang seharusnya menghasilkan poin untuk diri sendiri, justru malah lebih banyak menghasilkan poin untuk lawan. Seharusnya pukulan smash dapat menjadi senjata bagi setiap pemain untuk mematikan permainan lawan dan mendapatkan point. Pola latihan *smash* juga kurang begitu diperhatikan, latihan lebih diperbanyak pada latihan fisik dan *game*. Latihan dapat digunakan untuk melatih pukulan *smash* agar berhasil. Selain itu latihan juga bisa menghilangkan kejenuhan dan kebosanan siswa dalam latihan bulutangkis.Keberhasilan penguasaan teknik pukulan dalam permainan bulutangkis diperoleh dari latihan yang benar teratur serta didukung oleh program latihan yang tepat. Oleh karena itu, dengan modal berlatih tekun, disiplin, dan terarah di bawah bimbingan pelatih yang berkualitas, dapat menguasai berbagai teknik dasar bermain bulutangkis secara benar. Latihan ditimbulkan dengan sengaja dan cerdik oleh pelatih sehingga bentuk latihan yang beragam akan meningkatkan motivasi untuk berlatih dan pada saat berlatih, kebosanan pada saat berlatihpun tidak akan terasa.

Berdasarkan pengamatan saya dalam beberapa waktu yang lewat di SMP PGRI 1 Padang yang pada saat itu melaksanakan pengembangan diri ditemukan bahwa banyak siswa yang aktif dalam melakukan olahraga bulutangkis dan menyukai cabang olahraga ini. Namun prestasinya dalam cabang olahraga ini kurang memuaskan dan kurang membanggakan, hal ini disebabkan diantaranya karena kurang bagusnya keterampilan *smash* yang dilakukan oleh para siswa tersebut, serta kurangya latihan yang dilakukan oleh siswa-siswa. Pada saat melakukan *smash* terdapat beberapa siswa

UNIVERSITAS BUNG HATTA

yang melakukannya dengan tidak tepat. Mulai dari teknik pukulan yang salah, sasaran *smash* yang tidak tepat dan bola yang kurang keras pada saat setelah dipukul. Seperti diketahui *smash* merupakan serangan dalam bulutangkis untuk mendapatkan angka. Maka dari itu peneliti tertarik meneliti seberapa besar pengaruh latihan terhadap keterampilan smash bulutangkis di SMP PGRI 1 Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas maka diketahui permasalahan yang ada. Permasalahan tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. latihan mempengaruhi peningkatan keterampilan *smash* bulutangkis di SMP PGRI 1 Padang.
2. Terdapat latihan teknik mempengaruhi peningkatan keterampilan *smash* bulutangkis
3. Terdapat latihan kelincahan mempengaruhi peningkatan keterampilan *smash* bulutangkis
4. Terdapat latihan daya tahan mempengaruhi peningkatan keterampilan smash bulutangkis.
5. Terdapat latihan kecepatan mempengaruhi peningkatan keterampilan *smash* bulutangkis.
6. Terdapat latihan kelenturan mempengaruhi peningkatan keterampilan *smash* bulutangkis.

UNIVERSITAS BUNG HATTA

7. Terdapat latihan koordinasi mempengaruhi peningkatan keterampilan *smash* bulutangkis
8. Terdapat latihan fisik dan latihan teknik mempengaruhi peningkatan *smash* bulutangkis
9. Apa yang mempengaruhi *smash* pada bulutangkis.
10. Apa yang mempengaruhi bulutangkis di SMP PGRI 1 Padang

C. Pembatasan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah dan identifikasi masalah penelitian, maka masalah penelitian ini dibatasi pada Pengaruh Latihan *Smash* Sasaran terhadap Peningkatan Keterampilan *Smash* Bulutangkis di SMP PGRI 1 Padang.

D. Rumusan Masalah

Karena banyak dan luasnya masalah, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu: Terdapat Pengaruh Latihan *Smash* Sasaran terhadap Peningkatan Keterampilan *Smash* Bulutangkis di SMP PGRI 1 Padang.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang telah diuraikan, maka tujuan dalam penelitian ini yang hendak dicapai adalah: Untuk Mengetahui Pengaruh Latihan *Smash* Sasaran terhadap Peningkatan Keterampilan *Smash* Bulutangkis di SMP PGRI 1 Padang.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat juga:

1. Untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana S1 FKIP Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan dan Rekreasi Universitas Bung Hatta.
2. Sebagai bahan masukan bagi guru olahraga SMP PGRI 1 Padang terutama dalam pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat siswa yang dibina dan dilatih.
3. Sebagai bahan penambah/memperluas pengetahuan dan wawasan bagi penulis tentang olahraga bulutangkis.
4. Sebagai sumbangan pemikiran kepada dunia olahraga terutama pada cabang olah raga bulutangkis.

UNIVERSITAS BUNG HATTA