

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani di sekolah merupakan bagian dari tujuan Pendidikan Nasional, yang mana pengajarannya hanya mengajarkan kemampuan gerak dari keterampilan dasar olahraga sehingga prestasi olahraga tidak bisa muncul dari kegiatan olahraga karena itu diadakan ekstrakurikuler olahraga prestasi yang diselenggarakan diluar jam intrakurikuler dengan maksud menemukan dan membina bibit-bibit olahragawan dari tingkat junior.

Dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 25 ayat 4 berbunyi, "Pembinaan dan Pengembangan olahraga pendidik dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler". Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa prestasi olahraga dapat dicapai dengan baik apabila dilakukan suatu pembinaan yang terprogram dengan baik.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah merupakan program pembinaan olahraga di sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, salah satunya adalah di bidang olahraga bulutangkis. Bulutangkis adalah suatu cabang olahraga yang memukul dan menangkis *shuttlecock* yang terbuat dari bulu. Permainan ini dilakukan oleh dua orang (permainan tunggal), atau empat orang (permainan ganda).

Kemampuan teknik dasar antara satu dengan yang lain merupakan kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Tanpa menguasai kemampuan dasar atau teknik dasar bermain bulutangkis, permainan bulutangkis tidak dapat dimainkan dengan baik. Adapun teknik dasar permainan bulutangkis antara lain: servis, *smash*, pegangan raket, dan lain sebagainya. *Smash* merupakan suatu gerakan ayunan tangan yang cepat, mendadak dan menghasilkan pukulan yang sangat keras serta menerjunkan *shuttlecock* dengan curam. Tenaga yang digunakan dalam pukulan *smash* ini cukup besar, sehingga perlu perhitungan yang baik untuk menggunakan pukulan ini.

Banyak faktor yang mempengaruhi pukulan *smash*, salah satunya kekuatan otot lengan. Kekuatan otot lengan merupakan tenaga kontraksi otot lengan yang dicapai dalam sekali usaha maksimal, sehingga menjadi salah satu unsur penting dalam aktivitas olahraga.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis yang dilakukan di SMP Yabri Terpadu Pekanbaru, pada pelaksanaan ekstrakurikuler bulutangkis, terlihat bahwa hasil *smash* siswa belum maksimal. Hal ini juga dilatar belakangi oleh faktor-faktor sebagai berikut: kurangnya intensitas latihan, dalam halnya ini latihan hanya dilakukan sekali dalam seminggu. Banyaknya siswa yang biasanya bermain bulutangkis tanpa net, jadi ketika bermain dengan net dan perlengkapan lainnya menjadi canggung dan tidak terbiasa. Juga kurangnya pelatihan dari pelatih tentang kondisi fisik terutama kekuatan otot lengan, karena pelatih hanya mengajarkan dasar-dasar permainan bulutangkis.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis merasa tertarik untuk meneliti secara ilmiah tentang pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas dalam penulisan ini maka penulis mengungkapkan masalah:

1. Apakah latihan kekuatan otot lengan berpengaruh terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru?
2. Apakah penguasaan teknik dasar berpengaruh terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru?
3. Apakah kekurangan sarana berpengaruh terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru?
4. Apakah terdapat pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan tujuan penelitian yang akan peneliti teliti, baik segi waktu, tenaga dan dana yang tersedia, maka penulis membatasi masalah ini yaitu apakah terdapat pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru.

D. Perumusan Masalah

Perumusan masalah yang dapat dipaparkan dalam penelitian ini adalah apakah terdapat pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru.

E. Tujuan Penelitian

Sebagaimana telah penulis jelaskan pada masalah, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan kekuatan otot lengan terhadap hasil *smash* bulutangkis siswa ekstrakurikuler SMP Yabri Terpadu Pekanbaru.

F. Kegunaan Penelitian

Dari hasil penelitian yang penulis lakukan diharapkan dapat berguna dan bermanfaat di antaranya adalah:

1. Sebagai bahan masukan bagi pembina dan pelatih bulutangkis terutama dalam pemantauan, pemanduan, serta pengembangan, bakat dan pemilihan siswa yang akan dibina dan dilatih
2. Sebagai sumbangan pemikiran kepada dunia olahraga terutama dalam di bidang bulutangkis.
3. Untuk memperoleh pengetahuan wawasan penulis tentang olahraga bulutangkis.
4. Dapat digunakan sebagai acuan penelitian selanjutnya.
5. Untuk memenuhi salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan Universitas Islam Riau.