

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Banyak cabang olahraga yang berkembang di Indonesia baik pembinaan melalui top organisasi keolahragaan masing-masing, sekolah dan kalangan masyarakat umum salah satunya adalah bulu tangkis. Cabang olahraga bulu tangkis adalah salah satu cabang olahraga yang telah mengangkat martabat bangsa diindonesia ditingkat dunia melalui prestasi yang diciptakannya. Cabang olahraga di Indonesia cukup berkembang dengan baik, namun perkembangannya tidak merata ke daerah, seperti di daerah Riau prestasi bulu tangkis belum dapat bersaing di tingkat Nasional khususnya di Pekanbaru.

Prestasi olahraga adalah sebuah kata yang sangat mudah diucapkan dan merupakan dambaan setiap orang, namun cukup sulit untuk mencapainya. Dalam pencapaian prestasi dibidang olahraga, diperlukan pembinaan yang baik, meliputi pembinaan fisik, teknik, taktik, dan mental. Oleh karena itu untuk memenuhi hal tersebut atlet harus memiliki empat komponen prestasi yang baik, terutama kondisi fisik dan teknik. Teknik merupakan salah satu komponen yang harus mendapat perhatian serius dari pembina sebab teknik merupakan hal penting yang harus dimiliki atlet dalam meningkatkan kemampuan lainnya guna meraih prestasi yang tinggi.

Sebagaimana yang tercantum dalam Undang - Undang Nomor 3 tahun 2005 pasal 25 ayat 4 tentang sistem keolahragaan dalam sembiring (2009:16) yang berbunyi : “Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat, dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan intrakurikuler maupun ekstrakurikuler”.

Berdasarkan penjelasan diatas, bahwa pembangunan dalam bidang olahraga merupakan aspek yang tidak kalah pentingnya dibandingkan dengan pembangunan kehidupan lainnya. Hal ini disadari bahwa sukses diberbagai arena dipertandingan pada umumnya merupakan hasil perencanaan, kerja keras, komitmen, program latihan yang benar. Atlet yang sukses merupakan hasil latihan aktivitas fisik dalam mengikuti program latihan dalam jangka yang sangat panjang. Melalui olahraga akan dapat ditingkatkan kesegaran jasmani dan rohani serta pengembangan olahraga dilingkungan masing-masing, seperti kemampuan dan keterampilan dalam melakukan berbagai aktivitas, sehingga olahraga dapat berperan untuk pencapaian tujuan pembangunan nasional yang berbentuk manusia yang serasi, seimbang dan selaras sesuai dengan hakekat pengembangan manusia seutuhnya.

Dalam olahraga bulu tangkis ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain yang meliputi: pegangan raket (*grip*), olah kaki (*footwork*), teknik pukulan seperti servis, *lob*, *smash*, *drop shot* dan *drive*. Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain bulutangkis adalah teknik pukulan *lob*. Dalam melakukan pukulan *lob* ini *shuttlecock* yang dipukul haruslah jatuh jauh di belakang garis lawan hal ini sangatlah membutuhkan kekuatan dan daya ledak otot lengan yang baik, karena salah satu tujuan dari pukulan *lob* ini membuat lawan bergerak kebelakang sehingga memperluas daerah sasaran pukulan berikutnya.

Dengan keadaan *shuttlecock* yang melambung rendah dan tanggung di daerah lawan tersebut mengakibatkan lawan akan lebih leluasa melakukan pukulan *smash* ke daerah kita sehingga dalam usaha pengembalian *shuttlecock* ke daerah lawan menjadi sulit. Ketidakmampuan atlet dalam melakukan pukulan *lob* secara optimal merupakan masalah yang sangat penting dalam bermain bulutangkis. Kekalahan dalam bermain bulutangkis banyak disebabkan oleh *shuttlecock* yang diarahkan tidak sesuai dengan yang seharusnya, sehingga pukulan yang

dihasilkan menjadi masalah bagi atlet dalam memperoleh keberhasilan dalam bermain bulutangkis. PB.Mandiri Pekanbaru merupakan club bulu tangkis yang sering megikuti ivent turnamen yang diadakan club – club ataupun persatuan bulu tangkis dipekanbaru.

Ada beberapa faktor yang perlu mendapatkan perhatian bagi pelatih atau bagi pembina baik untuk anak yang berprestasi maupun untuk pemain pemula yang dimiliki antara lain: cara pembinaan yang intensif, sarana dan prasarana, pelatih yang berpengalaman, postur tubuh yang baik dan kelenturan yang membantu kinerja pemain dalam bulu tangkis.

Saat melakukan observasi dilapangan PB. Mandiri saat melakukan latihan masih banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan atlet atau siswa tersebut dalam menyelesaikan gerakan pukulan *lob*. Mulai dari pada saat mengambil sikap awal, ketepatan pada saat melakukan pukulan *lob*, daya ledak otot lengan dan bahu yang belum maksimal dan kelenturan pada saat melakukan *smash*, sehingga hasil dalam pertandingan selalu mengalami kekalahan. Dalam melakukan pukulan *lob* dibutuhkan koordinasi yang bagus dari semua anggota gerak dan untuk mendapatkan hasil yang maksimal maka dibutuhkan teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik. Kemampuan pukulan *lob* pada PB. Mandiri kurang baik, seperti bola yang dipukul tidak sampai, bola keluar dari lapangan dan tidak tepat pada sasaran. Dengan adanya pembinaan dan latihan yang intensif diharapkan pada atlet-atlet mampu melakukan pukulan *lob* dengan baik dan memperoleh hasil yang baik pula. Hal tersebut didukung oleh atlit-atlit yang memiliki kondisi fisik yang bagus.

Berdasarkan apa yang telah diterangkan diatas dapat dilihat bahwa, keberhasilan seorang atlet mencapai hasil yang baik dalam pukulan *lob* banyak faktor yang mempengaruhinya salah satunya adalah kondisi fisik yang bagus, karena bulu tangkis merupakan olahraga yang dominan membutuhkan kondisi fisik. Salah satu komponen kondisi fisik adalah daya ledak otot lengan

dan bahu yang sangat dibutuhkan dalam pelaksanaan gerakan pukulan *lob*. Hal ini dapat diharapkan dapat memberikan pengaruh yang berarti dalam rangka meningkatkan kemampuan-kemampuan pada atlet PB. Mandiri Pekanbaru. Kompleknya faktor-faktor yang dapat menentukan kualitas kemampuan pukulan *lob* maka penelitian ini akan melihat seberapa besar pengaruh latihan daya ledak otot lengan dan bahu terhadap kemampuan pukulan *lob*. Sehingga hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengaruh terhadap prestasi di PB. Mandiri pekanbaru. Melalui penjelasan diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian seberapa besar “Kontribusi Daya ledak Otot Lengan dan Bahu terhadap Kemampuan Pukulan *Lob* Atlet Bulutangkis PB. Mandiri Pekanbaru”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan pukulan *lob* seorang pemain bulutangkis. Faktor-faktor tersebut dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah terdapat kontribusi daya ledak otot lengan dan bahu dengan kemampuan pukulan *lob* atlit PB. Mandiri Pekanbaru?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi dengan hasil pukulan *lob* atlit PB. Mandiri Pekanbaru?
3. Apakah terdapat kontribusi daya tahan dengan hasil pukulan *lob* atlit PB. Mandiri Pekanbaru?
4. Apakah terdapat kontribusi kecepatan bermain bulutangkis dengan hasil pukulan *lob* atlit PB. Mandiri Pekanbaru?
5. Apakah kontribusi latihan kelincahan dengan hasil pukulan *lob* atlit PB. Mandiri Pekanbaru?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan indentifikasi masalah diatas banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan pukulan *lob*, namun agar lebih fokusnya penelitian ini penulis membatasi Pada kontribusi daya ledak otot lengan dan bahu dengan kemampuan pukulan *lob* atlet bulutangkis PB. Renaya Pekanbaru.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat dirumuskan masalah yaitu Apakah terdapat Kontribusi daya ledak otot lengan dan bahu dengan kemampuan pukulan *lob* atlet bulutangkis PB. Mandiri Pekanbaru?

E. Tujuan Penelitian

Penelitian yang akan dilakukan bertujuan untuk mengetahui Kontribusi Daya ledak otot lengan dan bahu dengan kemampuan pukulan *lob* atlet bulutangkis PB. Mandiri Pekanbaru.

F. Manfaat Penelitian

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan masukan yang berguna :

1. Bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir perkuliahan dan memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana.
2. Bagi pelatih untuk dapat memperhatikan komponen kondisi fisik khususnya daya ledak otot lengan dan bahu yang dihubungkan dengan hasil pukulan *lob*.
3. Bagi atlet bulutangkis PB. Mandiri Pekanbaru untuk lebih meningkatkan kemampuan daya ledak otot lengan dan bahu terhadap hasil pukulan *lob* dalam bulutangkis.
4. Bagi atlet dan mahasiswa untuk mengembangkan latihan daya ledak otot lengan dan bahu dengan hasil pukulan *lob* dalam bulutangkis.

5. Bagi mahasiswa FKIP Universitas Islam Riau dalam mengembangkan olahraga bulutangkis.
6. Bagi mahasiswa sebagai bahan referensi di Perpustakaan Jurusan Penjasokesrek Universitas Islam Riau

