

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga bulutangkis dari tahun ke tahun makin meningkat, Olahraga bulutangkis juga menjadi olahraga yang di gemari semua kalangan, mulai dari anak-anak, remaja, dan orang tua. Karena olahraga bulutangkis mudah di mainkan, dengan alat yang di gunakan sebagai berikut: raket, *shuttlecock*, net dan lapangan. Dengan hal tersebut kita sudah bisa bermain bulutangkis baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan. Permainan bulutangkis sebagai olahraga prestasi mendapat perhatian yang cukup besar dari masyarakat yang di tunjukkan dengan dukungan dan pembinaan melalui wadah yang di lakukan oleh pengurus cabang Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI).

Untuk bisa bermain bulutangkis dengan baik, seorang pemain harus memiliki kemampuan seperti fisik yang baik, penguasaan teknik dasar yang baik. Selain itu, jika pemain ingin lebih dari hanya bisa bermain, maka harus juga memiliki taktik dan mental bertanding yang baik pula. Salah satu kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang pemain untuk bisa bermain bulutangkis seperti yang disampaikan di atas adalah memiliki teknik dasar bulutangkis yang baik. Teknik dasar dalam permainan bulutangkis menurut (Hidayat, Cucu dan Nanang, 2015) terdiri dari:

- 1) Pegangan raket (*grip*)
- 2) Kerja kaki (*Footwork*)
- 3) Servis (*service*)
- 4) Pukulan dari bawah (*underhand*)
- 5) Pukulan tinggi ke belakang (*overhead clear/lob*)
- 6) Pukulan melingkar di atas kepala (*round the head clear/lob/drop/smash*)
- 7) Pukulan keras dan menukik (*smash*)
- 8) Pukulan potong (*dropshot*)
- 9) Pukulan dekat net (*netting*)
- 10) Pengemblian smash (*return smash*)
- 11) Pukulan *backhand* di atas kepala (*backhand overhead*)
- 12) Pukulan cepat dan mendatar (*drive*) (hlm 5).

Salah satu teknik dasar bulutangkis yang harus dikuasai adalah pukulan. Jenis – jenis pukulan yang harus di kuasai menurut (Hidayat, Cucu dan Nanang 2015) dijelaskan sebagai berikut : “*service, lob, dropshot, smash, netting, underhand, dan drive*” (hlm 5).

Salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai atlet adalah teknik servis, teknik servis merupakan teknik yang dapat memulai dan menentukan jalannya permainan. Menurut (Sukinta) “Jika ditinjau dari sudut taktik servis merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar pemain berhasil meraih kemenangan”. Dengan demikian, jika pemain memiliki kemampuan servis yang baik, maka dapat membantu pemain untuk mendapatkan poin dalam permainan. Sebaliknya, jika pemain memiliki kemampuan servis kurang baik, lawan dapat memanfaatkannya dan bisa dengan mudah mendapatkan poin. Oleh karena itu, atlet dituntut untuk menguasai semua teknik dasar bulutangkis.

Servis dalam permainan bulutangkis terdiri dari tiga jenis servis, yaitu servis pendek, servis panjang dan *flick* atau servis setengah tinggi. Namun, servis yang biasanya digabungkan ke dalam jenis atau bentuk yaitu servis *forehand* dan servis *backhand*. Masing-masing jenis ini bervariasi pelaksanaannya sesuai dengan situasi permainan di lapangan. Salah satu servis yang sering digunakan dalam permainan bulutangkis adalah servis pendek khususnya sering digunakan oleh atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi. Sekarang servis pendek bukan hanya dipergunakan dalam permulaan permainan ganda akan tetapi sering juga dipergunakan dalam permulaan permainan nomor tunggal. Dengan demikian, servis pendek penting dipelajari dan dikuasai oleh para pemain bulutangkis karena dengan melakukan servis pendek yang baik akan menjadi sebuah serangan awal. Servis pendek yang baik jatuh di depan daerah servis lapangan lawan akan menyulitkan pemain lawan untuk menjangkau serta melakukan serangan dan pengembalian *shuttlecock* kemungkinan besar akan terangkat (tanggung) dan mudah bagi seorang pemain untuk menguasai bola.

Untuk dapat melakukan servis pendek dengan baik, tentu seorang pemain harus menguasai bagaimana cara/teknik dasar servis pendek mulai dari pegangan, saat perkenaan sampai *follow through* atau gerak lanjutnya. Tidak hanya komponen

penguasaan teknik saja yang harus dikuasai oleh seorang pemain bulutangkis tetapi komponen kondisi fisik menjadi penunjang dalam pencapaian suatu gerakan khususnya dalam permainan bulutangkis. Menurut (Hidayat dan Nanang, 2013).

Pebulutangkis harus mempunyai kualitas kebugaran jasmani yang prima. Ini akan berdampak positif pada kebugaran mental, psikis yang akhirnya berpengaruh langsung pada penampilan teknik bermain. Itulah sebabnya pebulutangkis sangat membutuhkan kualitas daya tahan jantung paru, fleksibilitas, kekuatan, stamina, *power*, daya tahan otot, kecepatan, kelincahan, dan koordinasi gerak yang baik agar mampu bergerak dan bereaksi untuk menjelajahi setiap sudut lapangan selama pertandingan. (hlm.32).

Pada saat melakukan servis pendek, ada komponen kondisi fisik yang berperan yaitu fleksibilitas bergelangan tangan dan koordinasi mata tangan. Menurut (Hidayat dan Nanang, 2013) mengemukakan bahwa “fleksibilitas adalah kemampuan ruang gerak persendian, artinya semakin luas gerakan yang bisa dilakukan oleh setiap persendian maka orang tersebut semakin fleksibel atau lentur” (hlm.33). Fleksibilitas yang dimaksud dalam penelitian ini adalah fleksibilitas pergelangan tangan terhadap pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis. Servis pendek yang baik adalah servis pendek yang arah *shuttlecock* nya melewati net dengan tipis dan jatuhnya *shuttlecock* dekat dengan garis depan servis. Untuk mengecoh pemain lawan, maka servis pendek dapat dilakukan baik secara lurus (tengah), maupun ke samping kanan atau kiri. Untuk mengarahkan *shuttlecock* ke kanan dan kiri pada saat servis diperlukan fleksibilitas pergelangan tangan sehingga arah *shuttlecock* sulit ditebak oleh lawan. Dengan memiliki fleksibilitas pergelangan tangan yang baik, seorang pemain akan dengan mudah mengarahkan *shuttlecock* pada saat servis pendek baik lurus maupun ke samping, jika fleksibilitas seorang pemain bagus maka berpengaruh terhadap gerakan khususnya pukulan servis pendek *backhand*.

Menurut (Hua dan Aryanto 2007) “Karena bulutangkis banyak menggunakan pergelangan tangan”. Ada beberapa keuntungan bagi atlet yang mempunyai kualitas fleksibilitas yang baik, antara lain yaitu:

- 1) akan memudahkan atlet dalam menampilkan berbagai kemampuaengerak dan keterampilan.
- 2) menghindarkan diri dari kemungkinan terjadinya cedera pada saat melakukan aktivitas fisik
- 3) memungkinkan atlet dapat melakukan gerak yang *ekstrem*.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa fleksibilitas merupakan kemampuan untuk menggerakkan sesuatu agar tidak kaku. Hal ini berpengaruh pada saat melakukan servis pendek *backhand* karena pergelangan tangan akan menghasilkan gerakan yang lentur dan fleksibel dimana *shuttlecock* akan terjatuh di tempat yang diinginkan. Berdasarkan uraian di atas, bahwa semakin lentur fleksibilitas pergelangan tangan maka hasil pukulan servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis pasti akan lebih bagus pula dan mendapatkan hasil yang maksimal.

Kondisi Fisik lain yang berperan dalam melakukan servis pendek adalah koordinasi mata tangan. Menurut (Badriah 2011) mengemukakan bahwa :

Koordinasi adalah kemampuan tubuh untuk melakukan berbagai gerakan dalam satu pola gerakan secara sistematis dan kuntu atau hal yang menyatakan hubunga harmonis dalam berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan. Koordinasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah koordinasi mata tangan terhadap pukulan servis pendek (hlm.40).

Hal ini merupakan tahap yang krusial karena jarak antara *shuttlecock* dan raket cukup dekat sehingga koordinasi antara mata dan tangan harus baik agar perkenaan shuttlecock dan raket tepat. Dengan memiliki koordiansi mata tangan yang baik, seorang atlet/pemain bulutangkis akan mampu melakukan perkenaan raket dan *shuttlecock* dengan tepat, Kordinasi merupakan kemampuan untuk mengontrol gerakan tubuh. Seseorang dikatakan mempunyai koordinasi baik bila mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam rangkaian gerakan, iramanya terkontrol dengan baik serta mampu melakukan gerakan yang efisien. Berdasarkan

kesimpulan di atas, peneliti mengambil kesimpulan bahwa kordinasi mata tangan ialah kemampun untuk mengontrol tubuh saat memukul shuttlecock dengan cepat supaya dapat melakukan pukulan servis pendek *backhand* dengan tepat dan sempurna.

Maksud dari hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan mata tangan terhadap kemampuan dalam menghasilkan gerakan yang selaras. Hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan penting untuk menunjang gerakan yang dihasilkan, dengan adanya dua komponen tersebut maka harus di adakan penelitian secara komprehensif untuk mengetahui hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan tersebut.

Tentunya dengan proses latihan yang teratur dan disiplin maka akan mendapatkan hasil yang cukup memuaskan. Salah satunya dalam penguasaan teknik pukulan khususnya pukulan servis pendek.

Berdasarkan pengamatan dan observasi secara langsung di lapangan masih terdapat beberapa atlet khususnya atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi yang masih melakukan kesalahan pada saat melakukan pukulan servis pendek, baik dari segi ketepatan akurasi atau keselarasan pukulan yang hasilnya *shuttlecock* yang di pukul masih ada beberapa yang tidak melewati garis servis depan atau hasil pukulan yang masih nyangkut di jaring net, dari latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “**Hubungan Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Koordinasi Mata Tangan Dengan Hasil Pukulan Servis Pendek Bulutangkis**”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan Latar Belakang yang sudah di paparkan, rumusan masalah yang penulis ajukan:

- 1) Apakah terdapat hubungan fleksibilitas pergelangan tangan dengan hasil pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi?
- 2) Apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan dengan hasil pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi?

3) Apakah terdapat hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasimata tangan secara bersama-sama dengan hasil pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari pemahaman yang salah terhadap istilah yang di gunakan dalam penelitian ini, maka penulis menjelaskan istilah yang di gunakan supaya lebih oprasional adalah sebagai berikut:

1) “Fleksibilitas adalah kemampuan jaringan atau otot untuk mengulur secara maksimal sehingga tubuh dapat bergerak dengan *full range of motion* tanpa disertai nyeri atau hambatan” (Wismanto, 2011). Yang dimaksud fleksibilitas dalam penelitian ini adalah ruang gerak sendi yang luas dan mempunyai otot - otot yang elastis atau lentur khususnya pergelangan tangan.

2) Koordinasi menurut Badriah, (2011) berpendapat yaitu “Kemampuan tubuh untuk melakukan berbagai macam gerakan dalam satu pola gerakan secara sistematis dan kontinu atau hal yang menyatakan hubungan harmonis dari berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan” (hlm 40). Koordinasi yang di maksud dalam penelitian ini adalah koordinasi mata tangan saat melakukan pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis.

3) Menurut Manurung (2018) servis pendek didefinisikan sebagai suatu pukulan layanan yang mengarahkan *shuttlecock* ke dekat net dan mendarat sedekat mungkin ke garis servis lawan serta membutuhkan konsentrasi yang baik agar pelayanan dapat berjalan dengan baik. Servis pendek dalam permainan bulutangkis pada umumnya pukulan servis yang dilakukan adalah tipis diatas net dan jatuhnya *shuttlecock* dekat garis servis depan daerah servis lawan. Teknik servis ini sekarang bukan hanya digunakan oleh pemain ganda, tapi pemain tunggal pun sudah banyak yang menggunakan teknik ini pada saat melakukan servis. Servis pendek dalam permainan bulutangkis terbagi menjadi 2 jenis, yaitu : Servis pendek *Backhand* dan Servis pendek *forehand*. Kedua jenis servis pendek ini digunakan sesuai situasi dilapangan, pada penelitian ini penulis akan membuat penelitian servis pendek *backhand* pada permainan bulutangkis.

4) Menurut Faruq M. Muhyi (2008:66) adalah “servis pendek merupakan pukulan yang dilakukan dengan cara *backhand*, pemain mengambil posisi siap dalam keseimbangan badan yang baik, si pemukul bola memegang raket dengan tangan terkuat dimana permukaan raket menghadap ke depan agak ke atas sedikit dan posisi bola berada di atas permukaan raket”. Pada umumnya servis ini dilakukan setipis mungkin dengan net dan garis depan lapangan selain digunakan untuk memulai permainan, Servis pendek *backhand* juga salahsatu jenis servis yang dapat menyulitkan pemain lawan sehingga tidak mudah untuk dikembalikan.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan fleksibilitas pergelangan tangan dengan hasil pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.
- 2) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan dengan hasil pukulan servis servis pendek dalam permainan bulutangkis di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.
- 3) Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan fleksibilitas pergelangan tangan dan mata tangan secara bersama-sama dengan hasil pukulan servis pendek dalam permainan bulutangkis di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.

1.5 Manfaat Penelitian

Secara teoritis hasil dari penelitian ini dapat memberikan masukan serta informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan hasil pukulan servis pendek bulutangkis supaya lebih baik, menambah ilmu pengetahuan dan mempertahankan teori-teori yang sudah ada.

Secara Praktis dapat membantu pelatih, pembina dan guru olahraga untuk meningkatkan ilmu dan keterampilan khususnya teknik dasar servis pendek dalam permainan bulutangkis, supaya dapat meningkatkan prestasi.