

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga dari tahun ke tahun semakin mengalami peningkatan, salah satunya adalah olahraga bulutangkis. Olahraga bulutangkis banyak digemari oleh kalangan pria maupun wanita, mulai dari anak-anak, dewasa, hingga orang tua, berbadan kurus, tinggi, gemuk maupun pendek. Olahraga bulutangkis mudah untuk dimainkan, alat yang digunakan yaitu sebagai berikut : raket, *shuttlecock*, net, dan lapangan dengan alat tersebut kita dapat bermain bulutangkis baik di dalam ruangan maupun di luar ruangan.

Olahraga bulutangkis dapat dipertandingkan pada tingkat lokal, nasional hingga tingkat internasional. Olahraga bulutangkis mendapatkan perhatian yang sangat besar sebagai olahraga prestasi yang dapat ditunjukan dengan adanya dukungan dan pembinaan melalui wadah organisasi pengurus cabang Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI) baik pada tingkat anak usia dini hingga tingkat dewasa.

Bulutangkis adalah salah satu aktifitas permainan yang menggunakan sebuah raket dan *shuttlecock* yang dipukul melewati sebuah net yang dilakukan oleh dua sampai empat orang. Tujuan dari permainan bulutangkis adalah untuk mendapatkan angka (point) apabila *shuttlecock* tersebut jatuh pada area lapangan lawan. Dalam permainan bulutangkis terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik oleh seseorang yang memainkannya.

Menurut Hidayat, Cucu dan Kusnadi, (2015, hlm. 6-33) teknik dasar permainan bulutangkis 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) Pengembalian smash (*Return smash*)
- 11) Pukulan backhand di atas kepala (*Backhand overhead*)
- 12) Pukulan cepat dan mendatar (*Drive*).

Dari beberapa teknik dasar terdapat salah satu teknik yang harus dikuasai dalam permainan bulutangkis, yaitu teknik servis. Servis menurut Rinaldi (2020, hlm. 56) adalah “langkah awal untuk memainkan bulutangkis. Pukulan servis yang baik bisa menjadi kunci keberhasilan untuk mendapatkan angka. Servis dilakukan dari satu sisi lapangan menyilang menyebrang jaring net ke arah permainan lawan. Artinya, seseorang yang bermain bulutangkis harus memiliki kemampuan teknik servis yang baik, karena dalam permainan bulutangkis servis merupakan teknik dasar yang penting dan merupakan modal awal dalam memulai suatu permainan 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 dilapangan. Salah satu servis yang sering digunakan dalam permainan bulutangkis adalah servis pendek khususnya sering digunakan oleh atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.

Menurut Poole (Ardyanto, 2018) menerangkan bahwa servis pendek yaitu melakukan pukulan dengan menggunakan raket lalu mengarahkan *shuttlecock* secara diagonal dengan tujuan sebagai pembuka permainan bulutangkis. Dapat dikatakan pukulan servis pendek menentukan bagaimana pola permainan, dan menjadi strategi pemain pada saat pertandingan. Pukulan servis pendek juga sering digunakan oleh pemain tunggal untuk mengawali permainan. Menurut Yuliawan Dhedhy, (2019)

mengatakan Servis pendek merupakan pukulan dimana shuttlecock diarahkan tipis melintasi net serta mengarahkan kok kesudut garis servis depan. Karakter servis pendek yang menyisir tipis diatas net maka lawan menjadi kesulitan dan tidak dapat melakukan serangan.

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.

Menurut (Poole 2016) pukulan servis merupakan pukulan pertama yang mengawali suatu permainan bulutangkis. Pukulan ini boleh dilakukan baik dengan forehand maupun *backhand*. Pukulan servis *forehand* banyak digunakan dalam permainan tunggal, sedangkan pukulan servis *backhand* umumnya digunakan dalam permainan ganda. Meskipun demikian mengingat semakin berkembangnya permainan menyerang dengan smash tajam bahkan dapat dilakukan dengan sempurna dari daerah belakang oleh beberapa pemain serang handal dewasa ini banyak pula pemain tunggal yang melancarkan pukulan servis pendek dengan *backhand* yang rendah dan pendek.

Untuk mendapatkan servis pendek *backhand* yang 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, *backhand* ada komponen kondisi fisik yang berperan yaitu koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan. Koordinasi menurut (Badriah 2011) adalah "kemampuan tubuh untuk melakukan berbagai gerakan dalam satu pola gerakan secara sistematis dan kontinu atau hal yang menyatakan hubungan harmonis dalam berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan. Koordinasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah koordinasi mata tangan terhadap pukulan servis pendek *backhand*. (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. Seorang atlet dengan koordinasi yang baik bukan hanya mampu melakukan suatu keterampilan secara sempurna, akan tetapi juga mudah dan cepat mempelajari dan menguasai suatu keterampilan yang baru dan asing baginya. Atlet yang punya koordinasi baik adalah atlet yang juga mampu mengubah dan berpindah secara cepat dari pola gerak satu ke pola gerak yang lain sehingga gerakannya menjadi efisien. Keterampilan atau *skill*-nya sendiri bisa melibatkan koordinasi mata-tangan (*eye hand coordination*) misalnya dalam melempar suatu objek ke suatu sasaran tertentu (*pitching*). Dengan demikian koordinasi mata-tangan di dalam teknik servis pendek *backhand* permainan bulutangkis sangat diperlukan untuk memperkirakan tenaga yang harus dikeluarkan ketika melakukan servis pendek *backhand*. Kemampuan ini akan membuat bola meluncur dan mendarat setipis mungkin dibelakang garis batas servis depan. Terkadang hal ini akan membuat lawan menjadi ragu untuk menerima dan bukan tidak mungkin dapat menghasilkan skor hanya bermodal servis pendek *backhand* saja.

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 *backhand* dalam permainan bulutangkis. Servis pendek *backhand* yang baik adalah servis yang arah *shuttlecock* nya melewati net dengan tipis dan jatuhnya *shuttlecock* dekat dengan garis depan servis. Untuk mengecoh pemain lawan, maka servis pendek *backhand* 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 akan memudahkan atlet dalam menampilkan berbagai kemampuan gerak dan keterampilan, menghindarkan diri dari kemungkinan terjadinya cedera pada saat melakukan aktivitas fisik, 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.

Maksud dari hubungan antara koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan terhadap kemampuan dalam menghasilkan gerakan yang selaras. Hubungan antara koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan penting

untuk menunjang gerakan yang dihasilkan, dengan adanya dua komponen tersebut maka harus di adakan penelitian secara komprehensif untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan tersebut.

Menurut hasil pengamatan penulis memang sudah banyak yang mengangkat topik permasalahan ini diantaranya, penelitian dari sodara Ardi Agustiansyah Rasyid Ardi dengan judul Hubungan Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Pendek Bulutangkis (Studi pada peserta ekstrakurikuler di MTs Negeri 03 Kabupaten Sukabumi) menyatakan ada hubungan yang signifikan antara fleksibilitas dan kekuatan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan pukulan servis pendek (Y) dan penelitian dari sodara Syafruddin dengan judul Hubungan Antara Fleksibilitas Pergelangan Tangan dan Koordinasi Mata Tangan dengan Kemampuan Servis Pendek dalam Permainan Bulutangkis Pada Siswa Smp Kristen Yatiba Tinoor menyatakan terdapat hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan secara bersama-sama dengan kemampuan pukulan servis pendek pada siswa putera SMP Kristen Yatiba Tinoor. Di UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi untuk anggota tahun akademik 2023/2024 belum ada data tentang hubungan koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan dengan hasil servis pendek *backhand* bulutangkis sehingga peneliti sangat tertarik untuk membuat penelitian ini guna mengetahui apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan dengan keberhasilan servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Hubungan Koordinasi Mata Tangan Dan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Dengan Hasil Servis Pendek *Backhand* Bulutangkis pada Atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah penulis paparkan, rumusan masalah yang penulis ajukan:

- 1) Apakah ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan hasil servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2023/2024?
- 2) Apakah ada hubungan yang signifikan antara fleksibilitas pergelangan tangan dengan hasil servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2023/2024?
- 3) Apakah ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan secara bersama-sama dengan hasil servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2023/2024?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahan dalam penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, berikut penulis jelaskan maksud istilah-istilah tersebut :

- 1) Koordinasi menurut Harsono (2018, hlm. 159) adalah "suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks. Koordinasi erat hubungannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan fleksibilitas (Bompa: 1994), dan sangat penting untuk mempelajari dan menyempurnakan teknik dan taktik. Barrow dan McGee (1979) malah menambahkan bahwa dalam koordinasi termasuk juga agilitas, *balance* (keseimbangan), dan *kinesthetic sense*".
- 2) Fleksibilitas atau kelenturan menurut Sidik, Pesurnay, dan Afari (2019, hlm 83) adalah "kemampuan tubuh untuk melakukan gerakan yang seluas-luasnya (*widest*) dalam ruang gerak persendian, dan sangat didukung oleh dan tergantung pada elastisitas otot, tendon, dan ligamen. Elastisitas otot dapat ditingkatkan melalui latihan-latihan peregangan (*stretching exercises*) juga melibatkan pelatihan pada komponen kekuatan".
- 3) Servis menurut Rinaldi (2020, hlm. 56) adalah "langkah awal untuk memainkan bulutangkis. Pukulan servis yang baik bisa menjadi kunci keberhasilan untuk

mendapatkan angka. Servis dilakukan dari satu sisi lapangan menyilang menyebrang jaring net ke arah permainan lawan.

1.4 Tujuan Penelitian

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

- 1) Untuk mengetahui signifikansi hubungan koordinasi mata tangan dengan hasil servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2023/2024.
- 2) Untuk mengetahui signifikansi hubungan fleksibilitas pergelangan tangan dengan hasil servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2023/2024.
- 3) Untuk mengetahui signifikansi hubungan mata tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan secara bersama-sama dengan hasil servis pendek *backhand* dalam permainan bulutangkis atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi Tahun Akademik 2023/2024.

1.5 Manfaat Penelitian

Maksud penulis melakukan penelitian ini yaitu berharap menghasilkan sesuatu yang bermanfaat baik secara praktis ataupun secara teoritis.

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat memberikan masukan dan informasi bermanfaat untuk meningkatkan hasil pukulan servis pendek *backhand* bulutangkis dan memperbanyak ilmu keolahragaan, serta dapat mendukung dan mempertahankan teori yang sudah ada.

Secara praktis dapat membantu untuk para pelatih, pembina dan guru dalam meningkatkan keterampilan khususnya dalam permainan bulutangkis, hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan antara koordinasi mata tangan dan keterampilan fleksibilitas pergelangan tangan sehingga mampu menghasilkan servis pendek yang baik dan benar.