

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai banyak manfaat bagi seorang individu, yaitu dapat menjaga kesehatan atau kebugaran tubuh. Manfaat yang ada pada olahraga akan tercapai bila melakukannya dengan teratur, salah satunya dengan rutin melakukan olahraga bulutangkis. Bulutangkis menjadi salah satu olahraga populer di Indonesia yang diminati oleh berbagai kalangan masyarakat mulai dari anak-anak, remaja dan dewasa baik dari laki-laki maupun perempuan. Olahraga bulutangkis ini 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.

Permainan bulutangkis di Indonesia bisa sebagai olahraga prestasi yang mendapat perhatian cukup besar dari masyarakat yang di tunjukkan dengan dukungan dan pembinaan melalui wadah yang di lakukan oleh pengurus cabang Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI) baik pada tingkat anak usia dini hingga dengan tingkat dewasa. Terbukti dengan dukungan dan pembinaan yang baik tersebut, Indonesia bisa mencetak atlet yang berprestasi di kancah Internasional.

Bulutangkis adalah salah satu aktifitas permainan yang menggunakan sebuah raket dan *shuttlecock* yang dipukul melewati sebuah net yang dilakukan oleh dua sampai dengan empat orang. Tujuan dari permainan bulutangkis adalah untuk mendapatkan angka (*point*) apabila *shuttlecock* tersebut jatuh pada area lapangan lawan. Permainan ini berlaku untuk putra dan putri dengan permainan tunggal (*Single*), Ganda (*Double*), dan Ganda campuran (*Mix double*). Dalam permainan bulutangkis terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik oleh seseorang yang memainkannya. Teknik dasar dalam permainan bulutangkis yang harus dikuasai menurut Suardi (2018, hlm74) “dalam permainan bulu tangkis ada beberapa teknik yang harus dikuasai oleh pemain antara lain: (1) Servis; (2) Lob; (3) Dropshot; (4) Smash; (5) Drive (datar); Net Shot (net play)”.

Dari beberapa teknik dasar yang sudah disebutkan, terdapat salah satu teknik yang harus dikuasai dalam permainan Bulutangkis, yaitu Pukulan *Dropshot*. Menurut (Hidayat dan Kusnadi, 2013) “*Dropshot* adalah pukulan yang dilakukan seperti *smash*. Perbedaannya pada posisi raket saat perkenaan dengan *shuttlecock*. *Shuttlecock* dipukul dengan dorongan dan sentuhan yang halus. *dropshot* (pukulan potong) yang baik adalah apabila jatuhnya bola dekat dengan net dan tidak melewati garis ganda” (hlm. 26).

Berdasarkan pendapat diatas, penulis bisa menyimpulkan bahwa pukulan potong (*dropshot*) adalah pukulan yang dilakukan dengan cara menjatuhkan atau menempatkan posisi *shuttlecock* sedekat mungkin dengan net. Pukulan potong (*dropshot*) ini hampir sama dengan pukulan keras dan menukik (*smash*), perbedaannya ada pada saat dipukulnya *shuttlecock* yaitu pada pukulan potong (*dropshot*) ini dipukul dengan cara memberikan dorongan dan sentuhan yang halus atau pelan. Pukulan *dropshot* dalam permainan bulutangkis sangat penting yang artinya seorang pemain dapat melakukan pukulan *dropshot* sebagai cara atau upaya untuk melakukan serangan dan dapat mengalihkan pergerakan lawan sehingga dapat mudah terkecoh dan lawan sulit menjangkau dan mengembalikan *shuttlecock*. Dalam melakukan pukulan *dropshot* dengan teknik gerakan yang benar dan konsentrasi yang tinggi maka hasil pukulannya dapat memaksa lawan untuk berlari dan dapat mendesak lawan sehingga posisi lawan yang tadinya stabil dapat berubah menjadi labil.

Selain komponen penguasaan teknik yang harus dikuasai oleh seorang pemain bulutangkis, komponen kondisi fisik juga menjadi penunjang dalam pencapaian suatu gerakan khususnya dalam permainan bulutangkis. Menurut (Hidayat dan Kusnadi, 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 pukulan *dropshot*, ada beberapa komponen kondisi fisik yang berperan diantaranya koordinasi mata-tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan. Menurut (Badriah 2011) Koordinasi 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. (hlm.40). Koordinasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah koordinasi mata dan tangan yaitu kemampuan mata-tangan dalam menghasilkan gerakan yang harmonis pada saat melakukan pukulan *dropshot*. Koordinasi mata-tangan mempunyai peran yang penting dalam melakukan pukulan *dropshot* yaitu pada saat perkenaan raket dengan *shuttlecock*, selain itu koordinasi mata-tangan yang baik akan menambah keakuratan dalam penempatan bola ke arah yang diinginkan atau dituju. Peran koordinasi mata dan tangan juga akan mempengaruhi seberapa baik ketepatan sentuhan raket dengan *shuttlecock* pada saat melakukan *dropshot*.

Komponen kondisi fisik lain yang berperan dalam melakukan *dropshot* yaitu fleksibilitas pergelangan tangan. Menurut (Hidayat dan Kusnadi, 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 *dropshot* dalam permainan bulutangkis. Pukulan *dropshot* yang baik yaitu apabila posisi jatuhnya bola dekat dengan net dan tidak melewati garis ganda, karena hal tersebut dapat menyulitkan lawan dalam mengembalikan bola. Untuk menghasilkan pukulan *dropshot* yang mematikan lawan, fleksibilitas pergelangan tangan berperan penting dalam menentukan arah posisi bola yang sulit ditebak dan jauh dari jangkauan lawan sehingga bisa menyulitkan lawan untuk mengembalikan bola. Dengan memiliki fleksibilitas pergelangan tangan yang baik, seorang pemain akan dengan mudah mengarahkan *shuttlecock* pada saat melakukan pukulan *dropshot*.

Sejumlah penelitian sebelumnya telah menginvestigasi topik ini dengan beragam pendekatan dan metode. Penelitian oleh penulis tahun 2024 menyoroti hubungan koordinasi mata-tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan dengan

pukulan *dropshot* bulutangkis atlet UKM Bulutangkis UNSIL, sementara itu studi Ikbal Herdiansyah tahun 2022 fokus pada kontribusi fleksibilitas pergelangan tangan dan koordinasi mata-tangan terhadap pukulan *dropshot* bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis UNSIL. Meskipun telah ada upaya-upaya sebelumnya, penelitian ini berusaha untuk mengetahui signifikansi hubungan koordinasi mata-tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan dengan pukulan *dropshot* bulutangkis, dimana objek penelitian ini yaitu atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi tahun ajaran 2024-2025.

Sesuai dengan observasi yang telah saya lakukan kepada atlet UKM Bulutangkis UNSIL tahun akademik 2024-2025, dimana saya melakukan observasi ini pada saat pertandingan UNY Eagle Open dan USM Cup, dimana pukulan *dropshot* seorang atlet ini sangat mempengaruhi performa atlet saat di lapangan.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, penulis sangat tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai “Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Dengan Pukulan *Dropshot* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet UKM Bulutangkis UNSIL”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dipaparkan, berikut rumusan masalah yang penulis ajukan :

- 1) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dengan pukulan *dropshot* dalam permainan bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi?
- 2) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara fleksibilitas pergelangan tangan dengan pukulan *dropshot* dalam permainan bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi?
- 3) Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan dengan pukulan *dropshot* dalam permainan bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi?

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi penafsiran, kata atau istilah-istilah tersebut, penulis uraikan sebagai berikut.

- 1) 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 *dropshot* dalam permainan bulutangkis.
- 2) Fleksibilitas Menurut Harsono (2016), Fleksibilitas adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi.(hlm.35). 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 yaitu fleksibilitas pada pergelangan tangan pada saat melakukan pukulan *dropshot*.
- 3) Pukulan *Dropshot* Menurut (Hidayat dan Kusnadi, 2013) “*Dropshot* adalah pukulan yang dilakukan seperti smash. Perbedaannya pada posisi raket saat perkenaan dengan *shuttlecock*. *Shuttlecock* dipukul dengan dorongan dan sentuhan yang halus. *Dropshot* (pukulan potong) yang baik adalah apabila jatuhnya bola dekat dengan net dan tidak melewati garis ganda” (hlm. 26). Salah satu jenis pukulan dalam permainan bulutangkis.
- 4) Bulutangkis menurut Kemendikbud, (2017, hlm. 42) “Bulutangkis adalah suatu aktifitas permainan yang menggunakan sebuah raket dan *shuttlecock* yang dipukul melewati sebuah net”. Bulutangkis yang dimaksudkan dalam penelitian ini adalah permainan bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.

1.4 Tujuan Penelitian

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

- 1) Untuk mengetahui signifikansi hubungan antara koordinasi mata-tangan dengan pukulan *dropshot* dalam permainan Bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.
- 2) Untuk mengetahui signifikansi hubungan antara fleksibilitas pergelangan tangan dengan pukulan *dropshot* permainan bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.
- 3) Untuk mengetahui signifikansi hubungan antara koordinasi mata-tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan dengan pukulan *dropshot* dalam permainan Bulutangkis pada atlet UKM Bulutangkis Universitas Siliwangi.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan berguna dan bermanfaat bagi semua pihak yang terkait dengan permasalahan dalam penelitian ini, baik secara teoritis maupun secara praktis.

Secara teoritis dapat digunakan sebagai sarana untuk memperkaya dan mengembangkan ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan teknik pada bulutangkis yaitu pukulan *dropshot*.

Secara praktis diharapkan dapat berguna dan dapat dimanfaatkan oleh penulis maupun pelatih dan pembina olahraga dalam meningkatkan komponen kondisi fisik yaitu koordinasi mata-tangan dan fleksibilitas pergelangan tangan untuk menunjang kemampuan *dropshot*.