

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh seseorang untuk meningkatkan daya tahan tubuh. Olahraga bisa dilakukan dirumah maupun tempat olahraga lainnya. Olahraga juga bisa dijadikan sebagai hiburan karena olahraga mempertemukan orang-orang yang sebelumnya belum dikenal dan terjalin komunikasi dan olahraga bisa dijadikan pemersatu salah satunya adalah olahraga bulutangkis yang sangat digemari oleh masyarakat dan mudah untuk dimainkan. Konsep dasar dari cabang olahraga permainan bulutangkis adalah mempertahankan *shuttlecock* supaya tidak jatuh di bidang lapangan sendiri dan berusaha menjatuhkan *shuttlecock* ke bidang lapangan lawan. Dalam cabang olahraga permainan bulutangkis, peralatan yang digunakan untuk memukul *shuttlecock* adalah raket, setiap pemain hanya diperkenankan melakukan pukulan *shuttlecock* sebanyak satu kali dan boleh memukul *shuttlecock* lagi jika sudah dipukul olehlawan (Zhannisa & Sugiyanto, 2015).

Bulutangkis merupakan cabang olahraga yang dapat dimainkan dari berbagai macam kalangan umur karena mudah untuk dimainkan. Menurut Aksan (2016) bulutangkis atau *badminton* adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasangan (untuk ganda) yang mengambil posisi berlawanan dibidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah jaring (*net*). Didalam permainan bulutangkis terdapat teknik dasar seperti *servis*, *smash*, *netting* dan *dropshot*. Didalam penelitian ini peneliti hanya mengambil teknik dasar yaitu *forehand smash* sebagai acuan penelitian.

Teknik dasar permainan bulutangkis adalah salah satu syarat yang harus dikuasai pemain dalam pencapaian prestasi tinggi. Teknik dasar diberikan untuk mempermudah pemain dalam mempelajari teknik selanjutnya yang lebih tinggi, (Yuliawan, 2017). *Footwork* merupakan teknik dasar bulutangkis untuk menghasilkan pukulan yang berkualitas, oleh karena itu harus dilakukan dalam posisi yang baik dan benar. Subardjah dalam (Salahuddin, 2021) menjelaskan *footwork* yaitu banyak gerakan pada langkah dua kaki dapat mengendalikan badan seseorang untuk memiliki posisi badan yang baik agar mudah dalam gerak saat melakukan pukulan *shuttlecock* mengikut posisinya.

Ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan yang dilakukan oleh siswa sekolah atau universitas, diluar jam belajar pada kurikulum standar. Kegiatan-kegiatan ini ada pada suatu jenjang pendidikan sejak dimulai dari SD sampai universitas. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan pada siswa supaya mengembangkan dirinya, mulai pribadi, bakat, dan minat untuk bidang diluar kegiatan akademik (Susanto, 2017).

Berdasarkan penglihatan peneliti pada kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di SMK Yasmida Ambarawa bahwa masih banyak siswa yang kurang baik dalam melakukan pukulan *smash*. Teknik *smash* masih salah, sehingga berdampak pada perkenaan *shuttlecock* masih kurang baik, Misalnya, saat melakukan *smash*, masih banyak siswa memukul *shuttlecock* yang tersangkut di net dan bahkan keluar dari lapangan. Kemampuan *smash* dasar masih kurang, baik kecepatan maupun akurasi. Saat bermain, kebanyakan *smash* dari siswa masih melebar kiri dan kanan terlalu jauh sehingga menyebabkan *shuttlecock* keluar lapangan. Pukulan yang seharusnya menghasilkan poin untuk diri sendiri, justru menghasilkan lebih banyak poin untuk pemain lawan. Pukulan *smash* seharusnya dapat menjadi senjata bagi seorang pemain untuk mendominasi permainan lawan dan menghasilkan poin dan pada saat melakukan gerakan kaki (*Footwork*) bahwa masih

banyak siswa yang masih kurang baik atau masih banyak siswa melakukannya dengan gerakan kaki yang salah sehingga berpengaruh kepada gerakan pada saat melakukan *forehand smash*.

Tabel 1. Prestasi Siswa Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Yasmida Ambarawa

No	Nama	Tahun	Juara	Tingkat
1	Reno Fernando	2022	Juara 4	Kecamatan
2	Eva Nurjanah	2022	Juara 2	Kecamatan
3	Citra Dwi Ambini	2022	Juara 3	Kecamatan
4	Khusnul khotimah	2022	Juara 1	Kecamatan

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh latihan *Footwork* terhadap ketepatan *forehand smash*, maka penulis ingin mengadakan penelitian yang berjudul: **“Pengaruh Latihan *Footwork* Menggunakan Raket Terhadap Ketepatan *Forehand Smash* Di Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Yasmida Ambarawa”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang sudah dikemukakan di atas maka dapat dirumuskan “Seberapa besar pengaruh latihan *Footwork* menggunakan raket terhadap ketepatan *Forehand Smash* di ekstrakurikuler bulutangkis SMK Yasmida Ambarawa?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan diatas maka tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *Footwork* menggunakan raket terhadap ketepatan *Forehand Smash* pada ekstrakurikuler bulutangkis SMK Yasmida Ambarawa.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan dari beberapa

pihak yang terkait dengan bidang kepelatihan dan bidang keolahragaan khususnya, diantaranya sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis
 - a. Agar dapat digunakan sebagai bahan informasi dan kajian penelitian selanjutnya, terutama di bidang Ilmu Keolahragaan yang dikaitkan dengan pengaruh latihan *footwork* terhadap ketepatan *forehand smash*.
 - b. Bahan referensi dalam memberikan materi latihan kepada guru SMK Yasmida Ambarawa
2. Manfaat Praktis
 - a. Bagi guru
Guru dapat menerapkan latihan *footwork* untuk meningkatkan ketepatan pukulan *smash*, sekaligus merancang program latihan yang akan diberikan.
 - b. Bagi siswa
Memberikan informasi mengenai ketepatan pukulan *smash* sehingga dapat mengembangkan ketepatan pukulan *smash* melalui latihan *footwork*.
 - c. Bagi Peneliti
Mengembangkan teori-teori yang hasilnya bisa berguna bagi pelatih, siswa, dan pihak-pihak yang terkait dengan prestasi bulutangkis.

1.5 Batasan Masalah

Batasan masalah dalam penelitian ini, agar permasalahan tidak meluas dan lebih terfokus pada satu tujuan, maka peneliti membatasi penelitian ini. Penelitian ini hanya membahas masalah tentang “Pengaruh Latihan *Footwork* Menggunakan Raket Terhadap Ketepatan *Forehand Smash* di Ekstrakurikuler Bulutangkis SMK Yasmida Ambarawa”