

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dalam kehidupan sehari-hari, setiap individu tidak terlepas dari berbagai aktivitas fisik yang menuntut gerakan tubuh sesuai dengan fungsi dan koordinasinya. Aktivitas tersebut dapat berupa kegiatan ringan hingga olahraga yang lebih terstruktur. Kesadaran masyarakat terhadap pentingnya olahraga semakin meningkat karena diyakini mampu menjaga, meningkatkan, serta mengoptimalkan fungsi organ tubuh, daya tahan fisik, dan kesehatan secara menyeluruh. Salah satu cabang olahraga yang populer dan digemari di berbagai belahan dunia adalah bulutangkis. Olahraga ini memiliki daya tarik tersendiri karena dapat dimainkan oleh berbagai kalangan, baik anak-anak, remaja, hingga orang dewasa, tanpa memandang jenis kelamin. Selain sebagai kegiatan rekreasi untuk mengisi waktu luang dan menjaga kebugaran, bulutangkis juga menjadi sarana kompetisi yang menumbuhkan semangat sportivitas, kerja sama, dan disiplin.

Di samping itu, aktivitas fisik dapat mencerminkan karakteristik suatu bangsa. Bahkan, pencapaian dalam bidang olahraga dapat meningkatkan martabat dan reputasi positif suatu negara, baik di tingkat lokal maupun global. Menurut undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, Bab II (Dasar, Fungsi, dan Tujuan) Pasal 4, “Tujuan keolahragaan nasional adalah untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan serta kebugaran jasmani, mengembangkan prestasi dan kualitas manusia, menanamkan nilai moral, akhlak mulia, sportivitas, dan disiplin, mempererat persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.” Sesuai juga dengan Visi Program Studi Penjaskesrek Universitas Islam Indragiri yaitu menjadi program studi

yang islami, unggul dan professional dalam penyelenggaraan pendidikan jasmani kesehatan & rekreasi di Riau tahun 2030.

Bulutangkis adalah salah satu olahraga populer di dunia. Di Indonesia. Bulutangkis berkembang pesat berkat kerja keras pelatih, pemain, dan pengurus. Prestasi Indonesia di kejuaraan seperti Thomas Cup, Uber Cup, All England dan Olimpiade lainnya. Dengan itu pemain harus mendapatkan pelatihan teknik dasar sejak dini untuk mengembangkan keterampilan mereka di masa depan.

Seorang pemain bulutangkis yang berkualitas perlu memenuhi sejumlah persyaratan, salah satunya adalah penguasaan terhadap teknik dasar permainan. Dalam cabang olahraga bulutangkis, terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai, antara lain servis, smash, lob, drop, serta footwork. Menurut James Poole (1986:10), keterampilan fundamental dalam bulutangkis dapat diklasifikasikan menjadi lima bagian, yaitu: (1) servis, (2) smash, (3) overhead, (4) drive, dan (5) drop. Kelima teknik dasar tersebut wajib dikuasai agar pemain dapat mencapai tujuan permainan secara optimal. Penguasaan teknik ini mencakup pemahaman tentang cara memegang raket, penggunaan pergelangan tangan, pola langkah kaki, serta kemampuan menjaga konsentrasi.

Dalam olahraga khususnya pada cabang bulutangkis sangat membutuhkan unsur kondisi fisik. Kondisi fisik adalah suatu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Artinya, dalam suatu usaha peningkatan kondisi fisik seluruh komponen tersebut harus juga dikembangkan. Komponen-komponen kondisi fisik terdiri dari kekuatan, daya tahan, daya ledak, kecepatan, daya lentur, kelincahan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. Jadi kondisi fisik yang diperlukan dalam penelitian ini adalah kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan.

Untuk menguasai teknik dasar servis pendek *backhand*, peserta didik perlu berlatih dengan benar dan konsisten, sambil memperhatikan berbagai faktor yang memengaruhi penguasaan keterampilan dasar bulutangkis. Faktor-faktor yang berperan dalam keberhasilan penguasaan teknik ini meliputi: (1) faktor atlet, seperti kondisi fisik, bakat, kemampuan belajar, dan motivasi; (2) faktor pelatih, yang mencakup metode serta program latihan; (3) faktor sarana dan prasarana; serta (4) faktor lingkungan.

Keseluruhan faktor tersebut berkontribusi terhadap keberhasilan siswa dalam menguasai keterampilan teknik dasar bulutangkis.

Kemampuan fisik memiliki peran yang dominan dalam keterampilan melakukan servis *backhand* bulutangkis. Dengan demikian, penguasaan teknik dasar tersebut tidak dapat dilepaskan dari aspek kondisi fisik, yang meliputi: kelenturan, keseimbangan, daya tahan, koordinasi gerakan dan koordinasi mata dan tangan. Dalam kata lain, semua faktor tersebut akan menentukan kualitas teknik dasar seseorang, khususnya keterampilan servis pendek *backhand* dalam bulutangkis, khususnya kelenturan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan.

Dari observasi yang dilakukan terhadap siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bulutangkis di MA PP Tunas Harapan Tembilahan pada tanggal 01 Juli 2024, masih ada kesalahan seperti siswa sering gagal dalam melakukan servis pendek *backhand* bulutangkis dan arah jatuh *shuttlecock* kurang akurat seperti: (1) kok yang tidak melewati net (sangkut), (2) juga pada saat melakukan servis pendek *backhand* kok nya masih melambung tinggi, yang mengakibatkan kok mudah dikembalikan oleh lawan, (3) bahkan kok jatuh pada bidang yang salah atau keluar garis bidang lapangan. Hal ini terlihat siswa masih belum maksimal dalam melakukan servis *backhand*, seperti posisi badan siswa yang terlihat kaku dan terkadang sering teburu-buru dalam melakukan servis *backhand*.

Untuk itu peneliti menduga perlu adanya suatu latihan yang mendukung siswa tersebut dalam melakukan servis pendek *backhand* bulutangkis yang baik seperti latihan kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan yang dapat menunjang seorang siswa tersebut dalam melakukan servis pendek *backhand* bulutangkis dengan baik.

Dari hasil observasi diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Kontribusi Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil Servis *Backhand* Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Bulutangkis Siswa MA PP Tunas Harapan Tembilahan”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Bagaimana kelentukan pergelangan tangan siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MA PP Tunas Harapan Tembilahan?
2. Bagaimana ketepatan pukulan servis siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MA PP Tunas Harapan Tembilahan?
3. Bagaimana koordinasi mata tangan siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MA PP Tunas Harapan Tembilahan?
4. Bagaimana keseimbangan siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MA PP Tunas Harapan Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir?
5. Bagaimana kekuatan pergelangan tangan siswa terhadap kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis di MA PP Tunas Harapan Tembilahan?

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Apakah ada kontribusi kelentukan pergelangan tangan terhadap hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilaan?
2. Apakah ada kontribusi koordinasi mata tangan terhadap hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilaan?
3. Apakah ada kontribusi kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan secara bersama – sama terhadap hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilaan?

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui :

1. Kontribusi kelentukan pergelangan tangan dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilaan.
2. Kontribusi koordinasi mata tangan dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilaan.
3. Kontribusi kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan secara Bersama – sama dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilaan.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat yang bisa didapatkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis
 - a. Meningkatkan pemahaman dan pengalaman dalam merancang serta melakukan penelitian ilmiah tentang kontribusi kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi

mata tangan dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilahan.

- b. Sebagai bahan tambahan untuk memperluas pengetahuan dan meningkatkan pemahaman tentang ilmu pengetahuan mengenai kontribusi kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilahan.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberi informasi kepada sekolah tentang kontribusi kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilahan.
- b. Bagi mahasiswa, yaitu untuk mengetahui tentang kontribusi kelentukan pergelangan tangan dan koordinasi mata tangan dengan hasil servis *backhand* dalam kegiatan ekstrakurikuler bulutangkis MA PP Tunas Harapan Tembilahan.