

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan sebuah aktivitas fisik tersistem dalam pola pelaksanaannya yang tertulis dalam sebuah program yang dilakukan seorang manusia pada tujuan tertentu seperti kebugaran, prestasi dan rekreasi. Olahraga bukan hanya dilakukan oleh kalangan tertentu saja, namun kegiatan olahraga telah menembus keberbagai tingkatan usia maupun berbagai tingkatan kehidupan sosial dalam masyarakat diberbagai negara. Olahraga sebagai aktivitas fisik atau jasmani dapat memberikan kepuasan kepada pelakunya sebagai kebutuhan individu. Begitu besar peran olahraga terhadap kehidupan manusia, sehingga olahraga dapat dijadikan sebagai sarana pendidikan olahraga dan kesehatan olahraga, rekreasi, prestasi bahkan sebagai suatu kebudayaan. Pendidikan olahraga dan kesehatan pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik dan kesehatan untuk menghasilkan perubahan holistik dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional. Menurut Karyono (2016) Prestasi olahraga tidak terlepas dari unsur kondisi fisik. Peningkatan kondisi fisik atlet bertujuan agar kemampuan fisik menjadi prima dan berguna menunjang aktivitas olahraga dalam rangka mencapai prestasi prima.

Bulutangkis atau *badminton* merupakan cabang olahraga yang masuk dalam kelompok permainan kecil yang dapat dimainkan didalam ataupun diluar lapangan dengan menggunakan *shuttlecock* sebagai bola dan raket sebagai alat untuk memukul *shuttlecock*. Olahraga bulutangkis menjadi salah satu jenis olahraga yang banyak digemari dikalangan masyarakat. Pemain bulutangkis yang handal diperlukan berbagai macam persyaratan, salah satunya adalah penguasaan teknik dasar permainan bulutangkis. Dalam cabang olahraga bulutangkis terdapat berbagai teknik dasar, di antaranya teknik service, smash, lob, drop, dan gerak kaki. Sebagaimana dikemukakan (Yuliawan & Sugiyanto, 2014) bahwa “Teknik dasar keterampilan bulutangkis yang harus dikuasai pemain bulutangkis antara lain: (1) sikap berdiri (*stands*) (2) teknik memegang raket, (3) teknik memukul bola, (4) teknik langkah kaki (*Footwork*).

Dalam rangka mencapai kemampuan teknik bulutangkis dibutuhkan komponen-komponen fisik yang menunjang untuk tercapainya prestasi tinggi. Pemain bulutangkis dituntut mengembangkan komponen fisik: (1) Kelincahan, (2) dayatahan otot lokal, (3) dayatahan *cardiovascular*, (4) kekuatan, (5) power, (6) kecepatan, (7) fleksibilitas, (8) komposisi tubuh (Yuliawan & Sugiyanto, 2014). Sehubungan dengan pengembangan faktor-faktor kondisi fisik tersebut, maka diharapkan mampu memberikan peningkatan dalam keterampilan bermain bulutangkis.

Olahraga bulutangkis telah mendapatkan pencapaian prestasi yang sesuai dengan harapan namun masih diperlukan pembinaan secara berjenjang dari mulai usia dini. Pembinaan dari usia dini merupakan suatu pondasi bagi penentuan keberhasilan untuk meraih prestasi yang membanggakan di masa yang akan datang. Prestasi yang didapat di dunia olahraga tidak datang dalam waktu yang singkat, hal ini dikarenakan sebuah prestasi membutuhkan proses dan waktu yang tidak singkat serta sarana prasarana yang memadai. Selain itu faktor pelatih juga dapat mempengaruhi performa dari seorang atlet. Apabila sang pelatih tersebut memiliki pengetahuan yang luas dalam membentuk program latihan yang sesuai dan dibutuhkan para atlet tentu akan berdampak baik bagi perkembangan fisik, mental, dan kualitas atlet. Menurut Bryantara (2016) Pembuatan program latihan harus terarah dan sesuai dengan usia atlet agar nanti dapat menjadi pemicu positif terhadap perkembangan kualitas baik dari segi fisik maupun mental yang dimiliki.

Prestasi olahraga didasarkan pada berbagai variabel yang kompleks, antara lain kondisi fisik (umum dan khusus), psikologis (kepribadian dan motivasi) dan tubuh (morfologi tubuh), antropometri dan komposisi tubuh. Menurut (Maulina, 2018) Faktor fisiologis, antropometrik dan psikologis merupakan beberapa faktor yang diyakini mempengaruhi performa atlet. Hubungan antar variabel yang berkaitan dengan morfologi olahraga dan prestasi merupakan salah satu objek kajian antropometri dan merupakan unsur penting untuk dianalisis.

Postur tubuh merupakan salah satu penentu keberhasilan atlet dalam mencapai prestasi. Somatotipe (*somatotype*) atau bentuk tubuh adalah keadaan tubuh seseorang yang akan menentukan aktifitas fisik terhadap cabang olahraga tertentu. Pada cabang olahraga bulutangkis penentuan tipe tubuh yang cocok

menggunakan pengukuran antropometri. Antropometri banyak diterapkan dalam bidang olahraga. Salah satu aspek penting dalam pencapaian prestasi olahraga adalah stabilisasi berat badan pada puncak penampilan. Atlet secara umum membutuhkan komposisi tubuh yang tepat, tidak berat dan tidak terlalu banyak lemak. Pengukuran antropometri dan somatotipe diperlukan untuk menentukan kondisi fisik atlet. Menurut Glinka J (2008) Studi mengenai terapan antropometri pada bidang olahraga akan menyinggung hal proporsi badan, performance (optimal, minimal dan maksimal berat badan) dan biomekanik. Antropometri dipilih karena menggunakan metode yang aman karena pengukuran ini dilakukan tanpa memasukan benda kedalam tubuh.

Penelitian mengenai antropometri ini bukanlah satu-satunya yang pernah dilakukan, sebelumnya ada beberapa penelitian yang mengkaji tentang pentingnya informasi antropometri dalam upaya meningkatkan prestasi. Peneliti mengambil dua penelitian terdahulu yang relevan yakni terdapat pada penelitian yang telah dilakukan oleh Apriantono (2020) yang berjudul “Profile Komposisi Tubuh Atlet Junior Bulutangkis Indonesia: Kategori Ganda Putra” Penelitian ini bertujuan untuk mengukur karakteristik fisiologi, secara spesifik pada pengukuran antropometri, untuk mendapatkan gambaran somatotype atlet bulutangkis Indonesia. 12 atlet bulutangkis junior kategori ganda putra berpartisipasi dalam penelitian ini. Kemudian penelitian yang berkaitan dengan profil antropometri atlet bulutangkis, penelitian yang telah dilakukan oleh Maulina (2018) yang berjudul “Profil Antropometri Dan Somatotipe Pada Atlet Bulutangkis” berdasarkan analisis hasil penelitian dan pembahasan pada penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa Faktor parameter fisiologis menjadi faktor penting penentu keberhasilan seorang atlet dalam mencapai performa maksimal sehingga dapat membuahkan prestasi yang baik.

Berdasarkan penjelasan tentang pentingnya informasi antropometri pada setiap cabang olahraga khususnya cabang olahraga bulutangkis maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Analisis Antropometri Cabang Olahraga Bulutangkis”. Dengan tujuan untuk mengetahui kesesuaian kondisi antropometri pada atlet dengan cabang olahraga bulutangkis.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diajukan peneliti, maka yang menjadi permasalahan dalam penulisan ini adalah sebagai berikut “Bagaimana Kondisi Antropometri Atlet Junior PB Tunas Perkasa Subang?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka dapat dirumuskan tujuan penelitian ini adalah Untuk Mengetahui Kondisi Antropometri Pada Atlet Junior PB Tunas Perkasa Subang.

1.4 Manfaat penelitian

Manfaat penelitian adalah uraian untuk menjelaskan suatu masalah penelitian layak untuk diteliti serta menunjukkan signifikansi masalah yang diteliti. Sehingga berdasarkan masalah yang diteliti, diharapkan penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.4.1 Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi perkembangan keilmuan, khususnya pada bidang kepelatihan olahraga, sebagai sumbangan pemikiran yang dapat memperkaya karya ilmiah yang berkaitan dengan manfaat mengenai pentingnya informasi data antropometri pada setiap cabang olahraga khususnya cabang olahraga bulutangkis, artinya dapat dipakai sebagai sumber pembelajaran, bahan bacaan dan referensi bagi peneliti dimasa yang akan datang. Selain itu, penelitian ini juga dapat dijadikan sebagai bahan masukan berupa literatur dan pengembangan keilmuan dalam dunia olahraga khususnya pada cabang olahraga bulutangkis.

1.4.2 Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan kepada pengurus ketika mengadakan latihan di PB Tunas Perkasa Subang, Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai pengetahuan dan evaluasi bagi pelatih sebagai dasar meningkatkan kualitas program latihan yang lebih baik sesuai dengan kondisi antropometri atlet saat ini. Bagi atlet hasil penelitian ini dapat dijadikan motivasi untuk lebih meningkatkan tingkat kondisi fisik masing – masing.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penelitian ini, struktur organisasi penelitian memiliki rincian sebagai berikut:

- 1.5.1 BAB I Pendahuluan dalam bab ini diuraikan mengenai penelitian terkait cabang olahraga bulutangkis dan antropometri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian.
- 1.5.2 BAB II Kajian Pustaka pada bab ini diuraikan teori - teori yang berkaitan dan mendukung penelitian penulis tentang cabang olahraga bulutangkis yaitu permainan bulutangkis, teknik dasar bulutangkis, hakikat kondisi fisik, hakikat antropometri, karakteristik pemain bulutangkis, profil PB Tunas Perkasa Subang, penelitian relevan, dan kerangka berfikir penelitian.
- 1.5.3 BAB III Metode penelitian pada bab ini penulis memaparkan tentang pendekatan, metode penelitian, penentuan subjek dan objek penelitian, instrumen penelitian dan prosedur penelitian.
- 1.5.4 BAB IV Pembahasan mengenai hasil data yang diproses melalui analisis, pengolahan, perhitungan dan pembahasan hasil.
- 1.5.5 BAB V Menjelaskan mengenai kesimpulan, implikasi dan saran terkait hasil penelitian