

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Penelitian**

Olahraga Prestasi adalah kegiatan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga. Atlet yang menekuni salah satu cabang tertentu untuk meraih prestasi, dari mulai tingkat daerah, nasional, serta internasional, mempunyai syarat memiliki tingkat kebugaran dan harus memiliki keterampilan pada salah satu cabang olahraga yang ditekuninya tentunya diatas rata-rata non atlet.

Seperti yang tercantum pada (UU Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional) Olahraga Prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjangjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolragaan. Olahraga prestasi dapat dicapai dengan persiapan yang matang dan memerlukan proses yang baik. selain olahraga prestasi ada juga Olahraga Rehabilitasi dan Olahraga pendidikan. Olahraga di Indonesia ini menunjukkan perkembangan yang sangat menggembirakan, dengan banyaknya kegiatan-kegiatan yang di adakan di daerah-daerah sampai tingkat nasional.

Salah satu olahraga prestasi di Indonesia yang saat ini sedang dalam perkembangan yang lebih baik yaitu tenis lapangan. Tenis lapangan adalah permainan dengan menggunakan raket dan bola. Dalam olahraga yang juga disebut lawn tennis ini, raket dipukulkan bola sambut menyambut oleh seorang atau sepasang pemain yang saling berhadapan ke seberang jaring yang sengaja dipasang ditengah lapangan empat persegi panjang.

Menurut Nuriman (1994:1) menjelaskan bahwa, “Tenis merupakan olahraga permainan, karena memiliki ciri-ciri yaitu adanya alat yang digunakan dan benda yang dimainkan. Dengan kata lain, adanya media yang digunakan berupa raket dan bola”.

Kebutuhan akan tenis lapangan semakin meningkat karena banyaknya orang yang gemar bermain tenis mulai dari anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Tiap orang mempunyai tujuan yang berbeda-beda dalam melakukannya, misalnya ada yang bertujuan untuk memperluas pergaulan, memperbanyak teman, rekreasi, kesehatan, tidak sedikit pula dari mereka yang berusaha untuk berprestasi. Bahkan dewasa ini tenis dapat dijadikan sebagai lapangan pekerjaan mengingat melalui tenis dapat menghasilkan pendapatan.

Sedangkan untuk pencapaian prestasi yang optimal dalam permainan tenis lapangan dapat dicapai melalui peranan yang sangat penting dari seorang pelatih. Oleh karena itu pelatih harus mampu menyusun program, memilih, dan menerapkan metode latihan sesuai dengan tujuan latihan itu sendiri. Selain pelatih, orang tua dan atlet itu sendiri mempunyai peranan dan tanggung jawab yang sama dalam pencapaian prestasi. Usaha pemasalan, pembinaan, dan pengembangan untuk mencapai prestasi tersebut perlu diadakan pendekatan ilmiah, adanya sarana yang menunjang dan metode latihan yang tepat. Untuk pencapaian prestasi yang optimal dalam permainan tenis lapangan, faktor yang mendasar yang perlu dikuasai oleh seorang pemain tenis adalah perlengkapannya yaitu raket.

Raket yang dipilih harus baik mutunya, tidak perlu mahal harganya. Karena raket itu paling berpengaruh pada pukulan yang jitu, harus dipegang tanpa perasaan yang kaku. Yang pertama-tama harus dipertimbangkan adalah beratnya, keseimbangannya, besar genggamannya, bahan pembuatnya dan pemasangan senarnya.

Sekarang ini orang dapat memilih antara sekian banyak jenis dan ukuran raket. Massa raket yang lebih jelas lebih baik. *Swingweight* (momen inersia) yang lebih juga jelas lebih baik. Massa (dalam kg) adalah ukuran inersia. *Swingweight* adalah ukuran lain dari momen inersia raket. Untuk memahami apa *swingweight* tersebut yaitu penyimpanan energi yang potensial dari sebuah raket. Sebuah raket dengan *swingweight* yang tinggi membutuhkan tenaga yang besar untuk melakukan ayunan, tetapi tidak akan menghilangkan kecepatan sudut pada saat perkenaan bola.

Dua raket yang beratnya sama tetapi memiliki massa yang berbeda mungkin memiliki *swingweights* yang sangat berbeda karena distribusi massa yang berbeda pula dari setiap raket.

Setiap pemain tenis seharusnya memahami sedalam-dalamnya apa yang dimaksud dengan *stroke*. Bola tenis yang dipukul dengan *stroke*, memperoleh sifat-sifat yang berbeda dengan bola yang melayang karena pukulan saja. Menurut Brown (2001:31) “*Groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. *Groundstroke forehand* mengarah ke samping tubuh ketika memegang raket. Ini adalah bentuk pukulan tenis yang sering dilakukan dan paling mudah dipelajari”.

Dengan massa raket berbeda yang telah peneliti uraikan di atas, masing-masing penggunaan raket dengan massa yang berbeda akan berpengaruh terhadap hasil *forehand groundstroke*. Baik dengan raket dengan massa berat memiliki kelebihan dan kekurangannya dan dengan raket dengan massa yang ringan memiliki pula kelebihan dan kekurangannya masing-masing, raket dengan distribusi massa yang mana yang akan menghasilkan ketepatan yang akurat.

Pendapat di atas perlu dikaji lebih lanjut agar diketahui secara pasti seberapa besar pengaruh penggunaan raket dengan massa yang berbeda terhadap hasil ketepatan pukulan *forehand groundstroke*. Berkaitan dengan hal tersebut maka penulis berkepentingan untuk mengadakan penelitian mengenai perbandingan distribusi massa pada dengan hasil ketepatan pukulan *forehand groundstroke* tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “**Pengaruh Penggunaan Raket *Head-heavy* dan *Head-Light* Terhadap Hasil Pukulan *Forehand Groundstroke* pada Cabang Olahraga Tenis Lapangan**”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan suatu pernyataan yang akan dicarikan jawabannya melalui pengumpulan data dan analisis dari data tersebut, sehingga

pada akhirnya akan menjadi sebuah kesimpulan atau hasil dari sebuah penelitian. Dari permasalahan diatas maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan raket *head-heavy* terhadap hasil *forehand groudstroke* pada cabang olahraga tenis lapangan?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan penggunaan raket *head-light* terhadap hasil *forehand groudstroke* pada cabang olahraga tenis lapangan?
3. Apakah terdapat perbedaan hasil *forehand groundstroke* antara yang menggunakan raket *head-heavy* dan *head-light*?

### **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Pengaruh penggunaan raket *head-heavy* dengan hasil *forehand groundstroke* pada cabang olahraga tenis lapangan.
2. Pengaruh penggunaan raket *head-light* dengan hasil *forehand groundstroke* pada cabang olahraga tenis lapangan.
3. Perbedaan hasil *forehand groundstroke* antara yang menggunakan raket *head-heavy* dan *head-light*.

### **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan peneliti melalui penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis yang dipaparkan sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Secara teoritis dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang berarti sebagai bahan referensi dan rujukan bagi atlet, pelatih, pembina, maupun lembaga terhadap penggunaan raket sesuai dengan kebutuhan pemakai khususnya.

2. Secara praktis

Penelitian ini merupakan upaya pembelajaran diri dalam mengaplikasikan baik secara teoritis maupun praktis dari hasil selama studi pada program S-1 di Universitas Pendidikan Indonesia dan sebagai pengalaman dalam pengkajian ilmu kepelatihan dan penalaran aspek-aspek keilmuan.

## E. Batasan Penelitian

Penelitian ini hanya membahas semua permasalahan yang berkaitan dengan hasil pukulan *forehand groundstroke*. Tetapi dibatasi pada mana yang lebih cepat dan akurat dari penggunaan raket *head-heavy* dan *head-light* pada cabang olahraga tenis lapangan.

## F. Definisi Operasional

Dalam melaksanakan penelitian ini peneliti mengajukan batasan masalah, hal ini dilakukan agar dalam melaksanakan penelitian tidak terjadi penyimpangan yang akhirnya akan mengakibatkan peluasan makna sehingga tujuan dari penelitian tidak akan tercapai. Agar dalam penelitian tidak terjadi penyimpangan penafsiran dalam masalah penelitian maka peneliti membatasi istilah yang digunakan dalam penelitian ini, diantaranya sebagai berikut:

1. Pengaruh. Pengaruh menurut KBBI Online adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, atau perbuatan seseorang.
2. Raket. Raket menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah alat untuk memukul bola dalam permainan tenis atau bulu tangkis, ujungnya dan berbentuk bidang oval (bulat telur) berjaring, bergagang, dan dilengkapi dengan pegangan.
3. *Groundstroke*. *Groundstroke* menurut Brown (2001:31) “*groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. *Forehand groundstroke* mengarah ke samping tubuh ketika memegang raket. Ini adalah bentuk pukulan tenis yang sering dilakukan dan paling mudah dipelajari.
4. Hasil. Hasil menurut KBBI (1998:300) bahwa: “sesuatu yang diadakan (dibuat, dijadikan, dsb) oleh usaha (pikiran, tanaman-tanaman, sawah, tanah, ladang, hutan, dsb). Maksudnya adalah sesuatu yang didapatkan dari sesuatu usaha atau kegiatan. Dalam kaitan dengan penelitian ini maka definisi dari hasil yaitu sesuatu yang dihasilkan dari pukulan *forehand groundstroke* dengan menggunakan raket *head-heavy* dan *head-light* yaitu cepat dan akurat.

5. Distribusi Massa. yaitu penyebaran massa pada suatu benda apakah massa benda tersebut merata pada setiap bagiannya atau berada pada salah satu bagian benda tersebut.