

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bulutangkis merupakan salah satu olahraga yang paling terkenal didunia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat keterampilan, dan pria maupun wanita memainkan olahraga ini didalam atau diluar ruangan dengan berbagai tujuan diantaranya adalah sebagai 1) olahraga rekreasi, 2) olahraga pendidikan, 3) olahraga kesehatan atau media untuk meningkatkan kesegaran jasmani, dan 4) olahraga prestasi.

Permainan bulutangkis dibagi menjadi tiga partai yaitu tunggal, ganda dan ganda campuran. Tujuan utama dalam permainan bulutangkis adalah untuk memukul dan melewati satelkok melalui atas net dan menjatuhkannya didaerah permainan dan berusaha agar lawan tidak memukul satelkok dan menjatuhkannya didaerah permainannya sendiri.

Dalam permainan tunggal, menurut Grice yang diterjemaahkan oleh Eri Desmarini Nasution (2007, hlm. 121) menjelaskan bahwa “ permainan dalam partai tunggal pada umumnya merupakan permainan yang ditentukan oleh stamina dan kesabaran”. Maka dalam permainan tunggal lebih cenderung mempertahankan rally yang menguras stamina dan sifat khas permainan tunggal ialah banyaknya clear shot dan drop shot yang bergantian untuk memaksa lawan mundur kemudian maju lagi. Seorang pemain tunggal harus memiliki footwork yang teratur dan cepat. Supaya gerakan-gerakan yang cepat itu berlangsung untuk jangka waktu lama, diperlukan stamina yang memadai. Karena itu footwork yang cepat, teratur, dan stamina yang kuat menjadi faktor dominan diperlukan seorang pemain tunggal.

Salah satu aspek yang paling penting dalam permainan tunggal adalah kemampuan untuk membuat keputusan dalam relly. Kemampuan dalam mengembangkan keterampilan pukulan clear yang bersifat menyerang dan drop cepat. Kualitas dari pukulan, ketepatan dan gerak tipu pukulan, disertai dengan Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

gerak reflek dan daya tahan tinggi dapat meningkatkan kemampuan untuk menutupi lapangan dalam partai tunggal. Johnson (1984, hlm. 120) menungkapkan hal yang harus diingat dalam permainan tunggal adalah 1) Lancarkan serve yang tinggi dan jauh kebagian tengah garis belakang, baik dibagian kiri maupun bagian kanan lapangan, 2) Pergunakan clear shot sebagai balsan terhadap kebanyakan serve tinggi dan jauh, 3) Selang seling pukulan dengan cara clear dan drop shot untuk mencapekkan lawan, sehingga pengembaliannya lemah, 4) Smashlah semua bola tanggung di daerah tengah lapangan, 5) Arahkan shuttlecock ke titik yang tidak dijaga sejauh mungkin dari tempat lawan berdiri.

Untuk dapat bermain tunggal yang baik harus melakukan latihan dengan teratur, dan kesinambungan. Latihan teknik, taknik, mental maupun fisik merupakan subjek yang menentukan prestasi yang maksimal. Maka dari itu semakin teratur pemain melakukan latihan maka semakin baik pula tingkat keterampilan bermain tunggal dalam bulutangkis.

Adapun permainan ganda merupakan permainan yang tidak begitu banyak memerlukan daya tahan sepertitunggal, tapilebih banyak menghendaki kecermatan, kegesitan dan kerja sama yang baik, menurut Grice yang diterjemaahkan oleh Eri Desmarini Nasution (2007, hlm. 135) menjelaskan bahwa : “permainan ganda sangat berbeda dengan permainan tunggal, khususnya karena anda sekarang memiliki pasangan , tapi juga karena anda biasanya memiliki lebih sedikit waktu untuk berpikir dan bereaksi”. Sesuai dengan kutipan diatas permainan ganda harus melakukan rotasi yang baik, kerja sama beregu dan strategi yang sama untuk berhasil.sistem rotasi mencakup dari posisi depan dan belakang keposisi samping, tergantung pada keadaan menyerang atau bertahan.Selain itu seorang pemain ganda memiliki kecepatan reaksi dan refleks pukulan serta power yang baik.

Permainan ganda memiliki tuntutan yang agak berbeda dengan tunggal. Seorang pemain yang footwork nya kurang baik tetapi memiliki kecepatan dan reflek pukulan serta power yang besar bisa menjadi pemain ganda yang baik. Fiptah Mutakin, 2015

PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA DALAM CABOR BULUTANGKIS

Pukulan cepat seperti drive, smes, servis, dan wiping (menyapu) adalah jenis pukulan yang wajib dan harus dikuasai dengan terampil dalam permainan ganda. Adapun servis yang banyak dipakai dalam permainan ganda adalah servis pelan supaya melintas tipis diatas net dan jatuh tipis didekat garis serang lawan.

Dalam permainan ganda ada filosofi yang berbunyi “ siapa yang bisa menyerang lebih dulu, dialah yang akan menang”. Filosofi ini rata-rata dipegang oleh setiap pemain ganda. Ini terlihat dalam karakter permainan ganda sekarang yang menganggap bahwa pertahanan yang baik adalah menyerang. Selain itu, ciri khusus permainan ganda adalah rally-rallynya yang lebih cepat dan ketat serta gerakan-gerakannya lebih gesit daripada dalam tunggal untuk mempertahankan bidang masing-masing.

Dalam upaya meningkatkan prestasi aspek-aspek latihan seperti fisik, teknik, strategi, taktik, dan mental pada permainan tunggal maupun ganda, kondisi fisik dan teknik dasar memegang peranan yang sangat penting. Dalam permainan bulutangkis kondisi fisik dan teknik dasar yang baik merupakan modal penting untuk menampilkan permainan yang sempurna. Selain itu kondisi fisik dan teknik dasar dapat memberikan peranan positif dalam melakukan gerakan-gerakan tanpa melakukan kesalahan dalam memukul kok dan tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan sehingga daerah pertahanan dapat dikuasai dengan baik, kondisi ini akan memberikan peluang untuk dapat mengembangkan permainan serta memberikan efisiensi dalam melakukannya sehingga memudahkan untuk mendapatkan point. Bisa dibayangkan ketika pemain memiliki kualitas fisik dan teknik dasar yang tidak baik, hal ini akan berpengaruh langsung pada kerja jantung, paru-paru, pernapasan, kerja otot, persendian tubuh, dan power yang lemah, pukulan tak terarah serta gagal kembali keposisi siap ini akan memberikan kesempatan besar kepada musuh untuk melakukan serangan terhadap kita. Untuk menyinkapi masalah tersebut pebulutangkis sangat penting memiliki derajat kondisi fisik dan teknik dasar yang baik, ini akan berdampak positif pada penampilan bermain karena Dalam permainan bulutangkis kondisi fisik dan teknik

Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dasar yang baik merupakan bagian penting untuk menampilkan permainan yang sempurna.

Mengenai kondisi fisik, Satojo (dalam Hendrabayu, 2011, hlm. 1) mengungkapkan bahwa kondisi fisik adalah:

Satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya. Artinya bahwa didalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan, walaupun dilakukan dengan sistem prioritas sesuai keadaan atau status tiap komponen itu dan untuk keperluan apa keadaan atau status yang dibutuhkan tersebut. Hal ini akan semakin jelas bila kita sampaikan pada masalah status kondisi fisik.

Kondisi fisik adalah kemampuan menghadapi kegiatan fisik olahraga secara optimal dari komponen-komponen fisik. Sedangkan teknik dasar menurut Tohar (dalam buku Subarjah & Hidayat, 2007, hlm. 31) merupakan “salah satu jenis keterampilan yang harus dipahami dan dikuasai oleh setiap pemain dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis”, karena merupakan salah satu pendukung pokok prestasi olahraga. Berdasarkan penelusuran terhadap sejumlah sumber, secara umum teknik dasar permainan bulutangkis dapat dikelompokkan kedalam empat bagian yaitu cara memegang raket (grips), sikap siap (stance atau ready position), gerakan kaki (footwork), dan gerakan memukul atau strokes.

Berkaitan dengan Kondisi fisik dan teknik dasar dalam bulutangkis. Kondisi fisik dibagi menjadi 10 komponen yaitu daya tahan , power, kelincahan, fleksibilitas, kecepatan, kekuatan, koordinasi, keseimbangan, ketepatan dan reaksi (M. Sajoto, 1988, hlm. 10). Dari banyak komponen kondisi fisik tersebut , pada cabang olahraga tertentu memerlukan prioritas kondisi fisik tertentu. Demikian pula pada cabang olahraga bulutangkis, menurut Richard Eaton (dalam Nugroho, hlm. 5)” komponen kondisi fisik yang penting dalam olahraga bulutangkis terdiri dari : daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelincahan”. Sedangkan untuk teknik dasar yaitu gerakan kaki (footwork), pukulan service, pukulan clear, pukulan dropshot, dan pukulan smash.

Walaupun pada dasarnya kondisi fisik dan teknik dasar dari permainan tunggal dan ganda tersebut sama, namun dalam karakter permainan berbeda dan

Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

belum diketahui lebih konkrit apakah terdapat perbedaan atau sama dari kondisi fisik dan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda.

Dari latar belakang diatas maka penulis akan meneliti kondisi fisik dan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda yang terdiri dari, daya tahan, power, kelincahan, fleksibilitas, reaksi, pukulan service, pukulan clear, pukulan dropshot, pukulan smash dan pukulan netting. Disini penulis hanya akan melihat kondisi fisik pendukung karakteristik gerak dan teknik dasar dalam permainan tunggal dan permainan ganda. Berdasarkan uraian tersebut penulis ingin melakukan penelitian dengan menganalisa perbandingan pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis dilihat dari kondisi fisik pendukung karakteristik gerak dan keterampilan teknik dasar. Penulis mengusung penelitian ini dengan judul perbandingan kondisi fisik dan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Mendasari semua permasalahan yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah, maka permasalahan penelitian dirumuskan yaitu:

1. Bagaimana gambaran kondisi fisik dan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis ?
2. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara kondisi fisik pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis ?
3. Apakah terdapat perbedaan yang signifikan antara teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis ?

C. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui gambaran kondisi fisik dan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabang bulutangkis.

Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

2. Untuk mengetahui perbedaan kondisi fisik pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabor bulutangkis.
3. Untuk mengetahui perbedaan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabor bulutangkis.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan bisa memberikan kontribusi sebagai berikut:

1. Secara teoritis dapat memberikan sumbangan dalam bidang kepelatihan dan informasi terhadap atlet, pelatih dan pembina mengenai kualitas fisik dan teknik dasar pemain tunggal dengan pemain ganda dalam cabor bulutangkis.
2. Secara praktis dapat memberikan bahan masukan bagi para pembina dan pelatih bulutangkis serta untuk mengetahui tingkat kualitas fisik dan teknik dasar pemain tunggal dan pemain ganda dalam cabor bulutangkis.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penulisan skripsi ini, peneliti memaparkan urutan dalam penyusunannya. Adapun urutan dari masing-masing bab akan peneliti jelaskan sebagai berikut :

BAB I PENDAHULUAN

- A. Latar Belakang Penelitian
- B. Rumusan Masalah Penelitian
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat Penelitian
- E. Struktur Organisasi Skripsi

BAB II KAJIAN PUSTAKA

- A. Keterampilan Dasar Permainan Bulutangkis
- B. Kondisi Fisik Pemain tunggal dan ganda dalam cabor bulutangkis

Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- C. Komponen Kondisi Fisik Pendukung Karakteristik Gerak Pemain Tunggal dan Ganda Dalam Cabor Bulutangkis
- D. Karakteristik Permainan Tunggal Cabor Bulutangkis
- E. Karakteristik Permainan Ganda Cabor Bulutangkis
- F. Karakteristik pemain tunggal dan ganda
- G. Karangka Pemikiran
- H. Hipotesis

BAB III METODE PENELITIAN

- A. Desain Penelitian
- B. Partisipan
- C. Populasi dan sampel
- D. Instrumen Penelitian
- E. Prosedur penelitian
- F. Analisis Data

BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN

- A. Pemaparan Data
- B. Pembahasan Data

BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI

- A. Simpulan
- B. Saran

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN-LAMPIRAN

Fiptah Mutakin, 2015

**PERBANDINGAN KONDISI FISIK DAN TEKNIK DASAR PEMAIN TUNGGAL DENGAN PEMAIN GANDA
DALAM CABOR BULUTANGKIS**

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu