

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Bulutangkis merupakan cabang olahraga permainan yang dimainkan menggunakan raket dan *shuttle-cock*, dengan cara memukul atau menangkis *shuttle-cock* agar tidak jatuh ke daerah sendiri. Bulutangkis sangat digemari oleh masyarakat Indonesia, baik kaum laki-laki maupun kaum perempuan mulai dari anak-anak hingga dewasa baik di daerah maupun di kota-kota besar. Subarjah dan Hidayat (2007, hlm. 1) mengemukakan bahwa “pada hakikatnya permainan bulutangkis adalah permainan yang saling berhadapan satu lawan satu orang maupun dua lawan dua orang, dengan menggunakan raket dan *shuttle-cock* sebagai alat permainan”. Permainan ini mudah dilaksanakan karena alat pemukulnya ringan, *shuttle-cock* mudah dipukul, dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan, serta dapat dimainkan oleh siapa saja. Tujuan olahraga bulutangkis ialah sebagai olahraga rekreasi, olahraga pendidikan, olahraga kesehatan atau media untuk meningkatkan kesegaran jasmani, dan olahraga prestasi. Untuk tujuan permainan bulutangkis sendiri menurut Satriya dan Subarjah (2013, hlm. 9) “memperoleh angka dan kemenangan dengan cara menyebrangkan dan menjatuhkan *shuttle-cock* di bidang permainan lawan dan berusaha agar lawan tidak dapat memukul *shuttle-cock* atau menjatuhkannya di daerah permainan sendiri”.

Tujuan bermain bulutangkis sebagai olahraga prestasi mendapat perhatian yang relative besar dari masyarakat, yang ditunjukkan dengan telah disediakan pembinaan melalui sekolah atau klub untuk pecinta bulutangkis mulai dari pembinaan atlet usia dini sampai usia dewasa. Sekolah atau klub bulutangkis sebagai wadah pembinaan ini sudah mulai banyak bermunculan di setiap daerah, baik di kota maupun di daerah terpencil. Wadah ini merupakan wujud dari kepedulian masyarakat terhadap perkembangan bulutangkis dan upaya pencapaian terhadap prestasi yang setinggi-tingginya.

Keberhasilan dari seorang atlet bulutangkis diraih dari latihan yang teratur dan bersungguh-sungguh, sistematis dan berkesinambungan dengan didukung oleh kualitas kepelatihan, manajemen kepelatihan olahraga, peningkatan dalam pengadaan sarana dan prasarana yang memadai. Dilihat dari karakteristik permainan bulutangkis merupakan jenis olahraga yang banyak menuntut para atletnya menguasai teknik dan memiliki kondisi fisik yang prima, tanpa mengabaikan aspek taktik dan mental. Mengenai hal ini Harsono (1988, hlm. 100) mengemukakan bahwa “ ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (c) latihan taktik dan (d) latihan mental”.

Latihan kondisi fisik adalah proses meperkembangkan kemampuan aktivitas gerak jasmani yang dilakukan secara sistematis dan ditingkatkan secara progresif untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kebugaran jasmani, agar tercapai kemampuan kerja fisik yang optimal. Tujuan utamanya adalah meningkatkan potensi fungsional atlet dan mengembangkak kemampuan biomotor ke derajat yang paling tinggi. Kondisi fisik merupakan salah satu unsur penting dalam setiap cabang olahraga. Oleh karena itu latihan kondisi fisik perlu mendapat perhatian yang serius direncanakan dengan matang dan sistematis sehingga tingkat kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional alat-alat tubuh lebih baik. Seperti yang diungkapkan Satriya dkk. (2010, hlm. 51) “latihan fisik merupakan bagian terpenting untuk semua cabang olahraga. Tujuannya untuk membentuk kondisi tubuh sebagai dasar untuk meningkatkan ketahanan, kebugaran, dan pencapaian suatu prestasi.

Seperti dalam penjelasan di atas kondisi fisik merupakan salah satu aspek penting dalam olahraga termasuk bulutangkis. Oleh karena itu sebagai atlet bulutangkis dituntut harus memiliki tingkat kondisi fisik yang baik. Maka dari itu dalam pembinaannya atlet bulutangkis harus dilatihkan beberapa komponen dasar seperti yang diungkapkan oleh Satriya dkk. (2010, hlm.61)

1. Kekuatan (*strength*)
2. Kelentukan (*flexibility*)
3. Kecepatan (*speed*)
4. Daya tahan (*endurance*)

Dalam pengamatan di lapangan salah satu komponen kondisi fisik yang cukup dominan dalam bulutangkis yaitu kecepatan (*speed*). Dilihat dari gerakannya, seorang atlet harus memiliki kecepatan dalam mengejar shuttlecock dan kembali ke tengah setelah melakukan pukulan untuk bersiap kembali. Kecepatan terbagi dalam 3 bentuk seperti yang diungkapkan Satriya dkk. (2010, hlm.73) “ ada 3 bentuk kecepatan yaitu : 1) Kecepatan maksimal (*speed*), 2) *Agility* (kelincahan), 3) *Quickness* (aksi-reaksi).

Dari uraian di atas dan dilihat dari pergerakannya, seorang atlet bulutangkis tepatnya harus memiliki *agility* atau kelincahan yang baik. Kelincahan merupakan kemampuan untuk mengubah arah secara cepat tanpa menimbulkan gangguan pada keseimbangan. Terbukti salah satunya dari analisis pertandingan Sirkuit Nasional antara Vicky Angga Saputra (Tangkas Jakarta) VS Christofel Karinda (Mentari RBT), setiap pemain setelah melakukan pukulan harus dengan cepat merubah arah badan dan kembali ke tengah lapangan bulutangkis untuk kembali bersiap menerima pengembalian *shuttle-cock* berikutnya, semua itu dapat dilakukan apabila seorang atlet mempunyai kelincahan yang baik.

Kelincahan dalam permainan bulutangkis sangat erat kaitannya dengan *footwork* atau gerakan kaki. *Footwork* merupakan salah satu teknik dasar dalam bulutangkis, untuk menghasilkan pukulan yang berkualitas harus dalam posisi yang baik dan benar. Untuk dapat memukul dengan baik dan berkualitas harus mempunyai kecepatan gerak kaki. Latihan *footwork* dengan gerakan maju ke depan kanan dan kiri, ke samping kanan dan kiri, ke belakang kanan dan kiri. Seperti yang dikemukakan oleh Poole (1986, hlm.50) “ ada enam daerah ‘dasar’, dan ke tempat-tempat tersebut anda harus bergerak secara efektif.”

Dalam permainan bulutangkis seorang atlet harus dapat bergerak dengan cepat ke berbagai arah yang berbeda-beda, oleh karena itu seorang atlet untuk mencapai prestasi yang tinggi harus mempunyai tingkat kelincahan yang baik. Untuk dapat mengukur dan mengetahui perkembangan atletnya diperlukan sebuah alat ukur yaitu tes kelincahan yang valid dan reliabel. Alat ukur tes kelincahan diantaranya : *shuttle run tes*, *zig-zag run*, *Illinois agility run*, *hexagon test*, dll. Namun kenyataannya di lapangan belum ada alat ukur tes kelincahan yang khusus

atau spesifik untuk cabang olahraga bulutangkis. Oleh karena itu peneliti ingin membuat tes untuk kelincahan yang lebih spesifik dalam cabang olahraga bulutangkis.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, peneliti menganggap penting untuk diangkat dalam bentuk penelitian, khususnya penelitian mengenai konstruksi tes kelincahan dalam permainan bulutangkis.

Sebuah tes dikatakan baik apabila memenuhi persyaratan tes, salah satunya adalah tes itu harus memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi. Syarat ini sangat mutlak harus terpenuhi dalam suatu tes. Jika syarat itu tidak terpenuhi maka tes itu kurang layak untuk dipakai. Tes yang valid adalah tes yang menjalankan fungsi ukurnya. Seperti yang dikemukakan oleh Nurhasan dan Cholil (2007, hlm.35)

Tes yang valid adalah tes yang mengukur apa yang hendak diukur. Suatu pengukuran dikatakan valid, apabila alat pengukuran atau tes benar-benar tepat untuk mengukur apa yang hendak diukur dan sesuai dengan gejala yang diukurnya.

Maka dari itu dalam membuat alat ukur tes yang lebih spesifik untuk cabang olahraga bulutangkis dilakukan penelitian dengan judul konstruksi tes kelincahan dalam bulutangkis, dan tes kelincahan tersebut adalah *shadow badminton*.

## **B. Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar tingkat validitas tes kelincahan dalam cabang olahraga bulutangkis ?
2. Seberapa besar tingkat reliabilitas tes kelincahan dalam cabang olahraga bulutangkis ?

## **C. Tujuan Penelitian**

Dari beberapa masalah yang telah dipaparkan di rumusan masalah di atas, adapun tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tingkat validitas tes kelincahan dalam cabang olahraga bulutangkis.
2. Untuk mengetahui tingkat reliabilitas tes kelincahan dalam cabang olahraga bulutangkis.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Secara Teoretis

Secara teoretis penelitian ini dapat menjadi sumbangan pengetahuan bagi para pelatih olahraga khususnya untuk olahraga bulutangkis, dalam mengetahui tingkat kemampuan kelincahan dan memberikan feedback pada atletnya, agar atlet bisa berkembang dan menjadi lebih baik lagi dalam tingkat kemampuan kelincahannya.

##### 2. Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi atau informasi bagi pelatih olahraga dan bagi orang yang akan meneliti mengenai kelincahan dalam bulutangkis. Untuk pelatih olahraga bulutangkis bisa dijadikan bahan acuan agar potensi atlet berkembang menjadi lebih baik lagi.

#### **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Untuk mengetahui penulisan dari setiap bab dan bagian bab, penulis memaparkan rincian sebagai berikut : Bab I Pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi. Bab II Kajian Pustaka dan Anggapan Dasar yang berisi hakekat tes dan pengukuran, prinsip-prinsip tes dan pengukuran, kriteria tes, hakekat permainan bulutangkis, karakteristik bulutangkis, komponen-komponen kondisi fisik,. Bab III Metodologi penelitian yang berisi metode penelitian, definisi operasional, tempat dan waktu penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen dan pengumpulan data, dan teknik analisis data. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan yang berisi deskripsi data, pengujian persyaratan analisis. Bab V Kesimpulan dan Saran.