

# BAB I PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Penelitian

Olahraga di dunia ini banyak sekali yang mempunyai gerakan-gerakannya tersendiri. Seperti gerakan melompat dan mendarat adalah sebuah komponen penting pada olahraga seperti bulutangkis, voli, *netball*, basket, dan atletik (McNair & Prapavessis, 1999). Olahraga yang menggunakan teknik melompat pasti akan mendarat. Dalam hal mendarat perlu banyak hal yang harus diperhatikan. Pendaratan menjadi porsi yang penting dari banyak olahraga modern (McNair & Prapavessis, 1999)

Pendaratan jangan dianggap sebagai hal yang biasa-biasa saja. Pendaratan yang salah dapat mengakibatkan cedera. Meskipun bulutangkis merupakan jenis olahraga yang sering dimainkan tetapi bulutangkis kurang minat untuk diteliti dalam hal cedera. Secara anatomis sebagian besar cedera terlokasi pada tungkai dan pergelangan kaki. Cedera tunggal yang sering terjadi adalah ACL (*anterior cruciate ligament*) (Mills, 1977). Pergelangan kaki adalah bagian yang paling sering terkena cedera (54%) sementara lutut (8%) (Bahr & Bahr, 2007) dan di penelitian lain mengatakan hal yang sama, pada pergelangan kaki (25,9%) diikuti oleh lutut (15,2%) (Barber Foss et al., 2014). Bulutangkis pun merupakan olahraga yang banyak melakukan lompatan. Menurut (Reuter, 2014) Dalam kurun waktu 8 minggu dan setiap minggunya bermain selama 2 kali, dengan jumlah pemain bulutangkis 11 (8 laki-laki dan 3 perempuan) melakukan lompatan disaat pertandingan sebanyak 2286 kali.

Olahraga yang menggunakan teknik melompat pasti memiliki perbedaan dalam hal pendaratan. Titik cedera pada pergelangan kaki adalah yang paling sering terjadi. Keseleo pada pergelangan kaki adalah cedera yang umum terjadi di 33 dari 43 cabang olahraga, khususnya *Australian football*, hoki lapang, *handball*, *orienteering*, *scooter* dan *squash*. Pergelangan kaki adalah titik cedera pada tubuh tertinggi kedua setelah lutut, dan keseleo pada pergelangan kaki adalah tipe cedera pada pergelangan kaki yang paling sering terjadi. Angka insiden cedera pada pergelangan kaki dan keseleo pada pergelangan kaki terbilang tinggi di olahraga lapang dan tim, seperti *rugby*, sepak bola, bulutangkis, voli, *handball*, dan basket (D.T.-P. et al., 2007).

Saat berolahraga banyak cedera yang dilaporkan, diantaranya cedera ACL (*anterior cruciate ligament*). Cedera ACL sering terjadi pada olahraga yang membutuhkan

pendaratan dari sebuah loncatan atau gerakan yang melakukan perubahan arah cepat seperti sepak bola, *handball* dan basket (Kimura et al., 2012). Dalam olahraga bulutangkis banyak jenis-jenis teknik bermain bulutangkis diantaranya *forehand*, *over head*, dan *smash*. Namun kebanyakan para pemain bulutangkis mengalami cedera ACL ketika melakukan teknik overhead dan smash (Kimura et al., 2012). Sudut fleksi lutut sangat memengaruhi pemuatan ACL karena kontraksi paha depan pada lutut rendah (Padua et al., 2015).

Gender berpengaruh terhadap rawan tidaknya cedera. Atlet perempuan memiliki kemungkinan cedera yang lebih tinggi dibandingkan laki-laki di dalam olahraga yang melakukan lompatan (Ferretti et al., 1992). Perbedaan ini bukanlah tanpa sebab, melainkan adanya perbedaan internal yang membuat perempuan lebih beresiko cedera. Hal ini mungkin dapat disebabkan oleh perbedaan neuromuscular atau perbedaan struktural, salah satunya seperti peningkatan kelemahan sendi dan perbedaan struktur panggul pada perempuan (Bressel & Cronin, 2005)(Bressel & Cronin, 2005)(Bressel & Cronin, 2005). Perempuan juga memiliki kemungkinan cedera ACL yang lebih tinggi pada bulutangkis, kemungkinan terjadi lebih besar pada insiden *recurvatum* pada lutut(seperti hiperextensi) (Bressel & Cronin, 2005) (Kuenze et al., 2018).

Saat ini banyak jenis olahraga membutuhkan alat penilaian yang handal atau tepat yang digunakan untuk mengidentifikasi individu yang mungkin beresiko cedera. Ada sebuah alat penilaian yang dapat digunakan yaitu LESS (*Landing Error Scoring System*). LESS (*Landing Error Scoring System*) adalah alat yang handal dan valid yang dikembangkan untuk mengidentifikasi individu rentang terkena cedera pada *lower body* atau ACL. (James et al., 2016). Alat klinis yang valid dan secara andal akan mengidentifikasi individu yang mempunyai resiko cedera ACL yang tinggi akan sangat berguna untuk *skrining* tim olahraga karena individu yang memiliki resiko tinggi untuk cedera kemudian diberikan program pencegahan intensif (Padua et al., 2009).

Sampai karya tulis ini dibuat, penulis belum menemukan adanya penelitian tentang LESS di Indonesia, khususnya pada olahraga bulutangkis. Dari pemaparan di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul ”*Analysis Landing Error Pada Pemain Bulutangkis*”.

## **1.2 Rumusan Masalah Penelitian**

Berdasarkan latar belakang di atas permasalahan yang akan dikaji dalam

penelitian ini adalah:

- 1) Seberapa besar persentase skor masing-masing indikator LESS pada atlet bulutangkis laki-laki dan perempuan ?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan masalah, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah:

- 1) Untuk mengetahui seberapa besar persentase skor masing-masing indikator LESS pada atlet bulutangkis laki-laki dan perempuan.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian yang diharapkan dari segi teori, segi kebijakan, segi praktis, dan segi isu serta aksi sosial dengan adanya penelitian ini yakni sebagai berikut :

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan acuan cabang olahraga khususnya bulutangkis dalam mengetahui manfaat teknik mendarat yang lebih baik dan benar, serta dapat dijadikan sumber bacaan dan sumber pengetahuan bagi penulis khususnya dan pembaca secara umumnya. Selain itu diharapkan penelitian ini memberikan wawasan bagi penelitian selanjutnya
- 2) Dari segi kebijakan penelitian ini diharapkan memberikan arahan kebijakan untuk promosi cara mendarat yang lebih baik untuk cabang olahraga khususnya bulutangkis, dan cabang olahraga lain pada umumnya.
- 3) Untuk cabang olahraga bulutangkis mendapatkan deskripsi, gambaran dan referensi tentang perbandingan hasil mendarat. Manfaat lainnya pengajar/pelatih di cabang olahraga dapat memperhatikan cara mendarat atletnya setelah melakukan lompatan agar para atlet dapat melakukan pendaratan yang lebih baik dan lebih aman sehingga bisa memperkecil kemungkinan cedera saat mendarat.
- 4) Dari hal ini, penelitian ini bermanfaat sebagai informasi bahwa pentingnya mengetahui dan melakukan teknik pendaratan yang baik dan benar agar dapat memperkecil kemungkinan cedera saat mendarat.

## 1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam penelitian skripsi, peneliti mengurutkan dan menjelaskan sesuai pedoman penulisan karya ilmiah UPI tahun 2019 dengan penjelasan singkat sebagai berikut:

- 1) Bab I pendahuluan menjelaskan terkait latar belakang penelitian yang akan diteliti. Isi pada latar belakang penelitian ini menjelaskan mengenai perlunya penelitian ini dilakukan, sehingga peneliti mengangkat pembahasan penelitian mengenai seberapa besar persentase skor masing-masing indikator pada atlet bulutangkis laki-laki dan perempuan. Dengan urutan struktur pendahuluan sebagai berikut:
  - 1) Latar Belakang
  - 2) Rumusan Masalah
  - 3) Tujuan Penelitian
  - 4) Manfaat Penelitian
  - 5) Struktur Organisasi Latihan
- 2) Bab II kajian pustaka, terdiri atas kajian teori-teori yang berkaitan dengan penelitian ini. Pada bab ini terdiri dari
  - 1) Penelitian Terdahulu yang Relevan
  - 2) Kajian Teori
  - 3) Hipotesis penelitian
- 3) Bab III metode penelitian membahas bagaimana proses penelitian akan dilakukan oleh peneliti yang terdiri atas
  - 1) Desain penelitian
  - 2) Partisipan
  - 3) Populasi dan Sampel
  - 4) Instrumen Penelitian
  - 5) Prosedur Penelitian
  - 6) Analisis Data
- 4) Bab IV Temuan dan Pembahasan bagaimana hasil dari penelitian
  - 1) Temuan
  - 2) Pembahasan
- 5) Bab V Kesimpulan terdiri atas Simpulan, Implikasi dan Rekomendasi.
  - 1) Kesimpulan

- 2) Implikasi
- 3) Rekomendasi