

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bulutangkis di Indonesia telah menempatkan diri sebagai olahraga yang sangat populer dikalangan masyarakat, oleh karena prestasi yang dicapai dan mampu bersaing dengan negara lain di dunia. Konsekuensi dari prestasi yang telah dicapai tersebut adalah setiap pemain dituntut untuk selalu meraih prestasi optimal. Sehubungan dengan itu baik pemain dan pelatih dituntut untuk melaksanakan pola program latihan yang ilmiah sesuai dengan perkembangan olahraga saat ini. Proses pembinaan dalam olahraga tidak bisa dilakukan secara instan, namun harus melalui proses yang panjang. Untuk mencapai prestasi yang optimal diperlukan ketekunan, pengorbanan, tekad serta dilandasi oleh motivasi yang tinggi untuk berprestasi optimal.

Latihan merupakan aktivitas olahraga yang sistematis dalam waktu yang lama, ditingkatkan secara progresif dan individual dan mengarah kepada ciri-ciri fungsi fisiologis dan psikologis manusia untuk mencapai sasaran yang telah ditetapkan (Bompa, 1999). Latihan bulutangkis pada dasarnya harus mendahulukan unsur pembinaan fisik, teknik, taktik atau mental yang kokoh untuk dapat menghasilkan prestasi secara optimal. Oleh karena itu, pembinaan harus dilakukan secara sistematis, berjenjang dan berkesinambungan.

Keberadaan klub-klub bulutangkis mempunyai peran yang sangat besar dalam mendukung upaya pencapaian prestasi yang optimal, karena melalui klub-

klub inilah bibit-bibit pemain dapat ditemukan kemudian dibina dan dikembangkan. Namun bibit-bibit atlet ini juga tidak akan berkembang tanpa adanya kejuaraan, baik itu kejuaraan di daerah maupun nasional. Dalam suatu pertandingan baik itu kejuaraan daerah atau pun nasional ada banyak atlet yang tidak bisa menampilkan penampilan terbaiknya. Hal ini merupakan suatu permasalahan bagi pelatih yang bersangkutan. Seperti telah diungkapkan diatas untuk mencapai prestasi yang optimal tidak datang dengan sendirinya namun harus melalui proses yang panjang. Proses pembinaan dimulai dengan menemukan bibit-bibit atlet berbakat, kemudian dibina melalui latihan yang teratur, terarah, dan terencana dengan baik serta dengan penguasaan teknik dan taktik yang benar. Sejak dari tahap persiapan sampai dengan proses pembinaan atlet, disamping aspek fisik perlu juga aspek psikologis tidak boleh diabaikan dalam pembinaan atlet.

Permainan bulutangkis merupakan permainan yang membutuhkan kemampuan fisik yang baik, kemampuan teknik dan mental bertanding yang baik. Permainan ini bertujuan untuk mencetak poin dan mencegah lawan untuk mencetak poin. Mencetak poin dalam permainan bulutangkis tidak dapat dipisahkan dengan kemampuan pemain dalam penguasaan teknik permainan bulutangkis. Kemampuan pemain sangat dipengaruhi oleh penguasaan teknik, fisik, dan mental.

Teknik dasar permainan bulutangkis sangat penting dikuasai oleh pemain untuk dapat bermain dengan baik. Herman Subardjah (2000: 21) mengemukakan bahwa teknik dasar bulutangkis yang perlu dipelajari secara umum dapat

dikelompokkan kedalam beberapa bagian, yaitu cara *grips* (memegang raket), *stance* (sikap berdiri), *footwork* (gerakan kaki), dan *strokes* (pukulan).

Kemampuan fisik yang baik akan mendorong pencapaian kemahiran gerakan-gerakan dalam permainan bulutangkis. Misalnya dalam melakukan *footwork* yang merupakan dasar untuk bisa menghasilkan pukulan berkualitas, yaitu apabila dilakukan dalam posisi baik. *Footwork* adalah keterampilan gerak kaki yang paling mendasar yang harus dimiliki untuk menjadi seorang pemain bulutangkis yang sukses. Lawan pasti akan mencoba untuk memainkan pukulan yang arahnya menjauh dan satu-satunya cara untuk dapat meraihnya dengan baik adalah dengan memiliki gerak kaki yang baik. Latihan untuk menguasai *footwork* itu dengan berpedoman pembiasaan, karena kualitas *footwork* yang baik ditentukan oleh irama dan ketepatan langkah. Maka untuk dapat menguasai kualitas yang diharapkan adalah dengan latihan sesering mungkin dengan simulasi gerakan yang sesuai dengan yang terjadi dalam permainan bulutangkis. (Sapta Kunta Purnama, 2010:27).

Untuk menguasai *footwork* yang berkualitas, pelatih harus memberikan program latihan kepada atlet dengan tersistem dan terencana, dikarenakan *footwork* yang baik dan berirama harus dilakukan secara berulang dan rutin. Latihan *footwork* harus terus dilakukan secara berkelanjutan untuk menjaga tingkat kecepatan dan kecermatan pergerakan langkah kaki. Latihan yang diberikan oleh pelatih juga harus bervariasi dan inovatif agar atlet tidak cepat merasa bosan dengan latihan yang sama setiap harinya.

Namun kenyataan dilapangan berbeda dengan yang diharapkan, latihan masih sedikit ragam atau variasi-variasi dalam melatih *footwork* ataupun bentuk latihan yang biasa diberikan selalu sama dan itu-itu saja disetiap sesi latihan dalam melatih *footwork*, peneliti melakukan wawancara kepada pelatih dan melakukan observasi latihan langsung ke klub di beberapa klub-klub bulutangkis di Sumatera Utara, contohnya pada klub PB.Angsapura, PB.Shamrock, dan PB.Arena. Bahkan peneliti juga melakukan *searching* di dunia maya untuk meninjau bagaimana latihan *footwork* yang ada di sejumlah daerah bahkan manca negara, yang ternyata masih banyak menggunakan metode latihan manual. Hasil observasi penelitian yang telah dilakukan, peneliti melihat latihan *footwork* di beberapa klub hanya menggunakan metode latihan manual yang sama dan itu-itu saja, seperti *shadow* bola, *shadow* perintah, *pointing movement*, dan melakukan *step* kanan-kiri.

Pada PB.Angsapura latihan *footwork* yang sering dilakukan adalah latihan *shadow badminton*, dan untuk latihan *footwork* di luar lapangan biasanya pelatih menginstruksikan atlet untuk bermain *skipping* dengan jumlah tertentu dan setelah jumlah yang ditentukan tercapai, pelatih menginstruksikan atlet agar berlari *sprint*. Latihan seperti ini dapat membantu meningkatkan kemampuan *footwork* atlet, namun jika hanya latihan seperti ini yang dilakukan secara terus-menerus maka akan menyebabkan rasa bosan pada atlet dikarenakan bentuk latihan yang sama disetiap sesi latihannya.

Tidak jauh berbeda latihan *footwork* yang dilakukan pada klub PB.Shamrock, latihan *footwork* yang biasa dilakukan adalah seperti *drill* fisik

dengan menggunakan *step*-kanan dan *step* kiri. Bedanya adalah *step* kanan-kiri dilakukan di dalam lapangan bulutangkis, atlet diarahkan untuk melakukan *step* menuju depan atau mendekati net sambil melakukan pukulan *netting* dan selanjutnya melakukan *step* kebelakang dan melakukan pukulan *lob*.

Begitupun juga latihan *footwork* yang dilakukan di PB.Arena, pelatih biasanya menggunakan metode latihan *pointing movement*, cara melakukan bentuk latihan seperti ini adalah pelatih menunjuk disetiap arah yang akan dituju atlet di lapangan, sedangkan atlet melihat pelatih dan melakukan gerakan *footwork* kearah yang ditunjuk oleh pelatih.

Hasil observasi dan wawancara dengan para pelatih mengenai latihan *footwork*, peneliti menarik kesimpulan bahwa harus ada pembuatan pengembangan alat bantu latihan *footwork* bulutangkis dan setidaknya membutuhkan inovasi baru. Peneliti mencoba membuat media alat bantu latihan *footwork* dengan menggunakan *software* aplikasi atau desain alat aplikasi yang lengkap, orang menyebut dengan istilah *prototipe*. Dengan adanya pengembangan alat baru tersebut, dan dioptimalkan supaya latihan *footwork* menjadi menarik bagi atlet bulutangkis dan merupakan terobosan bagi pelatih untuk menambah inovasi latihan dalam *footwork*. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan membuat pengembangan program aplikasi *footwork* dengan judul : Pengembangan Program Aplikasi Latihan *Footwork* Cabang Olahraga Bulutangkis.

B. Identifikasi Masalah

Seperti yang diuraikan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut: Faktor – faktor apa saja yang mendukung hasil *footwork* dalam bulutangkis?, Apakah media alat bantu latihan *footwork* untuk olahraga bulutangkis perlu ditambah?, Apakah pengembangan program aplikasi latihan *footwork* diperlukan untuk menambah media alat bantu latihan dalam olahraga bulutangkis?, Apakah program aplikasi latihan *footwork* dapat digunakan untuk alat bantu dalam latihan *footwork* bulutangkis?, Peralatan atau teknologi apa saja yang harus digunakan dalam menggunakan program aplikasi latihan *footwork* untuk olahraga bulutangkis?, Apakah pendekatan latihan dengan menggunakan metode manual seperti *shadow* bola, *shadow* perintah, *pointing movement*, melakukan *step* kanan-kiri, *shuttle run*, *t-drill*, maupun *pointing movement* yang digunakan oleh pelatih sudah tepat sasaran dalam penguasaan teknik dasar bulutangkis khususnya dalam *footwork*?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas dan untuk menghindari pembahasan yang terlalu luas, maka yang menjadi pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah pelaksanaan latihan *footwork* dengan menggunakan program aplikasi latihan *footwork* dalam olahraga bulutangkis dan menganalisa cara penggunaan dan fungsi dari media alat bantu latihan tersebut.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: untuk mengetahui efektifitas program aplikasi latihan *footwork* dan apa kegunaan dari program aplikasi latihan *footwork* untuk alat bantu latihan pada klub-klub bulutangkis.

E. Spesifikasi Produk

Produk yang akan dihasilkan melalui pengembangan alat ini berupa program aplikasi latihan *footwork* untuk alat bantu latihan *footwork* dan sangat cocok sekali untuk melatih teknik maupun fisik. Produk yang dihasilkan diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi tambahan dunia keolahragaan khususnya bulutangkis, juga menambah variasi-variasi bentuk latihan agar atlet tidak mudah bosan dengan variasi latihan yang monoton, dan juga dapat

mengatasi keterbatasan alat bantu latihan agar tidak lagi memakai metode latihan yang manual.

F. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menghasilkan suatu alat bantu latihan *footwork* yang baru dengan menggunakan program aplikasi latihan *footwork* olahraga bulutangkis sebagai media alat bantu latihan yang baru dalam latihan dengan tujuan menambah bentuk variasi-variasi dan inovasi dalam latihan.

G. Manfaat Penelitian

Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam pengembangan ilmu pendidikan keolahragaan. Disamping itu, hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang penerapan pengembangan alat bantu kelincahan *footwork* dengan menggunakan media program aplikasi.

Adapun manfaat penelitian yang lain, baik untuk peneliti, peserta klub, dan pelatih adalah:

1. Sebagai bekal pengalaman di bidang penelitian dalam memodifikasi olahraga pada umumnya dan olahraga permainan bulutangkis pada khususnya,
2. Sebagai bekal dalam menyusun skripsi untuk memperoleh gelar kesarjanaan bidang studi pendidikan kepelatihan olahraga,
3. Menambah media alat bantu latihan *footwork* pada olahraga bulutangkis,

4. Sebagai dorongan dan motivasi pelatih untuk menciptakan terobosan terobosan baru dan variasi melatih agar atlet tidak merasa cepat bosan dan jenuh.
5. Dengan adanya media alat bantu latihan *footwork* ini maka akan menambah bentuk variasi latihan, diharapkan atlet termotivasi dan semangat dalam melakukan latihan *footwork*,