

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Bulutangkis merupakan cabang olahraga permainan yang digemari oleh masyarakat Indonesia, baik laki-laki maupun perempuan, mulai dari anak-anak hingga dewasa baik di daerah maupun di kota-kota besar. Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya yang bermain bulutangkis baik di ruangan tertutup (*indoor*) dan lapangan terbuka (*outdoor*). Orang-orang yang melakukan permainan ini dengan berbagai tujuan diantaranya adalah sebagai berikut: 1) olahraga rekreasi, 2) olahraga pendidikan, 3) olahraga kesehatan atau media untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan 4) olahraga prestasi.

Untuk dapat bermain bulutangkis, maka seorang pemain harus menguasai teknik permainan bulutangkis. Ada empat macam teknik dasar dalam bulutangkis, yaitu: 1) teknik memegang raket (*grips*), 2) teknik menguasai posisi berdiri (*stance*), 3) teknik mengatur kerja kaki (*footworks*), 4) teknik menguasai pukulan (*strokes*).

Setelah penguasaan teknik dasar tersebut dikuasai, maka pemain bulutangkis diharuskan menguasai teknik pukulan, di antaranya adalah pukulan *service*, *lob*, *dropshot*, *drive* dan *smash*. *Service* adalah pukulan pembuka permainan bulutangkis (James Poole, 2008:21). *Lob* adalah pukulan dari atas kepala yang bertujuan memukul *shuttlecock* tinggi dan jatuhnya di garis ganda belakang. *Lob* banyak digunakan pada permainan tunggal. *Dropshot* adalah

pukulan yang bertujuan untuk tidak memberi kesempatan lawan untuk menyerang. *Drive* adalah pukulan dari samping kanan maupun kiri badan dengan arah layang *shuttlecock* datar dengan net, dan *smash* adalah pukulan yang cepat, di arahkan ke bawah dengan kuat dan tajam untuk mengembalikan bola pendek yang telah di pukul ke atas.

Dari kelima teknik tersebut, *lob* sering digunakan, terutama pada permainan tunggal (*single*). Salah satu jenis pukulan *clear* atau juga disebut dengan *overhead lob*. *Overhead lob* adalah pukulan yang biasanya dilakukan dengan tinggi dan panjang. Gunanya untuk mendapatkan waktu kembali keposisi bagian tengah lapangan, kegunaan utama dari pukulan adalah untuk membuat bola menjauh dari lawan dan membuat bergerak dengan cepat. Dan untuk pukulan *overhead lob* sendiri itu ada dua jenis yaitu : pukulan *forhend overhead lob* (*forhend clear*) dan *backhand overhead lob* (*backhand clear*).

*Club PB. Angsapura Medan* adalah salah satu *club* bulutangkis yang membina para atlet-atlet bertempat di daerah kota Medan. Atlet yang berlatih di *club PB. Angsapura* berjumlah 20 orang, fasilitas yang ada di lapangan tempat mereka berlatih antara lain: 3 lapangan bulutangkis, 1 keranjang *shuttlecock*, seorang kepala pelatih yakni Bapak Armada, dan seorang asisten pelatih yakni Bapak Yusril. Frekuensi latihannya yaitu 3 kali dalam satu minggu yang dilaksanakan pada hari Senin, Rabu, dan Jumat. Waktu latihannya dimulai pukul 14.00 – 17.00.

Peneliti melakukan observasi pada bulan Oktober tahun 2016 di *PB. Angsapura Medan*. Dari pengamatan dan observasi yang peneliti lakukan di *PB. Angsapura Medan*, peneliti mendapati bahwa dalam suatu permainan tim tersebut

dalam melakukan *lob* masih banyak sasaran *shuttlecock* yang mengarah ke luar lapangan lawan, yang mengakibatkan lawan mendapatkan poin, terkadang sasaran *shuttlecock* juga mengarah ke tengah lapangan lawan, sehingga lawan mudah melakukan serangan yang mematikan. Berdasarkan wawancara yang peneliti lakukan dengan pelatih pada saat melakukan observasi, bahwa atlet pemula putra PB. Angsapura Medan mengalami masalah pada saat melakukan *lob*. Selanjutnya peneliti berdiskusi tentang program latihan kepada pelatih. Beberapa latihan yang diberikan pelatih khususnya latihan *lob* masih monoton atau tidak terlalu banyak variasi, sehingga para atlet pemula PB. Angsapura Medan bosan dan jenuh dengan latihan yang diberikan oleh pelatih, dan hasil dari latihan tersebut masih kurang baik bagi atlet. Akhirnya, peneliti menyimpulkan penyebab hasil *lob* atlet pemula PB. Angsapura Medan rendah dikarenakan kurangnya pemberian variasi latihan *lob* kepada para atlet pemula PB. Angsapura Medan. Untuk mendukung dugaan peneliti maka dilakukan tes pendahuluan (data ada pada lampiran 2).

Pada saat melakukan *lob* diperlukan dukungan dari bentuk variasi latihan teknik. Tanpa memperhatikan faktor latihan teknik tersebut, maka *lob* tidak dapat dilakukan dengan maksimal. Sebab, dalam melakukan *lob* dibutuhkan latihan teknik tersebut guna memperoleh hasil yang maksimal saat melakukan *lob*.

Mengingat hal tersebut di atas, maka perlu diberikan suatu bentuk latihan yang bertujuan untuk meningkatkan teknik *lob* agar kemampuan *lob* lebih baik. Dalam meningkatkan teknik *lob* ada beberapa bentuk latihan, seperti bentuk latihan *lob* lurus bergantian, *lob* silang bergantian, *lob* silang – *lob* lurus bergantian, *lob* lurus – *lob* silang bergantian. Oleh karena itu penulis merasa tertarik untuk membuat suatu penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian

Variasi Latihan *Lob* Untuk Meningkatkan Hasil *Lob* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Pemula Putra PB. Angsapura Medan Tahun 2017”.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut: 1) Faktor-faktor apa sajakah yang meningkatkan prestasi atlet?, 2) Apakah melalui variasi *lob* dapat meningkatkan hasil *lob* dalam permainan bulutangkis?, 3) Seberapa besarkah pengaruh yang diberikan variasi *lob* terhadap hasil *lob* dalam permainan bulutangkis?.

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan dalam penelitian ini menjadi lebih fokus serta keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian, maka permasalahan yang ada perlu dibatasi. Oleh karena itu, penelitian ini hanya akan membahas tentang Pengaruh Pemberian Variasi Latihan *Lob* Untuk Meningkatkan Hasil *Lob* Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Pemula Putra PB. Angsapura Medan Tahun 2017.

### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: apakah pemberian variasi latihan *lob* dapat meningkatkan hasil *lob* secara signifikan dalam permainan bulutangkis pada atlet pemula putra PB. Angsapura Medan tahun 2017?

### **E. Tujuan Penelitian**

Mengingat betapa pentingnya tujuan dalam suatu kegiatan, maka yang menjadi tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa “Pengaruh Pemberian Variasi Latihan *Lob* dapat Meningkatkan Hasil *Lob* secara signifikan Dalam Permainan Bulutangkis Pada Atlet Pemula Putra PB. Angsapura Medan Tahun 2017”.

### **F. Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Bagi pemain agar meningkatkan peran aktif dan minat pemain dalam mengikuti latihan, serta meningkatkan hasil kemampuan *lob* untuk mendukung pencapaian prestasi.
2. Bagi pelatih untuk meningkatkan kreatifitas pelatih dalam membuat dan mengembangkan suatu bentuk latihan yang digunakan.
3. Bagi *club* PB. Angsapura Medan tambahan informasi dalam upaya meningkatkan pembinaan dan pengembangan prestasi olahraga dan menciptakan suasana latihan yang lebih menyenangkan.
4. Sebagai bahan masukan buat pelatih dalam memilih alternatif latihan yang akan digunakan.
5. Untuk meningkatkan kinerja pelatih dalam menjalankan tugasnya secara professional, terutama dalam mengembangkan variasi latihan.
6. Bagi peneliti ini sebagai masukan dan dapat memperkaya ilmu pengetahuan olahraga khususnya bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.