

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan kesehatan merupakan bagian integral dari system pendidikan secara keseluruhan. Secara khusus Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan social, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani. Adang Suherman (2000) menjelaskan bahwa pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian dari program pendidikan umum yang member kontribusi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak secara menyeluruh. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan pendidikan yang menggunakan aktivitas jasmani sebagai media utama mencapai tujuan pembelajaran, adapun aktivitas utamanya adalah cabang-cabang olahraga.

Di Indonesia terdapat banyak cabang olahraga yang dipertandingkan yaitu diantaranya Bulutangkis. Bulutangkis sebagai salah satu cabang olahraga permainan yang populer dan digemari oleh masyarakat Indonesia, mulai dari anak-anak sampai tingkat orang tua, laki-laki maupun perempuan.

Bulutangkis cepat menyebar di pelosok daerah-daerah dikarenakan dengan olahraga bulutangkis ini Negara Indonesia dapat dikenal di dunia International yaitu dengan prestasi-prestasi yang dicapai oleh atlet-atlet Indonesia. Dengan memasyarakatnya bulutangkis tersebut maka usaha-usaha untuk menuju

prestasi bulutangkis harus secara terus menerus digerakkan dan ditingkatkan guna mempertahankan dan meningkatkan prestasi yang telah diperoleh, agar membawa nama harum Negara Indonesia di tingkat dunia.

Tentunya prestasi tinggi yang diraih oleh atlet-atlet Indonesia tersebut dapat diperoleh melalui perjuangan yang berat dan pembinaan-pembinaan yang baik serta terprogram dengan teratur baik dari segi teknik, taktik, mental dan unsure-unsur kondisi fisiknya. Harus diakui bahwa prestasi puncak olahraga di saat ini tidak hanya mengandalkan bakat alam semata, seolah-olah juara olahraga adalah sesuatu yang dilahirkan. Anggapan semacam itu sudah harus ditinggalkan sebab sudah tidak sesuai dengan pembinaan olahraga modern. Pembinaan olahraga prestasi kini tidak hanya mengandalkan bakat saja tetapi juga pada proses atau pembinaan itu sendiri. Di dalam proses pembinaan tentu banyak hal yang harus dipertimbangkan oleh tim pelatih agar bisa menghasilkan prestasi yang baik bagi para atlet. Ungkapan bahwa juara tidak dilahirkan tetapi juara harus dibentuk dan diciptakan adalah suatu kenyataan, meskipun bakat tetap merupakan factor yang dominan.

Pada olahraga modern ini aspek pembinaan tidak bisa hanya mengandalkan bakat saja tetapi ada faktor penting lainnya yang harus diperhatikan yaitu standar antropometri dan kondisi fisik. Cooper JM (Purnomo. 2013: 67) menjelaskan bahwa Antropometri adalah pengukuran tubuh manusia yaitu pengukuran panjang, lebar, diameter, lingkar, menghitung rasio dan proporsi yang didasarkan pada dua atau lebih pengukuran, sehingga dapat digunakan untuk mengidektifikasi bentuk, ukuran serta topografi tubuh. Informasi dasar tentang struktur tubuh manusia dapat

digunakan untuk memperkirakan gaya yang bekerja pada sendi dan jaringan tubuh serta kekuatan yang dihasilkan.

Antropometri banyak diterapkan dalam bidang olahraga. Salah satu aspek penting dalam pencapaian prestasi olahraga adalah stabilisasi berat badan pada puncak penampilan. Atlet secara umum membutuhkan komposisi tubuh yang tepat, tidak berat dan tidak terlalu banyak lemak. Pengukuran antropometri dan somamotype diperlukan untuk menentukan kondisi fisik atlet. Studi mengenai terapan antropometri pada bidang olahraga akan menyinggung hal proporsi badan, performance (optimal, minimal dan maksimal berat badan) dan biomekanik (Glinka J, 2008: 78)

Atlet bulutangkis lebih banyak menggunakan kemahiran lengan dan tangan dalam permainannya. Pada olahraga ini tidak ada kontak fisik, sehingga berat badan yang rendah, tungkai yang panjang dan tubuh yang langsing lebih menguntungkan karena memungkinkan jangkauan yang jauh.

Factor penting lainnya yaitu kondisi fisik. Di dalam olahraga tidak lepas dari segi kondisi fisik, dimana menjadi factor utama berguna untuk menunjang pelaksanaan teknik dan taktik saat berlatih atau pertandingan untuk mencapai prestasi. Sajoto (2012:10) kondisi fisik adalah salah satu syarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi atlet, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan prestasi. Menurut Syarifruddin (2013:14) menyatakan bahwa kondisi fisik merupakan salah satu kemampuan dasar yang harus dimiliki setiap atlet bila ingin meraih prestasi tinggi. Persiapan fisik penting dalam latihan untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Permainan bulutangkis membutuhkan kondisi fisik agar mampu mendapatkan prestasi lebih tinggi di samping penguasaan teknik dan strategi. Komponen kondisi fisik antara lain: kekuatan, daya tahan, daya ledak otot, kecepatan, koordinasi, fleksibilitas, kelincahan, keseimbangan, ketepatan dan reaksi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui factor kondisi fisik antara lain : daya ledak otot, daya ledak otot tungkai, fleksibilitas, koordinasi mata tangan, kecepatan reaksi dan kelincahan, manakan yang dominan menentukan keterampilan bermain bulutangkis pada mahasiswa putra pembinaan prestasi bulutangkis.

Selanjutnya, pada PB. Ideal dengan PB. Putri Mayang Kota Jambi masih banyak aspek yang harus diperhatikan, berdasarkan pengamatan peneliti pada tahap observasi awal peneliti menemukan bahwa di dalam proses pembinaan atlet, tim pelatih tidak memperhatikan antropometri dan kondisi fisik atletnya dan hanya befokus pada bakat alami yang dimiliki oleh atlet itu sendiri, hal ini terlihat dari cara tim pelatih dalam melakukan proses pembinaan yaitu dengan befokus pada strategi dan praktek permainan saja, belum pernah dilakukannya tes antropometri serta kondisi fisik atlet, begitu juga dengan atlet PB. Ideal dengan PB. Putri Mayang Kota Jambi Selama ini banyak prestasi yang di peroleh namun terlihat dari fisik atlet tidak begitu tinggi, dari pengamatan tersebut peneliti ingin mengetahui apa yang menjadi faktor prestasi yang di miliki baik atlet PB. Ideal dan PB. Putri Mayang Kota Jambi.

Mengingat akan pentingnya standar antropometri dan kondisi fisik yang harus dimiliki oleh atlet, dalam hal ini yaitu atlet bulutangkis maka peneliti tertarik untuk mengadakan sebuah penelitian dengan judul “Studi Komparasi Antropometri

dan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis Pada Atlet PB. Ideal dengan PB. Putri Mayang Kota Jambi.

## **1.2. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang dipaparkan dalam latar belakang, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang mempengaruhi prestasi atlet bulutangkis yaitu:

1. Belum pernah dilakukannya tes antropometri serta kondisi fisik atlet PB. Ideali dan PB. Putri Mayang Kota Jambi.
2. Kurangnya latihan yang dilakukan atlet PB. Ideal.
3. Belum diketahuinya antropometri dan kondisi fisik atlet PB. Ideal dan PB. Putri Mayang Kota Jambi.

## **1.3. Batasan Masalah**

Agar permasalahan tidak terlalu luas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian lebih terarah. Masalah dalam penelitian ini hanya dibatasi pada; “Studi Komparasi Antropometri dan Kondisi Fisik Atlet Bulutangkis Pada Atlet PB. Ideal dengan PB. Putri Mayang Kota Jambi”.

## **1.4. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah perbedaan antropometri dan kondisi fisik atlet bulutangkis Pada Atlet PB. Ideal dengan PB. Putri Mayang Kota Jambi?

### **1.5. Tujuan Masalah**

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah perbedaan antara antropometri dan kondisi fisik atlet bulutangkis pada atlet PB. Ideal dengan PB. Putri Mayang Kota Jambi.

### **1.6. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan banyak manfaat yaitu untuk Club bulutangkis, untuk atlet, dan untuk peneliti lainnya

#### **1. Klub Bulutangkis**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi acuan atau standar yang diterapkan oleh klub bulutangkis untuk perekrutan atlet.

#### **2. Atlet Bulutangkis**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pedoman kepada atlet agar bisa menjadi atlet yang profesional untuk meraih prestasi.

#### **3. Peneliti Lainnya**

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi reference atau rujukan untuk penelitian-penelitian pada bidang bulutangkis maupun bidang olahraga lainnya.