

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan suatu kegiatan jasmani yang melibatkan beberapa aspek, dan pencapaiannya didukung oleh penerapan ilmu pengetahuan dan teknologi yang tepat guna. Tujuan olahraga adalah untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya bagi individu dan tim. Olahraga merupakan salah satu kebutuhan dalam kehidupan manusia agar tetap sehat dan bugar. Semua orang ikut serta dalam olahraga, bukan hanya karena alasan kesehatan (Jazuli, 2019). Olahraga juga merupakan aktivitas yang menyenangkan dan menghibur di tengah kesibukan, yang merupakan alasan lain mengapa orang berolahraga.

Salah satu olahraga yang sangat populer di masyarakat adalah bulutangkis. Hal ini ditunjukkan oleh banyaknya komunitas yang bermain bulutangkis dan banyaknya gedung dan lapangan bulutangkis permanen yang dibangun di tengah kota maupun di pedesaan. Mengutip dari Subardjah (2013) permainan bulutangkis adalah permainan untuk satu orang yang dapat dimainkan secara tunggal (satu orang melawan satu orang) atau ganda (dua orang melawan dua orang), dengan lapangan permainan berbentuk persegi empat dan terdiri dari net yang memisahkan area permainan pemain dan pemain lawan.

Setiap lapangan bulutangkis biasanya memiliki klub tersendiri yang berlatih di sana. Klub-klub ini berlatih untuk berbagai alasan, ada yang berlatih di lapangan bulutangkis hanya untuk mengisi waktu luang dan mengeluarkan keringat, beberapa yang lainnya untuk meningkatkan kemampuan atletik mereka dengan

latihan bulutangkis, dari usia dini dan peningkatan melalui penerapan metodologi ilmiah dalam pengetahuan yang relevan.

Teknik dasar adalah sebuah komponen yang harus dikuasai oleh seorang atlet dalam kegiatan olahraga bulutangkis. Seorang atlet dapat menggunakan teknik ini berulang kali sampai mereka benar atau bahkan dianggap mahir. Terdapat macam-macam teknik dasar dalam olahraga bulutangkis, yang meliputi: 1) Teknik memegang raket, yang mencakup pegangan jabat tangan, gebuk kasur, kampak, teknik amerika, dan pegangan tangan belakang atau *backhand*; 2) Gerakan pergelangan tangan; 3) Gerakan footwork; dan 4) Pemusatan pikiran atau konsentrasi (Tohar : 2013).

Raket adalah bagian penting yang digunakan dalam olahraga bulutangkis yang ujungnya berbentuk oval berjaring menggunakan senar, memiliki gagang dan dilengkapi dengan pegangan. Raket bulutangkis tidak berbobot lebih dari 150 gram, demikian juga raket adalah entitas pendukung dalam kategori primer dalam olahraga bulutangkis yang mana merupakan penunjang dalam melakukan olahraga bulutangkis. Berbagai jenis raket yang ada sekarang merupakan proses adaptasi atlet disaat menggunakan raket untuk dijadikan andalan dalam melakukan atau menunjukkan keahlian dalam bermain bulutangkis.

Berat raket juga memiliki peran penting dalam olahraga bulutangkis. Untuk berat yang ringan hingga berat mempunyai kelebihan dan kekurangan tersendiri, dimana atlet yang memainkan atau menggunakan dapat merasakan manfaat atau kerugian yang terdapat pada berat raket tertentu dalam melakukan teknis dasar dalam olahraga bulutangkis. Sebagai contoh ada beberapa atlet perempuan yang suka terhadap berat raket yang ringan dalam melakukan teknik dasar olahraga

bulutangkis, begitu juga dengan atlet laki-laki cenderung menggunakan raket dengan berat yang sedang untuk melakukan atau bermain bulutangkis.

Berdasarkan observasi lapangan yang dilakukan oleh peneliti, sesuai yang telah dilakukan sebelumnya yaitu melakukan studi perkuliahan magang klub olahraga bulutangkis yaitu PB. Ideal Kota Jambi. Klub bulutangkis ini memiliki atlet yang dimana masing-masing atlet memiliki beragam jenis raketnya dan juga ragam berat raketnya. Beberapa atlet belum mengetahui berat raket yang cocok untuk dipakai dalam pertandingan, dilihat dari beberapa pola permainannya beberapa atlet terkadang melakukan teknik dasar yang berlebihan (lewat dari garis lapangan) ataupun kurang (servis yang tidak masuk). Terlebih lagi untuk ukuran raket yang tidak sesuai dengan bentuk badan atlet (tidak proporsional) dapat membuat atlet kewalahan yaitu memberatkan atlet dalam memegang raket yang tidak sesuai.

Beberapa atlet memiliki pro dan kontra terhadap berat raket yang ada, dimana ada atlet yang memiliki kecenderungan memainkan jenis raket yang memiliki berat yang beragam dan mulai terbiasa untuk melakukan teknik dasar bulutangkis, ada juga atlet yang tidak bisa beradaptasi pada berat raket dan hanya ingin memainkan raket jenis tertentu untuk melakukan pertandingan atau melakukan teknik dasar pada olahraga bulutangkis.

Dari latar belakang di atas, peneliti ingin melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Pemahaman Atlet Terhadap Penggunaan Ragam Berat Raket Pada PB. Ideal Kota Jambi.”**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijabarkan, dapat diketahui bahwa identifikasi masalah yang akan dibahas dalam penelitian ini adalah :

1. Belum diketahui pemahaman penggunaan berat raket yang dipakai pada atlet.
2. Kemampuan atlet dalam mengatur kekuatan memukul dengan menggunakan berat raket tertentu masih rendah.
3. Belum adanya penelitian tentang pemahaman atlet terhadap penggunaan ragam berat dalam olahraga bulutangkis.

1.3 Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dilakukan untuk membuat penelitian ini lebih efektif, efisien, terkonsentrasi, dan dapat dipelajari lebih dalam. Peneliti akan membuat batasan masalah yang akan dikaji yaitu “Analisis Pemahaman Atlet Terhadap Penggunaan Ragam Berat Raket Pada PB. Ideal Kota Jambi”. Untuk kategori penelitiannya yaitu atlet dengan rentang umur 10-15 tahun.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalahnya, dapat disimpulkan permasalahan yang perlu diteliti sebagai berikut:

1. Bagaimana tingkat pemahaman atlet PB. Ideal Kota Jambi terhadap penggunaan ragam berat raket pada olahraga bulutangkis?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah, rumusan masalah serta batasan masalah yang telah dikemukakan, maka tujuan penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui tingkat pemahaman atlet terhadap penggunaan ragam berat raket pada olahraga bulutangkis.

1.6 Manfaat Penelitian

Dengan mempertimbangkan ruang lingkup dan masalah yang akan diteliti, penelitian ini diharapkan memiliki manfaat :

1.6.1 Manfaat Penelitian Secara Teoritis :

Manfaat penelitian ini bila disampaikan secara teoritis yaitu dapat memberikan informasi dan memberikan gambaran mengenai tingkat pemahaman atlet bulutangkis terhadap penggunaan ragam berat raket bulutangkis.

1.6.2 Manfaat Penelitian Secara Praktis :

- a. Bagi atlet, penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran maupun informasi terhadap penggunaan ragam berat raket yang memiliki peran dan fungsi tersendiri.
- b. Bagi pelatih dan pembina, dapat dijadikan sebagai acuan dalam membuat variasi latihan menggunakan ragam berat raket yang berbeda-beda.
- c. Bagi peneliti, memperluas wawasan terkait apa kendala atau tantangan yang dapat mempengaruhi penggunaan ragam berat raket dalam olahraga bulutangkis.