

ABSTRAK

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kemampuan *Footwork* Atlet Bulutangkis

Oleh: Efenda Angra Puja

Bulutangkis merupakan salah satu permainan populer yang ada di Indonesia. Komponen latihan pada atlet bulutangkis terdiri dari kondisi fisik, teknik, taktik dan mental, ke empat komponen tersebut merupakan faktor penting dalam meningkatkan prestasi atlet khususnya pada cabang bulutangkis. *Footwork* merupakan aspek penting yang harus dimiliki oleh setiap atlet bulutangkis untuk meningkatkan kualitas bermain atlet. Kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis berperan sebagai teknik untuk menghadapi serangan pukulan shuttlecock dari tim lawan. Pada penelitian ini penulis akan menjabarkan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi *footwork* pada atlet bulutangkis. Selain itu penulis juga akan mengkaji bentuk-bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuan *footwork* pada atlet bulutangkis, dengan demikian upaya untuk meningkatkan prestasi terbaik dalam permainan bulutangkis akan berjalan dengan maksimal.

Kata Kunci: Bulutangkis, *Footwork*, Kondisi Fisik.