

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KECEPATAN  
TERHADAP KEMAMPUAN *FOOTWORK* DEPAN BELAKANG ATLET  
BULUTANGKIS PB. STARKA KAYU ARO KERINCI**

**SKRIPSI**

**Untuk memenuhi sebagian persyaratan  
Memperoleh gelar sarjana pendidikan**



**RIO NARKI  
16087287/2016**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2021**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

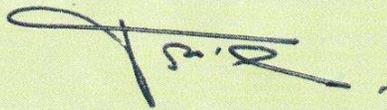
**Judul** : Kontribusi Daya Ledak Otot tungkai Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Footwork* Depan Belakang Atlet Bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci

**Nama** : Rio Narki  
**Nim/BP** : 16087287/2016  
**Program Studi** : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
**Jurusan** : Kepelatihan  
**Fakultas** : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Agustus 2021

Disetujui Oleh:

**Ketua Jurusan**



**Dr. Donie, S.Pd, M.Pd**  
NIP. 197207 199803 1 004

**Pembimbing**



**Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd, Kons**  
NIP. 195707251986031002

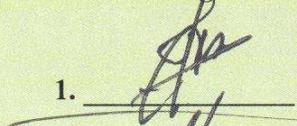
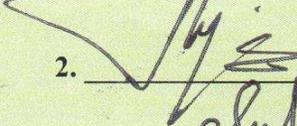
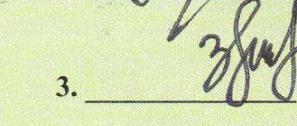
**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : Rio Narki  
NIM : 16087287/2016

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji  
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang  
dengan judul**

**Kontribusi Daya Ledak Otot tungkai Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan  
*Footwork* Depan Belakang Atlet Bulutangkis  
PB. Starka Kayu Aro Kerinci**

Padang, Agustus 2021

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd, Kons	1. 
2. Anggota : Dr. Argantos, M.Pd	2. 
3. Anggota : Eval Edmizal, S.Pd, M.Pd	3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Kontribusi Daya Ledak Otot tungkai Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Footwork* Depan Belakang Atlet Bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2021  
Yang membuat pernyataan



**Rio Narki**  
**NIM. 16087287**

## ABSTRAK

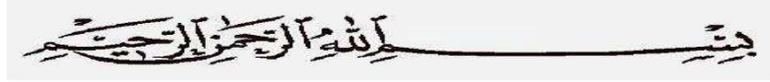
### **Rio Narki. 2021. Kontribusi Daya Ledak Otot tungkai Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Footwork* Depan Belakang Atlet Bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya prestasi yang diraih oleh atlet Bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro Kerinci. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan kecepatan terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet Bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro Kerinci.

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. Pelaksanaan penelitian dilaksanakan di PB. Staka Kayu Aro Kerinci yang bertempat di hall sangir tengah kayu aro pada bulan Februari 2021. Populasi dalam penelitian adalah seluruh atlet bulutangkis Pb. Starka kayu aro kerinci yang berjumlah 31 orang atlet. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling, maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 orang atlet putra. Instrument dalam penelitian ini menggunakan: 1) vertical jump test untuk pengukuran daya ledak otot tungkai, 2) tes lari sprint 30 meter untuk pengukuran kecepatan, dan 3) tes kemampuan *Footwork* untuk mengukur kemampuan *Footwork* depan belakang. Teknik analisis data dalam penelitian menggunakan analisis korelasi sederhana dan korelasi berganda dan untuk menentukan kontribusi masing-masing variable digunakan uji determinasi.

Hasil penelitian ini adalah: 1) Daya ledak otot tungkai memberikan kontribusi terhadap Kemampuan *Footwork* depan belakang atlet Bulutangkis Starka Kayu Aro Kerinci sebesar 21,75%, 2) Kecepatan memberikan kontribusi terhadap Kemampuan *Footwork* depan belakang atlet Bulutangkis Starka Kayu Aro Kerinci sebesar 72,77%, 3) Daya ledak otot tungkai dan kecepatan secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap Kemampuan *Footwork* depan belakang atlet Bulutangkis Starka Kayu Aro Kerinci sebesar 72,78%

## KATA PENGANTAR



Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah Subhanallahu Wa Ta'ala, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “ Kontribusi Daya Ledak Otot tungkai Dan Kecepatan Terhadap Kemampuan *Footwork* Depan Belakang Atlet Bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci”. Kemudian, salawat beriring salam kita ucapkan kepada Nabi Muhammad Salallahu A'laihi Wassalam yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliyah ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan. Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih kepada:

1. Kepada kedua orang tua yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Bapak Dr. Tjung Hauw Sin, M.Pd. Kons, Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penelitian skripsi ini.

3. Bapak Dr. Alnedral, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan untuk segera menyelesaikan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd, Ketua Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya menyelesaikan proposal penelitian.
5. Bapak Dr. Argantos, M.Pd dan Bapak Eval Edmizal, S.Pd, M.Pd, dewan kontributor yang telah memberikan masukan dan saran dalam penulisan skripsi.
6. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama peneliti mengikuti perkuliahan.
7. Kepada karyawan Tata Usaha Jurusan Kepeleatihan yang telah memberikan bantuan secara administratif sehingga peneliti dapat mengikuti ujian skripsi ini.
8. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan skripsi ini.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Subhanallahu Wa Ta'ala memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Agustus 2021

Peneliti

## DAFTAR ISI

<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABLE</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	10
1. Kemampuan <i>Footwork</i> .....	10
2. Hakekat daya ledak otot tungkai .....	13
3. Kecepatan .....	16
B. Penelitian Yang Relevan .....	17
C. Kerangka Konseptual .....	18
D. Hipotesis Penelitian .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	21
B. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	21
C. Populasi Dan Sampel .....	21
D. Defensi Operasional .....	22
E. Jenis Dan Sumber Data .....	23
F. Prosedur Penelitian .....	23
G. Istrumen Penelitian .....	24
H. Teknik Analisis Data .....	30

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data .....	32
1. Daya ledak Otot Tungkai .....	32
2. Kecepatan .....	34
3. Kemampuan <i>Footwork</i> Depan Belakang .....	35
B. Uji Persyaratan Analisis .....	37
C. Pengujian Hipotesis .....	38
D. Pembahasan .....	42
1. Terdapat Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	42
2. Terdapat Kontribusi Kecepatan Terhadap Kemampuan <i>Footwork</i> Depan Belakang atlet Bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci ..	43
3. Terdapat Kontribusi Antara Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kecepatan Secara Bersama-sama Terhadap Kemampuan <i>Footwork</i> atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	45
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	48
B. Saran .....	48
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>50</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Table</b>	<b>Halaman</b>
1. Kejuaraan yang pernah diikuti .....	6
2. Populasi penelitian .....	22
3. Sampel penelitian .....	22
4. Susunan kepanitian tes .....	24
5. Normal Lompat Tegak .....	26
6. Distribusi Frekuensi Dayaledak Otot Tungkai Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	32
7. Distribusi Frekuensi Kecepatan Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci.....	34
8. Distribusi Frekuensi Kemampuan <i>Footwork</i> Depan Belakang Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	36
9. Uji Normalitas dengan Lilliefors .....	37
10. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Dayaledak otot tungkai dengan Kemampuan <i>Footwork</i> depan belakang Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	38
11. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Kecepatan Dengan Kemampuan <i>Footwork</i> depan belakang Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	40
12. Rangkuman Uji korelasi dan Uji signifikansi Koefisien Korelasi antara Kecepatan dengan Kemampuan <i>Footwork</i> depan belakang Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	41

## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1. Gerakan <i>Footwork</i> .....	13
Gambar 2. Otot Tungkai Bagian Atas.....	15
Gambar 3. Otot Tungkai Bagian Bawah.....	15
Gambar 4. Kerangka Konseptual .....	19
Gambar 5. Tes Loncat Tegak.....	26
Gambar 6. Tes Kecepatan .....	28
Gambar 7. Tes <i>Footwork</i> Depan Belakang.....	29
Gambar 8. Histogram Data Daya ledak otot tungkai Atlet bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	33
Gambar 9. Histogram Data Kecepatan Atlet Bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	35
Gambar 10. Histogram Data Kemampuan <i>Footwork</i> Depan Belakang Atlet Bulutangkis Pb. Starka Kayu Aro kerinci .....	37

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan salah satu aktifitas yang diperlukan oleh tubuh, karena melalui olahraga ini kita dapat memperoleh kebanggaan jasmani. Sampai saat ini olahraga memberikan kontribusi yang positif dan nyata terhadap peningkatan kesehatan masyarakat. Disisi lain olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam menyampaian sebuah prestasi, serta olahraga dijadikan tempat untuk mejalin silaturahmi antara masyarakat didunia maupun masyarakat di Indonesia. Hal ini terbukti dengan berlomba-lombanya masyarakat Indonesia melakukan kegiatan olahraga, bahkan sering melakukan kompetensi kompetensi yang bersifat daerah, nasional maupun internasional.

Pembinaan olahraga prestasi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi olahraga. Dalam undang-undang RI Nomor 3 tahun 2005 tentang sistim dan pengembangan olahraga prestasi pada pasal 27 ayat 4 yang menyatakan bahwa :

“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetensi secara berjenjang dan berkelanjutan. Yang dimaksud dengan masyarakat dalam ketentuan ini adalah induk-induk organisasi, organisasi olahraga fungsional, sanggar-sanggar, perkumpulan atau klub olahraga lain yang ada dalam masyarakat serta masyarakat lain yang berperan serta dalam pembinaan dan pengembangan olahraga”.

Pemmainan bulutangkis adalah salah satu cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat diseluruh dunia, tidak terkecuali diindonesia. Hal ini dapat dilihat dengan banyak nya masyarakat yang ikut serta dalam setiap kegiatan olahraga bulutangkis yang diselenggarakan, baik dalam pertandingan tingkat RT hingga tingkat dunia, seperti thomas cup dan uber cup atau olimpiade.

Jambi merupakan salah satu provinsi di Indonesia yang sangat peduli terhadap perkembangan bulutangkis. Dilihat dari banyaknya diselenggarakan turnamen diprovinsi jambi seperti, gubernur cup, kapolda cup, Angso duo cup. Diharapkan dari diselenggarakannya turnamen diprovinsi Jambi sebagai wahana pembinaan atlet diprovinsi Jambi dan melalui kejuaraan bulutangkis ini terjaring atlet-atlet yang berbakat, yang bisa mengangkat dan mengharumkan nama provinsi Jambi di tingkat nasional maupun internasional.

Kerinci merupakan salah satu Kabupaten di provinsi Jambi yang sangat peduli terhadap pembinaan olahraga bulutangkis, secara berkesinambungan dengan tujuan mendapatkan bibit berpotensi yang siap membawa nama daerah ke tingkat nasional maupun internasional. Bulutangkis sendiri di Kabupaten Kerinci sudah cukup populer dan dilihat dari adanya beberapa klub atau persatuan bulutangkis (PB) di Kerinci seperti, PB. Starka, PB. Juanda sport, PB. Bintang Tiga, PB. Merapi, PB. Volanda Power. Yang berdiri dan membina atlet-atlet yang berbakat. Ini lah potensi yang dapat dikembangkan dalam meraih prestasi yang baik.

Dalam meningkatkan prestasi atlet bulutangkis yang baik diperlukannya faktor internal dan eksternal. Ada pun faktor internal meliputi : (1). Kondisi fisik,

(2) Tektik, (3). Taktik (4). Mental. Sedangkan untuk faktor eksternal meliputi :  
(1). Pelatih yang berkualitas, (2). Sarana prasarana, (3). Gizi yang seimbang, (4).  
Motivasi.

Atlet bulutangkis sangat membutuhkan kualitas kondisi fisik yang baik. Komponen-komponen dasar dari kondisi fisik tersebut meliputi kekuatan (*strength*), kecepatan (*speed*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), dan koordinasi (*coordination*) gerak yang baik (Syafuruddin, 1999:36). Peningkatan prestasi olahraga bulutangkis merupakan hal yang sangat rumit dan kompleks, karena sangat banyak faktor yang mempengaruhi untuk mencapai prestasi yang maksimal, salah satunya faktor kondisi fisik tersebut.

Daya ledak merupakan suatu komponen biomotorik dalam kegiatan olahraga, karena daya ledak menentukan seberapa keras orang memukul, seberapa jauh orang melempar dan menendang, seberapa tinggi orang melompat serta seberapa cepat orang berlari dan lain sebagainya. Keseimbangan adalah kemampuan untuk mempertahankan pusat gravitasi pada bidang tumpu terutama ketika saat posisi tegak. Kelincahan merupakan kemampuan fisik mengubah secara cepat arah atau bagian tubuh tanpa gangguan pada keseimbangan.

Selain daya ledak, keseimbangan, kelincahan dalam bermain bulutangkis dibutuhkan kecepatan. Menurut Bafirman dan Apri “kecepatan adalah kemampuan tubuh mengarahkan semua sistemnya dalam melawan beban, jarak dan waktu yang menghasilkan kerja mekanik”. Didalam permainan bulutangkis

kecepatan digunakan pada saat mengambil shuttlecock dari arah sulit di terjangkau.

Mempersiapkan kondisi fisik, seorang pemain bulutangkis yang baik dan berprestasi dituntut untuk memahami dan menguasai salah satu komponen dasar yaitu teknik dasar permainan bulutangkis. Teknik dasar dalam permainan bulutangkis adalah penguasaan pokok yang harus dipahami dan dikuasai oleh setiap pemain dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis (Tohar, 1992: 34). Ada beberapa teknik dalam bulutangkis yang harus dikuasai oleh pemain yang meliputi; pegangan reket (*grip*), olah kaki (*Footwork*), teknik pukulan seperti servis, *lob*, *smash*, *drop shot* dan *drive*. Salah satu teknik yang harus dikuasai setiap pemain bulutangkis adalah olah kaki (*Footwork*). Olah kaki ini memiliki peranan yang sangat penting dalam permainan bulutangkis. Tujuan olah kaki adalah agar atlet dapat bergerak efisien segala pejuruan lapangan.

*Footwork* adalah gerak-gerak langkah kaki yang mengatur badan untuk menempatkan posisi badan sedemikian rupa sehingga memudahkan dalam melakukan gerakan memukul *shuttlecock* sesuai dengan posisinya. Cara mengatur *Footwork* yang baik mutlak diperlukan oleh seorang pemain bulutangkis. Dengan penguasaan kerja kaki yang baik, seorang pemain akan mampu bergerak seefisien mungkin ke semua bagian dalam lapangannya.

Menurut Zarwan ( 2010 : 122 ) “tujuan *Footwork* dalam permainan bulutangkis adalah supaya pemain dapat bergerak seefisien mungkin ke segala arah.” Menurut Pudjianto yang dikutip Zarwan (2010 : 123 ) “ketepatan dan keterampilan gerak kaki dalam permainan bulutangkis menjadi amat penting, karena

dengan *Footwork* yang bagus akan membawa kita dengan cepat dan tepat ke arah *shuttlecock* jatuh”. Taktik dan strategi merupakan rencana yang digunakan untuk dapat meraih kemenangan. Untuk menerapkan taktik dan strategi dengan efektif dan baik, harus didukung kemampuan fisik dan teknik adalah persyaratan untuk menerapkan penguasaan taktik dan strategi dalam salah satu pertandingan cabang olahraga khususnya pada cabang bulutangkis.

Kemudian untuk menerapkan taktik dan strategi dalam olahraga bulutangkis juga membutuhkan mental yang baik juga. Karena mental merupakan keseluruhan unsur dari kejiwaan seseorang. Mental sangat lah dibutuhkan dalam permainan bulutangkis, karena atlet harus mampu mengedalikan emosi, supaya atlet tidak stres dilapangan pertandingan. Pelatih yang berkualitas diperlukan untuk meningkatkan prestasi olahraga karena pelatih yang berpengetahuan luas akan dapat mengembangkan keterampilan motorik dan prestasi atlet.

Di samping itu ada juga faktor lain untuk menjadi penentu keberhasilan atlet yaitu, sarana prasaran untuk penunjang keberhasilan prestasi atlet seperti lapangan bulutangkis, raket, sepatu raket, net, shuttlecock, yang kesemuanya sangat membantu dalam pelaksanaan proses pembinaan prestasi atlet. Selain itu juga harus diseimbangkan dengan gizi yang seimbang untuk atlet karena percuma saja atlet dilatih dengan keras setiap hari sedangkan asupan gizi nya tidak diperhatikan. Kemampuan atlet tersebut tidak akan maksimal karena untuk meraih prestasi atlet membutuhkan fisik yang sehat dan bugar, salah satu hal untuk dukungn nya adalah dengan memenuhi asupan gizi si atlet. Motivasi sangat lah berpengaruh dalam pembinaan prestasi karena motivasi dapat diartikan dorongan

atau semangat yang ada dalam diri atlet. Atlet yang memiliki motivasi tinggi dalam belajar suatu keterampilan tentu akan lebih cepat mendapatkan dan menguasai suatu keterampilan suatu cabang olahraga dari pada orang yang rendah atau kurang motivasi.

PB. Starka Kayu Aro merupakan Club Bulutangkis yang berada di kabupaten kerinci. PB. Starka Kayu Aro salah satu Club Bulutangkis yang cukup ternama di kalangan pebulutangkis khususnya di dalam kabupaten kerinci yang disebabkan banyaknya kejuaraan yang telah diikuti.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan pelatih PB. Starka Kayu Aro Kerinci bapak Andrika Yulius S.Pd, PB. Starka Kayu Aro pernah mengikuti pertandingan sebagai berikut.

**Tabel 1. Kejuaraan yang pernah diikuti**

No	Kejuaraan	tahun	keterangan
1	Bupati cup	2018	Semi final
2	Hut kabupaten kerinci	2019	Tidak lolos dari grup
3	Kayu aro cup se-prov. Jambi	2021	Tidak lolos dari grup

**Sumber : Pelatih atlet bulutangkis Klub PB Starka Kayu Aro Kerinci**

Melihat data hasil pertandingan PB. Staka Kayu Aro Kerinci belum pernah juara. Maka disimpulkan prestasi olahraga bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci rendah. Penulis melihat kemampuan *Footwork* depan belakang atlet belum baik. Hal ini terlihat gerakan kaki, banyak langkah kaki yang masih lambat, koordinasi gerakan kaki yang kurang baik, dan gerakan kaki yang kurang efektif, sehingga pemain tidak dapat bergerak seefisien mungkin ke segala bagian dari lapangan, sehingga dengan kondisi ini atlet kesulitan dalam mengejar dan

mengembalikan *shuttlecock*, kondisi ini tentunya akan menguntungkan bagi pihak lawan untuk memperoleh poin. Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan *Footwork* depan belakang seseorang dalam permainan bulutangkis diantaranya kondisi fisik diantaranya, daya ledak otot tungkai, kecepatan, kelincihan dan keseimbangan.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Daya ledak otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang
2. Kecepatan berkontribusi terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang
3. Kelincihan berkontribusi terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang
4. Kesimbangan berkontribusi terhadap kemampuan *footwoork* depan belakang

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan idenfikasi masalah serta mengingat kertebatasan yang ada pada diri penulis maka tidak semua masalah yang diidentifikasi di atas dapat diteliti menyeluruh, maka penulis hanya membatasi masalah pada : daya ledak otot tungkai dan kecepatan sebagai variabel bebas, sedangkan kemampuan *Footwork* depan belakang atlet bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci sebagai variabel terikat

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet bulutangkis PB. Staraka Kayu Aro Kerinci ?
2. Seberapa besar kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet bulu tangkis PB. Starka kayu aro kerinci ?
3. Seberapa besar kontribusi daya ledak otot tungkai dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar :

1. Kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet bulu tangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci.
2. Kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet bulutangkis PB. Starka Kayu Aro Kerinci.
3. Kontribusi daya ledak otot tungkai dan kecepatan secara bersama-sama terhadap kemampuan *Footwork* depan belakang atlet PB.Starka Kayu Aro Kerinci.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian ini nanti diharapkan nantinya bermanfaat bagi :

1. Penulis sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pada jurusan pendidikan kepelatihan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Pengurus dan pelatih sebagai bahan masukan dan pertimbangan dalam usaha dan upaya dalam meningkatkan kemampuan teknik bermain bulutangkis, seperti kemampuan teknik *Footwork* depan belakang.
3. Atlet sebagai pendoman dalam meningkatkan kemampuan teknik *Footwork* depan belakang dengan melatih daya ledak otot tungkai dan kecepatan.
4. Sebagai bahan bacaan atau refensi bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan.
5. Sebagai pengembangan ilmu, masukan dan referensi untuk menambah kajian teori bagi penulis.