

**HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELENTUKAN  
TERHADAP KEMAMPUAN SMASH ATLET PERSATUAN  
BULUTANGKIS TUANKU TABING KABUPATEN SOLOK**

**SKRIPSI**

*Diajukan Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Olahraga*



**Oleh:  
DERI AKBAR  
NIM. 1107519/2011**

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN  
JURUSAN KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul: Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Terhadap Kemampuan *Smash* Atlet Persatuan Bulutangkis Tuanku Tabing Kabupaten Solok

Nama : Deri Akbar  
NIM/BP : 1107519/2011  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang  
Padang, Mei 2018

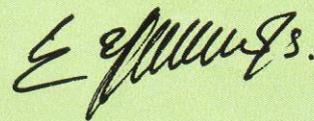
Disetujui Oleh

Pembimbing I



dr. Arif Fadli Muchlis, M.Biomed  
NIP. 19730822200604 1 001

Pembimbing II



Endang Sepdanius, S.Si, M.Or  
NIP.19890926201504 1 002

Mengetahui

Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi



Dr. Wilda Wellis, SP, M.Kes  
NIP. 19700512199903 2 001

## HALAMAN PENGESAHANSKRIPSI

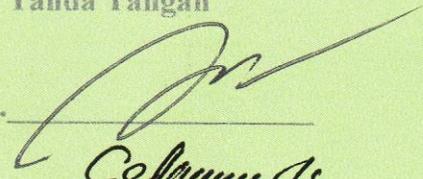
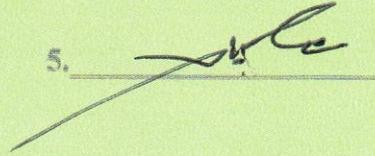
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Program Studi Ilmu Keolahragaan  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang*

### HUBUNGAN DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN KELENTUKAN TERHADAP KEMAMPUAN SMASH ATLET PERSATUAN BULUTANGKIS TUANKU TABINGKABUPATEN SOLOK

Nama : Deri Akbar  
NIM/BP : 1107519/2011  
Program Studi : Ilmu Keolahragaan  
Jurusan : Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Universitas : Universitas Negeri Padang

Padang, Mei 2018

#### Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: dr. Arif Fadli Muchlis, M.Biomed	1. 
2. Sekretaris	: Endang Sepdanjus, S.si, M.Or	2. 
3. Anggota	: Drs. Abu Bakar, M.Si	3. 
4. Anggota	: Dr. Wilda Wellis, SP, M,Kes	4. 
5. Anggota	: Fahmil Haris, S.Pd, M.Pd	5. 

## ABSTRAK

**Deri Akbar (2018): Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Kemampuan *Smash* Atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok**

Masalah penelitian adalah rendahnya Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Kemampuan *smash* Atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Kemampuan *smash* Atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah Seluruh atlet bulutangkis yang berlatih di PB Tuanku Tabing yang berjumlah 20 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik total sampling. Jadi, Sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. Variabel kemampuan *Smash* menggunakan tes kemampuan *smash*, variabel daya ledak otot tungkai diukur dengan *vertical jump test* dan variabel kelentukan diukur dengan *brige up*. Data dianalisis dengan menggunakan *product moment*.

Hasil dari analisis data diperoleh : (1) Dari hasil diperoleh Daya Ledak Otot Tungkai mempunyai hubungan yang signifikan terhadap Kemampuan *smash* Atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok , ditandai dengan hasil yang diperoleh  $t_{hitung} = 2,48 > t_{tabel} = 1,729$  dan diterima kebenarannya secara empiris. (2) Dari hasil diperoleh Kelentukan mempunyai hubungan yang signifikan terhadap Kemampuan *smash* Atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok , ditandai dengan hasil yang diperoleh  $t_{hitung} = 2,47 > t_{tabel} = 1,729$  dan diterima kebenarannya secara empiris. (3) Terdapat hubungan yang signifikan secara bersama-sama antara Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Kemampuan *smash* Atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok , di tandai dengan hasil yang diperoleh  $F_{hitung} = 7,61 > F_{tabel} = 3,59$  dan diterima kebenarannya secara empiris.

***Kata Kunci : Daya Ledak Otot Tungkai, Kelentukan, Kemampuan Smash.***

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul " **Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Kemampuan *Smash* Atlet Persatuan Bulutangkis Tuanku Tabing Kabupaten Solok**".

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada Jurusan Kesehatan dan Rekreasi 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. Rektor Universitas Negeri Padang Bapak Prof. Ganefri, Ph.D, yang telah memberi berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan program studi Ilmu Keolahragaan Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Bapak Dr. Syafrizar, M.Pd, yang telah memberikan kesempatan saya untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
3. Ketua Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Ibu Dr. Wilda Welis, SP.M.Kes, yang telah memberikan izin dalam melakukan penelitian ini.

4. Bapak dr.Arif Fadli Muchlis,M.Biomed, selaku Pembimbing I yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Proposal hingga penelitian ini siap dilaksanakan.
5. Bapak Endang Sepdanius, S.Si. M.Or selaku Pembimbing II yang telah memberikan masukan serta arahan dalam penulisan Proposal hingga Penelitian ini diselesaikan.
6. Bapak Drs.Abu Bakar,M,Si, Ibuk Dr.Wilda Wellis, SP, M.Kes, Bapak Fahmil Haris,S.Pd,M.Pd, selaku Penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penulisan Proposal hingga penelitian ini selesai dilaksanakan.
7. Seluruh Bapak dan Ibuk Dosen/staf pengajar Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan masukan dan motivasi dalam penulisan Proposal sampai Penelitian ini siap dilaksanakan.
8. Bapak dan Ibuk karyawan/tata usaha Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kemudahan, pelayanan dan memfasilitasi peneliti sehingga Penelitian ini selesai dilaksanakan.
9. Kepada ke 2 orang tua ku tercinta dan saudara-saudara ku atas segala kasih sayang dan do'a yang selalu tercurah kepada peneliti dan memberikan dorongan moril maupun materil sepanjang waktu.
10. Seluruh rekan-rekan seperjuangan mahasiswa Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Terima kasih yang teristimewa pada keluarga dan seluruh sahabat tersayang yang selalu membantu dalam susah maupun senang dan selalu mendo'akan serta memberikan bantuan moral, moril dan materi sehingga penelitian ini dapat diselesaikan. Atas segala bantuan, bimbingan dan pengorbanan tersebut diatas, semoga mendapat berkah dari Allah SWT. Amin-amin ya rabbal'alamin.

Padang, Mei 2018

Peneliti

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	v
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	8
C. Pembatasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori.....	10
1. Olahraga Bulutangkis .....	10
2. Teknik Dasar Bulutangkis .....	11
3. Kemampuan <i>Smash</i> .....	13
4. Daya Ledak OtotTungkai.....	15
5. Kelentukan .....	18
B. Kerangka Konseptual .....	21
C. Hipotesis .....	22
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	23
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi Dan Sampel.....	23
D. Defenisi Operasional .....	24
E. Jenis Sumber Data .....	25

F. Teknik Pengumpulan Data .....	25
G. Instrumen Penelitian .....	25
H. Teknik Analisis Data .....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN</b>	
A. Deskripsi Data .....	32
1. Kemampuan <i>Smash</i> .....	32
2. Daya Ledak Otot Tungkai .....	34
3. Kelentukan .....	35
B. Uji Persyaratan Analisis .....	36
C. Uji Hipotesis .....	37
1. Uji Hipotesis Satu .....	37
2. Uji Hipotesis Dua .....	38
3. Uji Hipotesis Tiga .....	39
D. Pembahasan .....	40
1. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkao Terhadap Kemampuan smash .....	40
2. Hubungan Kelentukan terhadap Kemampuan Smash .....	42
3. Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap kemampuan Smash .....	43
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	45
B. Saran .....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	47
<b>LAMPIRAN</b> .....	48

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Tabel Populasi .....	24
2. Tabel Penilaian tes Kemampuan Smash .....	29
3. Tabel Distribusi Frekuensi Kemampuan Smash .....	33
4. Tabel Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai .....	34
5. Tabel Frekuensi Kelentukan .....	35
6. Tabel Rangkuman Uji Normlitas .....	37
7. Tabel Rangkuman Uji Signifikan Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kempuan smash .....	38
8. Tabel Rangkuman Uji signifikan Korelasi Kelentukan Terhadap Kemampuan Smash.....	39
9. Tabel Rangkuman Uji Signifikan korelasi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan terhadap Kemampuan Smash .....	40

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Otot Tungkai .....	16
2. Kerangka Konseptual .....	22
3. Tes <i>Standing Broad Jump</i> .....	26
4. Tes Brige up .....	27
5. Lapangan Tes Kemampuan Smash .....	28
6. Histogram kemampuan Smash.....	33
7. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai .....	35
8. Histogram Kelentukan .....	36

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Data Mentah.....	48
2. Rekap Hasil Data.....	49
3. Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai .....	50
4. Normalitas Kelentukan.....	51
5. Normalitas Kemampuan Smash.....	52
6. Tabel Kerja Analisis Korelasi .....	54
7. Daftar Tabel Luas Kurva.....	57
8. Tabel Uji Liliefors.....	58
9. Tabel Nilai Product Moment.....	59
10. Dokumentasi Penelitian .....	60

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang Masalah**

Pembangunan di bidang pendidikan jasmani mdengan melakukan keegiatan olahraga sebagaimana yang diharapkan pemerintah pada segenap lapisan masyarakat yang bertujuan untuk mengolahragakan masyarakat dan memasyarakatkan olahraga. Hal ini penting guna meningkatkan prestasi olahraga dan kebugaran jasmani bagi masyarakat luas. Pembangunan bidang olahraga di Indonesia dilaksanakan dalam rangka pembangunan manusia secara terarah, terpadu, dan menyeluruh melalui berbagai kegiatan produktif dan reaktif, karena itu olahraga bisa mempunyai arti dan fungsi tersendiri dalam membina individu dan masyarakat.

Di Indonesia, olahraga dimasyarakat tidak hanya untuk kepentingan kependidikan, rekreasi,dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi. Hal ini dijelaskan dalam Undang-undang RI Nomor 3 tahun 2005 tentang sistem Keolahragaan Nasional pada BAB II pasal 4 bahwa:

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak yang mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serat mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Dari uraian di atas, dapat disimpulkan bahwa pembinaan olahraga adalah salah satu usaha dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Dengan diadakan latihan, dapat meningkatkan kesegaran jasmani pemuda pemudi Inonesia sehingga nantinya menjadi penerus bangsa yang berkualitas.

Olahraga merupakan salah satu sarana belajar bagi para pemuda karena didalam olahraga banyak hal yang diajarkan. Tujuan dari olahraga itu sendiri adalah memelihara meningkatkan kesehatan, kebugaran, prestasi, kualitas hidup manusia, menanamkan nilai moral, sportivitas, disiplin, membina persatuan kesatuan bangsa, dan memperkuat ketahanan nasional. Pembinaan dibidang olahraga harus ditangani sedini mungkin, guna mencapai mencapai generasi-generai muda penerus yang berprestasi dan mengharumkan nama bangsa dimasa yang akan datang. Salah satu cabang olahraga yang diharapkan mampu mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa adalah cabang olahraga bulutangkis.

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga dalam kelompok permainan, dapat dimainkan di dalam maupun di luar ruangan. Lapangan bulutangkis persegi panjang dibagi dua sama besar yang dipisahkan oleh net. Alat yang dipergunakan untuk bermain bulutangkis adalah raket sebagai pemukul dan *shuttlecock* sebagai bola yang dipukul. Menurut Donie (2009:71) “Teknik dasar bermain bulutangkis meliputi *grip* (pegangan), *footwork* (pengaturan kerja kaki), *stroke* (penguasaan pukulan) dan penguasaan pola permainan”

Perkembangan bulutangkis di Indonesia tidak dapat dipisahkan dengan perkembangan bangsa Indonesia, sejak masa sebelum revolusi fisik, gerakan kemerdekaan, sampai dengan periode pembangunan masa orde baru ini. Beberapa orang Belanda membawa jenis cabang olahraga ini, serta pelajar-

pelajar Indonesia yang pulang belajar dari luar negeri, dengan cepat menjadikan cabang olahraga ini degemari oleh masyarakat.

Dari perkembangan olahraga bulutangkis ditingkat nasional yang begitu pesat maka dari itu dilihat pula perkembangan bulutangkis di Sumatra Barat. Boleh dikatakan sudah mulai berkembang, mengapa sudah bisa dikatakan mulai berkembang, karena telah diselenggarakannya kejuaraan di tingkat Sumatra Barat, seperti kejuaraan bulutangkis Gubernur Cup dan kejuaraan daerah antar kabupaten / kota se-sumatra barat.

Pembinaan prestasi olahraga bulutangkis dapat dilakukan pada *club-club* dan persatuan bulutangkis (PB). Salah satu bentuk pembinaan prestasi bulutangkis di Sumatra Barat di Kabupaten Solok adalah PB Tuanku Tabing salah satu tempat pembinaan prestasi atlet yang berbakat.

Untuk meningkatkan prestasi dalam olahraga perlu adanya usaha yang maksimal dan kerja keras, serta dalam mempertimbangkan semua faktor yang mempengaruhinya. Adapun faktor yang mempengaruhinya menurut Syafruddin (2011:54) “Kemampuan seorang atau atlet dalam pertandingan atau kompetisi pada dasarnya ditentukan oleh empat faktor yaitu : kondisi fisik, teknik, taktik, danmental”.

Kondisi fisik merupakan unsur atau kemampuan dasar yang harus dimiliki setiap atlet untuk meraih suatu prestasi olahraga. Menurut Grosser dalam Syafruddin (2011:65) “Kondisi fisik dalam olahraga sebagai semua kemampuan yang membatasi prestasi”. Kemampuan tersebut meliputi kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan. Berdasarkan pendapat

beberapa ahli di atas, disimpulkan bahwa semua unsur kondisi fisik tersebut menjadi dasar untuk mempelajari dan meningkatkan keterampilan teknik olahraga, tanpa kondisi fisik yang baik sulit bagi seorang atlet untuk menguasai suatu teknik dalam permainan bulutangkis khususnya.

Selanjutnya faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga adalah teknik, teknik merupakan keterampilan khusus yang harus dikuasai oleh setiap atlet, khususnya cabang olahraga bulutangkis. Penguasaan teknik yang baik sangat mendukung dalam penguasaan lapangan pada saat pertandingan yang juga akan berdampak pada raihan sebuah kemenangan, karena hampir semua teknik pukulan dalam permainan bulutangkis bertujuan untuk mengembalikan *cock* ke arah lawan dengan sebaik-baiknya.

Berdasarkan penjelasan di atas, disimpulkan bahwa untuk meningkatkan prestasi olahraga harus didasari empat faktor, yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Empat faktor ini yang merupakan faktor penentu dalam peningkatan prestasi olahraga. Jika keempat faktor ini sudah dikuasai dengan baik oleh seorang atlet maka prestasi optimal akan mampu diraih. Untuk itu perlu dilakukan pembinaan secara menyeluruh dan sistematis dalam meningkatkan prestasi olahraga, khususnya pada olahraga bulutangkis agar atlet mampu eraih prestasi.

Kondisi fisik adalah kemampuan fisik atau kesanggupan tubuh seorang dalam bekerja dan berolahraga. Kondisi fisik merupakan keadaan yang meliputi empat faktor kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelentukan, dan koordinasi. Menurut Helge dan Manfredt dalam Syafruddin (2011:98) “kekuatan merupakan kemampuan untuk menggerakkan sebuah masa (tubuh

sendiri) dan juga untuk mengatasi suatu beban melalui kerja otot”. Sedangkan Jonata dan Krempel dalam Syafruddin (2011:98) “kekuatan dapat di defenisikan sebagai secara fisiologis dan secara fisikalis, kekuatan merupakan kemampuan dasar kondisi fisik. Tanpa kekuatan seseorang tidak bisa melompat, mendorong, menarik, dan lain sebagainya. Dan begitu juga dengan kekuatan orang tidak bisa berlari cepat, melempar, memukul dan lain-lain.

Kecepatan adalah salah satu elemen kondisi fisik yang sangat penting. Kecepatan merupakan kemampuan untuk menyelesaikan suatu jarak tertentu dengan cepat Bempa dalam Syafruddin (2011:122) “kecepatan dapat diartikan dari dua sudut pandang yaitu secara fisiologis, kecepatan diartikan sebagai kemampuan untuk melakukan gerakan dalam satu satuan waktu tertentu yang ditentukan oleh fleksibilitas tubuh. Kecepatan sangat tergantung dari kekuatan, karna tanpa kekuatan kecepatan tidak dapat dikembangkan. Jika seorang atlet ingin mengembangkan keceatan maksimalnya maka ia juga harus mengembangkan kekuatannya.

Daya tahan dapat diartikan dari berbagai sisi pandang antara lain dari berbagai kebutuhan olahraganya, durasi dan intensitas untuk kerjanya, keterlibatan otot yang bekerja aktif dan dapat dilihat dari sisi sifatnya. Namun yang paling umum diartikan melalui sudut pandang metabolisme energinya, dilihat dari sisi kebutuhan olahraganya ada daya tahan umum dan daya tahan khusus.

Kelentukan adalah salah satu elemen kondisi fisik yang menentukan dalam mempelajari keterampilan gerak, mencegah cedera, mengembangkan kemampuan kekuatan, kecepatan, daya tahan, kelincahan, dan kooordinasi.

Kelentukan berbicara tentang kemampuan fungsi persendian seperti sendi bahu, lutut, kaki, pinggul, pergelangan tangan dan lain-lain.

Koordinasi merupakan salah satu elemen kondisi fisik yang relatif sulit didefinisikan secara tepat karena fungsinya sangat terkait dengan elemen-elemen kondisi fisik yang lain, dan sangat ditentukan oleh komponen sistem persaratan pusat. Menurut Jhonat dan Krempel dalam Syafrudin (2011:169) “koordinasi merupakan kerja sama sistem persaratan pusat sebagai sistem yang telah diselaraskan oleh prose ransangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalannya suatu gerakan secara terarah”. Koordinasi adalah kemampuan yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerak.

Teknik *smash* yang efektif dan efisien akan mempermudah atlet memukul dan mengerjakan bola dengan cepat dan tepat sehingga diharapkan memudahkan atlet memperoleh poin. Adapun faktor yang mempengaruhi baiknya pukulan *smash* seorang atlet seperti daya ledak otot tungkai, koordinasi mata tangan, kelentukan, dan keseimbangan. Diantaranya mempengaruhi kemampuan *smash* atlet adalah daya ledak otot tungkai dan kelentukan. Kelentukan dalam hal ini yaitu kelentukan pinggang. Daya ledak otot tungkai sangat mempengaruhi ketika seorang melakukan teknik pukulan *smash*. Semakin kuat daya ledak otot tungkai bekerja, maka semakin bagus kemampuan *smash*. Begitu juga dengan kelentukan pinggang, ketika atlet melakukan teknik pukulan *smash* kelentukan pinggang berfungsi menghasilkan gerakan yang efisien dan atlet dengan leluasa mengarahkan *shuttlecock* ke daerah lapangan lawan. Dengan demikian daya ledak otot tungkai yang kuat dan diiringi kelentukan pinggang yang baik, maka kemampuan *smash* yang dihasilkan akan efektif.

Namun dalam pelaksanaan pembinaan cabang olahraga bulutangkis ini masih terdapat permasalahan diantaranya seperti belum terealisasinya fungsi tugas dan peran pelatih, program latihan, dan metode latihan. Permasalahan tersebut diduga disebabkan karena belum terlaksananya pembinaan yang baik pada cabang olahraga bulutangkis itu sendiri. Pembinaan yang dilakukan belum mampu memberikan hasil yang memuaskan karena atlet belum mampu menunjukkan prestasi yang diharapkan.

PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok dalam pertandingan kelompok umur yang telah diikuti biasanya memperoleh kemenangan atau juara dan tidak pernah gagal menyumbangkan medali, tapi akhir-akhir ini prestasi tersebut mengalami penurunan.

Menurut data yang diperoleh dari Bed Hendri selaku pelatih bulutangkis PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok, selama mengikuti turnamen lima tahun terakhir mengalami penurunan atlet dari PB tuanku tabing hanya mampu mempersembahkan paling banyak dua medali perak dari banyak nomor yang dipertandingkan.

Menurunnya prestasi atlet PB Tuanku Tabing karena rendahnya tingkat kemampuan teknik pukulan smash sehingga mempengaruhi perolehan poin atlet seaktu bertanding. Sebaik apapun kondisi fisiknya akan percuma jika tidak diiringi dengan keterampilan teknik yang bagus di lapangan, yang salah satu ketrampilan tekniknya adalah teknik pukulan smash.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti melakukan penelitian dengan melihat hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan terhadap kemampuan *smash* atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.

## B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diidentifikasi beberapa persoalan sebagai berikut:

1. Rendahnya Daya tahan atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.
2. Rendahnya Daya ledak otot atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.
3. Rendahnya Kelentukan atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.
4. Rendahnya kemampuan *smash* atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.

## C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ditemukan, banyak faktor yang mempengaruhi ketepatan pukulan jumpin samash PB Tuanku Tabing. Mengingat luasnya permasalahan dan keterbatasan yang ada pada peneliti perlu adanya batasan masalah agar ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Penelitian ini dibatasi pada variabel bebas hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan sedangkan variabel terikat kemampuan *smash*.

## D. Rumusan Masalah

Sebuah penelitian tidak terlepas dari permasalahan sehingga perlu kiranya permasalahan itu diteliti dan dipecahkan setelah diketahui dan dipahami latar belakang masalahnya maka rumusan masalahnya adalah:

1. Bagaimana hubungan daya ledak otot tungkai dengan kemampuan *smash* atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.?
2. Bagaimana hubungan kelentukan dengan kemampuan *smash* atlet PB. TuankuTabing Kabupaten Solok.?
3. Bagaimana hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan secara bersamaan dengan kemampuan *smash* atlet PB. TuankuTabing Kabupaten Solok ?

### **E. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Seberapa besar hubungan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan smash atlet PB. Tuanku Tabing Kabupaten Solok
2. Seberapa besar hubungan kelentukan terhadap kemampuan smash atlet PB. Tuanku Tabing Kabupaten Solok.
3. Seberapa besar hubungan daya ledak otot tungkai dan kelentukan terhadap kemampuan smash atlet PB. Tuanku Tabing Kabupaten Solok.

### **F. Manfaat Penelitian**

1. Bagi penulis, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Bagi penulis, sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bagi atlet, sebagai informasi dan pengetahuan tentang keterampilan teknik dasar bulutangkis.
4. Bagi pelatih, sebagai bahan masukan untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar atlet PB Tuanku Tabing Kabupaten Solok.
5. Sebagai bahan bacaan dan referensi tambahan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.