

**KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELENTUKAN TERHADAP
KEMAMPUAN *FOOTWORK* PADA ATLET PB. CLASEO
PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar sarjana
Pendidikan di Jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahrgaan
Universitas Negeri Padang*



OLEH

YANGKI CESPIRA

NIM:2007/85576

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN UJIAN SKRIPSI

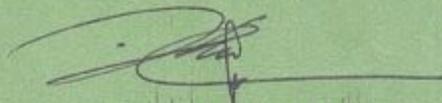
Judul : Kontribusi Kecepatan dan Kelentukan terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Bulutangkis PB. Claseo Padang

Nama : Yangki Cespira
BP / NIM : 2007/85576
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan Olahraga

Padang, September 2012

Disetujui Oleh :

Pembimbing I



Drs. Hendri Irawadi, M.Pd
NIP. 19600514 198503 1 002

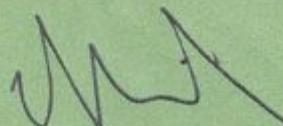
Pembimbing II



Donje, S.Pd, M.Pd
NIP. 19720717 199803 1 004

Diketahui:

Ketua Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

**“KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELENTUKAN TERHADAP
KEMAMPUAN *FOOTWORK* PADA ATLET PB.CLASEO
PADANG”**

Nama : Yangki Cespira
NIM/Bp : 85576/2007
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2012

Tim Penguji :

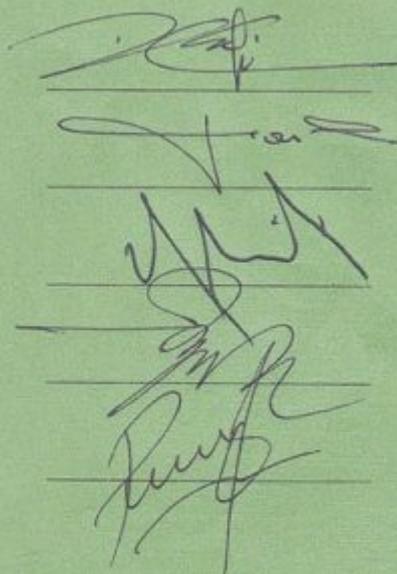
Ketua : Drs. Hendri Irawadi, M.Pd

Sekretaris : Donie, S.Pd, M.Pd

Angota : Drs. Maidarman, M.pd

Drs. Umar, MS, AIFO

Padli, S.Si, M.Pd

The image shows four handwritten signatures in black ink, each written over a horizontal line. The signatures are arranged vertically, corresponding to the names listed on the left. The first signature is for the Chairman, the second for the Secretary, and the next two for the members of the committee.

ABSTRAK

Yangki Cespira (2012). Kontribusi Kecepatan dan Kelentukan terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Bulutangkis PB.Claseo Padang

Jenis penelitian ini adalah penelitian *korelasional*. Penelitian ini bertujuan untuk untuk mengungkapkan 1) Kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *footwork*, 2) Kontribusi kelentukan terhadap terhadap *footwork*, 3) Kontribusi kecepatan dan kelentukan secara bersama-sama terhadap terhadap kemampuan *footwork* atlet PB.Claseo Padang.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet PB. Claseo Padang yang berjumlah 32 orang. Keseluruhan dari sampel penelitian ini berjumlah 11 orang yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Data penelitian didapatkan dengan tes lari 30 meter , *flexsiometer* dan tes kemampuan *footwork*. Kemudian dianalisis dengan *correlation product moment* sederhana dan untuk mengetahui kontribusi ditentukan melalui analisis korelasi doolittle.

Hasil analisis menyimpulkan: **1)** Terdapat kontribusi yang signifikan antara variabel kecepatan (X_1) dan variabel *footwork* (Y) dengan kontribusi sebesar 49 %, **2)** Terdapat kontribusi yang signifikan antara variabel kelentukan (X_2) dengan *footwork* dengan kontribusi sebesar 13 %, **3)** Terdapat kontribusi yang signifikan antara variabel kecepatan (X_1) dan kelentukan (X_2) terhadap *footwork* (Y) dengan kontribusi sebesar 63 %

Kata kunci: Kecepatan, Kelentukan dan Kemampuan *Footwork*

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti sampaikan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahNya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Kontribusi Kecepatan dan Kelentukan terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Bulutangkis PB. Claseo”**. Shalawat beserta salam peneliti sampaikan kepada Nabi Besar Muhammad SAW.

Penulisan skripsi ini didasari atas suatu permasalahan yang muncul dalam bidang olahraga yang dikemas dalam sebuah penelitian. Selama proses penulisan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan yang berupa sumbangan fikiran, bimbingan dan saran dari beberapa pihak. Untuk itu pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Bapak Drs. Arsil, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku ketua jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga
3. Bapak Drs. Hendri Irawadi, M.Pd selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, serta saran selama proses penulisan skripsi ini hingga selesai
4. Bapak Donie, S.Pd, M.Pd selaku pembimbing II yang telah berusaha membimbing dan mengarahkan hingga skripsi ini selesai
5. Bapak Drs.Maidarman, M.Pd, Drs. Umar ,MS, AIFO, dan Padli, S.Si, M.Pd selaku penguji

6. Kedua orang tua dan keluarga besar yang telah memberikan bantuan secara moril dan materil yang sangat berguna dalam penyelesaian skripsi ini
7. Keluarga besar Drs. Dawiar Nawawi yang telah memberikan dukungan dan bantuan secara moril
8. Ucapan terima kasih kepada Winda Budi Asri, SH yang telah memberikan motivasi yang sangat berarti dalam penyelesaian skripsi ini
9. Adik ku Hurry Febriane yang selalu mendukungku dalam penyelesaian skripsi ini
10. Rekan rekan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan terutama jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan skripsi ini, untuk itu peneliti berharap dan menerima kritik, saran yang bersifat membangun dari semua pihak guna kesempurnaannya. Akhir kata peneliti mengucapkan maaf apabila ada kesalahan dalam penulisan. Semoga skripsi ini berguna bagi pembaca dan pihak yang membutuhkannya.

Padang, September 2012

Yangki Cespira

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI	i
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI	ii
ABSTRAK	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	10
C. Pembatasan Masalah	11
D. Perumusan Masalah	11
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat Penelitian	12
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori	14
1. Bulutangkis	14
2. Kemampuan <i>Footwork</i>	16
3. Kecepatan	19
4. Kelentukan	21

B. Kerangka Konseptual	25
C. Hipotesis.....	27
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian.....	28
B. Tempat dan Waktu Penelitian	28
C. Populasi dan Sampel	28
D. Defenisi Operasional.....	29
E. Jenis dan Sumber Data	31
F. Instrumen Penelitian.....	31
G. Teknik Pengumpulan Data.....	36
H. Prosedur Penelitian.....	36
I. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskkripsi Data Penelitian.....	40
B. Pengujian Persyaratan Analisis	44
• Uji Normalitas.....	44
C. Analisis dan Hasil Penelitian.....	45
D. Pembahasan.....	48
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan.....	52
B. Saran.....	52
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN.....	54

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi atlet PB.Claseo	30
2. Daftar nama pengawas dan pelaksana tes.....	36
3. Contoh format pengambilan data sampel.....	37
4. Deskriptif data penelitian.....	40
5. Distribusi frekwensi data kecepatan.....	40
6. Distribusi frekwensi data kelentukan.....	42
7. Distribusi frekwensi kemampuan <i>footwork</i>	43
8. Uji normalitas data	45
9. Uji homogenitas data.....	45
10. Tabel Korelasi dan Signifikansi X_1 Terhadap Y	46
11. Tabel Korelasi dan Signifikansi X_2 Terhadap Y	47
12. Tabel Korelasi dan Distribusi (F) X_1 dan X_2 Terhadap Y	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Langkah bergantian.....	23
2. Langkah berturut-turut	24
3. Kerangka konseptual	27
4. Tes kelentukan	34
5. Tes kemampuan <i>footwork</i>	35
6. Histogram Data Kecepatan	41
7. Histogram Data Kelentukan.....	42
8. Histogram Data Kelentukan.....	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 Data penelitian	54
2. Uji normalitas kecepatan (X_1).....	55
3. Uji normalitas kelentukan (X_2)	56
4. Uji normalitas kemampuan <i>footwork</i> (Y)	57
5. Uji homogenitas varian	58
6. Analisis korelasi data kecepatan (X_1) dengan <i>footwork</i> (Y)	59
7. Analisis korelasi data kelentukan (X_2) dengan <i>footwork</i> (Y).....	60
8. Analisis korelasi data kecepatan (X_1) dengan kelentukan (X_2)	61
9. Perhitungan korelasi ganda	62
10. Analisis Korelasi Doolittle	63
11. Pengujian signifikansi korelasi ganda dan koefisien determinasi.....	64
12. Surat izin penelitian	
13. Surat tera alat	
14. Surat telah melakukan penelitian	
14. Dokumentasi	

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga merupakan salah satu kegiatan untuk mencapai kebugaran jasmani. Untuk memperoleh hasil yang maksimal, pelaksanaan olahraga harus dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan. Selain untuk mencapai kebugaran jasmani, pelaksanaan olahraga juga bertujuan untuk mencapai prestasi hal tersebut dijelaskan dalam UU RI N0 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional yang berbunyi:

“Keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Selanjutnya salah satu olahraga prestasi yang populer di Indonesia ialah cabang olahraga bulutangkis yang merupakan cabang olahraga yang berasal dari India. Kepopuleran permainan bulutangkis disebabkan permainan ini dapat dimainkan oleh siapa saja baik perempuan maupun laki-laki. Selain itu pertandingan bulutangkis juga sering diadakan mulai dari pedesaan hingga ke daerah yang lebih maju (kota). Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya masyarakat yang bermain bulutangkis baik di ruangan tertutup (*indoor*) dan lapangan terbuka (*outdoor*). Biasanya orang-orang yang melakukan permainan ini bertujuan diantaranya adalah sebagai 1) olahraga rekreasi, 2)

olahraga pendidikan, 3) olahraga kesehatan atau media untuk meningkatkan kebugaran jasmani, dan 4) olahraga prestasi.

Permainan bulutangkis sebagai olahraga prestasi mendapat perhatian yang relatif besar dari masyarakat yang ditunjukkan dengan dukungan dan pembinaan melalui berbagai wadah yang salah satunya adalah sekolah atau diklat yang dilakukan oleh pengurus cabang persatuan bulutangkis seluruh Indonesia (pengcab PBSI). Wadah ini merupakan wujud kepedulian masyarakat terhadap perkembangan bulutangkis dan upaya pencapaian terhadap prestasi yang setinggi-tingginya. Sekolah atau diklat bulutangkis sebagai wadah pembinaan olahraga bulu tangkis usia dini mulai banyak bermunculan di daerah-daerah. Dalam upaya pembinaan, keberadaan diklat bulutangkis menempati posisi penting, karena para pesertanya adalah anak-anak usia sekolah yang merupakan bibit-bibit atau sumber daya manusia yang sangat diharapkan bagi perkembangan prestasi olahraga bulutangkis di masa mendatang.

Dengan bermunculan atlet-atlet usia dini di tingkat nasional akan berdampak sebagai penerus generasi atlet atau pemain senior. Oleh karena itu, atlet atau pemain usia dini yang berpotensi hendaknya perlu dibina agar menjadi atlet atau pemain bulutangkis yang dapat bersaing di tingkat nasional, regional, maupun internasional. Berkaitan dengan prestasi cabang olahraga bulutangkis Indonesia menunjukkan fakta bahwa atlet-atlet bulutangkis Indonesia telah meraih beberapa turnamen dan kejuaraan yang bertaraf internasional, diantaranya: piala Thomas sebanyak 8 kali, Piala Uber 3 kali,

Rudi Hartono juara All England 8 kali, Susi Susanti 4 kali, Liem Swi King 3 kali, dan pasangan ganda putra Cristian Hadinata dengan Ade Chandra 2 kali. Bahkan, di tahun 2005 seorang atlet muda bernama Taufik Hidayat telah meraih juara dunia pada kejuaraan World cup Championship di Amerika Serikat dan menjadi Juara Olympic Game di Athena.

Keberhasilan atlet tersebut, dikarenakan atlet berlatih secara teratur, sistematis dan berkesinambungan dengan didukung oleh kualitas kepelatihan, manajemen kepelatihan olahraga, peningkatan dalam pengadaan sarana dan prasarana latihan yang memadai. Selain itu juga harus memperhatikan aspek-aspek latihan seperti: teknik, taktik, fisik, dan mental yang baik. Djide (1979:71) menjelaskan bahwa:

“*Training* pada dasarnya mengandung empat aspek, antara lain: 1) *Physical training*, 2) *technical training*, 3) *tactical training*, 4) *mental training*” . Suharno (1975:6) menyatakan bahwa “Tugas utama *training* sesuai dengan urutan penekanan latihan sebagai berikut: 1) pembentukan *physik* serata latihan-latihan kondisi *physik*. Unsur-unsur yang dibentuk serta dikembangkan meliputi *speed, endurance, strength, agiliti, flexibility, accuracy, balance dan coordinatie* 2) pembentukan teknik dasar maupun teknik tinggi untuk menjadikan *automatisme* penguasaannya sesuai dengan cabang olahraga yang diikutinya 3) pembentukan taktik dalam arti mematangkan sistem, pola yang tipenya bertahan dan menyerang 4) pembentukan mental bertanding sesuai dengan unsur-unsur psikologis yang diperlukan dalam cabang olahraganya 5) pembentukan kematangan juara dalam arti mematangkan keselarasan antara tindakan dan proses mental dalam bertanding” .

Dalam permainan bulu tangkis kemampuan pemain ditentukan oleh penguasaan teknik dasar yang baik, oleh karena itu penguasaan teknik dasar mutlak diperlukan agar prestasi dapat ditingkatkan. Untuk dapat bermain bulutangkis, maka seorang pemain harus menguasai teknik permainan

bulutangkis seperti: *grips*, *stand*, *footwork*, dan *strokes*. Mengenai hal ini, Subardjah (2000:21) menjelaskan bahwa:

“Keterampilan dasar atau teknik dasar permainan bulu tangkis yang perlu dipelajari secara umum dapat dikelompokkan kedalam beberapa bagian yaitu: 1) cara memegang raket (*grips*), 2) sikap berdiri (*stance*), 3) gerakan kaki (*footwork*), dan 4) pukulan (*strokes*). Mengacu pada penjelasan tersebut, dapat disimpulkan bahwa teknik dasar dalam permainan bulutangkis dapat diklasifikasikan menjadi empat macam, yaitu: 1) teknik memegang raket (*grips*), 2) teknik menguasai posisi berdiri (*stance*), 3) teknik mengatur kerja kaki (*footworks*), dan 4) teknik menguasai pukulan (*strokes*)”.

Footwork adalah gerak kaki untuk mendekatkan diri pada posisi jatuhnya *shuttlecock*, sehingga pemain dapat melakukan pukulan dengan mudah (Syahri, 2007). *Footwork* dapat dilakukan maju-mundur, ke kiri ke kanan, atau menyudut. Teknik ini merupakan dasar untuk bisa menghasilkan pukulan berkualitas, tentu apabila dilakukan dalam posisi yang baik. Untuk bisa memukul dengan posisi baik, seorang atlet harus memiliki kecepatan gerak. Kecepatan gerak kaki tidak bisa dicapai apabila *footwork*nya tidak teratur. Oleh karenanya, perlu diusahakan untuk melakukan latihan kekuatan, kecepatan, dan keteraturan kaki dalam setiap langkah, baik pada saat pemukulan *shuttlecock* (menyerang) maupun pada saat penerimaannya (bertahan).

Menurut PBSI (2005:17) “langkah kaki yang benar dalam permainan bulutangkis sangat penting dikuasai secara benar oleh setiap pemain”. Seperti yang disampaikan Pudjianto dalam Zarwan (2009:77) “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 mana *shuttlecock* jatuh”. Tujuan dari *footwork* yaitu supaya pemain dapat bergerak seefisien mungkin ke segala arah, untuk itu kemampuan *footwork* atlet bulutangkis harus baik.

Sikap dan langkah kaki yang baik dalam permainan bulutangkis sangat penting dikuasai oleh atlet, karena permainan ini adalah permainan yang cepat dan berusaha agar *shuttlecock* tidak jatuh di lantai, maka para pemain selalu berusaha untuk bergerak ke segala arah dengan cepat. Selain itu *footwork* juga dapat meningkatkan kualitas keterampilan memukul dan menutupi sisi lapangan. Apabila *footwork* tidak dikuasai dengan baik maka akan dapat berpengaruh terhadap hasil pukulan dan juga keseimbangan serta mempersulit untuk kembali keposisi awal untuk melakukan pukulan berikutnya.

Untuk menjadi pemain bulutangkis yang berprestasi perlu dilakukan pembinaan prestasi yang jelas. Dalam UU RI NO 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan dinyatakan bahwa “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional dan internasional”

Berdasarkan bunyi pasal diatas, diketahui bahwa prestasi olahraga tingkat daerah, nasional, dan internasional akan tercapai apabila adanya pembinaan prestasi yang terstruktur dengan jelas. Pelaksanaan pembinaan tersebut akan lebih baik apabila dilakukan oleh orang-orang yang berkompeten dibidangnya. Pembinaan yang dilakukan untuk pencapaian prestasi olahraga dapat berupa pembinaan kondisi fisik, teknik, mental dan

sebagainya. Pembinaan kondisi fisik dalam pencapaian prestasi cabang olahraga bulutangkis merupakan pembinaan dasar yang harus dilakukan. Hal tersebut disebabkan permainan bulutangkis membutuhkan kondisi fisik yang sangat kompleks. Menurut Tohar (1992:112) kondisi fisik yang dibutuhkan dalam permainan bulutangkis terdiri dari daya ledak, daya tahan, kecepatan, kelincahan, kelentukan, dan kekuatan. Kesemua unsur kondisi fisik tersebut perlu dilatih agar masing masing unsur kondisi fisik dapat berfungsi sebagai mana mestinya.

Selanjutnya adalah kecepatan, Kecepatan diartikan sebagai kemampuan tubuh melakukan gerakan sebanyak mungkin dalam waktu tertentu. Atau dapat juga diartikan sebagai kemampuan tubuh melakukan suatu gerakan dengan waktu yang sesingkat mungkin. Secara fisiologis kecepatan diartikan sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan (fleksibilitas), proses sistem persyarafan dan alat-alat otot untuk melakukan gerakan-gerakan dalam satu satuan waktu tertentu. Sedangkan secara fisikalis kecepatan dapat diartikan sebagai jarak dibagi waktu, dan hasil dari pengaruh kekuatan terhadap tubuh yang bergerak, dimana kekuatan dapat mempercepat gerakan tubuh (Syafuruddin, 1992:56). Kecepatan dapat terlihat dalam melakukan *footwork*, yang mana atlet harus mampu bergerak dengan kecepatan setinggi mungkin sehingga mendapatkan posisi *cock* yang baik dan memudahkan dalam melakukan serangan ke daerah lawan.

Menurut Donie (2009:114) salah satu fungsi kondisi fisik dalam permainan bulutangkis adalah untuk melakukan gerak dasar yang terdiri dari

melangkah, berlari cepat, berlari mundur, bergerak mundur, bergerak kesamping kanan dan kiri, melompat dan sebagainya yang secara umum membutuhkan kondisi fisik yang sangat kompleks seperti daya tahan, daya ledak, kekuatan, kelincahan dan kecepatan. Tanpa adanya kondisi fisik yang baik seseorang akan kesulitan untuk melakukan teknik- teknik yang ada.

Berkaitan dengan fungsi masing masing unsur kondisi fisik yang dibutuhkan dalam permainan bulutangkis, maka dapat disebutkan daya tahan sebagai kemampuan untuk mengatasi kelelahan dalam waktu yang lama memiliki fungsi untuk mengatasi kelelahan dalam melakukan teknik teknik yang terdapat dalam permainan bulutangkis dalam waktu yang lama. Adapun kegunaan daya ledak dalam permainan bulutangkis ialah untuk memberikan hasil pukulan yang kuat dalam waktu yang sangat singkat, dan kelentukan berguna untuk mengarahkan pukulan kesasaran yang telah ditentukan dengan tepat dan juga dapat berguna untuk mempertahankan posisi tubuh, daya ledak otot tungkai dan kecepatan terlihat fungsinya pada saat melakukan gerakan olah kaki seperti melompat, melangkah, bergeser kekanan dan kekiri.

Kondisi fisik yang baik saja tidak cukup dijadikan sebagai modal dalam pencapaian prestasi. Selain kondisi fisik yang baik, hal lain yang dibutuhkan dalam pencapaian prestasi juga dibutuhkan penguasaan teknik yang terdiri dari teknik dasar dan teknik pukulan. Menurut Tohar (1992:34) teknik dasar adalah penguasaan pokok yang harus dikuasai oleh setiap pemain dalam melakukan kegiatan bermain bulutangkis yang meliputi; pegangan reket (*grip*), olah kaki (*footwork*).

Selanjutnya teknik yang harus dikuasai untuk mencapai prestasi olahraga bulutangkis ialah teknik pukulan. Menurut Zarwan (2009:24) penguasaan teknik pukulan sangat diperlukan dalam pencapaian prestasi. Namun demikian penguasaan teknik pukulan tidak akan berarti tanpa diimbangi dengan kondisi fisik yang baik. Dengan demikian baik kondisi fisik maupun teknik harus dalam keadaan baik. Kedua hal tersebut saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. Adapun beberapa teknik pukulan harus dikuasai oleh seorang pemain bulutangkis seperti servis, *lob*, *smash*, *drop shop* dan *drive*.

Selain mempersiapkan kondisi fisik dan teknik, seorang pemain bulutangkis yang baik dan berprestasi dituntut dengan baik 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). Salah satu teknik yang harus dikuasai oleh setiap pemain bulutangkis adalah teknik *footwork*.

Kebanyakan dari pemain kurang menyadari akan pentingnya peranan *footwork* tersebut, sehingga mereka lebih mementingkan teknik pukulan dan bermain terus menerus. Akibat dari kebiasaan ini kalau tidak cepat diatasi maka akan sulit bagi pemain untuk mengembangkan permainannya, sebab *shuttlecock* yang ditempatkan oleh lawan seperti ke depan, ke belakang, silang samping kiri dan kanan sangat memerlukan *footwork* yang bagus.

Menurut James pelatih PB. Claseo, banyak atlet yang berlatih di PB. Claseo ini mempunyai prestasi yang cukup baik. Salah satu contoh adalah pada saat pertandingan memperingati 100 tahun hari jadi Semen Padang yang di selenggarakan di Haal PT. Semen Padang. Pertandingan ini mencakup 3 Provinsi yaitu , Sumatera Barat, Riau, dan Jambi. Banyak atlet dari PB Claseo ini yang bertanding sampai partai semifinal, final, bahkan menjadi juara di kelompok umurnya masing – masing.

Selain itu ada juga salah satu atlet dari PB. Claseo yang mengikuti seleksi PB. Jarum yaitu Rizwan Arbi. Walaupun atlet tersebut belum lolos dalam seleksi tapi itu sudah membuktikan bahwa atlet yang berlatih di PB. Claseo benar – benar serius dalam latihan, untuk mencapai tujuan untuk menjadi Atlet Nasional.

Masih banyak kejuaraan yang di ikuti PB. Claseo Padang baik tingkat Provinsi maupun tingkat Nasional, tapi di tingkat Nasional atlet ini masih belum bisa berbuat banyak, mungkin disebabkan oleh masih kurangnya teknik, taktik, dan mental atlet tersebut. Sebagai mana telah dijelaskan di atas banyak sekali teknik, kondisi fisik yang sangat diperlukan dalam bulutangkis. Salah satu teknik yang sangat berpengaruh adalah *footwork*, dan kondisi fisik yang juga berperan adalah kelentukan.

Realita yang terjadi di lapangan pada atlet yang berlatih di PB.Claseo Kota Padang masih yaitu terlihat dari banyaknya atlet yang terlambat bergerak dalam menutupi semua sisi lapangan. Kemudian dari pengamatan penulis masih ada terlihat atlet bergerak dalam usaha mengejar dan

mengembalikan *cock* yang tidak diikuti dengan pola langkah yang baik, sehingga atlet terlihat kaku dan gerak cenderung kurang efektif dan efisien sehingga bola yang dikembalikan tidak tepat sasaran dan mungkin juga akan tinggi dan pertahanan akan mudah untuk diserang atau di *smash*. Kalau kesalahan ini terjadi secara terus menerus, ini akan menguntungkan pihak lawan, dikarenakan setiap kesalahan yang kita lakukan akan menghasilkan point untuk lawan.

Melihat pentingnya *footwork* dalam menciptakan peluang untuk memperluas sasaran pukulan untuk menjatuhkan *shuttlecock*, maka apabila dibiarkan kesalahan yang terjadi dalam pelaksanaan *footwork* akan mengganggu pencapaian prestasi para atlet yang berlatih di PB CLASEO dalam melakukan permainan bulutangkis. Untuk itu penulis merasa bahwa permasalahan ini patut untuk diteliti. Adapun judul penelitian ini ialah “Kontribusi Kecepatan dan Kelentukan Terhadap Kemampuan *Footwork* Dalam Olahraga Bulutangkis di PB Claseo.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dalam penelitian ini, penulis mengidentifikasi beberapa hal berikut:

1. Seberapa besar kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis?
2. Seberapa besar kontribusi kelentukan terhadap kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis?

3. Seberapa besar kontribusi kekuatan terhadap kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis?
4. Seberapa besar kontribusi daya tahan terhadap kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis?
5. Seberapa besar kontribusi kecepatan dan kelentukan secara bersama-sama terhadap kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis?
6. Seberapa besar kontribusi teknik terhadap kemampuan *footwork*?
7. Seberapa besar kontribusi mental terhadap kemampuan *footwork*?
8. Seberapa besar kontribusi sarana dan prasarana terhadap kemampuan *footwork*?
9. Seberapa besar kontribusi taktik dan strategi terhadap kemampuan *footwork*?

C. Pembatasan masalah

Banyaknya faktor yang mempengaruhi kemampuan *footwork* dalam permainan bulutangkis, penulis membatasi permasalahan penelitian ini pada kontribusi kecepatan dan kelentukan terhadap kemampuan *footwork* di PB CLASEO Padang.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah diatas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Seberapa besar kecepatan berkontribusi terhadap kemampuan *footwork* atlet PB.Claseo Padang?

2. Seberapa besar kelentukan berkontribusi terhadap kemampuan *footwork* atlet PB.Claseo Padang?
3. Seberapa besar kecepatan dan kelentukan berkontribusi secara bersama-sama terhadap kemampuan *footwork* atlet PB.Claseo Padang?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kecepatan terhadap kemampuan *footwork* atlet di PB. Claseo Padang.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi Kelentukan terhadap kemampuan *footwork* atlet di PB. Claseo Padang.
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kecepatan dan kelentukan secara bersama-sama terhadap kemampuan *footwork* atlet di PB. Claseo Padang.

F. Manfaat penelitian

Adapun manfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini diantaranya:

1. Bagi penulis dalam menyelesaikan tugas akhir perkuliahan dan memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan.
2. Bagi pelatih sebagai bahan acuan dalam mengajarkan teknik kemampuan *footwork* yang baik dan cepat.
3. Bagi mahasiswa sebagai ajuan dalam meningkatkan kemampuan kecepatan dan kelentukan pinggang terhadap kemampuan *footwork*.

4. Bagi mahasiswa sebagai bahan referensi di Perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.