

**KONTRIBUSI DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI DAN DAYA LEDAK OTOT  
LENGAN TERHADAP KETEPATAN SMASH ATLET PB GAJAH BERLIAN  
KOTA PADANG**

**(Studi korelasional Pada Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang Untuk Memenuhi Sebagai  
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan)**

**SKRIPSI**



**Oleh**

**PANJI PUTRA PRADANA  
2013/1303331**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
JURUSAN KEPELATIHAN  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2019**

**HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING**

Judul : Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot  
lengan Dengan Ketepatan *Smash* Pemain Bulutangkis PB.  
Gajah Berlian Kota Padang

Nama : Panji Putra Pradana

Bp / Nim : 2013/1303331

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga


Jurusan : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2019

**Disetujui Oleh:**

**Pembimbing**



**Dr. Umar, M. S. AIFO**

**NIP. 19610615 198703 1 003**

**Diketahui:**

**Ketua Jurusan Kepelatihan**



**Dr. Umar, M. S. AIFO**

**NIP. 19610615 198703 1 003**

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Di Depan Tim Penguji Skripsi  
Jurusan Pendidikan kepelatihan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

**“Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan  
terhadap Ketepatan Smash Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang”**

Nama : Panji Putra Pradana  
NIM : 1303331  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Jurusan : Kepelatihan  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

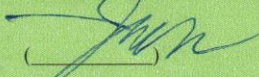


Padang, Februari 2019

Tim Penguji

Tim Penguji

1. Ketua : Dr. Umar, M.S. AIFO  
2. Anggota : Dr. Donic, S.Pd. M.Pd  
: Sari Mariati, S.Si. M.Pd

Tanda Tangan

  
( )  
  
( )  
  
( )

بِاللَّهِ حَسْبُ الْعَالَمِينَ

“Sesungguhnya jika kamu bersyukur pasti kami akan menambah (nikmat) kepadamu, dan jika kamu mengingkari (nikmat), maka sesungguhnya azabku sangatlah pedih.”

(QS.Ibrahim :17)

Ya Allah...

Hari ini telah Engkau tambahkan nikmat kepada hamba Mu ini, dengan selesainya penulisan skripsi yang begitu berat aku jalani, tetapi dengan kehendakMu semuanya berjalan dengan semestinya.

Ya Allah...

Jadikanlah hambamu ini, termasuk orang-orang yang pandai mensyukuri nikmatmu, dan bimbinglah hamba Mu ini agar tak menjadi orang yang kufur nikmat serta tak tersesat ditengah banyaknya limpahan nikmat Mu....

Ya Allah....

*Kupersembahkan karyaku ini untuk keluargaku yang tercinta Ayah dan ibunda (Mukhlis dan Kaminar) serta yang teristimewa*

*(Hempi Yolanda)*

*yang menemani hidupku semoga kita selalu bersama dalam suka dan duka selamanya*

*Terimakasih atas dorongan, semangat, bantuan , do'a serta kebahagiaan dan kebersamaan, sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.*

*To My Friends and Family...*

*Angkatan 2013 tanpa disebutkan satu persatu, kalian adalah mybest friend yang pasti akan slalu kurindukan, serta Kepala Sekolah dan Staf Guru SMAN 06 Kota Padang dan Pengurus PB Gajah Berlian Kota Padang yang selalu memotivasi agar aku cepat menyelesaikan penulisan skripsi ini...*

*to My Family...*

*Kedua Orang Tua Q*

*Adik Q ( Randi Dwi Pangga, Noval Muhammad Junarlis, Farel Pebrian )*

*Tante dan acik Q (Novia Warmi, S.Pd, Afrimal S.Pd, M.Pd)*

*serta semua*

*keponakan Q dan keluarga besar tanpa disebut satu persatu...*

*Thank's For All*

**PANJI PUTRA PRADANA**

## ABSTRAK

**PANJI PUTRA PRADANA, 2019: Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan, Terhadap Ketepatan *Smash* Atlet Pb Gajah Berlian Kota Padang**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui apakah ada kontribusi daya ledak otot tungkai, daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *smash* atlet PB. Gajah Berlian Kota Padang. Jenis penelitian ini korelasi ganda, sampelnya semua atlet laki-laki PB Gajah Berlian Kota Padang yang berjumlah 18 orang, kemudian data diolah dengan teknik korelasi *product moment*. Sebelum data diolah terlebih dahulu akan dilakukan uji *normalitas* data dan uji *homogenitas*. Uji *normalitas* yang bertujuan untuk mengetahui apakah kelompok sampel berasal dari populasi yang berdistribusi normal atau tidak, dan menguji *normalitas* dilakukan uji *lilifour*, sedangkan uji *homogenitas* bertujuan untuk melihat apakah kelompok data homogen atau tidak, untuk mendapatkan hal tersebut digunakan uji F jika populasi berdistribusi normal dan kelompok data homogen, maka dipakailah korelasi *product moment*.

Berdasarkan analisis statistik data dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan. Daya ledak otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan Ketepatan *Smash* Bulutangkis Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang, dengan hasil  $t_{hitung} 3,0526 > t_{tabel} 1,81$ . didapat besaran kontribusi sebesar 48,05%. Daya ledak otot lengan berkontribusi terhadap kemampuan Ketepatan *Smash* Bulutangkis Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang, dengan perolehan  $t_{hitung} 2,8095 > t_{tabel} 1,81$  dengan besaran kontribusi sebesar 44,15%. Daya ledak otot tungkai secara bersamaan dengan daya ledak otot lengan berkontribusi terhadap Ketepatan *Smash* Bulutangkis Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang, dengan perolehan  $F_{hitung} 16,52 > F_{tabel} 4,46$  dengan kontribusi sebesar 78,59%

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan terhadap Ketaptan *Smash* Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang”, adalah asli karya saya sendiri.
2. Skripsi ini benar-benar murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain kecuali pembimbing.
3. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas sebagai bahan acuan atau kutipan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan didalam kepustakaan, dan mengikuti tata penulisan karya ilmiah lazim.
4. Karya tulis ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan aturan yang berlaku di Universitas Negeri Padang.

Demikianlah pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar, dalam kondisi sehat dan dengan sepenuh hati, serta tanpa paksaan dari siapapun.

Padang, Januari 2019

Yang Membuat Pernyataan



Panji Putra Pradana

## KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karuni-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang Berjudul “Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Ledak Otot Lengan terhadap Kemampuan *Smash* Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang”.

Penulisan Skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar sarjana pendidikan di fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun material, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada: Dr. Zalpendi, M.Kes. AIFO Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

1. Dr. Umar, M.S. AIFO selaku pembimbing 1 Yang telah memberikan arahan dan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
2. Dr. Umar, M.S. AIFO Selaku Ketua Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
3. Dr. Donie, S.Pd. M.Pd, Sari Mariati, S.Si. M.Pd. Selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.



4. Seluruh staf pengajar dan karyawan fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang
5. Tim pengelola, pelatih dan staf pembantu PB. Gajah Berlian Kota Padang yang telah memperbolehkan saya untuk melaksanakan penelitian ku ini sehingga sampai selesai pada saat ini.
6. Teristimewa kepada kedua orang tua, Tante ku Novia Warmi S.Pd, adek ku Randi Dwi Pangga, Noval Muhammad Jurnalis, Farel pebrian, dan seseorang yang sangat special dihati penulis yang telah memberikan dorongan, semangat dan do'a sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang tak ada hentinya memberi masukan atau dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Buat seseorang yang sangat special dihati Hempi Yolanda Terimakasih atas doa, dukungan dan dorongan yang tak henti-hentinya memotivasi dan memaksa dalam penyelesaian skripsiku ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi semua. Aamiin Ya Robbal Aalamiin.

Padang, Januari 2019

Penulis

## DAFTAR ISI

### HALAMAN PENGESAHAN

### HALAMAN PERSETUJUAN

### KATA-KATA MUTIARA

ABSTRAK .....	i
SURAT PERNYATAAN .....	ii
KATA PENGANTAR .....	iii
DAFTAR ISI .....	v
DAFTAR TABEL .....	vii
DAFTAR GAMBAR .....	viii
DAFTAR LAMPIRAN .....	ix

### BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Kegunaan Penelitian.....	8

### BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori .....	10
1. Permainan Bulutangkis .....	10
2. Teknik Dasar .....	12
B. Kerangka Konseptual .....	32
C. Hipotesis Penelitian .....	33

### **BAB III METODE PENELITIAN**

A. Desain Penelitian .....	35
B. Depenisi Operasional .....	35
C. Populasi dan Sampel .....	37
D. Instrumentasi Dan Teknik Pengumpulan Data .....	38
E. Teknik Analisis Data .....	45

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	48
B. Pengujian Persyaratan Analisis .....	51
C. Uji Hipotesis .....	53
D. Pembahasan .....	57
E. Keterbatasan Penelitian .....	60

### **BAB V KESIMPULAN DAN SARAN**

A. Simpulan .....	62
B. Saran .....	62

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>64</b>
-----------------------------	-----------

<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>66</b>
-----------------------	-----------

#### **LAMPIRAN FOTO PENELITIAN**

#### **LAMPIRAN SURAT PENELITIAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Tabel 1. Populasi Penelitian .....	37
2. Tabel 2. Distribusi Frekuensi Data Hasil Daya Ledak Otot Tungkai .....	48
3. Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Hasil Daya Ledak Otot Lengan .....	49
4. Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Hasil Ketepatan <i>Smash</i> Bulutangkis ....	50
5. Tabel 5. Distribusi Normal .....	53
6. Table 6. Hasil Uji Hipotesis Dengan Menggunakan Analisis Regresi Korelasi ( $X_1$ Dan Y) .....	54
7. Table 7. Hasil Uji Hipotesis Dengan Menggunakan Analisis Regresi Korelasi ( $X_2$ Dan Y) .....	55
8. Table 8. Uji Hipotesis Dengan Menggunakan Analisis Regresi Korelasi Ganda ( $X_1$ , $X_2$ Dan Y) .....	56

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Gambar 1 Lapangan Bulutangkis .....	11
2. Gambar 2 Kunci Keberhasilan <i>Smash Forehand</i> .....	15
3. Gambar 3 Otot Paha Tampak Depan .....	25
4. Gambar 4 struktur otot tungkai .....	26
5. Gambar 5 Gerakan pergelangan tangan saat melakukan <i>smash</i> .....	29
6. Gambar 6 Otot Lengan Bawah .....	30
7. Gambar 7 Otot Lengan Atas .....	31
8. Gambar 8 Desain Kerangka konseptual .....	33
9. Gambar 9 Test <i>Vertical Jump</i> .....	39
10. Gambar 10 Tes <i>One-Hand Medicine Ball Putt</i> .....	41
11. Gambar 11 Alat Tes Dan Daerah Sasaran Pukulkan <i>Smash</i> .....	43
12. Gambar 12 Distribusi Frekuensi Data Hasil Daya Ledak Otot Tungkai .....	48
13. Gambar 13 Histogram daya ledak otot lengan Atlet PB. Gajah Berlian Kota Padang .....	49
14. Gambar 14 Histogram Ketepatan <i>Smash</i> Atlet PB Gajah Berlian Kota Padang .....	51

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lampiran 1 Rekapitulasi Data Mentah .....	66
2. Lampiran 2 Normalitas Daya Ledak Otot Tungkai .....	67
3. Lampiran 3 Normalitas Daya Ledak Otot Lengan .....	68
4. Lampiran 4 Normalitas Ketepatan <i>smash</i> .....	69
5. Lampiran 5 Uji Indenpendensi Variabel Daya Ledak Otot Tungkai Dengan Variabel Daya Ledak Otot Lengan .....	70
6. Lampiran 6 Korelasi Daya Ledak Otot Tungkai ( $X_1$ ) Dengan Ketepatan <i>smash</i> (Y) .....	71
7. Lampiran 7 Korelasi Daya Ledak Otot Lengan ( $X_2$ ) Dengan Ketepatan <i>smash</i> (Y) .....	73
8. Lampiran 8 Daftar F Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar .....	76
9. Lampiran 9 Daftar Xix (11) Nilai Kritis L Untuk Uji <i>Lilliefors</i> .....	77
10. Lampiran 10 Tabel (n dan N) Interval Dan Kepercayaan .....	78
11. Lampiran 11 Daftar Nilai <i>Persentil</i> Untuk Distribusi T .....	79
12. Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian .....	80

## **BAB I PENDAHULUAN**

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

Peningkatan mutu sumber daya manusia merupakan salah satu strategi pembangunan di Indonesia. Upaya tersebut memiliki peranan strategis dalam pembangunan bangsa Indonesia secara keseluruhan, karena menyangkut usaha penyiapan sumber daya manusia sebagai pelaksana pembangunan di masa yang akan datang. Untuk membentuk manusia yang berkualitas salah satunya dapat diwujudkan melalui pembinaan generasi muda dengan kegiatan olahraga.

Olahraga merupakan salah satu wadah untuk meningkatkan sumber daya manusia, dengan berolahraga secara teratur dan kontiniu akan meningkatkan kualitas fisik dan mental seseorang. Dewasa ini, olahraga tidak hanya dilakukan untuk mencari kebugaran atau kesegaran jasmani saja tetapi juga dilakukan untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya sehingga dapat menaikkan pamor suatu daerah atau bangsa. Untuk itu pembinaan dibidang olahraga perlu diperhatikan dalam upaya pembentukan watak manusia Indonesia yang mempunyai kepribadian yang berdisiplin tinggi serta memiliki sikap sportif.

Di Indonesia, olahraga tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi, dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang pembentukan prestasi. Hal ini sesuai dengan yang dijelaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 Bab II pasal IV tentang sistem keolahragaan Nasional sebagai berikut :

“Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat dan kehormatan bangsa“.Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa salah satu tujuan keolahragaan nasional adalah meningkatkan prestasi, khususnya prestasi dalam bidang olahraga. Prestasi olahraga ini dapat dicapai tentunya melalui pengembangan dan pembinaan. Pengembangan dan pembinaan olahraga merupakan terobosan untuk meningkatkan olahraga prestasi”.

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa pembangunan dibidang keolahragaan nasional dapat meningkatkan derajat kesehatan dan kebugaran jasmani serta meningkatkan prestasi olahraga, sehingga hal ini dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa. Di samping itu melalui kegiatan olahraga kita dapat menanamkam sportivitas, disiplin,moral, akhlak mulia dapat memperkuat pertahanan nasional dan membina persatuan bangsa.

Prestasi merupakan salah satu dimensi penting yang dicapai dalam olahraga. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang ingin dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan olahraga. Dari sekian banyak olahraga prestasi yang populer di masyarakat Indonesia, salah satunya adalah olahraga bulutangkis. Olahraga bulutangkis merupakan salah satu olahraga terpopuler di Indonesia dari dahulu sampai sekarang.

Bagi bangsa Indonesia olahraga bulutangkis merupakan olahraga semua lapisan masyarakat, karena dapat dimainkan oleh anak-anak, dewasa, laki-laki atau perempuan. Selain sebagai olahraga rekreasi, bulutangkis merupakan olahraga prestasi yang mampu membawa bangsa Indonesia ke



prestasi tingkat dunia, terbukti dari berbagai kejuaraan tingkat dunia, baik perorangan maupun beregu, Indonesia mampu memboyong beberapa lambang supremasi bidang olahraga tersebut. Sehingga tidak jarang bulutangkis disebut primadonanya Indonesia di kancah olahraga internasional.

Sesungguhnya perkembangan bulutangkis di Indonesia, tidak bisa dipisahkan dari perjuangan bangsa Indonesia secara keseluruhan baik masa lampau maupun masa sekarang ini. Hal ini tertuang dalam mukadimah anggaran dasar dan anggaran rumah tangga Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI) yang dibentuk pada tanggal 5 Mei 1951 di kota Bandung yang berbunyi “pembangunan olahraga bulutangkis adalah bagian dari pembangunan bangsa Indonesia dalam rangka mewujudkan cita-cita perjuangan bangsa”.

Olahraga adalah kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Menurut Syafruddin (2008:5) olahraga prestasi yaitu “olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Pada saat ini di daerah Sumatera Barat terutama di Kota Padang perkembangan bulutangkis sangat pesat. Hal ini terbukti banyaknya bermunculan klub- klub yang melakukan pembinaan secara teratur, terarah, dan berkesinambungan dengan cara mendirikan PB (Persatuan Bulutangkis),

diantaranya PB. Mutiara Padang, PB. Telkom Padang, PB. Pamungkas Padang, PB. Semen Padang dan PB.Gajah Berlian Padang. Persatuan Bulutangkis Gajah Berlian Padang adalah salah satu klub bulutangkis yang berada di Kota Padang yang terorganisir dengan baik.

Seiring dengan perkembangan olahraga bulutangkis maka diperlukan pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga yang terencana dengan matang dan terprogram, yang dilaksanakan oleh pemerintah maupun keseluruhan lapisan masyarakat. Selain itu untuk mencapai prestasi olahraga yang optimal banyak faktor yang mempengaruhi. Syafruddin (1999:22) menyatakan bahwa ada dua faktor yang mempengaruhi dalam mencapai suatu prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal antara lain kemampuan fisik, teknik, dan mental psikis atlet, dan faktor eksternal adalah yang timbul dari luar diri atlet seperti pelatih, sarana dan prasarana, guru olahraga, keluarga, organisasi, iklim, cuaca, makanan yang bergizi dan lain sebagainya.

Berdasarkan kutipan di atas, diantara faktor-faktor yang mempengaruhi dalam pencapaian prestasi adalah kondisi fisik dan teknik. “Beberapa teknik dasar dalam permainan bulutangkis yang harus dikuasai oleh pemain bulutangkis meliputi pegangan raket (*grip*), olah kaki (*footwork*), teknik pukulan seperti pukulan *serve*s, pukulan *lob*, pukulan *smash*, pukulan *dropshot* dan *drive*”. Zarwan (2006: 57) “Dalam pelaksanaan *smash* ini dapat dilakukan dengan dua cara yaitu: *forehand smash* dan *backhand smash*”. Pukulan *smash* merupakan pukulan kunci untuk mematikan shuttlecock di

pihak lawan, pukulan ini merupakan pukulan penyelesaian yang shuttlecocknya sangat sulit dikembalikan.

Ciri dari pukulan *smash* adalah jalannya shuttlecock yang sangat cepat dan menukik tajam kearah lapangan permainan lawan. Di dalam bulutangkis, setiap pukulan memerlukan serangkaian gerak yang kompleks, Begitu juga dengan pukulan *smash*. Setiap pukulan *smash* membutuhkan aspek kekuatan otot tungkai, kekuatan otot bahu, daya ledak otot tungkai, daya ledak otot bahu, kekuatan otot lengan, daya ledak otot lengan, dan fleksibilitas pergelangan tangan serta pinggang dan koordinasi gerak tubuh yang harmonis”.

Mengingat *smash* merupakan salah satu teknik pukulan yang sangat penting dalam permainan bulutangkis untuk meraih prestasi yang baik, maka pelaksanaan latihan *smash* mendapatkan perhatian khusus. Berdasarkan pengamatan dan keterangan dari pelatih dilapangan ketepatan *smash* pemain bulutangkis PB. Gajah Berlian masih kurang baik, ini terlihat sewaktu latihan dan dalam pertandingan, masih banyak pukulan *smash* yang tidak tepat sasaran, tidak memiliki power dan kekuatan, sering tersangkut di net, serta keluar dari lapangan permainan sehingga menguntungkan bagi pihak lawan.

Selain analisa pelaksanaannya, faktor-faktor kondisi fisik yang menunjang pukulan *smash* juga perlu diperhatikan diantaranya daya ledak otot lengan, kelentukan pergelangan tangan, kekuatan otot lengan, daya ledak otot tungkai, kecepatan serta koordinasi. Meningkatkan ketepatan pukulan *smash* ini harus dilakukan dengan sempurna sehingga dapat meraih prestasi

yang optimal. Apabila unsur kondisi fisik di atas terutama daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan dan pergelangan tangan tidak ditingkatkan maka akan sulit bagi pemain bulutangkis untuk meningkatkan ketepatan pukulan smash, apabila ini terjadi maka prestasi atlet bulutangkis PB. Gajah Berlian Kota Padang akan terus menurun.

Dari fenomena yang penulis uraikan di atas, maka penulis tertarik untuk membahas lebih lanjut daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan dengan ketepatan *smash* di PB. Gajah Berlian Kota Padang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah masalah yang telah diuraikan di atas, maka dapat di identifikasikan masalah, diantaranya adalah sebagai berikut:

1. Daya ledak otot tungkai
2. Daya ledak otot lengan
3. Kecepatan
4. Koordinasi
5. Pegangan raket (*grip*)
6. Posisi badan
7. Perkenaan *shuttlecock*
8. Mental (konsentrasi)

Diduga masih terdapat sejumlah pernyataan lain yang bilamana diungkapkan dan diteliti satu persatu akan menunjukkan kontribusi dengan ketepatan *smash* bulutangkis.

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya masalah yang diuraikan pada identifikasi masalah di atas dan agar penelitian ini tidak menyimpang dari tujuan yang disajikan, maka penulis membatasi permasalahan yaitu:

1. Daya ledak otot tungkai
2. Daya ledak otot lengan
3. Ketepatan *smash*

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini yaitu:

1. Seberapa besarkah kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *smash* atlet PB. Gajah Berlian Kota Padang?
2. Seberapa besarkah kontribusi daya ledak otot lengan terhadap ketepatan *smash* atlet PB. Gajah Berlian Kota Padang?
3. Seberapa besarkah sumbangan daya ledak otot tungkai dan kekuatan otot lengan secara bersamaan terhadap ketepatan *smash* atlet PB. Gajah Berlian Kota Padang?

### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui beberapa hal, yaitu:

1. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai terhadap ketepatan *smash* pemain bulutangkis di PB. Gajah Berlian Kota Padang.
2. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot lengan terhadap ketepatan *smash* pemain bulutangkis di PB. Gajah Berlian Kota Padang.

3. Untuk mengetahui kontribusi daya ledak otot tungkai dan daya ledak otot lengan secara bersamaan terhadap ketepatan *smash* pemain bulutangkis di PB. Gajah Berlian Kota Padang.

#### **F. Kegunaan Penelitian/ Manfaat Penelitian**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan ini akan dihasilkan manfaat pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang olahraga, oleh karena itu manfaat penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mendapatkan gelar Sarjana Sains (S1) di Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai masukan bagi PBSI cabang Padang.
3. Sebagai masukan bagi pengurus PB. Gajah Berlian Kota Padang.
4. Untuk para pembina, pelatih, dan guru olahraga tentang teknis yang harus diberikan serta diperhatikan pada pemain-pemain bulutangkisnya.
5. Sebagai pedoman bagi pemain dalam menunjang prestasi dalam permainan bulutangkis.
6. Untuk menambah pengetahuan dibidang olahraga khususnya di olahraga bulutangkis, dan bagi yang membaca diperpustakaan khususnya Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP.
7. Untuk Menjadi bahan kajian dan penelaahan penelitian lanjutan.