

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*Woodball* pertama kali ditemukan di Cina Taipei pada tahun 1990 yang diciptakan oleh Mr. Ming-Hui Weng dan Mr. Kuang-Chu Young. *Woodball* pertama kali masuk ke Indonesia pada tahun 2006, dan terus berkembang diseluruh Indonesia (Soetrisno, 2011:10). Tahun 2016 olahraga *woodball* sudah dipertandingkan secara eksibisi pada PON Jawa Barat, sedangkan di provinsi Bali olahraga *woodball* sudah resmi masuk pesta olahraga provinsi (Porprov) pada tahun 2015 dan Pesta Olahraga Pelajar (Porjar) Bali.

*Woodball* merupakan olahraga yang sangat mirip dengan olahraga *golf*, mulai dari cara bermain, peraturan permainan, dan pakaian atlet serta wasit saat pertandingan. Olahraga *woodball* juga memiliki beberapa perbedaan dengan olahraga *golf* seperti alat pemukul pada olahraga *woodball* adalah *mallet*, sedangkan bolanya terbuat dari kayu dengan diameter lebih besar dari bola *golf*, dan *hole* pada *golf* diganti dengan *gate* (gawang) yang terbuat dari kayu yang di bentuk menyerupai 2 botol yang berdiri sejajar yang dihubungkan dengan besi dan ditengahnya ada kayu yang dibentuk seperti cangkir. Tujuan dalam permainan ini adalah memasukkan bola ke dalam *gate* yang ditancapkan di ujung *fairway* dengan cara memukul bola secara terus-menerus.

Permainan *woodball* terdapat sebuah faktor teknik yang dapat dianggap sebagai kunci keberhasilan ataupun penyebab kegagalan, khususnya pada penentuan prestasi. Teknik dasar merupakan kunci pada permainan ini, yang harus

dilatih dan diterapkan pada pertandingan. Seorang atlet diharapkan memiliki ayunan yang baik, serta dapat melakukan ayunan secara halus dan lurus kesasaran sehingga bola yang dihasilkan sesuai dengan tujuan yang hendak dicapai. Teknik mengayun merupakan kunci sukses dalam melakukan pukulan ke bola, teknik mengayun merupakan bagian utama mencapai target sasaran dalam suatu permainan *woodball* (Kriswantoro, 2015:17).

*Long drive* merupakan salah satu jenis pukulan yang harus dikuasai pada olahraga *woodball*. Pukulan ini biasanya dilakukan saat melalui *fairway* panjang. Namun tidak banyak pemain *woodball* yang dapat menguasai pukulan ini dengan baik. Pukulan ini membutuhkan ayunan *mallet* yang lebih panjang dari keterampilan pukulan lainnya. Sehingga banyak faktor yang dapat mempengaruhi akurasi pukulan *long drive*, salah satunya adalah kondisi fisik.

Kondisi fisik merupakan faktor yang sangat menunjang pada saat melakukan pukulan *long drive*, sehingga kondisi fisik dapat dikatakan sebagai keperluan dasar seorang atlet. Setiap atlet memiliki kondisi fisik yang berbeda, namun jika ingin meningkatkan prestasi khususnya pada pukulan *long drive* seorang atlet harus mampu meningkatkan komponen kondisi fisiknya. Komponen kondisi fisik tersebut meliputi kekuatan, kelentukan, *power*, dan daya tahan (Permadi, 2017). Selain itu koordinasi mata tangan juga memiliki pengaruh terhadap pukulan *long drive*.

Kekuatan sangat berpengaruh terhadap pukulan *long drive*, khususnya kekuatan otot lengan. Kekuatan otot lengan kurang begitu diperhatikan serta dilatih oleh sebagian besar atlet, padahal kekuatan otot lengan sangat berpengaruh terhadap ayunan (*swing*) yang merupakan kunci untuk menghasilkan pukulan *long drive*

yang baik. Dengan kekuatan otot lengan seorang atlet mampu mengontrol tangan dan *mallet* saat melakukan pukulan pada bola. Pukulan *long drive* memerlukan ayunan yang konsisten, tepat, dan cepat. Untuk itu diperlukan koordinasi antara mata dengan tangan agar hasil pukulan *long drive* memiliki akurasi yang baik. Saat melakukan pukulan *long drive*, mata yang menjadi sensor penggerak untuk tangan dan bagian tubuh lainnya. agar pada saat pertemuan *mallet* dengan bola sejajar dengan target yang akan di capai.

Nusa Penida Woodball Club merupakan sebuah club pembinaan prestasi atlet *woodball* di Kecamatan Nusa Penida, yang berada di bawah naungan IWbA Kabupaten Klungkung. Nusa Penida *Woodball Club* merupakan club *woodball* yang berdiri pada tahun 2020 yang diketuai oleh Bapak I Made Pande Krisna Mahendra, S.Pd. Tujuan didirikannya Nusa Penida Woodball Club yaitu untuk mencari bibit-bibit atlet di kecamatan Nusa Penida yang nantinya diharapkan bisa mengharumkan nama kecamatan Nusa penida, di kabupaten Klungkung, dan mampu membela kabupaten Klungkung di kejuaraan yang lebih tinggi. Saat ini Nusa Penida *Woodball Club* memiliki 12 orang atlet yang terdiri dari 7 orang putra, dan 5 orang putri, dari rentang usia 16-18 tahun.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan di Nusa Penida *Woodball Club* terlihat para atlet melakukan gerakan yang tampak kurang baik, selain itu komponen kondisi fisik masih belum maksimal khususnya pada saat melakukan pukulan *long drive*. Ketika atlet melakukan ayunan, lengan masih belum kuat untuk menjaga *mallet* tetap setabil pada garis edarnya, selain itu pergelangan tangan sesaat sebelum *mallet* menyentuh bola, lambat di gerakkan, sehingga kepala *mallet* saat *impact* terhadap bola tidak mengenai sasaran dengan tepat

sejajar dengan target. Atlet juga terlihat belum mampu melakukan perkiraan antara letak bola dengan arah dan kekuatan pukulan yang digunakan, khususnya pada pukulan *long drive*. Sehingga koordinasi antara mata dan tangan sangat berpengaruh pada pukulan *long drive*.

Berdasarkan permasalahan tersebut, peneliti memperkirakan ada pengaruh kualitas fisik yang belum maksimal. Untuk itu penelitian ini ingin mengetahui kontribusi komponen fisik yang mendukung teknik pukulan *long drive*. Kontribusi komponen yang diperkirakan mendukung yaitu kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive*. Oleh karena itu penelitian ini mengangkat judul “Kontribusi Kekuatan Otot Lengan, Dan Koordinasi Mata Tangan Pada Pukulan *Long Drive* Atlet Nusa Penida *Woodball Club*”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Belum diketahuinya kontribusi kekuatan otot lengan pada pukulan *long drive*.
2. Belum diketahuinya kontribusi koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive*.
3. Belum diketahuinya kontribusi yang lebih dominan antara kekuatan otot lengan dengan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive*.

### 1.3 Batasan Masalah

Dari identifikasi masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Kontribusi kekuatan otot lengan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.
2. Kontribusi koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.
3. Kontribusi yang lebih dominan antara kekuatan otot lengan dengan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan permasalahan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat kontribusi kekuatan otot lengan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club?
2. Apakah terdapat kontribusi koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club?
3. Apakah terdapat kontribusi yang lebih dominan antara kekuatan otot lengan dengan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, adapun tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui:

1. Kontribusi kekuatan otot lengan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.
2. Kontribusi koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.
3. Kontribusi yang lebih dominan antara kekuatan otot lengan, dengan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* atlet Nusa Penida Woodball Club.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Dari masalah yang ditemukan peneliti diharapkan akan memberikan manfaat. Adapun manfaat penelitian ini, yaitu sebagai berikut:

#### 1. Manfaat Secara Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan dapat memberikan suatu informasi dalam bidang kepelatihan kondisi fisik pada cabang olahraga *woodball* yang dikaitkan dengan kemampuan bermain atlet.

#### 2. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis dari penelitian ini yaitu:

- a. Bagi Pelatih, sebagai salah satu acuan untuk menganalisis kemampuan pukulan *long drive*, sehingga dapat membuat program latihan dan menerapkannya dengan baik.
- b. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini diharapkan mahasiswa mengetahui peran penting kekuatan otot lengan dan koordinasi mata

tangan, dan berusaha meningkatkan latihan yang berhubungan dengan pukulan *long drive*.

- c. Bagi peneliti, menambah pengetahuan tentang kontribusi antara kekuatan otot lengan, dan koordinasi mata tangan pada pukulan *long drive* dan menambah pengalaman dalam melatih.

