



**KONTRIBUSI PENGURUS PBSI KABUPATEN DALAM
MENGEMBANGKAN OLAHRAGA BULUTANGKIS DI
KABUPATEN PEMALANG TAHUN 2019**

SKRIPSI

diajukan dalam rangka penyelesaian studi strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
pada Universitas Negeri Semarang

oleh:

AGUNG SETYAWAN AJI

6101415019

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
TAHUN 2019**

ABSTRAK

Agung Setyawan Aji. 2019. Kontribusi Pengurus PBSI Kabupaten dalam Mengembangkan Olahraga Bulutangkis di Kabupaten Pemalang tahun 2019. Skripsi Jurusan/Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Negeri Semarang. Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd.

Kata kunci: Kontribusi, Bulutangkis, PBSI.

Latar belakang penelitian ini adalah berdasarkan data yang diperoleh dari data kejuaraan di Kabupaten Pemalang tahun 2016-2018 kejuaraan hanya diselenggarakan 1 kali setiap tahun dengan menunjukkan jumlah peserta pada tahun 2017 mengalami penurunan dan pada tahun 2018 mengalami kenaikan sehingga dapat dikatakan fluktuatif. Dari hasil wawancara dengan 9 pelatih dan 6 pengurus PBSI Kabupaten membenarkan mengenai hal tersebut. Permasalahan penelitian ini adalah bagaimana kontribusi PBSI dalam mengembangkan olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar kontribusi PBSI dalam mengembangkan olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang.

Metode penelitian yang digunakan yaitu menggunakan metode penelitian kualitatif deskriptif. Lokasi penelitian ini bertempat di kantor pengurus PBSI Kabupaten Pemalang dan klub bulutangkis di Kabupaten Pemalang. Sasaran penelitian dalam penelitian ini yaitu kontribusi PBSI dalam mengembangkan prestasi olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang tahun 2019. Pengumpulan data menggunakan metode wawancara, observasi, dan dokumentasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik triangulasi data. Analisis data dengan reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan.

Hasil penelitian menerangkan bahwa manajemen pengurus PBSI Kabupaten Pemalang termasuk dalam kategori kurang baik, pelaksanaan kejuaraan termasuk dalam kategori kurang baik, pelaksanaan penataran wasit dan pelatih termasuk dalam kategori kurang baik, pelaksanaan sistem informasi PBSI termasuk dalam kategori kurang baik, pola latihan klub bulutangkis anggota PBSI Kabupaten Pemalang termasuk dalam kategori yang kurang baik.

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, kesimpulan penelitian ini menerangkan bahwa kontribusi PBSI dalam mengembangkan olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang termasuk dalam kategori kurang baik. Saran yang dapat peneliti berikan manajemen pengkab PBSI Pemalang perlu ditingkatkan dan dibenahi dengan melakukan pelantikan pengurus secara resmi sehingga pengurus PBSI dapat aktif dengan berpedoman pada fungsi manajemen, pelaksanaan penyelenggaraan kejuaraan bulutangkis perlu ditambah sebagai upaya pembibitan pebulutangkis di Kabupaten Pemalang, pelaksanaan penataran wasit dan pelatih perlu diselenggarakan untuk membentuk perwasitan dan mencetak pelatih-pelatih baru yang berkualitas, untuk sistem informasi PBSI ditetapkan orang yang bertanggung jawab untuk mengelolanya agar lebih jelas dan terkontrol. Sedangkan untuk pelatih lebih meningkatkan pemahamannya dalam kepelatihan pembinaan atlet bulutangkis.

PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini, saya :

Nama : Agung Setyawan Aji

NIM : 6101415019

Jurusan/Prodi : PJKR

Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Kontribusi PBSI dalam Mengembangkan Olahraga Bulutangkis di
Kabupaten Pemalang tahun 2019

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 10 Juli 2019

Yang menyatakan,



Agung Setyawan Aji

NIM. 6101415019

HALAMAN PERSETUJUAN

Sripsi ini telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan ke sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada:

Hari : Rabu


Tanggal : 10 Juli 2019

Menyetujui,

Ketua jurusan PJKR


Drs. Mugiyo Hartono, M.Pd
NIP. 19610903 198803 1 002

Pembimbing


Drs. Hermawan Pamot R, M.Pd
NIP: 19651020 199103 1 002



HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi atas nama Agung Setyawan Aji NIM 6101415019 Program Studi strata 1
Judul Kontribusi Pengurus PBSI Kabupaten dalam Mengembangkan Olahraga
Bulutangkis di Kabupaten Pemalang tahun 2019 telah dipertahankan di hadapan
sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri
Semarang pada hari Jum'at, tanggal 9 Agustus 2019

Panitia Ujian

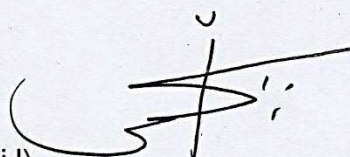

Ketua

Prof. Dr. Tandyo Rahayu, M.Pd.
NIP. 1961 0320 1984 03 2001

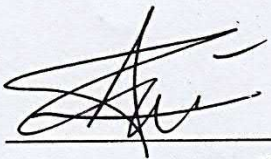

Sekretaris

Andry Akhiruyanto, S.Pd., M.pd
NIP. 1981 0129 2003 12 1001

Dewan Penguji

1. Agus Raharjo, S.Pd., M.Pd.
NIP. 1982 0828 2006 04 1003

(Penguji I) 

2. Ranu Baskora Aji P., S.Pd., M.Pd.
NIP. 1974 1215 1997 03 1004

(Penguji II) 

3. Drs. Hermawan Pamot R., M.pd.
NIP. 1965 1020 1991 03 1002

(Penguji III) 

MOTTO

- Kontribusi dan keaktifan suatu kepengurusan organisasi sangatlah penting guna mencapai kepentingan bersama.
- Manajemen adalah suatu pondasi utama dari kepengurusan organisasi.
- Keberhasilan organisasi dalam mencapai suatu tujuan pasti didasari dengan pengelolaan manajemen yang baik.
- Belajar dari kegagalan adalah hal yang bijak.
- Rahasia keberhasilan adalah kerja keras dan belajar dari kegagalan.

PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk :

1. Kedua orang tua saya bapak Hartoyo S.Pd dan Ibu Mustakomah yang tidak ada hentinya selalu memberi support dalam bentuk apapun, baik dalam bentuk materi maupun non materi.
2. Untuk kakakku Enggel Kusuma Dewi, Agus Budi Prasetya dan Retno Kristianti yang senantiasa selalu membimbing saya dalam setiap kesulitan.
3. Untuk pengurus PBSI Kabupaten Pematang Jaya yang sudah membantu dan berperan penting dalam penelitian ini.
4. Teman-teman PJKR A 2015 dan Kontrakan Pinky Boy seperjuanganku Rudhianto, Anaz Haryansyah, Ahmad Syifaur Rohman dan Deny Safarudin dan masih banyak lagi yang tidak bisa saya sebutkan satu per satu.
5. Untuk pengurus dan pelatih PB Sinar Mutiara, PB Champion dan PB ADH Sport yang telah membantu dan berperan dalam penelitian ini.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan Tugas Akhir Skripsi dan judul “Kontribusi PBSI dalam Mengembangkan Olahraga Bulutangkis di Kabupaten Pemalang “dapat diselesaikan dan lancar.

Selesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Fathur Rokhman, M.Hum., Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Semarang.
2. Ibu Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Pd., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan ijin penelitian.
3. Bapak Dr. Mugiyo Hartono, M.Pd., Ketua Jurusan PJKR, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
4. Bapak Drs. Hermawan Pamot Raharjo, M.Pd., selaku Pembimbing Skripsi yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Seluruh dosen dan staf jurusan PJKR yang telah memberikan ilmu dan informasi yang bermanfaat.
6. Teman-teman PJKR 2015, terimakasih kebersamaannya, maaf bila banyak salah.
7. Pelatih, pengurus, dan atlet klub bulutangkis di kabupaten Pemalang yang telah memberikan ijin dan membantu penelitian.

8. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Semarang, Juli 2019

Penulis.

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL.....	i
ABSTRAK.....	ii
PERNYATAAN	iii
HALAMAN PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN.....	v
MOTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR DAN DIAGRAM.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	6
1.3 Pembatasan Masalah.....	6
1.4 Rumusan Masalah	6
1.5 Tujuan Penelitian	7
1.6 Manfaat Penelitian	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
2.1 Landasan Teori	9
2.1.1 Bulutangkis.....	9
2.1.2 PBSI.....	26
2.1.2.1 Sejarah	26
2.1.2.2 Manajemen PBSI.....	29
2.1.3 Manajemen.....	33
2.1.4 Kontribusi	34
2.1.5 Olahraga Prestasi.....	35
2.1.6 Pembinaan Klub Bulutangkis.....	37
2.2 Kerangka Konseptual	47
BAB III METODE PENELITIAN	
1.1 Pendekatan Penelitian.....	49
1.2 Lokasi dan sasaran Penelitian	49
1.3 Sumber Data	50
1.4 Metode Pengumpulan Data dan Instrumen Penelitian	51

3.4.1 Teknik Pengumpulan Data	51
3.4.2 Instrumen Penelitian	55
1.5 Teknik Analisis Data	59
3.6 Pemeriksaan Keabsahan Data	63
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
4.1 Subjek, Waktu dan Tempat Penelitian	66
4.2 Hasil Penelitian	66
4.2.1 Organisasi PBSI	67
4.2.1.1 Manajemen Organisasi PBSI	67
4.2.1.2 Pelaksanaan Kejuaraan	73
4.2.1.3 Pelaksanaan Penataran Wasit dan Pelatih	74
4.2.1.4 Pelaksanaan SI (Sistem Informasi)	75
4.2.2 Pola Latihan Klub	75
4.3 Pembahasan	94
4.3.1 Organisasi PBSI	95
4.3.1.1 Manajemen Organisasi PBSI	95
4.3.1.2 Pelaksanaan Kejuaraan	96
4.3.1.3 Pelaksanaan Penataran Wasit dan Pelatih	97
4.3.1.4 Pelaksanaan SI (Sistem Informasi)	98
4.3.3 Pola Latihan Klub	99
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	
5.1 Simpulan	103
5.2 Implikasi Hasil Penelitian	103
5.3 Keterbatasan Hasil Penelitian	104
5.4 Saran	105
DAFTAR PUSTAKA	106
LAMPIRAN	108

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 Data Jumlah Peserta Kejuaraan tahun 2016-2018	5
3.4.2 Data Variabel Instrumen Penelitian.....	57
3.4.2 Data Pedoman Observasi Pola Latihan Klub	58
3.5 Proses Reduksi Data	61
4.2.1.1 Data Prestasi atlet PB ADH Sport 2016.....	66
4.2.1.2 Data Prestasi atlet PB Sinar Mutiara 2016	67
4.2.1.3 Data Prestasi atlet PB ADH Sport 2017.....	67
4.2.1.4 Data Prestasi atlet PB Sinar Mutiara 2018	68
4.2.2 Data Kisi-kisi wawancara Pola Latihan Klub	72
4.2.2 Daftar Kegiatan Observasi di Klub PB ADH Sport.....	75
4.2.2 Daftar Kegiatan Observasi di Klub PB Champion.....	75
4.2.2 Daftar Kegiatan Observasi di Klub Sinar Mutiara	76

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 Grafik Jumlah Peserta Kejuaraan tahun 2016-2018	5
2.1.2.1 Logo Organisasi PBSI	28
2.2 Kerangka Konseptual	48
3.4.2 Macam-macam Teknik Pengumpulan Data	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. SK Dosen Pembimbing.....	108
2. Surat Izin Penelitian di Pengurus PBSI Kabupaten	109
3. Surat Izin Penelitian di Klub PB ADH Sport.....	110
4. Surat Izin Penelitian di Klub PB Champion.....	111
5. Surat Izin Penelitian di Klub PB Sinar Mutiara.....	112
6. SK Pengukuhan pengurus PBSI Kabupaten Pemalang	113
7. SK Susunan Pengurus PBSI Kabupaten Pemalang.....	115
8. SK Pelaksanaan Penelitian oleh PBSI	117
9. SK Pelaksanaan Penelitian oleh PB ADH	118
10. SK Pelaksanaan Penelitian oleh PB Champion	119
11. SK Pelaksanaan Penelitian oleh PB Sinar Mutiara.....	120
12. Triangulasi Data Mengenai Program PBSI.....	121
13. Triangulasi Data Mengenai Pola Latihan Klub.....	124
14. Daftar Nama Atlet PB ADH	128
15. Daftar Nama Atlet PB Champion.....	129
16. Daftar Nama Atlet PB Sinar Mutiara.....	130
17. Data Observasi Klub PB ADH Sport.....	131
18. Data Observasi Klub PB Champion	133
19. Data Observasi Klub PB Sinar Mutiara	135
20. Data Foto Penelitian di Klub PB ADH Sport	137
21. Data Foto Penelitian di Klub PB Champion.....	139
22. Data Foto Penelitian di Klub PB Sinar Mutiara	142

23. Data Foto Penelitian di PBSI Kabupaten Pematang.....	145
--	-----

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh sebagian besar masyarakat yang ada di Indonesia. Olahraga ini sudah banyak mengalami perkembangan yang cukup pesat dari berbagai olahraga lain yang banyak berkembang pula yang digemari oleh masing-masing manusia baik di Indonesia maupun di luar negara Indonesia. Tidak dengan olahraga lainnya, bulutangkis ini adalah olahraga yang dapat dikatakan olahraga yang terkenal atau memasyarakat. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur, berbagai tingkat ketrampilan dan pria maupun wanita memainkan olahraga bulutangkis ini. Bulutangkis dapat di mainkan di dalam atau di luar ruangan guna untuk rekreasi atau sebagai ajang persaingan. Menurut Tony Grice (2007:1) bulutangkis adalah suatu permainan yang tidak dipantulkan dan harus dimainkan di udara sehingga permainan ini merupakan permainan cepat yang membutuhkan gerak reflek yang baik dan tingkat kebugaran yang tinggi. Pemain bulutangkis juga dapat mengambil keuntungan dari permainan ini dari segi sosial, hiburan dan mental . Olahraga bulutangkis dapat di lakukan dimana saja dan kapan pun, di lihat dari pertandingan pun telah dilaksanakan mulai dari pedesaan maupun perkotaan. Pertandingan bulutangkis ini dapat dilakukan oleh pihak swasta ataupun pihak instansi-instansi yang suka memainkan bulutangkis dan para pesertanya pun bahkan tidak menghiraukan umur maupun jabatan dari orang tersebut mulai dari anak usia dini maupun veteran atau usia lanjut yang mengikutinya karena hanya untuk olahraga, rekreasi dan prestasi yang

diinginkan oleh pelaku olahraga. Hal ini membuktikan bahwa betapa olahraga bulutangkis mengalami perkembangan sangat pesat dari waktu ke waktu (Ulil, Pratomo, and Subiyono 2013).

Menurut Aksan Hermawan (2013 : 14) bulutangkis atau badminton adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasang (untuk ganda) yang mengambil posisi berlawanan dibidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah jaring (net). Para pemain meraih angka dengan memukul bola permainan berupa *shuttlecock* (kok) dengan raket melewati net dan jatuh di bidang permainan lawan. Tiap pemain atau pasangan hanya boleh memukul kok sekali sebelum kok melewati net. Sebuah reli berakhir jika kok menyentuh lantai atau menyentuh tubuh seorang pemain.

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang paling banyak digemari oleh sebagian besar masyarakat Indonesia. Olahraga ini sudah banyak mengalami perkembangan yang cukup pesat dari berbagai olahraga lain yang banyak berkembang pula yang digemari oleh masing-masing manusia baik di dalam negeri maupun di luar negeri. Seperti halnya olahraga lain, bulutangkis merupakan olahraga yang paling diminati masyarakat. Olahraga ini menarik minat dari berbagai kalangan. Dari kelompok umur, berbagai tingkat ketrampilan, dari pria maupun wanita memainkan olahraga ini di dalam atau di luar ruangan untuk rekreasi serta sebagai ajang persaingan. Di Indonesia sendiri semua kegiatan bulutangkis baik itu pembinaan bulutangkis maupun kejuaraan bulutangkis seluruhnya berada dibawah naungan dan bimbingan dari PBSI (Williyanto Septian 2016).

PBSI (Persatuan Bulutangkis seluruh Indonesia) merupakan induk organisasi bulutangkis di Indonesia yang memiliki tugas memajukan prestasi

bulutangkis melalui berbagai cara, baik mengadakan kejuaraan-kejuaraan atau seleksi perekrutan atlet-atlet dari berbagai tingkat daerah dan usia. Dalam hal ini dimaksudkan untuk mencari bibit-bibit pemain yang baik yang nantinya tentu akan di proyeksikan menjadi pemain nasional yang menjadi wakil Indonesia di tingkat internasional. Seperti halnya di Kabupaten Pemalang banyak tersebar klub bulutangkis yang berpengaruh dalam perkembangan bulutangkis khususnya di wilayah Kabupaten Pemalang ataupun Provinsi Jawa Tengah.

Perkembangan bulutangkis di Kabupaten Pemalang tidak terhindar dari peran lembaga-lembaga yang terkait dalam proses kemajuan bulutangkis di Kabupaten Pemalang. Seperti halnya kontribusi PBSI yang memiliki peran sangat penting dalam meningkatkan kemajuan prestasi atlet bulutangkis, baik atlet nasional sampai internasional. Dengan mengadakan kejuaraan-kejuaraan ditingkat daerah sampai tingkat nasional PBSI berperan sebagai lembaga yang menaungi pembibitan seorang atlet yang nantinya akan mewakili dan membawa nama Indonesia dikancah Internasional. Semakin banyaknya pertandingan akan membuat motivasi atlet untuk menjuarai dalam setiap pertandingan dan terutama pelatih dalam mencetak bibit-bibit baru untuk berani bersaing dengan klub-klub lain baik di Daerah, Provinsi maupun Nasional.

Pemerolehan prestasi olahraga harus dilakukan melalui pembinaan yang terencana, teratur, dan sistematis. Dalam proses latihan, atlet tidak hanya mendapatkan latihan teknik dan taktik saja, tetapi kererampilan psikologis juga dilatih secara simultan. Kondisi faktual menunjukkan bahwa pembinaan prestasi olahraga saat ini terutama di tingkat klub, khususnya pembinaan aspek keterampilan psikologis merupakan latihan yang sangat penting dalam pembinaan olahraga. Kesabaran, keberanian, sportivitas, kepercayaan diri,

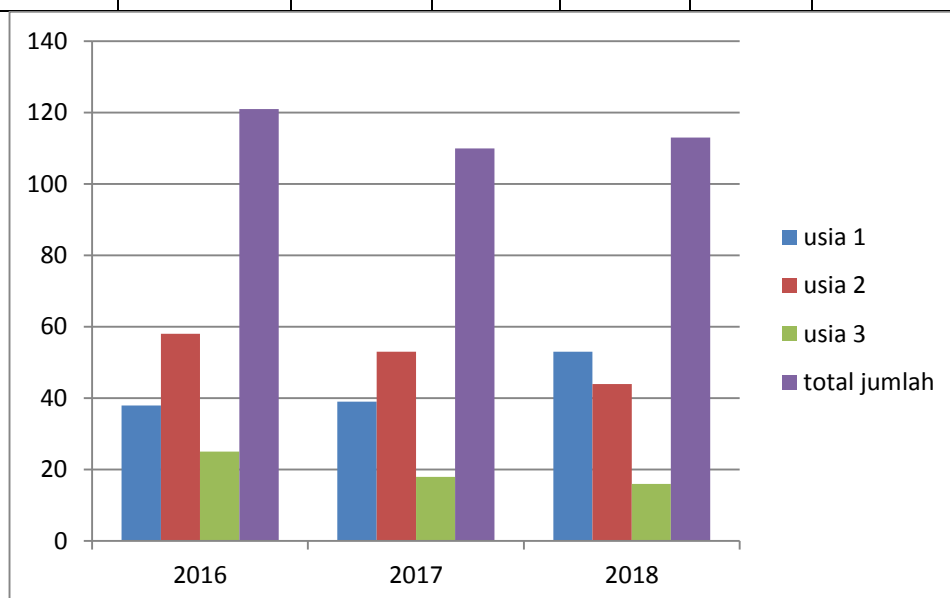
motivasi, pengelolaan emosi, termasuk penetapan tujuan, dan imajeri mental merupakan aspek- aspek psikologis yang sangat penting dalam pembinaan olahraga dan harus dilatihkan sejak usia dini seperti halnya latihan fisik atau teknik (Putra 2018).

Di Kabupaten Pemalang sendiri terdapat tiga klub yang masih eksis mengadakan pembinaan prestasi bulutangkis. Klub tersebut antara lain; (1) PB ADH Sport Randudongkal yang dikelola oleh Hunyen atau Agus Sutrisno. Klub ini terletak di kecamatan Randudongkal. (2) PB Sinar Mutiara yang dikelola oleh Ferry Yugianto, Bapak kandung Hendra Setiawan dan Silvia Anggraini. PB Sinar Mutiara juga terletak di jantung Kota Pemalang. (3) PB Champion Comal yang dikelola oleh Suntoro Nugroho atau Thian Sum adik kandung pelatih PB Satria yang bernama Thian Po (sekarang telah bubar) yang pernah menghasilkan pemain Salim dan Fatkhurozzi yang pernah menghuni Pelatnas di Jakarta. Klub ini terletak di Kecamatan Comal. Seluruh pembinaan klub bulutangkis tersebut dibawah naungan PBSI.

Di Kabupaten Pemalang peran PBSI sangat dibutuhkan, baik oleh klub, pelatih maupun oleh atlet. Kontribusinya dalam menyelenggarakan pertandingan pada skala wilayah Kabupaten sampai provinsi sangat dibutuhkan. Selain itu PBSI juga berperan dalam kemajuan dan perkembangan klub, pelatih dan atlet melalui berbagai macam pertandingan, pelatihan pelatih, sarana prasarana, pembibitan, dan pembinaan. Adapun data kejuaraan yang telah dilaksanakan PBSI Kabupaten Pemalang sebagai upaya memajukan bulutangkis Indonesia khususnya di Kabupaten Pemalang ini dilihat dari tiga tahun terakhir yaitu 2016, 2017 dan 2018.

Tabel 1.1 Jumlah Peserta Kejuaraan

Tahun/ kelompok usia	Usia Dini	Anak- anak	Pemula	Remaja	Taruna	Total Jumlah
2016	38	32	26	25	0	121
2017	39	29	24	18	0	110
2018	53	23	21	8	8	113



Gambar 1.1 Grafik Jumlah Peserta Kejuaraan

Dari data kejuaraan tiga tahun terakhir , di Kabupaten Pematang khususnya dari tahun ketahun jumlah atlet mengalami penurunan yang signifikan. Mengenai penurunan jumlah atlet tersebut, sudahkah PBSI berperan secara maksimal dalam langkah memajukan bulutangkis indonesia khususnya di daerah-daerah seperti Kabupaten Pematang.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin mengadakan penelitian dengan judul “KONTRIBUSI PBSI DALAM MENGEMBANGKAN OLAHRAGA BULUTANGKIS DI KABUPATEN PEMALANG TAHUN 2019”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka timbul masalah penelitian yang perlu dikaji lebih lanjut, yaitu :

1. Penyelenggaraan kejuaraan bulutangkis di Kabupaten oleh pengurus PBSI Kabupaten.
2. Penyelenggaraan penataran wasit dan pelatih oleh Pengurus PBSI Kabupaten.
3. Pelaksanaan atau pemegang SI (Sistem Informasi) Pengurus PBSI Kabupaten.
4. Pengelolaan PBSI Kota (Pengkot) atau Kabupaten.
5. Kontribusi PBSI dalam mengembangkan prestasi bulutangkis.

1.3 Pembatasan Masalah

Karena adanya keterbatasan waktu, dana, tenaga dan kemampuan maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup dari penelitian menjadi jelas. Adapun pembatasan masalah dalam penelitian ini yaitu penelitian ini hanya akan membahas mengenai kontribusi pengurus PBSI Kabupaten dalam mengembangkan atau meningkatkan prestasi olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang.

1.4 Rumusan Masalah

Dari uraian latar belakang dan identifikasi masalah, diajukan permasalahan yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana manajemen organisasi pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pematang ?
2. Bagaimana penyelenggaraan kejuaraan bulutangkis oleh pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pematang ?
3. Bagaimana penyelenggaraan penataran wasit dan pelatih dasar oleh pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pematang ?
4. Bagaimana pelaksanaan SI (sistem informasi) pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pematang?
5. Bagaimana pola latihan yang dilakukan oleh masing-masing klub di Kabupaten Pematang ?

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian yang ingin dicapai dalam penelitian ini yaitu:

1. Untuk mengetahui manajemen organisasi pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pematang.
2. Untuk mengetahui kontribusi pengurus PBSI Kabupaten dalam menyelenggarakan kejuaraan bulutangkis di Kabupaten Pematang.
3. Untuk mengetahui kontribusi pengurus PBSI Kabupaten dalam menyelenggarakan penataran wasit dan pelatih dasar di Kabupaten Pematang.
4. Untuk mengetahui kontribusi pengurus PBSI Kabupaten dalam pelaksanaan SI (sistem informasi) di Kabupaten Pematang.
5. Untuk mengetahui pola latihan yang dilakukan oleh masing-masing klub di Kabupaten Pematang.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Kontribusi PBSI sebagai induk organisasi bulutangkis dapat kita ketahui sebagai wadah untuk mengembangkan, membina, memperkuat dan meningkatkan prestasi olahraga bulutangkis baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional. Melalui penyelenggaraan kejuaraan, penataran wasit dan pelatih, pelaksanaan SI (sistem informasi), dan pola latihan secara berencana ditingkat Kabupaten/Kota, Provinsi dan nasional maupun internasional.

2. Secara Praktis

Dapat digunakan sebagai referensi atau pedoman untuk kepengurusan PBSI Kabupaten dari daerah lain atau dapat menjadi perbandingan tolak ukur mengenai cara, metode dan model kepengurusan dengan daerah lainnya.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori

2.1.1 Bulutangkis

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh sebagian besar masyarakat yang ada di Indonesia. Menurut Aksan Hermawan (2013 : 14) bulutangkis atau badminton adalah olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) atau dua pasang (untuk ganda) yang mengambil posisi berlawanan dibidang lapangan yang dibagi dua oleh sebuah jaring (net). Para pemain meraih angka dengan memukul bola permainan berupa *shuttlecock* (kok) dengan raket melewati net dan jatuh di bidang permainan lawan. Tiap pemain atau pasangan hanya boleh memukul kok sekali sebelum kok melewati net. Sebuah reli berakhir jika kok menyentuh lantai atau menyentuh tubuh seorang pemain. Indonesia disegani karena kehebatan mereka di lapangan. Sejak tahun 1950-an, indonesia selalu menghasilkan juara, sebut saja di nomor tunggal putra nama ferry sonneville, Tan Joe Hok, Rudy Hartono, Liem Swie King, Icuk Sugiarto, Joko Supriyanto, Alan Budikusuma, Taufik Hidayat dan sederat nama-nama hebat lainnya. Di jawa tengah adalah provinsi yang terkenal sebagai gudangnya atlet bulutangkis dengan lahirnya pemain-pemain hebat seperti Liem Swie King, Edy Kurniawan dan Hariyanto Arbi, namun sekarang jawa tengah mengalami penerunan yang sangat menonjol. Di PON tahun 2018 jawa tengah hanya mendapatkan satu emas, padahal biasanya selalu mendapatkan posisi terbaik. Dalam bermain bulutangkis harus mempunyai teknik, kemampuan fisik, strategi dan mental dalam bertanding agar dapat

memenangkan suatu pertandingan. Adapun beberapa teknik, latihan fisik, strategi dan mental yang harus dikuasai antara lain :

1. Teknik

Dalam mencapai prestasi, pemain bulutangkis harus menguasai keterampilan bulutangkis tingkat tinggi dengan berbagai macam teknik pukulan dalam bulutangkis. Seperti pukulan *underhand* (pukulan dari bawah), *overhead clear* (lob), *round the head* (belakang kepala), *smash*, *dropshot*, *netting*, *return smash*, *backhand overhead* dan *drive*.

A. *Underhand* (pukulan dari bawah)

Hendaknya siku dalam keadaan bengkok dan pertahankan sikap tubuh tetap tegak sehingga lutut kanan dalam keadaan tertekuk. Pada saat memukul kok gunakan tenaga kekuatan siku dan pergelangan tangan hingga gerakan lanjut dari pukulan ini berakhir diatas bahu kiri. Perhatikan agar telapak kaki kanan tetap kontak dengan lantai sambil menjangkau kok. Jangan sampai gerak langkah terhambat karena kaki kiri tertahan gerakannya. Fungsi pukulan dasar ini antara lain:

- Untuk mengembalikan pukulan pendek atau permainan net lawan.
- Sebagai cara bertahan akibat pukulan serang lawan. Dalam situasi tertekan dalam permainan, seorang pemain harus melakukan pukulan penyelamatan dengan cara mengangkat kok tinggi ke daerah belakang lapangan lawan.
- Pukulan dasar ini dapat dilakukan baik dengan teknik pukulan *forehand* maupun *backhand*.

Ada dua jenis pukulan *underhand* :

- *Clear underhand*, yakni pukulan dorongan yang diarahkan tinggi ke arah belakang.
- *Flick underhand*, yakni pukulan atau dorongan mendatar ke arah belakang.

Hal yang perlu diperhatikan :

- 1) Pegangan raket *forehand* untuk *underhand forehand*, dan pegangan *backhand* untuk *underhand backhand*.
- 2) Pergelangan tangan agak bengkok ke belakang, siku juga agak bengkok.
- 3) Sambil melangkahakan kaki kanan ke depan, ayunkan raket ke belakang lalu pukul bola dan pada saat perkenaan bola, posisi tangan lurus.
- 4) Bola dipukul kira-kira dekat dengan kaki kanan bagian luar.
- 5) Posisi akhir raket sesuai arah bola.

B. *Overhead Clear (Lob)*

Pukulan *overhead clear* adalah bola yang dipukul dari atas kepala, posisinya biasanya dari belakang lapangan dan diarahkan ke atas pada bagian belakang lapangan. Ada dua jenis *overhead clear* :

- *Deep clear/lob*, bolanya tinggi ke belakang.
- *Attacking clear/lob*, bolanya tidak terlalu tinggi.

Hal yang perlu diperhatikan :

- 1) Pergunakan pegangan *forehand*, pegangan raket dan posisinya disamping bahu.
- 2) Posisi badan menyamping (vertikal) dengan arah net. Posisi kaki kanan berada dibelakang kaki kiri dan pada saat memukul bola, harus terjadi perpindahan beban badan dari kaki kanan ke kaki kiri.
- 3) Posisi badan harus diupayakan selalu berada di belakang bola.

- 4) Pukul bola seperti gerakan melempar.
- 5) Pada saat perkenaan bola, tangan harus lurus. Posisi akhir raket mengikuti arah bola, lalu dilepas, sedang raket jauh didepan badan.
- 6) Lecutkan pergelangan (raket) saat kena bola.

C. *Round The Head*

Ini adalah bola *overhead* (di atas) yang dipukul dibagian belakang kepala (samping telinga sebelah kiri). Dibanding dengan *overhead* biasa, pukulan di belakang kepala ini relatif lebih sulit. Sebab, untuk bisa melakukan pukulan (teknik) ini diperlukan ekstra kekuatan kaki, kelenturan, *footwork* yang baik, dan koordinasi. Biasanya pukulan ini dilakukan secara terpaksa karena untuk melakukannya harus dengan pukulan backhand.

D. *Smash*

Smash (smes) adalah pukulan *overhead* (atas) yang diarahkan ke bawah dan dilakukan dengan tenaga penuh. Pukulan ini identik sebagai pukulan menyerang. Karena itu, tujuan utamanya untuk mematikan lawan. Pukulan smes adalah bentuk pukulan keras yang sering digunakan dalam permainan bulutangkis. Karakteristik pukulan ini adalah keras, laju jalannya kok cepat melaju lantai lapangan, sehingga pukulan ini membutuhkan aspek kekuatan otot tungkai, bahu, lengan, dan fleksibilitas pergelangan tangan serta koordinasi gerak tubuh yang harmonis.

Dalam praktik permainan, pukulan smes dapat dilakukan dalam sikap berdiri atau sambil loncat (dipopulerkan oleh Liem Swie King sehingga smes sambil meloncat ini pernah dikenal dengan istilah "*King smash*"). Oleh karena itu, pukulan smes dapat dibentuk :

- Pukulan smes penuh

- Pukulan smes potong
- Pukulan smes *backhand*
- Pukulan smes melingkar atas kepala

Hal yang perlu diperhatikan:

- 1) Biasakan bergerak cepat untuk mengambil posisi pukul yang tepat.
- 2) Perhatikan pegangan raket.
- 3) Sikap badan harus tetap lentur, kedua lutut dibengkokkan dan tetap berkonsentrasi pada kok.
- 4) Perkenaan raket dan kok harus terjadi di atas kepala dengan cara meluruskan lengan untuk menjangkau kok itu setinggi mungkin dan menggunakan tenaga pergelangan tangan pada saat memukul kok.
- 5) Akhiri rangkaian gerakan pukul itu dengan gerak lanjut ayunan raket yang sempurna ke depan badan.

E. *Dropshot* (Pukulan Potong)

Pukulan ini dilakukan seperti smes. Perbedaannya terletak pada posisi raket saat perkenaan dengan kok. Bola dipukul dengan dorongan dan sentuhan yang halus. *Dropshot* (pukulan potong) yang baik adalah apabila jatuhnya bola dekat dengan net dan tidak melewati garis ganda.

Karakteristik pukulan potong ini adalah kok senantiasa jatuh dekat jaring di daerah lapangan lawan. Oleh karena itu, kita harus mampu melakukan pukulan yang sempurna dengan berbagai sikap dan posisi badan dari sudut-sudut lapangan permainan. Faktor pegangan raket, gerak kaki yang cepat, posisi badan, dan proses perpindahan berat badan yang harmonis pada saat memukul merupakan faktor penentu keberhasilan pukulan ini.

Hal yang perlu diperhatikan :

- 1) Penggunaan pegangan *forehand*. Pegang raket dan posisinya disamping bahu.
- 2) Posisi badan menyamping (vertikal) dengan arah net, posisi kaki kanan berada di belakang kaki kiri. Pada saat memukul bola, harus terjadi perpindahan beban badan dari kaki kanan ke kaki kiri.
- 3) Posisi badan harus selalu diupayakan berada di belakang bola.
- 4) Pada saat perkenaan bila, tangan harus lurus, menjangkau bola dan dorong dengan sentuhan halus.
- 5) Untuk arah *forehand* lawan, pukul bagian lengkungan bola sebelah kanan; untuk arah *backhand* lawan, pukul bagian lengkung kiri bola.
- 6) Posisi akhir raket mengikuti arah bola. Biasakan bergerak cepat mengambil posisi pukul yang tepat dibelakang kok.
- 7) Perhatikan gerak langkah dan keseimbangan badan pada saat dan setelah memukul kok.
- 8) Kok harus dipukul dengan sikap lengan lurus dan hanya menggunakan tenaga kecil.
- 9) Pukulan potong ini mengandung aspek kehalusan gerak dan gerak tipu.

F. Netting

Netting adalah pukulan yang dilakukan dekat net, diarahkan sedekat mungkin ke net, dipukul dengan sentuhan tenaga halus sekali. Pukulan *netting* yang baik adalah jika bolanya dipukul halus dan melintir tipis dekat sekali dengan net. Karakteristik teknik dasar ini adalah kok senantiasa jatuh bergulir sedekat mungkin dengan jaring/net didaerah lapangan lawan. Koordinasi gerak kaki, lengan, keseimbangan tubuh, posisi raket dan kok saat perkenaan, serta

daya konsentrasi adalah faktor-faktor penting yang memengaruhi keberhasilan pukulan ini.

Pegang raket dengan jari-jari tangan (ruas jari tangan), pergelangan tangan rileks, posisi kepala (daun) raket sejajar dengan lantai pada saat perkenaan raket dan kok yang harus diperhatikan selama proses pukulan jaring berlangsung. Disamping itu, sikap dan posisi kaki tumpu harus tetap kokoh menapak di lantai, dengan lutut kanan dibengkokkan, sehingga tidak terjadi gerakan tambahan yang dapat memengaruhi keseimbangan tubuh.

Hal yang perlu diperhatikan:

- 1) Pegangan raket *forehand* untuk *forehand* net dan *backhand* untuk *backhand* net.
- 2) Siku agak bengkok dan pergelangan ditekuk sedikit ke belakang.
- 3) Pada saat memukul, kaki kanan berada di depan dan bola dipukul pada posisi setinggi mungkin.
- 4) Sesaat sebelum perkenaan bola, buat tarikan kecil dengan pergelangan tangan. Pukullah bola pada bagian lengkung kanan dan kiri sampai pada bagian bawah bola. Akhir kepala raket menghadap atau sejajar dengan langit-langit.

G. *Return Smash*

Return smash (smes pengembalian) adalah pukulan yang lebih identik dengan pola pertahanan. Namun pengembalian smes yang baik bisa menjadi serangan balik. Jenis-jenis pengembalian *smash*:

- 1) Pengembalian pendek, yaitu pengembalian yang bolanya jatuh dekat net. Pengembalian seperti ini banyak terjadi pada permainan tunggal. Tujuannya untuk memaksa lawan berlari jauh.

- 2) Pengembalian *drive* (mendatar), lebih banyak dilakukan pada permainan ganda. Tujuannya untuk tidak memberikan kesempatan kepada lawan melakukan serangan.
- 3) Pengembalian panjang, yaitu pengembalian bola kearah belakang lagi. Pukulan ini biasanya hanya bisa dilakukan oleh pemain yang sudah terampil dan mempunyai pergelangan tangan kuat.

Hal yang perlu diperhatikan:

- 1) Posisi siap (stand)
- 2) Untuk pengembalian dari *forehand*, apabila dekat bisa dilakukan dengan satu langkah kaki kanan, tetapi apabila jauh, mungkin perlu dilakukan dulu langkah kecil dari kaki kiri.
- 3) Untuk pengembalian *backhand*, apabila dekat bisa dilakukan dulu langkah kecil dari kaki kiri. Tetapi, apabila jauh, mungkin perlu dilakukan langkah kecil dari kaki kanan.

H. *Backhand Overhead*

Pukulan ini bisa dikategorikan paling sulit, terutama bagi pemain pemula. Sebab, secara biomekanik teknik pukulan ini, selain menuntut koordinasi anggota badan yang sempurna, juga penguasaan grip dan *timing* yang tepat. Tanpa ketiga hal tersebut, tenaga besar sekalipun tidak bisa menghasilkan kualitas pukulan yang baik.

Hal yang perlu diperhatikan:

- 1) Lakukan posisi siap dengan posisi raket di tangan.
- 2) Putar badan, dengan melangkahkan kaki kanan ke belakang kiri. Lutut dan siku kanan agak bengkok.

- 3) Rangkaian memukul mulai dari mengayunkan raket (siku ke dekat ketiak) dorong dengan pinggang dan siku menjadi lurus. Gerakan diakhiri dengan lecutan pergelangan tangan.

1. Drive

Drive adalah pukulan cepat dan mendatar. Pukulan ini banyak digunakan dalam permainan ganda. Tujuannya untuk menghindari lawan menyerang atau sebaliknya memaksa lawan mengangkat bola dan berada pada posisi bertahan. Pukulan ini menuntut keterampilan grip, kecepatan refleks, dan kekuatan pergelangan tangan.

Hal yang perlu diperhatikan:

- 1) Pegangan raket dengan satu grip/cepat berpindah.
- 2) Selain kekuatan bahu, gunakan “lecutan” pergelangan pada saat bola dipukul.

2. Pelatihan Fisik

Pebulutangkis sangat penting memiliki derajat kondisi fisik prima. Melalui proses pelatihan fisik yang terprogram baik, faktor-faktor tersebut dapat dikuasai. Dengan kata lain, pebulutangkis harus memiliki kualitas kebugaran jasmani yang prima. Kondisi ini akan berdampak positif pada kebugaran mental dan psikis, yang akhirnya berpengaruh langsung pada penampilan teknik bermain. Itulah sebabnya pebulutangkis sangat membutuhkan kualitas kekuatan, daya tahan, kelenturan, kecepatan, kelincahan, dan koordinasi gerak yang baik. Aspek-aspek tersebut sangat dibutuhkan agar mampu bergerak dan bereaksi untuk menjelajahi setiap sudut lapangan selama pertandingan. Program pelatihan yang perlu dilakukan oleh para pemain bulutangkis antara lain :

A. Sistem Pelatihan Fisik Umum

Program dan aplikasi latihan fisik bulutangkis harus dirancang melalui tahapan sebagai berikut :

- Persiapan fisik umum, bertujuan meningkatkan kemampuan kerja organ tubuh sehingga memudahkan upaya pembinaan dan peningkatan semua aspek pelatihan pada tahap berikutnya.
- Persiapan fisik khusus, bertujuan meningkatkan kemampuan fisik dan gerak yang lebih baik menuju pertandingan.
- Peningkatan kemampuan kualitas gerak khusus pemain, bertujuan untuk memahirkan gerakan kompleks dan harmonis yang dibutuhkan setiap pemain untuk menghadapi pertandingan.

Cara terbaik untuk mempersiapkan kondisi fisik umum pemain:

1) Program latihan lari

Latihan lari sangat penting dan baik untuk mengasah kemampuan kerja jantung dan paru-paru serta kekuatan tungkai. Membiasakan pemain berlatih lari selama 40-60 menit tanpa berhenti, yang dilakukan 3-4 kali seminggu, sangat baik untuk membina kemampuan daya tahan aerobik dan kebugaran umum pemain.

2) Program latihan senam

Bentuk-bentuk latihan senam peregangan untuk seluruh tubuh dan persendian harus mendapat perhatian. Latihan peregangan hendaknya diselingi gerakan-gerakan untuk memperkuat bagian tubuh bagian atas dan bawah yang dilakukan secara bergantian.

3) Program latihan loncat tali

Latihan ini sangat baik untuk membina daya tahan, kelincahan kaki, dan kecepatan serta melatih kemampuan gerak pergelangan tangan lebih lentur dan kuat.

4) Program latihan gabungan

Model atau sistem pelatihan ini adalah menggunakan berbagai alat bantu seperti bangku, gawang ukuran kecil, tiang, tongkat, tali, bola, dan sebagainya. Tujuan latihan ini adalah membina dan meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak pemain sebagai upaya untuk pengayaan gerak.

5) Latihan pemanasan

Latihan pemanasan yang dikemas dengan benar akan memberikan pengaruh positif pada proses kerja organ tubuh, mekanisme peredaran darah, dan pernapasan. Itu semua akan berpengaruh langsung untuk kerja berat selanjutnya. Di samping itu, sangat penting untuk menghindari terjadinya cedera otot, persendian, dan fungsi-fungsi tubuh lainnya.

6) Latihan pendinginan

Latihan ini dilakukan setelah program latihan selesai dilaksanakan sebagai upaya agar bagian otot yang bekerja berat tadi kembali pada posisi rileks dan tidak kaku. Bentuk latihannya adalah senam dan gerakan meregang. Kualitas latihan meregang, khususnya untuk otot besar seperti paha belakang dan depan, pinggang, punggung, otot lengan, bahu, dada, dan berbagai persendian tubuh.

B. Sistem Pelatihan Fisik Khusus

Pelatihan fisik bulutangkis dituntut untuk memahami dan mengetahui secara spesifik kebutuhan gerak olahraga ini, bahkan harus mendalami makna proses kerja otot, sistem energi, dan mekanisme gerak yang terjadi dalam permainan bulutangkis. Atas dasar pengetahuan ini, latihan akan mampu merancang bentuk-bentuk latihan fisik secara spesifik, sesuai kebutuhan pemain.

1) Latihan daya tahan (aerobik dan anaerobik)

Kemampuan daya tahan dan stamina dapat dikembangkan melalui kegiatan lari dan gerakan-gerakan lain yang memiliki nilai aerobik. Biasakan pemain menyenangkan latihan lari selama 40-60 menit dengan kecepatan yang bervariasi. Tujuan latihan ini adalah meningkatkan kemampuan daya tahan aerobik dan daya tahan otot. Artinya, pemain dipacu untuk berlari dan bergerak dalam waktu lama dan tidak mengalami kelelahan yang berarti.

2) Latihan kekuatan

Berdasarkan analisis dan cukup dominan pemain melakukan gerakan-gerakan seperti meloncat ke depan, ke belakang, ke samping, memukul sambil loncat, melakukan langkah lebar dengan tiba-tiba. Cara terbaik untuk meningkatkan kemampuan kekuatan ini adalah berlatih menggunakan beban atau dengan kata lain latihan beban (weight training).sebaiknya sebelum melakukan program latihan beban sesungguhnya, disarankan agar pemain lebih dulu mengenal berbagai bentuk gerakan seperti:

- Mendorong (push up, pull up)
- Bangun tidur, angkat kaki.
- Memperkuat otot punggung, pinggang

- Jongkok berdiri untuk membina kekuatan tungkai, loncat-loncar ditempat atau sambil bergerak.

Proses selanjutnya adalah meningkatkan kualitas gerakanya dengan menggunakan beban (weight training) yang sebenarnya.

3) Latihan kecepatan

Cara untuk gerak cepat adalah melatih kecepatan tungkai/kaki. Aspek kecepatan dalam bulu tangkis juga bermakna pemain harus cekatan dalam mengubah arah gerak dengan tiba-tiba, tanpa kehilangan momen keseimbangan tubuh(agilitas). Bentuk-bentuk latihannya antara lain:

- Lari cepat dalam jarak dekat
- Lari bolak-balik jarak enam meter(shuttle run)
- Tingkatkan kualitas latihan dengan menggunakan beban, rintangan dan, lain-lainnya.
- Jongkok berdiri dan diikuti laroi cepat dalam jarak dekat pula.

4) Latihan kelenturan/fleksibilitas

Fleksibilitas adalah komponen kesegaran jasmani yang sangat penting dikuasai oleh setiap pemain bulu tangkis. Dengan karakter gerak serba cepat, kuat, luwes, tetapi tetap bertenaga, pembinaan kelenturan tubuh harus mendapat perhatian khusus. Latihan fleksibilitas harus mendapat porsi yang cukup. Orang yang kurang lentur rentan mengalami cedera di bagian otot dan daerah persendian. Latihan peregangan dengan kualitas gerakan yang benar memacu komponen otot dan persendian mengalami peregangan yang optimal. Oleh karena itu, fleksibilitas ini harus dilatih dengan tekun dan sistematis.

C. Model-Model Latihan Fisik Menggunakan Alat Bantu Pelatihan

1) Latihan Dengan Bola Medisin

Bola medisn berfungsi untuk kekuatan dan kecepatan melempar, membina kekuatan lengan, tungkai, dan kekuatan bagian atas dan bawah tubuh. Bentuk latihan bola medisn antara lain dilakukan dengan melempar ke arah tembok dengan satu atau dengan dua lengan. Berdiri kira-kira 3-4 meter dari tembok, lalu lempar bola itu dan segera tangkap bola tersebut sambil lari mundur ke arah garis start, seperti layaknya gerak mundur dalam permainan bulu tangkis.

2) Latihan Loncat Tali

Pengaruh latihan loncat tali ini sangat membantu untuk membina kekuatan kaki, pergelangan kaki, daya tahan, koordinasi gerak, dan membantu peningkatan kualitas gerak pergelangan tangan.

3) Latihan Bayangan

Latihan ini berfungsi untuk meningkatkan kemampuan gerak kaki, kecepatan, serta daya tahan. Latihan ini dapat dijadikan sebagai program khusus, rutin bagi pemain agar langkah dan gerak kaki(footwork) senantiasa ditingkatkan dan dipelihara terus. Untuk meningkatkan latihan ini, pemain harus menggunakan "jaket pemberat" yang dibuat khusus untuk itu. Sangat baik untuk membina kualitas dan kecepatan gerak pemain.

4) Latihan Loncat Bangku/Gawang

Latihan ini berfungsi untuk membina kekuatan tungkai, konsentrasi, dan kecepatan gerak yang dibutuhkan dalam permainan. Bangu atau gawang dibuat dengan berbagai ukuran tinggi, antara lain 40, 50, 70, 80 cm. Alat ini berfungsi sebagai alat pemberat, rintangan, tantangan, agar pemain terpacu

untuk mengatasinya. Proses kerja overload (beban lebih) dengan menggunakan beban rintangan ini membuat latihan makin terasa berat bagi pemain.

3. Strategi dan mental

Setelah menguasai teknik dan latihan fisik yang benar akan terasa sekali manfaatnya pada saat mulai bermain dalam game (hitungan). Berpikirlah menggunakan taktik atau strategi apa agar bisa mematikan lawan dan memenangi pertandingan. Kita bisa menerapkan bagaimana taktik dan strategi saat bergerak menghadap lawan. Masalahnya adalah mungkin lawan kita juga akan melakukan hal yang sama. Berikut ini beberapa taktik dan strategi permainan :

1) Taktik Tunggal

Cara yang digunakan dalam taktik tunggal adalah dengan terus-menerus mengalihkan kok atau bola jauh ke arah lawan. Situasi seperti ini akan membuat lawan selalu berkeliling di lapangan. Tujuannya adalah membuat lawan melakukan pengembalian yang buruk, misalnya pengembalian pukulan *backhand* yang lemah dari daerah belakang lapangan.

Jika dalam suatu permainan kita berada pada situasi yang sulit sementara lawan tidak mengalaminya, diperlukan waktu untuk kembali ke posisi yang menguntungkan bagi kita. Tindakan yang harus dilakukan adalah memukul tinggi kok ke arah belakang lapangan dan akan lebih baik lagi jika pukulan tinggi itu mengarah ke dekat tengah dari garis belakang. Dari sini lawan akan susah untuk menangkalnya dan, jika ia bisa mengembalikan, biasanya berada pada sudut yang lemah.

Pada permainan tunggal, seorang pemain bisa dikatakan berada diatas angin jika ia selalu bisa:

1. Melakukan pukulan dengan posisi selalu berada di belakang bola.
2. Sudah berada ditengah lapangan sebelum lawan memukul bola.
3. Sebaliknya, berusaha untuk cepat berada pada posisi memukul sebelum lawan kembali ke tengah. Dalam posisi ini artinya ia siap melakukan serangan yang mematikan.

Untuk bisa melakukan ketiga hal diatas, seorang pemain harus memiliki *footwork* yang teratur dan cepat. Supaya gerakan-gerakan yang cepat itu bisa berlangsung untuk jangka waktu lama, diperlukan stamina yang memadai. Karena itu, *footwork* yang cepat, teratur, dan stamina yang kuat menjadi faktor yang dominan diperlukan seorang pemain tunggal.

2) Taktik Ganda

Permainan ganda memiliki tuntutan yang agak berbeda dengan permainan tunggal. Seorang pemain yang *footwork*nya kurang baik tetapi memiliki kecepatan dan refleks pukulan serta *power* yang besar bisa menjadi pemain ganda yang baik. Permainan ganda memiliki jenis pukulan yang khusus. Pukulan cepat seperti *drive*, *smes*, *smes* pengembalian, servis, dan *wiping* (menyapu) adalah jenis pukulan yang wajib dan harus dikuasai dengan terampil.

Dalam permainan ganda ada filosofi yang berbunyi "Siapa yang bisa menyerang lebih dulu, dialah yang akan menang". Filosofi ini rata-rata dipegang oleh setiap pemain ganda. Ini terlihat dalam karakter permainan ganda sekarang yang menganggap pertahanan yang baik adalah menyerang.

Permainan ganda adalah permainan yang mengandalkan kerjasama. Pukulan harus dirancang, kemudian mematikan lawan dengan pukulan hasil kerjasama.

Dalam posisi menyerang, seorang pemain bertanggungjawab melakukan pukulan dibagian depan lapangan (pemain depan), sementara pemain satunya lagi (pemain belakang) bersiap untuk menghadapi semua bola atau kok yang mungkin terlewati oleh pemain depan. Pemain depan berada dibelakang tengah garis depan servis, dan pemain belakang berposisi di tengah daerah tengah.

Jika lawan sedang dalam posisi menyerang dan mampu melakukan pukulan kok ke arah daerah kita, kita perlu mengambil dan menempatkan diri pada posisi bertahan. Dalam posisi bertahan, kita dan rekan kita akan berada di daerah tengah lapangan dalam posisi menyamping.

3) Taktik Ganda Campuran

Dalam ganda campuran, pemain putri biasanya bermain diposisi depan dengan tugas mengambil pukulan yang tertuju ke arahnya, melalui permainan net, *drive*, dan smes. Pemain putra berjaga untuk melakukan smes menukik dan *drive*. Kedua pemain harus dalam posisi bagus untuk mendorong kok pelan di atas net ke area tengah lawan dengan tidak hanya melewati area pemain depan tetapi didepan pemain belakang.

Berbeda dengan di ganda putra, ketika melakukan servis, pemain putra pada ganda campuran biasanya tetap berada dibelakang pemain putri.

Selain taktik pemain juga harus memiliki mental yang tinggi dalam suatu pertandingan yaitu seperti menjaga sportivitas baik di dalam maupun diluar lapangan. Baik dalam latihan maupun pertandingan, junjunglah tinggi selalu kesopanan dan hormatilah rekan dan lawan kita. Persahabatan haruslah menjadi tujuan utama. Jangan sampai terjadi, demi mencapai kemenangan, kita

melakukan segala cara. Hal-hal yang harus dilakukan ketika kita bermain bulutangkis antara lain:

- 1) Jika seseorang membantu kita, apakah itu rekan, orang tua, guru, atau pelatih, kita seharusnya mengucapkan terimakasih atas segala bantuan yang telah diberikan. Hal yang sama juga dilakukan kepada rekan dan lawan setelah permainan usai, tanpa mempermasalahkan hasil.
- 2) Bersalaman adalah kesopanan dalam perkenalan. Bersalamalah sebelum dan sesudah pertandingan. Jika kita bermain game dan dikalahkan oleh lawan yang memang lebih baik, kita harus dengan sportif mengakui kemenangan lawan. Jika perlu, memperkenalkan lawan kita kepada orang lain bahwa ia adalah pemain berkualitas. Kembalilah kelapangan untuk latihan mengembangkan permainan.
- 3) Dilapangan, hindari melakukan gerak atau memperlihatkan mimik mengejek kepada lawan kita. Kalau kok jatuh dekat net dibidang lapangan kita, segeralah mengambil kok itu dan berikan kepada lawan kita.
- 4) Dalam permainan ganda, berkerjasamalah sebagai tim yang baik dan jangan saling menyalahkan.
- 5) Jika kita bermain bulu tangkis, hal yang selalu diingat adalah untuk memberikan ucapan terimakasih kepada penyelenggara atau organisasi yang telah memberikan waktu dan kesempatan.

2.1.2 PBSI

2.1.2.1 Sejarah

Masyarakat Indonesia sudah mengenal bulu tangkis sejak zaman penjajahan Belanda. Namun pada saat itu perkumpulan-perkumpulan bulu tangkis yang berbentuk kemudian bergerak sendiri-sendiri tanpa satu tujuan dan

satu cita-cita perjuangan di alam segera merdeka. Hal ini tentu tidak bisa dibiarkan berlangsung terus. Harus diusahakan satu organisasi secara nasional, sebagai organisasi pemersatu. Untuk menempuh jalan menuju satu wadah organisasi, cara yang paling tepat adalah mempertemukan tokoh perbulutangkis dalam satu kongres. Pada saat itu memang agak sulit untuk berkomunikasi antara satu daerah dengan daerah lainnya. Satu-satunya yang bisa ditempuh adalah lingkungan pulau Jawa saja. Itu pun bisa ditempuh setelah terbentuknya PORI (Persatuan Olah Raga Republik Indonesia).

Usaha yang dilakukan oleh Sudirman dan kawan-kawan melalui perantara surat yang intinya mengajak untuk mendirikan persatuan bulu tangkis membawa hasil. Maka, pada suatu pertemuan 5 Mei 1951 di Bandung, lahirlah Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI) dan pertemuan tersebut dicatat sebagai kongres pertama PBSI.

Dengan adanya kepengurusan tingkat pusat itu, kepengurusan di tingkat daerah/provinsi otomatis menjadi cabang yang berubah menjadi Pengda (Pengurus Daerah), sedangkan Pengcab (Pengurus Cabang) adalah nama yang diberikan kepada kepengurusan di tingkat Kota/Kabupaten. Setelah Indonesia merdeka, para pemain bulu tangkis kita menunjukkan prestasi di tingkat internasional. Di ajang Piala Thomas, Indonesia masih mencatatkan diri sebagai negara yang paling banyak meraih trofi lambang supermasi bulu tangkis beregu putra dunia.



Gambar 2.1.2.1 Lambang Organisasi PBSI

(sumber: google.image.com)

Arti dari lambang PBSI:

1. Terdiri atas lima warna yang mempunyai arti:
 - Kuning: Simbol kejayaan
 - Hijau: Kesejahteraan dan kemakmuran
 - Hitam: Kesetiaan dan kekal
 - Merah: Keberanian
 - Putih: Kejujuran
2. Gambar Kapas: Berjumlah 17 biji, yaitu melambangkan angka keramat (hari proklamasi).
3. Gambar *Shuttlecock*: Dengan delapan bulu, melambangkan 8 Agustus.
4. Huruf PBSI: terdiri dari 4 dihubungkan dengan gambar setengah lingkaran sebanyak 5 biji berwarna merah di bawah *shuttlecock*, melambangkan tahun 1945.
5. Gambar Padi: sebanyak 51 butir yang melambangkan hari lahirnya PBSI, yaitu tahun tanggal 5 Mei 1951.

6. Gambar Perisai: Adalah simbol ketahanan, keuletan, rendah diri tapi ulet, kuat dan tekun.

2.1.2.2 Manajemen PBSI

Dasar dan Tujuan :

1. Amateurisme,
2. Menjadi masyarakat yang sehat dan kuat, baik jasmani maupun rohani,
3. Meratakan dan menyebarkan rasa sportifitas serta persaudaraan dikalangan penggemar bulutangkis khususnya dan masyarakat umumnya,
4. Mempertinggi derajat keolahragaan pada umumnya, olahraga bulutangkis pada susunannya.

Usaha:

1. Mendorong, berdiri, membimbing serta mengkoordinir persatuan- persatuan bulutangkis di Indonesia.
2. Memperkenalkan dan menggabungkan organisasi bulutangkis di Indonesia serta pemain-pemainnya kegelanggang dan pergaulan internasional.
3. Mengadakan kompetisi secara teratur diantara anggota-anggota dan sebanyak- banyaknya pertandingan-pertandingan lainnya di Indonesia.
4. Menjelenggarakan penerbitan-penerbitan sebanyak-banyaknya tentang bulutangkis yang berupa buku-buku, brosure, orgaan.
5. Mengadakan usaha-usaha lain yang syah.

Untuk mencapai tujuan itu PBSI mempunyai tugas pokok sebagai berikut :

1. Mengembangkan dan membina bulutangkis sebagai olahraga rakyat.
2. Menghimpun seluruh masyarakat bulutangkis dalam wadah organisasi PBSI.
3. Memperkuat dan memperluas organisasi PBSI.

4. Meningkatkan prestasi olahraga bulutangkis baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional.
5. Menyelenggarakan kejuaraan antar perkumpulan dan perorangan secara berencana ditingkat Kabupaten/Kota, Provinsi dan nasional maupun internasional.
6. Memperkokoh persatuan dan kesatuan nasional serta kerjasama internasional melalui bulutangkis.
7. Meningkatkan hubungan kerjasama dengan KONI/KOI dan induk organisasi keolahragaan di Indonesia dan organisasi bulutangkis Asia dan dunia.
8. Upaya-upaya lain yang tidak bertentangan dengan ketentuan yang ada.

Anggota :

1. Anggota biasa (persatuan-persatuan/ikatan-ikatan).
2. Anggota penderma.
3. Anggota kehormatan.

Organisasi :

1. PBSI adalah satu-satunya organisasi bulutangkis yang meliputi seluruh persatuan bulutangkis di Indonesia.
2. PBSI hanya mengakui satu persatuan bulutangkis di tiap-tiap Kota Pradya/Kabupaten yang mempunyai sekurang-kurangnya 5 (lima) anggota perkumpulan.
3. Disesuatu daerah karesidenan dimana sekurang-kurangnya berada 3 (tiga) persatuan dapat diadakan Komisariat.

Pengurus :

1. PBSI Pusat dipimpin oleh sebuah Pengurus yang terdiri atas : Sekurang-kurangnya 3 (tiga) orang.
2. Pengurus dipilih dalam Kongres untuk 2 (dua) tahun.
3. Semua keputusan yang telah diambil Pengurus Pusat dapat diroboh oleh Kongres.

Pengurus Harian :

1. Pengurus harian terdiri atas : Ketua atau Wakil Ketua, Penulis, Bendahara, Pemimpin Pertandingan dan Pembantu Umum.
2. Semua keputusan yang telah diambil oleh Pengurus Harian dapat diroboh oleh Pengurus Lengkap.

Kongres PBSI :

1. Tiap-tiap 2 (dua) tahun PBSI mengadakan Kongres yang dihadiri oleh semua anggota persatuan, ditempat dan pada waktu yang ditentukan oleh Ketua.
2. Kongres PBSI dianggap syah, apabila dikunjungi oleh sedikitnya $\frac{1}{2}$ (setengah) dari jumlah anggota persatuan.
3. Keputusan diambil atas dasar suara terbanyak.
4. Tiap-tiap anggota bisa yang hadir pada Kongres, mempunyai satu suara.
5. Apabila terdapat suara sama, Ketua Rapat mempunyai suara memutuskan.

Rapat Pleno PBSI:

1. Sedikitnya 3 (tiga) bulan sekali PBSI Pusat mengadakan Rapat Pleno yang dihadiri oleh segenap pengurus PBSI Pusat ditempat dan pada waktu yang akan ditentukan oleh Ketua.
2. Rapat Pleno PBSI Pusat dianggap sjah, apabila dikundjungi oleh sedikitnja $\frac{1}{2}$ (setengah) dari djumlah anggauta Pengurus.

3. Keputusan diambil atas dasar suara terbanyak.
4. Tiap anggota biasa yang hadir pada Rapat pleno ini mempunyai satu suara.
5. Apabila terdapat suara sama, Ketua Rapat mempunyai suara memutuskan.

Komisariat :

Suatu persatuan bulutangkis dapat ditunjuk sebagai Komisariat untuk waktu yang tidak ditentukan.

Keuangan :

1. Uang pangkal dan iuran.
2. Uang sokongan.
3. Subsidi.
4. Usaha-usaha lain yang syah.

Perubahan Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga :

Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga PBSI hanya dapat diubah dalam Kongres atau Rapat Istimewa, yang sengaja diadakan untuk keperluan itu dengan suara 2/3.

Tambahan :

Segala sesuatu yang tidak ditetapkan dalam Anggaran Dasar, diatur dalam Anggaran Rumah Tangga. Dalam hal yang belum ditetapkan dalam Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga atau oleh Kongres, Pengurus Pusat dimana perlu berhak mengambil keputusan dengan berkewajiban mempetanggung jawabkan kepada Kongres.

Peraturan-peraturan Lokal.

1. Tiap Daerah Kota Besar/Kota Pradja/Kabupaten diwajibkan menyesuaikan Anggaran Dasar PBSI khusus, dan mempunyai Anggaran Rumah Tangga

sendiri yang berpedoman dengan Anggaran Dasar dan Anggaran Rumah Tangga Pusat, dan disesuaikan dengan keadaan Lokalnya.

2. Sesuatu usaha lokal, baik mengenai pertandingan-pertandingan maupun lainnya, hanya dianggap syah bila diselenggarakan oleh Anggota cabang atau sesuatu badan/panitia dengan seizin cabang PBSI.
3. Sesuatu cabang yang oleh pengurus Pusat dipandang sudah tidak dapat memenuhi syarat lagi untuk mengajukan organisasi, maka Pengurus Pusat berhak menunjuk klub/perkumpulan lain yang dipandang mempunyai syarat untuk mengusahakan pembentukan pengurus baru.
4. Sesuatu cabang bila mengadakan pertandingan-pertandingan yang bersifat resmi, diharuskan Memberitahukan kepada Pusat seminggu sebelum pertandingan. (Hery 2009)

2.1.3 Manajemen

Kata manajemen berasal dari Bahasa Latin, yaitu dari asal kata manus yang berarti tangan dewa dan agere yang berarti melakukan. Kata-kata ini digabung menjadi kata kerja managere yang artinya menangani. Managere diterjemahkan ke dalam Bahasa Inggris dalam bentuk kata to manage, dengan kata benda management, dan manager untuk orang yang melakukan kegiatan manajemen. Akhirnya, management diterjemahkan ke dalam Bahasa Indonesia menjadi manajemen atau pengelolaan. Menurut Hasibuan (2001) dalam (Kuntoro 2017) manajemen adalah ilmu dan seni mengatur proses pemanfaatan sumber daya manusia dan sumber-sumber daya lainnya secara efektif dan efisien.

Manajemen sangat penting diterapkan dalam olahraga apalagi dalam di sebuah club/ organisasi, jika kita membicarakan tentang manajemen kita mengarah ke administrasi sebab, manajemen dan administrasi tidak

menjalankan sendiri-sendiri kegiatannya yang bersifat organisasional tetapi bersama-sama dalam satu gerak langkah (Pakturusi, 2012:72). Dengan adanya manajemen di dalam organisasi/ club kegiatan olahraga dapat berjalan dengan baik dan teratur. Seringkali orang menyepelekan manajemen di suatu organisasi/ club, serta kurangnya pengetahuan akan fungsi-fungsi manajemen itu sendiri. Kebanyakan manajemen olah raga dalam suatu klub atau olahraga meliputi, sistem perekrutan atlet, faktor penentu keberhasilan atlet, penerapan program latihan, sarana dan prasarana, kepengurusan, dan pengelolaan keuangan (Kuntoro 2017).

2.1.4 Kontribusi

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, pengertian kontribusi adalah sumbangan. Kontribusi berasal dari bahasa Inggris yaitu *contribute, contribution*, yang maknanya adalah keikutsertaan, keterlibatan, melibatkan diri maupun sumbangan. Berarti dalam hal ini kontribusi dapat berupa materi atau tindakan. Hal yang bersifat materi misalnya seorang individu memberikan pinjaman terhadap pihak lain demi kebaikan bersama. Kontribusi dalam pengertian sebagai tindakan yaitu berupa perilaku yang dilakukan oleh individu yang kemudian memberikan dampak baik positif maupun negatif terhadap pihak lain. Sedangkan menurut Kamus Ekonomi (T Guritno, 1992) kontribusi adalah sesuatu yang diberikan bersama-sama dengan pihak lain untuk mencapai suatu tujuan dengan biaya, atau kerugian tertentu secara bersama. Upaya peningkatan kualitas prestasi olahraga bulutangkis sebagai suatu aspek penting yang perlu dilaksanakan secara sungguh-sungguh, sehingga memungkinkan PBSI dapat memberi sumbangan nyata dalam meningkatkan prestasi olahraga bulutangkis (Sonjaya Yaya 2012).

Sehingga kontribusi disini dapat diartikan sebagai sumbangan yang telah diberikan oleh PBSI dalam upaya meningkatkan prestasi olahraga bulutangkis. Dalam hal ini termasuk dalam lingkup seperti sarana prasarana atlet, penataran pelatih dan penataran wasit, dan penyelenggaraan kejuaraan.

2.1.5 Olahraga Prestasi

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan, bahkan Harsono (1988 : 98) mengemukakan bahwa, “prestasi olahraga yang dibayangkan orang sukar atau mustahil akan dapat dicapai, kini menjadi hal yang lumrah, dan jumlah atlet yang mampu untuk mencapai prestasi demikian kini semakin banyak”. Pada prinsipnya pengembangan olahraga berpijak pada tiga orientasi, yaitu olahraga sebagai rekreasi, olahraga sebagai kesehatan, dan olahraga untuk prestasi. Dalam Undang – Undang No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan bahwa pembinaan olahraga nasional tidak terlepas dari peran pendidikan. Sementara pasal 27 Ayat 4 menyatakan bahwa “Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangkan pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Pembangunan Nasional pada hakekatnya adalah pembangunan manusia Indonesia seutuhnya dan pembangunan masyarakat Indonesia seluruhnya berdasarkan Pancasila dan Undang Undang Dasar 1945. Keberhasilan pembangunan nasional tersebut sangat dipengaruhi oleh kualitas sumber daya manusia, baik sebagai obyek maupun sebagai subyek. “pembinaan

dan pengembangan olahraga merupakan bagian upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan kesehatan jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional". Demikian pula dalam rangka mengantisipasi Era Kebangkitan nasional dimana pembangunan sumber daya manusia Indonesia akan lebih diarahkan kepada upaya peningkatan kualitasnya untuk mewujudkan manusia Indonesia seutuhnya, maka orientasi pembangunan nasional di bidang olahraga harus ditujukan kepada peningkatan kualitas sumber daya manusianya.

Atas dasar teori perhitungan "Golden Age" prestasi puncak atlet dalam berbagai cabang olahraga, antara umur 18-24 tahun. Oleh karena pembinaan atlet untuk mencapai prestasi puncak membutuhkan waktu kurang lebih 8-10 tahun, maka orientasi pembinaan olahraga harus dimulai pada anak-anak yang berusia sekitar 4-14 tahun. (Kemenpora, 2005).

Kalau kita ingin mencapai prestasi tinggi, maka perlu diterapkan konsep pembinaan olahraga sedini mungkin. Memperhatikan sistem dan jalur pembinaan olahraga yang ada saat ini, maka orientasi pembinaan olahraga harus dilakukan secara mendasar, sistematis, efisien dan terpadu sejak dini, serta mengarah kepada satu tujuan yang sama. Sehubungan dengan uraian di atas, maka satu upaya pembinaan dan pengembangan olahraga bagi anak-anak usia dini dengan mempersiapkan konsep dan strategi yang tepat, mendasar, terpadu dan berkesinambungan.

Melalui program pembinaan dan pengembangan olahraga sejak dini yang secara lintas sektoral akan melibatkan seluruh sistem dan jalur yang

berperan dalam pembangunan olahraga, maka diharapkan kesinambungan sistem piramida pembinaan olahraga dapat dicapai dan diwujudkan dalam bentuk yang nyata dan terpadu (Jamalong 2014).

2.1.6 Pembinaan Klub Bulutangkis

Pembinaan klub bulutangkis merupakan suatu wadah atau tempat latihan yang didalamnya mengajarkan latihan dasar bulutangkis dengan bertujuan mencetak atlet-atlet berkualitas untuk menjadi sang juara. Untuk menjadi pemain bulutangkis yang berprestasi maka seorang atlet harus menguasai teknik-teknik dasar pendukung pencapaian prestasi, diantaranya seperti teknik, fisik, taktik, dan mental yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Teknik adalah keterampilan yang harus dikuasai oleh seseorang untuk bisa bermain salah satu cabang olahraga. Teknik dasar bulutangkis artinya keterampilan yang harus dimiliki oleh seseorang supaya bisa bermain bulutangkis. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain diantaranya adalah pukulan (strokes). Jenis-jenis pukulan yang harus dikuasai adalah servis, underhand, dropshot, smash, netting dan drive (PBSI, 2001) dalam (Nandika et al. 2017). Untuk menjadi pebulutangkis yang handal, sebagai modal awal pemain harus menguasai bermacam teknik dasar bermain bulutangkis secara baik dan benar. Adapun latihan teknik dasar bulutangkis sebagai berikut:

1. Pegangan raket

a) Forehand Grip

- 1) Pegang raket dengan tangan kiri, kepala raket menyamping. Pegang raket dengan cara seperti "jabat tangan". Bentuk "V" tangan diletakkan pada bagian gagang raket.

2) Tiga jari, yaitu jari tengah, manis, dan kelingking, menggenggam raket. Sedang jari telunjuk agak terpisah.

3) Letakkan ibu jari di antara tiga jari tengah, manis, kelingking dan jari telunjuk.

b) *Backhand Grip*

Hampir sama dengan cara *forehand grip*, Cuma untuk backhand grip, geser “V” tangan ke arah dalam. Letakkan di samping dalam. Bantalan ibu jari berada pada pegangan raket yang lebar.

2. Gerak Kaki (*Footwork*)

Penguasaan gerak kaki (*footwork*) merupakan dasar untuk menghasilkan pukulan berkualitas. Dengan *footwork* yang baik, pemain akan dapat secara cepat bergerak ke segala penjuru lapangan permainan untuk menjangkau bola (*shuttlecock*) dengan posisi yang baik. Latihan untuk melatih *footwork* antara lain:

A. Shadow Defence

1) Mengambil bola depan kanan-kiri

Pemain berdiri ditengah lapangan. Latihan gerak kaki ini untuk mengembalikan bola (*shuttlecock*) yang jauh dekat net dengan menggunakan pukulan underlob. Dengan gerakan sedikit berjingkat, kaki kiri melangkah lebih dulu, sedang lutut kaki kiri mengikuti tapi jangan terlalu ditekuk. Bergeraklah dua langkah ke depan kanan dan kiri untuk menjangkau bola (*shuttlecock*), kemudian melangkah mundur dua langkah kembali ke posisi semula.

2) Mengambil bola belakang kanan-kiri

Pemain berdiri ditengah lapangan. Latihan ini berupa gerak kaki untuk mengembalikan bola (*shuttlecock*) yang jatuh di garis belakang lapangan

dengan pukulan lob. Bergeraklah ke arah belakang kanan atau kiri dengan gerakan kaki kiri tetap lebih dulu. Dibayangkan pemain harus menjangkau bola (*shuttlecock*) yang jatuh digaris belakang lapangan sebelah kanan atau kiri. Pemain harus mengembalikan bola (*shuttlecock*) dengan pukulan lob. Setelah memukul, pemain harus bergerak kembali ke posisi semula di tengah lapangan. Lakukan latihan ini sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

3) Mengambil bola empat sudut

Latihan mengambil bola empat sudut ini pada dasarnya adalah latihan gabungan dari gerak kaki mengambil bola (*shuttlecock*) depan kanan-kiri dan mengambil bola (*shuttlecock*) belakang kanan-kiri.

4) Mengambil bola samping kanan-kiri (*defense smash*)

Latihan ini mengajarkan kepada pemain untuk melakukan gerakan kaki sambil mengembalikan bola (*shuttlecock*) smash lawan jatuh disamping kanan dan kiri tubuh (*defense smash*). Yang perlu diperhatikan kaki tidak melangkah, tapi menggeser ke kanan atau ke kiri.

5) *Shadow* depan 2 kali, samping 1 kali

Latihan *shadow* ini merupakan gabungan dari latihan gerak kaki untuk mengambil bola (*shuttlecock*) depan kanan-kiri (*under lob*) dan mengambil bola (*shuttlecock*) samping kanan-kiri badan (*defense smash*). Lakukan latihan ini sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

6) *Shadow* belakang 2 kali, samping 1 kali

Latihan gerakan kaki ini pada prinsipnya sama dengan latihan *shadow* depan dua kali, samping satu kali, Cuma pemain tidak lagi harus melakukan pukulan *under lob*, tetapi berupa lob dari garis belakang kemudian

diteruskan melakukan *defense smash*. Lakukan latihan ini sebanyak 15 gerakan atau repetisi.

B. Shadow Offense (Serang)

1) Ambil bola lurus dari muka ke belakang

Pemain bergerak lurus dari tengah lapangan ke belakang untuk melakukan pukulan *smash*. Lalu, dia harus bergerak cepat kembali mengambil bola (*shuttlecock*) ke depan untuk melakukan pukulan *netting*. Kemudian, melangkah dengan jingkat mundur sedikit ke belakang. Tahapan selanjutnya, setelah itu pemain kembali bergerak lurus kebelakang untuk melakukan pukulan *smash* dan dilanjutkan bergerak ke depan untuk posisi siap untuk *netting* lagi. Lakukan latihan ini secara berulang-ulang sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

2) Ambil bola depan kanan-kiri

Posisi pemain berada ditengah, lalu melakukan gerak langkah untuk mengambil bola (*shuttlecock*) di depan kanan untuk melakukan pukulan *netting*. Kemudian mundur selangkah, dan bergerak kedepan kiri untuk melakukan pukulan neting serupa kemudian mundur selangkah. Lakukan latihan ini secara berulang-ulang sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

3) Ambil bola belakang kanan-kiri

Posisi awal pemain berada di tengah, kemudian bergerak selangkah secara diagonal kebelakang kanan untuk melakukan pukulan *smash*, diteruskan kembali ke tengah. Dari tengah terus bergerak secara diagonal kebelakang kiri untuk melakukan pukulan *smash*, dan diteruskan kembali ketengah di posisi awal. Lakukan latihan ini secara berulang-ulang sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

4) Ambil bola empat sudut

Latihan mengambil bola (*shuttlecock*) empat sudut ini merupakan rangkaian latihan *shadow* serang seperti di paparkan di atas. Latihan ini merupakan perpaduan permainan menyerang yang berupa pukulan *netting* dari bagian depan lapangan dan pukulan *smash* atau *drop short* dari lapangan bagian belakang.

3. Stroke

Untuk menjadi pemain andal, setelah menguasai cara memegang raket dengan baik dan benar, menguasai gerak kaki (*footwork*), selanjutnya perlu dituntut untuk menguasai pula teknik dasar pukulan (*basic stroke*) dengan baik.

1) Cara Memukul Bola Atas, Tanpa Gerakan Kaki

Pemain dalam posisi siap. Kaki kiri sedikit terbuka berada di depan, sedang kaki kanan di belakang. Posisi badan menyamping dengan arah net. Perhatikan tangan kanan memegang raket dengan daun raket berada di atas kepala, tangan kiri juga berada di atas kepala agak ditekuk rilek. Cara memukul bola (*shuttlecock*) dengan putaran tangan kanan, bisa kecil atau besar. Harus diingat, saat memukul bola bukan dengan tarikan. Lakukan latihan ini sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

2) Cara Memukul Bola Atas dengan Gerakan Kaki

Setelah menguasai benar cara memukul bola atas tanpa gerakan kaki, latihan ini ditambah dengan cara memukul sambil bergerak. Kaki kanan dengan posisi kuda-kuda tetap di belakang dan kaki kiri sedikit ditekuk lututnya kemudian start memukul bola (*shuttlecock*). Perhatikan pula, saat memukul bola (*shuttlecock*) harus terjadi perpindahan beban berat badan dan kaki kanan ke kaki kiri. Lakukan latihan ini sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

3) Cara Memukul Bola *Netting, Backhand* Tidak Bergerak

Bola berada di sebelah kiri badan dekat net. Sambil dalam posisi siap dengan kaki kanan di depan kaki kiri dalam keadaan terbuka, gunakan backhand grip. Siku tangan kanan ditekuk sekitar 90 derajat dan dalam keadaan luwes, rileks, tetapi tetap bertenaga. Latihan ini memiliki tujuan yang terpenting adalah agar bola (*shuttlecock*) saat dipukul, raket bisa berputar atau melintir lebih dahulu. Perhatikan, jangan lebih dulu mengharapkan bisa memukul bola (*shuttlecock*) setipis mungkin dengan net. Melalui banyak melakukan latihan hasilnya bola (*shuttlecock*) akan tipis di net dengan sendirinya. Lakukan latihan ini sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi. Jangan lupa, gunakan pergelangan tangan (*false*) sebaik mungkin.

4) Cara Memukul Bola (*Shuttlecock*) *Neting, Forehand*, Tidak Bergerak

Bola (*shuttlecock*) berada di sebelah kanan badan dekat net. Dalam posisi siap dengan kaki kanan tetap di depan kaki kiri. Saat berlatih memukul bola (*shuttlecock*) netting dengan pegangan backhand, yang harus di ingat adalah ketika memukul bola (*shuttlecock*), raket jangan diayun. Melainkan, dengan gerakan tangan seperti menusuk. Lakukan latihan ini sebanyak 15 kali gerakan atau repetisi.

Macam-Macam Stroke

1) *Service*

Dalam permajnan bulutangkis dewasa ini, *service* merupakan modal awal untuk memenangkan pertandingan. Dengan kata lain, seorang pemain tidak bisa mendapatkan angka apabila tidak bias melakukan *service* dengan baik.

a) *Service Tinggi*

Bola (*shuttlecock*) harus dipukul dengan menggunakan tenaga penuh agar bola (*shuttlecock*) melambung tinggi dan tegak lurus di bagian belakang lapangan lawan. Ini dengan tujuan agar tidak mudah dimatikan atau diserang lawan.

b) *Service Pendek Forehand*

Bola (*shuttlecock*) dipukul dengan ayunan raket yang relative pendek. Bola (*shuttlecock*) jangan dijatuhkan, tetapi dilempar ke samping badan. Pada saat perkenaan dengan kepala (daun) raket dan bola (*shuttlecock*), siku dalam keadaan bengkok dan jangan tegang. Tujuan service ini untuk memaksa lawan agar tidak bias melakukan serangan dan berada dalam posisi bertahan.

c) *Service pendek Backhand*

Kaki kiri berada di depan kaki kanan, dengan ujung kaki kanan mengarah ke sasaran yang diinginkan. Kedua kaki selebar pinggul, titik berat badan berada di antara kedua kaki. Jangan lupa, sikap badan tetap rileks dan penuh konsentrasi. Ayunan raket juga relatif pendek sehingga bola (*shuttlecock*) hanya didorong dengan bantuan pergelangant tangan, sehingga akurasi pukulan lebih efektif dengan irama gerak yang kontinyu dan harmonis. Hindari menggunakan tenaga pergelangan tangan yang berlebihan, karena akan pengaruhi arah dan akurasi pukulan.

2) *Posisi*

a) *Receiver*

Berat badan harus berada di antara kedua kaki. Kedua kaki, harus ditekuk dengan kaki kanan berada di belakang dan kaki kiri di depan. Ini

dengan tujuan agar memudahkan pemain bergerak kebelakang atau ke depan untuk menjangkau bola (*shuttlecock*) lawan.

b) *Lob and Drive*

Posisi kaki terbuka, dengan kaki kanan agak di depan kaki kiri. Kedua kaki sedikit ditekuk dengan badan sedikit membungkuk agar bisa bergerak cepat mengantisipasi pukulan lawan. Raket kita pegang dengan backhand grip.

c) *Netting*

Posisi setelah melakukan *netting* langsung melangkah berjingkat mundur ke belakang yang berarti kaki kanan berada di depan kaki kiri, posisi raket di depan badan agak ke atas.

3) *Stroke Defense*

a) *Underlob*

Saat memukul bola (*shuttlecock*), lakukanlah perputaran kecil dipgelangan tangan . Perhatikan jangan melakukan pukulan underlob dengan cara dikedut, karena pukulan ini hasilnya bola (*shuttlecock*) tidak bisa tinggi dan jatuh tegak lurus di bagian belakang garis lapangan lawan. Lakukan latihan ini sebanyak 20 kali gerakan atau repetisi.

b) *Lob*

Latihan dengan pukulan lob tinggi (*clear*). Gerakan ayunan tangan harus utuh dan jangan sampa ada fase berhenti atau terputus. Lob yang baik harus sampal di garis belakang permainan lawan. Lakukan latihan ini sebanyak 20 kali gerakan atau repetisi.

c) *Dropshot & Underlob*

Dropshot adalah pukulan yang dilakukan seperti smash. Perbedaanya hanya pada posisi raket saat perkenaan dengan bola (*shuttlecock*). Bola

(*shuttlecock*) dipukul dengan cara memotong bola (*shuttlecock*). *Dropshot* yang bagus apabila tidak terdengar suara dan jatuhnya bola (*shuttlecock*) dekat dengan net. Pukulan *dropshot* yang bagus harus selalu menggunakan pergelangan tangan (*false*) dan bukan dengan menggunakan bahu. Pemain pertama melakukan pukulan *dropshot* yang jatuh di depan net, kemudian pemain kedua membalasnya dengan pukulan *underlob*. Seterusnya kedua pemain harus melakukan latihan ini secara berulang-ulang sebanyak 20 kali gerakan atau repetisi.

d) *Dropshot, Smash & Netting*

Latihan ini berupa rangkajian gerakan yang dilakukan dua pemain secara berlawanan di lapangan. Pemain pertama memukul bola (*shuttlecock*) dengan pukulan *dropshot*, sedang pemain kedua (lawan) mengembalikan dengan pukulan *underlob* menuju bagian belakang lapangan. Pemain pertama kembali mengembalikan datangnya bola (*shuttlecock*) tetap dengan pukulan *dropshot*, sementara pemain kedua tetap melakukan pukulan *underlob*. Selanjutnya, pemain pertama melakukan pukulan *smash*, sedang pemain kedua membalasnya dengan *defense smash*. Latihan ini diteruskan dengan pemain pertama melakukan *netting*, yang harus dikembalikan pemain kedua dengan pukulan *underlob*. Pemain pertama kemudian melakukan pukulan *dropshot* lagi. Lakukan latihan ini sebanyak 20 kali gerakan atau repetisi.

e) *Lob & Smash*

Latihan ini tetap dilakukan dua pemain. melakukan pukulan lob jauh ke belakang, membalasnya dengan lob. Pemain pertama pun harus memukul bola (*shuttlecock*) yang datang dengan lob, sedang pemain kedua membalas

dengan mernukul lob juga. Selanjutnya, pemain pertama akan melakukan pukulan *smash* dan pemain kedua mengembalikannya dengan *defense smash*. Bola (*shuttlecock*) yang datang itu harus dipukul *netting* pemain pertama, sementara pemain kedua membalasnya dengan pukulan *underlob* jauh ke belakang. Usai satu gerakan ini, latihan harus kembali ke awal. Lakukan latihan ini sebanyak 20 gerakan atau repetisi.

4) Stroke Serang

a) *Netting* dengan Bergerak Kanan-Kiri

Pelatih melemparkan bola (*shuttlecock*) ke seberang net bagian kanan dan kiri. Sernentara pemain harus dengan mengembalikannya dengan pukulan *netting*. Yang perlu diingat, setelah melakukan pukulan *netting*, untuk kembali ke posisi awal gerakan kaki hanya satu langkah. Lakukanlah latihan ini sebanyak 20 gerakan atau repetisi.

b) Lob Serang & *Smash*

Latihan ini di1akukan dua pernajn. Pemain pertama melakukan service Panjang ke daerah lapangan belakang lawan, sedang pemain kedua membalasnya dengan lob serang. Bola (*shutecock*) yang datang ini harus dikembalikan pemain pertama dengan pukulan lob tinggi (*clearlob*) dan dibalas pemain kedua dengan lob serang. Lob serang dan pernain kedua itu dikembalikan dengan lob tinggi (*clearlob*) oleh pernain pertama, dan langsung di *smash* pemain kedua. Pemain pertama mengembalikan dengan *stop defense*.Pemain kedua membalasnya dengan pukulan *netting*. Pemain pertama menjawabnya lewat pukulan *underlob* panjang dan setelah itu kembali ke urutan latihan awal kembali. Lakukan latihan sebanyak 20 gerakan atau repetisi.

c) *Dropshot & Smash*

Latihan ini tetap dilakukan dua pemain. Pemain pertama melakukan *service* tinggi dan dibalas pemain kedua dengan pukulan *dropshot*. Pemain pertama meneruskannya lewat *netting*, pemain kedua harus membalasnya dengan *netting* pula. Pemain pertama kemudian memukul *underlob*, dan dibalas *dropshot* oleh pemain kedua. Pemain pertama lalu melakukan *netting* dan dijawab pemain kedua lewat pukulan *netting* pula. Pemain pertama seterusnya memukul *underlob* dan langsung di *smash* pemain kedua. Pemain pertama melakukan *defense smash* dan pemain kedua membalas dengan pukulan *netting*. Pemain pertama kemudian mengangkat bola (*shuttlecock*) tinggi kembali dengan pukulan *underlob*. Rangkaian ini baru satu gerakan dan diteruskan dengan gerakan berikutnya. Lakukan latihan ini sebanyak 20 kali gerakan atau repetisi.

2.2 Kerangka Konseptual

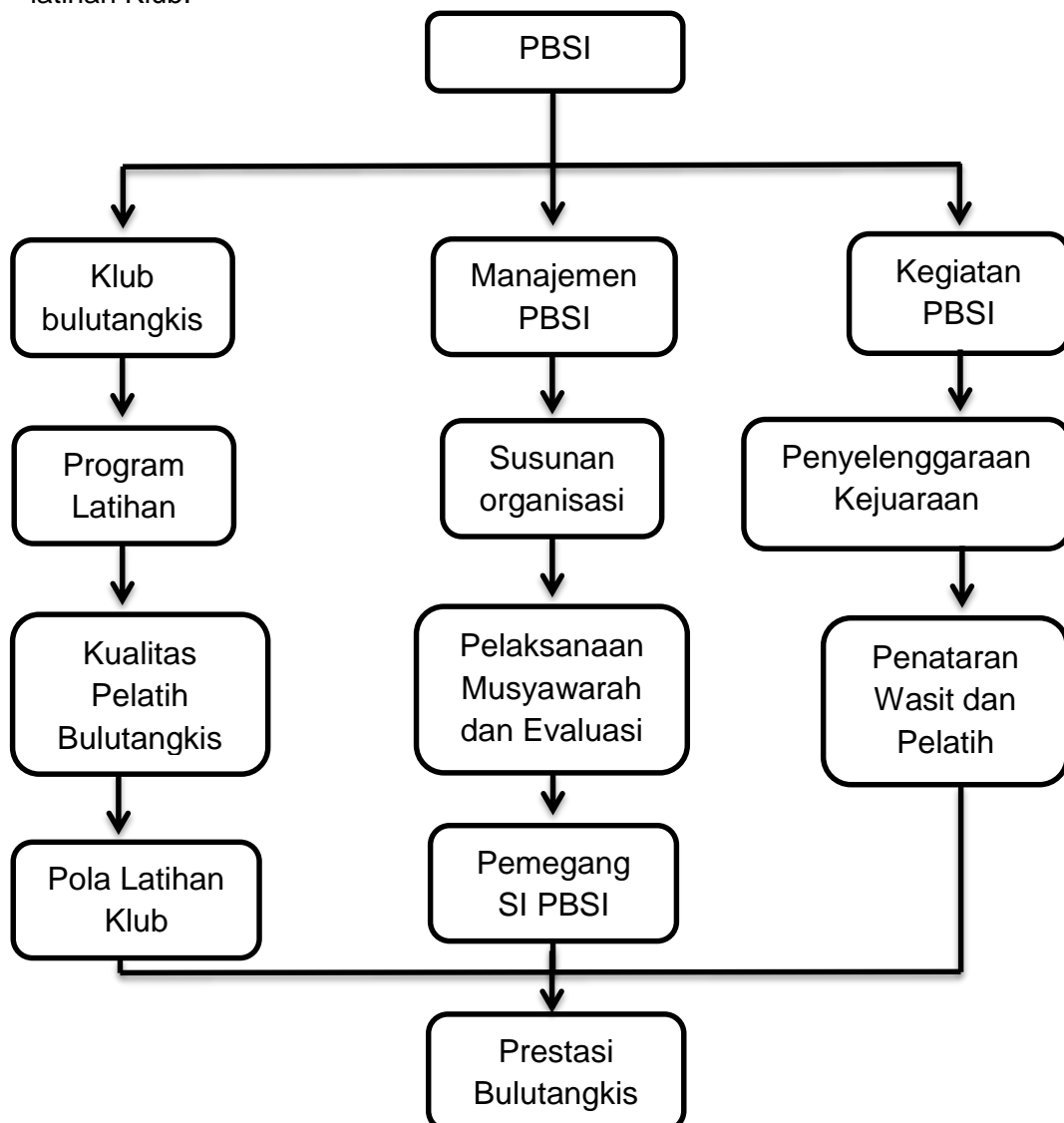
Kerangka Konsep adalah hubungan antara konsep yang dibangun berdasarkan hasil-hasil studi empiris terdahulu sebagai pedoman dalam melakukan penelitian.

Konsep merupakan abstraksi yang terbentuk oleh generalisasi dari hal-hal yang khusus. Oleh karena konsep merupakan abstraksi, maka konsep tidak dapat langsung diamati atau diukur. Konsep hanya dapat diamati dan diukur melalui konstruk yang dikenal dengan istilah variabel. Variabel adalah sesuatu yang bervariasi. Variabel penelitian adalah sesuatu yang bervariasi yang dapat diukur (E.U 2016).

Kerangka konseptual merupakan organisasi koheren dari indikator, dimensi, konsep, dan variabel yang mampu memfasilitasi sebuah

analisis untuk sebuah tujuan (Rigby, 2000). Ujung akhir kerangka konseptual adalah indikator. Indikator merupakan alat bantu untuk mendapatkan informasi dari sebuah sistem yang spesifik (Karyanto 2010).

Dalam penelitian ini variabel penelitiannya adalah organisasi PBSI di Kabupaten Pematang Jaya, dengan indikator penelitian manajemen PBSI (Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia), Pelaksanaan Kejuaraan, Pelaksanaan Penataran pelatih dan wasit, Pelaksanaan SI (Sistem Informasi), dan Pola latihan Klub.



Gambar 2.2 Kerangka Konseptual

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa kontribusi pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pemalang dalam mengembangkan olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang tahun 2019 masuk dalam kategori kurang baik. Hal tersebut dapat dibuktikan melalui berbagai sumber yang mengatakan bahwa pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pemalang dalam manajemen kepengurusan belum sesuai dengan AD/ART yaitu pengurus PBSI Kabupaten pemalang tidak melaksanakan musyawarah pengurus untuk melaksanakan perencanaan program kegiatan, rutinitas kegiatan dan evaluasi kegiatan. Penyelenggaraan kejuaraan Kabupaten oleh pengurus PBSI Kabupaten Pemalang hanya diselenggarakan setahun sekali, yang seharusnya sesuai dengan AD/ART PBSI dilaksanakan 2 kali dalam setahun. Penyelenggaraan penataran wasit dan pelatih belum pernah diadakan setiap tahunnya. Belum ada pemegang SI (sistem informasi) secara khusus oleh pengurus PBSI Kabupaten di Kabupaten Pemalang. Dari keseluruhan 3 klub di Kabupaten Pemalang belum mempunyai SK Klub dan belum mempunyai program latihan yang tersistematis.

5.2 Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

- 1) Dengan diketahuinya manajemen kepengurusan organisasi PBSI Kabupaten Pemalang dapat digunakan untuk mengetahui manajemen kepengurusan organisasi PBSI di tempat lain.
- 2) Faktor-faktor yang kurang dominan dalam manajemen kepengurusan organisasi PBSI di Kabupaten Pemalang, perlu diperhatikan dan dicari pemecahannya agar faktor tersebut lebih membantu dalam mengembangkan olahraga bulutangkis di Kabupaten Pemalang.
- 3) Pengurus PBSI dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan dan memperbaiki kualitasnya, khususnya dalam memajemen organisasi PBSI dengan baik.

5.3 Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan antara lain:

- 1) Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam menjawab pertanyaan. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.
- 2) Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan hasil wawancara sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam proses menjawab seperti adanya sifat responden sendiri tentang kejujuran dalam responden menjawab pertanyaan tersebut dengan sebenarnya.
- 3) Penelitian ini hanya membahas kontribusi PBSI dalam mengembangkan olahraga bulutangkis, akan lebih dalam apabila dilakukan dengan analisis untuk mengetahui pengaruh dari faktor-faktor tersebut.

5.4 Saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

- 1) Manajemen kepengurusan PBSI Kabupaten Pemalang perlu dibenahi dan ditingkatkan lagi, sehingga kontribusi dalam mengembangkan olahraga bulutangkis lebih maksimal.
- 2) Penyelenggaraan kejuaraan bulutangkis oleh PBSI Kabupaten Pemalang perlu ditambah lagi dengan menyelenggaraan kejuaraan Kabupaten 2 kali dalam satu tahun dan kejuaraan Multi Kabupaten 1 kali dalam satu tahun, guna mencari bibit unggul atlet baru di Kabupaten Pemalang.
- 3) Pelaksanaan penataran wasit dan pelatih perlu diselenggarakan guna membentuk perwasitan dan mencetak pelatih-pelatih berkualitas di Kabupaten Pemalang.
- 4) Penyelenggaraan sistem informasi (SI) PBSI Kabupaten Pemalang perlu dimaksimalkan lagi supaya ada salah satu yang bertugas memegang kendali SI tersebut, sehingga mempermudah dalam pengelolaan data yang mencakup data atlet, SK klub, pelatih dan wasit.
- 5) Bagi PBSI Kabupaten Pemalang untuk menjalankan program PBSI sesuai dengan AD/ART PBSI.
- 6) Pelaksanaan pola latihan klub bulutangkis di Kabupaten Pemalang perlu ditingkatkan lagi, dengan mencoba membuat dan menerapkan program latihan bulutangkis.

DAFTAR PUSTAKA

- ADART. 2017. "AD/ART PBSI". Jakarta
- Hermawan, A. 2013. "Mahir Bulutangkis". Bandung: Penerbit Nuansa Cendikia
- E.U, Djami Moudy. 2016. "Bahan Ajar : Tinjauan Pustaka, Kerangka Teori, Kerangka Konsep Dan Hipotesis" 1.
- Grice, T. 2007. "Bulu Tangkis Petunjuk Praktis Untuk Pemula dan Lanjut". Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada
- Hadi, Rubianto. 2011. "Peran Pelatih Dalam Membentuk Karakter Atlet" 1.
- Hery, Setyawan. 2009. "Anggaran Dasar Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia".
- Jamalong, Ahmad. 2014. "Peningkatan Prestasi Olahraga Nasional Secara Dini Melalui PPLP Dan PPLM" 3: 156–68.
- Karyanto, Puguh. 2010. "Seminar Nasional Pendidikan Biologi FKIP UNS 2010 Seminar Nasional Pendidikan Biologi FKIP UNS 2010 245," 244–51.
- Kemenpora. 2005. "Sistem Keolahragaan Nasional" UU RI No. 3
- Kuntoro, Romy Cahyo. 2017. "Manajemen Perkumpulan Bulutangkis PB . Tunas Bhakti Trenggalek," no. 12.1.01.09.0031: 1–10.
- Miles Matthew B, Huberman Michael A. 1984. " Qualitative Data Analysis A Sourcebook of new Methods". London : Beverly Hills
- Nandika, Randi, Dimas Trisno Hadi, Zulfikar Ali Ridho. 2017. "Available Online at : [Http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik](http://journal.unj.ac.id/unj/index.php/gjik) Permalink / DOI : <https://doi.org/10.21009/GJIK.082.03>" 8 (2): 103–11.
- PB Djarum. 2019. "Narasi Teknik Dasar Bulutangkis".
- Putra, Ghazali Indra. 2018. "Analisis Peran Pelatih Terhadap Prestasi Bulutangkis Di Kabupaten Bungo" 1 (1): 1–13.
- Salim, Arief, Yanladila Yeltas Putra, Prima Aulia, and Universitas Negeri Padang. n.d. "Efektifitas Pelatihan Motivasional Goal Setting."
- Sanusi Hasibuan, Imran Akhmad, Eko Hariyanto. 2009. "Evaluasi Program Pembinaan Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar di Kalimantan Timur, Riau, dan Sumatra Barat. Jakarta: Asisten Deputi IPTEK Olahraga, Deputi Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga, Kemenpora RI".
- Sari, Helen Purnama, Oktia Woro, Kasmini Handayani, and Taufiq Hidayah. 2017. "Journal of Physical Education and Sports Evaluasi Program

Pembinaan Atlet Pekan Olahraga Nasional Cabang Olahraga Bulu Tangkis Provinsi Sumatera Selatan Abstrak” 6 (3): 261–65.

Sugiyono. 2016. "Memahami Penelitian Kualitatif". Bandung : Penerbit Alfabeta

Sonjaya Yaya, Sanawijaya. 2012. “Analisis Kontribusi Dan Efektivitas Pajak Hotel Dan Restoran Terhadap Pendapatan Asli Daerah Di Kabupaten Jayapura,” 7–14.

Ulil, Ahmad, Diar Pratomo, and Hadi Setyo Subiyono. 2013. “Perbedaan Hasil Latihan Umpan Balik Lob Langsung Dan Lob Tak Langsung Terhadap Ketepatan Lob Dalam Olahraga Bulutangkis Di PB Tugu Muda Semarang” 2 (1): 1–5.

Williyanto Septian, Raharjo H.P. 2016. “Journal of Physical Education , Sport , Health and Recreations” 5 (2).