

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tenis meja adalah jenis permainan olahraga yang dimainkan oleh dua atau empat orang dengan menggunakan bola, meja, dan bet. Dalam setiap permainan, olahraga ini menuntut kecepatan, ketepatan, koordinasi tangan dan mata, serta konsentrasi yang tinggi. Tennis meja, menurut Simpson, (2019), adalah jenis olahraga yang menggabungkan kekuatan fisik, taktik, dan teknik secara cepat dan berkelanjutan. Tennis meja banyak digunakan dalam pendidikan, terutama sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini sejalan dengan pendapat Tomoliyus, (2020) yang menyatakan bahwa tennis meja memiliki nilai edukatif karena mampu meningkatkan keterampilan motorik, disiplin, dan sportivitas siswa. Karena teknik ini sering digunakan dalam situasi menyerang, pukulan forehand drive adalah salah satu teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai dalam permainan tennis meja.

Tenis meja adalah jenis olahraga yang dimainkan dengan net, atau net game. yaitu dimainkan di atas meja yang dilengkapi dengan jaring sebagai pembatas dan bola kecil yang terbuat dari *celluloid* yang dipukul dengan alat yang disebut *bet* (Pamungkas, 2023). namun, menurut Ramadhan, (2021), tennis meja adalah salah satu jenis olahraga yang paling disukai dan populer di seluruh dunia. Orang Indonesia, khususnya, sangat menyukainya. Pekan Olahraga

Nasional (PON) secara konsisten mencakup cabang olahraga ini di tingkat nasional. Menurut Wicaksono, (2022). Seseorang harus memiliki penguasaan teknik dasar yang baik sebelum dapat menguasai permainan tenis meja. dalam permainan tenis meja, ada beberapa teknik dasar, termasuk cara memegang bet (*grip*), posisi tubuh (*stance*), pukulan (*stroke*), dan gerakan kaki (*footwork*) menguasai teknik pukulan, pemain perlu mengetahui jenis pukulan tertentu, yaitu *forehand Drive* (Mardianto, 2021).

Dalam permainan tenis meja, pukulan *forehand* dan *backhand* dikembangkan melalui berbagai teknik dasar lainnya, seperti *push*, *drive*, *chop*

Dibandingkan dengan metode dasar lainnya, pukulan *drive* sangat penting. Dengan mengayunkan bet dari bawah ke atas dalam posisi mendatar, pukulan ini menghasilkan bola yang cepat dan datar. Sebagaimana dinyatakan oleh (Aqdarimal et al., 2024). *Drive* adalah teknik pukulan yang dimulai dengan bet tertutup dan digerakkan secara diagonal dari bawah ke atas dan diakhiri di depan dahi. Pukulan *drive* dapat digunakan sebagai pukulan menyerang, tetapi juga dapat diatur sesuai dengan kebutuhan atau strategi permainan (Wardi et al., 2024).

Multiball adalah jenis latihan yang bermanfaat untuk meningkatkan kemampuan dan kualitas tembakan. Dengan menerapkan program ini, pelatih dapat menyesuaikan passing, kecepatan, dan ketepatan bola sesuai keinginannya, dan atlet dapat merasakan tembakan yang sedang dilatih (Kadeira, 2021). Karena metode latihan *multiball* saat ini dapat dilakukan dengan bantuan robot atau teknologi manual sebagai pengumpan, metode ini sangat efektif dalam meningkatkan atau mengembangkan pukulan tenis meja.

Namun, dalam penelitian ini penulis menggunakan tenaga kerja manual, yaitu pelatih yang bertindak sebagai pengumpan. dengan memberi mereka frekuensi pukulan yang cukup banyak, strategi ini dipilih untuk meningkatkan ketepatan pukulan peserta ekstrakurikuler. tujuannya adalah untuk meningkatkan kualitas pukulan dan ketepatan *forehand drive*. Menurut (Nurdin dan Aminullah, 2020), metode ini memerlukan pengumpan berdiri di tepi meja dekat jaring, mengambil bola dari keranjang, dan memukulnya secara berurutan dalam berbagai arah, kecepatan, dan rotasi.

Upaya pemain ingin meningkatkan kualitas pukulan drive mereka, pemain harus mengikuti program latihan yang efektif. Salah satu contoh program latihan seperti Multiball adalah jenis latihan yang berfokus pada frekuensi pukulan, yang memungkinkan pemain menjadi terbiasa memukul bola ke target yang dituju pemain harus memiliki drive jika mereka ingin sukses dalam cabang olahraga tenis meja. Salah satu upaya yang dilakukan adalah untuk meningkatkan kemampuan pukulan *forehand* pemain melalui latihan multiball.

Permasalahan ini terjadi pada peserta ekstrakurikuler untuk menghadapi masalah ini, jadi ada cara untuk menyelesaikannya agar pembinaan mereka dapat meningkatkan kemampuan mereka berkontribusi pada prestasinya. Latihan *multiball* dapat membantu peserta ekstrakurikuler memperbaiki *forehand drive* mereka. Program latihan ini membantu peserta memahami bagaimana latihan *multiball* berdampak pada ketepatan pukulan, sehingga mereka dapat memaksimalkan kemampuan *forehand drive* mereka. Peneliti ingin melakukan penelitian tentang keakuratan pukulan *forehand drive* karena

masalah yang disebutkan di atas. Diharapkan penelitian ini akan membantu meningkatkan ketepatan pukulan *forehand drive* pada peserta ekstrakurikuler dan meningkatkan kinerja mereka di luar latihan.

Atas dasar penjelasan tersebut, peneliti berminat untuk meneliti tentang “Pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan *forehand drive* tenis meja pada peserta ekstrakurikuler SMKN 11 Kota Bekasi” Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran ilmiah yang dapat digunakan untuk memperbaiki kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan, adalah jelas bahwa ketepatan pukulan *forehand drive* merupakan salah satu keterampilan teknik dasar yang sangat penting dalam permainan tenis meja. Namun, ada masalah bagi peserta tenis meja yang tidak berpartisipasi dalam latihan atau yang memiliki ketepatan yang kurang dalam pukulan *forehand drive*. Oleh karena itu, latihan *multiball* adalah metode latihan yang efektif. Penelitian ini dibatasi pada pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan *forehand drive* peserta ekstrakurikuler tenis meja.

Ruang lingkup penelitian dibatasi pada hal-hal berikut untuk menjaga fokus dan mencapai tujuan:

1. Batasan Masalah

- a. Penelitian ini membatasi pada pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada peserta ekstrakurikuler tenis meja SMKN 11 Kota Bekasi. Penelitian ini tidak

membahas teknik pukulan lain maupun faktor-faktor lain di luar latihan *multiball* yang dapat mempengaruhi ketepatan *forehand drive*.

- b. Penelitian ini hanya Fokus melihat bagaimana latihan *multiball* berdampak pada ketepatan *forehand drive* pemain tenis meja peserta ekstrakurikuler SMKN 11 Kota Bekasi .

2. Rumusan Masalah

- a. Apakah terdapat pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada peserta ekstrakurikuler SMKN 11 Kota Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan utama dari penelitian ini adalah “untuk mengetahui dan menganalisis seberapa besar pengaruh latihan peningkatan *multiball* berdampak pada ketepatan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada peserta ekstrakurikuler SMKN 11 Kota Bekasi”.

- a. Menentukan tingkat ketepatan *forehand drive* peserta ekstrakurikuler tenis meja SMKN 11 Kota Bekasi baik sebelum maupun sesudah latihan *multiball*.
- b. Menentukan bagaimana latihan *multiball* berdampak pada peningkatan ketepatan *forehand drive* peserta.

D. Manfaat Penelitian

Diharapkan bahwa penelitian ini akan memberikan manfaat teoritis dan praktis untuk hal-hal berikut:

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini akan meningkatkan pengetahuan tentang pendidikan jasmani dan olahraga, khususnya tentang bagaimana latihan *multiball* mempengaruhi ketepatan *forehand drive* dalam permainan tenis meja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta Ektrakurikuler

Penelitian ini diharapkan dapat membantu peserta ekstrakurikuler meningkatkan keterampilan *forehand drive* mereka, sehingga mereka dapat lebih baik dalam bermain tenis meja.

b. Bagi Pelatih/Guru Penjas

Penelitian ini dapat digunakan oleh pelatih dan pembina untuk mempertimbangkan ketika mereka membuat rencana latihan tenis meja, khususnya tentang cara meningkatkan ketepatan *forehand drive* melalui latihan *multiball*.

c. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi sekolah dalam pengembangan kegiatan ekstrakurikuler tenis meja.

E. Definisi Operasional

Agar penelitian ini memiliki fokus yang jelas dan dapat diukur, beberapa istilah kunci dalam judul dijelaskan melalui definisi operasional berikut:

1. Pengaruh

Menurut (Irawan, E. (2019) Pengaruh adalah hubungan sebab-akibat yang menunjukkan bahwa suatu variabel berubah atau meningkat sebagai hasil dari tindakan yang diambil. Dalam penelitian ini, pengaruh didefinisikan sebagai perubahan atau peningkatan ketepatan *forehand drive* setelah latihan *multiball*.

2. Latihan *Multiball*

Menurut (Kadeira, 2021) *Multiball* adalah jenis program latihan yang berguna untuk meningkatkan kemampuan dan kualitas tembakan kemampuan dan kualitas tembakan

3. Ketepatan Pukulan *Forehand Drive*

Menurut (Safrian, 2023) Ketepatan didefinisikan sebagai kemampuan seseorang untuk mengarahkan gerakan atau objek ke sasaran yang telah ditentukan. Dalam penelitian ini, ketepatan *forehand drive* didefinisikan sebagai kemampuan peserta ekstrakurikuler tenis meja untuk mengarahkan bola yang dihasilkan dari pukulan *forehand* mereka secara tepat dan konsisten ke sasaran yang telah ditentukan sebelumnya

