

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tenis meja merupakan olahraga yang bisa dimainkan oleh siapa saja, mulai dari anak-anak hingga orang dewasa, bahkan orang tua pun bisa ikut serta. Tennis meja dapat digunakan untuk menjaga kebugaran dan rekreasi. Peminat tennis meja juga dari berbagai kalangan, bukan hanya atlet yang bertujuan untuk prestasi namun pelajar dan masyarakat umum juga bisa memanfaatkan untuk tujuan yang berbeda. (R. Sunardianta, 2018)

Di Sekolah Menengah Pertama (SMP) materi pendidikan jasmani sangat beragam dari permainan bola besar, permainan bola kecil, atletik, aquatik, beladiri, senam dan lain-lain. Salah satunya adalah permainan bola kecil melalui permainan tennis meja. Roji dan Eva Yulianti (2017) Permainan tennis meja di sekolah merupakan salah satu materi yang dikembangkan di sekolah menengah pertama. Materi permainan bola kecil melalui permainan tennis meja adalah suatu wadah untuk mengembangkan keterampilan siswa dalam permainan tennis meja, dalam permainan tennis meja diperlukan pukulan yang tepat kesasaran karena dari faktor ketepatan di dalam permainan tennis meja sangatlah penting untuk menempatkan bola yang sulit ke arah lawan sehingga membuat lawan sulit untuk memukul bola pada saat bermain.

Forehand drive merupakan salah satu teknik pukulan dalam permainan tenis meja, teknik ini perlu untuk dikuasai oleh siswa bahkan menjadi salah satu teknik yang wajib dikuasai dikarenakan teknik pukulan *forehand drive* merupakan teknik dasar untuk bermain permainan tenis meja. Dapat dikatakan bahwa *forehand drive* adalah senjata penyerangan yang utama. Karena gerakannya tidak begitu sulit untuk dipelajari, maka pemula pada umumnya akan lebih cepat dapat menguasainya dari pada pukulan yang lain. Kemampuan ketepatan dalam melakukan pukulan *forehand drive* berkaitan dengan latihan yang dilakukan, artinya metode latihan berpengaruh untuk menentukan ketepatan pukulan *forehand drive* yang lebih baik pada saat latihan ataupun bermain.

Ada beberapa metode latihan dalam tenis meja antara lain pelatihan berpasangan, pelatihan dengan pelatih berlatih sendiri, pelatihan *multiball* dan pelatihan dengan mesin (Hodges, 2007). Dari berbagai macam metode latihan yang ada, penulis tertarik untuk mencari tahu metode latihan yang efektif dan berpengaruh terhadap ketepatan pukulan *forehand drive*. Dari kunjungan ke sekolah langsung/observasi, penulis melihat siswa ekstrakurikuler tenis meja masih kurang tepat dalam melakukan pukulan *forehand drive*, sering kali bola yang dipukul terkena net ataupun pukulan yang siswa lakukan terlampaui jauh dari meja.

Berdasarkan dari uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Pengaruh Latihan *Multiball* Dan Latihan**

Berpasangan Terhadap Ketepatan Pukulan *Forehand Drive* Tenis Meja Pada Siswa Ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi”.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Batasan suatu masalah digunakan untuk menghindari adanya penyimpangan maupun melebarnya pembahasan dari pokok masalah, agar penelitian lebih terarah dan mempermudah pembahasan dari tujuan penelitian tersebut. Adapun beberapa batasan masalah penelitian untuk mempermudah dalam proses penelitian:

- a. Ruang lingkup penelitian hanya meliputi Siswa Ekstrakurikuler Tenis Meja SMPN 1 Bekasi.
- b. Penelitian hanya difokuskan pada pengaruh latihan *multiball* dan latihan berpasangan.

2. Rumusan Masalah

Rumusan Masalah adalah masalah yang digunakan dalam penelitian ini, yang dirumuskan oleh penulis berdasarkan uraian latar belakang dan batasan masalah sebelumnya:

- a. Apakah ada pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi?

- b. Apakah ada pengaruh latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi?
- c. Apakah terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *multiball* dan latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari batasan masalah dan rumusan masalah diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi.
2. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih baik antara latihan *multiball* dengan latihan berpasangan terhadap ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMPN 1 Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi pihak-pihak yang kepentingan yaitu:

1. Untuk Peneliti, sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan tugas akhir dan mendapatkan gelar sarjana strata satu.
2. Untuk Siswa, peneliti berharap dengan penelitian ini dapat menumbuhkan rasa kepemimpinan dan keberanian siswa serta siswa dapat meningkatkan keterampilan ketepatan pukulan *forehand drive* tenis meja.
3. Untuk Sekolah, peneliti berharap dengan penelitian ini dapat memberikan sumbangan positif tentang pengetahuan dan teori dalam cabang olahraga tenis meja.
4. Untuk Peneliti lain, penelitian ini dapat menjadi motivasi tersendiri untuk para peneliti lain dalam mengembangkan lebih dalam lagi tentang cabang olahraga tenis meja.

E. Definisi Operasional

Untuk menghindari pengertian dari istilah-istilah yang digunakan dalam judul skripsi ini, berikut ini penjelasan tentang istilah-istilah yang digunakan dalam judul ini::

1. Perbandingan

Perbandingan adalah Perbedaan (Kamus Besar Bahasa Indonesia, 2008)

2. Latihan

Pengertian latihan yang berasal dari kata *training* adalah suatu proses penyempurnaan kemampuan olahraga yang berisikan materi teori dan praktik, menggunakan metode, dan aturan pelaksanaan dengan pendekatan ilmiah, memakai prinsip prinsip latihan yang terencana dan teratur, sehingga tujuan latihan dapat tercapai tepat pada waktunya (Apta Mylsidayu, 2015)

3. *Multiball*

Multiball adalah metode latihan dimana satu pemain berlatih sedang pemain yang lainnya mengumpankan bola. Anda akan membutuhkan sekeranjang bola. Pemberi umpan berdiri di pinggir meja, memungut dan memukul bola berturut-turut dalam berbagai kecepatan, putaran, dan arah yang anda butuhkan. (Larry Hodges, 2007)

4. Berpasangan

Metode ini memungkinkan menjadi metode yang paling sering anda lakukan, dan juga metode paling sederhana. Anda dan teman anda dapat bergantian dalam memilih latihan. (Larry Hodges, 2007)

5. *Forehand Drive*

Larry Hodges dalam R. Sunardianta (2018) *forehand* adalah pukulan yang dilakukan di sebelah kanan pemain dan pemain kidal di sebelah

sisi kirinya. Pukulan *forehand* merupakan jenis pukulan tenis meja yang mempunyai peranan penting untuk meraih kemenangan.

6. Ketepatan

Ketepatan merupakan kemampuan dalam mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran/objek tertentu. Komponen ketepatan ini membutuhkan *feeling* yang baik pada cabang olahraga yang digeluti, untuk cabang olahraga yang menggunakan bola, dikenal dengan sebutan “Ball Feeling” yang bisa dilatih dengan mempertinggi frekuensi sentuhan terhadap bola. (R. Sunardianta, 2018)

7. Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilakukan diluar jam sekolah yang berfungsi untuk mewedahi dan mengembangkan potensi, minat dan bakat siswa (Yuyun Ari Wibowo, 2015)

8. Tenis Meja

Tenis meja atau yang biasa disebut ping-pong merupakan olahraga raket yang dimainkan oleh dua orang atau dua pasang yang saling berlawanan. Permainan ini menggunakan raket yang terbuat dari papan kayu yang dilapisi karet yang biasa disebut dengan istilah bet. Peralatan lainnya adalah bola kecil dari celluloid dan lapangan permainan yang berbentuk meja (Teguh Susanto, 2016)