

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan yang berkualitas apabila dapat memberikan kesempatan kepada peserta didik dalam mengembangkan potensi diri, dan ditunjang oleh lingkungan belajar yang baik untuk mendukung dalam prosesnya. Pendidikan Jasmani merupakan salah satu sub sistem pendidikan yang wajib diajarkan di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama hingga Sekolah Menengah Atas yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan jasmani khususnya dalam bidang olahraga membutuhkan unsur lain dalam pembelajaran yaitu unsur kondisi fisik, diantaranya adalah kekuatan, kecepatan, daya tahan, daya ledak otot, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan, dan reaksi. Komponen-komponen tersebut memiliki peranan masing-masing terhadap setiap cabang olahraga khususnya pada tenis meja.

Permainan tenis meja merupakan permainan yang dimainkan di dalam gedung (indoor) yang dimainkan oleh dua atau empat orang pemain. Cara memainkannya yaitu dengan menggunakan raket yang dilapisi karet untuk memukul

bola (*celluloid*) melewati jaring yang tergantung di atas meja yang dikaitkan pada dua tiang jaring. Permainan ini membutuhkan teknik-teknik agar berjalan sesuai dengan aturan- aturan yang ada. Teknik yang biasa digunakan dalam permainan tenis meja yaitu teknik dasar diantaranya teknik memukul seperti teknik *service*, *smash*, teknik memukul *forehand*, *backhand* dan kadang- kadang juga menggunakan teknik campuran dari teknik- teknik yang sudah ada.

Pukulan *forehand drive* merupakan salah satu teknik pukulan yang sangat penting dalam permainan tenis meja. Pukulan tersebut merupakan salah satu teknik yang sering digunakan untuk menyerang dan bertahan dalam permainan tenis meja. Untuk itu dalam melakukannya membutuhkan adanya komponen- komponen yang mendukung suatu gerakan antara lain komponen biomotor yang terdiri dari kelincahan, kecepatan, koordinasi, *power*, dan ketepatan. Akan tetapi ada teknik yang dominan untuk melakukan teknik tersebut, diantaranya koordinasi dan *power* lengan.

Koordinasi merupakan komponen penting untuk menyelaraskan suatu gerakan anggota tubuh yang akan digunakan. Selain itu *power* akan memberikan tolakan teknik yang dapat digunakan untuk memaksimalkan gerakan. Kedua komponen yang dominan tersebut akan saling berkontribusi dalam pencapaian teknik pukulan *forehand* yang baik. Karena suatu pemain membutuhkan adanya penyerangan dan pertahanan dalam suatu permainan. Hal ini juga dilandasi adanya pengarahan anggota tubuh yang harus dikoordinasi dengan baik. Pengenalan ini

tidak cukup diberikan saat pembelajaran saja, perlu adanya tambahan pengajaran seperti kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program di luar sekolah yang dilakukan di luar jam pelajaran siswa dengan tujuan untuk memperdalam, memperluas pengetahuan siswa, optimasi untuk pelajaran terkait, pengayaan, penyaluran minat dan bakat, serta memantapkan kepribadian siswa. Salah satu kegiatan tersebut di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi yaitu tenis meja. Ekstrakurikuler tersebut sudah berjalan dengan baik meskipun minat siswa terhadap permainan tersebut kurang, hanya sebanyak 27 siswa, Sedangkan kebanyakan siswa lebih berminat pada ekstrakurikuler olahraga lain seperti sepakbola lebih dari 50 siswa, bolavoli kurang lebih 40 siswa dan basket yang bisa mencapai lebih dari 37 siswa. Siswa sebelumnya sudah dikenalkan berbagai teknik secara umum yang ada pada permainan tenis meja.

Teknik permainan tersebut diperkenalkan oleh guru mata pelajaran olahraga atau pembina saat tambahan mata pelajaran pada kegiatan ekstrakurikuler. Akan tetapi pengenalan teknik hanya pada dasarnya dan cara permainannya saja. Guru disini tidak menjelaskan komponen- komponen pendukung dalam suatu gerakan yang akan dilakukan. Dilihat dari fisik siswa ekstrakurikuler sebenarnya sangat mendukung dalam mencapai kesuksesan suatu permainan dengan berbagai teknik. Akan tetapi pengetahuan yang diterima saat pembelajaran kurang, hal ini menyebabkan mereka hanya bermain dengan teknik yang mereka pahami. Padahal sebenarnya kemampuan mereka dapat dimaksimalkan dengan tambahan pengetahuan mengenai komponen yang berpengaruh pada gerakan tersebut.

Hasil observasi yang dilakukan di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi pada beberapa siswa yang mengikuti olahraga tenis meja juga menunjukkan bahwa dalam kegiatan pembelajaran tersebut guru hanya memberikan fasilitas berupa alat dan tempat tanpa memberikan arahan khusus tentang teknik permainan yang akan dilakukan. Siswa melakukan teknik gerakan semampu mereka tanpa adanya guru yang menyalahkan atau membenarkan setiap gerakan yang dilakukan oleh siswa. Sehingga siswa belum memahami mengenai manfaat setiap gerakan teknik yang dilakukannya. Kebanyakan siswa hanya melakukan teknik sesuai dengan kemampuan yang dimiliki agar tidak melanggar aturan dan memperoleh point. Pentingnya pemahaman mengenai kegunaan bagian- bagian badan dalam melakukan permainan dapat membantu dalam pengendalian setiap teknik yang dilakukan, serta dapat memaksimalkan setiap gerakan suatu permainan. Mengingat pentingnya teknik *forehand drive* dalam permainan tenis meja, maka penelitian ini diarahkan untuk mengetahui “Hubungan Koordinasi Mata Tangan dan *Power* Lengan Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Drive Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi”.

B. Batasan dan Rumusan Masalah

1. Batasan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah dan untuk menyatukan persepsi para pembaca serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian, maka penulis membatasi permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Penelitian ini menganalisa tentang pengaruh koordinasi mata-tangan dan *power* lengan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja. Lebih dalam penelitian akan melihat berapa besar pengaruh dari masing-masing komponen fisik tersebut terhadap kemampuan *forehand drive*, baik secara parsial maupun secara simultan.
 - b. Penelitian dilaksanakan pada bulan April 2022 di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi.
 - c. Sampel dari penelitian ini adalah siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi.
 - d. Untuk menganalisa data penulis menggunakan korelasi tunggal dan ganda, dimana kemampuan *forehand drive* sebagai variabel independennya, koordinasi mata-tangan, *power* lengan dan kecepatan merupakan variabel independen.
2. Rumusan Masalah.

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

- a. Berapa besar pengaruh koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada siswa SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi?
- b. Berapa besar pengaruh *power* lengan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada siswa SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi?

- c. Berapa besar pengaruh koordinasi mata-tangan dan *power* lengan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada siswa SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

- a. Ingin mengetahui berapa besar pengaruh koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada siswa SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi
- b. Ingin mengetahui berapa besar pengaruh *power* lengan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada siswa SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi
- c. Ingin mengetahui berapa besar pengaruh koordinasi mata-tangan dan *power* lengan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada siswa SMA Tulus Bhakti Kota Bekasi.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai wawasan dan bahan masukan bagi:

1. Secara teoritis penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan bagi para pelatih atau pembina olahraga tenis meja untuk menyusun program latihan, pemanduan bakat dan peningkatan kemampuan atlet tenis meja
2. Disamping nomor satu di atas, diharapkan penelitian bermanfaat bagi guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler tenis meja

khususnya dalam melakukan forehand drive agar hasil belajar atau latihan dapat dicapai secara optimal.

3. Secara praktis penelitian ini dapat dijadikan panduan bagi atlet atau siswa maupun pelatih untuk mengembangkan latihan forehand drive, yang merupakan salah satu pukulan yang cukup urgen dalam permainan tenis meja.

E. Definisi Operasional

Agar tidak terjadi kesimpangsiuran dan upaya untuk menghindari perbedaan pendapat yang mengakibatkan kesalahan penafsiran serta pengertian yang menyangkut masalah yang diteliti, maka dipandang perlu adanya batasan istilah atau pendefinisian variabel yang akan dioperasionalkan dalam penelitian ini diantaranya adalah:

1. Koordinasi adalah kemampuan untuk mengkombinasikan beberapa gerakan tanpa ketegangan, dengan urutan yang benar, dan melakukan gerakan yang kompleks secara mulus tanpa mengeluarkan energi yang berlebihan. (Harsono, 2015: 221). Berdasarkan definisi di atas, maka koordinasi mata-tangan (*eye-hand coordination*) adalah kemampuan untuk mengkombinasikan gerakan mata- tanpa ketegangan dengan urutan yang benar menjadi suatu pola gerakan yang benar tanpa mengeluarkan energi yang berlebihan
2. *Power* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang singkat (Harsono, 2015:24). Berdasarkan definisi *power*, maka *power* otot lengan, berdasarkan definisi dari *power* dan lengan di atas dapat disimpulkan bahwa *power* otot lengan adalah kemampuan otot-otot yang

terdapat pada lengan untuk mengatasi tahan beban dengan kecepatan tinggi dalam satu gerak yang utuh dan dikoordinasikan.

3. *Forehand* adalah setiap pukulan yang dilakukan dengan bet yang digerakan ke arah kanan siku untuk pemain untuk pemain yang menggunakan tangan kanan, dan ke kiri untuk pemain yang menggunakan tangan kiri (Hodges, 2007: XII). Sedangkan *Drive* yaitu salah satu teknik pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup, dengan pukulan ini bola melaju dengan kecepatan yang tinggi (Alex, 2003: 12). Dengan demikian *forhand drive* dapat diartiakn suatu pukulan berkecepatan tinggi yang dipergunakan untuk menyerang dalam permainan tenis meja dengan posisi *forehand*.