BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Tenis meja adalah cabang olahraga populer di dunia bahkan di Indonesia sendiri tenis meja ini sudah tidak asing di masyarakat. Tenis meja dimanfaatkan sebagai olahraga rekreasi, kesehatan, pendidikan dan bahkan prestasi, dalam olahraga ini seorang pemain atau Masyarakat umum dapat meningkatkan kemampuan fisik dengan baik. Alat dari cabang olahraga ini sendiri mudah didapatkan seperti bet, meja, net. Selain itu cabang olahraga ini dapat dimainkan oleh kalangan anak-anak maupun dewasa.

Permainan tenis meja merupakan salah satu dari permainan net (net game). Sekarang ini masyarakat pada usia anak-anak sampai dewasa megemari permainan tenis meja. Tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan yang dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari celluloid dan permainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet. Tomoliyus (2014)(hlm. 1). Sedangkan menurut Budi & Arwandi (2020) tenis meja merupakan cabang olahraga yang disukai masyarakat dunia maupun masyarakat Indonesia khususnya. Di Tingkat nasional, olahraga ini selalu muncul dalam daftar cabang olahraga yang dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional (PON). (hlm55. 504)

Dalam tenis meja apabila ingin menguasai permainan tersebut harus memiliki dalam penguasaan teknik dasar yang baik. Dalam tenis meja memiliki teknik dasar seperti memegang bet (grip), teknik *stance*, teknik gerakan kaki dan teknik pukulan. Menurut Peter Simpson dalam (Murniati, 2018) Mengemukakan bahwa pada pokoknya teknik dasar permainan tenis meja yaitu : (1) *grip*, (2) *stance*, (3) *stroke*, (4) *footwork*". Untuk mampu menguasai teknik pukulan dalam permainan tenis meja dibagi 2 pukulan *forehand* dan *backhand*.

Pukulan *forehand* adalah pukulan dengan posisi pegangan mengarah ke depan dan memukul dari posisi arah kanan badan. Pukulan *forehand* ini mempunyai

kekuatan lebih dibandingkan dengan pukulan *backhand* karena pukulan *backhand* ini posisi akan memukul bola terhalangi oleh tubuh. Menurut Tapper yang dikutip oleh Tomoliyus (2017, hlm 56) pukulan *forehand* dan *backhand* sangat penting dalam permainan tenis meja karena pukulan *forehand* dan *backhand* ini sebagai keterampilan dasar dalam permainan tenis meja.

Pada dasarnya pukulan *forehand* dan *backhand* penting dilakukan dalam pukulan dasar permainan tenis meja untuk menguasai keterampilan permainan tenis meja. Menurut Napitupulu yang dikutip oleh (Tomoliyus, 2014) secara umum pukulan *forehand* dan *backhand* yang penting dalam permainan tenis meja ada lima macam yaitu (1) pukulan *drive*, (2) pukulan *push*, (3) pukulan *block*, (4) pukulan *chop*, dan (5) pukulan *service*.

Pengertian dari tiap teknik tersebut adalah:

- 1) *Forehand* adalah pukulan yang dimana jika posisi bola berada disebelah kanan tubuh.
- 2) *Backhand* adalah pukulan yang dimana jika posisi bola berada disebelah kiri badan.
- 3) *Drive* adalah pukulan dengan ayunan Panjang sehingga menghasilkan pukulan yang keras dan datar.
- 4) *Push* adalah pukulan Backspin pasif yang menjaga bola agar tidak melambung terlalu tinggi.
- 5) *Chop* adalah pukulan backspin yang bersifat bertahan.
- 6) *Block* adalah teknik pengembalian pukulan bola yang cukup keras.

Service adalah memukul bola untuk menyajikan bola pertama. Tomoliyus (2014, hlm 2).

Dalam permainan tenis meja untuk pukulan *forehand* dan *backhand* ada pengembangan teknik dasar lainnya seperti pukulan *push*, *drive*, *chop*, *smash*, servis. Pukulan *drive* juga tak kalah penting dari pukulan dasar yang lainnya, pukulan *drive* merupakan pukulan yang menghasilkan hasil pukulan yang keras dan datar dengan cara mengayunkan bet dari bawah ke atas dengan posisi bet mendatar. Seperti yang dikatakan oleh Tomoliyus (2017, hlm 57) *drive* adalah teknik pukulan (*stroke*) dimulai sikap bet tertutup dan gerakan bet dari bawah serong ke atas diakhiri di depan dahi. Pukulan *drive* digunakan sebagai pukulan serangan atau dapat juga kita kontrol sesuai dengan keinginan.

Dalam Permainan tenis meja agar memiliki kemampuan ketepatan *forehand drive* diperlukan belajar dan berlatih secara kontinyu. Untuk melakukan teknik dasar permainan tenis meja tentunya sebagai pemain harus melakukan latihan, dalam melakukan proses kegiatan latihan ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas pemain dalam teknik maupun fisik.

Forehand drive dikatakan efektif apabila hasil pukulannya tepat dengan laju bola yang cepat masuk sasaran lawan. Adapun yang dimaksud sasaran *forehand drive* yang sangat efektif adalah daerah sudut lapangan tenis meja sebelah kanan dan kiri pemain lawan. Oleh karena itu, seorang pemain tenis meja hendaknya memiliki kemampuan ketepatan *forehand drive* dengan laju bola yang cepat kearah sasaran ke sudut meja sebelah kanan dan kiri pemain lawan. Tomoliyus (2014)(hlm. 3).

Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Tenis Meja merupakan salah satu wadah untuk perkumpulan para atlet tenis meja Universitas Siliwangi. Para atlet yang ada di UKM Universitas Siliwangi merupakan atlet bimbingan dari masing-masing *club* tenis meja yang berada Tasikmalaya dan sekitarnya. Ada juga dari beberapa atlet tenis meja UKM Universitas Siliwangi yang sudah memiliki prestasi baik di kejuaraan Daerah, Provinsi bahkan sampai Nasional. Salah satu prestasi UKM Tenis Meja Universitas Siliwangi ialah juara ke 3 kejuaraan Tingkat Nasional yang diselenggarakan di Universitas Semarang tahun 2019. Keberadaan UKM ini turut mendukung perkembangan cabang olahraga tenis meja, dan harapan melalui proses latihan yang rutin akan meningkatkan teknik para pemain untuk mencapai hasil yang lebih baik. Jika ingin meraih hasil yang lebih baik maka pemain tenis meja ini tentunya membutuhkan latihan yang rutin dan teratur, serta beban latihan yang semakin bertambah. Hal tersebut juga perlu di upayakan oleh UKM tenis meja Universitas Siliwangi untuk meraih prestasi setinggi-tingginya. UKM tenis meja Universitas Siliwangi telah mengikuti dua kejuaraan dalam periode 2023 ini dengan daerah yang berbeda. Kejuaraan pertama pada bulan Juni 2023 yang diikuti di Jatinangor dalam kejuaraan UKM tenis meja CUP ke-VIII tingkat se-Jawa Barat yang dilaksanakan di gor Laga Tangkas Jatinangor. Kemudian kejuaraan kedua pada bulan September yang diikuti di Yogyakarta dalam kejuaraan Rektor UGM CUP ke-V Tingkat Nasional yang dilaksanakan di gor Pancasila Universitas Gajah Mada.

Berdasarkan hasil evaluasi dan pengamatan pelatih dalam kejuaraan UGM CUP VIII maupun kejuaraan Rektor UGM CUP V 2023, memiliki hasil yang kurang maksimal dari para atlet UKM tenis meja Universitas Siliwangi, karena pada saat bermain terdapat beberapa kesalahan yang terjadi pada setiap atlet yang melakukan teknik dasar yaitu rendahnya dalam melakukan teknik serangan *forehand drive*. Hal tersebut mempengaruhi pada saat permainan sedang berlangsung, maka dari itu untuk meningkatkan kemampuan ketepatan *forehand drive* penulis akan memberikan metode latihan *multiball* pada atlet UKM Tenis Meja Universitas Siliwangi, karena untuk menggunakan metode latihan *multiball* ini bertujuan pada frekuensi pukulan atlet tersebut, sehingga dapat membiasakan diri untuk memukul bola pada sasaran yang dituju. Dalam proses persiapan latihan ini atlet UKM tenis meja Universitas Siliwangi berlatih dengan sungguh-sungguh.

Menurut Hawindri (2016) Latihan merupakan suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang yang semakin lama jumlah beban latihannya semakin bertambah. Sistematis adalah sesuatu yang terprogram dari yang sederhana sampai ke kompleks yang dilakukan secara sehingga menjadi lebih mahir dalam melakukannya. Dalam latihan tenis meja ini untuk meningkatkan ketepatan *forehand drive* bisa menggunakan latihan metode *multiball*, *drill* dan *stroke* maka dari itu peneliti akan menggunakan latihan *multiball* ini untuk pakai sebagai latihan ketepatan *forehand drive*.

Metode *multiball* ini mengarah pada frekuensi pukulan, sehingga pemain yang sedang berlatih dengan metode ini untuk membiasakan memukul bola ke sasaran yang dituju. Dari metode latihan *multiball* ini bisa menggunakan pelatih dengan cara mengumpanbola dari samping meja ataupun bisa menggunakan mesin dengan cara penggunaan otomatis untuk mengoprasikannya. Menurut Budi & Arwandi (2020) Latihan dengan menggunakan bola banyak atau *multiball* menjadi salah satu latihan yang digunakan pelatih. Salah satu tujuan latihan bola banyak atau *multiball* tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan *drive forehand* dan *backhand* atlet. (hlm.506). Dengan begitu, Latihan *Multiball* dapat memberikan gerakan teknik dasar *forehand drive* menjadi lebih konsisten. Maka dari itu penulis

tertarik untuk membuat penelitian di kampus Universitas Siliwangi dalam UKM tenis meja Universitas Siliwangi dengan judul “Pengaruh Latihan *Multiball* terhadap Ketepatan *Forehand drive* dalam Permainan Tenis Meja”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan bahwa “Apakah Terdapat Pengaruh Latihan *Multiball* terhadap Ketepatan *Forehand drive* dalam Tenis Meja?”

1.3 Definisi Operasional

Berdasarkan uraian diatas peneliti dapat menyimpulkan bahwa definisi operasional secara sistematis menguraikan yang sesuai dengan variabel yang di angkatnya, yaitu :

- 1) Latihan *Multiball* Menurut Budi & Arwandi (2020) Latihan dengan menggunakan bola banyak atau *multiball* menjadi salah satu latihan yang digunakan pelatih. Salah satu tujuan latihan bola banyak atau *multiball* tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan *drive forehand* dan *backhand* atlet. (hlm.506)
- 2) Ketepatan Menurut Suharni dalam (Muherman & Ramona 2019) mengemukakan bahwa ketepatan adalah kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke sesuatu sasaran sesuai dengan tujuannya. (hlm.59).
- 3) *Forehand drive* tenis meja menurut Sutarmin (Subakti & Iksan, 2018) “*Drive* adalah bola yang datang dari arah lawan diterima dengan gerakan bet dipukulkan pada bola, dengan gerakan dari bawah serong ke atas. Posisi bet dalam keadaan tertutup”. *Forehand drive* tenis meja yang dimaksud pada penelitian ini *forehand drive* yang diteliti setelah adanya *variasi* latihan yang akan dilakukan pada pemain. (hlm.255).

1.4 Tujuan Penelitian

Dalam setiap penelitian tentunya mempunyai tujuan yang ingin dicapai. Adapun penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *multiball* terhadap ketepatan *forehand drive*.

1.5 Kegunaan Penelitian

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun secara praktis.

1) Secara Teoritis

Hasil penelitian ini mendukung teori yang sudah ada, bermanfaat untuk memberi bahan masukan dan tambahan informasi ilmiah bagi mahasiswa, atlet, guru, pelatih, dosen dan manajemen tim.

2) Secara Praktis

Hasil penelitian ini dapat direkomendasikan kepada pembina dan bagi pelatih untuk membuat program latihan khususnya untuk olahraga tenis meja. Juga sebagai salah satu tambahan referensi ilmu pengetahuan yang berkenaan dengan latihan *multiball* terhadap ketepatan *forehand drive* dalam permainan tenis meja.