

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani adalah bagian dari proses pendidikan secara keseluruhan yang sebagian besar menggunakan aktifitas fisik yang menuntut siswa banyak berbuat dalam arti melakukan gerak, mengembangkan aspek kebugaran jasmani, penalaran, stabilitas, emosional, tindakan moral, pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan.

Harsono (2001:5) berpendapat bahwa:”Pendidikan jasmani adalah suatu pendidikan yang menggunakan fisik atau tubuh sebagai alat untuk mencapai tujuan pendidikan atau suatu pendidikan melalui aktifitas-aktifitas jasmani/ physical activities”.

Olahraga adalah suatu aktivitas yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kegiatan masyarakat, karena olahraga mempunyai makna tidak hanya untuk kesehatan, tapi juga sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi. Sebagai contoh salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat adalah tenis meja, melalui kegiatan tenis meja para remaja banyak mendapatkan manfaat baik dalam pertumbuhan fisik, mental, maupun sosial.

Permainan tenis meja di Indonesia baru dikenal pada tahun 1930. Pada masa itu hanya dilakukan di balai-balai pertemuan orang-orang Belanda sebagai

suatu permainan rekreasi. Hanya golongan tertentu saja dari golongan pribumi yang boleh ikut latihan, antara lain keluarga pamong yang menjadi anggota dari balai pertemuan tersebut.

Sebelum perang dunia II pecah, tepatnya pada tahun 1939, tokoh-tokoh pertenismejaan mendirikan PPPSI (Persatuan Ping Pong Seluruh Indonesia). Pada tahun 1958 dalam kongresnya di Surakarta PPPSI mengalami perubahan nama menjadi PTMSI (Persatuan Tenis Meja Seluruh Indonesia). Pada tahun 1960 PTMSI telah menjadi anggota federasi tenis meja Asia, yaitu TIFA (Table Tennis Federation of Asia).

Perkembangan tenis meja di Indonesia sejak berdirinya PPPSI hingga sekarang bisa dikatakan cukup pesat. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya perkumpulan-perkumpulan tenis meja yang dilakukan, misalnya dalam arena: PORDA, PON, POMDA, PORSENI, di tingkat SD, SMP, SMA serta pertandingan-pertandingan yang diselenggarakan oleh perkumpulan-perkumpulan tenis meja, instansi pemerintah, swasta atau karang taruna.

Undang-undang Dasar Negara Republik Indonesia Tahun 1945 menegaskan bahwa Indonesia adalah negara hukum, sejalan dengan ketentuan tersebut, segala aspek kehidupan dalam bidang kemasyarakatan, kebangsaan, dan kenegaraan termasuk pemerintahan harus senantiasa berdasarkan atas hukum, dan dalam ruang lingkup yang lebih kecil yaitu dalam bidang olahraga. Pembukaan Undang-undang Dasar 1945, bahwa cabang olahraga tenis meja adalah merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga lainnya di Indonesia,

yang sesungguhnya merupakan kegiatan rakyat Indonesia yang mencerminkan dan mewujudkan cita-cita perjuangan bangsa Indonesia.

Bahwa kegiatan olahraga tenis meja adalah kegiatan olahraga yang dengan sadar dihimpun dalam organisasi-organisasi dan perkumpulan-perkumpulan. Pada dasarnya olahraga tenis meja termasuk salah satu olahraga yang populer di Indonesia selain olahraga seperti sepakbola dan bulutangkis, dari kota hingga desa hampir selalu ada sarana bermain tenis meja. Sekarang ini perkembangan tenis meja makin pesat, sehingga persaingan presentasi makin bertambah ketat. Oleh karena itu, permainan tenis meja pada dasarnya membutuhkan kemampuan untuk melakukan berbagai macam pukulan dan keterampilan memainkan raket atau bed.

Para pelatih diharapkan dapat memberikan latihan berbagai macam pukulan dasar yang ada dalam permainan tenis meja agar anak asuhnya dapat mencapai sukses dalam pertandingan. Komponen yang penting dalam mempersiapkan atletnya adalah program latihan teknik meliputi teknik pegangan, teknik pukulan dan teknik bermain. Latihan taktik meliputi taktik bermain tunggal dan ganda. Cukupkan latihan mental dengan cara banyak melakukan uji tanding. Hal inilah yang disebut pendekatan ilmiah dalam pembinaan tenis meja.

Pencapaian prestasi tenis meja dapat optimal jika latihan dilakukan sejak usia dini. Adanya waktu dan kesempatan berlatih yang lebih banyak maka diharapkan anak-anak tersebut tumbuh menjadi petenis meja yang baik dan dapat menguasai segala macam teknik dasar permainan tenis meja. Selain itu, untuk meningkatkan prestasi permainan tenis meja diperlukan organisasi yang baik dengan para pelatih yang berpengetahuan khusus dan mendasar untuk dapat

melatih dan mengajar tenis meja. Latihan yang teratur, dengan kemauan yang keras dan ulet serta mengikuti instruksi pelatih juga merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa diluar jam pelajaran yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi untuk pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, pengayaan serta lebih memantapkan kepribadian siswa.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan diluar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah (Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, 2003: 4).

Pada permainan tenis meja teknik *forehand drive* merupakan penentu bagi kelanjutan keberhasilan bermain tenis meja. Pada beberapa pertandingan tingkat Nasional maupun Internasional jenis pukulan ini selalu tetap digunakan. Oleh sebab itu, teknik pukulan *forehand drive* harus dikuasai, dipelajari dan dipraktikkan dengan benar, sehingga seorang atlet dapat memiliki kemampuan untuk menyerang.

Dari hasil observasi penulis yang dilakukan di SMA N 2 Tanjungbalai, Guru olahraga dan juga sebagai pembina kegiatan ekstrakurikuler di SMA N 2 Tanjungbalai Bapak Anhar Lubis, S.Pd menyatakan bahwa masih kurangnya kemampuan siswa-siswi Ekstrakurikuler tenis meja dalam melakukan teknik-teknik pukulan tenis meja. Selain itu kurangnya sarana prasarana dan fasilitas penunjang olahraga jadi membuat terhambatnya perkembangan siswa-siswi untuk melakukan latihan secara maksimal khususnya tenis meja, hal yang sama

disampaikan juga oleh bapak Khairul Badri, S. Pd selaku pelatih Ekstrakurikuler tenis meja dan juga sebagai guru olahraga di SMA N 2 Tanjungbalai.

Mengingat pentingnya kemampuan teknik *forehand drive* dalam bermain tenis meja, maka penelitian ini diarahkan untuk mengetahui kemampuan pukulan *forehand drive* tenis meja. Melalui hasil observasi dan pretes yang dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMA negeri 2 Tanjungbalai menunjukkan bahwa masih rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik *forehand drive* tenis meja, dengan jumlah 10 siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di sekolah tersebut.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Kurangnya keterampilan teknik bermain tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai.
2. Pentingnya tambahan program latihan kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja.
3. Adakah pengaruh program latihan kedinding dan berpasangan terhadap kemampuan pukulan *forehand drive* pada siswa SMA Negeri 2 Tanjungbalai.

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat luasnya ruang lingkup masalah dan keterbatasan waktu, dana dan kemampuan penulis maka perlu adanya pembatasan masalah. Adapun pembatasan masalah yang dibahas dalam penelitian ini adalah melihat pengaruh metode latihan kedinding dan berpasangan terhadap kemampuan *forehand drive* permainan tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai.

### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Apakah ada pengaruh metode latihan kedinding terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja pada siswa SMA Negeri 2 Tanjungbalai?
2. Apakah ada pengaruh metode latihan berpasangan terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja pada siswa SMA Negeri 2 Tanjungbalai?
3. Metode latihan berpasangan lebih diunggulkan agar dapat mempengaruhi kemampuan *forehand drive* tenis meja pada siswa SMA Negeri 2 Tanjungbalai.

### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian pada umumnya untuk menentukan kebenaran dan mengkaji kebenaran suatu ilmu pengetahuan (Sutrisno Hadi, 1987:271) adapun tujuan penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan kedinding terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai.
2. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan berpasangan terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai.
3. Untuk mengetahui apakah program latihan berpasangan lebih mempengaruhi dari pada program latihan kedinding terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja pada siswa SMA Negeri 2 Tanjungbalai?

#### **F. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai salah satu usaha untuk menambah metode latihan di dunia kepelatihan tenis meja
2. Melalui penelitian ini diharapkan siswa dapat menyenangi cabang olahraga, khususnya tenis meja.
3. Sebagai masukan bagi guru atau pelatih agar dapat memahami metode latihan kedinding dan berpasangan supaya menerapkannya pada latihan.
4. Sebagai wawasan peneliti maupun pembaca lainnya tentang metode latihan kedinding dan berpasangan.
5. Untuk menambah wawasan ilmiah secara teoritis dan memperkaya ilmu pengetahuan tentang kepelatihan.