

ABSTRAK

AULIA RAHMAN HASIBUAN NIM. 6121111004. “Pengaruh Metode Latihan Kedinding dan Berpasangan Terhadap Kemampuan *Forehand drive* Tenis Meja Pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjung Balai Tahun Ajaran 2017/2018”. Pembimbing: Hariadi. Skripsi: Fakultas Ilmu Keolahragaan.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : 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.

Metode penelitian yang digunakan adalah Metode Penelitian Eksperimen. Subjek penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 2 Tanjung balai dengan jumlah siswa 10 orang, terdiri dari 6 orang siswa putra dan 4 orang siswa putri. Hasil analisis data diperoleh adanya penurunan pada Kelompok latihan kedinding dilihat dari nilai rata – rata, maka diperoleh dari nilai rata – rata *pretest* = 47.60 dan nilai rata – rata *posttest* = 42.20, karena nilai rata – rata *pretest* lebih besar dari nilai rata – rata *posttest* maka terjadi penurunan kemampuan *forehand drive* sebesar = 5.40 , dengan penurunan persentase sebesar 11.34 %.

Hasil analisis data pada Latihan berpasangan terdapat peningkatan dilihat dari nilai rata – rata, maka diperoleh dari nilai rata – rata *pretest* = 46.00 dan nilai rata – rata *posttest* = 55.80, karena nilai rata – rata *pretest* lebih kecil dari nilai rata – rata *posttest* maka terjadi peningkatan kemampuan *forehand drive* sebesar = 9.80 , dengan peningkatan persentase sebesar 21.30 %.

Berdasarkan hasil uji t beda variable latihan kedinding dan latihan berpasangan diperoleh nilai *uji-t* antara *pretest* dan *posttest* masing-masing perlakuan terhadap kemampuan *forehand drive* yang memiliki nilai $t_{hitung} = 3.741$ sedangkan nilai $t_{tabel} = 2.776$, maka H_0 di tolak dan H_a di terima, dengan demikian terdapat perbedaan signifikan terhadap kemampuan *forehand drive* siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai.

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan yang dilakukan diperoleh kesimpulan bahwa : 1. Latihan kedinding memberi pengaruh terhadap pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai Tahun ajaran 2017/2018, 2. Latihan berpasangan memberi pengaruh terhadap pukulan *forehand drive* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai Tahun ajaran 2017/2018, 3. Latihan Berpasangan terdapat pengaruh yang lebih dari pada latihan Kedinding terhadap kemampuan *forehand drive* siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Tanjungbalai.