

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak diminati masyarakat. Hampir semua daerah di Indonesia mengenal dan mempunyai atlet tenis meja, dimulai dari anak – anak sampai dewasa bahkan veteran. Permainan ini tidak memerlukan tempat yang luas dan peralatannya relatif murah, sehingga olahraga ini banyak dijadikan sebagai olahraga rekreasi baik itu di sekolah maupun di perkantoran.

Tenis meja adalah permainan yang dibatasi dengan net dan dimainkan satu lawan satu atau dua lawan dua dengan cara bola dipantulkan satu kali baik di meja sendiri maupun di meja lawan. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Soetomo (1985:45) sebagai berikut:

Tennis meja adalah suatu jenis permainan yang dipukul oleh seorang pemain dan bola yang dipukul tersebut harus melewati atas net yang dipasang di atas tengah-tengah meja. Bola yang dipukul dan melewati atas net ini harus memantulkan di meja pihak lawan ke tempat semula dan juga harus melewati atas net yang dipukul oleh seseorang silih bergantian dan memukulnya sendiri setelah bola memantul pada permukaan meja. Jadi tidak langsung dipukul/di-*volley*.

Pendapat di atas, dapat memberikan gambaran bahwa pada saat permainan tenis meja berlangsung, seorang pemain dituntut untuk memukul dan mengembalikan bola ke meja lawan dari semua sasaran atau penjuru meja, setelah bola tersebut terlebih dahulu memantul pada meja/bidang permainan sendiri. Dengan demikian seorang pemain akan berusaha untuk melangkah ke depan, ke belakang, ke kiri, ataupun ke kanan sesuai dengan arah bola yang dikembalikan oleh pihak lawan main. Seorang pemain tenis meja harus mempunyai agilitas dan daya tahan yang bagus untuk dapat memukul/mengembalikan bola, hal ini dikarenakan arah bola yang dikembalikan pihak lawan sangat cepat, terarah dan

Sandi Setiawan, 2014

Korelasi kecerdasan emosional dan kemampuan daya tahan aerobik dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

menempati sudut/penjuru yang jauh dari jangkauan dan angka yang harus di perolehnya sangat banyak.

Permainan bola kecil ini merupakan olahraga yang mempunyai karakter cepat, sehingga bagi seseorang yang bermain tenis meja diperlukan kemampuan-kemampuan tertentu, seperti ketangkasan, kecerdasan, refleks, dan daya bereaksi tinggi. Sebagaimana yang diungkapkan oleh Siregar (1976:10), bahwa: “Tenis meja adalah suatu cabang olahraga yang sangat mementingkan ketangkasan, kecerdasan, refleks dan daya bereaksi tinggi”. Dengan demikian, untuk dapat menjadi seorang pemain tenis meja yang baik yang diharapkan dapat berprestasi di Nasional dan Internasional, selain bakat yang harus dimiliki, juga harus pula dilengkapi dengan unsur-unsur tersebut di atas, dan ditunjang dengan daya tahan aerobik yang sangat bagus.

Perkembangan olahraga tenis meja pada saat ini mengalami kemajuan yang cukup pesat. Hal tersebut dapat dilihat dari antusiasme masyarakat dalam mengembangkan olahraga tenismeja yaitu dengan bermunculan perkumpulan-perkumpulan tenis meja di tiap daerah baik dalam pembinaan usia pelajar maupun usia dewasa. Melihat perkembangan demikian cabang olahraga tenismeja sekarang cenderung menginginkan ke arah prestasi. Untuk menunjang keberhasilan dalam pembinaan atlet tenis diperlukan kondisi fisik yang baik, oleh karena kondisi fisik yang baik memegang peranan yang sangat penting dalam meningkatkan prestasi. Sebagaimana diungkapkan oleh Sajoto (1988:57) bahwa: “Kondisi fisik adalah salah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan olahraga prestasi”. Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik mempunyai peranan penting untuk meningkatkan prestasi.

Pengda PTMSI Jawa Barat (2000:94) mengatakan bahwa : “Latihan fisik/kondisi fisik untuk tenis meja meliputi: daya tahan, kekuatan, kelentukan, kecepatan, kekuatan+daya tahan (stamina), kekuatan+kecepatan (*power*) dan kelincahan”. Dari semua komponen kondisi fisik tersebut merupakan suatu satu

kesatuan yang tidak boleh dipisahkan satu sama lain, baik peningkatannya maupun pemeliharannya. Di sini semakin jelas bahwa permainan tenis meja sangat membutuhkan komponen-komponen kondisi fisik.

Dalam konteks penelitian ini, peneliti hanya memfokuskan pada kecerdasan emosional dan daya tahan aerobik. Kedua komponen tersebut dapat memberikan peran yang penting terhadap pencapaian prestasi olahraga khususnya dalam hasil seleksi pada cabang olahraga tenis meja.

Latihan daya tahan aerobik bertujuan untuk menekan denyut nadi istirahat (Nadi Basal) serendah mungkin dan mendorong denyut nadi kerja maksimal setinggi mungkin. Pada kerja maksimal sumber energi adalah aerobik dan anaerobik. Kapasitas anaerobik sangat terbatas kerja pada VO₂Max hanya bisa dipertahankan beberapa menit saja, untuk mempertahankan kerja dalam waktu lama, kerja tersebut harus dilakukan dibawah 100% VO₂Max. Kecerdasan emosional dalam konteks penelitian ini adalah bagaimana seorang atlet memainkan tempo, juga penggunaan taktik agar dapat mengontrol permainan sesuai dengan taktik yang diinginkan dalam waktu yang sangat lama.

Daya tahan aerobik merupakan salah satu faktor pendorong tercapainya prestasi, karena dengan daya tahan aerobik yang bagus seorang atlet akan mampu menjalankan program latihan dari pelatihnya. Latihan teknik dan taktik akan terasa ringan ketika seorang atlet mempunyai daya tahan aerobik yang bagus, proses *drilling* dalam latihan akan lebih banyak yang mengakibatkan otomatisasi gerak akan semakin mungkin terjadi lebih cepat ketimbang dengan atlet yang daya tahan aebiknya jelek.

Kecerdasan emosional mendorong seorang atlet untuk sadar akan pentingnya latihan, terutama atlet pelajar yang harus membagi fokusnya terhadap pelajaran di sekolah dan juga jam bermain bersama teman – temannya. Selain itu dalam menjalankan program latihan yang berulang – ulang akan ada rasa jenuh, akan ada tahapan *overload* dimana atlet harus mampu berlatih dengan beban yang melebihi kapasitas atlet tersebut. Disini jelas atlet yang mempunyai kecerdasan

emosional yang baik akan mampu mengelola emosi, dan memotivasi diri sendiri untuk mau berlatih demi sebuah prestasi.

Ada tidaknya hubungan yang berarti antara kecerdasan emosional dan kemampuan daya tahan aerobik terhadap prestasi atlet tenis meja belum diteliti secara mendalam. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian mengenai hal tersebut sebagai informasi ilmiah yang diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembang olahraga tenis meja di sekolah maupun di klub-klub tenis meja.

B. Identifikasi Masalah

Dalam penelitian ini, penulis mengidentifikasi masalah sehingga dapat membatasi ruang lingkup penelitian agar tidak terlalu luas dan lebih akurat dalam pelaksanaannya. Pembatasan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel bebas pada penelitian ini adalah kecerdasan emosional dan daya tahan aerobik.
2. Variabel terikat pada penelitian ini adalah prestasi atlet pelajar cabang olahraga tenis meja.
3. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah atlet pelajar Sumedang yang mengikuti POPWILDA tenis meja kabupaten Sumedang sebanyak 10 orang.
4. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif dengan teknik korelasional.
5. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan angket skala kecerdasan emosional untuk mengetahui hasil tingkat kecerdasan emosional, *bleep test* untuk mengukur daya tahan aerobik, dan bertanding menggunakan sistem setengah kompetisi untuk menentukan prestasi.

C. Rumusan Masalah

Sandi Setiawan, 2014

Korelasi kecerdasan emosional dan kemampuan daya tahan aerobik dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Berdasarkan uraian dalam latar belakang dan identifikasi masalah di atas, maka penulis menggunakan beberapa pertanyaan permasalahan penelitian sebagai berikut:

1. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja?
2. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kemampuan daya tahan aerobik dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja?
3. Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara kecerdasan emosional dan kemampuan daya tahan aerobik secara bersama-sama dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja?

D. Tujuan Penelitian

Penetapan tujuan dalam suatu kegiatan adalah penting sebagai awal untuk kegiatan selanjutnya. Adapun tujuan dalam penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui korelasi antara kecerdasan emosional dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja?
2. Untuk mengetahui korelasi antara kemampuan daya tahan aerobik dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja?
3. Untuk mengetahui korelasi antara kecerdasan emosional dan kemampuan daya tahan aerobik secara bersama-sama dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja?

E. Manfaat/Signifikansi Penelitian

- 1) Secara teoritis
 - a. Dapat dijadikan sebagai informasi ilmiah serta masukan bagi segenap insan olahraga terutama bagi para pengurus dan pembina PTMSI dan pihak yang berkomitmen terhadap pembinaan atlet khususnya pembinaan atlet cabang olahraga tenis meja.

Sandi Setiawan, 2014

Korelasi kecerdasan emosional dan kemampuan daya tahan aerobik dengan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- b. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan kajian bagi para pelatih bidang olahraga tenis meja dalam menentukan pola permainan atlet guna pengembangan prestasi atlet cabang olahraga tenis meja.
 - c. Penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk menentukan latihan kondisi fisik dan sebagai satu pertimbangan dalam penyusunan program latihan dan perkembangan atlet cabang olahraga tenis meja.
- 2) Secara praktis
- a. Dapat dijadikan sebagai acuan bagi pihak yang berkepentingan, terutama untuk pelatih juga atlet cabang olahraga tenis meja dalam melaksanakan tugas dan fungsinya dalam proses latihan.
 - b. Dapat dijadikan upaya untuk meningkatkan kualitas dan produktivitas sumber daya manusia terutama bagi para pelatih, pembina olahraga dan para atlet cabang olahraga tenis meja untuk meningkatkan prestasi pada cabang olahraga tenis meja.

F. Struktur Organisasi Penelitian

Struktur organisasi dalam penulisan skripsi yang peneliti ambil adalah sebagai berikut : BAB I Pendahuluan yang di dalamnya berisi a) Latar Belakang; b) Identifikasi Masalah; c) Rumusan Masalah; d) Tujuan Penelitian; e) Manfaat Penelitian; dan f) Struktur Organisasi Skripsi. BAB II Kajian Pustaka yang di dalamnya berisi a) Hakekat Olahraga Tenis Meja; b) Hakekat Kecerdasan Emosional; c) Hakekat Daya Tahan Aerobik; d) Anggapan Dasar; e) Hipotesis. Bab III, Metode Penelitian yang di dalamnya berisi a) Lokasi dan Sampel Penelitian; b) Desain Penelitian; c) Metode Penelitian; d) Definisi Operasional Variabel; e) Instrumen Penelitian; f) Proses Pengembangan Instrumen; g) Teknik Pengumpulan Data; h) Analisis Data. BAB IV Hasil Penelitian Dan Pembahasan yang di dalamnya terdiri dari a) Deskripsi Data; b) Hasil Pengolahan Data; c) Uji

Signifikansi Koefesien Korelasi; d) Diskusi Penemuan. BAB V yang di dalamnya terdiri dari a) Kesimpulan; b) Saran.