

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan merupakan upaya yang terencana dalam proses pengembangan kemampuan dan kekuatan individu agar tumbuh dan berkembang menjadi manusia yang mandiri, bertanggung jawab, kreatif, berilmu, sehat, dan berakhlak mulia baik dilihat dari aspek jasmani maupun rohani. Pendidikan dapat diperoleh secara formal, non formal maupun informal. Pendidikan formal diperoleh dengan mengikuti program-program yang telah direncanakan oleh sekolah maupun perguruan tinggi seperti TK, SD, SMP, SMA dan Universitas. Pendidikan non formal dapat diperoleh dengan mengikuti program-program yang diselenggarakan oleh lembaga di luar sekolah ataupun perguruan tinggi seperti kursus, TPA dan bimbingan belajar. Sedangkan pendidikan informal dapat diperoleh secara langsung dari kehidupan sehari-hari dengan keluarga dan masyarakat sekitar.

Pendidikan formal tentunya mengacu pada suatu kurikulum, kurikulum ini lah yang menjadi acuan bagi seluruh satuan pendidikan formal. Dalam kurikulum juga telah disebutkan ada dua jenis kegiatan di sekolah/pendidikan formal yaitu kegiatan intrakurikuler dan kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan intrakurikuler merupakan kegiatan yang berlangsung pada saat jam pembelajaran berlangsung, kegiatan intrakurikuler ini tidak terlepas dari proses belajar mengajar yang telah teratur dan terjadwal, kegiatan ini juga merupakan kegiatan inti di sekolah sebagai lembaga pendidikan formal. Kegiatan intrakurikuler berdasarkan UU Pendidikan Nasional dikelompokkan menjadi beberapa mata pelajaran yang meliputi :

1. Kelompok mata pelajaran agama dan akhlak mulia
2. Kelompok mata pelajaran kewarganegaraan dan kepribadian
3. Kelompok mata pelajaran ilmu pengetahuan dan teknologi.
4. Kelompok mata pelajaran estetika.
5. Kelompok mata pelajaran jasmani, olahraga, dan kesehatan

Pendidikan jasmani selaku kegiatan intrakurikuler tentunya mengacu kepada kurikulum pendidikan yang bertujuan untuk mencapai tujuan pendidikan yang telah ditentukan, akan tetapi tujuan dari pendidikan jasmani bukan pada aktivitas

jasmani melainkan untuk mengembangkan potensi siswa melalui pendidikan jasmani. Salah satu aspek yang mampu dikembangkan oleh pendidikan jasmani menurut Alfermann (dalam Nurjaya & Mulyana, Tanpa tahun, hlm. 53) adalah

Physical education is a natural practice ground for social interaction and an opportunity for observing social processes. These are seen within groups as well as between groups". Alfermann menegaskan bahwa pendidikan jasmani merupakan dasar latihan yang alamiah bagi interaksi sosial dan kesempatan untuk mengamati proses-proses sosial yang terjadi, baik didalam kelompok maupun antar kelompok.

Selain dari interaksi sosial ada beberapa aspek yang bisa ditumbuhkembangkan melalui pendidikan jasmani, aspek-aspek tersebut diantaranya; aspek *afektif*, *kognitif* dan *psikomotorik*. Hal ini yang diharapkan bisa berkembang melalui kegiatan intrakurikuler yang berlangsung di sekolah-sekolah baik itu jenjang SD, SMP ataupun SMA sebagai lembaga pendidikan formal.

Sedangkan kegiatan ekstrakurikuler atau yang sering disebut dengan eskul merupakan penunjang dari kegiatan intrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler biasanya berlangsung di luar jam belajar dan pada umumnya dilaksanakan setelah jam belajar selesai. Kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan untuk menyalurkan bakat atau minat siswa, sehingga perkembangan potensi siswa dapat mencapai taraf maksimum, selain itu kegiatan ekstrakurikuler ini merupakan kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi kebutuhan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan alokasi waktu yang diatur berdasarkan kebutuhan. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan oleh Depdiknas (dalam Hastuti, 2008, hlm. 46)

“Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan serta untuk lebih memantapkan kepribadian siswa. Tujuan ini mengandung makna bahwa kegiatan ekstrakurikuler berkaitan erat dengan proses belajar mengajar. Kemudian dijelaskan pula bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah, berupa kegiatan pengayaan dan perbaikan yang berkaitan dengan program kurikuler”.

Sekolah Dasar Negeri Csitu merupakan salah satu sekolah yang memiliki beberapa prestasi O2SN, setelah dicermati bahwa di SDN Csitu terdapat ekstrakurikuler olahraga diantaranya futsal, bola voli, sepak takraw dan tenis meja. Salah satu yang menarik perhatian penulis pada SDN Csitu adalah dengan

adanya ekstrakurikuler tenis meja. Karena tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari pada kalangan masyarakat. Hal ini terbukti dengan banyaknya kompetisi yang diadakan mampu mengundang partisipasi dari masyarakat. Pernyataan ini diperkuat oleh pendapat Hodges (2007, hlm. 1) “Permainan tenis meja merupakan cabang olahraga raket yang populer di dunia dan jumlah pesertanya menempati urutan kedua. Adanya partisipasi masyarakat ini memunculkan inisiatif untuk semakin mengembangkan kemampuan permainan tenis meja masyarakat yaitu melalui pembinaan”.

Salah satu upaya pembinaan olahraga tenis meja yaitu dengan dibentuknya beberapa klub yang tersebar diberbagai daerah. Dengan dibentuknya klub tenis meja atau PTM (Persatuan Tenis Meja) masyarakat akan terbantu dalam menyalurkan minat dan bakatnya terhadap tenis meja. Terutama untuk pembinaan atlet dibutuhkan klub tenis meja yang terorganisir dengan baik, baik itu dari segi kepengurusan, sarana prasarana dan sumber daya manusianya.

Menurut Nurlan (dalam Safari, Tanpa tahun, hlm. 3) terdapat beberapa teknik yang digunakan dalam permainan tenis meja adalah sebagai berikut.

1. *Push*
2. *Drive*
3. *Block*
4. *Chop*
5. *Service*
6. *Counter Hitting*
7. *Top Spin*
8. *Drop Shot*
9. *Choped Smash*
10. *Looped Drive*
11. *Flick*

Selain dengan adanya klub-klub tenis meja (PTM), kegiatan ekstrakurikuler tenis meja yang diselenggarakan disekolah-sekolah bisa dijadikan sebuah upaya dalam pembinaan tenis meja. Hanya saja di SDN Cisitu belum bisa mendapatkan prestasi pada kegiatan O2SN pada cabang olahraga tenis meja, hal ini disebabkan adanya beberapa kelemahan-kelemahan yang terdapat pada peserta

ekstrakurikuler tenis meja diantaranya masih banyak pukulan *forehand drive* yang menyangkut di *nett*, kemudian pukulan *forehand drive* yang keluar dari lapangan dan pukulan *forehand drive* yang belum terkontrol sehingga arah bola tidak sesuai dengan keinginan peserta ekstrakurikuler.

Padahal teknik ini merupakan teknik dasar dan teknik yang paling sering digunakan dalam permainan tenis meja seperti yang dikemukakan oleh Lubrica, Quantum Yuri dkk (2013, hlm. 11) yang menyatakan bahwa

The standard forehand drive is a basic skill in table tennis. The initial position of the arm is extended and weight shifted to the racket arm. In executing the forehand drive, the armswings forward and slightly upward in the same direction as the ball. This action is simultaneous to the weight shift to the other leg while twisting the waist. The forehand drive is an aggressive attacking stroke; the ball is made to land close the opponent's sideline or baseline.

Forehand drive merupakan teknik yang paling dasar dalam permainan tenis meja, untuk melakukan teknik ini yaitu dengan cara lengan dipanjangkan/diluruskan kemudian sikutnya dibengkokkan sampai bet menuju di depan dada. Selain dari gerakan tangan, bahu dan pinggang ikut berputar untuk mendukung dan memberikan tenaga pada pergerakan lengan bet.

Atmaja & Tomolyus (2015, hlm. 57) mengemukakan hal yang sejalan tentang pukulan *forehand drive* yaitu

Salah satu teknik yang sangat berperan dalam permainan tenis meja adalah pukulan *drive*. Pukulan *drive* adalah teknik pukulan paling kecil tenaga gesekannya yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan posisi bet tertutup. Dari semua teknik yang ada di dalam tenis meja, teknik *drive* yang sangat mempengaruhi semua teknik pukulan lainnya karena pukulan *drive* dasar dari semua pukulan yang ada di dalam tenis meja. *Drive* sangat penting bagi atlet-atlet tenis meja untuk meningkatkan kemampuan teknik yang lain terutama untuk pukulan *forehand drive* dan *backhand drive* karena kedua pukulan tersebut sering kali dipakai oleh atlet-atlet saat mengikuti suatu kejuaraan.

Untuk mengatasi masalah diatas, metode latihan kiranya mampu mengatasi kelemahan-kelamahan diatas. Metode latihan yang sering dilakukan di klub tenis meja khususnya di wilayah Kabupaten Sumedang yaitu dengan menggunakan metode latihan *Multiball*. Metode latihan ini tidak ada salah nya jika dipakai pada program ekstrakurikuler di SDN Cisu karena metode latihan *Multiball* ini

sangatlah efektif digunakan terutama untuk melatih atlet-atlet pemula sebagaimana yang dikemukakan oleh Zheng, Wei dan Keyi Jin (2016, hlm. 261)

“Multi-ball training in table tennis is an effective training method. Multi-ball training with different means of rotation, strength, speed, placement, arcs, combinations of different technologies and continuous ball hitting can compensate for the fewer to-and-fro times, more space and other weaknesses, in order to improve the exercise efficiency and make athletes grasp and strengthen a variety of difficult movements.”

Metode ini diyakini mampu mempercepat penguasaan teknik seorang atlet, metode ini juga baik diberikan kepada atlet pemula ataupun yang baru belajar tenis meja. Dengan pengulangan pukulan yang banyak atlet akan cepat mengingat teknik pukulan yang sedang dilatih, sehingga atlet akan cepat menguasai berbagai teknik yang sulit dengan menggunakan metode latihan ini. Metode latihan ini juga sangat efisien dan efektif dalam hal penguasaan teknik, karena banyaknya bola yang digunakan akan membuat atlet secara kontinyu memukul bola sehingga atlet akan cepat mengingat teknik yang sedang dilatihnya.

Dalam permainan tenis meja banyak sekali teknik-teknik pukulan yang harus dikuasai oleh atlet salah satunya pukulan *Stroke*, jenis pukulan ini bisa terdiri dari beberapa pukulan seperti yang dikemukakan oleh Tapper dan Molodzoff (dalam Ivan, Malagoli Lanzoni dkk, 2011, hlm. 72)

“Have proposed a large and complete classification of the strokes used in table tennis. In their handbooks we can identify: service, push, topspin, topspin counter topspin, block, flick or flip, drive, smash and lob. Some authors have studied the use of strokes during the game to check the difference between forehand and backhand strokes.”

Tenik *stroke* ini banyak macam-macamnya seperti *service, topspin, block, drive, smash*. Dengan bermacam-macam pukulan yang ada dalam *stroke* tentunya harus mempunyai suatu metode latihan yang cukup efektif dan efisien untuk mempercepat penguasaan gerakan teknik-teknik tersebut.

Metode latihan *Multiball* ini bisa diterapkan pada ekstrakurikuler tenis meja sebagai solusi dari permasalahan kurangnya penguasaan terhadap teknik *forehand drive* tenis meja pada peserta ekstrakurikuler tenis meja di SDN Cisitu. Dengan menggunakan metode latihan ini, peserta akan memahami dan menguasai teknik *forehand drive* dengan cepat. Hal ini dikarenakan adanya pengulangan pukulan

yang banyak, sehingga peserta akan dengan cepat mengingat dan menguasai teknik tersebut.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan pada latar belakang masalah di atas, maka dapat disusun suatu rumusan masalah sebagai berikut.

1. Adakah pengaruh metode latihan *Multiball* terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja ?
2. Adakah pengaruh metode latihan pantulan ke dinding terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja ?
3. Bagaimana perbandingan antara metode latihan *Multiball* dan pantulan ke dinding terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja ?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari rumusan masalah yang telah diuraikan, maka penelitian ini memiliki tujuan yang ingin dicapai. Adapun penjabaran tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui pengaruh dari metode latihan *Multiball* terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja.
2. Untuk mengetahui pengaruh dari metode latihan pantulan ke dinding terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja.
3. Untuk mengetahui perbandingan metode latihan *Multiball* dan pantulan ke dinding terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan, maka dari itu penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat. Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Teoritis

Secara teoritis penelitian ini bermanfaat untuk menemukan ada atau tidaknya hubungan sebab akibat antara metode latihan *Multiball* terhadap peningkatan gerak *forehand drive* dalam permainan tenis meja.

2. Praktis

a. Bagi Peneliti

- 1) Peneliti dapat mengetahui pengaruh metode latihan *Multiball* dan pantulan ke dinding terhadap peningkatan *forehand drive* permainan tenis meja.
- 2) Peneliti dapat mengetahui perbandingan antara metode latihan *Multiball* dan latihan ke dinding terhadap peningkatan *forehand drive* tenis meja.
- 3) Peneliti dapat mengetahui metode latihan yang lebih efektif dan efisien.

b. Bagi Subjek Penelitian

- 1) Peserta dapat menguasai salah satu teknik dalam bermain tenis meja yaitu teknik *forehand drive*.
- 2) Peserta dapat merasakan metode latihan *multiball* dan pantulan ke dinding
- 3) Peserta mampu merasakan metode latihan yang lebih menyenangkan.

c. Bagi Guru Penjas SD

- 1) Bagi guru penjas di sekolah dapat mengetahui metode latihan *multiball*
- 2) Guru dapat menggunakan metode latihan *multiball* atau pantulan ke dinding untuk melatih teknik-teknik tenis meja
- 3) Guru mendapatkan tambahan metode latihan

d. Bagi Pihak Sekolah

- 1) Sekolah akan mempunyai peserta didik yang menguasai permainan tenis meja.
- 2) Sekolah akan mendapatkan prestasi dari peserta didik.

e. Bagi Peneliti Lain

- 1) Menjadi referensi peneliti lain
- 2) Menjadikan sebuah ide bagi peneliti lain

E. Struktur Organisasi Penelitian

