

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga tenis meja tidak mengenal batas umur. Anak-anak, remaja, orang dewasa maupun orang tua dapat bermain bersama. Di samping itu, permainan tenis meja sangat menarik dan dapat dimainkan di dalam rumah dengan peralatan yang relative murah dan tidak membutuhkan tempat yang luas, sehingga olahraga tenis meja ini sangat digemari oleh semua kalangan masyarakat.

Tenis meja adalah permainan yang dibatasi dengan net dan dimainkan satu lawan satu atau lawan dua dengan cara bola dipantulkan satu kali baik di meja sendiri maupun di meja lawan. Sebagaimana dikemukakan oleh Hodges yang diterjemahkan Nasution (2013, hlm. 01) sebagai berikut:

Tenis 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*.

Tujuan bermain olahraga tenis meja sebagai olahraga prestasi mendapat perhatian yang relatif besar dari masyarakat, yang ditunjukkan dengan telah disediakan pembinaan atau klub untuk pecinta tenis meja mulai dari pembinaan atlet usia dini sampai usia dewasa. Sekolah atau klub tenis meja sebagai wadah pembinaan ini sudah mulai banyak bermunculan di setiap daerah, baik di kota maupun di daerah terpencil. Wadah ini merupakan wujud dari kepedulian masyarakat terhadap perkembangan tenis meja dan upaya pencapaian prestasi yang setinggi-tingginya.

Keberhasilan dari seorang atlet tenis meja diraih dari latihan yang teratur dan bersungguh-sungguh, sistematis dan berkesinambungan dengan didukung oleh kualitas kepelatihan, manajemen kepelatihan olahraga, peningkatan dalam pengadaan sarana dan prasarana yang memadai. Dilihat dari karakteristik permainan tenis meja merupakan jenis olahraga yang banyak menuntut para atletnya menguasai teknik dan kondisi fisik tanpa mengabaikan aspek taktik dan mental.

Mengenai hal ini Harsono (2016, hlm. 100) mengemukakan bahwa “ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (c) latihan taktik dan (d) latihan mental”.

Latihan kondisi fisik adalah proses perkembangan kemampuan aktivitas gerak jasmani yang dilakukan secara sistematis dan ditingkatkan secara progresif untuk mempertahankan atau meningkatkan derajat kebugaran jasmani, agar tercapai kemampuan kerja fisik yang optimal. Tujuan utamanya adalah meningkatkan potensi fungsional atlet yang kemampuan biomotor ke derajat yang paling tinggi. Kondisi fisik adalah salah satu unsur penting dalam setiap cabang olahraga. Oleh karena itu latihan kondisi fisik perlu mendapat perhatian yang serius direncanakan dengan matang dan sistematis sehingga tingkat kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional alat-alat tubuh lebih baik. Seperti yang diungkapkan Satriya dkk. (2007, hlm. 51) “ latihan fisik merupakan bagian terpenting untuk semua cabang olahraga. Tujuannya untuk membentuk kondisi tubuh sebagai dasar untuk meningkatkan ketahanan, kebugaran dan pencapaian suatu prestasi.

Seperti dalam penjelasan di atas kondisi fisik merupakan salah satu aspek penting dalam olahraga termasuk tenis meja. Dalam pembinaan atlet tenis meja harus dilatihkan beberapa komponen dasar seperti yang diungkapkan oleh Satriya dkk (2007, hlm.67) : 1) Kekuatan (*strength*), 2) Kelentukan (*fleksibilitas*), 3) Kecepatan (*speed*), 4) Daya tahan (*endurance*).

Dalam pengalaman di lapangan salah satu komponen kondisi fisik yang cukup dominan dalam tenis meja yaitu kecepatan (*speed*) dan ketepatan (*accuracy*). Dilihat dari gerakannya, seorang atlet harus memiliki kecepatan dan ketepatan dalam mengejar bola dan kembali ke tengah setelah melakukan pukulan untuk bersiap kembali. Kecepatan terbagi menjadi 3 bentuk seperti yang diungkapkan Harsono (2016, hlm.121) “ada 3 bentuk kecepatan yaitu : 1) kecepatan maksimal (*speed*), 2) *agility* (kelincahan), dan *Quickness* (aksi-reaksi).

Uraian di atas dan dilihat dari pergerakannya, seorang atlet tenis meja tepatnya harus memiliki *agility* (kelincahan) yang baik. Kelincahan dalam permainan tenis meja sangat erat kaitannya dengan *footwork* (kerja kaki). *Footwork* adalah salah satu teknik dasar dalam tenis meja, untuk menghasilkan pukulan yang berkualitas harus mempunyai kecepatan gerak kaki juga ketepatan dalam memukul. Latihan *footwork* dengan gerakan maju ke depan kanan dan kiri, ke samping kanan dan kiri. Seperti yang dikemukakan oleh Hodges yang di terjemahkan

Nasution (2013, hlm.56) “ada 6 daerah ‘dasar’ dan ke tempat-tempat tersebut anda harus bergerak secara efektif”.

Footwork atau gerakan kaki dalam olahraga tenis meja merupakan teknik yang harus dikuasai oleh setiap individu pemain jika ingin menjadi pemain tenis meja yang baik, gerakan kaki (*footwork*) ini berperan sekali dalam upaya penguasaan lapangan sehingga setiap penempatan bola dari lawan dapat diantisipasi oleh pemain tersebut.

Menurut Sutarmin (2008, hlm. 67) *footwork* dibedakan menjadi dua nomor yaitu tunggal dan ganda, *footwork* yang digunakan dalam permainan tunggal sudah pasti digunakan pula dalam permainan ganda. Untuk dapat bermain ganda dengan baik maka *footwork*nyapun harus dilatih, ada 3 bentuk tes *footwork* untuk pemain ganda : 1) gerakan dengan pola huruf T, 2) gerakan dengan pola huruf O, dan 3) gerakan pola huruf V.

Dalam tenis meja keduanya harus dilakukan secara bersamaan. Oleh karena itu seorang atlet mencapai prestasi yang tinggi harus mempunyai keterampilan kerja kaki (*footwork*) yang baik. Untuk dapat mengukur dan mengetahui perkembangan atletnya diperlukan sebuah alat ukur yaitu tes *footwork* yang valid dan reliabel. Namun kenyataan dilapangan belum ada alat ukur tes *footwork* yang khusus atau spesifik untuk pemain tunggal dalam cabang olahraga tenis meja. Oleh karena itu peneliti membuat tes *footwork* untuk pemain tunggal yang lebih spesifik dalam cabang olahraga tenis meja.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan, peneliti menganggap penting untuk diangkat dalam bentuk penelitian, khususnya penelitian mengenai konstruksi tes *footwork* dalam olahraga tenis meja.

Sebuah tes dikatakan baik apabila memenuhi persyaratan tes, salah satunya adalah tes itu harus memiliki tingkat validitas dan reliabilitas yang tinggi. Syarat ini sangat mutlak harus terpenuhi dalam suatu tes. Jika syarat itu tidak terpenuhi maka tes itu kurang layak untuk dipakai. Tes yang valid adalah tes yang menjalankan fungsi ukurannya. Seperti yang dikemukakan oleh Nuhhasan dan Cholil (2014, hlm.35)

Tes yang valid adalah tes yang mengukur apa yang hendak diukur. Suatu pengukuran dikatakan valid, apabila alat pengukuran atau tes benar-benar tepat untuk mengukur apa yang hendak diukur dan sesuai dengan gejala yang diukurnya.

Maka dari itu penulis membuat alat ukur yang spesifik untuk cabang olahraga tenis meja yaitu tes *footwork shadow* untuk mengetahui seberapa besar tingkat kerja kaki(*footwork*) seorang atlet tenis meja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan, maka rumusan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Seberapa besar tingkat validitas tes *footwork* dalam cabang olahraga tenis meja?
2. Seberapa besar tingkat reliabilitas tes *footwork* dalam cabang olahraga tenis meja?

1.3 Tujuan Penelitian

Dari beberapa masalah yang telah dipaparkan di rumusan masalah di atas, adapun tujuan dilakukannya penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui tingkat validitas tes *footwork* dalam cabang olahraga tenis meja.
2. Untuk mengetahui tingkat reliabilitas tes *footwork* dalam cabang olahraga tenis meja.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang di harapkan penulis dalam penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis, yang dipaparkan sebagai berikut :

1. Secara Teoretis

Secara teoritis penelitian ini dapat menjadi sumbangan pengetahuan bagi para pelatih olahraga khususnya untuk olahraga tenis meja, dalam mengetahui tingkat kemampuan *footwork* dan memberikan feedback pada atletnya, agar atlet bisa berkembang dan menjadi lebih baik lagi dalam tingkat kemampuan *footwork*nya.

2. Secara Praktis

Secara praktis penelitian ini dapat di jadikan sebagai referensi atau informasi bagi pelatih olahraga dan bagi orang yang akan meneliti mengenai *footwork* dalam tenis meja. Untuk pelatih olahraga tenis meja bisa di jadikan bahan acuan agar potensi atlet berkembang menjadi lebih baik lagi.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Untuk mengetahui penulisan dari setiap bab dan bagian bab, penulis memaparkan rincian sebagai berikut : Bab I Pendahuluan yang berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi. Bab II Kajian Pustaka dan Anggapan Dasar yang berisi hakekat tes dan pengukuran, prinsip-prinsip tes dan pengukuran, kriteria tes, hakekat

permainan tenis meja, karakteristik tenis meja, komponen-komponen kondisi fisik. Bab III Metodologi Penelitian yang berisi metode penelitian, definisi operasional, tempat dan waktu penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel penelitian, instrumen dan pengumpulan data dan teknik analisis data. Bab IV Hasil Penelitian dan Pembahasan yang berisi deskripsi data, pengujian persyaratan analisis. Bab V Kesimpulan dan Saran.