

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Penelitian

Teknik *taping* telah dikembangkan sebagai pelengkap pengobatan pada *musculoskeletal dysfunction*, terbukti meningkatkan efek terapi dan tidak mengganggu fungsi dari segmen tubuh tertentu (Lemos, 2015). Pada tahun 1973, Dr. Kenzo Kase mengembangkan sebuah *elastic tape* yang bahannya menyerupai kulit manusia, *elastic tape* tersebut diberi nama *kinesio tape* (Lemos, 2015). *Kinesio tape* di desain tipis dan elastis, dapat meregang 40% hingga 60% dari panjang originalnya, hal ini membuat *kinesio taping* lebih elastis daripada *traditional taping*, karena lebih elastis *kinesio taping* memungkinkan untuk memberikan *range of motion* yang lebih luas (Shakeri & Ave, 2013; Thelen, Dauber, & Stoneman, 2008). Kebanyakan dari *strapping tape* berbahan *non-elastic*, di ikat erat pada bagian otot atau sendi yang terkena cedera sehingga memberikan dukungan yang kaku dan membatasi *range of motion*, dan hanya bisa dipakai untuk waktu yang singkat karena dapat mengganggu sirkulasi darah (Smith, Coates, & Creaby, 2014).

Berdasarkan pengamatan peneliti selama dilapangan bahwa *kinesio taping* ini memang sering dipakai oleh atlet ketika berolahraga, akan tetapi pemakaian *kinesio taping* bukan digunakan untuk mempengaruhi performa olahraga, *kinesio taping* umumnya digunakan untuk pemulihan cedera atau pencegahan terjadinya cedera. Sebuah artikel yang diterbitkan pada tahun 2015 *Institute of Sport Science* di Jerman meneliti dan menemukan pengaruh aplikasi *kinesio tape* pada kecepatan dan akurasi bola di Sepakbola amatir dan Bola Tangan/*Handball* (Muller & Brandes, 2015). Pada tahun 2015 dan 2017 di Brazil telah meneliti dan menemukan pengaruh *kinesio taping* terhadap *handgrip strength* (Lemos, 2015; Sousa et al., 2017). Berdasarkan penelitian-penelitian tersebut, diketahui terdapat pengaruh *kinesio taping* terhadap performa olahraga, dari segi kemampuan fisik misalnya kecepatan dan ketepatan, dan dari segi psikologi misalnya rasa nyaman yang dirasakan ketika memakai *kinesio taping*.

Performa terbaik saat bertanding pada permainan yang kompetitif umumnya didapatkan dari hasil seringnya latihan, namun dengan seringnya latihan juga dapat menyebabkan tubuh menjadi stres atau lelah. Banyak sekali cara legal yang dapat

meningkatkan performa olahraga misalnya, fokus pada suplemen makanan (Beck, Thomson, Swift, & Hurst, 2015), Intervensi psikologi (Brown & Fletcher, 2016) dan pakaian atau elemen pendukung otot eksternal (Macrae, Cotter, & Laing, 2011; Murray & Cardinale, 2015). Salah satu jenis dukungan eksternal yang digunakan atlet dan pelatih dalam upaya meningkatkan performa olahraga adalah dengan menggunakan *kinesio taping* (Reneker, Latham, Mcglawn, & Reneker, 2018).

Laboratorium *Sport Science* Fakultas Pendidikan dan Olahraga Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia menyediakan ruangan khusus dengan alat-alatnya yang mendukung untuk pelaksanaan penelitian pada cabang olahraga tenis meja. Tenis meja adalah olahraga individual yang mana banyaknya performa ketika memukul bola dilakukan dengan kecepatan yang tinggi dan kekuatan melibatkan sisi tubuh yang dominan (Carrasco, Pradas, Floría, Martínez, & Herrero, 2010). Rasionalisasi di atas dengan adanya kemudahan untuk melakukan penelitian pada cabang olahraga tenis meja, peneliti berfokus untuk meneliti dan menerapkan *kinesio taping* pada cabang olahraga tenis meja, tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk melihat hasil dari pengaruh *kinesio taping* yang terjadi terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan, rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Apakah terdapat pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan ketika melakukan *smash* tenis meja?
- 2) Apakah terdapat pengaruh *kinesio taping* terhadap ketepatan ketika melakukan servis tenis meja?
- 3) Apakah terdapat pengaruh *kinesio taping* terhadap kenyamanan ketika bermain tenis meja?

1.3 Tujuan Penelitian

Untuk memberikan arah yang jelas tentang maksud dari penelitian ini dan berdasar pada rumusan masalah yang diajukan, maka tujuan penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

- 1) Untuk mengetahui pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan ketika melakukan *smash* tenis meja

- 2) Untuk mengetahui pengaruh *kinesio taping* terhadap ketepatan ketika melakukan servis tenis meja
- 3) Untuk mengetahui pengaruh *kinesio taping* terhadap kenyamanan ketika bermain tenis meja

1.4 Manfaat Penelitian

Dalam pelaksanaan penelitian ini, diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun secara praktis. Berikut penulis kemukakan manfaat dari penelitian ini, yaitu:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk dijadikan sebagai sumber informasi mengenai *kinesio taping* dan mengetahui pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi pembaca, untuk memberikan informasi mengenai pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja dan pembahasan lebih lanjut mengenai manfaat *Kinesio Taping*.
- 2) Bagi mahasiswa, penelitian ini digunakan sebagai bahan studi dan dasar penelitian lebih lanjut tentang *Kinesio Taping*.
- 3) Bagi peneliti, sebagai bahan latihan dalam penulisan karya ilmiah, sekaligus sebagai pembelajaran lebih lanjut tentang penggunaan *Kinesio Taping*.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam setiap skripsi pasti terdapat sistematika penulisan dalam penyusunannya. Adapun sistematika / struktur organisasi dari penulisan skripsi adalah sebagai berikut:

Bab I, membahas tentang latar belakang penelitian mengenai *kinesio taping*. Rumusan masalah untuk mengetahui pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja. Manfaat penelitian ini bisa menjadi acuan untuk penggunaan *kinesio taping* dalam meningkatkan keterampilan dasar tenis meja, khususnya kecepatan pukulan terhadap bola/*smash* dan ketepatan bola ketika servis.

Bab II, berisi tentang kajian teori tentang *kinesio taping*, yang di dalamnya terdapat penjelasan bagaimana *kinesio taping* dapat mempengaruhi kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja. Dalam penelitian terdahulu yang relevan yang pembahasannya berkaitan dengan permasalahan peneliti. Kerangka berpikir peneliti mengenai jalannya penelitian. Peneliti berhipotesis terdapat pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja.

Bab III, penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan *pre-test post-test*. Populasi penelitian adalah Mahasiswa UPI UKM Tenis Meja dengan jumlah sampel 20 orang. Instrumen penelitian menggunakan *radar speed gun*, target sasaran dan kuesioner skala *likert*. Pengambilan data dilaksanakan di lab IKOR FPOK UPI, analisis data menggunakan *software SPSS*.

Bab IV, hasil perhitungan statistik telah membuktikan bahwa terdapat pengaruh *kinesio taping* terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar tenis meja. Kecepatan yang diteliti dengan mengukur kecepatan pukulan/*smash* pada gerakan *forehand* dan *backhand* diketahui signifikan terdapat pengaruh. Ketepatan yang diteliti dengan mengukur ketepatan servis pada gerakan *forehand* dan *backhand* diketahui signifikan terdapat pengaruh. Kenyamanan yang diteliti menggunakan kuesioner dengan skala *likert* diketahui hasilnya dapat dikatakan signifikan terdapat pengaruh.

Bab V, dengan menggunakan *kinesio taping* dalam permainan tenis meja terdapat pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan, ketepatan dan kenyamanan pada keterampilan dasar mahasiswa UKM tenis meja UPI. Implikasi penelitian ini adalah *kinesio taping* dapat digunakan saat bertanding tenis meja untuk meningkatkan keterampilan bermain. Rekomendasi kepada peneliti selanjutnya untuk membahas lebih lanjut mengenai pengaruh *kinesio taping* terhadap performa olahraga, khususnya dampak terhadap psikologi atlet.