

HUBUNGAN *AGILITY* DENGAN TEKNIK *PUSH* DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA

SKRIPSI

diajukan untuk memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Olahraga Program
Studi Ilmu Keolahragaan



oleh:

Lucky Alfiansyah NIM : 1506369

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN DEPARTEMEN PENDIDIKAN
KESEHATAN DAN REKREASI FAKULTAS PEDIDIKAN OLAHRAGA DAN
KESEHATAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA 2019**

Lucky Alfiansyah, 2020

*HUBUNGAN *AGILITY* DENGAN TEKNIK *PUSH* DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA*

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

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “**Hubungan Agility dengan Teknik Push Dalam Cabang Olahraga Tenis Meja**” ini beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri. Saya tidak melakukan penjiplakan atau pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika ilmu yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung resiko/sanksi apabila di kemudian hari ditemukan adanya pelanggaran etika keilmuan atau ada klaim dari pihak lain terhadap keaslian karya saya ini.

Bandung, November 2018
Yang membuat pernyataan,

Lucky Alfiansyah
NIM. 1506369

Lucky Alfiansyah, 2020

HUBUNGAN AGILITY DENGAN TEKNIK PUSH DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA

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

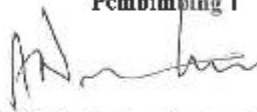
**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

LUCKY ALFIANSYAH
1506369

**HUBUNGAN AGILITY DENGAN TEKNIK PUSH DALAM CABANG
OLAHRAGA TENIS MEJA**

Disetujui dan Disahkan Oleh Pembimbing:

Pembimbing 1



Prof. Dr. Nurlan Kusmaedi, M.Pd.
NIP. 19530111198

Pembimbing 2



Drs. Sumardiyanto, M.Pd.
NIP. 19621222198

Mengetahui,

**Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi
Ketua Program Studi Ilmu Keolahragaan**



Mustika Fitri M.Pd., Ph.D.
NIP. 19681220 199802 2 001

ABSTRAK

HUBUNGAN *AGILITY* DENGAN TEKNIK *PUSH* DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA

Lucky Alfiansyah

NIM. 1506369

Pembimbing I : Prof. Dr. Nurlan Kusmaedi, M.Pd.

Pembimbing II : Drs.Sumardiyanto, M.Pd

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui dan menganalisis hubungan *agility* dengan teknik *push* dalam cabang olahraga tenis meja. Metode penelitian menggambarkan rancangan penelitian yang di liputi oleh prosedur atau langkah-langkah yang harus ditempuh, waktu penelitian, sumber data, serta dengan cara apa data tersebut diperoleh dan diolah/di analisis Yang menjadi variable pada penelitian ini yaitu metode penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa UKM tenis meja UPI angkatan, 2016, 2017, dan 2018. Sampel pada penelitian ini adalah 10 mahasiswa aktif di UKM Tenis Meja UPI. Peneliti akan melakukan observasi langsung pada saat simulasi permainan, karena peneliti ini menggunakan *side step test* sebagai instrument kelincahan dalam waktu sekali meneliti. Peneliti juga menggunakan instrument *backboard* tes dan di sesuaikan dengan teknik pukulan dari Brahms (2010). Hasil dari penelitian ini adalah nilai maksimum kelincahan pemain tunggal adalah 47 dan nilai maksimum pukulan teknik *push forehand* dan *backhand* pemain tunggal adalah 81. Sedangkan standar deviasi *backboard* tes adalah 0,615.

Lucky Alfiansyah, 2020

HUBUNGAN *AGILITY* DENGAN TEKNIK *PUSH* DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA

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

DAFTAR ISI

Halaman

| | |
|--|-------------|
| ABSTRAK | i |
| KATA PENGANTAR | iii |
| UCAPAN TERIMAKASIH | iv |
| DAFTAR ISI..... | vi |
| DAFTAR TABEL | viii |
| DAFTAR GAMBAR | ix |
| | |
| BAB I PENDAHULUAN | 7 |
| 1.1 Latar Belakang Penelitian | 8 |
| 1.2 Rumusan Masalah Penelitian | 8 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 8 |
| 1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian | 9 |
| 1.5 Struktur Organisasi Skripsi | 9 |
| | |
| BAB II KAJIAN TEORI | 11 |
| 2.1 Kajian Teori | 11 |
| 2.1.2 <i>Agility</i> | 11 |
| 2.1.3 Faktor Yang Mempengaruhi <i>Agility</i> | 12 |
| 2.1.4 <i>Push</i> atau serangan Dalam Tenis Meja | 13 |
| 2.1.5 Olahraga Tenis Meja | 14 |
| 2.1.6 Hipotesis Penelitian | 15 |

| | |
|--|-----------|
| BAB III METODE PENELITIAN | 17 |
| 3.1 Desain Penelitian | 17 |
| 3.2 Populasi Penelitian | 18 |
| 3.3 Sample Penelitian..... | 18 |
| 3.4 Instrumen Penelitian | 18 |
| 3.4.1 <i>Side Step Test</i> | 19 |
| 3.4.2 Tes Backboard Menggunakan Teknik Push | 20 |
| 3.5 Prosedur Penelitian | 21 |
| | |
| BAB IV TEMUAN DAN PEMBAHASAN | 22 |
| 4.1 Pengolahan dan Deskripsi Data | 22 |
| 4.1.1 Uji Normalitas | 23 |
| 4.1.2 Analisis Data | 24 |
| 4.1.3 Uji Koefisien Determinasi | 25 |
| 4.2 Pembahasan Temuan Penelitian | 26 |
| 4.2.1 Pembahasan Temuan Penelitian Pertama | 25 |
| 4.2.2 Pembahasan Temuan Penelitian Kedua | 25 |
| 4.2.3 Pembahasan Temuan Penelitian Ketiga | 25 |
| | |
| BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI | 27 |
| 5.1 Simpulan | 27 |
| 5.2 Implikasi | 27 |
| 5.3 Rekomendasi | 27 |
| | |
| DAFTAR PUSTAKA | 28 |

Lucky Alfiansyah, 2020

HUBUNGAN AGILITY DENGAN TEKNIK PUSH DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA

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

DAFTAR PUSTAKA

- Artikelsiana (2019). *Faktor yang mempengaruhi Agility* [Online]. dari Diakses <https://www.artikelsiana.com/2019/02/pengertian-kelincahan-ciri-jenis-kelincahan-faktor-bentuk-latihan-kelincahan.html>
- Artikel Penjas (2012) *Peraturan Permainan Tenis Meja* [Online]. dari Diakses <http://artikelpenjas.blogspot.com/2012/11/peraturan-permainan-tenis-meja.html>
- Bompa (1999). *Faktor-faktor yang mempengaruhi kecepatan.* [Online]. dari Diakses <http://sportforeducation.blogspot.com/2017/04/faktor-faktor-yang-mempengaruhi.html>
- Hendri Pratama (2012) *Sejarah Tenis Meja* [Online]. Diakses dari <https://i11211501976.wordpress.com/tenis-meja-pingpong/>
- Iwan Kurniawan Susilo (2013) *Kemampuan Pukulan Forehand dan Backhand Tenis Meja Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Tugurejo Kecamatan Tempurung Kabupaten Malang*
- Mochamad Sajoto (1988). *Pengertian Kecepatan Definisi dalam Olahraga Menurut Para Ahli dan Macam Macamnya* [Online]. Diakses dari <http://kebugarandanjasmani.blogspot.com/2015/12/pengertian-kecepatan-definisi-dalam.html>
- Muhammad Suriansyah (2017) *Pengaruh Latihan Footwork terhadap Kelincahan Atlet Tenis Meja PTM Malay Sport Centre Pekan Baru*
- Ping Pong Class (2008). *Pengertian Block.* [Online]. Diakses dari <https://pingpongclass.wordpress.com/block/>
- Penjaskresek (2018). Hasil Survei : *Teknik Blok Dalam Tenis Meja yang Benar.* [Online]. Diakses dari <https://www.olahragamo.com/2018/05/teknik-blok-dalam-tenis-meja-yang-benar.html>
- Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D.* Bandung: Alfabeta
- Suherman, Adang dan Rahayu, Nur Indri. (2015). *Metode Penelitian Ilmu Keolahragaan.* Bandung
- STKIP Yapis Dompus, Sandi Achmad Pratama (2017) *Hubungan Koordinasi Mata Tangan, Kekuatan Lengan dan Motivasi Berprestasi dengan ketepatan Forehand dalam Tenis Meja.* DOI: <https://doi.org/10.36312/e-saintika.v1i1.2>
- Teori Penjas (2015). *Hakikat Tenis Meja.* [Online]. Diakses dari <http://teoripenjas.blogspot.com/2015/09/hakikat-tenis-meja.html>
- Topend Sports (2008) *Test of Agility* [Online]. Diakses dari <https://www.topendsports.com/testing/agility.htm>

Topend Sports (2008) *Side Step Test* [Online]. Diakses dari <https://www.topendsports.com/testing/tests/sidestep.htm>

Tenis Meja INA (2016) *Cara Memegang Bet Tennis Meja* [Online]. Diakses dari <http://tenisrojaina.blogspot.com/2016/12/cara-memegang-bet-tenis-meja.html>

Universitas Pendidikan Indonesia. (2015). *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah UPI*. Bandung: UPI Press.

Universitas Negeri Surabaya, Fazar Rizka (2015) *Jurnal Kesehatan Olahraga*

Wahyuni Febriyanti (2016). *Pengertian Permainan Tennis Meja*. [Online]. Diakses dari <http://wahyunifebriyati14.blogspot.com/2016/10/pengertian-permainan-tenis-meja-menurut.html>

Lucky Alfiansyah, 2020

HUBUNGAN AGILITY DENGAN TEKNIK PUSH DALAM CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA

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