

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga tenis meja sangat digemari oleh berbagai kalangan, dari anak-anak sampai dewasa dengan partisipan yang luar biasa banyak, bisa kita lihat hampir di setiap tempat dari berbagai lapisan masyarakat, ini di perkuat oleh pendapat Larry Hodges (2007 hlm. 1) yang menyatakan bahwa “Permainan tenis meja merupakan cabang olahraga raket yang popular di dunia dan jumlah pesertanya menempati urutan kedua”. Tenis meja mulai dipertandingkan pada olimpiade seoul dan menjadi perhatian dunia. Hodges (2007, hlm. 3). Perkembangan tenis meja di indonesia juga berjalan pesat, pada tahun 1939 dibentuk PPPSI (Persatuan Ping Pong Seluruh Indonesia) sebelum akhirnya diganti menjadi PTMSI (Persatuan Tenis Meja Indonesia). Setelah itu indonesia mulai bergabung dengan ITTF (*International Table Tennis Federation*) pada tahun 1961, sebagai anggota ke 73.

Pada masa lampau ada beberapa pemain indonesia yang dapat bersaing pada tingkat asia bahkan dunia, Abdul Rojak contohnya dia sempat menduduki peringkat 11 dunia yang pada saat itu berlaga pada kejuaraan internasional di Sarajevo tahun 1973, Anton Suseno dengan prestasi dua medali emas Sea Games 1991, satu medali emas Sea Games 1993, lolos Olimpiade 1992, 1996, 2000, Diana Wuisan dengan prestasi emas Sea Games 1979, tiga emas Sea Games 1981, dua emas Sea Games 1983, Empi Wuisan empat emas Sea Games 1977, dua emas Sea Games 1979, peringkat kedua beregu putra junior 1967 Kejuaraan asia, peringkat 6 Asia senior, perak Asian Games 1978, dan Rosi Dipoyanti dua emas Sea Games 1987, dua emas Sea Games 1989, empat emas Sea Games 1993, dua emas Sea Games 1991, mereka merupakan contoh atlet Indonesia yang berjaya pada level asia tenggara,asia, bahkan dunia sebelum tahun 2000-an, (Legendaolahraga, 2016). Prestasi ini terus turun sejak menginjak tahun 2000-an, ajang Sea Games 2017 Malaysia, indonesia hanya mampu mengumpulkan 4 medali perunggu pada semua nomor yang dipertandingkan (Beritasatu, 2017). Sedangkan pada Asian Games Indonesia 2018, Indonesia gagal bersaing dimana tidak ada satupun medali yang diperoleh (Sport Tempo, 2018).

Komponen penting dalam mempersiapkan atlet untuk kinerja maksimal adalah dengan mengevaluasi kapasitas fisik mereka (Joyce & Lewindon, n.d.). Maka atlet yang ingin mencapai prestasi tertinggi, kondisi fisiknya harus mumpuni agar bisa bermain dengan baik, mereka harus maksimalkan upaya yang kompleks. Mereka harus memberikan yang terbaik, baik secara fisik maupun psikologis. Djokic (2014). Melihat dari karakteristik permainan tenis meja yang menuntut untuk bermain cepat, dengan demikian maka pemain tenis meja dituntut untuk memiliki kemampuan refleks yang tinggi. Djokic (2014). Yoshida et al., (1995). *“Sports such as table tennis, badminton, tennis, squash, and racquetball have been classified as reaction sport.”*

Kecepatan gerakan dan reaksi yang cepat adalah suatu hal yang paling penting dimiliki oleh atlet. Waktu reaksi sering diabaikan dan biasanya dianggap tidak penting dalam pemilihan atlet. Di olahraga dan permainan, di mana gerakan seorang peserta dikondisikan oleh sinyal, oleh gerakan lawan, atau dengan gerakan bola, *reaction time* / waktu reaksi sangat penting. Begitupun pada olahraga tenis meja, *reaction time* digunakan saat terdapat bola dengan keadaan yang memungkinkan untuk dilakukan pukulan, *timing* yang tepat ini adalah kemampuan untuk melakukan kontak antara raket dan bola pada momen yang tepat sehingga pemain berhasil melakukan pukulan (anggapannya bola harus tepat dipukul *bet*, bukan *bet* terpukul bola). Djokic (2014). Dengan begitu pemain akan berhasil membalikan bola terhadap lawannya dan melakukan pukulan dengan baik. Akan tetapi sekedar membalikan bola terhadap lawan tidak membuat poin didapatkan dengan mudah. Pada permainan tenis meja modern pemain membutuhkan prevalensi gerakan sesingkat mungkin. Oleh karena itu kekuatan serangan yang baik diperlukan pada jarak yang lebih pendek. Djokic (2014).

Untuk mendapatkan poin dari lawan, maka pemain perlu membuat lawannya merasa kesulitan dalam melakukan pengembalian karena tenis meja dimainkan di lapangan yang sangat kecil, bermain dengan jarak pendek selama melakukan *rally*, pemain harus mampu melakukan gerakan ledakan singkat dengan cepat dan sering mengubah arah untuk memukul bola secara efektif .Pradas, de Teresa, & Vargas (2005). Serangan yang cepat dan kuat (*power*) akan membuat lawan kesulitan menerimanya. Penelitian yang dilakukan oleh Mansec, Dorel, Hug & Jubeau. (2017) bahwa pukulan *offensive (Top Spin dan Smash)* menghasilkan permintaan fisik yang lebih besar daripada pukulan *defensive*. Pemain yang memiliki tipe menyerang biasanya lebih

Januar Ramadhan, 2020

**HUBUNGAN REACTION TIME DAN POWER LENGAN DENGAN
KECEPATAN BOLA HASIL SMASH PADA PERMAINAN TENIS MEJA**
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

dominan dan lebih cepat mendapatkan poin karena cepat pula untuk mematikan lawan mainnya. Salah satu teknik penyerangan yang biasa digunakan yaitu *smash*.

Smash adalah tembakan tercepat pada tenis meja dan hampir tidak mungkin untuk kembali, mencapai kecepatan sekitar 60 mph sampai lebih dari 100 mph USATT (2004). *Smash* merupakan pukulan dengan kecepatan penuh akan menjadi pukulan yang paling kuat dan kecil kemungkinan untuk dapat dikembalikan Hodges (2007:33). Namun kendati demikian, pemain bertahan sering kali bisa mengembalikan bola serangan dengan mudah, hal ini mengindikasikan bahwa pukulan *smash* yang dilakukan penyerang terkadang lemah, sehingga pemain yang melakukan *block* dengan mudah melakukan pengembalian bola dan tidak menutup kemungkinan terjadi serangan balik.

Menurut Kertamanah (2015, hlm.140) : “Ada beberapa penyebab terjadinya kekurangan atau tidak kuatnya serangan, sehingga tampak adanya celah kelemahan pada bagian tersebut. Bagi pemain serang, hal itu jelas merupakan suatu masalah yang harus segera dicari pemecahannya”. Dari latar belakang di atas dapat disimpulkan bahwa ada faktor-faktor tertentu yang menyebabkan tidak kuatnya serangan yaitu kurangnya perhatian pelatih dalam penerapan komponen latihan yang selama ini khususnya di Indonesia yang menurut pengamatan penulis selama terjun dan terlibat dalam kegiatan tenis meja atau pelatihan hanya terfokus pada teknik saja sementara dalam latihan ada hal lain yang harus diperhatikan juga yaitu kondisi fisik.

Dari permasalahan diatas penulis akan meneliti tentang bagaimana hubungan *reaction time* dengan kecepatan bola hasil *smash*, kemudian perlu juga dicari bagaimana hubungan *power lengan* dengan kecepatan bola hasil *smash* dan *reaction time* dan *power lengan* secara bersama di hubungkan dengan kecepatan bola hasil *smash*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini, yaitu :

- 1) Apakah terdapat hubungan *Reaction Time* dengan kecepatan bola hasil *smash*?
- 2) Apakah terdapat hubungan *Power Lengan* dengan kecepatan bola hasil *smash*?

Januar Ramadhan, 2020

HUBUNGAN REACTION TIME DAN POWER LENGAN DENGAN

KECEPATAN BOLA HASIL SMASH PADA PERMAINAN TENIS MEJA

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

- 3) Apakah terdapat hubungan *Reaction Time* dan *Power Lengan* secara bersama-sama dengan kecepatan bola hasil *smash*?

1.3 Tujuan Penelitian

- 1) Mengetahui hubungan *Reaction Time* dengan kecepatan bola hasil *smash* pada permainan tenis meja
- 2) Mengetahui hubungan *Power Lengan* dengan kecepatan bola hasil *smash* pada permainan tenis meja
- 3) Mengetahui hubungan *reaction time* dan power lengan secara bersama-sama dengan kecepatan bola hasil *smash* pada permainan tenis meja.

1.4 Manfaat Penelitian

- 1) Manfaat Teoritis : Hasil penelitian diharapkan dapat memberi sumbangan bagi kemajuan dalam bidang tenis meja dan bisa menjadi referensi untuk mengevaluasi kekurangan pengetahuan tentang pentingnya kondisi fisik dalam cabang olahraga tenis meja.
- 2) Manfaat Praktis : Peneliti mengharapkan mampu memberikan masukan untuk para pembina, pelatih, atlet, mahasiswa dan ilmuwan olahraga, dalam menanggapi permasalahan kondisi fisik dan *smash* dalam cabang olahraga tenis meja.

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Bab I Pendahuluan latar belakang penelitian ini adalah kurangnya penelitian tentang tenis meja karena dianggap kebutuhan fisiknya yang terkesan ringan Lees (2015), sedangkan menurut djokic (2014) atlet yang ingin mencapai prestasi tertinggi, kondisi fisiknya harus mempunyai agar bisa bermain dengan baik. Penelitian yang dilakukan oleh Mansec, Dorel, Hug & Jubaeu (2017) bahwa pukulan *offensive* menghasilkan permintaan fisik yang lebih besar daripada pukulan *defensive*. Skripsi ini membahas tentang salah satu teknik serangan pada tenis meja yaitu smash. Adapun rumusan masalahnya adalah mencari hubungan *reaction time* dengan kecepatan bola hasil *smash*, hubungan *power lengan* dengan kecepatan bola hasil *smash*, dan hubungan kedua komponen fisik tersebut secara bersama dengan kecepatan bola hasil smash.

Bab II memaparkan teori-teori pendukung pada judul penlitian, dimana dipaparkan bagaimana hakikat tenis meja, terdapat teknik apa saja pada permainan tenis meja, jenis pegangan *bet* tenis meja, kemudian menjelaskan tentang *reaction time* dan *power*. Pada bab ini terdapat penelitian terdahulu, dimana akan menjadi beberapa acuan bagi penulis, yang dibuat menjadi kerangka berfikir. Hipotesis penelitian di paparkan juga pada bab ini dimana terdapat 3 hipotesis yaitu Terdapat hubungan yang signifikan *reaction time* dengan kecepatan bola hasil *smash*, Terdapat hubungan yang signifikan *power* lengan dengan kecepatan bola hasil *smash*, dan Terdapat hubungan yang signifikan *reaction time* dan *power* lengan secara bersama dengan kecepatan bola hasil *smash*.

Bab III Membahas mengenai prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian. Populasi pada penelitian ini yaitu atlet PTM Jabung Garut sebanyak 35 orang dengan jumlah sampel sebanyak 20 orang menggunakan teknik *purposive sampling*, instrumen penelitian ini yaitu menggunakan *ruler drop* untuk menguji *reaction time*, *softball throw* untuk menguji *power* lengan, dan *software kinovea* untuk menguji kecepatan bola hasil *smash*. Analisis data menggunakan *software SPSS* untuk menguji hasil data secara statistika

Bab IV memaparkan temuan dan pembahasan hasil analisis data serta diskusi terkait temuan dan pembahasan. Pada bab ini pertama di paparkan data deskripsi yang meliputi frekuensi, median, mean dll. Setelah itu dilakukan uji asumsi, pada penelitian ini digunakan uji normalitas, kemudian dilakukan uji korelasi antar variable secara tunggal, dan dua variabel secara bersama-sama. Setelah itu dijelaskan diskusi temuan.

Bab V Pada bab ini dipaparkan simpulan hasil penelitian, dijelaskan pula bagaimana implikasinya, serta rekomendasi bagi pelaku, pelatih dan peneliti tenis meja yang lain