

**TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* PESERTA *EKSTRAKULIKULER*
TENIS MEJA DI MADRASAH TSANAWIYAH SE KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Disusun Oleh :
Iis Mega Efendi
12601244018

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* PESERTA *EKSTRAKULIKULER*
TENIS MEJA DI MADRASAH TSANAWIYAH SE KABUPATEN SLEMAN**

Disusun oleh :
Iis Mega Efendi
NIM : 12601244018

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian

Akhir Tugas Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta,

Mengetahui

Disetujui,

Ketua Program Studi

Dosen Pembimbing



Dr. Guntur, M.Pd.

NIP. 19810926 200604 1 001



AM. Bandi Utama, M.Pd

NIP : 196004 10 198903 1 002

LEMBAR PERNYATAAN

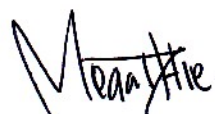
Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Iis Mega Efendi
Nim : 12601244018
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : Tingkat Kemampuan *Forehand Drive* Peserta *Ekstrakurikuler*
Tenis Meja Di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 01 April 2018

Yang Menyatakan,



Iis Mega Efendi

Nim 12601244018

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* PESERTA *EKSTRAKULIKULER*
TENIS MEJA DI MADRASAH TSANAWIYAH SE KABUPATEN SLEMAN**

Disusun oleh :
Iis Mega Efendi
NIM : 12601244018

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Pada Tanggal 29 Maret 2018

DEWAN PENGUJI

Nama/Jabatan

Drs. AM Bandi Utama, M.Pd.

Ketua Penguji/Pembimbing

Heri Yoga Prayadi, M.Or.

Sekretaris

Drs. R. Sunardianta, M.Kes.

Penguji I (Utama)

Tanda Tangan

.....

.....

.....

Tanggal

3/4/18

2/4/18

2/4/18

Yogyakarta, April 2018

Fakultas Ilmu Keolahragaan,

Dekan



Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed.

NIP. 19640707 198812 1 001

MOTO

Nikmatilah masa mudamu sebelum masa tuamu datang dan jangan kau sia-siakan hidupmu sebelum keadaan itu tidak bisa dilakukan lagi. Selalu berjuang dan raih apapun yang akan dicapai dimanapun itu. (**Mega**)

PERSEMBAHAN

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya kecilku ini untuk orang – orang yang kusayangi:

1. Kedua orang tuaku, Babeku tercinta Supandi dan ibu ku tercinta Jumiarsih yang telah memberikan segenap doa, semangat, kasih sayang, perhatian dalam mendidik sampai saat ini.
2. Kedua kakakku Ari Dwi Isnaini dan Utami Riyanti terima kasih selalu menemaniku bimbingan kesana kesini serta selalu memberi semangat dan dukunganya selama ini serta doa kalian.

TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* PESERTA *EKSTRAKULIKULER* TENIS MEJA DI MADRASAH TSANAWIYAH SE KABUPATEN SLEMAN

Oleh :
Iis Mega Efendi
12601244018

ABSTRAK

Permasalahan dalam penelitian ini adalah belum diketahuinya kemampuan pukulan *forehand drive* siswa yang mengikuti *ekstrakulikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman.

Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan pukulan *forehand drive* peserta *ekstrakulikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman.

Penelitian ini merupakan penelitian *survei deskriptif kuantitatif*. Populasi dari penelitian ini adalah para peserta *ekstrakulikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman yang berjumlah seluruhnya 41 peserta. Teknik Instrumen menggunakan *back board test*. Teknik analisis data menggunakan *survei* berupa *forehand drive* tes selama 30 detik yang dituangkan dalam bentuk *presentase*.

Hasil penelitian yang diperoleh menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *forehand drive* peserta sangat tinggi 9,75%, tinggi 12,19%, sedang 48,78%, rendah 26,82%, dan sangat rendah 2,43%.

Kata kunci : *Kemampuan Forehand Drive, Tenis Meja, Peserta Ekstrakulikuler.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah mlimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga skripsi dengan judul ”Tingkat kemampuan *forehand drive* peserta *ekstrakulikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se- Kabupaten Sleman” dapat terselesaikan.

Skripsi ini dapat penulis selesaikan berkat uluran tangan dari berbagai pihak, terutama dosen pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis sampaikan terima kasih dan penghargaan setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Drs AM. Bandi Utama, M.Pd., sebagai Dosen Pembimbing, dan Ketua Penguji Tugas Akhir Skripsi yang telah memberikan kelancaran, semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Drs. R. Sunardianta, M.Kes., selaku Penguji I yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komperhensif terhadap Tugas Akhir Skripsi Ini.
3. Bapak Heri Yoga Prayadi, M.Or., selaku Sekertaris Tugas Akhir Skripsi yang memberi saran/masukan perbaikan sehingga penelitian Tugas Akhir Skripsi dapat terlaksana sesuai dengan tujuan.
4. Bapak Dr. Guntur, M. Pd., Ketua jurusan POR, Fakultas Ilmu Keolahragaan Unversitas Negeri Yogyakarta, yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga, dan waktunya untuk slalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan Skripi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan persetujuan

- pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
6. Bapak/Ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ilmu dan pengetahuannya yang berguna dan bermanfaat bagi penulis serta memberikan fasilitas yang baik.
 7. Guru dan karyawan beserta siswa Madrasah Tsanawiyah Prambanan, Madrasah Tsanawiyah Godean dan Madrasah Tsanawiyah Ngeplak yang membantu terlaksananya penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
 8. Teman-temanku Rafikartika Nofiyanti Hidayat, Anggoro Budi, Rendra Vermansyah, Agung Heri Pambudi, Hasan, Rizal Maylana Putra terimakasih telah memberi doa, dukungan dan motivasinya selama ini saat kuliah dan detik-detik terakhir perjuangan kita menyusun Tugas Akhir Skripsi ini.
 9. Keluarga besarku PJKR C Angkatan 2012, Terimakasih telah menjadi keluarga besarku dibangku perkuliahan bahagia tak terkira telah mengenal kalian semuanya, terimakasih sekali lagi atas doa, dukungan dan motivasinya.
 10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Yogyakarta, April 2018



Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Batasan Masalah.....	10
C. Rumusan Masalah.....	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Manfaat penelitian.....	10
BAB II. KAJIAN PUSTAKA.....	12
A. Kajian Teori.....	12
1. Teknik Pukulan Dalam Tenis Meja.....	12
2. Hakikat Tenis Meja.....	21
3. Hakikat <i>Forehand Drive</i>	21
a. Pengertian <i>Forehand Drive</i>	21
b. Cara Pelaksanaan <i>Forehand Drive</i>	22
4. Panduan Teknik <i>Forehand Drive</i>	24
5. Manfaat Pukulan <i>Forehand Drive</i>	25
6. Hakikat Kegiatan Ekstrakurikuler.....	26
a. Hakikat Ekstrakurikuler.....	26
b. Karakteristik Siswa SMP.....	27
B. Penelitian yang Relevan.....	27
C. Kerangka Berfikir.....	30
BAB III. METODE PENELITIAN.....	32
A. Desain Penelitian.....	32
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	34
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	34

D. Populasi	34
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan data	34
F. Teknik Analisis Data.....	37
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	39
A. Deskripsi Hasil Penelitian	39
1.Deskripsi Statistik Hasil Kemampuan <i>Forehand Drive</i>	39
2.Norma Penilaian Kemampuan <i>Forehand Drive</i>	40
B.Pembahasan	40
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Implikasi Hasil Penelitian	43
C. Keterbatasan Penelitian	44
D. Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA	47
LAMPIRAN.....	49

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Kategori Penilaian	38
Tabel 2. Deskripsi Statistik	39
Tabel 3. Norma Penilaian	40

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Teknik <i>Forehand Drive</i>	24
Gambar 2. Lapangan <i>BlackBoard</i>	37

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Instrumen	50
Lampiran 2. Data Penilaian	52
Lampiran 3. Analisis Data	55
Lampiran 4. Lembar Pengesahan	59
Lampiran 5. Surat Ijin Penelitian/Survei/PKL & Pernyataan Bersedia Menyerahkan Hasil Penelitian/Survei/PKL	60
Lampiran 6. Surat Rekomendasi Kantor Kesatuan Bangsa.....	61
Lampiran 7. Surat Balasan Ijin Penelitian Dari Fakultas	62
Lampiran 8. Surat Balasan Dari Bapeda	63
Lampiran 9. Sertifikat Kalibrasi.....	64
Lampiran 10. Sertifikat Peneraan	65
Lampiran 11. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Di Mts Prambanan	66
Lampiran 12. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Di Mts Ngemplak	67
Lampiran 13. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian Di Mts Godean	68
Lampiran 14. Kartu Bimbingan Tugas Skripsi	69
Lampiran 15. Dokumentasi Pengambilan Data	55

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tenis Meja adalah salah satu jenis cabang olahraga yang populer. Di Indonesia olahraga ini sudah tidak asing lagi. Olahraga ini dulunya sering disebut ping-pong. Permainan ini belum dapat diketahui secara pasti dari mana asalnya, siapa penemunya dan kapan ditemukan. Kemudian mengalami pasang surut. Baru pada tahun 1920-an, permainan tenis meja mulai berkembang lagi. Sutarmin (2007: 2) menjelaskan bahwa tahun 1902 tenis meja mulai berkembang kembali dalam dunia olahraga, dengan ditandai munculnya club-club olahraga terutama di Eropa.

Permainan tenis meja masuk Asia selain di India setelah tahun 1910. Namun usaha-usaha terorganisir untuk memperkokoh kepemimpinan tenis meja baru berakar pada waktu diselenggarakan kejuaraan dunia di Bombay pada bulan Februari 1952. Negara-negara Asia sebagai peserta di dalam kejuaraan dunia tersebut memutuskan untuk membentuk federasi tenis meja Asia yang dalam bahasa Inggris lebih dikenal dengan *The Table Tennis Federation of Asia*.

Di dalam tenis meja banyak sekali teknik-tekniknya dari *drive, chop, block, hit, smash, loop, push, half volley, side slip volley, flick, drop short, short cut*. Serta di dalam *short cut* ada 2 jenis pukulan yaitu *long cut, lobbing*. 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. Sehingga *drive* sangatlah penting bagi peserta tenis meja untuk meningkatkan kemampuan teknik yang lain terutama untuk pukulan *forehand drive*, karena *forehand drive* sering kali dilatih terlebih dahulu dibandingkan dengan *backhand drive*. Walaupun jarang di sekolah melengkapi adanya *ekstrakurikuler*, di Yogyakarta khususnya di Kabupaten Sleman ada beberapa sekolah yang mencantumkan *ekstrakurikuler* tenis meja bagi peserta yang hobi dengan olahraga tenis meja.

Kegiatan *ekstrakurikuler* merupakan program atau lebih di sebut kegiatan sekolah, berupa kegiatan siswa di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat siswa. Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan *intrakurikuler* maupun *ekstrakurikuler* (PDPJOI, 2007: 19).

Kegiatan ini ada pada setiap jenjang pendidikan dari sekolah dasar sampai Universitas. Kegiatan *ekstrakurikuler* ditujukan agar siswa dapat mengembangkan kepribadian, bakat, dan kemampuan di bidang luar akademik. Kegiatan ini diadakan dari pihak sekolah maupun siswa siswi itu sendiri untuk melakukan kegiatan di luar jam pelajaran sekolah.

Kegiatan *ekstrakurikuler* itu sendiri dapat berbentuk kegiatan pada seni, olahraga, pengembangan kepribadian, dan kegiatan lain yang bertujuan positif untuk kemajuan dari siswa-siswi itu sendiri.

Keikutsertaan anak didik pada kegiatan ko(-) dan *ekstrakurikuler* merupakan suatu upaya yang sangat tepat untuk memperkenalkan mereka pada kehidupan yang tidak terikat oleh aturan-aturan dalam kelas. Banyak sekolah yang memelihara ketentuan-ketentuan di dalam kelas secara kaku telah mengorganisasi program kegiatan ko(-) dan *ekstrakurikuler* untuk mencairkan keadaan tersebut. Kegiatan ko(-) dan *ekstrakurikuler* mempunyai potensi yang berarti dalam memenuhi kebutuhan anak didik. Di beberapa sekolah, pengajaran terbaik dilakukan pada kegiatan *ekstrakurikuler* (Alberty dan Alberty, 1965: 361).

Masalah peningkatan prestasi di bidang olahraga merupakan sasaran penting untuk sekolah sebagai prestasi non akademik, maupun akademik bagi siswanya. Untuk itu diperlukan pola latihan yang berkesinambungan, agar tercapai peningkatan prestasi olahraga. Faktor kelengkapan yang harus dimiliki untuk meningkatkan prestasi olahraga adalah pengembangan fisik, pengembangan teknik, pengembangan taktik, dan mental. Hal terpenting dalam meningkatkan prestasi olahraga adalah pengembangan fisik (kondisi fisik). Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen kesegaran jasmani. Kondisi fisik adalah salah satu prasyarat yang sangat diperlukan dalam upaya peningkatan prestasi.

Salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi peserta tenis meja adalah

kekuatan lengan dan ketepatan, karena di dalam tenis meja kekuatan lengan atau power lengan dan ketepatan merupakan salah satu hal terpenting dalam tenis meja. Sebab, tenis meja merupakan olahraga yang membutuhkan kekuatan tangan serta penempatan yang baik. Kekuatan lengan dibutuhkan agar dapat memukul bola agar sampai ke daerah lawan, serta penempatan agar bola tidak selalu keluar, tetapi selalu di arahkan ke suatu tempat di meja lawan.

Metode pengajaran untuk meningkatkan prestasi tenis meja banyak ragamnya. Menurut *Hodges* (2007: 2), metode latihan terdapat 5 macam yang masing – masing mempunyai keuntungan dan kerugian. Metode tersebut yaitu metode berlatih dengan pemain lain, berlatih dengan pelatih, berlatih sendiri, dan *multiball*. Dari beberapa metode latihan di atas belum di ketahui secara pasti metode mana yang paling efisien untuk meningkatkan hasil pukulan. Pola latihan tersebut bertujuan meningkatkan kekuatan tangan dan ketepatan, sehingga dengan pola latihan tersebut diharapkan akan memberikan dampak pada tingkat kemampuan saat melakukan pukulan.

Kemampuan teknik *forehand drive* merupakan salah satu kemampuan yang penting dalam tenis meja. Teknik ini perlu dikuasai oleh peserta *ekstrakurikuler* tenis meja, karena kemampuan *forehand drive* ini berhubungan erat dengan kematangan dan frekuensi latihan. Artinya, untuk mendapatkan teknik *forehand drive* yang baik, peserta harus berlatih dengan intensif dan terprogram. Dalam pertandingan tenis meja, kemampuan ketepatan pukulan mempunyai peranan penting untuk memenangkan pertandingan. Oleh karena itu, seorang peserta harus menguasai

tingkat kemampuan pukulan *forehand* yang baik, juga cepat dan tepat kearah sasaran dengan tepat.

Apakah ada pengaruh tingkat kemampuan pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta *ekstrakurikuler* di sekolah? Ada guru yang menjawab sudah dan ada guru yang menjawab belum. Sehingga perlu dilakukan tes untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta *ekstrakurikuler* di sekolah. Sebagian peserta *ekstrakurikuler* tenis meja sampai saat ini sudah pernah ada dan juga belum ada, baik dalam bentuk lembaga ataupun perorangan yang melakukan penelitian secara ilmiah terhadap tingkat kemampuan *forehand drive*.

Dari permasalahan proses latihan peserta *ekstrakurikuler* tenis meja di atas ada satu hal yang perlu diketahui, yakni pengaruh pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta *ekstrakurikuler* tenis meja. Dengan diketahui pengaruh pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta akan didapat manfaat mengetahui pengaruh pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan peserta secara detail sebagai dasar evaluasi terhadap program *ekstrakurikuler* yang telah berjalan, sebagai acuan dalam merencanakan program *ekstrakurikuler*, dan sebagai umpan balik bagi guru dalam kegiatan berlatih melatih.

Dari berbagai fenomena yang terjadi dalam proses latihan tenis meja *ekstrakurikuler* di sekolah ini dipandang perlu untuk mengkaji serta meneliti pengaruh pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* pada

peserta *ekstrakurikuler* tenis meja. Oleh karena itu, penelitian ini diarahkan untuk meneliti pengaruh pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta *ekstrakurikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

Permainan tenis meja yang berada di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman yang bertempat di Madrasah Tsanawiyah Ngemplak, Madrasah Tsanawiyah Godean, Madrasah Tsanawiyah Prambanan rata-rata peserta *ekstrakurikuler* tenis meja sudah dapat melakukan pukulan *forehand drive* tapi ada juga peserta yang sama sekali belum bisa melakukan pukulan *forehand drive*. Dibalik sarana dan prasarana yang masih kurang memadai dan frekuensi latihan yang kurang diperhatikan oleh guru.

Di Madrasah Tsanawiyah Prambanan contohnya siswa yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja sejumlah 25 anak sebagian besar peserta *ekstrakurikuler* sudah mahir melakukan pukulan *forehand drive* dengan baik walau guru yang mengampu *ekstrakurikuler* tenis meja kurang begitu memperhatikan dikarenakan guru yang mengampu kegiatan *ekstrakurikuler* hanyalah guru pelajaran biasa, dan peserta yang telah memilih *ekstrakurikuler* tenis meja hanya otodidak dengan belajar sendiri dan dengan cara mereka melakukan latihan. Para peserta *ekstrakurikuler* yang melakukan latihan *forehand drive* sebagian besar masih dengan gerakan yang sangat kaku, tetapi ada beberapa peserta yang menguasai pukulan *forehand drive* bisa di hitung dengan jari mungkin ada 1 atau 2 peserta yang mahir dari pada peserta yang

lainnya,

Di Madrasah Tsanawiyah Ngemplak itu sendiri peserta yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja berjumlah 7 dan pada saat pengambilan data hanya ada 4 orang itu pun hanya ada 1 bibit peserta yang pukulannya benar-benar benar dan sudah mahir dalam gerakan pukulan *forehand drive*. Di Madrasah Tsanawiyah Ngemplak lapangan yang ada hanya seadanya dan sama sekali tidak di perhatikan oleh guru dikarenakan lapangan yang digunakan bertepatan di parkir guru yang berada disana, peserta yang mengikuti *ekstrakurikuler* ini hanya berlatih sendiri tanpa di beri arahan cara permainannya, peserta hanya di beri arahan agar bermain sendiri tanpa adanya campur tangan guru untuk memberi arahan lebih dalam. Pelatih *ekstrakurikuler* tenis meja itu sendiri pun tidak selalu ada di lapangan dan hanya membiarkan peserta *ekstrakurikuler* yang bermain tenis meja sendiri dikarenakan guru yang mengampu kegiatan *ekstrakurikuler* adalah guru akademik.

Sedangkan di Madrasah Tsanawiyah Godean ada 12 peserta yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja, disini peserta yang mengikuti *ekstrakurikuler* pun hampir sama dengan sekolah lainya hanya dibiarkan bermain sendiri tanpa campur tangan guru yang mengampu tenis meja. Rata rata guru yang membimbing pada saat *ekstrakurikuler* masih sama dengan sekolah yang sebelumnya dikarenakan tidak ada yang memperhatikan kegiatan *ekstrakurikuler* tenis meja, kegiatan *ekstrakurikuler* tenis meja hanya diampu oleh guru pelajaran akademik. Dari situ mereka hanya membiarkan peserta bermain tenis meja dengan sendiri tanpa memperhatikannya.

Dari survei seluruh Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman yang saya lihat dan saya ambil data yang mengikuti *ekstrakulikuler* tenis meja rata-rata mereka sudah dapat melakukan pukulan *forehand drive* dengan mahir dan dengan bergantian satu sama lain pada saat melakukan pengambilan data.

Hanya saja disini yang kurang di perhatikan adalah lapangan yang di gunakan mereka yang kurang memadai dikarenakan mereka berlatih di area parkir guru dan apabila didalam ruangan mereka pun harus menggunakan lapangan serbaguna yang tidak slalu kosong karena slalu dipergunakan *ekstrakulikuler* yang lain dan sangat kurang kelayakannya untuk di gunakan. Dari situ saya masih melihat mereka tidak patah semangat untuk melakukan latihan *ekstrakulikuler* tenis meja.

Dari berita harian jogja pada hari Kamis, 24 Maret 2016 03:2s0 WIB | Mediani Dyah Natalia/JIBI/Harian Jogja |, di ajang O2SN SMP/Madrasah Tsanawiyahse Kabupaten Sleman belum lama ini Madrasah Tsanawiyah Maguwoharjo berhasil meraih juara 2. Walau di Madrasah Tsanawiyah Maguwoharjo tidak mencantumkan *ekstrakulikuler* tenis meja tetapi ada salah satu dari murid Madrasah Tsanawiyah Maguwoharjo yang menekuni tenis meja dan berhasil menjuarai O2SN se Kabupaten Sleman. Prestasi ini diraih oleh Aditya Hafiza Malik pada pertandingan yang berlangsung belum lama ini di SMPN 2 Kalasan. Pertandingan ini memperebutkan trophy beserta uang Pembinaan dengan Penyelenggara Dinas Pendidikan dan Olah Raga (Dinas DIKPORA) Kabupaten Sleman yang dalam pelaksanaannya diikuti oleh seluruh siswa SMP/Madrasah

Tsanawiyah se-Kabupaten Sleman.

Berdasarkan latar belakang diatas setiap siswa secara nyata belum mampu bermain tenis meja dan melakukan pukulan *forehand drive* dengan maksimal maka, penulis tertarik ingin mengadakan penelitian tentang Tingkat Kemampuan Pukulan *Forehand Drive* Peserta *Ekstrakulikuler* Tenis Meja Di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Tidak adanya fasilitas ruang tenis meja yang memadai di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman.
2. Pembina *ekstrakulikuler* tenis meja yang tidak memiliki latar belakang olahraga/kurang memadai di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.
3. Belum diketahuinya kemampuan pukulan *forehand drive* siswa yang mengikuti *ekstrakulikuler* tenis meja Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

C. Batasan Masalah

Agar masalah penelitian ini tidak menyimpang dari masalah sebenarnya maka, masalah dibatasi pada kemampuan pukulan *forehand drive* siswa yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah di atas maka permasalahan dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: seberapa tinggi tingkat kemampuan pukulan *forehand drive* peserta yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman ?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui pengaruh pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta *ekstrakurikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis.

1. Secara Teoritis

- a. Agar dapat digunakan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian ke depan, khususnya bagi para pemerhati peningkatan prestasi tenis meja maupun seprofesi

dalam membahas peningkatan tingkat kemampuan *forehand drive* peserta.

- b. Sebagai bahan referensi dalam memberikan materi latihan kepada peserta tentang peningkatan kemampuan *forehand drive* melalui latihan pukulan *forehand drive*.

2. Secara Praktis

- a. Bagi peserta sebagai masukan untuk lebih meningkatkan latihan kemampuan *forehand drive*, sehingga dapat tampil lebih baik dalam suatu pertandingan dan dapat mencapai prestasi optimal.
- b. Bagi guru sebagai referensi dalam memberikan metode latihan tentang tingkat kemampuan pukulan *forehand drive*.
- c. Bagi peneliti menambah wawasan dalam ilmu pengajaran dan mengembangkan metode dalam ilmu kepelatihan tenis meja

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. KAJIAN TEORITIK

1. Hakikat Tenis Meja

Bermainan tenis meja merupakan olahraga permainan yang cepat, sehingga bagi seseorang yang bermain tenis meja memiliki kemampuan yang mahir dalam permainan tenis meja. Menurut Utama (2005: 5) permainan tenis meja adalah permainan dengan menggunakan fasilitas meja beserta peralatannya serta raket, bola sebagai alatnya. Permainan ini diawali dengan pukulan pembuka (*service*), yaitu bola dipantulkan di meja sendiri lalu melewati atas net dan memantul di meja lawan, kemudian bola tersebut dipukul melalui net harus memantul ke meja lawan sampai lawan tidak dapat mengembalikan dengan baik. Pemain berusaha untuk mematikan pukulan lawan agar memperoleh angka dari pukulannya. Permainan tenis meja dapat dimainkan baik orang tua, remaja, maupun anak-anak. Selain dari itu bahwa olahraga ini mudah dimainkan, juga sarana seperti raket, bola, net, dan meja sebagai tempat bermain tidaklah membutuhkan biaya yang tinggi.

Menurut Hodges (2007: 1) tenis meja adalah olahraga raket yang paling terkenal di dunia dan jumlah partisipannya menempati urutan kedua. Tenis meja disebut juga ping-pong. Ping-pong adalah permainan di mana sebuah bola kecil yang putih dipukul bolak-balik hingga seseorang melakukan kesalahan.

Menurut Sunarsih. Et al (2007: 2) permainan tenis meja disebut juga permainan ping-pong. Permainan ini menggunakan semacam raket yang dilapisi

karet yang disebut dengan bet (*bats*). Bola tenis meja terbuat dari bahan *celluloid*. Permainan tenis meja dimainkan di dalam ruangan atau gedung, jika dua orang bermain dinamakan pemain tunggal atau *single*, dan empat orang bermain dinamakan ganda atau *double*. Cara memainkannya dengan menggunakan alat pemukul yang dinamakan bat dan bola.

Dari berbagai pengertian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa bermain tenis meja adalah permainan yang sederhana namun harus konsisten memukul mengarah dan menenpatkan bola ke meja lawan.

2. Teknik Pukulan dalam Tenis Meja

Menurut Tomoliyus (2012: 2) dalam menyajikan dan mengembalikan bola dapat dilakukan dengan cara pukulan *forehand* dan *backhand*. Secara umum pukulan *forehand* dan *backhand* yang penting dalam permainan tenis meja ada lima macam yaitu (1) pukulan *drive*, (2) pukulan *push*, (3) pukulan *block*, (4) pukulan *chop*, dan (4) pukulan *service*.

Menurut Damiri dan Kusmaedi (1992: 30) pada pokoknya teknik dasar Permainan Tenis Meja dapat dibedakan menjadi: (a) pegangan (*Grip*), (b) sikap atau posisi bermain (*Stance*), (c) jenis-jenis pukulan (*Stroke*), (d) kerja kaki (*Footwork*).

Berdasarkan pengertian diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa dalam permainan tenis meja teknik semua pukulan tenis meja dasar sangat mendukung permainan tenis meja.

a. *Drive*

Menurut Kertamanah (2003: 7) *drive* adalah pukulan yang paling kecil tenaga gesekannya. Pukulan *drive* sering juga disebut *lift*, merupakan dasar dari berbagai jenis pukulan serangan. Pukulan *drive* disebut sebagai induk teknik dari pukulan serangan. *Drive* merupakan salah satu teknik pukulan yang sangat penting untuk menghadapi permainan *defensive*. Pukulan *drive* ini memiliki beberapa segi bentuk perbedaan. Keistimewaan dari pukulan *drive* antara lain:

- 1) Tinggi atau rendah terbang bola di atas ketinggian garis net mudah dikuasai.
- 2) Cepat atau lambatnya laju bola tidak akan susah dikendalikan.
- 3) Bola bersifat membawa sedikit perputaran.
- 4) Bola *drive* tidak mengandung tenaga yang terlalu keras.
- 5) Dapat dilancarkan disetiap posisi titik bola di atas meja tanpa merasakan kesulitan terhadap bola berat (bola-bola yang bersifat membawa putaran), ringan, cepat, lambat, tinggi maupun rendah, serta terhadap berbagai jenis putaran pukulan.

Menurut Damiri dan Kusnaedi (1991: 59-109) *drive* adalah teknik pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup. Menurut Sutarmin (2007: 27) *drive* adalah bola yang datang dari arah lawan diterima dengan gerakan bet dipukulkan pada bola, dengan gerakan dari bawah serong ke atas. Posisi bet dalam keadaan tertutup. Pukulan *drive* dapat dilakukan untuk menyerang lawan dan mengontrol bola. Pukulan *drive* dapat dilakukan secara *forehand* dan *backhand*.

Menurut Tomoliyus (2012: 7) *drive* adalah *stroke topspin* ringan yang menghasilkan lintasan bola rendah. Penguasaan baik *forehand* dan *backhand drive* adalah penting karena tidak memberi kesempatan lawan untuk memilih dan menggunakan *stroke* menyerang.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *drive* adalah teknik pukulan paling kecil tenaga gesekannya yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup.

b. *Push*

Menurut Kertamanah (2003: 7) *push* berasal dari perkembangan teknik *block*, sehingga disebut juga pukulan *pushblock*. Pada dasarnya pukulan *push* atau pukulan mendorong sangat bervariasi, yaitu meliputi: *push* datar, *push* menggesek, dan lain-lain. Pukulan-pukulan *push* ini biasanya merupakan pukulan jarak dekat dan jarak tengah. Teknik ini merupakan teknik pukulan bertahan yang paling penting dan berperan aktif dalam permainan. Keistimewaan pukulan *push* antara lain adalah:

- 1) Bola *push* dapat dijadikan alat yang bersifat penjagaan untuk melewati situasi transisi, yang dapat juga diubah menjadi 1 pukulan mendorong berupa serangan balik.
- 2) Bola *push* termasuk bola polos, dengan bola pertahanan yang mengandung arti unsur serangan balasan.
- 3) Pukulan *push* dimainkan pada bagian *backhand*, pada umumnya untuk mewakili *backhand half volley* yang bersifat mencuri kesempatan untuk membangun peluncuran serangan *forehand*.

Teknik pukulan ini merupakan salah satu pukulan penting bagi para pemain serang cepat di dekat meja, khususnya bagi yang berpegangan *penhold*. Menurut Damiri dan Kusnaedi (1991: 59-109) *push* adalah teknik memukul bola dengan gerakan mendorong, dengan sikap bet terbuka. *Push* biasanya digunakan untuk mengembalikan pukulan *push* itu sendiri.

Menurut Hodges (1996: 64) *push stroke* adalah pukulan mendorong yang dilakukan untuk menghadapi *backspin*. Pukulan ini biasanya dilakukan untuk menghadapi *servis backspin* atau serangan yang tidak menyenangkan, baik untuk alasan taktik atau karena *push stroke* merupakan cara yang lebih konsisten untuk mengembalikan *backspin*.

Menurut Tomoliyus (2012: 10) *push* adalah dorongan yang dipergunakan untuk mengembalikan laju putaran bola rendah dan atau dekat dengan net. Juga dipergunakan untuk mengembalikan bola *servis backspin* rendah dan dekat net. *Push* umumnya dipakai untuk defensif. Bola dipukul tepat setelah bouncing dengan bet terbuka. Bagaimana terbuka bet ini tergantung pada intensitas (kekuatan) *backspin* pada bola. *Backspin* berat membutuhkan bet lebih terbuka untuk mengembalikan bola melewati net.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *push* adalah teknik memukul bola dengan gerakan mendorong, dengan sikap bet terbuka yang dipergunakan untuk mengembalikan laju putaran bola rendah dan atau dekat dengan net.

c. *Block*

Menurut Kertamanah (2003: 7) *block* selalu digunakan dekat meja, sehingga sering disebut *block* pendek. Ada 2 macam pukulan *block*, yaitu *block* datar dan *block* redam.

Menurut Damiri dan Kusnaedi (1991: 59-109) *block* adalah teknik memukul bola dengan gerakan menstop bola atau tindakan membendung bola dengan sikap bet tertutup. *Block* biasanya digunakan untuk mengembalikan bola *drive* atau bola dengan putaran *topspin*.

Menurut Hodges (1996: 64) *Blok* adalah pukulan yang dilakukan tanpa mengayunkan bet tetapi hanya menahan bet tersebut. *Blok* termasuk pukulan paling sederhana untuk mengembalikan pukulan keras. *Blok* lebih sederhana dari pukulan, untuk itu kebanyakan pelatih mengajarkan *blok* terlebih dahulu dari pada pukulan.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *block* adalah teknik memukul bola dengan gerakan menahan bola atau tindakan membendung bola dengan sikap bet tertutup. *Block* biasanya digunakan untuk mengembalikan bola *drive* atau bola dengan putaran *topspin*.

d. *Chop*

Damiri dan Kusnaedi (1991: 59-109) *chop* adalah teknik memukul bola dengan gerakan seperti menebang pohon dengan kapak atau disebut juga gerakan membacok.

Menurut Hodges (1996: 64) *choop* adalah pengembalian pukulan *backspin* yang sifatnya bertahan. Kebanyakan pemain yang menggunakan *chop* (*chooper*)

mundur sekitar 5 hingga 15 kaki dari meja, mengembalikan bola rendah dengan *backspin*.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *chop* adalah teknik pengembalian pukulan *backspin* yang sifatnya bertahan seperti menebang pohon dengan kapak atau disebut juga gerakan membacok.

e. Service

Menurut Damiri dan Kusnaedi (1991: 59-109) *service* adalah teknik memukul untuk menyajikan bola pertama ke dalam permainan, dengan cara memantulkan terlebih dahulu bola tersebut ke meja *server*, kemudian harus melewati atas net dan akhirnya memantul di meja lawan.

Menurut Hodges (1996: 64) *service* adalah pukulan yang dilakukan untuk memulai permainan tenis meja. Menurut Tomoliyus (2012: 13) dalam permainan tenis meja ada dua macam servis yaitu (1) *service forehand*, dan (2) *service backhand*. *Service forehand* adalah *service* yang dilakukan dengan bagian depan bet/raket, di sebelah kanan badan bagi seorang pemain yang memegang bet dengan tangan kanan atau sebelah kiri badan bagi seorang pemain kidal. *Service backhand* adalah servis yang dilakukan dengan menggunakan bagian belakang kepala bet.

Posisi bet akan melakukan *servis forehand* dan *backhand* apabila bet dengan meja membentuk sudut 90, maka posisi bet tersebut tegak lurus. Jika sudutnya lebih kecil 90, maka kedudukan bet tersebut tertutup. Sedangkan jika sudutnya lebih besar dari 90, maka kedudukan bet tersebut terbuka. Oleh karena itu ada 3 macam *servis* berdasarkan putaran bola yaitu *servis forehand* dan *backhand*

topspin, *servis forehand* dan *backhand* backspin dan *servis forehand* dan *backhand side spin*.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa *service* adalah pukulan yang dilakukan untuk memulai permainan tenis meja, dengan cara memantulkan terlebih dahulu bola tersebut ke meja *server*, kemudian harus melewati atas net dan akhirnya memantul di meja lawan.

f. Smash

Untuk dapat mematikan lawan seorang pemain tenis meja harus mempunyai pukulan *smash* yang akurat. Pukulan *smash* yang mematikan juga dapat menurunkan mental lawan sebelum bertanding.

Menurut Hodges (1996: 64) *smash* adalah pukulan *backhand* atau *forehand* yang sangat keras dan mempunyai fungsi untuk mematikan lawan.

Menurut Kartamanah (2003: 35) *smash* disebut juga pukulan pembunuh bola atau pembantaian bola. Pukulan *smash* merupakan pukulan dengan tenaga serangan paling besar dan sangat menyita stamina, bolanya paling bertenaga, cepat, serta berbahaya. Pukulan *smash* merupakan pukulan perkembangan dari pukulan *hit* dan tipe putaran bolanya termasuk bola polos.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pukulan *smash* adalah pukulan yang mematikan, bertenaga besar dan memahayakan lawan dikarenakan pukulan sangat cepat maka membuat lawan kewalahan untuk mengembalikan serangan pukulan *smash*.

g. Flick

Dalam situasi permainan, seorang pemain tenis meja harus menguasai seluruh meja pertandingan. Gerakan kaki dan membaca arah pukulan lawan sangat mempengaruhi keberhasilan pukulan *flick*.

Damiri dan Kusnaedi (1991: 59-109) *flick* digunakan untuk mengembalikan bola yang di tempatkan dekat net dengan pukulan serangan. Menurut Hodges (1996: 64) *Flick* adalah pengembalian bola pendek yang agresif, pukulan ini dilakukan bila bola tersebut akan memantul dua kali di sisi meja bila dibiarkan.

Menurut Hodges (2007: 92) *flick* adalah teknik mengembalikan bola pendek yang agresif berupa lecutan pada pergelangan tangan yang dilakukan distas meja.

Dari beberapa pengertian di atas dapat diambil kesimpulan bahwa pukulan *flick* adalah pengembalian pukulan bola pendek yang dengan tekanan putaran bola sedang agresif dan biasanya dilakukan di depan bibir net.

h. Loop

Ada kalanya dalam situasi permainan seorang pemain tenis meja terpojok harus mundur kebelakang untuk melakukan pertahanan dengan menguagai *loop* dengan baik pemain tenis meja dapat keluar dari posisi tertekan.

Menurut Hodges (1996: 64) *loop* adalah pukulan *top spin* yang sangat keras yang dilakukan hanya dengan menyerempetkan bola kearah atas dan kedepan.

Menurut Kartamanah (2003: 48) jenis pukulan *loop* ini menghasilkan bola-bola berputar atas (*topspin*) yang membentuk *kurva*, disebut juga menarik bola. Pukulan *loop* ini berasal dari hasil perkembangan jenis pukulan *drive*. Pukulan jenis ini merupakan salah satu teknik yang penting dalam jajaran teknik

permainan jarak dekat dan jarak menengah, yang sangat efektif untuk melawan bola-bola *cut* dan bola-bola *chop* para pemain *defensive*. Dan seyogyanya para pemain memahirkan variasi-variasi pukulan *loop* ini untuk menghadapi berbagai tipe pemain yang berlainan bolannya.

Pada dasarnya pukulan *loop* dapat dibedakan dalam tiga macam yaitu :

1. *loop drive* bola serangannya mengandung putaran atas yang sangat kuat.
2. *Power loop drive* bola serangannya bersatu antara 50% mengandung tenaga putaran atas yang kuat dan 50% tenaga deakan mendesak ke depan meneros.
3. *Fast loop drive* bola serangannya mengandung sifat yang paling cepat melesat kedepan disertai tenaga terobosan. Tetapi pukulan *fast loop drive* ini tidak menghasilkan putaran yang keras.

Dari berbagai pendapat diatas dapat diambil kesimpulan bahwa pukulan *loop* adalah pukulan *topspin* yang bagi pemain jarak dekat dan menengah sering memainkan bola dan mengembalikan ke meja lawan dengan cukup sulit.

3.Hakikat Forehand

b. Pengertian Forehand

Pukulan *forehand* merupakan *stroke* yang paling umum dilakukan dalam tenis meja. Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan di sebelah sisi kanan pemain dan pada pemain kidal di sebelah sisi kirinya. Pukulan *forehand* merupakan jenis pukulan tenis meja yang mempunyai peran penting untuk meraih kemenangan. Menurut Hodges (1997: 32) pukulan *forehand* dianggap pukulan yang penting karena tiga alasan, yaitu:

- 1) Anda memerlukan pukulan *forehand* untuk menyerang dengan sisi *forehand*.
- 2) Pukulan *forehand* bisa menjadi pukulan utama untuk melakukan serangan.

3) Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang paling sering digunakan untuk melakukan *smash*.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pukulan *forehand* tenis meja merupakan pukulan yang paling sering digunakan untuk melakukan *smash*. Di samping itu juga, pukulan *forehand* lebih kuat jika dibandingkan dengan pukulan *backhand*. Hal ini karena, tubuh tidak menghalangi saat melakukan ayunan ke belakang (*backswing*) dan otot yang digunakan biasanya kuat.

c. **Cara Pelaksanaan *Forehand Drive***

Peningkatan prestasi dalam olahraga menuntut adanya perbaikan dan perkembangan unsur teknik untuk mencapai tujuannya. Teknik dikatakan baik apabila ditinjau dari segi anatomi, fisiologis, mekanika, biomekanika dan mental terpenuhi persyaratannya secara baik, dan diterapkan dalam praktek dan memberikan sumbangan terhadap pencapaian prestasi maksimal. Menurut Sudjarwo (1993: 40) teknik dalam olahraga tetap menjadi dasar utama dalam setiap cabang olahraga yang harus dimiliki oleh seorang atlet. Teknik merupakan dasar kemampuan individu yang sangat menentukan dalam pencapaian prestasi maksimal.

Forehand stroke adalah dimana setiap pukulan yang dilakukan dengan bet melalui gerakan telapak tangan menghadap ke depan dengan ayunan tangan ke depan berhenti di depan dahi. Adapun sikap dan gerakan *forehand stroke* pandangan tertuju pada pihak lawan dan bola, tangan bebas untuk keseimbangan dan juga untuk membantu gerakan panggul, setiap kali melakukan pukulan disertai gerakan panggul, sikap kaki sedikit bengkok dan ini berfungsi untuk

memudahkan gerakan dan gerakan dari sikap semula, bet dibawa kedepan atas dan berhenti didepan dahi dan letak siku – siku agak dekat dengan badan.

Menurut Hodges (1996: 35) tahap persiapan dalam *forehand stroke* sebagai berikut:

- 2) Berdiri menghadap meja, kaki kanan sedikit ditarik ke belakang.
- 3) Tangan siap memegang bet dengan pukulan *forehand*.
- 4) Bet sedikit terbuka untuk menghadapi *backspin*, sedikit ditutup atau tegak lurus untuk menghadapi *topspin*.
- 5) Pergelangan tangan lemas dan sedikit dimiringkan ke bawah.
- 6) Bergerak untuk mengatur posisi, kaki kanan sedikit ke belakang untuk melakukan *forehand*.

Menurut Hodges (1996: 36) tahap pelaksanaan (*backswing*) dalam *forehand stroke* sebagai berikut:

- 1) Putar tubuh ke belakang dengan bertumpu pada pinggang dan pinggul.
- 2) Putar tangan ke belakang dengan bertumpu pada siku.
- 3) Berat badan dipindahkan ke kaki kanan.
- 4) Untuk menghadapi *backspin*, bet harus digerakkan sedikit lebih rendah.

Menurut Hodges (1996: 36) tahap perkenaan (*forward swing*) dalam *forehand stroke* sebagai berikut:

- 1) Berat badan dipindahkan ke kaki kiri.
- 2) Tubuh diputar ke depan bertumpu pada pinggang dan pinggul.
- 3) Tangan diputar ke depan dengan bertumpu pada siku.
- 4) Kontak dilakukan di depan sisi kanan tubuh.

Menurut Hodges (1996: 37) tahap akhir dalam *forehand stroke* sebagai berikut:

- a) Bet bergerak ke depan dan sedikit dinaikkan ke atas
- b) Kembali ke posisi siap

Berdasarkan beberapa teori di atas, dapat disimpulkan bahwa pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan dengan telapak tangan menghadap

ke depan. Dalam permainan tenis meja pukulan *forehand* merupakan pukulan yang sangat diandalkan dalam melakukan serangan dan sangat sering digunakan.

4. Panduan Teknik *Forehand Drive*

Gambar teknik Forehand Drive sebagai berikut:



Gambar 1. Teknik *Forehand Drive* (Sumber: Hodges, 2007: 34)

1. Deskripsi *Forehand Drive*

A. Sikap awal

- Posisi siap, deskripsi seperti diatas.
- Berdiri seimbang dengan kaki kiri sedikit didepan dan titik berat badan di tengah.

B. Backswing

- Putar pinggang ke kanan kebelakang dan lengan mengikuti kebelakang ke posisi jam 3
- Menggeser berat badan ke kaki kanan
- lihat bola

C. Swing Ke Depan

- Putar pingang kedepan, disertai ayunan lengan dan bet kedepan sedikit keatas
- Gunakan siku sebagai pivot point, tetapi tidak harus bergerak begitu banyak naik turun, tetapi juga harus diperbolehkan untuk bergerak sedikit ke depan dalam tindak lanjut
- Perkenaan bola bagian tengah belakang sedikit kebawah.
- Pada saat bet kena bola, kekuatan cekeraman bet ditambah

D. Gerak Lanjutan

- Bet sejajar dengan bahu kiri dengan posisi sedikit tertutup.
- Segera kembali ke posisi siap.

5. Manfaat Pukulan Forehand Drive

Pukulan *forehand drive* adalah pukulan inti didalam permainan tenis meja, pukulan *forehand* sangat penting didalam tenis meja dan dasar pukulan dari banyak pukulan yang ada didalam permainan tenis meja. Pukulan *forehand* itu sendiri pun mudah di lakukan dan di ajarkan setiap orang yang baru mengenal tenis meja dan yang akan melakukan permainan tenis meja diawali dengan pemanasan dengan menggunakan pukulan *forehand*, gerakan *forehand* dan posisi badan pun cukup mudah dan tidak rumit, lebih mudah dari sekian pukulan yang ada di dalam permainan tenis meja.

Manfaat *forehand* itu sendiri dalam permainan tenis meja adalah senjata utama yang di gunakan oleh pemain yang akan melakukan permainan tenis meja. Pukulan *forehand* itu sendiri di dalam permainan tenis meja sering di lakukan

untuk menyelamatkan bola yang akan mati atau pun susah di jangkau biasanya hanya mengembalikan bola menggunakan *forehand*.

Pentingnya pukulan *forehand* di dalam permainan tenis meja adalah untuk senjata utama dari seluruh pukulan tenis meja yang ada. Apabila pemain tidak bisa menguasai pukulan *forehand* biasanya untuk melakukan pukulan lainnya sedikit lebih susah dan gerakannya pun tidak lentur pada saat melakukan pukulan.

B. Hakikat Kegiatan *Ekstrakurikuler*

a. Hakikat *Ekstrakurikuler*

Menurut Trueno (2009: 1), kegiatan *ekstrakurikuler* adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik/guru dan atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan berkewenangan di sekolah. Visi kegiatan *ekstrakurikuler* adalah berkembangnya potensi, bakat dan minat secara optimal, serta tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan peserta didik yang berguna untuk diri sendiri, keluarga dan masyarakat. Adapun misi dari Trueno (2009: 1) kegiatan *ekstrakurikuler* adalah: (1) Menyediakan sejumlah kegiatan yang dapat dipilih oleh peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat, dan minat siswa. (2) Menyelenggarakan kegiatan yang memberikan kesempatan peserta didik mengekspresikan diri secara bebas melalui kegiatan mandiri dan atau kelompok.

Kegiatan *ekstrakurikuler* merupakan program atau lebih di sebut kegiatan sekolah, berupa kegiatan siswa di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk

menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat siswa. Pembinaan dan pengembangan olahraga pendidikan dilaksanakan dengan memperhatikan potensi, kemampuan, minat dan bakat peserta didik secara menyeluruh, baik melalui kegiatan *intrakurikuler* maupun *ekstrakurikuler* (PDPJOI, 2007: 19). Dalam kegiatan *ekstrakurikuler* diharapkan siswa memperoleh manfaat dan nilai-nilai yang terkandung didalam kegiatan yang diikutinya. Kegiatan *ekstrakurikuler* bertujuan menumbuh kembangkan pribadi peserta didik yang sehat jasmani dan rokhani, bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, memiliki kepedulian dan tanggung jawab terhadap lingkungan sosial, budaya dan alam sekitar, serta menanamkan sikap bertanggung jawab di sekolah. Di Sekolah saat ini semakin berkembang seiring dengan kemampuan dan tujuan yang ingin dicapai oleh pihak sekolah. Dalam hal ini kegiatan *ekstrakurikuler* antara sekolah satu dengan yang lainnya tentu berbeda tergantung dari jenis dan pengembangannya. Sebagian besar bentuk kegiatan *ekstrakurikuler* cenderung mengutamakan gerak fisik dan meragakan perilaku sesuai jenis kegiatan yang dilakukan. Upaya-upaya untuk menarik perhatian guru agar memafaatkan kegiatan *ekstrakurikuler* sebagai sarana pengayaan, pengembangan bakat, memperluas pengetahuan keterampilan dan pemantaraan kepribadian perlu terus dikembangkan dan ditingkatkan.

b. Karakteristik Siswa SMP

Masa SMP adalah masa usia remaja. Menurut Hurlock (Purwandari, 2008: 124) menyatakan awal masa remaja berlangsung kira-kira dari tiga belas tahun sampai enam belas tahun atau tujuh belas tahun, dan akhir masa remaja bermula

dari usia 16 atau 17 tahun sampai dengan 18 tahun, yaitu usia matang secara hukum.

Menurut Mappiare dalam buku Psikologi Remaja (Ali & Asrori, 2006: 9) masa remaja berlangsung antara umur 12-21 tahun bagi wanita dan 13-22 tahun bagi pria. Rentang usia ini dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu usia 12/13 tahun sampai dengan 17/18 tahun adalah masa remaja awal dan usia 17/18 sampai dengan 21/22 tahun adalah remaja akhir.

Dari pendapat-pendapat diatas dapat ditarik kesimpulan bahwa fase remaja masa siswa SMP disebut sebagai masa remaja awal berkisar berumur 12-17 tahun, dimana terjadi perubahan yang menonjo dari segi fisik yang mengalami banyak perubahan dan dari segi emosi yang sangat tidak stabil, sehingga diperlukan perhatian lebih bagi orangtua maupun guru.

C. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan dengan penelitian ini diperlukan guna mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai landasan pada penyusunan kerangka berfikir. Adapun hasil penelitian yang relevan adalah:

1. Hasil penelitian tim Harjiyan (2012) yang berjudul kemampuan pukulan forehand dalam tenis meja siswa kelas V di SD Negeri Donokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman. Penelitian ini merupakan penelitian survei dengan desain *deskriptif kuantitatif*. Subjek dari penelitian ini adalah siswa kelas V yang mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler* tenis meja di SD Negeri Donokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman yang berjumlah 17 siswa. Teknik

pengambilan data menggunakan *survei* dengan instrument yang digunakan berupa *Forehand test* selama 30 detik. Teknik analisis data menggunakan analisis *deskriptif kuantitatif* dengan persentase tentang tingkat kemampuan *Forehand* siswa kelas V yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja di SD Negeri Donokerto. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *Forehand* siswa kelas V yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja di SD Negeri Donokerto sebagian besar adalah kurang. Secara rinci diketahui sebesar 0% (0 siswa) mempunyai kemampuan *forehand* sangat kurang, sebesar 52,94% (9 siswa) mempunyai kemampuan *forehand* kurang, sebesar 5,88% (1 siswa) mempunyai kemampuan *forehand* cukup, sebesar 29,41% (5 siswa) mempunyai kemampuan *forehand* baik, dan sebesar 11,76% (2siswa) mempunyai kemampuan *forehand* sangat baik.

2. Hasil penelitian Farida Rahmawati Mahasiswa Jurusan FIK UNY 2010, yang berjudul “Kemampuan *Forehand Stroke* dalam Permainan Tenis Meja Mahasiswa PJKR FIK UNY Tahun 2010”. Penelitian ini dilaksanakan pada tahun 2010 dengan orang coba mahasiswa PJKR FIK UNY Penjas yang olahraga pilihan tenis meja sebanyak 112 mahasiswa yang terdiri dari 87 mahasiswa putra dan 25 mahasiswa putrid. Seluruh mahasiswa dijadikan subyek sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi. Subyek yang diperoleh dalam penelitian ini berasal dari mahasiswa PJKR regular dan non regular. Sebagian besar subyek berasal dari mahasiswa angkatan 2007 dan 2008. Data hasil penelitian tentang kemampuan *forehand stroke* yang diperoleh

dari *tes back board* yang dilakukan oleh subyek penelitian, dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin. Berikut deskripsi data secara sendiri-sendiri:

- a. Kemampuan *forehand stroke* mahasiswa PJKR UNY Putra dalam permainan tenis meja diperoleh data: nilai maksimum 54, nilai minimum sebesar 5, rerata 35,05, standart deviasi sebesar 8,28, media sebesar 36 dan modus sebesar 31.
- b. Kemampuan *forehand stroke* mahasiswa PJKR UNY Putri dalam permainan tenis meja diperoleh data: nilai maksimum 46, nilai minimum sebesar 11, rerata 31,80, standart deviasi sebesar 7,75, median sebesar 32 dan modus sebesar 25.
- c. Hubungan antara kelincahan dan kemampuan pukulan terhadap kemampuan bermain tenis meja sebesar 68%.

D. Kerangka Berfikir

Berdasarkan landasan teori di atas, maka dapat dijadikan suatu kerangka berfikir, dalam melakukan penelitian ini peneliti melakukan tindakan tentang pukulan *forehand drive* terhadap tingkat kemampuan *forehand drive* peserta *ekstrakurikuler* tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se- Kabupaten Sleman, dengan metode *survei* dan diukur dengan instrument tingkat kemampuan *forehand drive*.

Dalam permainan tenis meja yang begitu kompleks gerakan dan keterampilannya maka diperlu dukungan oleh faktor teknik, fisik, dan psikis yang yang baik. Kemampuan teknik yang baik dilandasi oleh konsentrasi, kontrol bola yang baik dan pukulan *forehand drive* yang akurat agar dapat mengantisipasi datangnya bola yang cepat dari lawan.

Kemampuan pukulan *forehand drive* yang akurat sangatlah penting dimiliki oleh setiap pemain tenis meja, oleh karena itu agar peserta *ekstrakurikuler* tenis meja Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman dapat melakukan pukulan *forehand drive* dengan baik, dibutuhkan keseriusan latihan dan guru yang mengampu pun harus selalu memantau perkembangan siswa didiknya, dengan terorganisasi dan dilakukan secara terus menerus agar kemampuan melakukan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja dapat dikuasai dengan baik.

Karena melihat demikian pentingnya pukulan tersebut maka peneliti berkeinginan untuk meneliti tingkat kemampuan pukulan *forehand drive* peserta *ekstrakurikuler* tenis meja Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman.

Namun tidak berarti bahwa prestasi tenis meja itu hanya ditentukan oleh teknik dasar yang baik saja. Faktor-faktor lain pun banyak yang menunjang peningkatan prestasi, seperti taktik dan mental dalam bermain.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan desain *Diskriptif Kuantitatif* yang menggambarkan situasi dan keadaan yang sedang berlangsung tanpa pengajuan hipotesis. Menurut Sugiyono (2006: 21), penelitian *deskriptif kuantitatif* adalah penelitian yang bertujuan memberikan gambaran terhadap objek yang diteliti melalui data sampel atau populasi yang dinyatakan dalam bentuk angka. Teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan metode *survei* dan diukur dengan tingkat kemampuan *forehand drive*. Metode *survei* yang berarti proses mengumpulkan data yang khusus dan setepat-tepatnya maupun suatu situasi yang aktual. Dalam penelitian ini *survei* diartikan sebagai alat atau cara atau metode dalam memperoleh data dengan teknik tes. Agar diperoleh tujuan yang sesuai yang diharapkan.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

a. Kemampuan *Forehand Drive*

Pukulan *forehand* merupakan *stroke* yang paling umum dilakukan dalam tenis meja. Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan di sebelah sisi kanan pemain dan pada pemain kidal di sebelah sisi kirinya. Pukulan *forehand* merupakan jenis pukulan tenis meja yang mempunyai peran penting untuk meraih kemenangan. Gerakan pukulan *forehand* berada tepat didepan badan dan posisi bet 45 derajat, agar pada saat melakukan pukulan bola tetap lari kedepan ke arah meja lawan.

Bermain tenis meja sangat dibutuhkan teknik dasar yang benar pula salah satunya menggunakan teknik dasar *forehand drive*. Dalam latihan permainan tenis meja teknik dasar pukulan *forehand drive* tersebut terus menerus dilakukan oleh peserta agar peserta tersebut memiliki kemampuan teknik *forehand drive* yang baik, sehingga peserta tidak banyak menemukan atau menemui kesulitan saat melakukan pukulan. Pada permainan tenis meja teknik *forehand* merupakan penentu bagi kelanjutan keberhasilan bermain tenis meja. Oleh sebab itu, teknik dasar *forehand* harus dikuasai, dipelajari dan dipraktikkan dengan benar, sehingga seorang peserta dapat memiliki kemampuan untuk menyerang.

Pukulan *forehand drive* disini diukur dengan menggunakan instrumen *back board test*. Reliabilitas tes dan validitas tes *back board tes* tenis meja ini sudah diketahui, reliabilitas dilaporkan sebesar 0,738 dan validitas 0,615.

C. Populasi Penelitian

1. Populasi Penelitian

Menurut Sugiyono (2006: 55) populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh penelitian untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan. Suharsini Arikunto (1992: 91) mengemukakan bahwa jika ditinjau dari jumlahnya populasi dapat dikategorikan menjadi dua, yaitu:

- 1) Populasi jumlah terhingga, yaitu populasi yang terdiri atas elemen dengan jumlah tertentu, artinya secara pasti jumlahnya dapat diketahui.
- 2) Sempel atau populasi yang terdiri dari elemen yang sukar sekali dicari batasan jumlahnya. Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah populasi yang jumlahnya tak terhingga atau secara pasti jumlahnya tidak dapat diketahui. Populasi dalam penelitian ini adalah semua peserta *exstrakulikuler* tenis meja di Mts se- Kabupaten Sleman yang berjumlah 41 peserta.

D. Deskripsi Lokasi, Subjek, dan Waktu Penelitian

1. Lokasi Penelitian

Tempat pelaksanaan penelitian dilakukan di Madrasah Tsanawiyah se- Kabupaten Sleman.

2. Waktu Penelitian

Waktu penelitian dilaksanakan selama 3 bulan.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

a) Instrumen Penelitian

Untuk memperoleh data tingkat kemampuan *forehand drive* dalam tenis meja diukur dengan *survei* dan instrument *back board test* dari Nurhasan (2007: 4.9-4.11) selama 30 detik. Hasil yang dicatat adalah kemampuan peserta *ekstrakulikuler* pada saat melakukan pukulan *forehand drive*. Hasil yang dicatat adalah jumlah beberapa kali bola secara sah membentur atau mengenai dinding tegak lurus sebanyak mungkin selama 30 detik. *Back board test* dari Nurhasan merupakan tes yang terdiri dari satu

item dan mencakup memukul bola secara bertubi-tubi, pada permukaan tegak lurus selama 30 detik. Skor: jumlah beberapa kali bola secara sah membentur dinding tegak lurus selama waktu yang diperbolehkan. Skor yang diambil adalah skor terbaik dari dua kali percobaan. Reliabilitas tes dan validitas tes *back board tes* tenis meja ini sudah diketahui, reliabilitas dilaporkan sebesar 0,738 dan validitas 0,615.

b) Teknik Pengumpulan Data

Instrument tingkat kemampuan *Forehand drive* menggunakan test *back board test* selama 30 detik. Tes yang terdiri dari satu item yang mencakup subjek disuruh melakukan pemanasan dan latihan (*practice*). Kemampuan *forehand* peserta ekstrakurikuler tenis meja se-Kabupaten Sleman diukur dengan tes *back board* dengan menggunakan validitas instrument tes yang nilainya 0,615 dan reliabilitas instrument tesnya adalah 0,738 sehingga memenuhi standar kelayakan untuk dijadikan instrument untuk pengambilan data penelitian.

Adapun persiapan dan perlengkapan pelaksanaan tes sebagai berikut:

Alat-alat dan perlengkapan

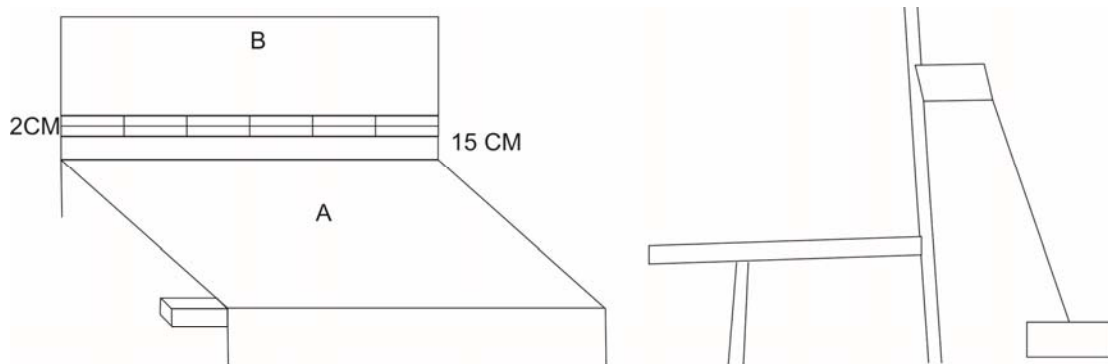
- a. Bola tenis meja.
- b. Sebuah bet.
- c. Sebuah meja tenis meja.
- d. Sebuah net.
- e. Blangko dan alat tulis untuk mencatat hasil tes.

Cara pelaksanaan tes pukulan *forehand* yaitu teste berdiri di belakang atau

lanjutan bagian meja yang horizontal dengan sebuah bet dan bola ditangan. Pada aba-aba “ya” teste menjatuhkan bola diatas meja, kemudian memukul bola kebagian meja yang didirikan tegak lurus terhadap bagian meja yang horizontal. Teste berusaha memantulkan bola sebanyak-banyaknya dalam waktu 30 detik. Bila teste tidak dapat menguasai bola, dapat mengambil bola yang tersedia dikotak, menjatuhkan di meja dan melanjutkan usaha memantulkan bola sebanyak-banyaknya dalam waktu yang tersedia. Seorang pembantu mengambil bola yang tidak dikuasai teste dan memasukkannya kembali kedalam kotak.

Pantulan dinyatakan tidak sah apabila:

- 1) Bola divoli.
- 2) Testi bertekan dengan tangannya yang bebas pada meja waktu memukul bola.
- 3) Bola mengenai bagian meja yang tegak di bawah garis.
- 4) Melakukan pukulan servis pada waktu mulai tes.
- 5) Memukul bola setelah bola memantul lebih dari satu kali pada meja yang horizontal.
- 6) Memukul bola lebih dari satu kali dengan kaki bertumpu di samping meja



Gambar 2. lapangan Backboard
 Sumber : Nur Hasan (2007: 4.10)

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis *deskriptif* yang dituangkan dalam bentuk presentase. Teknik analisis data merupakan bagian penting dalam penelitian, karena analisis data member arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah dalam penelitian. Dari data yang akan diperoleh kemudian dianalisis. Data yang telah diperoleh, selanjutnya diolah menggunakan skor standar dengan menghitung mean dan standar deviasi distribusi skor peserta. Rumus yang digunakan untuk menetapkan batasan nilai yang dijadikan norma adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian Kemampuan *Forehand Drive* Pada Peserta

Ekstrakurikuler Tenis Meja Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

No	Rentangan Norma	Kategori
1.	$X > M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2.	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3.	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Rendah
5.	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

M = Mean.

SD = StandarDeviasi.

(Sumber: Sudijono, 2009: 453)

Setelah data dikumpulkan dalam kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data dengan rumus persentase. Rumus persentase yang digunakan adalah:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

P :Persentase yang dicari

F :Frekwensi

N :Jumlahresponden

(Sumber: Ali, 1993: 186).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian *diskriptif*, sehingga keadaan obyek akan digambarkan sesuai dengan data yang diperoleh. Penelitian tentang tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta *ekstrakurikuler* tenis meja se-Kabupaten Sleman akan mendeskripsikan mengenai keadaan tingkat kemampuan *forehand drive* seluruh peserta *ekstrakurikuler* tenis meja Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten sleman yang bertempat di Madrasah Tsanawiyah Godena, Madrasah Tsanawiyah Ngemplak dan Madrasah Tsanawiyah Prambanan.

1. Deskripsi Data

Tabel 2. *Diskriptif* Statistik Tingkat kemampuan *Forehand Drive* Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

Statistik	
N	41
Mean	21,36
Maximum	37
Minimum	9
Standar Deviasi	6,91
Median	23
Mode	24

Menurut hasil diatas dapat dibuat norma penilaian mengenai tingkat kemampuan *forehand drive* peserta ekstrakurikuler tenis meja se Kabupaten Sleman. Perhitungan tersebut dapat disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Norma Penilaian Kemampuan *Forehand Drive* Pada Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

NO.	KELAS INTERVAL	KATEGORI	FREKUENSI	FREKUENSI RELATIF
1	$X > 31,72$	Sangat Tinggi	4	9,75 %
2	$24,81 < X \leq 31,72$	Tinggi	5	12,19 %
3	$17,91 < X \leq 24,81$	Sedang	20	48,78 %
4	$11 < X \leq 17,91$	Rendah	11	26,82 %
5	$X \leq 11$	Sangat Rendah	1	2,43%
	JUMLAH =		41	99,97%

Berdasarkan tabel 2 di atas bahwa secara rinci diketahui bahwa kemampuan *forehand drive* siswa sebesar sangat tinggi 9,75%, tinggi 12,19%, sedang 48,78%, rendah 26,82%, dan sangat rendah 2,43%.. Frekuensi terbanyak terletak pada kategori cukup, yaitu 48,78% .

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian diatas diperoleh bahwa tingkat kemampuan *Forehand drive* pada peserta ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman sebagian besar adalah cukup. Secara rinci, seluruh peserta yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja rata - rata mereka sudah bisa melakukan pukulan *forehand drive* dengan baik sehingga dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta ekstrakurikuler tenis meja Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman yang sebagian besar adalah cukup.

Kemampuan *forehand drive* merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan pukulan *forehand*. Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa

tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman sebagian besar cukup, hal ini mengindikasikan bahwa kemampuan melakukan pukulan *forehand drive* sudah tergolong cukup dan alangkah lebih baiknya lagi apabila tetap ditingkatkan. Berdasarkan observasi secara visual, peserta yang mengikuti kegiatan *ekstrakurikuler* tenis meja, hanya ada beberapa peserta yang dapat bermain tenis meja dengan mahir. Sebagian lainnya peserta mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja hanya ikut – ikutan dengan teman akrabnya, sehingga belum tentu peserta tersebut mempunyai bakat dan berpotensi dalam bermain tenis meja.

Sesuai dengan karakteristik bahwa peserta yang mengikuti *ekstrakurikuler* tenis meja sebagian besar memang gemar bermain tenis meja. Hal itu terbukti dengan jumlah keseluruhan yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman sejumlah 41 peserta. Jumlah peserta tiap - tiap sekolah pun berbeda – beda dan jumlah lapangannya hanya 1 di setiap sekolah, sehingga apabila peserta dari awal kemampuan bermain tenis meja rendah maka akan lebih lama pula berkembangnya dibanding dengan peserta yang dari awal sudah mempunyai kemampuan bermain tenis meja tinggi atau bisa dibilang sudah bisa. Secara khusus kemampuan *forehand drive* siswa juga tidak akan cepat meningkat dibanding peserta yang dari awal sudah mempunyai bakat tenis meja yang tinggi serta kemampuan khusus tenis meja yang mahir.

Kegiatan *ekstrakurikuler* merupakan program sekolah, berupa kegiatan di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat peserta. Dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa tingkat

kemampuan *forehand drive* pada peserta ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman sebagian besar cukup dan harus terus di tingkatkan. Kemampuan *forehand drive* merupakan kemampuan dasar dalam permainan tenis meja. Kemampuan ini sangat diperlukan dalam bermain tenis meja, karena apabila teknik ini tidak dikuasai dengan baik, maka seorang pemain juga tidak akan dapat melakukan teknik *smash* dengan baik.

Dengan diketahui diketahuinya penelitian ini, bahwa tingkat kemampuan *forehand drive* pada peserta ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah se Kabupaten Sleman sebagian besar adalah cukup. maka tidaklah mungkin peserta yang mengikuti *ekstrakuliker* tenis meja lebih di tingkatkan lagi agar mempunyai prestasi yang baik pula.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Dari hasil analisis data, *diskriptif*, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan, yaitu tingkat kemampuan *forehand drive* peserta ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman dalam kategori sangat tinggi 9,75%, tinggi 12,19%, sedang 48,78%, rendah 26,82%, dan sangat rendah 2,43%.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Menjadi referensi dan masukan yang bermanfaat bagi guru Penjasorkes di Madrasah Tsanawiyah Godean, Madrasah Tsanawiyah Ngemplak dan Madrasah Tsanawiyah Prambanan dalam hal mengetahui tingkat kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja.
2. Evaluasi pelaksanaan kegiatan pembelajaran permainan tenis meja melalui tes pengukuran di sekolah tidak hanya pada materi pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja saja. Juga perlu dilakukan evaluasi melalui tes pengukuran untuk materi permainan tenis meja yang lain.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki keterbatasan antara lain :

1. Pada saat uji coba bet yang di gunakan tidak sejenis dan karakter, ini mungkin berpengaruh terhadap kemampuan pukulan maupun bermain tenis meja.
2. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental pada waktu dilaksanakan tes.
3. Keterbatasan waktu, biaya dan tenaga, yang memungkinkan para peserta dalam melakukan tes kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja tidak bersungguh-sungguh.
4. Sedikitnya populasi peserta ekstrakurikuler tenis meja di Madrasah Tsanawiyah Se Kabupaten Sleman.

D. Saran – Saran

Dari hasil kesimpulan di atas, maka saran-saran yang penelitian ajukan adalah sebagai berikut :

1. Kepada Pihak Sekolah Madrasah Tsanawiyah Prambanan

Melihat hasil penelitian mengenai kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada peserta, hendaknya dari pihak sekolah dan termasuk dari guru/pelatih yang mengampu diharapkan lebih memberikan pembimbingan yang lebih intensif karena mengingat banyak sekali potensi dan banyak yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di Mts prambanan alangkah lebih di perhatikan lagi.

2. Kepada Pihak Sekolah Madrasah Tsanawiyah Ngeemplak

Melihat hasil penelitian mengenai kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada peserta, hendaknya dari pihak sekolah dan termasuk dari guru/pelatih yang mengampu diharapkan lebih memberikan pembimbingan yang lebih intensif karena mengingat memang di Mts Ngeemplak hanya sedikit peserta yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja tetapi ada beberapa peserta yang terlihat potensinya angat menonjol dan layak untuk lebih di kembangakn alangkah baiknya dr pihak sekolah dan dari pelatih lebih memperhatikan.

3. Kepada Pihak Sekolah Madrasah Tsanawiyah Godean

Melihat hasil penelitian mengenai kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada peserta, hendaknya dari pihak sekolah dan termasuk dari guru/pelatih yang mengampu diharapkan lebih memberikan perhatian kepada anak anak yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja.

4. Kepada Guru Penjasorkes

Hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman bagi guru Penjasorkes dalam pelaksanaan kegiatan pembelajaran permainan tenis meja di sekolah, agar hasil evaluasi melalui tes pengukuran dapat lebih objektif.

5. Kepada Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja

- a. Peserta Ekstrakurikuler hendaknya dapat memanfaatkan peluang untuk mengikuti latihan agar bias menjadi pemain tenis meja yang baik.
- b. Peserta diharapkan lebih meningkatkan kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja dengan cara latihan secara rutin.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

- a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian yang sejenis.
- b. Melakukan penelitian lebih mendalam terkait penguasaan teknik pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja, dengan materi permainan yang lain.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ali, M. (2006). *Psikologi Remaja*. Perkembangan Peserta Didik, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Damri, A & Kusnaedi, N. (1991). *Olahraga Pilihan Tennis Meja*. Bandung : Depdikbud.
- Depdikbud. (1994). Pendidikan Jasmani. Jakarta: PT. Rajasa Rasdakarya.
- Depdiknas. (2003). Permainan Tennis Meja. Jakarta: Jakarta Depdiknas.
- Hadi, S. (2000). *Prosedur Suatu Pendekatan Penelitian Praktik*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Hadi, S. MA. (2004). *Statistik*. Yogyakarta.
- Harjiyan. (2012). kemampuan pukulan forehand dalam tenis meja siswa kelas V di SD Negeri Donokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Hodges, L. (1996). *Tennis Meja Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Juni, V.F. (2016). Hubungan Kemampuan *Forehand* dan *Backhand* Dengan Keterampilan Bermain Tennis Meja Pada Siswa *Ekstrakurikuler* SMP N 2 Kebun Baru Kabupaten Lampung Barat. *Skripsi*. Universitas Lampung Bandar Lampung.
- Kertamanah, A. (2003). *Teknik Kemampuan Dasar Permainan Tennis Meja*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Natalia, MD. (2016). *Sekolah Sleman MTsN Maguwoharjo juga unggul dibidang tenis meja*. <http://www.harianjogja.com/baca/2016/03/24/sekolah-sleman-tenis-meja-mtsn-maguwoharjo-juara-dua-o2sn-703883>. Pada tanggal 28 April 2016 pukul 13.37 WIB. (JIBI/Harian Jogja).
- Nurhasan. (2007). Penilaian Pembelajaran Penjas. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Sofian Effendi & Tukiran. (2012). *Metode Penelitian Survei*. –Ed. Rev.- Jakarta : LP3ES.
- Purwandari. 2008. Perkembangan Peserta Didik. Yogyakarta: UNY Press.
- Rihtiana, V. (2010). Hubungan antara kemampuan pukulan dan kelincihan dengan kemampuan bermain tenis meja atlet pemula putri di Daerah

Istimewa Yogyakarta. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

- Susilo, IK (2013). *kemampuan pukulan forehand dan backhand siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SD N Tugurejo, Kecamatan Tempuran, Kabupaten Magelang*. Diambil dari <http://eprints.uny.ac.id/14782/1/34.%20Iwan.pdf>. Pada tanggal 26 April 2016 pukul 16.24 WIB.
- Sugiyono. (2007). *Hipotesis Penelitian*. Bandung : CV Alfabeta.
- Sutarmin. (2007). *Terampil Bermain Tenis Meja*. Surakarta : Era Intermedia.
- Saputra, YM. M.Ed. (1998). *Pengembangan Kegiatan KO dan Ekstrakurikuler*. Bandung.
- Tomoliyus. (2012). *Panduan Kepelatihan Tenis Meja Bagi Sekolah Dasar. Makalah*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Tomoliyus. (2012). *Pengembangan Instrumen Kemampuan Ketepatan Forehand, Backhand Drive Dalam Permainan Tenis Meja. Makalah*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Trueno. (2009). *Pengertian Kegiatan Ekstrakurikuler*. Diambil dari <http://teachonly13.wordpress.com/2009/07/04/pengertian-kegiatanekstrakurikuler/>. Pada tanggal 12 April 2016 pukul 13.44 WIB.
- Utama, A.M.B Sunardiyanta R, & Nopembri, S. (2004). *Kemampuan Bermain Tenis Meja. Laporan Penelitian*. Yogyakarta FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Umar. (2013). *Tingkat kemampuan pukulan forehand drive dalam permainan tenis meja siswa kelas V SD Negeri Ngeposari II Kecamatan Semanu Kabupaten Gunungkidul Tahun 2015/2016. Skripsi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Widiyantoro, A. (2013). *Pengaruh Latihan Multiball Terhadap Kemampuan Ketetapan Pukulan Forehand dan BackHand Pada Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja Tahun 2016/2017 Di SMA Negeri 1 Gamping. Skripsi*. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

LAMPIRAN

Instrumen 1. Instrumen Tes

Instrumen tingkat kemampuan *Forehand drive* menggunakan *testback board test* selama 30 detik. Tes yang terdiri dari satu item yang mencakup subjek disuruh melakukan pemanasan dan latihan (*practice*). Kemampuan *forehand* peserta ekstrakurikuler tenis meja se-Kabupaten Sleman diukur dengan tes *backboard* dengan menggunakan validitas instrument tes yang nilainya 0,615 dan reliabilitas instrument tesnya adalah 0,738 sehingga memenuhi standar kelayakan untuk dijadikan instrument untuk pengambilan data penelitian. Adapun persiapan dan perlengkapan pelaksanaan tes sebagai berikut:

Alat-alat dan perlengkapan :

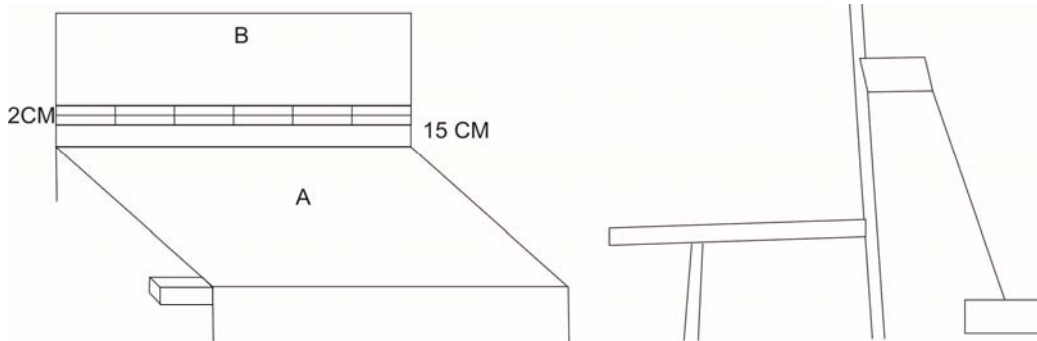
- a. Bolatenismeja.
- b. Sebuah bet.
- c. Sebuahmeja tenis meja.
- d. Sebuah net.
- e. Blangko dan alat tulis untuk mencata thasil tes.

Cara pelaksanaan tes pukulan *forehand* yaitu tes teberdiri di belakang atau lanjutan bagian meja yang horizontal dengan sebuah bet dan bola ditangan. Pada aba-aba “ya” teste menjatuhkan bola diatas meja, kemudian memukul bola kebagian meja yang didirikan tegak lurus terhadap bagian meja yang horizontal. Teste berusaha memantulkan bola sebanyak-banyaknya dalam waktu 30 detik. Bila teste tidak dapat menguasai bola, dapat mengambil bola yang tersedia dikotak, menjatuhkan di meja dan melanjutkan usaha memantulkan bola sebanyak-banyaknya dalam waktu yang tersedia. Seorang pembantu mengambil bola yang tidak dikuasai teste dan memasukkannya kembali ke dalam kotak.

Pantulan dinyatakan tidak sah apabila:

- 1) Bola divoli.
- 2) Testi bertekan dengan tangannya yang bebas pada meja waktu memukul bola.

- 3) Bola mengenai bagian meja yang tegak di bawah garis.
- 4) Melakukan pukulan servis pada waktu mulai tes.
- 5) Memukul bola setelah bola memantul lebih dari satu kali pada meja yang horizontal.
- 6) Memukul bola lebih dari satu kali dengan kaki bertumpu di samping meja



Gambar 2. lapangan Backboard
Sumber : Nur Hasanah (2007: 4.10)

Instrumen 2. Data Penelitian

No	Nama	Tes Pukulan 1	Tes Pukulan 2
1.	MR	23	18
2.	BM	18	15
3.	KK	20	12
4.	AN	37	25
5.	BF	15	9
6.	DC	23	15
7.	OA	25	22
8.	DN	24	17
9.	IF	24	13
10.	NY	11	9
11.	UL	9	5
12.	MA	12	9
13.	MU	25	12
14.	NA	30	11
15.	NK	19	11
16.	MY	20	10
17.	LK	28	18
18.	RF	16	12
19.	MA	34	28
20.	MH	23	20
21.	WA	21	14
22.	AN	13	8
23.	MS	12	7
24.	ZR	24	19
25.	CW	24	15
26.	GS	13	10
27.	IF	24	18
28.	VA	23	16
29.	SR	20	12
30.	YZ	34	28
31.	YM	36	25
32.	RG	15	11
33.	GP	18	12
34.	RM	12	10
35.	AP	28	19
36.	AF	20	15
37.	ES	24	17
38.	DE	23	12
39.	NK	25	13
40.	MH	15	10
41.	RD	16	11

Lampiran 3. Analisis Hasil Penelitian

No	Nama	Tes Pukulan 1	Tes Pukulan 2	Keterangan
1.	MR	23	18	Sedang
2.	BM	18	15	Sedang
3.	KK	20	12	Sedang
4.	AN	37	25	Sangat Tinggi
5.	BF	15	9	Rendah
6.	DC	23	15	Sedang
7.	OA	25	22	Tinggi
8.	DN	24	17	Sedang
9.	IF	24	13	Sedang
10.	NY	11	9	Rendah
11.	UL	9	5	Sangat Rendah
12.	MA	12	9	Rendah
13.	MU	25	12	Rendah
14.	NA	30	11	Tinggi
15.	NK	19	11	Tinggi
16.	MY	20	10	Sedang
17.	LK	28	18	Sedang
18.	RF	16	12	Tinggi
19.	MA	34	28	Rendah
20.	MH	23	20	Sangat Tinggi
21.	WA	21	14	Sedang
22.	AN	13	8	Sedang
23.	MS	12	7	Rendah
24.	ZR	24	19	Rendah
25.	CW	24	15	Sedang
26.	GS	13	10	Sedang
27.	IF	24	18	Rendah
28.	VA	23	16	Sedang
29.	SR	20	12	Sedang
30.	YZ	34	28	Sedang
31.	YM	36	25	Sangat Tinggi
32.	RG	15	11	Sangat Tinggi
33.	GP	18	12	Rendah
34.	RM	12	10	Sedang
35.	AP	28	19	Rendah
36.	AF	20	15	Tinggi
37.	ES	24	17	Sedang
38.	DE	23	12	Sedang
39.	NK	25	13	Sedang
40.	MH	15	10	Tinggi
41.	RD	16	11	Rendah
				Rendah

Stastik	Keterangan
Mean	21,36
Median	23
Standar Deviasi	6,91
Maximum	37
Minimum	9

Lampiran 15. Dokumentasi Pengambilan Data



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Prambanan.



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Prambanan.



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Prambanan.



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Prambanan.



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Prambanan.



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Godean



Peserta *Ekstrakurikuler* Madrasah Tsanawiyah Godean

LEMBAR PENGESAHAN

Proposal Penelitian Tentang :

“TINGKAT KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* SISWA PESERTA
EKSTRAKULIKULER TENIS MEJA DI SMP SE- KABUPATEN SLEMAN”

Nama : IIS MEGA EFENDI

NIM : 12601244018

Jurusan/Prodi : PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

Telah diperiksa dan dinyatakan layak untuk diteliti.

Yogyakarta, 09 Mei 2016

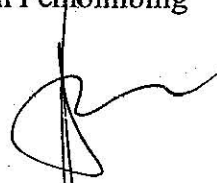
Ketua Jurusan POR



Erwin Setyo Kriswanto, M.Kes

NIP:19751018 200501 1 002

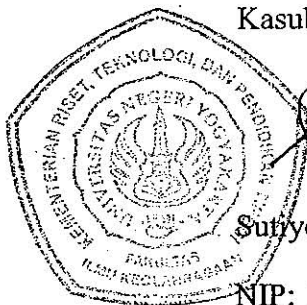
Dosen Pembimbing



AM. Bandi Utama, M.Pd.

NIP:196004 10 198903 1 002

Kasubag.Pendidikan FIK UNY,



Sutyem, S.Si

NIP: 19760522 199903 2 001

A. PERMOHONAN IJIN STUDI PENDAHULUAN/PRA SURVEY*

B. IJIN PENELITIAN/SURVEY/PKL & PERNYATAAN BERSEDIA
MENYERAHKAN HASIL PENELITIAN/SURVEY/PKL*

*) Lingkari A atau B yang sesuai.

Nomor : 070/ 2046

Kepada Yth.

Ka. Bappeda Kabupaten Sleman

Kami, yang bertanda tangan di bawah ini :

1. Nama : IIS MEGA EFFENDI
2. No. Mahasiswa/NIP/NIM : 12601249018
3. Tingkat (D1/D2/D3/D4/S1/S2/S3) : S1
4. Perguruan Tinggi/Lembaga : UUY
5. Dosen Pembimbing Utama : AM. Bandi Utama, M. Pd.
6. Alamat Peneliti (sesuai KTP) : Jakal km 8 Benteng Utama No 3,
Magik Sleman Yogyakarta
085 723 155 131
7. Nomor Telepon/HP :
8. Lokasi Penelitian/Survey/PKL : Mts Memplak, Mts Godean
Mts Prambanan
9. Judul Penelitian :
Tingkat Kemampuan Forehand Drive siswa Peserta
Ekstrakurikuler Tenis Meja di SMP di Kabupaten
Sleman

Selanjutnya saya bersedia menyerahkan hasil Penelitian/Survey/PKL berupa 1 (satu) CD (Skripsi/Tesis/Disertasi/Laporan) format PDF selambatnya 1 bulan setelah dinyatakan lulus/selesai.

Sleman, 11 Mei

.....2016

Yang menyatakan

IIS MEGA EFFENDI

(nama terang)



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
KANTOR KESATUAN BANGSA

Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta, 55511
Telepon (0274) 864650, Faksimile (0274) 864650
Website: www.slemankab.go.id, E-mail: kesbang.sleman@yahoo.com

Sleman, 11 Mei 2016

Nomor : 070 /Kesbang/ 1965 /2016
Hal : Rekomendasi
Penelitian

Kepada
Yth. Kepala Bappeda
Kabupaten Sleman
di Sleman

REKOMENDASI

Memperhatikan surat :
Dari : Dekan FIK UNY
Nomor : 255/UN.34.16/PP/2016
Tanggal : 9 Mei 2016
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Setelah mempelajari surat permohonan dan proposal yang diajukan, maka dapat diberikan rekomendasi dan tidak keberatan untuk melaksanakan penelitian dengan judul "TINGKAT KEMAMPUAN FOREHAND DRIVE SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER TENIS MEJA SMP SE-KABUPATEN SLEMAN" kepada:

Nama : Iis Mega Efendi
Alamat Rumah : Jl. Benteng Utama Sinduharjo Ngaglik Sleman
No. Telepon : 085729155131
Universitas / Fakultas : UNY / FIK
NIM / NIP : 12601244018
Program Studi : S1
Alamat Universitas : Bulaksumur Yogyakarta
Lokasi Penelitian : MTs Ngemplak, MTs Prambanan dan Mts Godean
Waktu : 11 Mei - 11 Juni 2016

Yang bersangkutan berkewajiban menghormati dan menaati peraturan serta tata tertib yang berlaku di wilayah penelitian. Demikian untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Kepala Kantor Kesatuan Bangsa



Drs. ARDANI
Pembina Tingkat I, IV/b
10630511 199103 1 004



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 255/UN.34.16/PP/2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

09 Mei 2016.

Yth : Bupati Sleman
c.q. Kepala Kantor Kesatuan Bangsa
Kab. Sleman.

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

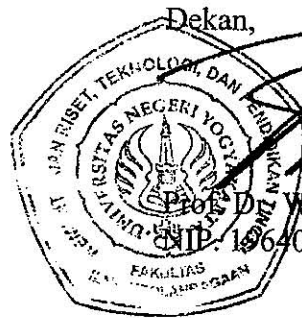
Nama : Iis Mega Efendi.
NIM : 12601244018.
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR).

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Mei s.d Juni 2016.
Tempat/Obyek : 1. MTs Ngemplak.
2. MTs Prambanan.
3. MTs Godean.
Judul Skripsi : Tingkat Kemampuan Forehand Drive Siswa Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja SMP Sc- Kabupaten Sleman.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dekan,



Yawan S. Suherman, M.Ed.

19640707 198812 1 001

Tembusan :

- 1. Kepala Sekolah MTs Ngemplak.**
- 2. Kepala Sekolah MTs Prambanan.**
- 3. Kepala Sekolah MTs Godean.**
- 4. Kaprodi PJKR.**
- 5. Pembimbing TAS.**
- 6. Mahasiswa ybs.**



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

SURAT IZIN

Nomor : 070 / Bappeda / 2046 / 2016

TENTANG
PENELITIAN

KEPALA BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Dasar : Peraturan Bupati Sleman Nomor : 45 Tahun 2013 Tentang Izin Penelitian, Izin Kuliah Kerja Nyata,
Dan Izin Praktik Kerja Lapangan.
Menunjuk : Surat dari Kepala Kantor Kesatuan Bangsa Kab. Sleman
Nomor : 070/Kesbang/1965/2016 Tanggal : 11 Mei 2016
Hal : Rekomendasi Penelitian

MENGIZINKAN :

Kepada :
Nama : IIS MEGA EFENDI
No.Mhs/NIM/NIP/NIK : 12601244018
Program/Tingkat : S1
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat instansi/Perguruan Tinggi : Karangmalang Yogyakarta
Alamat Rumah : Jl. Beteng Utama Sinduharjo Ngaglik Sleman
No. Telp / HP : 085729155131
Untuk : Mengadakan Penelitian / Pra Survey / Uji Validitas / PKL dengan judul
TINGKAT KEMAMPUAN FOREHAND DRIVE SISWA PESERTA
EKSTRAKURIKULER TENIS MEJA SMP SE-KABUAPTEN SLEMAN
Lokasi : MTs Ngemplak, MTs Prambanan, MTs Godean Sleman
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 11 Mei 2016 s/d 10 Agustus 2016

Dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Wajib melaporkan diri kepada Pejabat Pemerintah setempat (Camat/ Kepala Desa) atau Kepala Instansi untuk mendapat petunjuk seperlunya.
2. Wajib menjaga tata tertib dan mentaati ketentuan-ketentuan setempat yang berlaku.
3. Izin tidak disalahgunakan untuk kepentingan-kepentingan di luar yang direkomendasikan.
4. Wajib menyampaikan laporan hasil penelitian berupa 1 (satu) CD format PDF kepada Bupati diserahkan melalui Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah.
5. Izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan di atas.

Demikian izin ini dikeluarkan untuk digunakan sebagaimana mestinya, diharapkan pejabat pemerintah/non pemerintah setempat memberikan bantuan seperlunya.

Setelah selesai pelaksanaan penelitian Saudara wajib menyampaikan laporan kepada kami 1 (satu) bulan setelah berakhirnya penelitian.

Dikeluarkan di Sleman

Pada Tanggal : 11 Mei 2016

a.n. Kepala Badan Perencanaan Pembangunan Daerah

Sekretaris

u. b.

Atas Bidang Statistik, Penelitian, dan Perencanaan



ERNY MARYATUN, S.I.P, MT

Revisi TV/a

Tembusan :

1. Bupati Sleman (sebagai laporan)
2. Kepala Dinas Dikpora Kab. Sleman
3. Kepala Kantor Kementerian Agama Kab. Sleman
4. Kabid. Sosial & Pemerintahan Bappeda Kab. Sleman
5. Camat Ngemplak
6. Camat Prambanan
7. Camat Godean
8. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Ngemplak
9. Kepala UPT Pelayanan Pendidikan Kec. Prambanan



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN
BADAN PERENCANAAN PEMBANGUNAN DAERAH

Jalan Parasamya Nomor 1 Beran, Tridadi, Sleman, Yogyakarta 55511
Telepon (0274) 868800, Faksimilie (0274) 868800
Website: www.bappeda.slemankab.go.id, E-mail : bappeda@slemankab.go.id

Lanjutan Tembusan Surat Izin Penelitian Nomor : 070 / Bappeda / 2046 / 2016

11. Ka. MTs Ngemplak
12. Ka. MTs Prambanan
13. Ka. MTs Godean
14. Dekan FIK UNY
15. Yang Bersangkutan



PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI

CALIBRATION CERTIFICATE

Nomor : 3091 / SW - 23 / V / 2016

Number

No. Order : 009236

Diterima tgl : 9 Mei 2016

ALAT

Equipment

Nama : Stopwatch

Name

Kapasitas : 9 jam

Capacity

Daya Baca : 1 detik

Accuracy

Tipe/Model : -

Type/Model

Nomor Seri : -

Serial number

Merek/Buatan : Sewan

Trade Mark/Manufaktur

PEMILIK

Owner

Nama : Iis Mega Efendi

Name

Alamat : Jln. Kaliurang km 8 Banteng Utama No. 31

Address

Ngaglik Sleman

METODE, STANDAR, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument

Method

Standar : Casio HS-80TW.IDF

Standard

Traceability

Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN

Traceability

TANGGAL DIKALIBRASI

Date of Calibrated

: 9 Mei 2016

LOKASI KALIBRASI

Location of calibration

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI

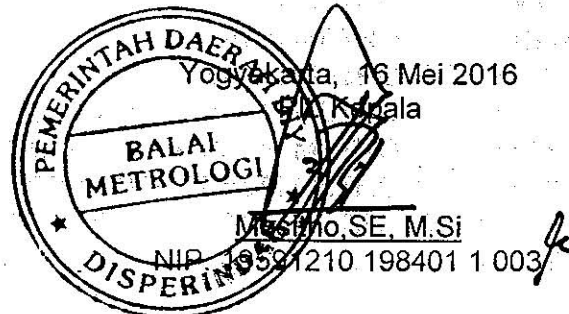
Environment condition of calibration

: Suhu : $30^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$; Kelembaban : $55\% \pm 10\%$

HASIL

Result

: Lihat sebaliknya





PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN
BALAI METROLOGI

Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT PENERAAN
VERIFICATION CERTIFICATE

Nomor : 3090 / UP - 194 / V / 2016
Number

No. Order : 009236

Diterima tgl : 9 Mei 2016

ALAT
Equipment

Nama : Ban Ukur
Name
Kapasitas : 5 meter
Capacity
Daya Baca : 1 mm
Readability

Tipe/Model :
Type/Model
Nomor Seri :
Serial number
Merek/Buatan : Dcota
Trade Mark / Manufaktur

P E M I L I K

Owner

Nama : Iis Mega Efendi
Name
Alamat : Jln. Kaliurang km 8 Banteng Utama No. 31
Address Sleman

METODE, STANDART, TELUSURAN

Method, Standard, Traceability

Metode : SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010
Method
Standard : Komparator 1 m
Standard
Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN
Traceability

TANGGAL TERA ULANG

Date of Verification

: 9 Mei 2016

LOKASI TERA ULANG

Location of Verification

: Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG

Environment condition of Verification

: Suhu : $28^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$; Kelembaban : $54\% \pm 10\%$

HASIL TERA ULANG

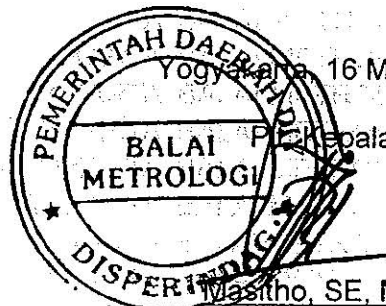
Result of verification

: **DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2016**

DITERA ULANG KEMBALI

Reverification

: 9 Mei 2017



Yogyakarta, 16 Mei 2016

Petugas Kepala

Masitoh, SE, M.Si

NIP. 19591210 198401 1 003



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN SLEMAN
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI (MTsN)
PRAMBANAN SLEMAN**

Pallemsari Bokoharjo Prambanan Sleman Yogyakarta 55572 Telp. (0274) 2850164/ 08112841023
Email: mtsn_prambanan_yk@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-398 /MTs.12.07/PP.005/06/2016

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : **Drs. SIGIT SUGANDONONO**
NIP : 19620808 199803 1 001
Pangkat/Gol. : Pembina/ IV a
Jabatan : Kepala Madrasah
Satker : MTs Negeri Prambanan Sleman

Menerangkan bahwa :

Nama : IIS MEGA EFENDI
No. Regristasi : 12601244018
Program : S1
Instansi/PT : Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat Instansi : Karangmalang Yogyakarta
Alamat Rumah : Jl. Beteng Utama Sinduharjo Ngaglik Sleman
No. Telp/ IIP : 085729155131

Telah selesai mengadakan penelitian di MTsN Prambanan Sleman dengan judul "TINGKAT KEMAMPUAN FOREHAND DRIVE SISWA PESERTA EKSTRAKURIKULER TENIS MEJA SMP SE -KABUPATEN SLEMAN", sedangkan penelitian dilaksanakan mulai tanggal 12 Mei 2016 s/d 19 Mei 2016.
Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 30 Juni 2016

Kepala



SIGIT SUGANDONO
NIP. 19620808 199803 1 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN SLEMAN
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI NGEMPLAK**

Jl. Raya Pokoh Wedomartani Ngemplak Sleman Pos 55684 Telp./Fax0274-4531987
Website : www.mtsnngemplak-sleman.sch.id, Email : mtsngemplak@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN

Nomor : B-244/MTs.12.03/PP.00/06/2016

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dra. Hj. Sri Haryati Handayani
NIP : 19620111 198603 2 001
Jabatan : Kepala MTsN Ngemplak Kab. Sleman

Berdasarkan surat Badan Perencanaan Pembangunan Daerah Pemerintah Kabupaten Sleman Nomor : 070/Bappeda/2046/2016 tanggal 11 Mei 2016 perihal Rekomendasi Penelitian, maka dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Iis Mega Efendi
NIM : 1260124418
Program/Tingkat : S1
Perguruan Tinggi : UNY Yogyakarta
Keperluan : Mengadakan penelitian
Lokasi : MTsN Ngemplak
Waktu : Selama 3 Bulan mulai tanggal 11 Mei s.d.10 Agustus 2016

telah melakukan penelitian dalam rangka penyusunan skripsi dengan judul Tingkat Kemampuan Forehand Drive Siswa Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja MTsN Ngemplak Kabupaten.Sleman pada tanggal 21 Mei 2016.

Demikian Surat Keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 30 Juni 2016



Hj. Sri Haryati Handayani
NIP.19620111 198603 2 001



**KEMENTERIAN AGAMA REPUBLIK INDONESIA
KANTOR KEMENTERIAN AGAMA KABUPATEN SLEMAN
MADRASAH TSANAWIYAH NEGERI GODEAN**

*Jl. Klaci Sidoagung Godean Sleman Yogyakarta 55564 Telp. (0274) 797389 Email:
mtsngodean*

**SURAT KETERANGAN
Nomor : B.246/MTs.12.05/PP.00/06/2016**

Yang bertanda tangan di bawah ini, Kepala Madrasah Tsanawiyah Negeri Godean

Menerangkan bahwa :

Nama : Iis Mega Efendi
NIM : 12601244018
Jenis Kelamin : Perempuan
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJKR)
Fakultas : FIK
Universitas : Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan Penelitian di MTs Negeri Godean pada semester Genap
Tahun Pelajaran 2015/2016 yang dilaksanakan pada tanggal 19 Mei 2016

Demikian surat keterangan ini kami buat, agar dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Godean , 29 Juni 2016

Kepala



H. Zuliadi, M.Ag

NIP.19620727 198803 1 003