

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga tenis meja merupakan olahraga yang cukup banyak peminatnya di Indonesia. Dengan semakin banyaknya klub tenis meja di berbagai wilayah di desa maupun di kota-kota, di sekolah-sekolah sampai perguruan tinggi. Tenis meja bukan merupakan olahraga yang mahal, semua orang bisa bermain baik kaya maupun miskin semua dapat bermain olahraga ini. Sepintas tenis meja merupakan olahraga yang sederhana dan mudah dipelajari tetapi apabila kita mempelajari lebih dalam, tenis meja merupakan olahraga dengan gerakan-gerakan yang kompleks. Permainan tenis meja merupakan salah satu dari cabang olahraga permainan yang mempergunakan bola kecil. Permainan tenis meja dikenal bangsa Indonesia kira-kira pada tahun 1930. Pada waktu itu permainan tenis meja hanya dimainkan oleh keluarga-keluarga dari Belanda dan suatu kelompok masyarakat tertentu saja, dan juga waktu itu olahraga tenis meja dimainkan guna mengisi waktu luang atau hanya untuk rekreasi orang-orang Belanda di balai-balai pertemuan (<http://pandri-16.blogspot.com/2011/10sejarah-olahraga-tenis-meja-atau-ping.html>).

Tenis meja mempunyai ciri khas tersendiri, hal ini disebabkan karena jenis bola, cara memukul, alat pukul, lapangan dan peraturannya. Tenis meja merupakan olahraga yang dapat dilakukan di mana saja karena dengan tinggi meja 76 cm, lebar 1,52 m dan panjang 2,71 m maka olahraga ini tidak terlalu membutuhkan tempat atau ruangan yang besar. Dengan bola yang kecil tenis meja merupakan olahraga yang membutuhkan kecepatan selain itu bet atau

racket yang digunakan kedua sisi-sisinya dilapisi karet dengan pantulan yang bervariasi.

Menurut Sajoto (1988: 12), kondisi fisik merupakan suatu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatan maupun pemeliharannya. Komponen-komponen kondisi fisik antara lain kekuatan, daya tahan, koordinasi, keseimbangan, kelentukan, dan kelincahan. Untuk dapat menguasai teknik-teknik dasar bermain tenis meja yang akan menunjang kemampuannya dalam bermain tenis meja seorang pemain harus memiliki kondisi fisik yang bagus, salah satunya kelincahan. Hal tersebut dikarenakan kelincahan tubuh seorang pemain tenis meja akan memudahkan seorang pemain untuk melakukan berbagai gerakan-gerakan agar dapat menjangkau bola yang datang dari lawan kemudian mengembalikan bola tersebut pada lawan dalam permainan tenis meja dengan optimal tanpa kehilangan keseimbangan ataupun mengalami cedera.

Untuk dapat bermain tenis meja atlet diharuskan mempunyai kemampuan teknik yang baik dan fisik yang prima. Salah satu unsur kemampuan fisik yang dibutuhkan dalam tenis meja yaitu kelincahan. Kelincahan merupakan kemampuan tubuh untuk bergerak berubah arah dalam waktu yang cepat dan tepat namun tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan mempunyai peranan yang signifikan terhadap kemampuan bermain tenis meja. Hal tersebut dikarenakan dengan adanya kelincahan akan memudahkan seorang pemain tenis meja untuk melakukan gerakan-gerakan yang sulit khususnya dalam menempatkan diri untuk dapat mengembalikan bola yang datang dari lawan, tidak mudah jatuh atau cedera ketika melakukan berbagai gerakan fisik dalam permainan tenis meja, dan mempermudah seorang pemain tenis meja untuk melakukan berbagai teknik-teknik dalam permainan tenis meja, seperti teknik memegang bet (*grip*), teknik siap sedia (*stance*), gerakan kaki (*footwork*), dan melakukan berbagai jenis-jenis pukulan

(*stroke*). Berdasarkan pernyataan tersebut, dapat diduga bahwa kelincahan mempunyai sumbangan terhadap kemampuan bermain tenis meja. Artinya, kemampuan bermain tenis meja seseorang akan semakin baik jika didukung oleh kelincahan pemain.

Tenis meja di UKM Universitas Negeri Yogyakarta merupakan tempat berlatih tenis meja mahasiswa UNY dari berbagai Fakultas. UKM tersebut mempunyai struktur organisasi di mana setiap mahasiswa yang ingin berlatih di UKM tersebut harus mendaftar terlebih dahulu. Dengan sarana dan prasarana yang baik menunjang mahasiswa rutin berlatih. Di UKM tersebut latihan satu minggu tiga kali, yaitu hari senin, rabu dan jumat. Untuk saat ini mahasiswa yang berlatih sekitar sepuluh atlet.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai sumbangan kelincahan terhadap kemampuan bermain tenis meja peserta UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Kelincahan mempunyai peranan yang signifikan terhadap kemampuan bermain tenis meja.
2. Belum diketahui kelincahan atlet tenis meja peserta UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta.

3. Belum diketahui sumbangan kelincahan terhadap kemampuan bermain tenis meja peserta UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas dan mengingat terbatasnya kemampuan tenaga, dan waktu peneliti. Peneliti hanya akan memfokuskan pada “Sumbangan kelincahan terhadap kemampuan bermain tenis meja peserta UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah, maka dapat dikemukakan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: seberapa besar sumbangan kelincahan terhadap kemampuan bermain tenis meja peserta UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: untuk mengetahui besarnya sumbangan kelincahan terhadap kemampuan bermain tenis meja peserta UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Memberikan sumbangan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.
- b. Dapat dijadikan bahan kajian untuk peneliti selanjutnya agar hasilnya lebih mendalam.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan informasi mengenai sumbangan kelincahan terhadap kemampuan bermain tenis meja peserta UKM tenis meja di Universitas Negeri Yogyakarta.
- b. Sebagai bahan pertimbangan meningkatkan latihan yang lebih lanjut di UKM tenis meja Universitas Negeri Yogyakarta.