

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tenis meja juga merupakan olahraga yang populer di Indonesia, dari kota hingga desa hampir selalu ada sarana bermain tenis meja. Sekarang ini, perkembangan tenis meja makin pesat, sehingga persaingan prestasi makin bertambah ketat. Oleh karena itu, pemain tenis meja pada dasarnya membutuhkan kemampuan untuk melakukan berbagai macam pukulan dan keterampilan memainkan raket atau bed. Para pelatih diharapkan dapat memberikan latihan berbagai macam pukulan dasar yang ada dalam permainan tenis meja agar anak asuhnya dapat mencapai sukses dalam pertandingan. Komponen yang penting dalam mempersiapkan atletnya adalah program latihan teknik meliputi teknik pegangan, teknik pukulan dan teknik bermain. Latihan taktik meliputi taktik bermain tunggal dan ganda, cukupkan latihan mental dengan cara banyak melakukan uji tanding. Hal inilah yang disebut pendekatan ilmiah dalam pembinaan tenis meja.

Pencapaian prestasi tenis meja dapat optimal jika latihan dilakukan sejak usia dini. Adanya waktu dan kesempatan berlatih yang lebih banyak maka diharapkan anak-anak tersebut tumbuh menjadi petenis meja yang baik yang dapat menguasai segala macam teknik dasar permainan tenis meja. Selain itu, untuk meningkatkan prestasi permainan tenis meja diperlukan organisasi yang baik dengan para pelatih yang berpengetahuan khusus dan mendasar untuk dapat melatih dan mengajar tenis meja. Latihan yang teratur,

dengan kemauan yang keras dan ulet serta mengikuti instruksi pelatih juga merupakan factor pencapaian prestasi tenis meja. Faktor lain yang dapat mengoptimalkan pencapaian prestasi dalam tenis meja yakni dengan diadakannya sekolah tenis meja ataupun diselenggarakan kegiatan ekstrakurikuler tenis meja dari tingkat Sekolah Dasar sampai dengan Sekolah Menengah Atas.

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan program sekolah, berupa kegiatan siswa di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, optimasi untuk pelajaran terkait, menyalurkan bakat dan minat, pengayaan serta lebih memantapkan kepribadian siswa. Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan di luar jam pelajaran yang tercantum dalam susunan program sesuai dengan keadaan dan kebutuhan sekolah (Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah, 2003:4). Kegiatan ekstrakurikuler antara lain: kepramukaan, olahraga (catur, bola voli, tenis meja, sepak bola) dan lain-lain. Cukupkan kegiatan kokurikuler adalah kegiatan di luar jam pelajaran yang bertujuan siswa agar lebih memperdalam dan lebih menghayati apa yang bertujuan siswa agar lebih memperdalam dan lebih menghayati apa yang dipelajari dalam kegiatan intrakurikuler. Kegiatan kokurikuler dilaksanakan dalam bentuk kegiatan, seperti mempelajari buku-buku tertentu, membuat berbagai makanan kecil, membatik dan lain-lain.

Dalam bidang olahraga, kegiatan ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya pembinaan bagi siswa yang pada gilirannya akan ditingkatkan dengan

berbagai bentuk latihan khusus serta latihan uji coba atau latihan pertandingan antar pelajar sesuai dengan tingkat pendidikan. Hal ini sangat penting agar pembibitan dan pembinaan olahraga dikalangan pelajar akan terus meningkat sejalan dengan harapan dalam mencapai tujuan yang maksimal.

Di daerah Kecamatan Turi terdapat beberapa Sekolah Dasar, dari beberapa sekolah dasar tersebut tidak semua melaksanakan kegiatan ekstrakurikuler. Salah satu sekolah dasar yang menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler tersebut atas usulan dan dukungan dari wali murid, dewan sekolah dan guru yang bertujuan meningkatkan kesegaran jasmani, kemampuan dan keterampilan siswa serta memberi kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan bakatnya diluar jam pendidikan sekolah atau akademik.

Berbagai kegiatan ekstrakurikuler yang diselenggarakan di SD Negeri Donokerto ialah: pramuka, UKS dan olahraga prestasi. Ekstrakurikuler olahraga dalam hal ini adalah: tenis meja. Ekstrakurikuler olahraga bukan hanya bertujuan untuk mengembangkan bakat juga menggali bakat yang terpendam untuk dibina dalam kegiatan tersebut sehingga diharapkan dapat mencapai sebuah prestasi. Pada kegiatan ekstrakurikuler dalam cabang olahraga tenis meja, SD Negeri Donokerto telah memiliki beberapa alat dan fasilitas diantaranya: satu buah lapangan tenis meja beserta perlengkapannya, ruangan tempat berlatih dan seorang guru yang membina sekaligus melatih dalam ekstrakurikuler tersebut.

Berbagai macam sarana dan alat tersebut diharapkan kegiatan ekstrakurikuler tenis meja dapat berjalan dengan baik, sehingga pelatih tidak mengalami hambatan dalam melaksanakan program latihannya. Dengan begitu kegiatan ekstra di SD Negeri Donokerto dapat menghasilkan atlet tenis meja salah satu cabang yang diminati siswa terbukti ada 17 siswa putra dan putri yang mengikuti kegiatan ekstra tersebut. Kegiatan ekstra tenis meja dilaksanakan setiap hari Senin dan Rabu pukul 14.00 WIB sampai dengan 16.00 WIB yang bertempat di salah satu ruangan SD Negeri Donokerto. Dan selalu mengirimkan atletnya ke Pekan Olahraga dan Seni serta Pekan Olahraga Usia Dini yang diselenggarakan oleh Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman melalui seleksi ditingkat Kecamatan. Hal tersebut merupakan bukti bahwa dengan adanya kegiatan ekstra tenis meja di SD Negeri Donokerto dapat meningkatkan prestasi olahraga khususnya cabang tenis meja serta sekaligus sebagai pembibitan atlet di wilayah Kecamatan Turi yang masih sedikit sekali pemain pemula cabang tenis meja. Dengan demikian diharapkan kegiatan ekstrakurikuler tersebut dapat terus ditingkatkan yang nantinya dapat melahirkan atlet-atlet berbakat sampai tingkat propinsi bahkan nasional.

Berbagai macam bentuk latihan teknik dasar permainan tenis meja yang dilakukan pelatih pada siswanya untuk dapat bermain dengan baik dan berprestasi secara optimal, salah satunya adalah latihan teknik *Stroke* (pukulan). Pukulan (*stroke*) dalam permainan tenis meja ada berbagai teknik menurut Alex Kertamanah (1993:26) antara lain: 1. *Drive*, 2. *Push*, 3. *Block*, 4. *Smash*, 5. *Service*, 6. *Service Return*, 7. *Half Volley*, 8. *Side Slip Shot*, 9.

Loop, 10. *Flick*, 11. *Drop Shot*, 12. *Short Cut*, 13. *Long Cut*, 14. *Lobbing*.

Tiap-tiap teknik memiliki peran yang sangat penting dalam permainan tenis meja, bila pemain memiliki pukulan yang baik, namun tidak didukung oleh gerakan kaki yang baik, maka seorang pemain akan menemui hambatan dalam permainannya. Oleh karena itu, atlet perlu mendapat pematangan dalam menguasai teknik-teknik latihan yang diberikan guru atau pelatihnya.

Dalam kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SD Negeri Donokerto latihan teknik dasar pukulan tersebut terus-menerus dilakukan oleh pelatih pada atletnya agar memiliki kemampuan teknik *forehand* (pukulan) yang baik, sehingga tidak banyak menemui kesulitan dalam melakukan pukulan saat bermain dalam suatu pertandingan. Diantara beberapa jenis pukulan dasar teknik *forehand* yang diberikan pada latihan ekstrakurikuler tersebut adalah teknik *forehand*. Teknik ini perlu dikuasai oleh atlet bahkan menjadi satu teknik wajib yang harus dimiliki. Kemampuan *forehand* berhubungan erat dengan kematangan dan frekuensi latihan, artinya untuk menguasai teknik *forehand* yang baik, seorang atlet harus berlatih dengan intensif dan terprogram secara matang.

Dalam permainan tenis meja teknik *forehand* merupakan penentu bagi kelanjutan keberhasilan bermain tenis meja. Menurut Peter Simpson (2007:25), pemain tenis meja kaliber dunia dengan segala macam teknik yang tinggi tetap harus mampu menyerang dengan pukulan *forehand* yang sederhana sekali. Jangan membuat kesalahan bahwa teknik *forehand* hanya untuk pemain pemula. Pada beberapa pertandingan tingkat nasional maupun

internasional jenis pukulan ini selalu tetap digunakan. Oleh sebab itu, teknik dasar *forehand* harus dikuasai, dipelajari dan dipraktikkan dengan benar, sehingga seorang atlet dapat memiliki kemampuan untuk menyerang.

Mengingat pentingnya kemampuan pukulan *forehand* dalam bermain tenis meja, maka penelitian ini diarahkan untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan *forehand* pada siswa kelas V yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga tenis meja di Sekolah Dasar Negeri Donokerto.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Pelaksanaan ekstrakurikuler tenis meja hanya terbatas pada siswa tertentu.
2. Belum adanya data tentang prestasi olahraga tenis meja di Kecamatan Turi.
3. Belum diketahui kemampuan pukulan *forehand* dalam tenis meja sebagai modal bermain tenis meja terutama siswa kelas V di SD Negeri Donokerto, Turi.

C. Pembatasan Masalah

Ruang lingkup permasalahan dilakukan untuk membatasi permasalahan yang terlalu luas. Berdasarkan identifikasi masalah di atas, penelitian ini difokuskan pada kemampuan pukulan *forehand* kelas V Sekolah Dasar Negeri Donokerto yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga permainan tenis meja.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Seberapa tingkat kemampuan *forehand* siswa kelas V yang mengikuti ekstrakurikuler permainan tenis meja di SD Negeri Donokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah: Untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand* siswa kelas V yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SD Negeri Donokerto, Kecamatan Turi, Kabupaten Sleman.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun praktis, diantaranya:

1. Manfaat teoritis
 - a. Menambah bahan pustaka bagi mahasiswa UNY pada umumnya dan mahasiswa Program Studi PPKHB pada khususnya.
 - b. Dapat menjadi acuan bagi yang berniat untuk mengadakan penelitian dengan factor-faktor yang lain.
2. Manfaat praktis
 - a. Bagi guru atau pelatih

Akan memberikan informasi tentang kemampuan anak didiknya dalam melakukan pukulan *Forehand* pada permainan tenis meja
 - b. Bagi siswa

Dapat mengukur kemampuan masing-masing siswa pada pukulan *forehand*, sehingga diharapkan untuk lebih termotivasi untuk lebih keras berlatih untuk meningkatkan kemampuannya.

c. Bagi sekolah

Menjadi sumber informasi akan kemampuan tenis meja siswa sehingga diharapkan akan mudah mencari atlet berbakat yang dapat membela sekolah.