

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Permainan tenis meja atau table tennis adalah salah satu materi yang sudah tercantum dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP), yang juga merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang paling dikenal masyarakat di Indonesia.

SMA Negeri 1 Gorontalo, baik putra maupun putri sudah mampu melakukan permainan tenis meja akan tetapi masih banyak teknik-teknik yang belum dikuasai. Adapun faktor yang menyebabkan mereka tidak menguasai teknik jika dilihat dari kenyataan siswa masih kurang melakukan latihan dan penguasaan teknik, sebab untuk mencapai suatu prestasi memerlukan kemampuan teknik dan fisik yang prima. Unsur-unsur fisik tersebut seperti kekuatan, kecepatan, kecepatan reaksi tangan, kecepatan reaksi kaki, kecepatan bergerak tangan, kelentukan pergelangan tangan dan lain-lain.

Dalam permainan tenis meja terdapat beberapa teknik yang merupakan dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain tenis meja agar dapat bermain dengan baik. Salah satu teknik dasar yang dimaksud adalah teknik pukulan. Pada dasarnya bahwa teknik pukulan yang ada dalam permainan tenis meja bersumber dari dua jenis pukulan yakni pukulan *forehand* dan *backhand*, baik *servis*, *smash*, *drive*, *topspin* dan sebagainya, Penelitian ini berfokus pada ketepatan pukulan *backhand*.

Perlu disadari bahwa teknik pukulan *backhand* yang baik tidak akan terjadi tanpa ditunjang oleh beberapa faktor, salah satu yang sangat berperan adalah kemampuan fisik, di samping teknik dan mental. Selain itu juga, yang menyebabkan siswa SMA Negeri 1 Gorontalo tidak dapat melakukan teknik pukulan *backhand*. adapun faktor yang mempengaruhi ketidakmampuan siswa dalam melakukan pukulan dengan baik yaitu kelentukan pergelangan tangan yang masih kaku ketika memukul bola, kurangnya kemampuan siswa tentang teknik dasar pada permainan tenis meja khususnya teknik pukulan *backhand*, serta siswa tidak tepat memposisikan bola pada permukaan meja saat melakukan pukulan *backhand*.

Maka dari fenomena di atas, membuat peneliti termotivasi untuk melakukan sebuah kajian ilmiah dalam bentuk penelitian untuk mengetahui apakah melatih kelentukan pergelangan tangan dapat memberikan pengaruh terhadap ketepatan pukulan *backhand*. penelitian ini diformulasikan dalam judul “Pengaruh latihan kelentukan pergelangan tangan terhadap ketepatan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gorontalo”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan hasil pengamatan dilapangan, maka peneliti mengidentifikasi masalah adalah :

- 1) Kurang tepat posisi bola pada permukaan meja saat melakukan pukulan *backhand*

- 2) Kurangnya kelentukan pergelangan tangan siswa pada saat memukul bola
- 3) Kurangnya kemampuan siswa tentang penguasaan teknik dasar pada permainan tenis meja khususnya teknik pukulan *backhand*.

### **C. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh latihan kelentukan pergelangan tangan terhadap ketepatan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gorontalo” ?

### **D. Tujuan Penelitian**

Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan kelentukan pergelangan tangan terhadap ketepatan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Gorontalo.

### **E. Manfaat Penelitian**

#### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan pemahaman terhadap pengembangan teori tenis meja pada umumnya serta latihan teknik pukulan *backhand* pada khususnya.

#### **2. Manfaat Praktis**

##### a) Bagi Sekolah

- 1) Dapat menjadikan siswa akan lebih termotivasi dalam pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya dalam pembelajaran tenis meja.

- 2) Sebagai bahan masukan bagi guru pendidikan jasmani dan kesehatan dalam mengajarkan tenis meja khususnya teknik pukulan *backhand* di Sekolah.
- 3) Sebagai bahan pelajaran kepada sekolah dalam memperkaya ilmu pengetahuan dalam pendidikan jasmani khususnya tenis meja.

b) Bagi Pembaca

Manfaat yang dapat diperoleh dalam penelitian ini bagi pembaca yaitu diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan motivasi mengenai latihan kelentukan pergelangan tangan terhadap ketepatan pukulan *backhand* pada permainan tenis meja.

c) Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini bagi peneliti yakni mendapatkan pengalaman berharga yang merupakan latihan berpikir yang bertindak secara ilmiah guna meningkatkan mutu pembelajaran penjaskes mengenai latihan teknik pukulan *backhand* terhadap ketepatan bermain tenis meja.