

## ABSTRAK

**Isra Niati, “Pengaruh Latihan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Pada Permainan Tenis Meja Siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo”** skripsi dibawah bimbingan Dra Nurhayati Liputo, M.Pd. dan Zulkifli Lamusu S.Pd, M.Pd.

Adapun yang menjadi permasalahan pada penelitian ini yaitu apakah terdapat Pengaruh Latihan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Pada Permainan Tenis Meja Siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo?

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah benar, Pengaruh Latihan kelentukan Pergelangan Tangan Menentukan Ketepatan Pukulan Backhand Pada Siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo. Dan Seberapa Besar Pengaruh Latihan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Pada Permainan Tenis Meja Siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo.

Penelitian ini dilaksanakan dengan cara, untuk mengukur Pritest Dan Postest, Ketepatan Pukulan Backhand Dengan Cara Teste Berdiri di Depan meja Dengan posisi Siap Untuk Melakukan Pukulan Backhand Dimana Ketepatan Pukulan Backhand Terarah. Dan Dilakukan Sebanyak 10 Kali.

Hasil pengujian di peroleh  $t_{hitung} = 9.44$ . Nilai  $t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$ ; dk = n-1 (20-1 =19) di peroleh harga sebesar 1.7291. Jadi,  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $7.46 > 1.7291$ ). Berdasarkan kriteria pengujian bahwa tolak  $H_0$ : Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  pada  $\alpha = 0,05$ ; n - 1, oleh karena itu hipotesis alternatif atau  $H_1$  dapat di terima, sehingga dapat dinyatakan “Ada pengaruh latihan kelentukan pergelangan tangan terhadap ketepatan pukulan *backhand* pada permainan tenis meja siswa SMP Negeri 8 Kota Gorontalo”.

Kata kunci : Kelentukan Pergelangan Tangan, Pukulan Backhand