

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga disebut sebagai suatu aktivitas fisik yang banyak dilakukan oleh masyarakat, keberadaannya sekarang ini tidak lagi dipandang sebelah mata tetapi sudah menjadi bagian dari kegiatan masyarakat. Sebab olahraga dewasa ini sudah menjadi terkenal di masyarakat baik orang tua, remaja maupun anak-anak. Karena olahraga mempunyai makna tidak hanya untuk kesehatan, tetapi lebih dari itu ialah juga sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi. Sebagai contoh salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat ialah cabang tenis meja. Melalui kegiatan tenis meja ini para remaja banyak menyukai manfaatnya, baik dalam pertumbuhan fisik, mental maupun sosial.

Tenis meja adalah olahraga raket/bet yang paling terkenal di dunia dan jumlah partisipasinya yang menempati urutan kedua. Tenis meja juga merupakan olahraga yang telah menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam olimpiade, dan mendapat perhatian khusus di dunia internasional. Dalam perkembangannya yang sangat pesat, para penggemar olahraga tenis meja dituntut untuk mempelajari dan menganalisa kepesatannya lebih mendalam hingga ke detail-detailnya. Dengan demikian kita akan mengetahui cara-cara terbaru yang akan membawa para pemain meningkatkan mutu teknik bermain dan bertanding yang akan menuju kearah keberhasilan. Kita tentu sependapat bahwa tingkat kesempurnaan hanya akan terwujud melalui sistem latihan yang penuh disiplin disertai keteguhan hati dalam meraih kesuksesan.

Berdasarkan hasil pengamatan penulis, mahasiswa pada umumnya memiliki keinginan yang besar untuk bermain dengan pukulan *forehand* yang baik. Akan tetapi kemampuan mahasiswa didalam melakukan pukulan *forehand* masih lemah. Berdasarkan pada hal tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian eksperimen dengan judul “*pengaruh latihan cable cross over terhadap peningkatan pukulan forehand pada cabang olahraga tenis meja*”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas maka dapatlah penulis dapat mengidentifikasi masalah yang ada yakni :

1. Apakah terdapat pengaruh *cable coss over* terhadap peningkatan pukulan *forehand* pada cabang tens meja ?
2. Bagaimana pengaruh *cable coss over* terhadap peningkatan pukulan *forehand* pada cabang tens meja ?
3. Adakah pengaruh *cable coss over* terhadap peningkatan pukulan *forehand* pada cabang tens meja ?

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang ada maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah Apakah terdapat pengaruh latihan *cable cross over* terhadap peningkatan pukulan *forehand* pada cabang olahraga tenis meja?

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian eksperimen ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *cable cross over* terhadap peningkatan pukulan *forehand* pada cabang olahraga tenis meja.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Bagi pelatih-pelatih tenis meja diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan informasi tentang pembinaan, penguasaan teknik-teknik dasar dalam permainan tenis meja. Selain itu juga sebagai bahan informasi dalam upaya pengembangan dan pembinaan prestasi olahraga khususnya di Gorontalo.

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pembelajaran bagi mahasiswa untuk meningkatkan latihan pukulan *forehand* pada cabang olahraga tenis meja. Untuk memberikan masukan bagi dosen tentang kegunaan latihan *cable cross over* terhadap peningkatan pukulan *forehand* pada cabang olahraga tenis meja.