

Ringkasan

ANDRY SETIAWAN. Peningkatan Hasil Keterampilan Pukulan *Backhand Topspin* Melalui Latihan Pantul Pukul Bola Tenis Meja Pada Mahasiswa KOP Tenis Meja FIK Universitas Negeri Jakarta (2015). Skripsi. Jakarta: Olahraga Pendidikan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta, Januari 2015.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil pukulan *backhand topspin* melalui latihan pantul pukul bola tenis meja. Penelitian ini dilaksanakan di Universitas Negeri Jakarta. Metode penelitian yang digunakan adalah metode Penelitian Tindakan (*Action Research*). Teknik pengambilan data dengan pengambilan data kuantitatif dan kualitatif. Pelaksanaan penelitian tindakan melibatkan ahli dalam bidang-bidang pendidikan jasmani dan kepelatihan khususnya cabang olahraga tenis meja sebagai kolaborator. Penelitian ini dilaksanakan sebanyak 2 siklus yaitu siklus I dan siklus II dan diawali dengan kegiatan observasi dan tes awal. Pelaksanaan penelitian ini bersamaan dengan latihan KOP mahasiswa atau atlet tenis meja FIK Universitas Negeri Jakarta.

Kegiatan observasi dan tes awal disimpulkan mahasiswa atau atlet belum memahami konsep pukulan *backhand topspin* dan tahapan pukulan *backhand topspin* yang tidak sesuai dengan tahapan gerak yang benar.

Kegiatan siklus I yang direalisasikan dalam bentuk tindakan I memberikan hasil sebagai berikut: 1) Pemahaman konsep *backhand topspin* mulai terlihat adanya peningkatan. 2) Mahasiswa atau atlet belum dapat melakukan tahapan persiapan dengan sempurna yaitu sudut bet tidak terbuka. 3) Mahasiswa atau atlet belum dapat melakukan gerakan perkenaan dengan sempurna dikarenakan gerakan lengan mendorong kesamping. 4) Mahasiswa atau atlet belum dapat melaksanakan tahap gerakan akhir dengan sempurna dikarenakan sudut bet kurang ditutup. 5) Mahasiswa atau atlet sudah menunjukkan sikap yang positif khususnya kerja sama dan keberanian yang meningkat.

Kegiatan siklus II yang direalisasikan dalam bentuk tindakan II memberikan hasil sebagai berikut: 1) Mahasiswa atau atlet sudah memahami konsep pukulan *backhand topspin* yang benar. 2) Mahasiswa atau atlet mampu melakukan tahapan pukulan *backhand topspin* dengan benar. 3) mahasiswa atau atlet memiliki motivasi dan semangat dalam melaksanakan latihan dan menunjukkan sikap-sikap yang positif.

Hasil penelitian ini adanya peningkatan hasil latihan keterampilan pukulan *backhand topspin* melalui latihan pantul pukul bola tenis meja. Peningkatan tersebut terlihat dari nilai rata-rata tes awal mahasiswa atau atlet = 68, siklus I = 77 dan siklus II = 83. Untuk ketuntasan latihan mahasiswa atau atlet hasil tes awal mahasiswa atau atlet yang dinyatakan tuntas sejumlah 4 orang (26.7%) dengan mendapatkan nilai diatas 70, siklus I mahasiswa atau atlet yang dinyatakan tuntas sejumlah 12 orang (80%) dengan keterangan yaitu terdapat 46.7% atau 7 mahasiswa atau atlet dengan nilai 70 – 79 dan 33.3% atau 5 orang mahasiswa atau atlet dengan nilai 80 – 89, dan siklus II mahasiswa atau atlet yang dinyatakan tuntas sejumlah 15 orang (100%) yaitu 2 orang (13.3%) mahasiswa atau atlet mendapat nilai 90, 10 orang (66.7%) mendapat nilai 80 - 89, dan 3 orang (20%) yang mendapatkan nilai 70 - 79.

Tes ini telah diuji dan telah memiliki Standard Norma Baku Tes. Tes *Backhand Topspin* ini memiliki tingkat validitas yang tinggi. Kemudian tingkat Reliabilitas (r) = 0.82

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah Subbhanahu Wataala, atas segala limpahan rahmat sehingga penelitian dengan judul ” Peningkatkan Hasil Keterampilan Pukulan *Backhand Topspin* Melalui Latihan Pantul Pukul Bola Tenis Meja Pada Mahasiswa KOP Tenis Meja FIK Universitas Negeri Jakarta” dapat diselesaikan.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada Dr. Abdul Sukur , S.Pd, M.Si selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Dr. Johansyah Lubis, M.Pd selaku Ketua Jurusan Olahraga Pendidikan, Dr. Yusmawati, M.Pd selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani sekaligus dosen pembimbing I, Eka Fitri Novita Sari, M.Pd selaku dosen pembimbing II, Drs. Bambang Kridasuwarmo, M.Pd selaku Dosen ahli Tenis Meja, Bapak/Ibu Dosen serta karyawan FIK UNJ, dan kepada para mahasiswa KOP tenis meja, serta rekan-rekan yang telah membantu dalam penelitian.

Akhirnya rasa terimakasih yang begitu mendalam penulis sampaikan kepada kedua orang tuaku Bapak Rudy Tack dan Ibu Megawati, dan segenap keluarga besarku tercinta yang selalu memberikan doa, dukungan dan motivasinya sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik.

Jakarta, Januari 2015

AST