

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kesehatan merupakan salah satu penunjang aktifitas dalam kehidupan manusia. Salah satu cara agar menjaga kesehatan tersebut adalah dengan aktivitas berolahraga. Menurut Jusrianto (Jusrianto, 2020), melalui olahraga kita dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani, serta dapat membentuk watak manusia yang adil, disiplin dan sportif. Olahraga adalah aktifitas fisik yang menggunakan otot-otot besar dalam melakukan aktifitasnya. Di Indonesia maupun di dunia ada banyak sekali cabang olahraga yang sudah lama ditekuni oleh para atlet, salah satunya adalah olahraga Tenis Meja.

Permainan tenis meja dapat dimainkan oleh semua lapisan masyarakat mulai dari anak-anak sampai orang dewasa baik laki-laki maupun perempuan, tidak memerlukan tempat yang luas, alat yang digunakan ringan dan mudah didapat, peralatannya pun bervariasi harganya sehingga terjangkau harganya oleh hampir semua kalangan masyarakat. Banyak orang yang sudah menjalani permainan tenis meja ini, baik hanya sekedar hobi maupun sebagai bidang profesional.

Tenis meja merupakan salah satu permainan olahraga dengan menggunakan bola kecil. Tenis meja Menurut Aji (Aji, 2016), tenis meja adalah permainan olahraga

Dengan memantul-mantulkan bola di atas meja menggunakan bet. Jika dilihat secara singkat, tenis meja merupakan olahraga yang tidak terlalu rumit untuk dikuasai. Meskipun demikian jika dipelajari lebih mendalam tenis meja merupakan satu cabang olahraga permainan yang sangat kompleks. Beberapa hal tersebut di atas secara keseluruhan harus dapat dilakukan dalam waktu yang singkat, maka permainan tenis meja yang bermutu hanya dapat dilakukan oleh seseorang yang dapat melakukan sesuatu dengan cermat dan cepat. Permainan tenis meja menggunakan beberapa peralatan antara lain ; meja, net, bola dan bet. Menurut Bawono (Bawono, 2016), permainan tenis meja memerlukan keterampilan dasar yang baik dan benar.

Salah satu faktor yang menentukan keberhasilan permainan tenis meja adalah kemampuan teknik dasar yang dimiliki oleh pemain. Untuk mendapatkan nilai yang besar dalam permainan, dibutuhkan ketepatan pukulan yang sesuai. Salah satu pukulan yang ada dalam permainan tenis meja adalah *forehand smash*.

Pukulan *forehand* merupakan pukulan utama dalam permainan tenis meja. Menurut Sridadi dalam Aris, kontrol bola *forehand* merupakan salah satu bentuk latihan pengenalan terhadap bola dan net (Aris, 2017). Pukulan *forehand* ini adalah salah satu bentuk pukulan dalam tenis meja yang arahnya sesuai dengan ayunan tangan. Gerakan memukul bola dengan cara mendorong dari arah kanan badan. Biasanya pukulan *forehand* digunakan untuk mengembalikan bola dan menyerang. Pukulan *forehand* juga banyak digunakan untuk memulai permainan atau *service*. Oleh sebab itu, pukulan *forehand* sangat berpengaruh sekali terhadap kemampuan bermain seseorang.

Teknik dasar lain yang juga berhubungan dengan akurasi pukulan dalam permainan tenis meja adalah teknik gerakan kaki (*footwork*). Menurut Kertamanah (Kertamanah, 2003), untuk meraih suatu keahlian memukul bola pada titik tertinggi, maka menguasai teknik *footwork* merupakan hal yang sangat penting. Menurut Aji, teknik gerakan kaki dalam tenis meja dibedakan bagi nomor tunggal ataupun ganda (Aji, 2016). Arah gerakan kaki ke depan, ke belakang, ke samping kanan dan ke samping kiri, ataupun secara diagonal.

Menurut buku *A Study of Modern Table Tennis Techniques* (Kajian Teknik-Teknik Tenis Meja Modern) dalam Kertamanah (Kertamanah, 2003), dikemukakan bahwa terdapat lima gerakan kaki dalam permainan tenis meja: 1) *single step* (langkah tunggal); 2) *stride* (langkah maju); 3) *skip* (loncatan); 4) *side step* (langkah samping); dan 5) *crossover step* (langkah menyilang). Teknik *footwork side step* merupakan teknik yang banyak digunakan oleh pemain pemula dan lebih mudah untuk dipraktikkan.

Kertamanah berpendapat bahwa memukul bola tenis meja bukan hanya perlu keterampilan tangan saja, namun harus ditunjang dengan sistem gerak langkah kaki yang sempurna, sehingga upaya untuk merebut kesempatan menyerang semakin meyakinkan (Kertamanah, 2003).

Bawono (Bawono, 2016), dalam penelitiannya yang berjudul Hubungan *Footwork* dan Pukulan Dengan Kemampuan Bermain Tenis Meja Mahasiswa UKM Tenis Meja Universitas Negeri Yogyakarta mengemukakan bahwa ada hubungan positif signifikan antara *footwork* dan pukulan dengan kemampuan bermain tenis

meja mahasiswa UKM Tenis Meja Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2016 dengan hasil (1) ada hubungan positif signifikan antara *footwork* dengan kemampuan bermain tenis meja, $r_{hitung} = 0,864 > r_{tabel} = 0,444$. (2) Ada hubungan positif signifikan antara pukulan dengan kemampuan bermain tenis meja, dengan nilai $r_{hitung} = 0,931 > r_{tabel} = 0,444$ (3) Ada hubungan positif signifikan antara *footwork* dan pukulan secara bersamaan dengan kemampuan bermain tenis meja, dengan nilai $F_{hitung} = 63,838 > F_{tabel} = 3,59$.

Ketidaktahuan pemain tentang hubungan besar tersebut menyebabkan banyaknya kesempatan menyerang menjadi hilang. Selain itu, banyak juga pemain yang akhirnya menanggap *footwork* tidak penting dalam permainan tenis meja. Padahal, *Footwork* menjadi salah satu bagian yang sangat penting dalam menentukan akurasi pukulan pemain dalam permainan tenis meja.

Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Hubungan *Footwork* Dengan Akurasi Pukulan *Forehand Smash* Pada Permainan Tenis Meja", sehingga pemain tenis meja pemula dapat menyadari betapa pentingnya memiliki teknik *footwork* yang benar dalam permainan tenis meja.

B. Identifikasi Masalah

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

1. Ketidaktahuan pemain pemula mengenai pentingnya teknik *footwork*.

2. Masih minimnya pemain yang menyadari bahwa kekuatan permainan tidak hanya ditentukan oleh teknik pukulan tangan.
3. Kurangnya pengetahuan pemain tentang pengaruh gerak kaki terhadap pukulan.
4. Kurang bervariasinya latihan yang meningkatkan kemampuan *footwork*.

C. Pembatasan Masalah

Pembatasan masalah dibuat untuk menghindari pengembangan masalah yang terlalu luas. Maka dari itu, peneliti membatasi penelitian ini untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara *footwork* dengan akurasi pukulan *forehand smash* dalam permainan tenis meja di PTM Silamba, Penggilingan, Jakarta Timur dengan responden yang berusia antara usia 10 – 13 tahun dan dikategorikan sebagai pemain pemula. Teknik *footwork* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *side step*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi serta pembatasan masalah di atas, maka perumusan masalah yang diajukan yaitu apakah terdapat hubungan antara *footwork side step* dengan ketepatan pukulan *forehand smash* dalam permainan tenis meja di PTM Silamba?

E. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan perumusan masalah yang telah di buat, kegunaan atau manfaat penelitian yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis, yaitu bermanfaat sebagai bahan referensi serta penambahan wawasan baru mengenai *footwork*, *forehand smash* serta hubungan *footwork* dengan akurasi pukulan *forehand smash* dalam permainan tenis meja.
2. Manfaat praktis penelitian ini yaitu (1) Bagi peneliti bermanfaat dalam menemukan jawaban dari masalah penelitian, (2) bagi calon peneliti bermanfaat untuk menambah pengetahuan baru dan tambahan informasi bagi penelitian selanjutnya, (3) bagi atlet dan pelatih bermanfaat untuk menambah informasi dan mengaplikasikannya dalam latihan sehari-hari.

