

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan aktivitas fisik yang menggunakan otot-otot besar, dalam melaksanakan aktivitas tersebut yang mempunyai ciri permainan dan kompetitif. Otot-otot besar tersebut merupakan otot-otot yang biasa digunakan untuk aktifitas-aktifitas seperti lari, lompat dan sebagainya. Dalam kegiatan olahraga tersebut, pelaku mengerahkan energi maksimal atau hampir maksimal dalam aspek fisik, mental emosional, maupun sosial.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak.

Fungsi pendidikan jasmani yang mengutamakan aktifitas-aktifitas jasmani, berperan dalam pembinaan dan pengembangan individu dalam menunjang pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, sosial serta emosional yang serasi, selaras dan seimbang. Sedangkan tujuannya membantu siswa untuk peningkatan kesegaran jasmani melalui pengenalan dan penanaman sikap positif, kemampuan gerak dasar dan berbagai aktivitas jasmani.

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak pengemarnya, tidak terbatas pada tingkat usia remaja saja, tetapi juga anak-anak dan orang tua, pria dan wanita cukup besar peminatnya, hal ini disebabkan karena olahraga yang satu ini tidak terlalu rumit untuk diikuti.

Tenis meja adalah cabang olahraga yang tercantum dalam kurikulum pendidikan Indonesia. Dalam perkembangan olahraga dewasa ini, tenis meja menjadi salah satu nomor olahraga yang dilombakan dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN) baik pada tingkat kabupaten, provinsi, maupun tingkat nasional. Bahkan telah dipertandingkan pada olimpiade internasional, dan sudah mendapat tempat khusus di dunia internasional.

Permainan tenis meja adalah salah satu permainan yang memerlukan bet untuk memukul bola yang dipukul bolak-balik melewati net dan masuk ke lapangan. Tenis meja dimainkan pada arena lapangan berbentuk empat persegi panjang yang datar dengan lebar 1,525 meter dan panjang 2,74 meter serta dengan tinggi 76 cm dari lantai (Simpson, 2004:11).

Seiring dengan perkembangan dan kemajuan zaman, manusia kurang menyadari bahwa pentingnya aktivitas olahraga, olahraga mempunyai peran yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Melalui olahraga kita dapat membentuk manusia yang sehat jasmani dan rohani, serta dapat membentuk watak manusia yang adil, disiplin dan sportif dan pada akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Olahraga adalah aktifitas fisik yang menggunakan otot-otot besar dalam melakukan aktifitasnya dan dapat menghasilkan prestasi sebagai batas akhirnya, salah satu pukulan yang terkandung dalam permainan tenis meja adalah pukulan *forehand* dan *backhand*.

Dalam permainan tenis meja dikenal beberapa teknik dasar permainan, diantaranya teknik memegang bet (*grip*), teknik siap sedia (*stance*), teknik gerakan kaki (*footwork*) dan teknik pukulan (*stroke*). Teknik dasar ini merupakan suatu pondasi dalam kita bermain tenis meja. Dalam bermain tenis meja terdapat

banyak teknik memegang bet. Permainan tenis meja dipengaruhi oleh teknik memegang bet (*grip*), oleh karena itu setiap pemain harus menguasai teknik dasar memegang bet begitu juga dengan teknik Pengaturan kaki (*stance*) sangat penting dalam bermain tenis meja, tetapi banyak pemain yang tidak menyadarinya. Banyak pemain yang menempatkan posisi kaki di tengah meja sehingga kesulitan saat melakukan penyerangan maupun *blocking*. Pada umumnya ada dua cara untuk melakukan penyerangan atau pukulan (*stroke*) dalam tenis meja yaitu *forehand* dan *backhand*. Pukulan *forehand* memiliki keunggulan pada kerasnya laju bola sedangkan pukulan *backhand* akan mempermudah untuk menghadapi pukulan *backspin* dan *topspin*. Kedua teknik memukul ini mendasari berbagai jenis pukulan.

Tanpa penguasaan teknik dasar diatas dalam bermain tenis meja yang baik tentu tidak mungkin dapat bermain tenis meja. Selain teknik, dibutuhkan tenaga, pada tenis meja ada dua tenaga yang paling mendasar yaitu tenaga pukulan membentur bola yang lebih dikenal dengan sebutan memukul dan yang satunya lagi adalah tenaga gesekan yang lebih dikenal dengan sebutan mengesek bola. Selain itu bola yang tinggi dekat net, dapat dipukul secara ringkas, memukul bola-bola yang lainnya harus dilengkapi gesekan.

Kendala yang sering terjadi saat melakukan pukulan *backhad* adalah seringkali bola menyangkut di net, bola tidak dapat mengenai lapangan meja lawan, ketika melakukan *smash* bola terlalu jauh, dan melebar, bahkan menyangkut di net. Dalam melakukan pukulan *backhand* di butuhkan pukulan yang akurat untuk mendapatkan hasil pukulan yang terbaik. Cara melakukan teknik pukulan *backhand*, sikap posisi kaki, kedua kaki berdiri paralel dengan

meja, sikap lengan mengarah kedepan lengan bawah membentuk sudut yang lebih besar. Tangan yang memegang bet lebih dekat dengan tubuh dari pada siku. Posisi bet selama melakukan servis bet terbuka dan pada bagian depan bet menghadap kedepan, gerakan servis dilakukan dari belakang ke depan, dari kiri ke kanan, dan dari atas kebawah, usaha pengembalian bola pada dasarnya dalah tidak memberikan kesempatan pada para pemain agar tidak mematikan bola.

PTM Rajawali Club adalah salah satu club yang menjadi penyedia kegiatan latihan tenis meja. Dilihat dari hasil pukulan *backhand* tenis meja yang dilakukan oleh atlet junior putra PTM Rajawali Club tidak sesuai dengan apa yang diharapkan, pukulan *backhand* yang dilakukan pada saat latihan, bola sering menyangkut di net, dan bola melebar kesamping sehingga menambahkan angka poin untuk lawan, apabila pukulan *backhand* nya masuk bola cepat di kuasai dengan pukulan *smash* oleh lawan.

Melihat kondisi seperti ini, latihan yang terjadi atlet hanya langsung bermain tanpa adanya teknik yang sistematis. Permasalahan lain yang sering di temui dilapangan adalah banyaknya pelatih dalam proses melatih tidak berdasarkan program latihan yang objektif. Dalam melakukan pukulan *backhand* di butuhkan pukulan yang akurat. Maka berdasarkan permasalahan di atas penulis tertarik untuk melakukan analisis penelitian dengan mengambil judul **“Analisi Kemampuan *Bakchand* Tenis Meja Pada Atlet Junior Putra PTM Rajawali Club“**.

1.2 Identifikasi Masalah

Bedasarkan uraian di atas, maka dapat di identifikasikan beberapa masalah sebagai beikut :

1. Masih kurangnya penguasaan teknik dasar pukulan *backhand*.
2. Saat di beri materi latihan atlet masih banyak yang belum sungguh-sungguh.
3. Kurangnya kemampuan Atlet Junior Putra PTM Rajawali Club dalam melakukan pukulan *backhand* tenis meja.

1.3 Batasan Masalah

Untuk memperjelaskan masalah yang akan di teliti yaitu kemampuan pukulan *backhand* tenis meja pada atlet junior putra. Pengambilan data dilakukan saat mereka melakukan pukulan *backhand* yang di lakukan saat atlet saat melakukan latihan.

1.4 Defenisi Operasional

Teknik dasar pukulan *backhand* tenis meja adalah nilai tes kemampuan pukulan *backhand* tenis meja yang di miliki atlet junior putra PTM Rajawali Club saat mengikuti tes kemampuan pukulan *backhand*.

1.5 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka perumusan masalah dari penelitian ini yaitu “ Bagaimanakah Analisis Kemampuan *Bakchand* Tenis Meja Pada Atlet Junior Putra PTM Rajawali Club? “.

1.6 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang ada, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui analisis kemampuan *bakchand* tenis meja pada atlet junior putra ptm rajawali club.

1.7 Manfaat penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan upaya pembelajaran dari dalam mengaplikasikan baik secara teoritis maupun praktis dari hasil selama kuliah pada program S-1 Program Studi Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP Universitas Jambi.

2. Memberikan informasi ke peneliti lain sehingga pengetahuan tentang peningkatan prestasi di bidang olahraga lebih luas terutama di olahraga tenis meja.

3. Menjadi acuan dalam membina atlet tenis meja pemula yang akan datang.

4. Bagi Pelatih

Sebagai bahan referensi atau tolak ukur untuk mengembangkan kemampuan atlet mereka.

5. Bagi Atlet

Untuk memperbaiki pukulan *backhand* secara keseluruhan. Pada akhirnya meningkatkan prestasinya dalam tenis meja.