

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas yang sangat penting dan sudah dijadikan kebutuhan bagi manusia guna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat, hal ini terbukti bahwa sepadat apapun kegiatan seseorang masih disempatkan untuk melakukan aktivitas olahraga. Perkembangan olahraga sampai saat ini telah memberikan kontribusi yang sangat positif bagi peningkatan kebugaran, kesegaran dan kesehatan masyarakat.

Dalam UU RI No. 3 tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional dikemukakan bahwa olahraga merupakan segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Melakukan aktivitas olahraga mempunyai banyak tujuan diantaranya untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran tubuh pelaku olahraga.

Pendidikan jasmani adalah “suatu proses pembelajaran melalui aktifitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kesegaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara saksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan efektif setiap siswa (Samsudin, 2008:21).

Kegiatan olahraga sudah memasyarakat sekaligus menjadi bagian dari kehidupan masyarakat. Tenis meja juga termasuk salah satu cabang olahraga yang dapat membangun moral dan kreativitas siswa dalam melakukan aktivitas di sekolah, karena olahraga ini mempunyai permainan karakter cepat, sehingga bagi seseorang yang bermain tenis meja diperlukan kemampuan-kemampuan tertentu, seperti ketangkasan, kecerdasan, reflek, dan daya bereaksi tinggi. Tenis meja merupakan salah satu jenis permainan bola kecil sebagai materi yang diajarkan di Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau Madrasah Tsanawiyah (MTs) bahkan di Sekolah Menengah Atas (SMA).

Tenis meja merupakan suatu permainan yang harus memiliki teknik dasar yang harus dilatih dan dipahami secara baik dan benar untuk memperoleh hasil yang maksimal. Penguasaan teknik dasar dalam suatu cabang olahraga merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu pertandingan disamping unsur-unsur yang lain seperti; kondisi fisik, taktik dan mental. Kesempurnaan teknik dasar tersebut sangat penting, karena akan menentukan gerak keseluruhan, ini dapat dicapai melalui latihan teknik yang dimulai dari teknik dasar ke teknik tinggi yang akhirnya harus menuju kepada gerakan otomatis. Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain tenis meja adalah pukulan *backhand*, karena ketrampilan teknik dasar ini mudah dipelajari dan sangat bermanfaat bagi pemain tenis meja.

Berdasarkan hasil observasi pelaksanaan kegiatan proses belajar mengajar pada mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam permainan tenis meja di SMA Negeri 4 Muaro Jambi, dilihat dari hasil latihan yang dilakukan peneliti, masih banyak siswa yang tidak mampu melakukan pukulan

backhand dengan baik, hal ini tidak terlepas masih kurangnya latihan yang diberikan untuk melatih keterampilan pukulan *backhand*, serta juga fasilitas yang dimiliki belum cukup memadai untuk menjalankan proses pembelajaran dan kurangnya minat siswa dalam proses belajar mengajar khususnya dalam permainan tenis meja serta masih banyak yang kurang baik dan benar dalam melakukan teknik dasar bermain tenis meja dengan menggunakan pukulan *backhand*. Sehingga sekolah mengadakan suatu kegiatan ekstrakurikuler olahraga tenis meja untuk menopang minat dan aspirasi siswa dalam pembelajaran tenis meja guna meningkatkan ketepatan pukulan *backhand*.

Berdasarkan latar belakang di atas tersebut maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian yang diangkat kedalam judul skripsi “Pengaruh variasi latihan *drill backhand* terhadap ketepatan pukulan *backhand* pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 4 Muaro Jambi”.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Belum memiliki fasilitas yang memadai dalam melakukan olahraga tenis meja.
2. Masih kurangnya minat siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler olahraga tenis meja
3. Masalah dalam penelitian ini banyaknya siswa/siswi yang belum mampu melakukan teknik pukulan *backhand* dengan baik dalam permainan tenis meja.

1.3 Batasan Masalah

Dalam penelitian ini, peneliti membatasi penerapan latihan yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Variasi latihan *drill backhand* yaitu: a. *Backhand* ke dinding, b. *Backhand* berpasangan dengan posisi berdiri, c. *Backhand* dengan 3 orang sekaligus, d. *Backhand* ke dinding menggunakan meja
2. Mengukur hasil ketepatan pukulan *backhand* pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 4 Muaro Jambi.

1.4 Definisi Operasional

Agar penelitian ini tidak keluar dari judul penelitian, penulis perlu menjelaskan istilah yang berhubungan dengan penelitian sebagai berikut:

1. Variasi *drill backhand* adalah bermacam-macam bentuk pukulan yang diterapkan pada saat melakukan latihan *drill backhand*.
2. Ketepatan pukulan *backhand* adalah hasil siswa dalam melakukan pukulan *backhand* sebanyak 10 kali dengan menyeberangi bola ke daerah pertahanan lawan dengan terarah tidak keluar dari meja dan mendapatkan skor sesuai pada kotak yang ada pada meja dan telah diberi nilai antara 1 -5 dengan nilai yang terdapat pada meja.

1.5 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah,identifikasi masalah, batasan masalah dan definisi operasional, dapat dirumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh variasi latihan *drill backhand*

terhadap ketepatan pukulan *backhand* pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 4 Muaro Jambi”?

1.6 Tujuan Penelitian

Melihat dari rumusan masalah di atas maka dapat diperoleh tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut: untuk mengetahui pengaruh variasi latihan *drill backhand* terhadap ketepatan pukulan *backhand* pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMA Negeri 4 Muaro Jambi”.

1.7 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian secara khusus diharapkan dapat memberi manfaat :

1. Bagi guru olahraga adalah untuk sebagai bahan evaluasi dalam menerapkan bentuk pembelajaran yang akan dilaksanakan dalam meningkatkan ketepatan pukulan *backhand*.
2. Bagi pemain atau siswa dapat menambah pengetahuan dan agar dalam melakukan pukulan *backhand* dapat meningkat melalui penerapan variasi latihan pukulan *backhand*.
3. Bagi peneliti dan pembaca adalah sebagai bahan acuan atau sumber untuk memilih metode yang tepat dalam meningkatkan ketepatan pukulan *backhand* pada penelitian yang lain.