# BAB I

# PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Sistem Keolahragaan Nasional dikatakan olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial. Selanjutnya tujuan beraktivitas olahraga adalah memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai-nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin dan membina kesatuan dan persatuan bangsa.

Cabang olahraga tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah memasyarakat dan banyak digemari oleh masyarakat. Hal ini nampak baik di perkotaan maupun di perdesaan atau tempat permainan tenis meja yang dikunjungi oleh masyarakat yang berbeda-beda usianya, baik pria maupun wanita tanpa terkecuali. Menurut Mochammad Sajoto (1965:5) bahwa: “kepesatan perkembangan prestasi olahraga dewasa ini bukanlah semata-mata diterapkannya teknologi moderen kedalamnya, tetapi yang lebih penting ialah dalam pemecahan prestasi telah ditangani secara bersama oleh para ahli yang telah berkecimpun didalam ilmu pengetahuan manusia yang serba unik”. Berprestasi melalui olahraga tenis meja adalah suatu wujud nyata manusia indonesia yang berkualitas dalam usahanya mengangkat harkat dan martabat bangsa di forum nasional maupun internasional.

Permainan tenis meja adalah salah satu permainan yang memerlukan *bet* untuk memukul bola yang dipukul bolak-balik melewati net dan masuk kelapangan. Permainan tenis meja berpedoman pada prinsip teknis, fisik dan psikis. Prinsip teknis, dimaksutkan bahwa dalam permainan tenis meja perlu menguasai berbagai macam teknik yang ada seperti teknik pegangan, pukulan dan olah kaki yang ditampilkan dalam permainan, sedangkan prinsip yang dimaksut bahwa permainan tenis meja memerlukan kondisi fisik yang baik seperti kecepatan, kekuatan, kelincahan, daya tahan, kelenturan, keseimbangan, ketepatan, dan kebugaran agar selalu siap untuk mempertahankan permainannya, sedangkan prinsip psikis yang dimaksud adalah bahwa dalam permainan tenis meja membutuhkan unsur-unsur psikis seperti intelegensi, emosi, motivasi, persepsi, kesenangan, kegembiraan, semangat, sportivitas dalam bermain.

Perkembangan tenis meja masih belum merata dan masih didominasi oleh atlet-atlet dari daerah tertentu saja. Hal ini menunjukan bahwa pembinaan prestasi di seluruh daerah Provinsi jambi belum merata sehingga membawa dampak pada prestasi ditingkat yang lebih tinggi. Dengan demikian perlulah ditempuh langkah yang tepat untuk dapat meujudkan prestasi yang diharapkan. Pada dasarnya kegiatan olahraga yang bertujuan untuk berprestasi, mempersyaratkan kualitas fisik sesuai dengan kebutuhan cabang olahraga, dalam permainan tenis meja, permainan harus memiliki kualitas fisik disamping memiliki pengetahuan dan keterampilan bermain.

Untuk melakukan pembinaan fisik dan memberi motivasi pada atlet, pelatih harus melakukan atau melaksanakan yang terbaik saat latihan fisik dan bertanding. Salah satu contoh pembinaan latihan fisik merupakan pembinaan tekanan atau beban fisik pada tubuh secara teratur, sistematis, berkesinambungan, sehingga dapat meningkatkan kinerja. Melalui program latihan maka latihan yang dilakukan secara teratur, sistematik, berkesinambungan, dapat meingkatkan secara nyata kemampuan fisik. Latihan fisik pada prinsipnya juga akan memberi adaptasi dan fasilitas pada prinsipnya juga memberikan adaptasi dan fasilitas pada fungsionl struktur sel-sel jaringan system organ tubuh ketika diberikan rangsangan.

Atlet Tenis Meja Club TT.88 Kota Jambi yang merupakan wadah atlet untuk mengembangkan potensi yang ada di dalam diri atlet dan mencapai prestasi salah satunya di ajang bergengsi seperti PORPROV di provinsi jambi. Atlet Tenis Meja Club TT.88 Kota Jambi adalah salah satu club yang peduli terhadap Pembinaan olahraga. Secara berkesinambungan dengan bertujuan untuk menghasilkan atlet berpotensi yang akan membawa nama provinsi jambi nasional. Berdasakan informasi dari pelatih Tenis Meja Club TT.88 Kota Jambi atlet telah sering mengikuti turnamen-turnamen baik tingkat provinsi. Namun kenyataannya saat ini atlet Tenis Meja Club TT.88 Kota Jambi. Belum memberikan prestasi yang maksimal.

Sesuai hasil observasi yang dilakukan peneliti pada saat Atlet Tenis Meja Club TT.88 Kota Jambi melakukan latihan rutinnya peneliti melihat pada saat melakukan pukulan *forehand* dan *backhand* banyak bola yang tidak sesuai sasaran permintaan pelatih. Hal tersebut dikarenakan kurangnya latihan . Pelatih TT.88 menuturkan bahwa yang menyebabkan kurangnya latihan fisik seperti latihan *multiball*.

Pukulan *backhand* dan *forehand* sangat mendasari permainan tenis meja. Untuk melatih kualitas pukulan adanya latihan *multiball* ini di mana satu pemain berlatih sedang pemain yang lainnya mengumpankan bola. Akan membutuhkan sekeranjang bola dan memberi umpan berdiri di pinggir meja, memungut dan memukul bola berturut-turut dalam berbagai kecepatan, putaran, dan arah yang ditujuh. Metode latihan ini merupakan cara yang tepat untuk mempelajari pukulan, tapi kerugiannya adalah hanya satu orang yang dapat berlatih pada saat ini. Metode ini sering digunakan oleh pelatih yang bertindak sebagai pemberi umpan.

Berdasarkan uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi mengenai “Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Hasil Pukulan *Forehand* dan *Backhand* Pada Atlet Tenis Meja TT.88 Kota Jambi”

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat di identifikasikan beberapa masalah sebagai berikut:

1. Saat diberi materi latihan atlet masih banyak yang belum bersungguh-sungguh
2. Masih kurangnya penguasaan teknik dasar pukulah *forehand* dan *backhand*
3. Belum diketahui pengaruh metode latihan *multiball* terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada atlet tenis meja TT 88

## 1.3 Batasan Masalah

Memperjelas masalah yang akan di teliti dan memberi metode latihan *multiball* untuk mengetahi hasil pukulan *forehand* dan *backhand* pada atlet tenis meja club TT.88.

## 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka rumusan masalah dari penelitian ini yaitu “ Adakah pengaruh Latihan *multiball* terhadap hasil pada pukulan *forehand* dan *backhand* pada atlet tenis meja club TT.88?”.

## 1.5 Tujuan Penelitian

Mengetahui pengaruh latihan *multiball* terhadap hasil pada pukulan *forehand* dan *backhand* sangatlah besar pada cabang tenis meja TT.88 Kota Jambi melalui metode latihan *multiball.*