

**HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN TERHADAP  
AKURASI *FOREHAND FAST SERVE* ATLET TENIS MEJA PTM  
GEMPAS SICINCIN PADANG PARIAMAN**

**SKRIPSI**

*Diajukan kepada tim penguji skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas  
Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai salah satu persyaratan  
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



**ELHAM ELFI SANDI  
NIM: 17086330**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI, KESEHATAN DAN REKREASI  
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022**

**PERSETUJUAN PEMBIMBING**

**SKRIPSI**

**Judul** : Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Akurasi *Forehand fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman

**Nama** : Elham Elfi Sandi  
**NIM** : 17086330  
**Program Studi** : Penjaskesrek  
**Departemen** : Pendidikan Olahraga  
**Fakultas** : Universitas Negeri Padang

Padang, Agustus 2022

**Mengetahui**  
**Ketua Departemen**  
**Pendidikan Olahraga**

  
**Drs. Zarwan, M.Kes. AIFO-FIT**  
**NIP. 19611230 198803 1 003**

**Disetujui**  
**Pembimbing**

  
**Hilmainur Syampurma, M.Pd. AIFMO-P**  
**NIP. 19880529 201504 2 001**

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

**Nama : Elham Elfi Sandi**  
**NIM : 17086330**

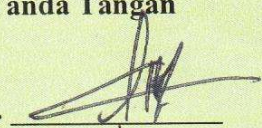
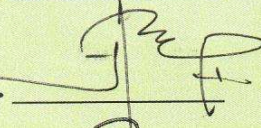
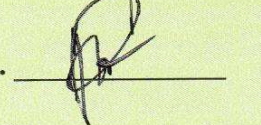
**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji**  
**Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**  
**Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan**  
**Universitas Negeri Padang**  
**dengan judul**

**Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Akurasi *Forehand***  
***fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman**

**Padang, Agustus 2022**

**Tim Penguji**

**Tanda Tangan**

- |                   |   |           |   |
|-------------------|---|-----------|---|
| <b>1. Ketua</b>   | <b>: Hilmainur Syampurma, M.Pd. AIFMO-P</b>   | <b>1.</b> |  |
| <b>2. Anggota</b> | <b>: Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO</b> | <b>2.</b> |  |
| <b>3. Anggota</b> | <b>: Risky Syahputra, S.Pd, M.Pd</b>          | <b>3.</b> |  |

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “**Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Akurasi *Forehand fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman**” adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing dan kontributor.
3. Di dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan di cantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Agustus 2022  
Yang membuat pernyataan



**Elham Elfi Sandi**  
**NIM. 17086330**

## ABSTRAK

### **Elham Elfi Sandi. 2022. Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Akurasi *Forehand fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman**

Masalah dalam penelitian ini adalah belum maksimalnya prestasi yang diraih oleh atlet PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman. tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Akurasi *Forehand fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.

jenis penelitian ini adalah penelitian korelasional. penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2022 di klub tenis meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Tenis Meja meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman yang berjumlah 20 orang atlet. teknik penarikan sampel menggunakan teknik sensur, maka sampel penelitian ini berjumlah 20 orang atlet. instrument dalam penelitian ini adalah 1) kelentukan pergelangan tangan menggunakan tes kelentukan pergelangan tangan dan 2) akurasi *forehand fast serve* menggunakan tes akurasi *forehan fast serve*. teknik analisis data menggunakan analisis korelasi sederhana dan dilanjutkan analisis uji signifikansi menggunakan uji t.

Hasil penelitian ini adalah: Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan terhadap akurasi *forehand fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Padang Pariaman dengan nilai koefesien korelasi yang diperoleh dari penelitian yang dilakukan sebesar 0,463, dan koefesien distribusi  $t_{hitung} 4,79 > t_{tabel} 1,73$ .

**Kata Kunci: Kelentukan Pergelangan Tangan, *Forehand fast serve*, Tenis Meja**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya sehingga skripsi yang berjudul **“Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Akurasi *Forehand fast serve* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman”**. Diselesaikan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan. Disadari bahwa tanpa bantuan dari berbagai pihak skripsi ini tidak dapat terwujud. Oleh karena itulah pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Kedua Orang tua beserta seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan moril maupun materil selama penulis dalam masa pendidikan.
2. Ibuk Himainur Syampurma, S.Pd, M.Pd. AIFMO-P selaku Dosen Pembimbing yang memberikan bimbingan, masukan dan perbaikan dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes AIFO dan Bapak Riski Saputra, S.Pd, M.Pd selaku Tim Penguji yang telah memberikan bimbingan, masukan dan perbaikan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Drs. Zarwan, M.Kes, AIFO-FIT, Ketua Jurusan dan Bapak Sepriadi, S.Si, M.Pd, sekretaris beserta staf pengajar jurusan Pendidikan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, yang telah membantu dan memberikan dorongan semangat dalam mengerjakan skripsi ini.

5. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan kemudahan dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak Prof. Drs. Ganefri, M.Pd, Ph.D, Rektor beserta staf Universitas Negeri Padang yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh sivitas akademika Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dorongan, motivasi dan saran dalam pembuatan skripsi ini.
8. Waktu adalah hal yang paling berharga dalam hidup kita dan orang-orang yang rela mengorbankan waktu mereka untuk orang lain, pantas mendapatkan rasa hormat dan terima kasih. Terima kasih saya ucapkan kepada Dini Nur Fadilla, S.Psi, atas keterlibatan waktunya, skripsi ini adalah persembahan saya.

Semoga amal baik Bapak dan Ibu serta semua pihak yang membantu dalam menyelesaikan skripsi ini mendapatkan balasan yang setimpal oleh Allah SWT.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari kesempatan, untuk itu kritik dan saran yang sifatnya membantu sangat diharapkan dimasa yang akan datang. Semoga skripsi ini memberikan manfaat baik untuk penulis sendiri maupun untuk kemajuan ilmu pengetahuan.

Padang, Agustus 2022

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	i
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	vi
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	viii
<b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	7
D. Perumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian .....	8
F. Manfaat Penelitian .....	8
<b>BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Pengertian TenisMeja.....	9
2. Cara Memegang Bet.....	10
3. Akurasi <i>Serve</i> .....	12
4. <i>Serve</i> .....	13
5. <i>Forehand fast serve</i> .....	16
6. Kelentukan .....	17
7. Sistem Energi Untuk Atlet Tenis Meja .....	20
B. Kerangka Konseptual .....	21
C. Hipotesis Penelitian.....	22
<b>BAB III. METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian.....	23
B. Tempat Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi Sampel .....	23
D. Defenisi Operasional.....	25
E. Jenis dan Sumber Data .....	26
F. Teknik Pengumpulan Data.....	26



G. Instrumen Penelitian.....	26
H. Teknik Analisis Data.....	29
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Deskripsi Data Penelitian .....	31
1. Kelentukan Pergelangan Tangan (X) .....	31
2. Akurasi <i>Forehand fast serve</i> (Y) .....	33
B. Uji Persyaratan Analisis .....	34
C. Pengujian Hipotesis .....	35
D. Pembahasan .....	36
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Kesimpulan .....	39
B. Saran .....	39
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>41</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Keseluruhan.....	24
2. Sampel atlet.....	25
3. Denah <i>serve</i> .....	29
4. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kelentukan pergelangan tangan atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman .....	31
5. Distribusi Frekuensi Hasil Data Akurasi <i>Forehand fast serve</i> atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.....	33
6. Uji Normalitas dengan Lilliefors .....	34
7. Hasil Analisis Uji Korelasi .....	36

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>	<b>Halaman</b>
1. Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.....	27
2. Tes Akurasi <i>Forehand Fast Serve</i> .....	29
3. Histogram Frekuensi Hasil Data Kelentukan pergelangan tangan atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman .....	32
4. Histogram Frekuensi Hasil Data Akurasi <i>Forehand fast serve</i> atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman .....	34
5. Pelaksanaan Pengambilan Data Kelentukan Pergelangan Tangan .....	53
6. Pelaksanaan Pengambilan Data Kelentukan Pergelangan Tangan .....	53
7. Pelaksanaan pengambilan data Kemampuan <i>forehand fast servis</i> .....	54
8. Pelaksanaan pengambilan data Kemampuan <i>forehand fast servis</i> .....	54
9. Foto Bersama Dengan Pelatih, Official dan Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.....	55

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Data Kelentukan Pergelangan Tangan (X) .....	45
2. Data Akurasi <i>Forehand Fast Serve</i> (Y) .....	46
3. Uji Normalitas Data Kelentukan Pergelangan Tangan .....	47
4. Uji Normalitas Data Akurasi <i>Forehand Fast Serve</i> (Y) .....	48
5. Pengujian Hipotesis.....	49
6. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Liliefors .....	51
7. Tabel dari harga kritik dari <i>Product-Moment</i> .....	52
8. Daftar Luas Dibawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z .....	53
9. Tabel Persentil Untuk Distribusi <i>t</i> .....	54
10. Dokumentasi Penelitian .....	55
11. Surat izin penelitian dari FIK UNP .....	58

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Olahraga telah memberikan kontribusi positif yang nyata bagi kesehatan masyarakat. Olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan jasmani maupun rohani dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Dalam perkembangannya olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk berprestasi. Hal ini sesuai dengan tujuan khusus olahraga yang dinyatakan Muchtar (1992: 7), yaitu "Kegiatan olahraga di Indonesia tidak hanya sekedar untuk kesegaran jasmani saja atau rekreasi, namun harus berfikir kearah peningkatan nama bangsa digelanggang Internasional".

Di Indonesia, olahraga di masyarakat tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi. Hal serupa juga dijelaskan dalam Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional dijelaskan sebagai berikut:

"Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkukuh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa".

Berdasarkan pernyataan di atas, maka jelaslah bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga dapat dilakukan dalam masyarakat, baik atas kesadaran maupun atas dorongan pemerintah. Melalui perkumpulan olahraga di lingkungan masyarakat dapat dilakukan pembinaan dan pengembangan olahraga salah satunya dengan cara membentuk club di lingkungan masyarakat tersebut. Pembinaan dan pengembangan olahraga harus dilakukan sedini mungkin, untuk menciptakan generasi-generasi muda yang berprestasi dan mengharumkan nama bangsa.

Pencapaian prestasi yang baik diperoleh dari suatu program yang terencana, berjenjang, dan berkelanjutan serta didukung oleh ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga. Salah satunya pada cabang olahraga Tenis Meja. Pembinaan dan pengembangan Olahraga Tenis Meja saat ini sudah seharusnya mendapatkan perhatian khusus. Tenis Meja merupakan cabang olahraga yang mempunyai gerakan-gerakan yang melibatkan seluruh anggota badan. Tenis Meja termasuk salah satu permainan yang digemari oleh masyarakat dunia pada umumnya dan masyarakat Indonesia khususnya. Di Indonesia, Tenis Meja sudah sangat memasyarakat baik di sekolah-sekolah, kampung-kampung, instansi-instansi, perusahaan-perusahaan dan sebagainya. Di tingkat nasional, olahraga ini juga selalu muncul dalam daftar cabang-cabang olahraga yang dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional (PON) (Sutarmin,2007:1).

Bermain Tenis Meja yang baik dan benar, para pemain harus menguasai teknik-teknik dasar Tenis Meja dan juga kondisi fisik yang baik.

Kondisi fisik merupakan unsur atau kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh setiap atlet untuk meraih suatu prestasi olahraga (Syafuruddin,2011:58).

“Ada dua faktor yang mempengaruhinya dalam mencapai prestasi, faktor tersebut adalah faktor internal dan eksternal. Faktor internal adalah faktor yang timbul dari dalam diri pemain seperti kondisi fisik, teknik, taktik, mental (psikis), sedangkan faktor eksternal adalah faktor yang datang dari luar diri pemain seperti sarana dan prasarana, pelatih, pembina, keluarga, organisasi, dana, iklim, makanan yang bergizi dan banyak lagi yang lainnya”.

Pernyataan ini dapat disimpulkan, teknik merupakan salah satu hal yang sangat penting yang harus dimiliki oleh setiap atlet untuk meraih suatu prestasi olahraga, tanpa mempunyai teknik yang baik seorang atlet akan susah mencapai suatu prestasi yang tinggi atau puncak kejayaannya. Teknik merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi prestasi atlet. Tenis Meja merupakan olahraga yang banyak digemari, dan merakyat dari anak-anak, remaja bahkan sampai lansia dan merupakan salah satu olahraga prestasi khususnya di Indonesia.

Selain faktor teknik di atas faktor status gizi seseorang juga sangat perlu diperhatikan, karena status gizi sangat memberikan pengaruh dalam intensitas aktifitas seorang atlet dalam berlatih maupun saat bertanding. Seperti pendapat Guspa, Edwarsyah & Syampurma, (2019:64) Status gizi akan dapat mempengaruhi intensitas seseorang dalam bekerja atau melakukan aktivitas sehari-harinya, semakin baik status gizi seseorang maka akan semakin banyak seseorang tersebut dapat melakukan aktivitas karena tenaga yang diperoleh dari asupan gizi yang dikonsumsi sudah terpenuhi, sebaliknya semakin buruk status gizi seseorang maka akan semakin sedikit

aktivis yang dapat dilakukan oleh orang tersebut, karena tenaga yang ia keluarkan tidak terpenuhi oleh asupan gizi yang ia konsumsi.

Dalam Tenis Meja, ditemukan beberapa hal yang menjadi faktor penyebab timbulnya masalah baik yang berkaitan dengan pemain, pelatih, maupun wasit. Jika dilihat dari faktor pelatih, yang disebabkan kurangnya memberikan hasil yang baik, tidak mengoreksi latihan, tidak memberi sanksi kepada atlet yang tidak aktif, karena singkatnya jadwal tugas yang diberikan kepada atlet. Salah satu teknik yang dominan dilakukan dalam bermain Tenis Meja adalah teknik *serve* Dimana “*Serve* adalah pukulan bola untuk menyajikan bola pertama” (Sutarmin,2007:15).

Pada permainan Tenis Meja dikenal beberapa jenis teknik *serve*, Salah satu teknik *serve* yang sering digunakan oleh sejumlah pemain adalah *Forehand fast serve*. *Forehand fast serve* adalah pukulan bola pertama dalam permainan Tenis Meja yang dilakukan dengan cara mendorong bola dan posisi tangan dari luar diayun kedalam yang dilakukan dengan cepat dan memberikan efek kejutan. Teknik *Forehand fast serve* sangat penting dalam permainan tenis meja karena teknik ini dapat dilakukan untuk memojokan lawan main dengan efek kejutan pada *serve* tersebut.

*Forehand fast serve* bisa dilakukan pada saat kita mendapatkan tekanan oleh lawan, dengan cara mengkombinasikan beberapa teknik *serve* termasuk teknik *Forehand fast serve*, yang bertujuan agar lawan tidak bisa menebak kemana arah *bola* . Kemampuan *Forehand fast serve* memiliki hubungan dengan faktor-faktor diantaranya yaitu kelentukan pergelangan



tangan, bola yang tersentuh bet didorong menggunakan kekuatan otot lengan dan bahu, koordinasi mata-tangan harus sejalan dalam penempatan bola ke lawan, kecepatan bola harus berbeda-beda untuk menyulitkan lawan dalam pengembalian bola, keseimbangan tubuh, kelincahan, ketepatan dan daya tahan.

Dalam upaya mencapai hasil yang maksimal setiap atlet diperlukan penerapan menguasai teknik untuk meningkatkan atau mengembangkan kemampuan bermain tenis meja. Berkaitan dengan upaya meningkatkan kemampuan bermain tenis meja maka harus mampu melakukan teknik sesuai dengan tuntutan teknik yang ada dalam tenis meja. Untuk dapat menjadi pemain olahraga tenis meja yang handal perlu dilakukan pembinaan. Salah satunya dilakukan melalui pembinaan atlet di PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.

PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman merupakan wadah atlet untuk mengembangkan potensi yang ada di dalam diri atlet dan mencapai prestasi. PTM Gempas adalah salah satu Club Tenis Meja yang peduli terhadap pembinaan olahraga secara berkesinambungan dengan bertujuan untuk menghasilkan atlet berpotensi yang akan membawa nama Padang Pariaman ke tingkat se Sumatera Barat dan Nasional bahkan Internasional.

Berdasarkan informasi dari asisten pelatih PTM Gempas, atlet telah sering mengikuti turnamen-turnamen baik tingkat Provinsi. Namun kenyataannya saat ini atlet Tenis Meja PTM Gempas belum memberikan prestasi yang maksimal. Sesuai hasil observasi yang dilakukan peneliti pada

saat PTM Gempas melakukan liga bulanan yang diadakan di PTM Gempas. Peneliti melihat pada saat melakukan akurasi *Forehand Fast serve* sering kali mudah di serang oleh lawan, banyak bola yang terhalang sama net, bola nya keluar lapangan Tennis Meja. Hal ini sangat menguntungkan pihak lawan dan lebih mudah lawan mendapatkan poin.

Berdasarkan hasil observasi penulis ke PTM Gempas yang sedang melaksanakan liga bulanan, penulis melihat beberapa penyebab terjadinya kesalahan pada atlet saat melakukan akurasi *Forehand fast serve*. Yang mana kesalahan-kesalahan atlet saat melakukan akurasi *Forehand fast serve* diantaranya adalah kurangnya kelentukan pergelangan tangan, koordinasi mata tangan, kekuatan otot lengan dan bahu, keseimbangan tubuh atlet pada saat melakukan *serve*, tidak tepatnya lambungan pada saat melakukan *serve*, dan kurangnya motivasi dari dalam diri atlet.

Berdasarkan uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai Hubungan kelentukan pergelangan tangan Terhadap akurasi *Forhand Fast serve* Atlet Tennis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve* adalah sebagai berikut:

1. Kelentukan pergelangan tangan dapat mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve*.
2. Kekuatan otot lengan dan bahu dapat mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve*.
3. Koordinasi mata-tangan dapat mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve*.
4. Kecepatan bola yang berbeda-beda dapat mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve*.
5. Keseimbangan tubuh dapat mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve*.
6. Ketepatan dapat mempengaruhi akurasi *Forehand fast serve*.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, untuk lebih fokusnya penelitian ini maka penulis membatasi masalah dengan variabel bebas yaitu kelentukan pergelangan tangan dan *Forehand fast serve* sebagai variabel terikat.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, agar lebih jelas dan terarah masalahnya, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah ada hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan akurasi *forehand fast serve* dalam permainan Tenis Meja pada PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman?

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini

adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan akurasi *Forehand fast serve* dalam permainan Tenis Meja pada PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman

#### **F. Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat, bagi:

- 1 Bagi masyarakat penggemar olahraga Tenis Meja, untuk menjadi bahan masukan dalam rangka pembinaan, pengembangan dan peningkatan permainan di bidang olahraga khususnya Tenis Meja.
- 2 Untuk memperoleh konsep ilmiah yang dapat digunakan sebagai sumbangan pemikiran bagi pelatih, pembina, dan pelajar yang berbakat serta masyarakat pada umumnya.
- 3 Sebagai pedoman untuk penelitian selanjutnya dimasa yang akan datang.
- 4 Sebagai bahan bacaan baik di perpustakaan FIK maupun perpustakaan UNP