

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *MULTIBALL DIAGONAL*
DAN METODE LATIHAN *CROSS OVER DRIVE* TERHADAP KETEPATAN
PUKULAN *BACKHAND DRIVE* ATLET TENIS MEJA PTM GEMPAS
SICINCIN PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

*Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**ERI AGUSTIANTO
NIM: 17087013**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2022**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Multiball Diagonal* dan *Cross Over Drive* Terhadap Ketepatan Pukulan *Backhand Drive* Atlet Tenis Meja PTM Gampas Sicincin Padang Pariaman

Nama : Eri Agustianto
NIM / BP : 17087013
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Juli 2022

Disetujui Oleh:

Kepala Departemen



Dr. Donie, S.Pd, M.Pd
NIP. 197207 199803 1 004

Pembimbing



Dr. Argantos, M.Pd
NIP. 19600537 198503 1 002

PENGESAHAN TIM PENGUJI



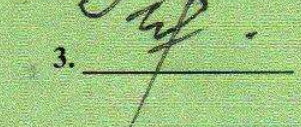
Nama : Eri Agustianto
NIM : 17087013

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

**Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Multiball Diagonal* dan *Cross Over Drive* Terhadap Ketepatan Pukulan *Backhand Drive* Atlet
Tenis Meja PTM Gampas Sicincin Padang Pariaman**

Padang, Juli 2022

	Nama
1. Ketua	: Dr. Argantos, M.Pd
2. Anggota	: Dr. Adnan Fardi, M.Pd
3. Anggota	: Dr. Masrun, M.Kes. AIFO

	Tanda Tangan
1.	
2.	
3.	

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya berupa tugas akhir skripsi dengan judul “**Perbedaan Pengaruh Motode Latihan *Multiball Diagonal* dan *Cross Over Drive* terhadap Ketepatan Pukulan *Backhand Drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman**”, adalah asli karya saya sendiri dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penelitian, rumusan, dan penelitian saya sendiri tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Didalam karya tulis ini, tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah dituliskan atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan didalam baskah dengan menyebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan didaftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran didalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Desember 2022

Pembuat pernyataan



ERI AGUSTIANTO

NIM: 17087013

ABSTRAK

Eri Agustianto (2022): Perbedaan Pengaruh Model Latihan *Multiball Diagonal* dan Model Latihan *Cros Over* Terhadap Ketepatan Pukulan *Backhand Drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Pauh Sicincin Padang Pariaman.

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya ketepatan pukulan *backhand drive* atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin Padang Pariaman. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan pengaruh model latihan *multiball diagonal* dan model latihan *multiball cros over* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin Padang Pariaman.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen. Penelitian ini dilaksanakan di PTM Gempas Pauh Sicincin, sedangkan penelitian ini dilaksanakan pada bulan April s/d Juni 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin yang berjumlah 14 orang, penarikan sampel menggunakan teknik *total sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini adalah atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin yang berjumlah 14 orang putra. Teknik pengambilan data dengan tes *backhand drive*. Data di analisis dengan uji statistik beda rerata hitung (*t-test*) pada taraf signifikan $\alpha=0,05$.

Hasil penelitian diperoleh sebagai berikut: 1) Latihan *multiball diagonal* efektif dalam peningkatan ketepatan pukulan *backhand drive* atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin Padang Pariaman, 2) Latihan *cros over* efektif dalam peningkatan ketepatan pukulan *backhand drive* atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin Padang Pariaman, 3) Latihan *multiball diagonal* lebih efektif dari pada latihan *cros over* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* atlet tenis meja PTM Gempas Pauh Sicincin Padang Pariaman.

Kata Kunci: *Multiball Diagonal, Multiball Cros Over, Backhand Drive*

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada Penulis sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini, dengan judul “Perbedaan Pengaruh Motode Latihan *Multiball Diagonal* Dan *Cross Over Drive* Terhadap Ketepatan Pukulan *Backhand Drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman”.

Skripsi ini terwujud dengan adanya bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti meyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang sedalam – dalamnya kepada:

1. Ayahanda dan ibunda yang selalu memberi dukungan dan selalu berdoa untuk keberhasilan saya, yang tak pernah bosan untuk mendidik dan merawat saya dari bayi hingga sampai sekarang ini.
2. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP)
3. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Argantos, M.Pd sebagai pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan tulus dan sepenuh hati memberikan bimbingan terhadap penulis dalam menulis skripsi penelitian ini.
5. Bapak Dr. Adnan Fardi, M. Pd dan Bapak Dr. Masrun, M.Kes., AIFO sebagai penguji yang telah menyediakan tenaga, fikiran dan kesabaran untuk memberi penulis masukan dan nasihat dalam menyelesaikan skripsi ini.

6. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
7. Pengurus dan Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi penelitian ini yang tidak bisa disebutkan satu per satu.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis menjadi amalan dan pahala disisi Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata Penulis ucapkan terimakasih.

Padang, Maret 2022

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	3
C. Pembatasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	6
1. Hakikat Permainan Tenis Meja.....	6
2. Hakikat Metode Latihan <i>Multiball Diagonal</i>	15
3. Hakikat Metode Latihan <i>Cross Over Drive</i>	18
4. Hakikat Ketepatan Pukulan <i>Backhand Drive</i>	20
5. Hakikat Prinsip Prinsip Latihan	24
B. Penelitian yang Relevan.....	34
C. Kerangka Konseptual.....	36
D. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	39
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	40

C. Populasi dan Sampel Penelitian	41
D. Instrumentasi dan Teknik Pengumpulan Data	42
E. Teknik Analisis Data.....	44
BAB VI. BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data.....	46
1. Hasil Data Penelitian.....	46
2. Pengujian Persyaratan Analisis	52
B. Pembahasan.....	55
C. Keterbatasan Penelitian.....	60
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	61
DAFTAR RUJUKAN.....	63
LAMPIRAN.....	65

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rencana Penelitian	39
2. Sampel Penelitian.....	41
3. Distribusi frekuensi <i>backhand drive</i> sebelum latihan <i>multiball diagonal</i> .	41
4. Distribusi frekuensi <i>backhand drive</i> sebelum latihan <i>cross over drive</i>	48
5. Distribusi frekuensi <i>backhand drive</i> setelah latihan <i>multiball diagonal</i>	49
6. Distribusi frekuensi <i>backhand drive</i> setelah latihan <i>cross over drive</i>	51
7. Uji Normalitas Data Penelitian	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Urutan latihan <i>multiball diagonal</i>	14
2. Tahap pelaksanaan <i>cross over drive</i>	19
3. Tahap persiapan pukulan <i>backhand</i>	21
4. Tahap pelaksanaan <i>backswing</i>	22
5. Tahap pelaksanaan <i>Forward Swing</i>	23
6. Kunci keberhasilan <i>Push Backhand</i>	23
7. Histogram <i>backhand drive</i> sebelum latihan <i>multiball diagonal</i>	47
8. Histogram <i>backhand drive</i> sebelum latihan <i>multiball cros over</i>	49
9. Histogram <i>backhand drive</i> setelah latihan <i>multiball diagonal</i>	50
10. Histogram <i>backhand drive</i> setelah latihan <i>multiball cros over</i>	51

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Mentah Penelitian	67
2. Uji Normalitas Diagonal (Pre Test)	70
3. Uji Hipotesis (Diagonal)	74
4. Tabel Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	77
5. Tabel Daftar Luas Di Bawah Lengkungan Normal Standar Dari 0 ke z ...	78
6. Table Persentil Untuk Distribusi t.....	79
7. Dokumentasi Penelitian	80
8. Surat-Surat Penelitian.....	83

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Persatuan Tenis Meja Seluruh Indonesia (PTMSI) Padang Pariaman merupakan wadah atau tempat pembinaan atlet Tenis Meja di Padang Pariaman untuk mengembangkan potensi yang ada di dalam diri atlet tersebut, guna mencapai prestasi setinggi-tingginya. Persatuan Tenis Meja Seluruh Indonesia (PTMSI) Padang Pariaman baik dari pengurusnya sampai pelatih pastinya berharap akan perkembangan atletnya tersebut, secara berkesinambungan dengan bertujuan untuk menghasilkan atlet berpotensi yang akan membawa nama Padang Pariaman ketingkat Sumatera Barat dan Nasional bahkan internasional.

PTMSI Padang Pariaman memiliki banyak klub di antaranya PTM Gempas Sicincin, PTM Pungguang Kasiak 1, PTM Pungguang Kasiak 2, PTM Kampung Paneh, PTM Parma, PTM Pauh Kamba, dan PTM Sikabu Country. Oleh karena itu pengurus cabang PTMSI Padang Pariaman sering mengadakan pertandingan baik untuk kategori Junior maupun untuk Senior. Pertandingan tersebut rutin diadakan setiap bulannya oleh pengurus cabang PTMSI Padang Pariaman. PTMSI Padang Pariaman juga sering mengirim atlet Juniornya untuk bermain di tingkat yang lebih tinggi seperti Kejuaraan Daerah dan pertandingan keluar Provinsi. Semua itu dilakukan untuk meningkatkan prestasi atletnya di cabang olahraga Tenis Meja.

Berdasarkan informasi dari pelatih atlet Tenis Meja PTMSI Padang Pariaman, atlet telah sering mengikuti turnamen-turnamen di atas, namun

kenyataannya saat ini atlet Tenis Meja PTMSI Padang Pariaman belum memberikan prestasi yang maksimal.

Sesuai hasil pengamatan yang dilakukan peneliti tepatnya di PTM Gempas Sicincin, pada saat latihan dan turnamen local maupun luar daerah, peneliti melihat pada saat melakukan pukulan *forhand* atlet dengan baiknya mengembalikan bola lawan, akan tetapi pada saat *backhand drive* atlet sering sekali melakukan kesalahan yaitu bola menyangkut di net dan bola keluar lapangan.

Faktor ini banyak di alami pada atlet – atlet PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman, banyak faktor yang mempengaruhi kesalahan ini di nya yaitu: kurangnya latihan metode bola banyak atau *multiball* yang diberikan pelatih kepada atlet sehingga atlet dapat menerapkan ataupun mematangkan pukulan khususnya pukulan *backhand drive*. Kurangnya sarana yaitu bola bnyak yang menjadi focus utama metode latihan *multiball*, bola bnayak sangat lah penting untuk melakukan latihan *multiball*, sehingga memudahkan atlet menerima berbagai jenis umpan yang dilakakan pelatih. Ketepatan pukulan menjadi faktor utama untuk memaksimalkan arah pukulan yang dilakakan atlet sehingga metode latihan ini sangatlah penting terapkan. Disisi lain masih banyak atlet yang belum menguasai teknik *backhand drive* . Pukulan *diagonal* kearah sudut suduttn lapangan yang harus dipelajari atlet dapat memaksimalkan pukulan *backhand drive* yaitu dengan mengarahkan 2 arah pukulan *backhand* ke kanan dan ke kiri meja lawan. Saat peneliti memperhatikan teknik pukulan *backhan drive* dari atlet-atlet Tenis Meja PTM

Gempas Sicincin Padang Pariaman, kebanyakan tangan atlet terutama pada metode latihan yang kurang di berikan pelatih, pelatih hanya memberikan model latihan yang biasa pada umum nya, dan juga tidak memberikan evaluasi yang maksimal di akhir latihan guna untuk atlet lebih tau lagi dalam kesalahan-kesalahan yang banyak di alami nya terutama untuk teknik pukulan *backhand drive*. Hal ini mempengaruhi teknik pukulan *backhand drive*, berdasarkan masalah yang dapat di liat, peneliti ingin membandingkan dua jenis metode latihan yang mengacu kepada teknik pukulan *backhand drive*.

Berdasarkan uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai pengaruh metode latihan *multiball diagonal* dan *multiball cross over drive* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi ketepatan pukulan *backhand drive* adalah sebagai berikut:

1. Kurangnya metode latihan bola banyak (*multiball*) yang dapat mempengaruhi pukulan *backhand drive* atlet.
2. Keterbatasan bola yang dapat mempengaruhi metode latihan *multiball diagonal* dan *cross over drive* .
3. Kurangnya ketepatan pukulan *backhand drive* terhadap *multiball diagonal* dan *cross over drive*.

4. Metode latihan *cross over drive* yang harus memerlukan 2 arah pukulan dan harus tepat sasaran.
5. Kurangnya efektifitas pukulan *backhand drive* kearah sasaran yang ditentukan.
6. Tidak adanya program latihan metode *multiball diagonal* dan *multiball cross over drive*.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, untuk lebih fokusnya penelitian ini maka penulis membatasi masalah dengan yaitu pengaruh metode latihan *multiball diagonal* dan *multiball cross over drive* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, agar lebih jelas dan terarah masalahnya, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh metode latihan *multiball diagonal* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman?"
2. Apakah terdapat pengaruh metode latihan *multiball cross over drive* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* Atlet Tenis Meja PTM Gempas Sicincin Padang Pariaman?"

3. Apakah terdapat pengaruh model latihan *multiball diagonal* dan *multiball cross over drive* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* Atlet Tenis Meja 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 pengaruh metode latihan *multiball diagonal* dan *multiball straight* terhadap ketepatan pukulan *backhand drive* Atlet Tenis Meja 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