

**PENGARUH LATIHAN *MULTIBALL* TERHADAP KEMAMPUAN
FOREHAND DRIVE (Atlet Pemula Putri Persatuan tenis meja Gempas
Padang Pariaman)**

SKRIPSI

untuk memenuhi sebagian persyaratan
memperolach gelar sarjana pendidikan



OLEH :
Melky Santiana
17087162

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

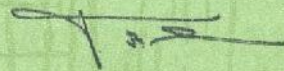
PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Kemampuan *Forehand Drive* (Adelet Pemula Putri Persatuan Tenis Meja Gempas Padang Pariaman)
Nama : Melky Santiana
NIM : 17087162
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Departemen : Kepeleatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Mei 2023

Mengetahui,
Ketua Jurusan Kepeleatihan



Dr. Donie, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197207171998031004

Disetujui Oleh
Pembimbing



Drs. John Arwandi, M.Pd.
NIP. 196303281990011001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Melky Santiana
NIM : 17087162/2017

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

*Pengaruh Latihan Multiball Terhadap Kemampuan Forehand Drive (Atlet
Pemula Putri Persatuan Tenis Meja Gempas Padang Pariaman)*

Padang, Mei 2023

Tim Penguji

1. Ketua : Drs. John Arwandi, M.Pd
2. Anggota : Dr. Umar, MS., AIFO
3. Anggota : Jeki Haryanto, S.Si, M.Pd

Tanda Tangan

1. 
2. 
3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul “ Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Kemampuan *Forehand Drive* (Atlet Pemula Putri Persatuan Tenis Meja Gempas Padang Pariaman)”, adalah asli karya sendiri;
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali pembimbing;
3. 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 dan penyebutan pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan;
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di dalam pernyataan ini, saya menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karna karya tulis ini serta sanksi lainnya sesuai norma ketentuan hukum yang berlaku.

Padang 3 agus 2022
yang membuat pernyataan



Melky Santiana
NIM 17087162

ABSTRAK

Melky santiana. 2022. “Pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan *forehand drive* (atlet pemula putri persatuan tenis meja Gempas Padang Pariaman)” skripsi. Padang: program studi pendidikan kepelatihan olahraga, Jurusan Kepeleatihan, Universitas Negri Padang.

Penelitian ini membahas tentang peningkatan kemampuan *forehand drive* atlet pemula putri persatuan tenis meja gempas padang pariaman melalui metode latihan *multiball*. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis apakah terjadi peningkatan kemampuan *forehand drive* melalui latihan *multiball* pada atlet pemula putri persatuan tenis meja Gempas Padang Pariaman.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Desain penelitian ini menggunakan desain “*Pretest-posttest* ”. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet persatuan tenis meja Gempas Padang Pariaman yang berjumlah 9 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *total sampling*. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet pemula putri persatuan tenis meja Gempas Padang Pariaman yang berjumlah 5 orang. Instrumen kemampuan *forehand drive*. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji-*t*, yaitu dengan membandingkan hasil *pretest* dengan *posttest* terhadap kemampuan *forehand drive*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan *forehand drive* pada atlet pemula putri persatuan tenis meja Gempas Padang Pariaman. Dapat dilihat dari nilai rata-rata pada kelompok eksperimen, maka dapat diperoleh rata-rata *pretest* = 12,80 dan nilai rata-rata *posttest* = 18,60 karena nilai rata-rata *pretest* lebih kecil dibandingkan rata-rata *posttest* maka terjadi peningkatan kemampuan *forehand drive* sebesar 5,8, dengan kenaikan persentase sebesar 45,3%.

Kata kunci : *Multiball, Forehand drive*, Atlet pemula putri

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Alhamdulillah saya ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi ini. Sholawat beserta salam saya hadiahkan kepada Nabi besar Muhammad SAW, semoga dengan itu saya mendapat syafaatnya. Skripsi ini dibuat untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Selesainya penyusunan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan bimbingan berbagai pihak, untuk itu peneliti ucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Drs. John Arwandi, M.Pd selaku pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing peneliti selama dalam menyelesaikan Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Umar, MS, AIFO sebagai penguji yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
3. Bapak Jeki Haryanto, S.Si, M.Pd sebagai penguji yang telah memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.
4. Keluarga yang selalu mendukung dan memberikan semangat untuk menyelesaikan Skripsi ini.
5. Kepada teman-teman senasip dan seperjuangan di UNP yang memberikan petunjuk dan arahan yang sangat membantu dalam Skripsi ini

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan yang telah diberikan mendapat

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat balasan pahala dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan Proposal Penelitian ini masi banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan proposal ini.

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR.....	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	11
C. Pembatasan Masalah.....	12
D. Rumusan Masalah	12
E. Tujuan Penelitian	12
F. Manfaat penelitian.....	12
BAB II	14
KAJIAN PUSTAKA	14
A. Kajian Teori.....	14
1. Tenis Meja	14
2. Forehan Drive	17
3. Metode Latihan	20
4. Multiball	24
5. Prinsip Latihan	26
B. Penelitian Yang Relelan	30
C. Kerangka Berfikir	32
D. Hipotesis Penelitian	34
BAB III.....	34
METODE PENELITIAN	34
A. Jenis Penelitian	34
B. Defenisi Operasional Variabel Penelitian	35
C. Populasi, Sampel Penelitian dan waktu penelitian.....	35
1. Populasi.....	35
2. Sampel.....	36

D.	Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	37
E.	Teknik Analisis Data	40
BAB IV	42
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	42
A.	Deskripsi Data	42
1.	Pre Test Kemampuan Forehand Drive.....	42
2.	Post Test Kemampuan <i>Forehand Drive</i>	44
B.	Uji Persyarata Analisis.....	45
Uji Normalitas	46
C.	Pengujian Hipotesis	47
D.	Pembahasan Hasil Penelitian	48
E.	Keterbatasan Penelitian.....	51
BAB V	53
KESIMPULAN DAN SARAN	53
A.	Kesimpulan	53
B.	Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA	55

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Data Atlet Ptm Gempas Padang Pariaman.....	36
Tabel 2. Statistik Hasil Pengambilan Data Pree Test Kemampuan Forehand Drive	42
Tabel 3. Distibusi Frekuensi Pree Test Kemampuan forehand drive.....	43
Tabel 4. Statistik Hasil Pengambilan Data Post Test Kemampuan Forehand Drive	44
Tabel 5. Distibusi Frekuensi Po Test Kemampuan forehand drive	44
Tabel 6. Hasil Uji Normalitas Data Experimen	46
Tabel 7. Uji-t pretest dan posttest kemampuan forehand drive	47

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. posisi meja saat melakukan tes.....	38
Gambar 2. Histogram pree test kemampuan forehand drive.....	43
Gambar 3. Histogram post test kemampuan forehand drive.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	60
Lampiran 2. Program Latihan	61
Lampiran 3. Data Pretest dan Post Test	69
Lampiran 4. Uji Normalitas	70
Lampiran 5. Uji T.....	72
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	73

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara berkembang yang saat ini berusaha terus mengadakan pembangunan yang merata di segala bidang bertujuan untuk kemajuan dan kesejahteraan bangsa. Setiap usaha pembangunan selalu melibatkan setiap warga negara dan seluruh bangsa dalam menyumbangkan tenaga dan pikirannya. Salah satunya adalah di bidang olahraga, dengan cara pembinaan olahraga prestasi. Indonesia berharap bidang olahraga dapat memberikan efek positif untuk dapat mensejahterakan bangsa. Olahraga memegang peran dalam perkembangan dan pertumbuhan manusia baik itu perkembangan fisik maupun psikis dalam mewujudkan pola hidup sehat.

Selain sebagai alat pemersatu sekaligus ajang untuk mengharumkan nama bangsa, maka dipandang perlu adanya pembinaan dan pengembangan olahraga itu sendiri sebab tidak hanya ditingkat daerah maupun nasional iven olahraga sering diadakan sampai ke tingkat internasional dengan tujuan menjalin silaturahmi dan pemersatu antar negara. Hal ini setara dengan acuan rumusan sehat organisasi kesehatan dunia (WHO) yaitu menghasilkan sumber daya manusia (SDM) yang sejahtera jasmani, rohani dan sosial, bukan hanya bebas dari penyakit, cacat ataupun kelemahan (Giriwijoyo, s dan Sidiq, D, 2013, p. 73). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa sehat dan berolahraga tidak

hanya merupakan tujuan masing-masing individu melainkan tujuan bangsa.

Indonesia kini sudah masuk berbagai macam jenis olahraga namun prestasi di tingkat internasional masi didominasi oleh cabang olahraga bulu tangkis dan angkat besi. Sedangkan untuk olahraga lainnya masi perlu peningkatan latihan. Lebih fokus pada cabang olahraga tenis meja yang biasa dikenal dengan "*pimpong*". Olahraga ini dikenal sebagai olahraga yang sangat tua dimana terekam pada pahatan yang dibuat sekitar 1.500 sebelum masehi. Permainan ini meluas ke seluruh daratan eropa pada abad ke-8. Dimana prestasi yang diperoleh indonesia sendiri masi perlu peningkatan. Para atlit dan peminat tenis meja pun belum sebanding dengan cabang olahraga lainnya, yakni peminat tenis meja jauh lebih sedikit dibandingkan olahraga seperti sepakbola dan bulu tangkis. Hal ini kemungkinan besar dipengaruhi oleh kurangnya perhatian, pembinaan prestasi dalam olahraga tersebut.

Tenis meja sendiri didefenisikan sebagai cabang olahraga yang dimainkan di dalam gedung (*indoor game*) oleh dua atau empat pemain. cara memainkannya dengan menggunakan raket yang dilapisi karet untuk memukul bola *celluloid* melewati net yang membentang di tengah meja, yang dikaitkan dengan dua tiang jaring. Menurut (Reza Rajabi, Gillian M Johnson, Mohammad H Alizadeh and Nazanin Meghdadi, 2012) Tenis meja adalah olahraga raket yang mengharuskan pemainnya untuk mengadopsi posisi lutut semi-tertekuk hingga 90 derajat atau lebih banyak

untuk periode waktu yang berkelanjutan bersama dengan tiba-tiba gerakan batang torsi asimetris.

Pemain tenis meja atau lebih dikenal dengan istilah “*pingpong*” merupakan satu cabang olahraga yang unik dan bersifat kreatif (Mujahid dan Muhadjir, 2011, p. 32). Dalam permainan tenis meja, pemain atau atlet penting dalam penguasaan teknik dasar. Teknik dasar merupakan gerakan-gerakan dasar dalam suatu cabang olahraga yang harus dikuasai oleh pemain agar dapat bermain dengan baik. Teknik dasar dalam permainan tenis meja diantaranya adalah a) teknik memegang bet (*grip*); b) teknik siap sedia (*stance*); c) teknik gerakan kaki (*footwork*); dan teknik pukulan (*stroke*) (Pedomanta Kaliat, 2020).

Menurut (Miran Kondrič , Alessandro Moura Zagatto and Damir Sekulić, 2013) skill merupakan faktor penentu dalam pertandingan tenis meja. Berlatih dengan kecepatan tinggi meningkatkan keterampilan pemain dan koordinasi untuk tampil pada intensitas yang lebih tinggi. Perubahan pada pemain yang dipicu oleh latihan paling baik dicapai ketika jumlah pekerjaan yang optimal dilakukan pada setiap pelatihan sesi dan selama periode waktu tertentu. Menurut (Irawan, 2019) permainan tenis meja merupakan permainan yang memerlukan gerakan yang cepat sesuai dengan laju bola sehingga memerlukan kelincahan kontrol dan gerakan yang cepat, kelentukan dan ketepatan pukulan.

Teknik pegangan *grip* adalah faktor yang sangat penting dalam permainan tenis meja karena pegangan dapat mempengaruhi jenis pukulan

yang dilakukan. Pegangan dibedakan menjadi dua macam yaitu *shakehand grip* dan *penhold grip*. Teknik siap sedia (*stance*) mengarah pada posisi kaki, badan, dan tangan saat tiap menunggu bola atau memukul bola. Bentuk *stance* yang biasa digunakan yaitu *square stance* dan *side stance*. Teknik gerakan kaki (*footwork*) dibedakan untuk nomor tunggal dan nomor ganda. Namun *footwork* yang digunakan dalam pemain tunggal sudah otomatis digunakan dalam pemain ganda. Jika dilihat dari banyaknya langkah *footwork*, untuk tunggal dibedakan menjadi satu langkah, dua langkah, dan tiga langkah atau lebih sedangkan arah gerakan bisa kedepan, belakang, samping kiri, samping kanan atau diagonal. Penggunaan gerakan kaki disesuaikan dengan jarak yang harus diantisipasi antara bola yang datang dengan posisi pemain. Teknik pukulan terdiri atas pukulan *push*, *drive*, *block*, *chop* dan *sevice*.

Penguasaan teknik dasar dapat ditempuh melalui beberapa tahapan pelatihan yang dilakukan secara insentif. Latihan diupayakan berjalan secara teratur dan terarah dengan tujuan dapat memberikan perubahan dan peningkatan terhadap masing-masing teknik dasar. Pada prinsipnya, latihan merupakan suatu proses kearah yang lebih baik yaitu meningkatkan fisik, kemampuan fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih. sedangkan pada proses pelaksanaannya agar latihan dapat meningkat maka perlu tidak lepas dari prinsip *overload* (beban berlebih) dengan artian bahwa setiap latihan menggunakan beban yang makin lama makin bertambah.

Seorang pemain tenis meja membutuhkan kelengkapan kondisi fisik sebagai penunjang untuk mendapatkan prestasi lebih tinggi selain teknik, taktik, mental, dan strategi. Kondisi fisik itu adalah kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), kelentukan (*fleksibility*), kelincahan (*agiliti*), keseimbangan (*balance*), ketepatan (*accuracy*), reaksi (*reaction*). dari semua unsur komponen fisik tersebut diatas merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan oleh satu sama dengan yang lainnya, baik peningkatan maupun pemeliharanya. Menurut (ITTF Jurnal internasional vol6,2010) Kapasitas fisik yang paling penting dari para pemain adalah daya tahan dan kecepatan, karena waktu yang singkat tinggi periode intensitas di bawah metabolisme anaerobik.

Melalui proses latihan yang panjang dan berkelanjutan akan memberikan perubahan terhadap kondisi fisik setiap atlet. Terlebih pada teknik pukulan dalam tenis meja yang sangat dominan memerlukan kekuatan otot lengan maupun pergelangan tangan sebagai upaya dalam pencapaian pukulan smash yang kuat, tepat dan akurat. koordinasi kekuatan pergelangan tangan, kecepatan gerak, dan keterampilan penempatan bola dalam tenis meja dapat menjadi peluang dalam untuk mencapai prestasi lebih tinggi. Oleh karena itu semua komponen sangat menentukan seberapa besar peluang seorang atlet berkembang dan dalam upaya mencapai prestasi yang lebih tinggi dalam semua kompetisi.

Seperti yang dikemukakan oleh (Syafuruddin, 2011, p. 54) kemampuan seseorang atau atlet dalam pertandingan atau kompetisi pada

dasarnya ditentukan oleh empat faktor yaitu : (1) kondisi fisik, (2) teknik, (3) taktik dan (4) mental. Keempat faktor tersebut adalah yang merupakan unsur penting dalam prestasi dalam bidang olahraga. Keempat faktor ini saling berkaitan, kondisi fisik yang bagus jika tidak diiringi dengan teknik yang bagus pula maka tidak akan memiliki hasil yang bagus. karena kondisi fisik yang bagus akan lebih sempurna jika diiringi dengan teknik yang bagus. begitu juga dengan taktik, kondisi fisik dan teknik yang bagus apabila tidak diiringi dengan penerapan taktik yang pas akan percuma. karena kondisi fisik dan teknik yang bagus akan sia-sia jika taktik yang ada tidak sesuai dengan rencana dan akan membuat atlet kewalahan. kondisi fisik, teknik dan taktik akan lebih sempurna jika diiringi dengan mental. Dimana jika kondisi fisik baik, teknik dikuasai dengan baik, penerapan taktik baik tetapi mental kurang baik itu semua tidak akan terlaksana untuk mencapai tujuan prestasi yang diinginkan.

Mental adalah kunci dari semua aspek diatas agar dapat terlaksana dengan baik, kunci utama untuk dapat menampilkan permainan yang bagus serta meraih kemenangan mental mengambil peran besar dalam hal ini. Seorang atlit yang memiliki ke empat aspek diatas akan dengan mudah meningkatkan prestasi, agar dapat mencapai prestasi yang lebih tinggi, jika Salah satu dari ke empat faktor ini tidak bagus maka akan sulit untuk meningkatkan dan mencapai prestasi yang lebih tinggi.

Teknik pukulan yang sering digunakan dan dianggap penting dalam tenis meja adalah *forehand drive*. *Drive* adalah pukulan biasa yang

dilakukan dengan tenaga yang tidak seberapa atau dengan tenaga yang kecil gesekannya yang dilakukan dengan gerakan bet dari posisi bawah sorong ke atas dan sikap bet tertutup. Pukulan *forehan drive* berfungsi sebagai pengontrol bola karena tidak memberi kesempatan pada lawan untuk memilih menggunakan pukulan menyerang. Teknik ini perlu dikuasai oleh atlet tenis meja, bahkan menjadi satu teknik yang wajib dikuasai oleh para pemain tenis meja. pendapat diatas diperkual lagi oleh (WenwenHuang, Miaomiaolu, YuxuanZeng, Mengyue Hu and Yi Xiao, 2021) Hasil kompetisi tenis meja dipengaruhi oleh beberapa faktor faktor, seperti kebugaran fisik, psikologi, teknik, dan taktik. Mungkin yang paling berpengaruh di antaranya adalah teknologi.

kemampuan *forehand drive* berkaitan erat dengan kegigihan atlet dan frekuensi latihan. Artinya, untuk mendapat ketepatan kemampuan *forehand drive* yang baik, atlet tenis meja harus berlatih dengan giat dan terprogram. (A.M Budi Utama, 2004, p. 3) mengatakan bahwa dalam pertandingan tenis meja, kemampuan ketepatan pukulan mempunyai peranan penting untuk memenangkan pertandingan. Hal ini dikarenakan, dengan menguasai teknik ketepatan pukulan, pemain akan mampu mengikuti permainan yang sangat cepat, tepat dan singkat, mengingat kemenangan adalah satu satunya tujuan dalam permainan tenis meja.

Untuk menguasai teknik *forehand drive* yang baik dibutuhkan sebuah metode latihan . Ada beberapa metode latihan dalam tenis meja, menurut (Hodges, 2007, p. 2) metode dalam latihan tenis meja antara lain

berlatih dengan pemain lain, berlatih dengan pelatih, berlatih sendiri, mesin dan juga *multiball*. Metode-metode diatas adalah sebuah metode pada olahraga tenis meja yang dapat digunakan sebagai cara untuk menguasai teknik *forehand drive yang baik*.

Berlatih dengan pemain lain,. Pemain bebas menentukan latihan apa yang akan dilatih atau yang akan dikuasai selanjutnya, namun metode ini memiliki kekurangan yaitu pemain tidak akan mengetahui jika ada kesalahan gerak dalam melakukan sebuah teknik pukulan yang akan dikuasainya dan pemain akan cenderung lama menguasai teknik yang akan dikuasai tersebut.

Berlatih dengan pelatih,. Metode ini terbilang baik karena pemain akan lebih cepat menguasai teknik yang akan dilatih, karena apabila ada kesalahan pelatih akan langsung mengkoreksi kesalahan tersebut dan menunjukkan teknik yang benar yang seharusnya dilakukan.

Berlatih sendiri,. Pada latihan ini biasanya pemain melakukan belajar teknik latihan dengan cara menonton sebuah vidio lalu mempraktekkannya, atau pemain mengulang pembelajaran teknik dirumah secara mandiri setelah diberikan contoh oleh guru atau pelatih.

Berlatih menggunakan mesin,. Dikarekan harganya yang mahal latihan dengan menggunakan mesin sangat jarang ditemukan pada setiap PTM yang ada di berbagai daerah di indonesia. Banyak kelebihan yang diberikan oleh mesin tetapi menjadi hambatan dikarenakan harganya yang sangat mahal.

Multiball adalah metode latihan di mana satu pemain berlatih sedang pemain yang lainnya mengumpankan bola. Pemain akan membutuhkan sekeranjang bola. Pemberi umpan berdiri di pinggir meja, memungut dan memukul bola berturut-turut dalam berbagai kecepatan, putaran, dan arah yang pemain butuhkan. Metode ini merupakan cara yang tepat untuk mempelajari pukulan, tapi kerugiannya adalah hanya satu orang yang dapat berlatih pada saat itu. Metode ini sering digunakan oleh pelatih yang bertindak sebagai pengumpan. Metode *multiball* bisa juga menggunakan sebuah teknologi seperti mesin ataupun dilakukan secara manual yang diberi pelatih atau pengumpan. Tetapi kebanyakan PTM belum mempunyai mesin sehingga metode *multiball* secara manual sangat berguna untuk meningkatkan kemampuan ketepatan *forehand drive*.

Dari berbagai metode yang dijelaskan diatas, salah satu metode yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan ketepatan *forehand drive* adalah “metode latihan multiball” Metode latihan ini menekankan pada frekuensi pukulan, sehingga memungkinkan atlet untuk membiasakan diri memukul bola menuju sasaran yang dituju, sehingga gerakan atlet tersebut lama kelamaan menjadi terbiasa, bagus dan lancar. Tingginya frekuensi atlet dalam berlatih ketepatan *forehand drive* dengan memukul bola sebanyak mungkin, diharapkan dapat membuat atlet terbiasa melakukan pukulan ke arah sasaran, sehingga kemampuan ketepatannya dapat meningkat. Latihan dengan menggunakan bola banyak atau *multiball* menjadi salah satu latihan yang digunakan pelatih. salah

satu tujuan bola banyak atau *multiball* untuk meningkatkan kemampuan ketepatan *forehand drive*.

Alasan peneliti menetapkan *forehand drive* sebagai masalah dikarenakan, Atlet Ptm Gempas Padang Pariaman menerima anggota baru yang berjumlah 6 orang perempuan, pada saat melakukan *forehand drive* atlet sering menyangkut di net dan sering keluar melebar ke kiri atau ke kanan meja, juga cenderung posisi bet dalam melakukan *forehand drive* posisi bet tidak dalam keadaan tertutup yang mengakibatkan bola sering jauh atau keluar jauh dari meja.

Namun demikian belum ada penelitian yang membahas tentang metoda latihan tersebut diatas. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melihat pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan *forehand drive*, dari hasil penelitian ini bisa menghasilkan sebuah kesimpulan yang berguna untuk kemajuan permainan tenis meja kedepannya.

Penelitian ini akan dilaksanakan pada PTM Gempas Padang Pariaman Pauh Sicincin, Ptm Gempas ini memiliki 6 orang atlet yang masi aktif dan memiliki satu orang pelatih. Latihan pada PTM Gempas Padang Pariaman dilaksanakan 4 kali dalam seminggu yakni Selasa, Kamis, Jum'at dan Minggu pada pukul 15.00 - 18.00 WIB. Ptm Gempas ini Memiliki dua buah meja, sekeranjang bola dan dua buah net. Lantai lapangan yang terbuat dari semen dan sepanjang lapangan dikelilingi oleh jaring yang rapat (jaring yang tidak bisa dilalui oleh bola pimpan).

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan penjelasan uraian latar belakang masalah diatas maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut :

1. Teknik pukulan berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*
2. Pegangan bet berpengaruh terhadap kemampuan forehan *drive*
3. Kualitas pelatih berpengaruh terhadap kemampuan forehand *drive*
4. Frekuensi latihan berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*
5. Latihan dengan teman berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*.
6. Latihan dengan pelatih berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*.
7. Latihan mandiri berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*.
8. Latihan mesin berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*
9. Latihan *multiball* berpengaruh terhadap kemampuan *forehand drive*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka penelitian ini dibatasi pada pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan *forehand drive*

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka penelitian ini dapat dirumuskan yaitu Apakah terdapat pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan *forehand drive* ?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan *forehand drive*

F. Manfaat penelitian

1. Sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan di Jurusan kepelatihan Universitas Negeri Padang
2. Penelitian ini bermanfaat untuk mengembangkan bidang olahraga khususnya pada cabang tenis meja.
3. Sebagai bahan pertimbangan untuk pelatih dalam meningkatkan kemampuan ketepatan *forehand drive*
4. Sebagai bahan acuan unruk atlet sendiri melihat hasil dari kemampuan *forehand drive* mereka secara pribadi, sehingga dapat tampil lebih baik

dalam suatu pertandingan dan dapat mencapai sebuah prestasi yang diinginkan.

5. Sebagai salah satu bahan informasi bagi para pemerhati peningkatan prestasi tenis meja maupun seprofesi dalam membahas metode latihan *multiball*.
6. sebagai salahsatu bahan referensi untuk peneliti berikutnya tentang kemampuan *forehand drive* melalui latihan *multibal*