

**HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN DENGAN
KEMAMPUAN *SERVICE FOREHAND* ATLET TENIS MEJA
PUTRA CLUB MAJU JAYA BERSAMA
KABUPATEN LIMA PULUH KOTA**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Syarat Guna memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh

**MIFTAHUL JANNAH
NIM.19086187**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN
DENGAN KEMAMPUAN *SERVICE FOREHAND* ATLET
TENIS MEJA PUTRA CLUB MAJU JAYA BERSAMA
KABUPATEN LIMAHPULUH KOTA.

Nama : Miftahul Jannah

NIM : 19086187

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

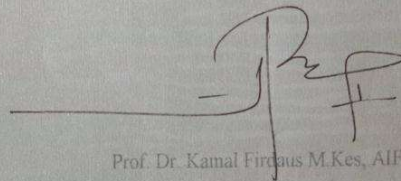
Padang, Februari 2023

Mengetahui:
Kepala Departemen PO/Prodi
Penjaskesrek



Sepriadi, S. Si, MPd
NIP. 19890901 201404 1 002

Disetujui Oleh:
Pembimbing



Prof. Dr. Kamal Firdaus M.Kes, AIFO
NIP. 196211121987101001

PENGESAHAN

Dinyatakan Lulus setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN
TANGAN DENGAN KEMAMPUAN *SERVICE*
FOREHAND ATLET TENIS MEJA PUTRA CLUB MAJU
JAYA BERSAMA KABUPATEN LIMA PULUH KOTA.

Nama : Miftahul Jannah

NIM : 19086187

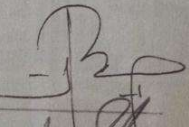
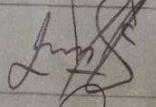
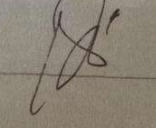
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Departemen : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2023

Tim Penguji

1. Prof. Dr. Kamal Firdaus, M. Kes., AIFO 1. 
2. Drs. Deswandi, M.Kes. AIFO 2. 
3. Frizki Anra, S.Pd, M.Pd 3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Kemampuan *Service Forehand* Atlet Tenis Meja Putra Club Maju Jaya Bersama Kabupaten Lima Puluh Kota" 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 kepastakaan.
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 dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Februari 2023

Yang membuat pernyataan



Mifthul jannah

Nim.19086187

ABSTRAK

Miftahul Jannah 2023. Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan dengan Kemampuan Servis *Forehand* Atlet Tenis Meja Putra Club Maju Jaya Bersama Lima Puluh Kota

Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat hubungan kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan servis *forehand* atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama Lima Puluh Kota.

Jenis penelitian ini adalah korelasional. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari-Februari 2023. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet pemain tenis meja MJB club dan sampel 12 orang atlet putra. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling*. Instrumen dalam penelitian ini tes kemampuan kelentukan pergelangan tangan adalah goniometer dan Tes keterampilan servis permainan tenis meja. Teknik analisis data *product-moment* oleh person dengan SPSS v.22.

Hasil penelitian ini adalah terdapat hubungan kelentukan pergelangan tangan terhadap kemampuan servis *forehand* atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama dengan Sig. (2-tailed) $0,001 < 0,05$. Artinya servis *forehand* atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama harus lebih ditingkatkan lagi karena semakin baik kelentukan pergelangan tangan, maka semakin baik servis *forehand* yang dilakukan.

Kata kunci: Kelentukan Pergelangan Tangan, Servis *Forehand*, Tenis Meja

KATA PENGANTAR



Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadiran ALLAH SWT, atas berkah dan hidayah-Nya peneliti dapat menyusun dan menyelesaikan penelitian yang berjudul “Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Dengan Kemampuan *Servis Forehand* Aatlet Tenis Meja Putra Club Maju Jaya Bersama Kabupaten Lima Puluh Kota”. Shalawat beiringkan salam penulis ucapkan kepada junjungan Nabi besar Muhammad SAW yang telah bersusah payah membimbing umatnya dari zaman kebodohan ke zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan seperti yang kita rasakan saat ini.

Dalam melaksanakan penyelesaian penelitian, peneliti banyak mendapat bantuan bimbingan dari berbagai pihak. Selanjutnya peneliti mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Ganefri, Ph.D sebagai rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberikan dukungna dan fasilitas dalam perkuliahan
2. Bapak Prof.Dr.Alnedral,M.Pd sebagai dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelaynana yang optimal selama perkuliahan.
3. Bapak Prof. Dr. Kamal Firdaus, M.Kes.AIFO selaku pembimbig yang telah memberikan bimbingna,arahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

4. Bapak Drs. Deswandi M. Kes. AIFO, dan bapak Frizki Amra S.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan.
6. Pelatih Club Maju Jaya Bersama Kabupaten Lima Puluh Kota Beserta Atlet yang telah meluangkan waktunya untuk pengambilan data penelitian ini.
7. Teristimewa kedua orang tua saya, ayahanda Khaidir Yus S.E dan ibunda Anna Sari Pasaribu S.Pd.i serta abang, kakak, dan adik yang telah memberikan dukungan, material dan do'a yang tulus tiada henti kepada penulis, yang merupakan jiwa dan kekuatan terbesar penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Teman-teman mahasiswa penjas kesrek angkatan 2019 yang sudah saling berbagi dan melengkapi dalam proses belajar mengajar di kampus.
9. Teman-teman seperjuangan, Loli, itin, Mirza, Meicy, Laura, Rozaan, Luthfi, Kevin, Mario, Keny, Irfan, M.iqbal, Mardian, iqbal, Al.Hafiz, Hafis, senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan dorongan dan melengkapi kisah klasik untuk masa depan selama di dunia perkuliahan, semangat dan sukses untuk kita.

10. Sahabat-sahabat yang kusayangi, kak cicin, imel, dhea, yang telah memberikan support, dan perhatian dalam menemani pembuatan skripsi ini.

11. Last but not least, I wanna thank me, I wanna thank me for bealiving in me, I wanna thank me for doing all this hard work, I wanna thank me for having no days off, I wanna thank me for never quitting.

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah.....	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat atau kegunaan penelitian.....	9
BAB II KAJIAN TEORI	10
A. Kajian Teori.....	10
1. Pengertian Permainan Tenis Meja	10
2. Faktor Yang Diperlukan Dalam Tenis Meja.....	11
3. Komponen Kondisi Fisik	15
4. Komponen Kondisi Fisik dalam Tenis Meja	19
a. Kelentukan	19
b. Jenis –jenis Kelentukan	24
c. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kelentukan.....	25
d. Manfaat kelentukan	26

e. Anatomi Pergelangan Tangan.....	26
5. Pengertian Servis dalam Permainan Tenis Meja	27
6. Kemampuan servis.....	38
B. Kerangka Konseptual.....	41
C. Hipotesis penelitian	42
BAB III METODOLOGI PENELETIAN	43
A. Jenis penelitian.....	43
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	43
C. Populasi sampel.....	43
1. Populasi	43
2. Sampel	44
D. Definisi Operasional	44
1. Kemampuan <i>Service</i>	44
2. Kelentukan Pergelangan Tangan	45
E. Jenis dan sumber data.....	45
1. Jenis Data	45
2. Sumber data.....	45
F. Teknik pengumpulan data	45
G. Instrumen Penelitian	46
H. Teknik analisis Data	50
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	51
A. Deskripsi Data Penelitian.....	51
B. Analisis Data Penelitian	51
C. Uji Persyaratan Analisis	54
D. Pengujian Hipotesis	56

E. Pembahasan	57
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran	62
DAFTAR PUSTKA	63
Lampiran 1.....	68

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi Penelitian	43
Tabel 2. Sampel Penelitian.....	44
Tabel 3. Norma PAN Tes Kelentukan Pergelangan Tangan.....	47
Tabel 4. Norma PAN Tes Kemampuan Servis Forehand	49
Tabel 5. Deskripsi Data.....	51
Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Kelentukan	52
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Data	53
Tabel 8. Uji Normalitas Probabilitas Shapiro-Wilk dengan SPSS.....	54
Tabel 9. Uji Linieritas	55
Tabel 10. Output uji korelasi product momen dengan SPSS v.22	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka konseptual	42
Gambar 2. Tes kemampuan servis tenis meja	49
Gambar 3. Histogram Frekuensi Hasil Data	52
Gambar 4. Histogram Frekuensi Hasil	54

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

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. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, juga dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh para olahragawan. Di Indonesia, olahraga di masyarakat tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi.

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 satu cabang olahraga yang terkenal yaitu pingpong atau disebut juga dengan tenis meja.

Lestari, H., Lanos, M. E. C., & Sari, P. S. (2022), tenis meja adalah suatu permainan olahraga dengan memantulkan-memantulkan bola diatas meja menggunakan bet. Tenis meja merupakan cabang olahraga yang dimainkan di ruangan tertutup atau di dalam gedung (indoor) dimainkan oleh

dua dan empat pemain. Selain itu tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang bisa dimainkan oleh semua orang tanpa mengenal batas umur. 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). Dalam permainan tenis meja sangat dibutuhkan 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. Teknik merupakan salah satu hal yang sangat penting yang harus di miliki 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 bagi seorang atlet. 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 prestasi olahraga.

Menurut Mahendra dkk. (2012), pembinaan kondisi fisik dalam olahraga bahwa kalau seseorang atlet ingin berprestasi harus memiliki kondisi

fisik seperti: Kekuatan (strength), daya tahan (endurance), daya ledak otot (muscular power), kecepatan (speed), koordinasi (coordination), fleksibilitas (flexibility), kelincahan (agility), keseimbangan (balance), ketepatan (accuracy), reaksi (reaction). Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang memadai, maka teknik gerakan *service* tidak akan dapat dilakukan dengan baik.

Syafruddin (2013), mengungkapkan bahwa "kelentukan merupakan kemampuan pergelangan tangan/persendian untuk dapat melakukan gerakan ke semua arah dengan amplitude gerakan (range of motion) yang besar dan luas sesuai dengan fungsi persendian". Pergelangan tangan adalah bagian dari tangan yang sanggup bergerak paling cepat. Dengan pergerakan pergelangan tangan, pemain dapat merubah sudut bet waktu bet menyentuh bola.

Ada banyak teknik yang perlu dikuasai oleh seorang pemain tenis meja, misalnya teknik memegang bet, pengaturan kaki, teknik memukul, teknik blok, teknik servis. Teknik dasar tersebut memiliki fungsi masing-masing yang dalam pelaksanaannya dikombinasikan menurut kondisi permainan. Seseorang yang mampu melakukan teknik dasar tersebut dengan baik maka akan mampu bermain tenis meja dengan baik pula. Dalam tenis meja di butuhkan berbagai aspek dan teknik agar suatu pertandingan dapat dimenangkan demi tercapainya prestasi yang lebih baik di masa yang akan datang. Dalam bermain Tenis Meja, terdapat beberapa teknik dasar keterampilan pukulan (stroke), antara lain: Forehand, Backhand, drive, Push, Chop, Block, *Service*, Spin" Erlan, U., (Supriatna, E., & Purnomo, E. 2014).

Salah-satu teknik yang dominan di lakukan dalam bermain tenis meja adalah teknik servis. Servis adalah salah satu teknik yang paling penting. Servis adalah teknik memukul untuk menyajikan bola pertama ke dalam permainan, dengan cara bola dipukul di pantul terlebih dahulu ke meja server, kemudian harus melewati atas net dan akhirnya memantul di meja lawan. Penguasaan servis harus baik karena servis adalah kesempatan pertama untuk menguasai permainan dan memegang inisiatif. Servis adalah suatu gerakan yang membutuhkan kecepatan. *The athlete's ability to properly hit the ball is the key indicator that predicts the winning match* (Firdaus, K., & Mario, D. T. 2022).

Jenis servis dalam olahraga permainan tenis meja sangatlah banyak dan bervariasi, karena servis dalam olahraga permainan ini bisa menjadi alat mematikan diawal permainan yang dapat menghasilkan poin. Jadi banyak pemain tenis meja yang berlomba-lomba membuat variasi servis yang unik. Bahkan servis tiap pemain dalam permainan tenis meja itu berbeda-beda dan adapun servis yang menjadikan ciri khas seorang pemain. Servis yang sulit bisa menjadikan lawan tidak dapat mengembalikannya dengan baik bahkan bisa langsung menghasilkan sebuah poin. Pada dasarnya bahwa semua teknik pukulan yang ada dalam permainan tenis meja bersumber dari dua jenis pukulan yakni dari pukulan *forehand dan backhand*, baik servis, smash, drive, top spin, dan sebagainya. Keterangan lainnya tentang *service* ada dalam peraturan permainan Tenis Meja. Gerakan atau putaran yang diberikan pada bola bisa bermacam-macam, misalnya: *forehand, backhand, back spin, top*

spin, *slide spin* atau kombinasi dari ketiganya. Untuk *side spin* itu sendiri dapat memotong bola dengan gerakan dari atas ke bawah. Zainul Johor di dalam jurnal Kusnedi, I. (2019). Selain itu hal yang terpenting dalam *service* adalah penempatan bola yang tepat. Jika bola dapat ditempatkan ditempat yang tepat dan pemain dapat mengetahui kelemahan lawan, servis dapat dijadikan senjata untuk menghasilkan poin dengan mengelabui lawan menggunakan penempatan bola yang tepat.

Kemampuan dalam melakukan servis juga merupakan suatu taktik dalam menyusun rangkaian permainan apa yang akan dilakukan. Untuk menyulitkan lawan dalam menerima bola maka servis perlu tenaga dan juga menempatkan bola yang sulit dikembalikan lawan. Berdasarkan apa yang dijelaskan, kemampuan merupakan suatu faktor yang harus diperhatikan dalam melakukan teknik servis. Karena servis yang baik atau akurat sangat memberikan keuntungan lebih untuk pihak yang melakukan servis. Apabila servis itu akurat maka pengembalian akan sulit diterima, jika pengembalian bola tanggung maka pemain akan mudah menyerang lawan agar mendapatkan poin. Kemampuan juga dipengaruhi berbagai kondisi yang berasal dari dalam (internal) yang merupakan dari diri pemain tenis meja itu sendiri ataupun dari luar (eksternal) yang berada di luar kendali pemain tenis meja.

Khusus dalam cabang olahraga tenis meja untuk menunjang prestasi atlet sehingga tercapainya sasaran prestasi yaitu dengan meningkatkan teknik permainan dan perlu adanya latihan yang efektif yang menuntut adanya suatu perencanaan yang teliti tentang jenis latihan yang akan dilakukan

dengan tujuan tertentu secara sistematis.

Di Kabupaten Lima Puluh Kota, banyak berdiri klub tenis meja, salah satunya yaitu Club tenis meja Maju Jaya Bersama. Club ini berdiri pada tahun 2013 yang beralamat di Jl. Limbanang belakang koramil Kecamatan Suliki, Kabupaten Lima Puluh Kota. Disini juga terdapat banyak atlet pemula. Club maju jaya bersama merupakan salah satu club tenis meja yang banyak menghasilkan atlet-atlet yang berprestasi yang mewakili daerah baik itu tingkat provinsi dan kabupaten/kota. Club Maju Jaya Bersama merupakan wadah untuk mengembangkan potensi seorang atlet untuk mencapai prestasi. Club Maju Jaya Bersama adalah satu club tenis meja yang peduli terhadap pembinaan olahraga. Secara berkesinambungan dengan bertujuan untuk menghasilkan atlet berpotensi yang akan membawa nama Sumatera Barat pada tingkat Daerah, Nasional, bahkan Internasional.

Berdasarkan informasi yang penulis dapat dari pelatih tenis meja Club Maju Jaya Bersama yaitu ada beberapa prestasi yang didapatkan. Beberapa diantaranya adalah pada turnamen tenis meja kejuaraan daerah pada tahun 2021, dan setelah itu juga ada atlet dari Club Maju Jaya Bersama yang mewakili Sumatera Barat mengikuti Kejuaraan Olahraga Pelajar Nasional (KEJURNAS) di Manado dan sampai sekarang untuk kejuaraan-kejuaraan di kota Payakumbuh masih di dominasi oleh atlet-atlet Club Maju Jaya Bersama.

Sesuai dengan hasil observasi peneliti di Club Maju Jaya Bersama kenyataan yang terjadi saat ini club tersebut mengalami penurunan prestasi. Ini terlihat ketika atlet melakukan latihan dan dari berbagai pertandingan yang

diikuti oleh atlet, peneliti melihat masih banyaknya kelemahan yang dilakukan pemain misalnya pada saat atlet melakukan servis untuk membuka permainan, kemampuan servis yang atlet berikan mudah dikembalikan dan diantisipasi lawan. Beberapa atlet juga belum menguasai teknik servis tenis meja dengan benar, dan sering mengalami kegagalan, dan hal ini menguntungkan lawan untuk mendapat poin. Sedangkan pemain sudah banyak menggunakan beberapa teknik servis.

Selanjutnya penulis beranggapan bahwa kemampuan servis inilah yang belum dimiliki atlet putra Club Maju Jaya Bersama kabupaten lima puluh kota. Hal ini tampak pada bola hasil servis yang menyangkut di net atau tanggung. Atlet juga belum bisa mengarahkan bola dengan baik saat melakukan servis. Penyebabnya yaitu karena putaran bola saat melakukan servis tersebut masih lemah, jadi memberikan waktu bagi lawan untuk memikirkan serangan balik. Kemudian, servis yang dilakukan masih sekedar servis biasa tanpa memperhatikan kualitas bola servis tersebut dan belum bisa melakukan *service* yang mematikan lawan. Hal ini sangat menguntungkan pihak lawan mendapatkan poin. Saat berlatih untuk mengarahkan servis, pemain juga terlihat kesulitan mengarahkan servis sesuai permintaan pelatih, hal ini mungkin disebabkan kelenturan pergelangan tangan yang belum maksimal.

Karna banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan servis atlet putra Club Maju Jaya. Bersama tersebut, penulis menemukan bahwa kendala yang pemain alami selama ini disebabkan kurangnya kelenturan pergelangan

tangan pemain dalam melakukan servis sehingga gerakan bola tersebut mudah dibaca lawan. Maka peneliti tertarik meneliti tentang hubungan kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan servis *forehand* atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat diidentifikasi faktor yang mempengaruhi ketetapan servis adalah :

1. Kondisi fisik
2. Kemampuan servis *forehand*
3. Kelentukan pergelangan tangan
4. Teknik-teknik permainan
5. Jenis-jenis servis
6. Kemampuan servis permainan tenis meja

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah diatas, untuk lebih fokusnya penelitian ini maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan servis *forehand* atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas agar lebih jelas dan terarah masalahnya, maka penelitian ini dapat dirumuskan

sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan servis atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama?.

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dijelaskan diatas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kelentukan pergelangan tangan dengan kemampuan *service* atlet tenis meja putra Club Maju Jaya Bersama.

F. Manfaat atau kegunaan penelitian

Adapun manfaat penelitian adalah sebagai berikut:

1. Untuk peneliti sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Untuk atlet dapat meningkatkan kemampuan servis permainan tenis meja dan sebagai tolak ukur kondisi fisik khususnya kelentukan pergelangan tangan.
3. Untuk club dapat meningkatkan prestasi dalam kejuaraan tenis meja
4. Untuk Departemen Pendidikan olahraga sebagai referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan sebagai bahan penelitian lebih lanjut.
5. Untuk perpustakaan sebagai referensi tambahan di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Universitas Negeri Padang.