

**ANALISIS KEMAMPUAN PUKULAN *FOREHAND DRIVE* TENIS MEJA  
PTM IPRC PADANG**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**FEBRI YANDA  
17087280/2017**

**PRODI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
DEPARTEMEN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2023**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

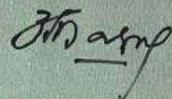
ANALISIS KEMAMPUAN PUKULAN *FOREHAND DRIVE* TENIS MEJA  
PTM IPRC PADANG

Nama : Febri Yanda  
NIM/BP : 17087280/2017  
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga  
Departemen : Kepeleatihan  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Oktober 2023

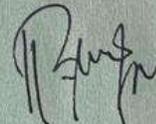
Diketahui Oleh

Kepala Departemen Kepeleatihan



Dr. Masrun, M.Kes, AIFO  
NIP. 19720717 199803 1004

Pembimbing



Dr. Roma Irawan, M. Pd  
NIP.198107262006041002

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Febri Yanda  
NIM/BP : 17087280/2017

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen Kepelatihan

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Dengan Judul

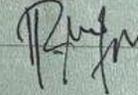
ANALISIS KEMAMPUAN PUKULAN *FOREHAND DRIVE* TENIS MEJA  
PTM IPRC PADANG

Padang, Oktober 2023

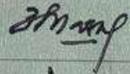
Tim Penguji

Tanda Tangan

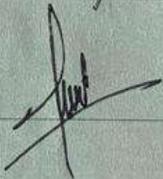
1. Ketua Dr. Roma Irawan, M. Pd

1. 

2. Sekretaris Dr. Masrun, M.Kes, AIFO

2. 

3. Anggota Yogi Setiawan, M.Pd

3. 

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi dengan judul ("*Analisis Kemampuan Pukulan Forehand Drive Tennis Meja PTM IPRC Padang*"), adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
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 menyebut nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam 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, Oktober 2023



**Febri Yanda**  
NIM/BP.17087280/2017

## ABSTRAK

**Febri Yanda (2023) : Analisis Tingkat Kemampuan Pukulan *Forehand Drive* Tenis Meja PTM IPRC Padang . Skripsi: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih belum maksimal Tingkat Kemampuan Pukulan *Forehand Drive* yang dilakukan pemain PTM IPRC Padang. Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kemampuan *forehand drive* tenis meja PTM IPRC Padang

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Sampel dalam penelitian ini adalah pemain PTM IPRC Padang. Instrumen dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan format analisis kemampuan pukulan *forehand drive*. Teknik analisis dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan teknik analisis deskriptif persentatif.

Berdasarkan hasil analisis dapat dikemukakan kesimpulan yaitu, dari penilaian tiga (3) orang *judgement* dengan pengambilan rata-rata terhadap 16 orang sampel pada kemampuan pukulan *forehand drive* diperoleh tingkat penilaian sebagai berikut: :1) Tingkat kemampuan *forehand drive* tenis meja PTM IPRC Padang Pemain Laki- Laki , tidak ditemukan kemampuan *forehand drive* berada pada kategori sangatt kurang , 2 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada kategori kurang tau sekitar (28%), 3 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada katerogi sedang atau sekitar (42%) , 1 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada katergori baik atau sekitar (14%), 1 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada kategori sangat baik atau sekitar (14%). 2)Tingkat kemampuan *forehand drive* tenis meja PTM IPRC Padang Pemain Perempuan, 1 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada kategori sangatt kurang atau sekitar (11%) , 2 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada kategori kurang tau sekitar (22%), 3 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada katerogi sedang atau sekitar (33%) , 3 orang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada katergori baik atau sekitar (33%), tidak ada yang memiliki kemampuan *forehand drive* berada pada kategori sangat baik.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya serta shalawat dan salam tercurah kepada nabi besar Muhammad SAW beserta keluarganya hingga akhir zaman, demikian juga penulis menyampaikan terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada kedua orang tua, dimana atasasuhan dan didikan serta perhatian keduanyaalah penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “**Analisis Kemampuan Pukulan Forehand Drive Tennis Meja PTM IPRC Padang**”. Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan sehingga proposal ini dapat terselesaikan dengan baik. Penulis berterima kasih kepada:

1. Kepada bapak Dr. Masrun M. Kes, AIFO selaku kepala Departemen Kepelatihan yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran-saran yang membangun kepada penulis dengan sabar dan penuh semangat sehingga terselesainya proposal ini.
2. Kepada bapak Dr. Roma Irawan S.Pd,M.Pd selaku dosen pembimbing yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran-saran yang membangun terkhususnya dalam penulisan maupun kesempurnaan proposal ini.
3. Kepada bapak Dr. Masrun M. Kes, AIFO dan bapak Yogi Setiawan, S.Pd, M.Pd selaku dosen kontributor yang memberikan masukan dan saran-saran yang membangun terkhususnya dalam penulisan maupun kesempurnaan proposal ini.

4. Orang tua tersayang yang telah mendukung, berkerja keras dan selalu mendoakan penulis dalam menyelesaikan studi di prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
5. Staf Pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis mengikuti perkuliahan.
6. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil dalam penyusunan proposal ini.

Akhirnya penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan proposal penelitian ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Oktober 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>v</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>x</b>
<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 .....	7
F. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Kajian Teori .....	9
1. Pengertian Tenis Meja .....	9
2. Teknik Bermain Tenis Meja .....	12
3. Hakikat <i>Forehand Drive</i> .....	14
B. Kerangka Berpikir .....	19
C. Pertanyaan Penelitian .....	20
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	21
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	21
C. Populasi dan Sampel.....	21
D. Definisi Operasional.....	22
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	22
F. Teknik Analisis Data.....	26
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	28

B. Pembahasan.....	34
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	35
B. Saran.....	36
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>38</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>43</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1.Sampel.....	21
2.Populasi.....	21
3.Jumlah Sampel Peneliti.....	22
4>Nama Nama Wasit/Juri.....	24
5. <i>Forehand Drive</i> laki Laki.....	27
6. <i>Forehand Drive</i> Perempuan.....	29

## DAFTAR GAMBARAN

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1.Pukulan <i>Forehand Drive</i> .....	18
2.Kerangka Konseptual.....	20
3.Instrumen <i>Drive</i> .....	25
4. <i>Forehand Drive</i> laki Laki.....	28
5. <i>Forehand Drive</i> Perempuan.....	30

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1.Data mentah <i>Forehand Drive</i> Laki-Laki.....	43
2.Data mentah <i>Forehand Drive</i> Perempuan.....	43
3. Dokumentasi.....	45
4..Surat Izin Penelitian.....	50
5..Surat Balasan Penelitian.....	51

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan oleh setiap orang, dengan berolahraga orang mendapatkan kesegaran jasmani, kesegaran pemikirannya dan berprestasi dalam pekerjaannya sehingga dapat meningkatkan produktifitas kerja. Di sisi lain olahraga juga dapat dijadikan ajang kompetisi untuk berpacu dalam penyampaian sebuah prestasi, sebagai wujud untuk mempertahankan prestasi baik secara individu, kelompok maupun negeri asal. (Rahman, 2019).

Olahraga berarti mengelola ataupun menyempurnakan jasmani ataupun fisik. Salah satu tujuan manusia olahraga merupakan prestasi, untuk prestasi tentang ini ilmu- ilmu pengetahuan yang terpaut mengenai manusia selaku objek yang hendak diolah prestasinya agar lebih baik. Melalui prestasi olahraga bangsa Indonesia dikenal oleh bangsa lain, hal ini telah disebutkan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No.11 tahun 2022 tentang dasar, fungsi dan tujuan olahraga yaitu:

Olahraga nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak manusia, disiplin, sportifitas, mempererat persaudaraan dan membina kesatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat pertahanan nasional, serta mengangkat harkat martabat dan kehormatan bangsa.

Dari penjelasan di atas pemerintah mempunyai peranan penting dalam upaya pengembangan serta kenaikan prestasi berolahraga dengan mengadakan pembinaan sejak dini yang ditinjau pada atlet- atlet muda yang berpotensi serta berbakat. Pembinaan olahraga prestasi telah jadi atensi mulai dari pusat sampai daerah, serta induk-induk organisasi agar tercapai prestasi olahraga yang diinginkan. Menurut Sajoto dalam Suratman dan Eka Fransiska (2014)“ Untuk mencapai sesuatu prestasi maksimal, terdapat empat berbagai kelengkapan yang perlu dimiliki, ialah: pengembangan fisik (*physical build-up*), pengembangan mental (*mental build-up*), pengembangan metode (*technical build-up*), dan kematangan juara”. Salah satu cabang olahraga yang jadi perhatian penulis adalah tenis meja.

Disaat ini dapat dilihat dari banyak pertandingan- pertandingan tenis meja yang diselenggarakan di daerah- daerah kabupaten, provinsi, nasional dan internasional. Menurut (Xia et al., 2020) “Tenis meja adalah olahraga populer yang dipertandingkan di Olimpiade Musim Panas. Pertandingan Olimpiade Rio 2016 menarik lebih dari 500 juta pemirsa TV dari lebih dari 170 negara. Tenis meja juga merupakan kegiatan rekreasi yang umum, dengan 21% populasi global memiliki minat. (Nurdianti, S., Mudian, D., & Risaynto, 2018) “Tenis meja adalah salah satu jenis cabang olahraga permainan yang populer di dunia bahkan di Indonesia sendiri olahraga ini sudah tidak asing di masyarakat”. (Bańkosz & Winiarski, 2018) “Dalam tenis meja, level seseorang bergantung pada keterampilan teknis seseorang, seperti memukul bola, mengatur, gerak kaki yang tepat, tetapi juga pada keterampilan taktis, mental dan motorik”.

Tenis meja adalah aktivitas kompleks yang melibatkan kombinasi akselerasi, deselerasi, perubahan arah, dan kontrol keseimbangan berulang untuk menghasilkan pukulan yang optimal (Li et al., 2020; Marsan, Rouch, Thoreux, Jacquet-Yquel, & Sauret, 2019). Secara alami, semua manuver di atas membutuhkan upaya fisik yang intens dan teknik khusus (Kondric, Mandic, Kondric L., & Gabaglio, 2010). Tenis Meja merupakan salah satu olahraga permainan yang bersifat individu dan bisa berprestasi secara maksimal. Olahraga tenis meja bisa dimainkan oleh siapa saja dari berbagai kalangan usia. Karena olahraga tenis meja tidak memandang umur, artinya dapat dimainkan oleh setiap kelompok umur baik anak-anak, dewasa maupun lansia (Angraini, J., Ridwan, M., Fardi, A., & Haryanto, J., 2020:108).

Salah satu unsur yang menentukan keberhasilan seorang pemain tenis meja adalah teknik *service* yaitu suatu pukulan untuk memulai atau membuka permainan tenis meja. Menurut Akhmad Damiri dan Nurlan Kusnaedi (1991: 59-109) servis adalah teknik memukul untuk menyajikan bola pertama ke dalam permainan, dengan cara memantulkan terlebih dahulu bola tersebut ke meja server, kemudian harus melewati atas net dan akhirnya memantul di meja lawan. Menurut Soetomo (1985: 553) servis adalah suatu pukulan yang dilakukan untuk memulai atau membuka permainan dengan tiap bagian alat pemukul memulai bagian atas net. Menurut Anne Ahira (2012: 4) Servis yaitu pukulan tanda dimulainya permainan tenis meja. Pukulan ini harus melambung melampaui atas net. Servis biasa juga menjadi serangan awal pemain yang sulit diterima oleh pihak lawan.

Menurut Napitupulu (1982: 57) dalam permainan tenis meja ada dua macam servis yaitu (1) service forehand, dan (2) servis backhand. Servis forehand adalah servis yang dilakukan dengan bagian depan bet/raket, di sebelah kanan badan bagi seorang pemain yang memegang bet dengan tangan kanan atau sebelah kiri badan bagi seorang pemain kidal. Servis backhand adalah Servis yang dilakukan dengan menggunakan bagian belakang kepala bet/raket. Grip atau pegangan merupakan factor yang sangat penting dalam hamper semua permainan yang menggunakan raket/pemukul. Cara memegang bet inilah yang akan menentukan teknik permainan dan cara mengembangkan permainan. Jika sejak semula cara memegang bet sudah salah, kemungkinan permainan tersebut akan menghadapi kesulitan dalam mempelajari teknik-teknik permainan selanjutnya. Menurut Larry Hodges (15-20), dalam permainan tenis meja ada tiga pegangan atau grip yaitu (1) Shakehand grip artinya pegangan bet seperti kita bersalaman (berjabat tangan). Adapun cara memegang shakehand grip jari-jari tangan tersusun seperti sedang berjabat tangan. ibu jari dan telunjuk terletak parallel menjepit daun raket, sedang jari liannya secara bersamaan memegang tankai bet. (2) penhold grip artinya pegangan tangan seperti memegang sebuah pensil, dengan ibu jari dan telunjuk hamper bertemu pada permukaan bet yang digunakan untuk main dan tiga jari lainnya memberikan bantuan pada permukaan bet yang tidak dipergunakan untuk main. (3) seemiler grip disebut American grip merupakan versi shakehand grip. Pada seemilar grip, hanya satu sisi bet yang digunakan untuk memukul bola. Adapun cara memegang bat gaya seemilier grip yaitu tangkai bet

dipegang dengan teknik shakehand grip. Bet bagian atas diputar dari 20 hingga 90 derajat ke arah tubuh, jari telunjuk menempel di sepanjang sisi bet.

Selain itu faktor pelatih juga mempengaruhi ketepatan *forehand drive* pemain tenis meja, karena pelatih harus memiliki kemampuan yang baik antara, penghayatan terhadap etika profesi, pemahaman dan penerapan ilmu keolahragaan, penguasaan strategi melatih, keterampilan sosial mencakup kemampuan bergaul, komunikasi, mempengaruhi orang lain, kepemimpinan dan penguasaan menyusun program latihan.

Menurut M. Sajoto (1988: 2-4) bahwa “Faktor-faktor penentu pencapaian prestasi prima dalam olahraga dapat dikelompokkan dalam 4 aspek, yaitu: (1) Aspek biologi, meliputi: potensi/kemampuan dasar tubuh, fungsi organ-organ tubuh, postur dan struktur tubuh, dan gizi. (2) Aspek psikologis, meliputi: intelektual, motivasi, kepribadian, dan koordinasi kerja otot dan saraf. (3) Aspek lingkungan (*environment*), meliputi: sosial, sarana-prasarana olahraga yang ada dan cuaca iklim sekitar, orang tua keluarga dan masyarakat (dorongan dan penghargaan). (4) Aspek penunjang, meliputi: pelatih yang berkualitas tinggi, program yang tersusun secara sistematis, penghargaan dari masyarakat dan pemerintah.”

Faktor psikologis yang difokuskan dalam penelitian ini adalah motivasi. Prestasi atlet dapat berkaitan dengan motivasi berprestasi karena motif merupakan penggerak dan dorongan manusia bertindak dalam melakukan sesuatu. Menurut beberapa studi kepribadian dalam Cox (2006), “salah satu karakteristik yang menentukan kesuksesan atlet adalah tingginya kebutuhan

untuk berprestasi”. Kebutuhan inilah yang dikenal sebagai achievement motivation. Hal ini dikarenakan, setiap manusia pada dasarnya berbuat sesuatu karena adanya dorongan oleh suatu motivasi tertentu.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis menganggap penting untuk mengangkat masalah ini dalam penelitian dengan harapan hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai gambaran analisis kemampuan pukulan forehand drive tenis meja PTM IPRC Padang dan juga dapat menjadi acuan bagi atlet tenis meja, pelatih tenis meja ataupun klub-klub tenis meja lain baik di Padang ataupun daerah lain yang juga ingin melahirkan atlet-atlet tenis meja yang berprestasi.

Oleh karena itu penulis ingin lebih lanjut meneliti tentang analisis *forehand drive* tenis, dan mengambil judul “Analisis Kemampuan pukulan Forehand Drive tenis meja PTM IPRC Padang”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut:

1. Masih banyaknya pemain melakukan pukulan *forehand drive* tenis meja PTM IPRC Padang dengan melakukan pukulan terlalu kuat dan terlalu pelan, sehingga bola tidak sesuai arah dan tujuan.
2. Materi yang disampaikan pelatih kurang bervariasi, sehingga pemain bosan melakukan latihan.
3. Belum diketahui tingkat kemampuan pukulan *forehand Drive* tenis meja PTM IPRC Padang.

### **C. Pembatasan Masalah**

Ruang lingkup permasalahan dilakukan untuk membatasi permasalahan yang terlalu luas. Berdasarkan identifikasi masalah diatas, maka penulis merasa perlu membatasinya, agar penelitian ini dapat dilaksanakan sesuai dengan jangkauan penulis, waktu, dan biaya serta tercapainya sasaran penelitian yang diinginkan. Untuk itu penulis hanya akan melihat “analisis kemampuan pukulan *Forehand Drive* tenis meja PTM IPRC Padang”.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas untuk lebih fokusnya masalah yang akan diteliti, maka dapat dirumuskan sebagai berikut “bagaimanakah tingkat kemampuan pukulan *Forehand Drive* tenis meja PTM IPRC Padang”.

### **E. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan rumusan yang telah dikemukakan di atas maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan *Forehand Drive* tenis meja PTM IPRC Padang

### **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan penulis, diharapkan dapat bermanfaat bagi pihak-pihak berikut:

1. Bagi peneliti, dijadikan sebagai salah satu syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Strata (S1), Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

2. Bagi para pelatih, masukan untuk meningkatkan kemampuan pukulan *forehand drive*.
3. Bagi atlet, bahan informasi dan pengetahuan untuk dapat mengembangkan latihan kemampuan pukulan *forehand drive*.
4. Sebagai sumbangan referensi perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.