

**KONTRIBUSI KELINCAHAN DAN KEKUATAN OTOT TUNGKAI TERHADAP
KEMAMPUAN *FOOTWORK* ATLET TENIS MEJA PTM IPRC (IKATAN
PEMUDA RANAH CUBADAK) INDRAMUG KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) Departemen Kepeleatihan*



**Oleh :
CANDRA AFRINDO
16087236 /2016**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2024**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : **Kontribusi Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Tenis Meja PTM IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang**

Nama : Candra Afrindo

Nim : 16087236

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

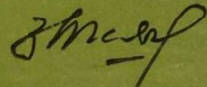
Departemen : Kepelatihan

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juni 2024

Disetujui Oleh:

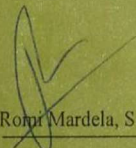
Ketua Departemen Kepelatihan



Dr. Masrun, M.Kes

Nip. 196311041937031002

Pembimbing



Romi Mardela, S.Pd., M.Pd

Nip. 198503052012121001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Candra Afrindo

Nim/Tm : 1608726/2016

Dinyatakan lulus setelah dipertahankan didepan tim penguji

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen Kepelatihan Olahraga

Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Dengan judul:

Kontribusi Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Tenis Meja PTM IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang

Padang, Juni 2024

Tim Penguji

Tanda Tangan

1. Ketua : Romi Mardela, S.Pd., M.Pd

1. _____

2. Sekretaris : Dr. Roma Irawan, M.Pd

2. _____

3. Anggota : Jeki Haryanto, S.Si., M.Pd

3. _____

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul "kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan footwork atlet tenis meja ptm iprc (ikatan pemuda ranah cubadak) indarung kota padang" adalah hasil karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan pihak lain, kecuali dari pembimbing.
3. Dalam karya tulis ini, tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan didalam naskah dengan menyebutkan pengarang dan dicantumkan 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 karna karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan yang berlaku.

Padang, Juni 2024

Yang membuat pernyataan



Candra Afrindo

Nim. 16087236

MOTO DAN PERSEMBAHAN

MOTO

Hidup bukan tentang siapa yang cepat, tetapi siapa yang siap dan siapa yang tepat.

Yang tidak merasakan tidak akan pernah paham, yang tidak mengalami tidak akan mengerti.

PERSEMBAHAN

Kupersembahkan keberhasilan dalam menyelesaikan pendidikan ku dengan bukti karya tulis sederhana ini, pertama untuk diri sendiri yang sudah berjuang dan bertahan hingga saat ini, selanjutnya kupersembahkan kepada kedua orang tua yang selalu memberikan ridhonya disetiap langkahku dan selalu memberi semangat dan memberikan motivasi serta memberikan kepercayaan kepada saya. Selanjutnya kupersembahkan kepada keluargaku yang selalu memberikan semangat dan selalu memberikan dukungan terhadap apapun yang kupilih.

Semoga perjuangan ku kedepannya mengantarkan kepada keberhasilan sehingga dapat memberikan kebahagiaan yang terindah untuk orangtua ku tercinta dan keluargaku.

ABSTRAK

Candra Afrindo (2023): Kontribusi Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Tenis Meja PTM IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang

Masalah penelitian adalah rendahnya kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.

Penelitian ini termasuk pada jenis penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang yang mengikuti latihan sebanyak 18 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Maka sampel dalam penelitian ini yaitu seluruh atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang sebanyak 18 orang. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap ketiga variabel. Variabel kelincahan diukur dengan Y-Test, variabel kekuatan otot tungkai diukur dengan alat *leg and back dynamometer* dan variabel kemampuan *footwork* diukur dengan tes kemampuan *footwork* tenis meja. Data dianalisis dengan menggunakan teknik analisis korelasi sederhana dan ganda.

Hasil dari analisis data diperoleh : (1) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kelincahan dengan kemampuan *footwork* Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang sebesar 56,15% (2) Terdapat kontribusi yang signifikan antara kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *footwork* Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang sebesar 25,20% (3) Terdapat kontribusi antara kelincahan dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan *footwork* Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang dengan persentase sebesar 80,90%.

Kata Kunci : *Kelincahan, Kekuatan Otot Tungkai, Kemampuan Footwork, Tenis Meja*

KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, puji syukur peneliti ucapkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya, Sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “ **Kontribusi Kelincahan Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Kemampuan *Footwork* Atlet Tenis Meja PTM IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang**”. Shalawat beserta salam di sampaikan buat Nabi Besar Muhammad SAW yang telah membawa umatnya dari zaman jahiliah ke zaman yang kita rasakan pada saat sekarang ini.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Departemen Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP). Dalam pembuatan skripsi ini peneliti menyadari masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari pembaca demi kesempurnaan.

Dalam pelaksanaan penyusunan skripsi ini peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu pada kesempatan ini peneliti dengan segala kerendahan hati menyampaikan terima kasih kepada :

1. Prof. Ganefri Ph.D selaku Rektor Universitas Negeri Padang telah menerima penulis untuk kuliah di Universitas Negeri Padang di Fakultas Ilmu Keolahragaan, Departemen Kepeleatihan.
2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan kesempatan untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

3. Dr. Donie, S.Pd, M.Pd, selaku Ketua Departemen Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang telah memberikan pelayanan dalam proses pembelajaran.
4. Bapak Romi Mardela, S.Pd, M.Pd, selaku Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak-bapak dosen penguji, Bapak Dr. Roma Irawan, M.Pd dan bapak Jeki Haryanto, M.Pd yang telah memberikan kritik, sumbang saran yang sifatnya untuk memperbaiki skripsi penulis.
6. Seluruh bapak ibu dosen dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmu dan layanan kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.

Akhirnya peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah Tuhan Yang Maha Esa memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Agustus 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

	Halaman
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	6
C. Pembatasan Masalah	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Kajian Pustaka.....	9
1. Hakekat Tenis Meja	9
2. Hakikat <i>Footwork</i> Tenis Meja.....	23
3. Hakikat Kelincahan (<i>Agility</i>).....	31
4. Hakekat Kekuatan Otot Tungkai.....	37
B. Penelitian Relavan.....	42
C. Kerangka Berfikir	44
D. Hipotesis	46
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	48
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	48
C. Definisi Operasional.....	48
D. Populasi dan Sampel	49
E. Instrumen Penelitian	51

F. Teknik Pengumpulan Data	56
G. Teknik Analisa Data	56
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	60
B. Uji Persyaratan Analisis	65
C. Uji Hipotesis	67
D. Pembahasan	71
E. Keterbatasan Penelitian	78
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	79
B. Saran	79
DAFTAR PUSTAKA	81
LAMPIRAN	84

DAFTAR TABEL

1. Populasi Penelitian.....	49
2. Kisi-kisi Instrumen Y-Tes.....	51
3. Kisi-kisi Instrumen Tes Kekuatan Otot Tungkai.....	53
4. Kisi-kisi Instrumen Tes Kemampuan <i>Footwork</i> tenis meja.....	54
5. Norma Pengkategorian.....	57
6. Distribusi Frekuensi Kelincahan Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.....	61
7. Distribusi Frekuensi Kekuatan Otot Tungkai Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang	62
8. Distribusi Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.....	64
9. Rangkuman Uji Normalitas Data.....	65
10. Rangkuman Uji Linearitas.....	66
11. Analisis Uji Signifikan Koefisien Korelasi Kelincahan (X_1) Terhadap Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang (Y).....	68
12. Analisis Uji Signifikan Koefisien Korelasi Kekuatan Otot Tungkai (X_1) Terhadap Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang (Y)).....	69
13. Rangkuman Uji Signifikansi Koefisien Korelasi antara Kelincahan (X_1) dan Kekuatan Otot Tungkai (X_2) secara bersama-sama dengan Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang (Y)	70

DAFTAR GAMBAR

1. Lapangan Tenis Meja (standar ukuran lapangan tenis sesuai dengan aturan dari PTMSI dan ITTF).....	11
2. Net Tenis Meja	12
3. Bola Tenis Meja.....	13
4. Bet Tenis Meja.....	15
5. Kaos Tenis Meja	16
6. Penholder grip.....	17
7. Shakehand grip	18
8. Stance	19
9. Pukulan Forehand	21
10. Pukulan Backhand	22
11. Footwork	23
12. Three Step Footwork	26
13. Footwork Tenis Meja Nomor Ganda	27
14. Kerangka Konseptual.....	46
15. Y-Test.....	51
16. Tes <i>Leg And Back Dynamometer</i>	54
17. Tes Footwork Tenis Meja.....	55
18. Histogram Data Kelincahan Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang	62
19. Histogram Data Kekuatan Otot Tungkai Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang	63
20. Histogram Data Kemampuan <i>Footwork</i> Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang	65

DAFTAR LAMPIRAN

1. Data Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai Kemampuan Footwork Atlet Tenis Meja PTM IPRC Indarung Kota Padang	84
2. <i>Zscore</i> dan <i>TScore</i> Data Penelitian	85
3. Uji Normalitas Data Kelincahan Atlet Tenis Meja PTM IPRC Indarung Kota Padang.....	86
4. Uji Normalitas Data Kekuatan Otot Tungkai Atlet Tenis Meja PTM IPRC Indarung Kota Padang.....	87
5. Uji Normalitas Data kemampuan Footwork Tenis Meja Atlet Tenis Meja PTM IPRC Indarung Kota Padang	88
6. Uji Linearitas	89
7. Tabel Kerja Analisis Korelasi	90
8. Tabel Penghitungan Koefisien Korelasi Variabel X terhadap Variabel Y	91
9. Daftar Tabel.....	94
10. Dokumentasi.....	99

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sebagai instrument pembangunan hendaknya diposisikan dan diberdayakan dalam arti luas untuk pencapaian prestasi demi harkat dan martabat bangsa. Proses pencapaian prestasi maksimal dalam olahraga memerlukan jangka waktu yang panjang untuk mendapatkan hasil yang optimal. Keberadaan olahraga sebagai salah satu pilar dalam kemajuan suatu bangsa bisa dilihat dari prestasi olahraga yang dicapai oleh Negara tersebut. Keberadaan olahraga sudah tidak bisa dipungkiri lagi sebagai salah satu alat yang digunakan oleh suatu bangsa untuk menunjukkan eksistensi kepada dunia tentang keberadaannya sebagai suatu negara yang maju dan besar. Salah satu bentuk nyata perkembangan olahraga secara nasional di era reformasi adalah telah disahkannya sekaligus diundangkannya Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Bab I pasal 1 ayat 12 tentang Keolahragaan menyatakan bahwa :

“Olahraga Prestasi adalah Olahraga yang membina dan mengembangkan Olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan.”.

Penetapan hukum olahraga nasional ini membawa angin segar sekaligus arah pembangunan olahraga yang jelas, terstruktur, terkoordinasi dan mendapatkan kepastian hukum secara nasional. Penetapan hukum olahraga nasional disamping memberikan peluang

atau prospek, juga memberikan tantangan yang tidak ringan dalam pembangunan olahraga secara nasional termasuk olahraga tenis meja.

Tenis meja adalah suatu cabang olahraga yang tidak mengenal batas umur, anak-anak maupun orang dewasa dapat bermain bersama. Dapat dianggap sebagai acara rekreasi. Tetapi kalau kita ingin menguasai tenis meja sebagai olahraga, maka mau tidak mau kita harus memahami dan menguasai teknik dasar dan berbagai keterampilan permainan dalam tenis meja. Berawal dari sebuah permainan yang bersifat rekreasi, tenis meja menjadi olahraga serius diperlombakan di ajang Olimpiade. Peminatnya pun tidak sebatas pada para atlet tenis meja, tetapi merambah juga hingga ke klub atau perkumpulan nonformal di masyarakat.

Tenis meja menarik, karena permainannya selain bertujuan untuk pembelajaran dan rekreasi bisa juga untuk prestasi disemua kalangan usia. Olahraga tenis meja ini telah masuk di berbagai kejuaraan seperti olimpiade, asia game, sea game, PON, Porprov, POPDA dan O2SN. Tenis meja dibidang prestasi tidak semudah memainkannya untuk rekreasi, akan terlihat ke rumitannya teknik dan taktik yang harus dikuasai ketika mendalami prestasi tenis meja. Laju bola yang cepat dalam permainan ini menuntut seorang atlet tenis meja harus bisa melakukan berbagai gerakan dalam waktu singkat, dengan kata lain seorang atlet tenis meja harus bisa cepat dan cermat dalam setiap gerakannya. Ciri khas lain dari tenis meja terletak pada peralatannya, yaitu meja sebagai lapangan, net, bola ringan berbahan *chuloid*, alat pemukul bernama bet dengan lapisan karet didepan dan belakangnya serta peraturan permainannya.

Permainan tenis meja untuk peningkatan prestasi cukup sulit untuk dipelajari, diperlukan keterampilan dasar yang baik dan benar serta dukungan faktor-faktor lainnya, sehingga pemain mahir bisa menciptakan gerakan berseni dan indah. Menurut Sunardianta (2018:21), “Keterampilan dasar yang harus dikuasai untuk bisa memainkan permainan tenis meja antara lain : 1) pegangan (*grip*), 2) sikap atau posisi bermain (*stance*), 3) jenis-jenis pukulan (*stroke*), 4) gerakan kaki (*footwork*).”

Dalam permainan tenis meja pukulan merupakan keterampilan yang sangat penting. Karena hal itu, maka dibutuhkan dukungan dari keterampilan-keterampilan dasar lain yang salah satunya adalah keterampilan *footwork*. *Footwork* menurut Sunardianta (2018:21) adalah, “kemampuan atlet untuk bergerak ketika akan melakukan pukulan”. Selanjutnya, menurut Hardiansyah (2019:21), “*footwork* dalam tenis meja mempunyai peranan penting mengingat laju bola yang sangat cepat”. Kemudian Kertamanah (2015:145) menjelaskan, “*footwork* adalah gerak langkah kaki yang dimulai dari posisi memukul bola yang datang dan jatuh dipermukaan meja”. Guna *footwork* dalam Permatasari (2017:18), “untuk menyesuaikan jarak datang bola dengan posisi pemain.”

Dalam penguasaan teknik-teknik permainan tenis meja memerlukan latihan yang teratur, terukur, dan berlangsung terus menerus dan berkelanjutan. Menurut Bawono (2016:2), “Untuk mendapatkan hasil yang maksimal didalam latihan diperlukan bimbingan pelatih yang tepat. Salah satu unsur yang menentukan keberhasilan seorang pemain tenis meja adalah ketepatan mengarahkan bola dengan baik serta akurat dalam pukulan bola.

Dengan memadukan beberapa komponen seperti kelincahan, kecepatan, kemampuan merubah arah, kekuatan, power, daya ledak, dan daya tahan yang tinggi seorang atlet tenis meja akan dapat mencapai prestasi yang tinggi. Namun melihat langsung di lapangan pada saat pertandingan banyak pemain yang mengabaikan *footwork* dan kemampuan membaca bola sehingga pada saat memukul bola tidak menghasilkan pukulan yang maksimal”. Dari pendapat tersebut dapat disimpulkan kemampuan *footwork* dipengaruhi oleh beberapa komponen fisik, diantaranya kelincahan dan kekuatan.

Kelincahan memiliki peranan yang sangat penting dalam permainan tenis meja terutama dalam melakukan pukulan atau serangan serta kemampuan mengembalikan bola dari serangan lawan. Menurut (Wahjoedi,2001:61) kelincahan (*agility*) adalah “kemampuan tubuh untuk mengubah arah secara cepat tanpa adanya gangguan keseimbangan atau kehilangan keseimbangan”. Lebih lanjut Ismaryati dalam (Marsah dkk,2016:5) menambahkan bahwa kelincahan adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh atau bagian-bagiannya secara cepat dan tepat. Kelincahan memiliki peranan yang sangat penting dalam permainan tenis meja terutama dalam melakukan serangan pukulan serta mengembalikan bola ke daerah lawan dengan cepat dan tepat sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola dengan baik.

Kekuatan (*strenght*) merupakan salah satu komponen dasar biomotor yang diperlukan dalam setiap cabang olahraga. Menurut Muhajir (2014:174), “kekuatan adalah kemampuan otot untuk melakukan kontraksi guna membangkitkan ketegangan terhadap suatu tahanan”. Kementrian pendidikan dan kebudayaan (2014:65), “mendefenisikan kekuatan otot adalah

komponen yang sangat penting guna meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan”. Sedangkan Menurut Widiastuti (2019:15), “Kekuatan otot adalah kemampuan otot atau sekelompok otot untuk melakukan satu kali kontraksi secara maksimal melawan tahanan atau beban”. Dalam hal ini kekuatan otot yang dimaksud adalah kekuatan otot tungkai. Dari beberapa pendapat tersebut maka dapat disimpulkan bahwa jika seorang atlet tenis meja memiliki kekuatan otot tungkai yang baik maka akan menopang tubuh bagian atas dan sebagai tenaga pendorong awal saat melakukan perpindahan secara cepat, karena pada saat bermain tenis meja pemain harus bergerak dengan lincah untuk mengejar bola.

Salah satu lembaga yang bergerak dibidang olahraga tenis meja adalah Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang, di lembaga ini atlet nya dibina untuk menjadi atlet yang berprestasi dibidang olahraga tenis meja, dengan menyediakan berbagai alat dan sarana yang memadai akan mendukung berlangsungnya pembinaan tenis meja sehingga akan melahirkan atlet yang akan mengharumkan bangsa dan Negara.

Berdasarkan obserervasi dan pengamatan langsung peneliti ke tempat latihan atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang yang melakukan latihan, didapati kenyataan bahwa kemampuan *footwork* tenis meja atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang masih kurang baik, dapat dilihat dari atlet tidak bisa menguasai seluruh sudut meja dan tertipu dengan strategi dan siasat yang diluncurkan lawan ditambah lagi kurangnya

kelincahan dan kekuatan otot tungkai membuat atlet semakin kesulitan dalam pertandingan. Hal ini menyebabkan atlet tidak cepat dan tepat dalam mengantisipasi arah datangnya bola yang mengakibatkan atlet tidak dapat mengembalikan pukulan ketika bola melesat ke titik – titik diluar jangkauannya.

Berdasarkan uraian di atas sangat jelas bahwa, kemampuan *footwork* tenis meja dipengaruhi banyak faktor yang saling berhubungan dan berpengaruh salah satunya faktor kondisi fisik. Sehingga perlu di perhatikan lagi tingkat kemampuan kondisi fisik atlet, agar nanti bisa dilakukan evaluasi dan pemfokusan program latihan untuk atlet yang terkendala di kemampuan - kemampuan tertentu.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai **“Kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* Atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang”**

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat di identifikasi sebagai berikut:

1. Kelincahan dan kekuatan otot tungkai mempengaruhi kemampuan *footwork* tenis meja atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.
2. Kelincahan dan kekuatan otot tungkai berpengaruh terhadap jalannya pertandingan dan hasil pukulan.

3. Belum diketahuinya kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* Tenis Meja atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan diatas serta fenomena dominan yang peneliti amati dilapangan, maka peneliti membatasi penelitian ini pada: “Kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* Tenis Meja atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.”

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah, maka dirumuskan permasalahan yang ada yaitu:

1. Seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang ?
2. Seberapa besar kontribusi kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang ?
3. Seberapa besar kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang ?

E. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian memiliki tujuan tertentu, berdasarkan latar belakang masalah, pembatasan masalah, dan perumusan masalah, dapat di jabarkan sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang ?
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi konsentrasi terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang ?
3. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kelincahan dan kekuatan otot tungkai secara bersama-sama terhadap kemampuan *Footwork* atlet Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang ?

F. Manfaat Penelitian

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan Pada Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan informasi pembinaan olahraga tenis meja Pada Persatuan Tenis Meja IPRC (Ikatan Pemuda Ranah Cubadak) Indarung Kota Padang.
3. Bagi penulis sebagai pengembangan ilmu, wawasan dan pengalaman dalam penelitian khususnya tenis meja.
4. Bagi perpustakaan, sebagai referensi tambahan di perpustakaan Universitas Negeri Padang.