

**HUBUNGAN KELENTUKAN PERGELANGAN TANGAN TERHADAP
KETERAMPILAN SERVIS *FOREHAND SIDESPIN* PADA ATLET TENIS
MEJA PTM IPRC KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar strata 1 (S1) pada
Program Studi Kepeleatihan Olahraga*



**Muhammad Ryandinata
NIM 19087221**

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

2023

PENGESAHAN TIM PENGUJI


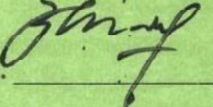
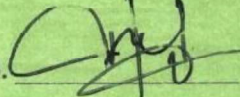
Nama : Muhammad Ryandinata

NIM / BP : 19087221 / 2019

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

**Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan Servis
Forehand Sidespin Pada Atlet PTM IPRC Kota Padang**

Padang, Januari 2024

Nama	Tanda Tangan
1. Ketua : Ikhwanul Arifan, S.Pd, M.Pd	1. 
2. Anggota : Dr. Masrun, M.Kes. AIFO	2. 
3. Anggota : Jeki Haryanto, S.Si, M.Pd	3. 

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan Servis Forehand Sidespin Pada Atlet PTM IPRC Kota Padang

Nama : Muhammad Ryandinata

NIM/BP : 19087221/2019

Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen : Kepelatihan

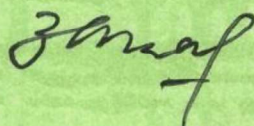
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Padang, Januari 2024

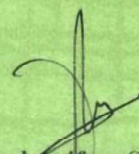
Disetujui Oleh:

Kepala Departemen

Pembimbing



Dr. Masrun, M.Kes., AIFO
NIP.196311041987031002



Ikhwanul Arifan, S.Pd., M.Pd
NIP.199301062019031015

SURAT PERNYATAAN

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

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul “Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan Sevis Forehand Sidespin Pada Atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang” adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam skripsi saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Desember 2023

Yang menyatakan,



Muhammad Ryandinata
2019/19087221

ABSTRAK

Muhammad Ryandinata. 2023 : Hubungan Kelentukan pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan Servis *Forehand Sidespin* Pada Atlet PTM IPRC Kota Padang

Masalah pada penelitian ini adalah rendahnya keterampilan servis *forehand sidespin* dikarenakan kurangnya kelentukan pergelangan tangan pada atlet sehingga kurang maksimal prestasi yang diraih oleh atlet PTM IPRC Kota Padang. Dengan variabel kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis *forehand sidespin*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis *forehand sidespin*.

Penelitian ini merupakan jenis penelitian *ex post facto* dengan analisis korelasional. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 20 orang atlet. Pengambilan sampel ini dilakukan dengan menggunakan teknik sampel jenuh yaitu teknik pemilihan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi yang berjumlah 20 atlet. Instrumen penelitian ini melalui tes kelentukan pergelangan tangan dan tes keterampilan servis dilakukan dengan tes keterampilan servis. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* (korelasi sederhana dan korelasi ganda) dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian yaitu Terdapat hubungan yang signifikan antara kelentukan pergelangan tangan terhadap keterampilan servis *forehand sidespin* pada atlet PTM IPRC Kota Padang dengan nilai koefisien korelasi sebesar $r_{hitung} 0,484 > r_{tabel} 0,444$ dan koefisien distribusi $t_{hitung} 2,32 > t_{tabel} 1,78$.

Kata Kunci : Kelentukan Pergelangan Tangan dan Keterampilan Servis.

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan Rahmat dan karunia-Nya kepada Peneliti sehingga dapat menyelesaikan penyusunan Skripsi ini, dengan judul “Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan *Servis Forehand Sidespin* pada Atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang”

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

1. Orang Tua (Hendra Herdinata & Yenni Fitri) yang selalu memberikan dukungan dan doa untuk keberhasilan peneliti
2. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (UNP)
3. Bapak Dr.Masrun, M.Kes., AIFO sebagai Ketua Departemen Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Dr. Alex Aldha yudi, M.Pd dan Bapak Ikhwanul Arifan, S.Pd, M.Pd sebagai pembimbing yang telah meluangkan waktu dengan tulus dan sepenuh hati memberikan bimbingan terhadap peneliti dalam menulis proposal penelitian ini.
5. Bapak Dr. Masrun, M. Kes., AIFO dan Bapak Jeki Haryanto, S.Si., M.Pd Sebagai Dosen Penguji 1 dan penguji II yang telah memberikan kritik dan saran dalam penyempurnaan Skripsi ini

6. Bapak/Ibu Staf Pengajar di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bimbingan serta ilmu yang peneliti peroleh selama perkuliahan.
7. Pengurus dan Atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang yang memberikan kesempatan pada peneliti untuk melakukan penelitian pada Club ini.
8. Dan seluruh Teman-teman yang telah memberikan dukungan kepada peneliti yang namanya tidak bisa peneliti sebutkan satu per-satu.

Peneliti mengharapkan Kritik dan Saran yang membangun demi mencapai derajat mutu skripsi yang lebih baik. Semoga skripsi ini mampu menginspirasi dan memberikan wawasan baru bagi pembaca, Peneliti yakin bahwa perjalanan ini belum berakhir, tetapi menjadi awal dari pengetahuan yang tak terbatas dan kesempatan untuk terus berkembang. Akhir kata, Peneliti berharap skripsi ini dapat memberikan manfaat dan menjadi langkah kecil untuk mencerdaskan kehidupan dan masyarakat.

Padang, 2023

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR.....	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR GAMBAR.....	vi
DAFTAR TABEL	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	7
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	8
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	10
A. Kajian Teori	10
1. Hakikat Permainan Tenis Meja	10
2. Servis Tenis Meja	12
3. Keterampilan <i>Servis Forehand Sidespin</i>	15
4. Kelentukan.....	19
B. Penelitian Yang Relevan.....	23
C. Kerangka Konseptual.....	24
D. Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	26
A. Jenis Penelitian.....	26
B. Populasi dan Sampel	26
C. Definisi Operasional.....	28
D. Jenis dan Sumber Data	28
E. Teknik Pengumpulan Data.....	29
F. Instrumen Penelitian.....	29
G. Teknik Analisis Data.....	33

BAB IV HASIL PENELITIAN.....	35
A. Deskripsi Data.....	35
B. Pengujian Normalitas data	38
C. Pengujian Hipotesis Penelitian.....	39
D. Pembahasan.....	40
BAB V PENUTUP.....	47
A. Kesimpulan.....	47
B. Saran.....	47
DAFTAR PUSTAKA.....	48

DAFTAR GAMBAR

1. Tahap Persiapan <i>Servis Forehand Sidespin</i>	17
2. Tahap Pelaksanaan Kebelakang (<i>back swing</i>)	18
3. Tahap Pelaksanaan Ayunan Kedepan (<i>For Ward swing</i>)	18
4. Tahap Pelaksanaan <i>Servis Forehand Sidespin</i>	19
5. Kerangka Konseptual	25
6. Tes Kelentukan Pergelangan Tangan	30
7. Instrumen Tes Servis	33
8. Histogram Kemampuan Kelentukan Pergelangan Tangan Putra	36
9. Histogram Kemampuan Kelentukan Pergelangan Tangan Putri	37
10. Histogram Kemampuan Servis (Y)	38

DAFTAR TABEL

1. Kejuaraan Atlet	6
2. Populasi	26
3. Sampel	27
4. Distirbusi Frekuensi Kelentukan Pergelangan Tangan Putra	35
5. Distirbusi Frekuensi Kelentukan Pergelangan Tangan Putri	36
6. Distribusi Frekuensi Keterampilan Servis	37
7. Rangkuman Uji Normalitas Sebaran Data	39
8. Rangkuman Hasil Analisis Korelasi Sederhana Kelentukan Pergelangan Tangan (X) dengan Keterampilan servis (Y)	40

DAFTAR LAMPIRAN

1. Data Mentah Penelitian (Kelentukan Pergelangan Tangan X)	54
2. Data Mentah Penelitian Akurasi Servis (Y).....	55
3. Mencari Kelas Interval Menggunakan Rumus Skala 5.....	56
4. Uji Normalitas Kelentukan Pergelangan Tangan (X)	57
5. Uji Normalitas Kemampuan Servis (Y).....	58
6. Uji Hipotesis.....	59
7. Pengujian Hipotesis.....	60
8. Daftar Nilai Kritis L untuk Uji Liliefors	61
9. Tabel Dari Harga Kritik dari Produk-momen	62
10. Daftar Luas di bawah Lengkungan Normal Standar dari 0 ke Z	63
11. Dokumentasi Penelitian	64
12. Surat Izin Penelitian	69
13. Surat Balasan Izin Penelitian	70

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan dan kemajuan zaman telah menyebabkan penurunan kesadaran manusia terhadap pentingnya aktivitas fisik. Olahraga memegang peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Karena Melalui olahraga dapat mengembangkan manusia yang sehat jasmani dan rohani, serta terbentuknya karakter adil, disiplin, sportif, dan akhirnya dapat ditumbuhkan manusia yang berkualitas.

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. (Yudik Prasetyo : 2013) Olahraga telah memberikan kontribusi positif yang nyata bagi kesehatan masyarakat. Olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan jasmani maupun rohani dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan (Khairuddin : 2017)

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. Hal ini sesuai dengan tujuan khusus olahraga yang dinyatakan Muchtar (1992: 7), yaitu "Kegiatan olahraga di Indonesia tidak hanya sekedar untuk kesegaran jasmani saja atau rekreasi, namun harus berfikir kearah peningkatan nama bangsa digelanggang Internasional".

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.

Dunia olahraga tidak luput dengan adanya prestasi. Untuk meningkatkan kinerja prestasi dibutuhkan sebuah proses yang tidaklah mudah. Salah satu proses yang dilakukan yaitu pembinaan prestasi. Hal ini sesuai dengan tujuan Undang-undang no 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan. Undang-undang ini menyebutkan bahwa Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya. Berdasarkan kutipan diatas tujuan dari keolahragaan nasional adalah prestasi.

Dalam Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 20 ayat 3 UU No 11 Tahun 2022 berbunyi “olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat martabat bangsa, olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan yang terencana dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”. Di dalam dunia olahraga terdapat beberapa cabang olahraga resmi yang disukai seluruh masyarakat dunia, seperti : Tenis Meja, renang, sepak bola, basket, olahraga atletik, dan sebagainya.

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. Ditingkat nasional, olahraga ini juga selalu muncul dalam daftar cabang-cabang olahraga yang dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional (PON). (Sutarmin,2007:1).

Juliana (2018) mengatakan Pada dasarnya bermain tenis meja merupakan kemampuan menerapkan berbagai kemampuan dan keterampilan teknik, fisik, dan psikis dalam suatu permainan tenis meja. Permainan tenis meja adalah suatu permainan dengan menggunakan fasilitas meja dan perlengkapannya serta bet dan bola sebagai alatnya. Permainan ini diawali dengan pukulan pembuka (service)

Bermain Tenis Meja yang baik dan benar, para pemain harus menguasai teknik-teknik dasar Tenis Meja dan juga kondisi fisik yang baik. (Desi Novita Sari : 2020). Kondisi fisik merupakan unsur atau kemampuan dasar yang harus dimiliki oleh setiap atlet untuk meraih suatu prestasi olahraga. (Pera Prima : 2021)

Menurut Syafruddin (2011:58) “Ada dua faktor yang mempengaruhinya dalam mencapai prestasi, faktor tersebut adalah 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”

Dari pernyataan tersebut dapat disimpulkan, teknik merupakan salah satu hal yang sangat penting yang harus dimiliki 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 atlet. (Ivana Lestari : 2017)

Menurut Mahendra (2012) Tenis Meja merupakan olahraga yang banyak digemari, mulai dari kalangan anak-anak, remaja bahkan sampai lansia. dan Tenis Meja merupakan salah satu olahraga prestasi khususnya di Indonesia. Budi Indrawan, dkk (2020) juga mengatakan Tenis meja merupakan suatu cabang olahraga yang unik dan bersifat rekreatif, oleh karena itu cabang olahraga ini sangat digemari oleh semua kalangan.

Menurut Sari (2019) “Permainan tenis meja menggunakan beberapa peralatan antara lain ; meja, net, bola dan bet. Kalau mental sudah terlatih, maka teknik yang dipelajari akan bisa diimplementasikan dengan baik”. “Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang dijadikan mata kuliah di jurusan pendidikan olahraga fakultas ilmu keolahragaan universitas negeri padang” (Hardiansyah, 2019).

Dalam Olahraga Tenis Meja, ditemukan beberapa hal yang menjadi faktor penyebab timbulnya masalah baik yang berkaitan dengan pemain, pelatih, maupun wasit. Jika dilihat dari faktor pelatih, yang disebabkan kurangnya memberikan hasil yang baik, tidak mengoreksi latihan, tidak memberi sanksi kepada atlet yang tidak aktif, karena singkatnya jadwal tugas yang diberikan pelatih serta kurangnya pengawasan tugas terstruktur yang dilaksanakan oleh atlet. Salah satu teknik yang dominan dilakukan dalam bermain Tenis Meja adalah teknik *service* Dimana *service* adalah pukulan bola untuk menyajikan bola pertama (Sutarmin, 2007:15).

Keterampilan servis memiliki hubungan dengan faktor-faktor diantaranya yaitu kelentukan pergelangan tangan, kekuatan pergelangan tangan, daya ledak otot lengan, posisi tubuh atau bisa dibidang dengan (*stance*), bola yang tersentuh bet digesek menggunakan kekuatan otot lengan dan bahu, koordinasi mata-tangan harus sejalan dalam penempatan bola ke lawan, kecepatan bola harus berbeda-beda untuk menyulitkan lawan dalam pengembalian bola, keseimbangan tubuh, kelincahan, ketepatan dan daya tahan. Selain itu sarana prasarana olahraga juga berpengaruh untuk memaksimalkan performa atlet. Sarana dan prasaran olahraga yang dibutuhkan seperti kualitas bet, bola dan meja yang dipakai juga mempengaruhi kualitas bola saat kita melakukan servis.

Salah satu klub tenis meja yang perlu ditingkatkan prestasi nya adalah klub PTM IPRC. PTM IPRC ini merupakan klub Tenis Meja yang cukup terkenal di kota Padang. Klub ini berlokasi di PT.Semen Padang Indarung dan telah berdiri pada tahun 2020. Pada saat ini, club PTM IPRC Kota padang yang diketuai oleh Bapak Nofitri Antoni dan dilatih oleh Bapak Ramlan. Klub ini pernah mengikuti beberapa Kejuaraan. Berikut tabel daftar kejuaraan yang pernah diikuti :

Tabel 1. Kejuaraan Atlet

No	Kategori	Nama kejuaraan	Tahun	Peringkat
1.	Laki-laki	Kejuaraan Daerah di Padang	2021	3
2.	Laki-laki	Krjuaraan Daerah di Padang	2021	1
3.	Perempuan	Kejuaraan Daerah di Padang	2021	2
4.	Perempuan	Kejuaraan Antar Kecamatan	2021	1
5.	Perempuan	Kejuaraan Daerah di Padang	2022	2
6.	Laki-laki	Kejuaran Daerah di Padang	2022	-
7.	Laki-laki	Open turnamen Indonesia di Palembang	2022	6
8.	Perempuan	Open Turnamen Indonesia di Palembang	2022	8
9.	Perempuan	Kejuaraan Kemenag di Padang	2022	1
10.	Laki-laki	Kejuaraan Dandrem di Solok	2023	-
11.	Perempuan	Kejuaraan Daerah di Payakumbuh	2023	6
12.	Perempuan	Kejuaraan KTM Ranah Minang di Batu Sangkar	2023	8

Sumber : (PTM IPRC Kota Padang, 2023)

Sesuai hasil pengamatan yang dilakukan peneliti pada saat atlet-atlet PTM IPRC Kota Padang latihan peneliti melihat kebanyakan atlet tersebut pada saat melakukan servis *forehand sidespin* sering kali mudah di serang oleh lawan karena panjang, banyak bola yang terhalang sama net, dan keluar lapangan Tennis Meja. Rendahnya keterampilan servis *forehand sidespin* bisa disebabkan oleh beberapa faktor, seperti kurangnya kelentukan pada bagian pergelangan tangan,

kurangnya kekuatan pergelangan tangan, koordinasi mata tangan yang buruk, *stance* yang kurang baik, daya ledak otot yang masih kurang dan sarana prasarana juga bisa mempengaruhi untuk keterampilan servis *forehand sidespin* pada atlet. Hal ini sangat menguntungkan pihak lawan dan lebih mudah lawan mendapatkan poin saat kita melakukan servis. Saat peneliti memperhatikan servis *forehand sidespin* dari atlet-atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang, kebanyakan tangan atlet terutama pada pergelangan tangannya dari masing-masing atlet tersebut sangat kaku dan ayunan pergelangan tangannya kurang lentur, sehingga bolanya tidak ada putaran, sering keluar, dan servisnya kurang variasi, sehingga mudah diserang oleh lawan.

Berdasarkan uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis ingin melakukan suatu penelitian untuk mendapatkan data dan informasi yang mendekati kebenaran ilmiah mengenai Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan Terhadap Keterampilan Servis *forehand Sidespin* Atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka dapat diidentifikasi faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan servis adalah sebagai berikut:

1. Kelentukan pergelangan tangan dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*
2. Kekuatan pergelangan tangan dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*

3. Koordinasi mata tangan dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*
4. Kayu dan karet (bet tenis meja) dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*
5. *Stance* dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*
6. Sarana dan Prasarana dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*
7. Daya ledak otot lengan dapat mempengaruhi keterampilan servis *forehand sidespin*

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, untuk lebih fokusnya penelitian ini maka penulis membatasi masalah dengan yaitu kelentukan pergelangan tangan dan keterampilan servis *forehand sidespin*.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas, agar lebih jelas dan terarah masalahnya, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: Apakah ada hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan keterampilan servis *forehand sidespin* atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang akan diteliti, sebagaimana yang telah dijelaskan di atas, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara kelentukan pergelangan tangan dengan keterampilan servis *forehand sidespin* atlet Tenis Meja PTM IPRC Kota Padang.

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat, bagi:

- 1 Bagi masyarakat penggemar olahraga Tenis Meja, untuk menjadi bahan masukan dalam rangka pembinaan, pengembangan dan peningkatan permainan di bidang olahraga khususnya Tenis Meja.
- 2 Untuk memperoleh konsep ilmiah yang dapat digunakan sebagai sumbangan pemikiran bagi pelatih, pembina, dan pelajar yang berbakat serta masyarakat pada umumnya.
- 3 Sebagai pedoman untuk penelitian selanjutnya dimasa yang akan datang.
- 4 Sebagai bahan bacaan baik di perpustakaan FIK maupun perpustakaan UNP