

**HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP  
KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* TENIS MEJA  
SISWA SMP N 1 BASO**

**SKRIPSI**

*Diajukan Kepada Tim Penguji Jurusan Pendidikan Olahraga  
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh  
Gelar Sarjana Pendidikan Strata 1 (S1)*



Oleh:

Puteri Rahmadhani

NIM. 18086257

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2022

**PERSETUJUAN SKRIPSI**

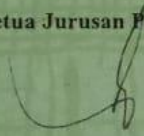
**HUBUNGAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP  
KEMAMPUAN *FOREHAND DRIVE* TENIS MEJA  
SISWA SMP N 1 BASO**

Nama : Puteri Rahmadhani  
NIM : 18086257/2018  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2022

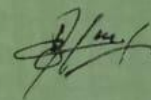
Disetujui oleh :

Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga



Drs. Zarwan M. Kes  
NIP.196112301988031003

Dosen Pembimbing



Dr. Syahrastani M. Kes AIFO  
NIP.195912021987031001

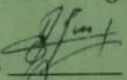
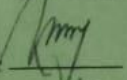
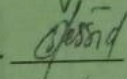
## HALAMAN PENGESAHAN LULUS SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di depan Tim Penguji  
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang

Judul : Hubungan Koordinasi Mata – Tangan Terhadap  
Kemampuan *Forehand Drive* Tennis Meja Siswa SMP  
N 1 BASO  
Nama : Puteri Rahmadhani  
NIM : 18086257  
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Jurusan : Pendidikan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Februari 2022

### Tim Penguji

| Nama                                       | Tanda Tangan                                                                             |
|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1. Ketua : Dr. Syahrastani, M.Kes.AIFO     | 1.  |
| 2. Anggota : Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO    | 2.  |
| 3. Anggota : Dessi Novita Sari, S.Pd, M.Pd | 3.  |

## PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa :

1. Karya tulis saya, tugas akhir berupa skripsi dengan judul **“Hubungan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Kemampuan *Forehand Drive* Tennis Meja Siswa SMP N 1 Baso”** 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 kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan di 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, Februari 2022

Yang menyatakan,



NIM. 18086257

## **MOTTO**

1. Hidup memang bukan soal minta balasan, tapi setidaknya perlakukanlah orang-orang di sekitarmu seperti kamu ingin di perlakukan. Jangan sampai egois ingin di jadikan raja sedangkan kamu tidak pernah merajakan orang lain (Puteri Rahmadhani)
2. Jangan terlalu tergantung pada siapapun di dunia ini. Bahkan bayanganmu sendiripun akan meninggalkanmu di saat gelap (Ibnu Taimiyyah)
3. Jangan pernah menyesal telah berbuat kesalahan, tapi banggalah karena dari kesalahan kita belajar agar lebih baik (Herman Edi Phiwanto)
4. Segala sesuatu ditentukan oleh niatnya, jika niat kita baik maka hidup kita akan baik, mungkin tidak segera tetapi pasti ( Mario Teguh)

## **PERSEMBAHAN**

Dengan mengucapkan syukur Alhamdulillah, kupersembahkan karya ini untuk orang yang kusayangi :

1. Almh. Ibunda tercinta Refi Gusni dan ayahanda tercinta Yonfiadis yang telah membesarkan dan mendidik ku sampai saat ini.
2. Abang, kakak dan adik ku tercinta yang telah memberikan suport serta motivasi untuk menyelesaikan pembuatan skripsi ini.

## ABSTRAK

**Puteri Rahmadhani. 2022. Hubungan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan *Forehand Drive* Tennis Meja Siswa SMP N 1 Baso.**

Permasalahan dalam penelitian ini adalah pelaksanaan pelatihan tenis meja di SMP N 1 Baso belum di tunjang keterampilan penguasaan teknik dasar seperti melakukan *forehand drive*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *forehand drive* siswa SMP N 1 Baso. Penelitian ini termasuk penelitian korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMP N 1 Baso yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja yang berjumlah 25 orang. Instrumen penelitian adalah tes koordinasi mata tangan dan tes *forehand drive*. Data dianalisis dengan menggunakan teknik Korelasi Pearson *Product Moment*. Berdasarkan pengukuran dan analisa maka di peroleh hasil penelitian sebagai berikut: Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja siswa SMP N 1 Baso. Hasil penelitian membuktikan bahwa koordinasi mata tangan (X) memiliki hubungan secara signifikan dengan *forehand drive* (Y) . Hasil ini di tandai dengan perolehan r hitung sebesar “0,726” lebih besar dari nilai r tabel dengan N 25 dan taraf signifikan 5%, yaitu sebesar “0,396” ( $0,726 > 0,396$ ).

## KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian tentang **“Hubungan Koordinasi Mata Tangan terhadap Kemampuan *Forehand Drive* Tennis Meja Siswa SMP N 1 Baso”**. Proposal ini disusun untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Serjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada penulis mendapatkan pahala dan balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa dalam penulisan proposal ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk ini penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan proposal ini. Semoga ini nantinya bermanfaat bagi kita semua.

Dalam penyelesaian skripsi ini Penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Drs. Ganefri, M.Pd, Ph.D Rektor Universitas Negeri Padang beserta staf yang telah memberikan izin dalam pemakaian atau fasilitas yang ada untuk menyelesaikan skripsi ini.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Bapak Dr Alnedral, M.Pd yang telah memimpin Fakultas Ilmu Keolahragaan.

3. Ketua jurusan Pendidikan Olahraga Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Bapak Drs. Zarwan, M. Kes.yang telah memimpin serta membina jurusan Pendidikan Olahraga.
4. Bapak Dr. Syahrastani, M.Kes.AIFO selaku dosen Pembimbing Akademik sekaligus dosen pembimbing skripsi yang telah memberikan bimbingan dorongan, semangat, pemikiran, pengarahan yang sangat berarti dalam menyelesaikan skripsi ini.
5. Bapak Dr. Khairuddin, M.Kes.AIFO dan Ibu Dessi Novita Sari S.Pd, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan kepada peneliti dalam penulisan skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan, dan arahan serta dorongan yang telah diberikan kepada peneliti mendapat pahala dan balasan dari Allah SWT. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terima kasih.

Padang, November 2021

Puteri Rahmadhani

18086257

## DAFTAR ISI

|                                                           | Halaman     |
|-----------------------------------------------------------|-------------|
| <b>ABSTRAK .....</b>                                      | <b>i</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR .....</b>                               | <b>ii</b>   |
| <b>DAFTAR ISI .....</b>                                   | <b>iv</b>   |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                 | <b>iv</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR .....</b>                                | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                              | <b>viii</b> |
| <b>BAB I. PENDAHULUAN.....</b>                            | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                           | 1           |
| B. Identifikasi Masalah .....                             | 5           |
| C. Pembatasan Masalah .....                               | 6           |
| D. Rumusan Masalah .....                                  | 6           |
| E. Tujuan Penelitian .....                                | 7           |
| F. Manfaat Penelitian .....                               | 7           |
| <b>BAB II. KAJIAN TEORI .....</b>                         | <b>8</b>    |
| A. KajianTeori .....                                      | 8           |
| 1. Tenis Meja .....                                       | 8           |
| 2. Hakikat Ketepatan Pukulan <i>Forehand Drive</i> .....  | 14          |
| 3. Kondisi Fisik .....                                    | 20          |
| B. Penelitian yang Relevan .....                          | 24          |
| C. Kerangka Berpikir .....                                | 26          |
| D. Hipotesis .....                                        | 27          |
| <b>BAB III. METODE PENELITIAN .....</b>                   | <b>28</b>   |
| A. Desain Penelitian .....                                | 28          |
| B. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....         | 29          |
| C. Tempat dan Waktu Penelitian .....                      | 30          |
| D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data ..... | 30          |
| E. Teknik Analisis Data .....                             | 34          |

|                                                     |           |
|-----------------------------------------------------|-----------|
| <b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b> | <b>39</b> |
| A. Hasil Penelitian .....                           | 39        |
| 1. Deskripsi Data Penelitian .....                  | 39        |
| 2. Hasil Uji Prasyarat .....                        | 40        |
| 3. Pengujian Hipotesis .....                        | 41        |
| B. Pembahasan .....                                 | 42        |
| <b>BAB V. PENUTUP .....</b>                         | <b>45</b> |
| A. Kesimpulan .....                                 | 45        |
| B. Implikasi Hasil Penelitian .....                 | 45        |
| C. Keterbatasan Penelitian .....                    | 45        |
| D. Saran .....                                      | 46        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>                         | <b>48</b> |
| <b>LAMPIRAN .....</b>                               | <b>51</b> |

## **DAFTAR TABEL**

|                                                                                                                                             |    |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. Norma Penilaian Tingkat Kemampuan Forehand Drive.....                                                                              | 29 |
| Tabel 2. Deskriptif Statistik .....                                                                                                         | 31 |
| Tabel 3. Distribusi Frekuensi Koordinasi Mata Tangan dalam Permainan Tennis Meja Siswa SMP N 1 Baso .....                                   | 31 |
| Tabel 4. Distribusi Frekuensi Tingkat Kemampuan Forehand Drive dalam Permainan Tennis Meja Siswa SMP N 1 Baso .....                         | 32 |
| Tabel 5. Hasil Uji Normalitas .....                                                                                                         | 33 |
| Tabel 6. Hasil Uji Linearitas .....                                                                                                         | 34 |
| Tabel 7. Hasil Uji Korelasi Koordinasi Mata Tangan Dengan kemampuan forehand drive tenis meja peserta ekstrakurikuler di SMP N 1 Baso ..... | 35 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                           |    |
|-----------------------------------------------------------|----|
| Gambar 1. Pukulan <i>Forehand</i> .....                   | 12 |
| Gambar 2. Pukulan <i>Forehand</i> .....                   | 13 |
| Gambar 3. Pukulan <i>Forehand drive</i> .....             | 15 |
| Gambar 4. Desain Penelitian.....                          | 23 |
| Gambar 5. Dinding Target Tes Koordinasi Mata-Tangan ..... | 27 |

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A.Latar Belakang Masalah**

Pendidikan yang bermutu yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik dalam mengembangkan potensi diri dengan adanya lingkungan belajar yang mendukung dalam prosesnya. Pendidikan Jasmani merupakan salah satu sub sistem pendidikan yang wajib diajarkan di Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Pertama hingga Sekolah Menengah Atas yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan diberikan pada jenjang pendidikan taman kanak-kanak sampai dengan sekolah menengah mempunyai tujuan yang jelas setelah akhir proses pembelajaran.

Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dalam undang – undang nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 27 ayat E menyatakan :

*“ Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuh kembangan serta pembinaan olahraga yang bersifat regional dan nasional yang menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.*

Secara umum, kegiatan olahraga memiliki bermacam – macam tujuan, tergantung dari keinginan pelakunya.

Menurut Depdiknas (2006: 158) ruang lingkup mata pelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan meliputi aspek-aspek sebagai berikut:

1. Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, keterampilan lokomotor non-lokomotor dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis dan beladiri, serta aktivitas lainnya.
2. Aktivitas pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya.
3. Aktivitas senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.
4. Aktivitas ritmik meliputi; gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik, serta aktivitas lainnya.
5. Aktivitas air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
6. Pendidikan luar kelas, meliputi: piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah dan mendaki gunung.
7. Kesehatan, meliputi penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan yang sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawat cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan

merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit termasuk ke dalam semua aspek.

Pendidikan jasmani khususnya dalam bidang olahraga membutuhkan unsur lain dalam pembelajaran yaitu unsur kondisi fisik, diantaranya adalah kekuatan, kecepatan, daya tahan, daya ledak otot, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, ketepatan, dan reaksi. Komponen- komponen tersebut memiliki peranan masing-masing terhadap setiap cabang olahraga khususnya pada tenis meja.

Pembinaan olahraga prestasi sudah menjadi perhatian mulai dari pusat sampai daerah, serta induk-induk organisasi agar tercapai prestasi olahraga yang diinginkan. Untuk mencapai suatu prestasi maksimal, ada empat macam kelengkapan yang perlu dimiliki, yaitu: pengembangan fisik (*physical build-up*), pengembangan mental (*mental build-up*), pengembangan teknik (*technical build-up*), dan kematangan juara (Fransiska, 2014: 58). Salah satu cabang olahraga prestasi yang sudah sangat berkembang di Indonesia adalah tenis meja. 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 (Ramdan, 2017: 34).

Permainan tenis meja siswa seharusnya menguasai gerak dasar salah satunya pukulan *forehand drive*. Untuk mendapatkan keterampilan tersebut tidak

terlepas dari bagaimana guru dapat menerapkan media pembelajaran atau modifikasi permainan yang tepat untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam penguasaan materi yang disampaikan guru. Pukulan *forehand drive* adalah salah satu gerak dasar tenis meja yang pertama dikenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan tenis meja. Karena pukulan *forehand drive* merupakan dasar dari berbagai jenis pukulan serangan (Alex Kertamanah, 2003: 27).

SMP N 1 Baso untuk ketertarikan siswa dalam bidang olahraga sangat tinggi. Hal itu dapat dilihat dari prestasi yang diperoleh di berbagai kegiatan olahraga. Sekolah mengadakan berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler untuk menggali, mendukung serta menyalurkan minat dan bakat siswa khususnya dalam bidang olahraga. Dari beberapa ekstrakurikuler yang ada, tenis meja merupakan salah satunya. Kegiatan ekstrakurikuler tenis meja SMP N 1 Baso dilaksanakan setiap hari Sabtu pada pukul 09.00 – 12.00 WIB.

Dinas Pendidikan Pemuda dan Olahraga setiap tahun selalu menyalurkan bakat siswa melalui Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (O2SN). Berbagai macam cabang olahraga dipertandingkan dalam kegiatan tersebut, diantaranya sepak bola, voli mini, pencak silat, tenis meja, bulu tangkis, renang dan catur. O2SN diawali dari tingkat gugus, tingkat UPT, tingkat kabupaten, tingkat Provinsi hingga tingkat nasional. Siswa yang boleh mengikuti seleksi O2SN tingkat gugus sampai tingkat provinsi hanya kelas VII dan VIII kebawah, sebab pelaksanaan kegiatan dari tingkat sekolah sampai tingkat nasional membutuhkan waktu yang lama, sehingga apabila siswa kelas VII dan VIII diikutkan. Siswa SMP N 1 Baso

selalu ikut kegiatan tersebut pada beberapa cabang olahraga, khususnya permainan tenis meja semenjak tahun 2013 siswa selalu lolos sampai seleksi tingkat kabupaten. Namun sampai tahun 2020 belum pernah seorang atlet pun yang mampu lolos sampai tingkat provinsi.

Berdasarkan hasil observasi penulis pada tanggal 24 oktober 2021 di SMP N 1 Baso, dalam permainan tenis meja di SMP N 1 Baso perhatian terhadap komponen koordinasi, khususnya koordinasi mata tangan, tampaknya masih perlu ditingkatkan berkaitan dengan olahraga tenis meja. Ketika bola dipukul dengan *forehand*, bola tidak mengarah sesuai sasaran dan seperti tidak terkontrol. Ini dapat dilihat pada saat siswa melakukan permainan tenis meja mereka banyak yang tidak mampu melakukan gerakan dengan baik dan benar. Pada cabang tenis meja koordinasi mata tangan perlu mendapat perhatian khusus dimana dalam pelaksanaan ekstrakurikuler tenis meja yang diberikan oleh guru di sekolah mungkin hanya memperhatikan penguasaan teknik keterampilan-keterampilan saja. Oleh sebab itu, masih perlu dibina dan diarahkan siswa untuk diberikan latihan-latihan kondisi fisik seperti koordinasi mata tangan.

Hal itu yang melatar belakangi peneliti mengambil judul “Hubungan Koordinasi Mata-tangan terhadap Kemampuan *Forehand Drive* Siswa SMP N 1 Baso”.

## **B. Identifikasi Masalah**

Sesuai dengan latar belakang masalah di atas, maka dapat dilihat identifikasi masalah sebagai berikut :

1. Belum diketahui hubungan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam tenis meja di SMP N 1 Baso.
2. Perlunya peningkatan latihan kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja.
3. Kurangnya sarana dan prasana di SMP N 1 Baso yang mengakibatkan siswa kurang efektif dalam melakukan latihan.
4. Permainan tenis meja SMP N 1 Baso di tinjau dari kegiatan ekstrakurikuler tenis meja hasilnya belum sejalan sesuai dengan yang diharapkan.
5. Pentingnya tambahan jam latihan kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja.

### **C.Pembatasan Masalah**

Bertitik tolak dari latar belakang dan identifikasi masalah di atas serta agar permasalahan menjadi lebih spesifik dan tidak meluas sehingga tujuan penelitian dapat tercapai, maka dalam penelitian ini dibatasi pada masalah mengenai “Hubungan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Kemampuan *Forehand Drive* Tenis Meja Siswa SMP N 1 Baso ” .

### **D.Rumusan Masalah**

Berdasarkan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “ Apakah ada Hubungan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Kemampuan *Forehand Drive* Tenis Meja Siswa SMP N 1 Baso? ”

### **E. Tujuan Penelitian.**

Sesuai dengan pembatasan dan rumusan masalah, maka tujuan penelitian ini adalah : “ Untuk mengetahui apakah ada Hubungan Koordinasi Mata-Tangan terhadap kemampuan *Forehand drive* Tenis Meja Siswa SMP N 1 Baso “.

#### **F.Manfaat Penelitian**

Sesuai dengan tujuan penelitian, maka manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Sebagai bahan kajian bagi penelitian berikutnya yang sehubungan, terutama mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada SMPN 1 Baso mengenai hubungan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja siswa SMP N 1 Baso.
5. Sebagai pertimbangan bagi sekolah dan lembaga terkait untuk mengadakan perbaikan dan pembenahan agar tujuan dari pembelajaran tenis meja dapat tercapai sesuai dengan tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A.Kajian Teori**

##### **1. *Forehand Drive* Tennis Meja**

###### **a. Pengertian *Forehand Drive***

Menurut Alex Kertamanah (2003: 7) *drive* adalah pukulan yang paling kecil tenaga gesekannya. Pukulan *drive* sering juga disebut *lift*, merupakan dasar dari berbagai jenis pukulan serangan. Pukulan *drive* disebut sebagai induk teknik dari pukulan serangan. *Drive* merupakan salah satu teknik pukulan yang sangat penting untuk menghadapi permainan *defensive*. Pukulan *drive* ini memiliki beberapa segi bentuk perbedaan. Lebih lanjut menurut Alex Kertamanah (2003: 7) keistimewaan dari pukulan *drive* antara lain:

- 1) Tinggi atau rendah terbang bola di atas ketinggian garis net mudah dikuasai.
- 2) Cepat atau lambatnya laju bola tidak akan susah dikendalikan.
- 3) Bola bersifat membawa sedikit perputaran.
- 4) Bola *drive* tidak mengandung tenaga yang terlalu keras.
- 5) Dapat dilancarkan disetiap posisi titik bola di atas meja tanpa merasakan kesulitan terhadap bola berat (bola-bola yang bersifat membawa putaran), ringan, cepat, lambat, tinggi maupun rendah, serta terhadap berbagai jenis putaran pukulan.

*Forehand*, pukulan yang paling dasar dan paling mudah diajarkan dalam tenis meja. *Forehand* sendiri adalah pukulan yang ayunannya dari belakang badan menuju depan dan bagian depan bet atau telapak tangan kita berhadapan dengan

bola. Pukulan *forehand* adalah sebuah pukulan dimana telapak tangan yang memegang bet dihadapkan ke depan dan pemain memukul bola dengan ayunan yang datang dari belakang badan pemain seta bagian depan bet menghadap bola”, (Sukma Aji,2016:198). Pukulan *forehand* dalam tenis meja yaitu salah satu teknik intinya. Jusrianto (2020) mengartikan pukulan *forehand* sebagai pukulan yang berasal dari arah tangan atau telapak tangan dengan menghadap ke depan.

Syarifuddin dalam Tanuek (2011) menambahkan bahwa yang harus diperhatikan dalam teknik melakukan pukulan *forehand* adalah sikap permulaan dan gerakan. Sikap permulaan yaitu berdiri tegak, kedua kaki agak dibuka, kaki kiri agak ke depan, kedua lutut agak ditekuk, tangan yang memegang bet(tangan kanan) siku agak dibengkokan dalam keadaan siap untuk memukul bola yang datang, tangan kiri ditempatkan sedemikian rupa agar dapat membantu menjaga keseimbangan, pandangan ditujukan kepada lawan dan kepada bola yang akan datang. Gerakan yaitu ketepatan pengambilan posisi kaki, pinggul dan pinggang serta badan yang lainnya merupakan bagian yang penting dari kombinasi melakukan pukulan *forehand* yang tepat pada sasaran.

Subakti (2018: 256) Pukulan *forehand* merupakan *stroke* yang paling umum dilakukan dalam tenis meja. Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan di sebelah sisi kanan pemain dan pada pemain kidal di sebelah sisi kirinya. Pukulan *forehand* merupakan jenis pukulan tenis meja yang mempunyai peran penting untuk meraih kemenangan.

Fungsi pukulan *forehand* adalah untuk memukul bola yang posisinya berada di sebelah tangan pemain yang dominan. Misalnya orang yang memukul bola

dengan tangan kanannya, maka *forehand* dilakukan apabila bola berada di samping kanannya, baik untuk menyerang atau bertahan.

Menurut Sridadi dan kawan-kawan (2004:5), kontrol bola *forehand* merupakan salah satu bentuk latihan pengenalan terhadap bola dan bet. Pemain berusaha dengan pegangannya untuk menyentuhkan bet ke bola yaitu dengan cara memantulkan bola ke bet dalam hitungan waktu tertentu memantulkan bola dengan bet ini dapat dipantulkan atau dilambungkan. Tujuan dari latihan ini adalah agar seseorang pemain mampu mengontrol bola dengan pukulan *forehand* dengan baik dan sempurna.

Pukulan *forehand* ini adalah salah satu bentuk pukulan yang arahnya sesuai ayunan tangan. Memukul bola dengan gerakan mendorong dari arah kanan badan, biasanya pukulan *forehand* digunakan untuk mengembalikan bola dan menyerang. Dan banyak dipakai untuk mengawali permainan atau *service*. Oleh sebab itu, keberhasilan suatu pukulan tidak lepas dari kemampuan menguasai teknik pukulan dengan baik.

*Forehand* merupakan pukulan yang dilakukan apabila bola berada di kanan tubuh dengan cara merendahkan posisi tubuh, lalu mengayunkan tangan yang memegang bet ke arah pinggang, sikut membentuk kira-kira 90 derajat dan gerakan tangan kedepan tetapi ingat sikut harus tetap dalam posisi 90 derajat.

Menurut Larry Hodges (2007: 36) *forehand* adalah pukulan yang dilakukan di sebelah kanan pemain dan pemain kidal di sebelah sisi kirinya. Pukulan *forehand* merupakan jenis pukulan tenis meja yang mempunyai peranan penting untuk meraih kemenangan.

Lebih lanjut Larry Hodges (2007: 33) menyatakan pukulan *forehand drive* dianggap pukulan yang penting karena tiga alasan, yaitu:

- 1) Seorang pemain memerlukan pukulan *forehand* untuk menyerang dengan sisi *forehand*.
- 2) Pukulan *forehand* bisa menjadi pukulan utama untuk melakukan serangan.
- 3) Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang paling sering digunakan untuk melakukan smash.

Cara melakukan pukulan *forehand* menurut Larry Hodges (2007: 34), yaitu dengan sikap awal berdiri menghadap meja, kaki kanan sedikit ditarik ke arah belakang, putar tubuh anda ke arah kanan dengan bertumpu pada pinggang, dengan tangan yang diayunkan ke arah luar. Pindahkan berat badan ke kaki kanan. Saat mengayunkan tangan ke belakang (*backswing*) jaga agar bet tetap tegak lurus dengan lantai. Ujung bet dan tangan harus sedikit mengarah ke bawah, dengan siku kira-kira  $120^{\circ}$  . Lakukan ayunan ke arah depan (*forward swing*) dengan memutar berat badan ke depan ke kaki kiri. Pada saat yang bersamaan, putar pinggang dan tangan ke arah depan, jaga agar siku tidak berubah. Sudut siku harus dikurangi menjadi kira-kira  $90^{\circ}$  .

*Back swing dan forward swing* harus dilakukan dalam satu gerakan. Kontak bet dengan bola saat bola berada pada bagian puncak pantulan, di bagian depan sedikit ke arah kanan dari tubuh. Bet harus berputar di sekitar bagian atas dan bagian belakang bola untuk menimbulkan *topspin*. Mendapatkan pukulan *forehand* yang keras atau untuk menghadapi *topspin*, bet harus ditutup dan kontak

dilakukan di bagian belakang bola mengarah ke bagian atas bola. Untuk *forehand* yang lebih lunak atau untuk menghadapi *backspin* bet harus dibuka dan kontak dilakukan di bagian bawah bola.

Pendapat tersebut menunjukkan bahwa, pukulan *forehand* tenis meja merupakan pukulan yang paling sering digunakan untuk melakukan smash. Disamping itu juga, pukulan *forehand* lebih kuat jika dibandingkan dengan pukulan *backhand*. Hal itu karena, tubuh tidak menghalangi saat melakukan ayunan tangan ke belakang (*backswing*) dan otot yang digunakan biasanya kuat.



Gambar 1. Pukulan Forehand

(Sumber: Larry Hodges, 2007: 34)

Pukulan *forehand* tenis meja merupakan pukulan yang paling sering digunakan untuk melakukan smash. Di samping itu juga, pukulan *forehand* lebih kuat jika dibandingkan dengan pukulan *backhand*. Hal itu karena, tubuh tidak menghalangi saat melakukan ayunan tangan ke belakang (*backswing*) dan otot yang digunakan biasanya kuat.

#### **a). Teknik *Forehand***

Teknik pukulan ini dilakukan dari sisi tubuh yang dominan. Cara melakukannya sebagai berikut :

- Siap dengan posisi kuda-kuda condongkan badan ke depan dengan posisi lutut agak rendah.

- Tarik bet ke samping agak ke belakang, kepala bet menghadap ke bawah, lengan agak ke bawah dan pergelangan tangan lurus.
- Pukul bola saat memantul dan melambung, dari meja dengan ayunan penuh ke depan atas hingga bet menggesek bagian belakang bola. Pada akhir gerakan, berat badan bertumpu pada kaki depan, pinggang diputar ke depan hingga badan menghadap arah bola.

Perhatikan gambar di bawah ini :



Gambar 2. Pukulan *Forehand*

**Sumber :** [Http://pukulan forehand tenis meja.com](http://pukulan_forehand_tenis_meja.com)

## **b. Teknik Pukulan dalam Tenis Meja**

### *a. Drive*

Menurut Alex Kertamanah (2003: 7) *drive* adalah pukulan yang paling kecil tenaga gesekannya. Pukulan *drive* sering juga disebut *lift*, merupakan dasar dari berbagai jenis pukulan serangan. Pukulan *drive* disebut sebagai induk teknik dari pukulan serangan. *Drive* merupakan salah satu teknik pukulan yang sangat penting untuk menghadapi permainan *defensive*. Pukulan *drive* ini memiliki beberapa segi bentuk perbedaan. Lebih lanjut menurut Alex Kertamanah (2003: 7) keistimewaan dari pukulan *drive* antara lain:

1. Tinggi atau rendah terbang bola di atas ketinggian garis net mudah dikuasai.
2. Cepat atau lambatnya laju bola tidak akan susah dikendalikan.
3. Bola bersifat membawa sedikit perputaran.
4. Bola *drive* tidak mengandung tenaga yang terlalu keras.
5. Dapat dilancarkan disetiap posisi titik bola di atas meja tanpa merasakan kesulitan terhadap bola berat (bola-bola yang bersifat membawa putaran), ringan, cepat, lambat, tinggi maupun rendah, serta terhadap berbagai jenis putaran pukulan.

Menurut Sutarmin (2007: 27) *drive* adalah bola yang datang dari arah lawan diterima dengan gerakan bet dipukulkan pada bola, dengan gerakan dari bawah serong ke atas. Posisi bet dalam keadaan tertutup. Pukulan *drive* dapat dilakukan untuk menyerang lawandan mengontrol bola. Pukulan *drive* dapat dilakukan secara *forehand* dan *backhand*.

#### **b.Cara melakukan *forehand drive***

Untuk dapat melakukan suatu gerakan *forehand drive* yang baik perlu adanya macam- macam tahapan mulai dari persiapan, pelaksanaan dan tahap akhir. Tahapan- tahapan tersebut dijelaskan sebagai berikut:

##### **1) Tahap Persiapan**

- a) Berdiri menghadap meja, kaki kanan sedikit ditarik kebelakang.
- b) Tangan siap memegang bet dengan pukulan *forehand*.

- c) Bet sedikit terbuka untuk menghadapi *backspin*, sedikit ditutup atau tegak lurus untuk menghadapi *topspin*.
- d) Pergelangan tangan lemas dan sedikit dimiringkan ke bawah.
- e) Bergerak untuk mengatur posisi, kaki kanan sedikit ke belakang untuk melakukan *forehand*.

## 2) Tahap Pelaksanaan

- a) Berat badan dipindahkan ke kaki kiri
- b) Tubuh diputar kedepan bertumpu pada pinggang dan pinggul
- c) Tangan diputar kedepan dengan bertumpu pada siku kontak dilakukan didepan sisi kanan tubuh

## 3) Tahap Akhir

- a) Bet bergerak kedepan dan sedikit dinaikan keatas
- b) Kembali ke posisi siap



Gambar 3. Pukulan *Forehand drive*

(Sumber: Larry Hodges, 2007: 34)

## 2.Kondisi Fisik

### a) Koordinasi Mata Tangan

#### a.Pengertian koordinasi mata tangan

Koordinasi dibagi menjadi dua yaitu koordinasi umum dan koordinasi khusus. Koordinasi umum menyangkut kemampuan seluruh tubuh dalam

melakukan sebuah gerakan. Sedangkan koordinasi khusus hanya menyangkut koordinasi beberapa anggota tubuh semisal koordinasi mata-tangan (*hand-eye coordination*) dan gerak kaki (*footwork*). Koordinasi mata-tangan merupakan salah satu koordinasi khusus yang hanya melibatkan mata sebagai indra atau penerima rangsang dan tangan sebagai alat gerak. Koordinasi mata-tangan adalah Koordinasi mata-tangan merupakan kemampuan mata untuk menyalurkan rangsangan yang diterima kepada tangan yang berfungsi untuk melaksanakan gerakan yang harus dilakukan.

Teknik yang ada dalam suatu permainan membutuhkan adanya hubungan bagian tubuh yang dapat menyeimbangi suatu gerakan yang diinginkan. Keseluruhan gerak perlu adanya koordinasi yang baik untuk keselarasan suatu teknik yang dilakukan.

Menurut Syafruddin (2012:119-120) “koordinasi sebagai kemampuan seseorang untuk merangkaikan berbagai unsur gerak menjadi satu gerakan yang serasi sesuai dengan tujuannya. Kecendrungan ini bukan berarti keliru, akan tetapi belum merupakan pengertian koordinasi yang sebenarnya dalam olahraga. Oleh karena itu, dirumuskan suatu definisi tentang koordinasi sebagai berikut. Koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerjasama sistem persyarafan pusat.

Sedangkan menurut Djoko Pekik Irianto (2002: 77) koordinasi adalah kemampuan melakukan gerak pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien. Sasaran utama pada latihan koordinasi adalah untuk

meningkatkan kemampuan penguasaan gerak bola, baik bola yang akan dipukul maupun yang datang dari seluruh daerah permainan. Oleh karena itu koordinasi selalu terkait dengan biomotor yang lain, yaitu kelincahan dan ketangkasan.

Pendapat lain menurut Bompas (2000: 48) dalam Hartadi (2007: 19-20) menyatakan dalam koordinasi mata tangan akan menghasilkan *timing* dan akurasi. *Timing* berorientasi pada ketepatan waktu sedangkan akurasi berorientasi pada ketepatan sasaran. *Timing* akan mempengaruhi perkenaan bola dengan bet sehingga akan menghasilkan gerakan yang efektif dan efisien. Sedangkan akurasi akan menentukan ketepatan bola ke arah atau sasaran yang dituju. Kesimpulan yang dapat diambil dari pendapat tersebut yaitu koordinasi akan membentuk kesinambungan antara *timing* dan akurasi dalam suatu permainan.

#### **a) Hubungan Koordinasi Mata Tangan dengan Kemampuan Pukulan *Forehand Drive***

Teknik pukulan dalam tenis meja merupakan sebuah aksi yang kompleks. Pukulan yang dipergunakan untuk mengembalikan setiap bola berbeda tergantung arah dan putaran bola. Selain teknik pukulan, posisi memukul juga menentukan hasil sebuah pukulan. Koordinasi pada dasarnya semua cabang olahraga membutuhkan unsur koordinasi, karena koordinasi merupakan salah satu komponen kondisi fisik yang sangat penting untuk menguasai keterampilan olahraga dan merupakan hal yang sangat kompleks. Agar bisa berhasil menyatukan beberapa gerakan menjadi sebuah gerakan yang efektif, maka seseorang harus memiliki Koordinasi yang baik. Dengan itu, seseorang dapat menampilkan *skill* secara halus, dan pola gerakannya akan terlihat indah.

Koordinasi mata-tangan sangat dibutuhkan untuk menghadapi hal-hal tersebut. Mata sebagai indra penerima dan tangan sebagai alat gerak harus mempunyai kerja yang selaras. Arah jatuhnya bola serta putaran bola harus dengan cepat diketahui sehingga dapat dikembalikan dengan posisi dan teknik yang tepat. Karena penggunaan teknik yang salah akan berpengaruh pada pengembalian lawan selanjutnya. Sedikit saja kesalahan dalam menggunakan teknik pukulan untuk mengembalikan bola dari lawan bisa menjadi sebuah poin bagi lawan.

Koordinasi mata-tangan yang baik akan mempengaruhi pemilihan teknik pukulan dan posisi siap. Sehingga koordinasi mata-tangan berkaitan dengan ketepatan pukulan. Dalam penelitian ini khususnya ketepatan pukulan *forehand drive*, *stroke* yaitu, teknik pukulan merupakan teknik dasar dalam tenis meja. Menurut Larry Hodges (1996: 64) ada berbagai teknik pukulan. *Servis* adalah pukulan yang dilakukan untuk memulai permainan tenis meja. *Push stroke* adalah pukulan mendorong yang dilakukan untuk menghadapi *backspin*. *Block* adalah pukulan yang dilakukan tanpa mengayunkan bet tetapi hanya menahan bet tertentu. *Lop* adalah pukulan *top spin* yang sangat keras yang dilakukan hanya dengan menyerempetkan bola kearah atas dan kedepan. *Flip* adalah pengembalian bola pendek yang agresif, pukulan ini dilakukan bila bola tersebut akan memantulkan dua kali disisi meja bila dibiarkan. *Choop* adalah pengembalian pukulan *backspin* yang sifatnya bertahan. *Lob* adalah pukulan bertahan secara total yang digunakan untuk menghadapi *smash*.

## **B. Penelitian yang Relevan.**

Hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini sangat diperlukan guna mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat digunakan sebagai landasan pada penyusunan kerangka berfikir. Adapun hasil penelitian yang relevan ini adalah:

1. Rizkei Kurniawan, & Yoki Afriandy Rangkuti. (2020) “Hubungan koordinasi mata tangan terhadap pukulan *forehand* tenis meja mahasiswa PKO FIK UNIMED” . Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah koordinasi mata-tangan berhubungan terhadap ketepatan pukulan *forehand* tenis meja pada mahasiswa PKO Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED. Model yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif, dimana peneliti memaparkan hubungan koordinasi mata-tangan terhadap ketepatan *forehand* tenis meja. Teknik Pengumpulan Data dilakukan dengan menggunakan tes terhadap subjek penelitian. Untuk mengumpulkan data peneliti menggunakan teknik tes dan pengukuran, tes merupakan alat ukur untuk memperoleh data atau informasi. Instrumen penilaian koordinasi mata-tangan dan ketepatan pukulan *forehand*.
2. Penelitian yang dilakukan oleh Andi Septiono (2009) yang berjudul “Tingkat Keterampilan Pukulan *Forehand* Permainan Tenis meja. Pada siswa Putra dan Putri yang mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Kemandungan 01 Kecamatan Tegal Barat Kota Tegal”. Populasi penelitian adalah seluruh Siswa Putra dan Putri yang mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler di SD Kemandungan 01 yang berjumlah 24 orang. Merupakan penelitian pra eksperimen yang dilakukan dalam 16 kali tatap

muka. Analisis data menggunakan pengujian hipotesis dengan terlebih dahulu melakukan uji prasarat (uji normalitas dan homogenitas data). Hasil penelitian: terdapat peningkatan yang signifikan keterampilan *Forehand* permainan tenis meja dengan pemberian bentuk perlakuan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SD Kemandungan 01 Kecamatan Tegal Barat Kota Tegal. Peningkatan tersebut sebesar, siswa putri 33,78% dan siswa putra 58,93%. Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

3. Penelitian yang dilakukan oleh Ayu Agustya Heryunindhita (2014) yang berjudul “Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Ketepatan Servis *Backspin* Siswa SD N Pujokusuman 1 yang mengikuti Ekstrakurikuler TenisMeja”. Penelitian ini adalah penelitian korelasional dengan sesuai pengambilan data menggunakan tes. Variabel dalam penelitian ini adalah variabel bebas(koordinasi mata-tangan “X”) dan variabel terikat (ketepatan servis *backspin* “Y”). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh peserta ekstrakurikuler SD N27 Pujokusuman 1 yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja, yang berjumlah 15 siswa. Pengukuran terhadap koordinasi, mata-tangan dilakukan dengan lempar tangkap bola tenis ke tembok sasaran, sedangkan untuk mengukur peningkatan ketepatan hasil servis dengan tes akurat servis. Uji coba penelitian, diperoleh :validitas tes koordinasi mata-tangan sebesar “0,898” dan validitas tes servis *backspin* sebesar “0,809”. Sedangkan pembuktian reliabilitas menunjukkan item tes adalah reliable dan dapat dipergunakan untuk penelitian. Dalam penelitian

ini pengujian hipotesis yang telah diajukan, menggunakan teknik Korelasi “*Pearson Product Moment*”. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa : “Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata-tanga dan ketepatan servis *backspin* siswa SD N Pujokusuma 1 yang megikuti ekstrakurikuler tenis meja”.  $r$  hitung lebih besar dari  $r$  table untuk taraf kesalahan 5% maupun 1% ( $r$  hitung lebih besar dari taraf kesalahan 5% = “0,695” > “0,514” dan  $r$  hitung lebih besar dari taraf kesalahan 1% “0,695” > “0,641”). Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

### C.Kerangka Konseptual

Permainan tenis meja adalah permainan yang sangat dominan dengan menggunakan unsur kecepatan dan ketepatan yang membutuhkan koordinasi mata dan tangan yang baik untuk memaksimalkan teknik yang akan dilakukan khususnya pada pukulan *forehand drive*. *Forehand drive* dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain koordinasi, besarnya sasaran, ketajaman indra dan pengaturan syaraf, jauh dekatnya bidang sasaran, penguasaan teknik, cepat lambatnya gerakan, *feeling*, dan kuatnya sebuah gerakan.

Koordinasi mata- tangan yang baik akan membuat gerakan menjadi selaras, efektif dan efisien serta mempengaruhi ketepatan pukulan *Timing* yang tepat akan menentukan akurasi atau ketepatan sasaran pukulan.

Secara keseluruhan diduga terdapat hubungan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja siswa SMP N 1 Baso. Pembuktian dalam dugaan tersebut maka dilakukan penelitian dengan judul “Hubungan

koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *forehand drive* tenis meja siswa SMP N 1 Baso”.



#### **D.Hipotesis Penelitian**

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah dalam suatu penelitian. Dikatakan jawaban sementara karena jawaban tersebut hanya didasarkan pada teori dan kajian penelitian yang relevan dan belum didukung oleh fakta atau data-data secara empiris. Untuk menguji kebenaran hipotesis maka perlu diuji atau diteliti lebih lanjut. Berdasarkan kajian penelitian terdahulu, kajian teoritik, dan kerangka berpikir, maka peneliti mengemukakan hipotesis sebagai berikut:

Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ) Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan *forehand drive* tenis meja siswa SMPN 1 Baso.

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa: Ada hubungan yang signifikan antara koordinasi mata tangan dengan kemampuan *forehand drive* tenis meja siswa SMP N 1 Baso  $r$  hitung sebesar “0,726” lebih besar dari nilai  $r$  tabel dengan  $N = 25$  dan taraf signifikan 5%, yaitu sebesar “0,396” ( $0,726 > 0,396$ ), artinya koordinasi mata tangan yang dimiliki siswa SMP N 1 Baso memiliki hubungan yang signifikan dengan kemampuan *Forehand drive*.

#### B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian memiliki implikasi, yaitu:

1. Sebagai bahan pertimbangan guru dan siswa supaya lebih memperhatikan faktor koordinasi mata tangan karena mempengaruhi ketepatan pukulan .
2. Hasil penelitian dapat sebagai patokan guru untuk mengenali ciri-ciri siswa yang cocok untuk dijadikan atlet tenis meja yang memiliki prestasi yang baik.
3. Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya mengenai koordinasi mata tangan khususnya dalam permainan tenis meja.

#### C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilakukan sebaik mungkin, namun tidak terlepas dari keterbatasan yang ada. Keterbatasan selama penelitian yaitu:

1. Tidak tertutup kemungkinan para siswa kurang bersungguh-sungguh dalam melakukan tes.

2. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor lain yang dapat mempengaruhi hasil kemampuan bermain tenis meja, yaitu faktor psikologis atau kematangan mental
3. Peneliti tidak dapat mengontrol latihan rutin setiap siswa yang dijadikan sampel.
4. Tidak ada *treatment* latihan khusus sebelum melakukan tes.
5. Tidak diperhitungkan masalah kondisi fisik dan mental pada waktu dilaksanakan tes
6. Kesadaran peneliti, bahwa masih kurangnya pengetahuan, biaya dan waktu untuk penelitian.

#### **D. Saran**

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Bagi guru dan siswa, hendaknya memperhatikan kecepatan reaksi dan koordinasi mata-tangan karena mempengaruhi kemampuan pukulan *forehand drive*.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan hasil tes kemampuan pukulan *forehand drive*. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.
3. Perlu waktu penelitian lebih lanjut tentang koordinasi mata-tangan dan kemampuan *forehand drive* dalam olahraga secara umum, sehingga hubungan

koordinasi mata-tangan dan kemampuan *forehand drive* dalam olahraga seutuhnya dapat lebih optimal hasilnya.

4. Siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP N 1 Baso agar lebih meningkatkan keterampilannya dalam melakukan *forehand drive*.

5. Bagi peneliti berikutnya agar menambah subyek penelitian dengan ruang lingkup yang lebih besar dan dengan model penelitian yang lebih bervariasi. Ruang lingkup yang lebih besar maksudnya adalah tidak hanya melibatkan satu Sekolah Dasar saja, tetapi bisa dengan melibatkan keseluruhan Sekolah Dasar dalam satu Kabupaten/ Kota Madya, dengan syarat utama di sekolah tersebut terdapat kegiatan ekstrakurikuler tenis meja. Lebih bervariasi diartikan tidak hanya fokus pada teknik servis saja, tetapi peneliti selanjutnya harus berani dalam kegiatan penelitiannya dengan juga mengkaji unsur-unsur teknik dasar yang lain dalam olahraga tenis meja.

## DAFTAR PUSTAKA

- A.M. Bandi Utama, dkk. (2004). Kemampuan Bermain Tennis Meja, Studi Korelasi Antara Kelincahan dan Kemampuan Pukulan dengan Kemampuan Bermain Tennis Meja. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Alex Kertamanah. (2003). Teknik dan Taktik Dasar Permainan Tennis Meja. Jakarta: Raja Grafindo Persada. Alfabeta.
- Angraini, J., Ridwan, M., Fardi, A., & Haryanto, J. (2020). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan, Kelentukan Pergelangan Tangan dan *Footwork* Dengan Ketepatan *Backhand Drive*.
- Arsil. (2015). *Pembinaan Kondisi Fisik*. Padang: FIK UNP
- Arsil. (2018). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. FIK UNP
- Ayu Agustya Heryuninditha. (2014). Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dengan Ketepatan Servis *Backspin* Siswa SD N Pujokusuman 1 yang Mengikuti Ekstrakurikuler Tennis Meja. *Skripsi*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.
- Aziz, Ishak. (2008). *Tes Pengukuran dan Evaluasi Pembelajaran Olahraga*. FIK UNP
- Basuki, Reza Mazda Heru Basuki. 2016. *Hubungan Koordinasi Mata Tangan dengan Ketepatan Servis Backspin Tennis Meja Peserta Ekstrakurikuler di SD Pujokusuman I Yogyakarta*. Jurnal. FIK Universitas Negeri Yogyakarta