**PENGARUH KECEPATAN REAKSI TANGAN, KECEPATAN BERGERAK DAN PANJANG LENGAN TERHADAPKEMAMPUAN FOREHAND DRIVE**

**DALAM PERMAINAN TENIS MEJA PADA MURID SDN No 001**

**POLEWALIKAB. POLMAN**

**Yusniar1, H. Abraham Razak 2, Jamaluddin 3**

**1**SDN No. 001 Polewali Mandar

**2**Jurusan Penjaskesrek, FIK, Universitas Negeri Makassar

Jln. A.P. Pettarani, Makassar 90224

**ABSTRAK**

**Yusniar**. 2016. *Pengaruh Kecepatan reaksi tangan, Kecepatan bergerak dan Panjang Lengan terhadap Kemampuan Forehand Drive dalam permainan Tenis Meja pada Murid SDN No. 001 Polewali Kab. Polman* (Dibimbing oleh Abraham Razak dan Jamaluddin). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh Kecepatan reaksi tangan, Kecepatan bergerak dan Panjang Lengan terhadap Kemampuan Forehand Drive dalam permainan Tenis Meja pada Murid SDN No. 001 Polewali Kab. Polman. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional dan inferensial. . Jadi populasi target adalah seluruh murid SDN 001 Polewali Sedangkan populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah murid kelas IV&V SDN 001 Polewali Kab. Polman.Teknik penentuan sampelnya adalah *Random Sampling.* Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan inferensial dengan bantuan program komputer SPSS 18.Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Ada pengaruh yang signifikan kecepatan reaksi tangan terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab. Polman sebesar 65.8 %. (2) Ada pengaruh yang signifikan kecepatan bergerak terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab. Polman sebesar 64.4%.

Kata Kunci : Kecepatan reaksi tangan, Kecepatan Bergerak, Panjang Lengan Kemampuan Forehand Drive.

**ABSTRACT**

**Yusniar**. 2016. *Pengaruh Kecepatan reaksi tangan, Kecepatan bergerak dan Panjang Lengan terhadap Kemampuan Forehand Drive dalam permainan Tenis Meja pada Murid SDN No. 001 Polewali Kab. Polman* (Dibimbing oleh Abraham Razak dan Jamaluddin). Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh Kecepatan reaksi tangan, Kecepatan bergerak dan Panjang Lengan terhadap Kemampuan Forehand Drive dalam permainan Tenis Meja pada Murid SDN No. 001 Polewali Kab. Polman. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasional dan inferensial. . Jadi populasi target adalah seluruh murid SDN 001 Polewali Sedangkan populasi terjangkau dalam penelitian ini adalah murid kelas IV&V SDN 001 Polewali Kab. Polman.Teknik penentuan sampelnya adalah *Random Sampling.* Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis statistik deskriptif dan inferensial dengan bantuan program komputer SPSS 18.Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Ada pengaruh yang signifikan kecepatan reaksi tangan terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab. Polman sebesar 65.8 %. (2) Ada pengaruh yang signifikan kecepatan bergerak terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab. Polman sebesar 64.4%.

Kata Kunci : Kecepatan reaksi tangan, Kecepatan Bergerak, Panjang Lengan Kemampuan Forehand Drive.

**A. PENDAHULUAN**

**Latar Belakang Masalah**

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah dikenal dan banyak digemari orang. Dari usia anak – anak sampai dewasa bahkan orang tua. Hal ini mebuktikan bahwa tenis meja telah bermasyarakat, bahkan kejuaraan tenis meja yang bersifat umum dan terbuka sering diadakan pada suatu acara tertentu. Perkembangan permainan tenis meja di tanah air atau di Indonesia cukup menggembirakan akhir – akhir ini. Di tinjau dari segi kuantitas hampir seluruh lapisan masyarakat telah mengenal tenis meja dan mampu untuk memainkannya. Dari kejuaraan yang bersifat umum, hampir seluruh daerah yang mengikutinya. Ini membuktikan bahwa tenis meja Indonesia sudah mampu menempati posisi di tingkatan yang menggembirakan, baik di Asia Tenggara maupun di Asia, bahkan di tingkat dunia. Ini membuktikan Indonesia mempunyai potensi untuk menviptakan atlet tenis meja yang handal. Indonesia baru mengenal tenis meja sejak tahun 1930, dan baru terorganisasi tahun 1958, yaitu berdirinya persatuan Tenis Meja Seluruh Indonesia. Dahulu orang beranggapan, bahwa bermain tenis meja tidak membutuhkan kondisi fisik yang prima. Saat ini terbukti bahwa hanya dengan atlit dengan kondisi fisik yang tinggi, yang dapat mampu bermain dengan baik dalam jangka waktu yang lama. Kondisi fisik yang baik di capai melalui suatu program latihan yang teratur. Pada permainan tenis meja, fungsi pukulan forehand lebih besar. Untuk menciptakan atlet – atlet yang baik, memiliki prestasi yang andal juga dapat mengangkat nama bangsa di area Internasional, tentunya perlu diberikan latihan-latihan dengan keras, disiplin dan berkesinambungan. Hanya dengan latihan yang sistematis dan tidak terputus – putus dapat menjadikan seorang atlet dapat berkembang dengan baik. Untuk dapat menunjang harapan itu semua, yang tak dapat diabaikan adalah kesabaran dari para atlet itu sendiri dan para pelatih. Kadang kala kebosanan datang dengan cepat dimana usia mudah masih dalam taraf berkembang. Semua itu harus dapat diatasi dengan melakukan latihan yang memiliki bermacam – macam tingkat variasi. Tenis meja adalah permainan yang memilki banyak sekali variasi pukulan. Namun pada teknik dasarnya adalah pukulan drive. Pada pukulan drive terdiri atas forehand. Sedamngkan bentuk pukulan yang yang dilatih adalah forehand drive . Kegiatan pembelajaran disekolah pada saat jam pelajaran. Untuk melakukan gerakan pukulan forehand drive dibutuhkan latihan yang rutin dan membutuhkan waktu yang lumayan lama. Karena agerakan ini memilki kesulitan – kesulitan diantaranya seperti cara memegang bet, gerakan ayunan tangan , grerakan lanjutan dan ketetapan perkenaan bola pada bet, maka dari itu siswa dianjurkan memahami tentang pukulan forehand drive.

*Drive* merupakan teknik pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup”. Besarnya sudut yang diakibatkan oleh kemiringan bet bervariasi, sesuai dengan arah jatuhnya bola, kecepatan datangnya bola, putaran bola yang datang dari lawan dan tujuan dari pemukul (*drive*) itu sendiri. *Forehand* *Drive* dapat digunakan sebagai pukulan serangan dan dapat pula dikontrol sesuai dengan keinginan. Permasalahan yang terjadi disekolah tersebut siswa belum menguasai sepenuhnya teknik dasar dalam permainan tenis meja khususnya pada kemampuan ketetapan pukulan forehand drive, kemudian di tinjau dari segi sarana dan prasarana yang kurang memadai sehingga menyulitkan siswa dalam pelaksanaan pukulan forehand drive baik pada saat melakukan suatu proses pembelajatran masih banyak siswa yang belum mampu melakukan ketetapan pukulan dengan baik. Kemudian dinaju dari kemampuan fisik seperti reaksi tangannya belum bisa merespon pukulan dengan cepat, lambatnya kecepatan pada saat menerima datu melakukan pukulan. Hal ini yang mendasari sehingga peneliti mengangkat judul “Pengaruh kecepatan reaksi tangan, kecepatan bergerak dan panjang lengan terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab. Polman”.

**B METODE PENELITIAN**

Metode penelitian biasanya berisi tentang cara-cara menggunakan beberapa metode pendekatan untuk memecahkan masalah yang dihadapi menggunakan alat atau *instrument* akan dibahas secara luas dan sistematik.“Penelitian adalah suatu proses, yaitu suatu rangkaian langkah-langkah yang dilakukan secara terencana dan sistematis guna mendapatkan pemecahan masalah atau mendapatkan jawaban terhadap pertanyaan-pertanyaan tertentu” (Suryabrata, 2013: 11).

Metode penelitian pendidikan dapat diartikan sebagi cara ilmiah untuk mendapatkan data yang valid dengan tujuan dapat ditemukan, dikembangkan, dan dibuktikan, suatu pengetahuan tertentu sehingga pada gilirannya dapat digunakan untuk memahami, memecahkan, dan mengantisipasi masalah dalam bidang pendidikan (Sugiyono 2015: 6).

**Jenis dan Lokasi Penilitian**

1. **Jenis penelitian**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif korelasional dan inferensial maka perlu dirancang dan diketahui seberapa besar pengaruh kecepatan reaksi tangan reaksi tangan, kecepatan reaksi tangan bergerak dan panjang lengan terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab. Polman.

1. **Lokasi penelitian**

Lokasi penelitian merupakan suatu tempat atau wilayah dimana penelitian tersebut akan dilakukan. Adapun penelitian yang dilakukan oleh penulismengambil lokasi yang dipilih adalah di SDN No.001 Polewali Kab.Polman.

43

**Variabel dan Desain Penelitian**

**1. Variabel penelitian**

Hatch, *et al*. (1981) dalam Sugiyono (2015: 60) “secara teoritis variabel didefinisikan sebagai atribut seseorang, atau obyek, yang mempunyai “variasi” antara satu orang dengan yang lain atau satu obyek dengan obyek yang lain”.

Sudaryono dkk(2013: 20)variabel penelitian pada dasarnya adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya.

Adapun variabel yang ingin diteliti adalah:

a. Variabel bebas (*independent variable*) yaitu:

1. Kecepatan reaksi tangan reaksi tangan

2. Kecepatan reaksi tangan bergerak

3. Panjang lengan

b. Variabel terikat (*dependent variable*) yaitu:

1. Kemampuan *forehand drive*.

Dalam hal bagaimana data dikumpulkan, diukur dan dianalisis. Dengan demikian, desain penelitian dapat digambarkan sebagai berikut :

X1

X1

X3

X3

X2

Y

Gambar 3. 1 Desain penelitian Sumber : Sugiyono, (2013:71)

Keterangan:

X1  = Kecepatan reaksi tangan reaksi tangan

X2 = Kecepatan reaksi tangan bergerak

X3 = Panjang lengan

**R =** Pengaruh bersama-sama

Y = Kemampuan forehand drive

**C.HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Data empiris yang diperoleh dilapangan melalui hasil tes dan pengukuran yang terdiri atas: kecepatan reaksi tangan, kecepatan bergerak, panjang lengan terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada siswa SDN No 001 Polewali Kab. Polman, selanjutnya dianalisis dengan menggunakan tehnik statistik deskriptif dan analisis inferensial. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian, kemudian dilanjutkan dengan pengujian persyaratan analisis atau uji asumsi yaitu uji normalitas data dan uji linearitas. Sedangkan analisis data secara inferensial dimaksudkan untuk mendapatkan hasil pengujian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini.

1. **Analisis Deskriptif**

Analisis deskriptif dilakukan pada data kecepatan reaksi tangan, data kecepatan bergerak, data panjang lengan, dan data ketetapan forehand drive dalam permainan tenis meja pada siswa SDN No 001 Polewali Kab. Polman. Rangkuman hasil analisisnya tercantum pada table di bawah ini.

Tabel 4.1 Rangkuman analisis deskriptif data.

| **Statistics** | | | | | |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | Kecepatan reaksi tangan | Kecepatan bergerak | Panjang lengan | Kemampuan forehand |
| N | Valid | 40 | 40 | 40 | 40 |
| Missing | 0 | 0 | 0 | 0 |
| Mean | | 14.9750 | 7.4230 | 56.2000 | 24.1500 |
| Median | | 15.0000 | 7.4500 | 56.0000 | 24.5000 |
| Mode | | 15.00 | 7.23a | 56.00 | 26.00 |
| Std. Deviation | | 1.53218 | .55701 | 1.71270 | 4.34741 |
| Variance | | 2.348 | .310 | 2.933 | 18.900 |
| Range | | 5.80 | 2.04 | 7.00 | 17.00 |
| Minimum | | 12.10 | 6.45 | 53.00 | 17.00 |
| Maximum | | 17.90 | 8.49 | 60.00 | 34.00 |
| Sum | | 599.00 | 296.92 | 2248.00 | 966.00 |

**2. Uji asumsi**

1. **Uji normalitas data**

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar statistik parametrik dapat digunakan adalah data mengikuti sebaran normal. Apabia pengujian ternyata data berdistribusi normal berarti analisis statistik parametrik telah terpenuhi. Sebaliknya apabila data tidak berdistribusi normal, maka analisis yang harus digunakan adalah statistik non parametrik.

Untuk mengetahui apakah data penelitian ini berdistribusi normal, maka dilakukan pengujian menggunakan uji Kolmogorov Smirnov dengan koreksi liliefors.

Tabel 4.2 Hasil uji normalitas data dengan menggunakan bantuan SPSS

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Variabel | N | Shapiro-Wilk | Sig. | α | Ket |
| Kecepatan reaksi tangan | 40 | 0.981 | 0.733 | 0.05 | Normal |
| Kecepatan bergerak | 40 | 0.969 | 0.341 | 0.05 | Normal |
| Panjang Lengan | 40 | 0.959 | 0.152 | 0.05 | Normal |
| Kemampuan Forehand drive | 40 | 0.973 | 0.443 | 0.05 | Normal |

1. **Uji linearitas**

Linearitas adalah sifat hubungan yang linear antar variabel, artinya setiap perubahan yang terjadi pada satu variabel akan diikuti perubahan dengan besaran yang sejajar pada variabel lainnya. Perubahan pada variabel bebas akan diikuti dengan perubahan pada variabel terikat.

Salah satu prasyarat lainnya dalam analisis korelasi dan regresi adalah setiap variabel bebas memiliki hubungan yang signifikan dengan variabel terikat. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan yang linear secara signifikan maka dilakukan uji linearitas dengan meggunakan *Test for Linearity* pada taraf signifikansi 0,05.

Table 4.3 Ringkasan uji linearitas X1,X2,X3 dengan Y

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| NO | Variabel | Defiation From Linearity | Sig. | Kesimpulan |
| 1 | Kecepatan reaksi tangan (X1)  Kemampuan forehand drive (Y) | 1.548 | 0.226 | Linear |
| 2 | Kecepatan bergerak (X2)  Kemampuan forehand drive (Y) | 1.328 | 0.330 | Linear |
| 3 | Panjang lengan (X3)  Kemampuan forehand drive (Y) | 0.595 | 0.732 | Linear |

**D. KESIMPULAN**

Setelah melakukan penelitian, telah diperoleh hasil-hasil yang telah di peroleh hasil - hasil yang telah diungkapkan dari pengaruh kecepatan reaksi tangan, kecepatan bergerak dan panjang lengan terhadap kemampuan forehand drive dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab.Polman, maka disimpulkan sebagai berikut :

1. Ada pengaruh yang signifikan kecepatan reaksi tangan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab.Polman

2. Ada pengaruh yang signifikan kecepatan bergerak terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab.Polman

3. Ada pengaruh yang signifikan panjang lengan terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab.Polman .

4. Ada pengaruh yang signifikan kecepatan reaksi tangan, kecepatan bergerak dan panjang lengan secara bersama-sama terhadap kemampuan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada murid SDN No 001 Polewali Kab.Polman.

**E. DAFTAR PUSTAKA**

Halim, Nur Ichsan. 2004. *Tes Pengukuran Dan Penyusunan Alat Evaluasi Dalam Bidang Olahraga.* Buku Kuliah FPOK IKIP Ujungpandang.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching.* Jakarta.

Hidayat, I. 1997. Biomekanika Bandung: IKIP Jakarta.

Hodges, L. 2000. *Step to success, Tenis meja Tingkat pemula*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.

Salim, S. 2007. *Buku pintar tenis meja*. Bandung: Jember.

Simpson, P. 2012. *Teknik Bermain Ping Pong. Bandung:* CV Plonir jaya.

Sugiyono. 2015. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Penerbit CV Alfabetha.

Suharno Hp., 1988. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta. FPOK IKIP.

Sukadiyanto. 2005. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Jakarta : Pusat Penerbitan Universitas Terbuka