

KETEPATAN PUKULAN *FOREHAND* DAN *BACKHAND* PESERTA PUTRA EKSTRAKURIKULER TENIS MEJA DI SMP NEGERI 6 DAN SMP NEGERI 16 YOGYAKARTA TAHUN 2017

ACCURACY OF FOREHAND AND BACKHAND DRIVE OF MALE TABLE TENNIS EXTRACURRICULAR PARTICIPANT IN SMP NEGERI 6 AND SMP NEGERI 16 YOGYAKARTA IN 2017

Oleh : Teguh Imam Subekti, pjkr, fik uny
Pungkycandra95@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa putra peserta ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta, yang terdiri atas 14 siswa SMP Negeri 6 Yogyakarta dan 5 siswa SMP Negeri 16 Yogyakarta. Instrumen yang digunakan untuk mengukur ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* yaitu tes *forehand drive* dan *backhand drive* tenis meja dari Tomoliyus (2012: 11). Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: (1) ketepatan pukulan *forehand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri Se-Kota Yogyakarta Tahun 2017 berada pada kategori “sangat rendah” 5,26%, “rendah” 26,32%, “sedang” 26,32%, “tinggi” 42,11%, dan “sangat tinggi” sebesar 0%. (2) ketepatan pukulan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri Se-Kota Yogyakarta Tahun 2017 berada pada kategori “sangat rendah” 10,53%, “rendah” 21,05%, “sedang” 26,32%, “tinggi” 42,11%, dan “sangat tinggi” 0%.

Kata kunci: *forehand drive, backhand drive, tenis meja*

Abstract

The research intends at determining the accuracy of forehand and backhand drive of table tennis extracurricular male participants in SMP Negeri 6 and SMP Negeri 16 (State Junior High School) Yogyakarta Year in 2017. This research was descriptive research. The method used was by survey. The population the research was male students of table tennis extracurricular participants in SMP Negeri 6 and SMP Negeri 16 Yogyakarta consisting of 14 students of SMP Negeri 6 Yogyakarta and 5 students of SMP Negeri 16 Yogyakarta. The instrument used to measure the accuracy of forehand and backhand drive is the test of table tennis forehand and backhand drive from Tomoliyus (2012: 11). The data analysis technique was by using descriptive quantitative analysis presented in the form of percentage. The research results show that: (1) the accuracy of forehand drive of the male table tennis extracurricular participants in SMP Negeri in Yogyakarta City in 2017 is; in the "very low" category 5.26%, "low" category 26.32%, "medium" category 26, 32%, "high" category 42.11%, and "very high" category 0%; (2) the accuracy of backhand drive of the male table tennis extracurricular participants in SMP Negeri in Yogyakarta City in 2017 is; in the "very low" category 10.53%, "low" category 21.05%, "medium" category 26.32%, "high" category 42.11%, and "very high" category 0%.

Keywords: forehand drive, backhand drive, table tennis

PENDAHULUAN

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran (tatap muka) baik dilaksanakan di sekolah maupun di luar sekolah dengan maksud untuk lebih memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan yang telah dimilikinya dari berbagai bidang studi (Usman, 1993: 22). Ekstrakurikuler diperlukan untuk meningkatkan *skill*, baik individu maupun kelompok dalam cabang olahraga masing-masing. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga cukup beragam, seperti cabang pencak silat, bola basket, bulutangkis, tenis meja, dan sebagainya. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang menjadi bahasan dalam penelitian ini adalah ekstrakurikuler tenis meja.

Utama, Sunardianta, dan Nopembri (2004: 5), menyatakan permainan tenis meja adalah suatu permainan dengan menggunakan fasilitas meja dan perlengkapannya serta bet dan bola sebagai alatnya. Menurut Depdiknas, (2003: 3), yang dimaksud dengan tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan yang dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari *celluloid* dan permainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet.

Berdasarkan pendapat Kertamanah (2003: 26) bahwa dalam permainan tenis meja ada beberapa jenis pukulan yang dapat digunakan oleh pemain tenis meja salah satunya *drive*. *Drive* merupakan dasar dari semua jenis pukulan dan serangan. Menurut Simpson (2004: 39) pukulan *drive* dapat dimainkan sebagai pukulan menyerang atau dapat juga dikontrol sesuai dengan keinginan. Oleh karena itu pukulan *drive* perlu dilatih dengan metode latihan yang efektif. Untuk mempertahankan skor dan memperoleh skor, penting menguasai pukulan *forehand* dan *backhand* yang cepat dan tepat.

Pukulan *drive* yang terpenting adalah *forehand drive* dan *backhand drive*, seperti yang dijelaskan oleh Hodges (2007: 33) bahwa *forehand* dan *backhand* adalah unsur yang sangat penting dari permainan tenis meja. Sehingga dapat dikatakan bahwa penguasaan kemampuan teknik *drive* secara sempurna merupakan kemampuan mutlak yang harus dikuasai oleh seorang atlet tenis meja. Secara umum, macam-macam pukulan di dalam permainan tenis meja terbagi menjadi dua yaitu, pukulan *forehand* dan *backhand*. Dari kedua macam pukulan inilah berbagai variasi pukulan dalam permainan tenis meja bermula. Adapun jenis pukulan *forehand* dan *backhand* adalah dorongan *forehand* dan dorongan *backhand* serta kontra serangan *forehand* dan kontra serangan *backhand*. Kemampuan seseorang dalam bermain tenis meja, secara singkat dapat diukur melalui tingkat kemampuan pemain tersebut dalam menguasai kedua teknik pukulan dasar tersebut.

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 ini karena, tubuh tidak menghalangi saat melakukan ayunan ke belakang (*backswing*) dan otot yang digunakan biasanya kuat. Pukulan *backhand* dapat digunakan untuk menghadapi *backspin*, tapi biasanya pukulan ini lebih baik untuk menghadapi *topspin*. Biasanya pukulan *backhand* tidak sekuat pukulan *forehand* (walaupun bisa saja sekuat *forehand*), tapi konsistensi dan kecepatan biasanya lebih penting. Permainan tenis meja bukan hanya masalah tangan saja, dari perkembangan teknik dapat dipahami untuk mencapai posisi yang maksimal harus ditunjang dengan sistem gerak langkah kaki yang makin sempurna, sehingga upaya untuk merebut kesempatan menyerang.

Ketepatan pukulan *drive* dalam tenis meja sangat penting karena dalam suatu pertandingan, ketepatan pukulan sering dilakukan untuk mendapatkan *point* secara efektif (*winning point*). Sedikit pemain tenis meja yang dapat melakukan akurasi pukulan atau penempatan bola dalam permainan (*rally*), sebab tanpa kontrol dan konsisten tidak mungkin pukulan bisa akurat. Fungsi dari ketepatan pukulan adalah untuk membuat lawan berlari meraih bola yang jauh dari jangkauan (*open the side court*), juga digunakan untuk menyelesaikan suatu permainan (*rally*) atau yang disebut *winning point*. Atas dasar uraian tersebut di atas perlu diuji apakah kedua metode latihan tersebut dapat meningkatkan ketepatan pukulan *drive*.

Berdasarkan hasil observasi awal, dari 16 SMP Negeri se-Kota Yogyakarta, hanya terdapat 2 sekolah yang mengadakan ekstrakurikuler tenis meja, di antaranya yaitu SMP Negeri 6 Yogyakarta dan SMP Negeri 16 Yogyakarta. Hasil pengamatan peneliti, terlihat masih banyak siswa yang belum mampu melakukan teknik bermain tenis meja dengan benar seperti melakukan pukulan *forehand* dan *backhand*. Kemampuan teknik dasar dalam permainan tenis meja yang belum baik akan berpengaruh pada kualitas permainan yang rendah. Latihan ekstrakurikuler tenis meja dirasa masih kurang bervariasi, hal ini mengakibatkan kemampuan teknik dasar dalam permainan tenis meja masih kurang. Bentuk latihan yang menarik dan tidak membosankan, serta suasana latihan yang menyenangkan mampu membuat siswa bersemangat dan termotivasi dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja. Pada akhirnya diharapkan dapat tercapainya peningkatan keterampilan dasar siswa dalam bermain tenis meja yang menunjang dalam permainan tenis meja yang baik.

Berdasarkan hasil observasi tidak sedikit siswa saat bermain tenis meja dinilai kurang menguasai teknik dasar pukulan *forehand* dan *backhand*. Kesalahan-kesalahan yang sering terulang seperti, pukulan *drive* nya yang sering tidak melewati net atau menyangkut, kemudian *drive* nya yang tidak akurat dan sering lewat dari lapangan lawan (keluar). Dalam hal ini jelas membuat pemain sering kehilangan poin dan malah menambah poin untuk lawan.

Dari sini dapat diasumsikan bahwa jika penguasaan teknik dasar pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa masih lemah, maka kemampuan bermain tenis meja secara keseluruhannya kemungkinan berkualitas buruk. Akan tetapi ada sebuah fenomena menarik pada kemampuan bermain tenis meja siswa, sebagian siswa ada yang memiliki kemampuan pukulan *backhand* yang bagus dan pukulan *forehand* yang tidak terlalu bagus tetapi memiliki kemampuan bermain tenis meja di atas rata-rata teman bermainnya.

Pada umumnya pukulan *forehand* lebih banyak diandalkan untuk mematikan lawan karena tidak ada halangan pada waktu memukul bola. Akan tetapi siswa pada umumnya lebih terbiasa dengan pukulan *backhand*. Hal ini juga merupakan sebuah fenomena yang menarik untuk diteliti. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti tingkat ketepatan *forehand* dan *backhand* tenis meja pada siswa putra melalui proses penelitian yang runtut dan sistematis sehingga semua kesimpulan dan temuan-temuan dalam penelitian dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei menggunakan teknik pengambilan data dengan tes dan

pengukuran. Arikunto (2006: 239) menyatakan penelitian deskriptif merupakan penelitian non hipotesis tetapi hanya menggambarkan seperti apa adanya tentang suatu variabel, gejala, atau keadaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 6 Yogyakarta dan SMP Negeri 16 Yogyakarta. Waktu penelitian yaitu bulan Oktober-November 2017.

Target/Subjek Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 Yogyakarta dan SMP Negeri 16 Yogyakarta. Seluruh siswa putra dijadikan subjek penelitian sehingga penelitian ini adalah penelitian populasi atau *total sampling*. Rincian subjek penelitian disajikan pada tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Rincian Subjek Penelitian

No	Sekolah	Jumlah
1	SMP Negeri 6 Yogyakarta	14
2	SMP Negeri 16 Yogyakarta	5
Jumlah		19

Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan untuk mengukur ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand drive* adalah instrumen kemampuan ketepatan *forehand*, *backhand drive* pada permainan tenis meja oleh Tomoliyus (2012). Instrumen ini memiliki validitas isi tinggi (CVR = 0,99) reliabilitas *forehand drive* reliabilitasnya 0,96 bagi atlet junior dan

backhand drive reliabilitasnya 0,944 bagi atlet junior.

1. Tujuan instrumen: Untuk mengukur ketepatan *forehand* dan *backhand drive*.
2. Peralatan: bola tenis meja, bet, meja, *stopwath* dan *scoresheet*.
3. Tanda Meja: tanda untuk dua sasaran sebelah kiri testi yaitu pertama luas 30 cm x 30 cm, kedua luasnya 60 cm x 60 cm.
4. Pelaksanaan: subjek disuruh melakukan pemanasan dan latihan (*practice*). Bola pertama dimulai dari testi. Subjek melakukan *rally forehand drive* diagonal selama 30 detik. Setelah istirahat 10 detik. Subjek melakukan lagi *rally* 30 detik.
5. Penilaian: penyekoran dilakukan tiga orang, satu orang pencatat, satu orang pemegang *stopwath*, dan satu orang mengamati bola masuk kesasaran. Bola yang masuk sasaran daerah 30 cm persegi beri nilai 5. Bola yang masuk sasaran daerah 60 cm persegi beri nilai 3. Bola yang masuk sasaran sisanya beri nilai 1. Bola pertama dari testi tidak dicatat atau tidak dihitung. Pencatat menjumlahkan skor setiap *rally* selama 30 detik. Jumlah skor yang tertinggi dari *rally* selama 30 detik yang dipakai.

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling strategis dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data (Sugiyono, 2007: 224). Teknik pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran. Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data

Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan

masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah menyiapkan alat-alat tes dan menyiapkan bahan-bahan untuk tes. Di antaranya adalah *stopwatch*, peluit, meja tenis meja, bola, *bet*, dan alat tulis.

2. Pelaksanaan tes

Dalam tahap pelaksanaan tes, terlebih dahulu siswa dikumpulkan/ dibariskan untuk berdoa, dilanjutkan dengan pemberian penjelasan petunjuk pelaksanaan tes, kemudin dilanjutkan pemanasan. Semua siswa, dibagi menjadi 2 kelompok yaitu tes ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* dengan nomor urut sesuai presensi, kemudian siswa diinstruksikan untuk melakukan tes secara bergantian. Data yang diperoleh kemudian dicatat secara sistematis.

3. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengumpulan data, di mana data dalam pengukuran dicatat secara sistematis. Penelitian ini dibantu oleh 6 orang testor.

Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yaitu deskriptif kuantitatif dengan persentase. Rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

Keterangan:

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi

N = Jumlah

Menurut Azwar (2016: 163) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel 1 sebagai berikut:

Tabel 2. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 S < X$	Sangat Tinggi

2	$M + 0,5 S < X \leq M + 1,5 S$	Tinggi
3	$M - 0,5 S < X \leq M + 0,5 S$	Cukup
4	$M - 1,5 S < X \leq M - 0,5 S$	Rendah
5	$X \leq M - 1,5 S$	Sangat Rendah

(Sumber: Azwar, 2016: 163)

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

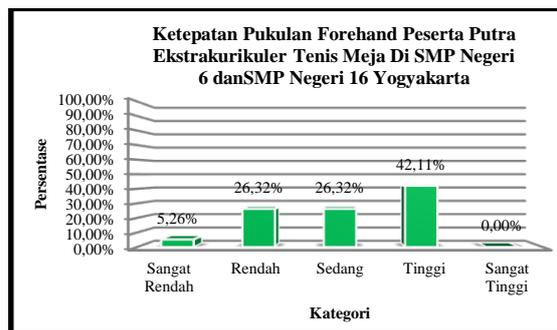
Hasil Penelitian

Hasil ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 dipaparkan sebagai berikut:

1. Ketepatan Pukulan *Forehand Drive*

Hasil penghitungan data ketepatan pukulan *forehand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 menghasilkan rerata sebesar 90,21, *median* = 90,00, *modus* = 105,00, dan *standar deviasi* = 16,71. Adapun skor terkecil sebesar 52,00 dan skor terbesar sebesar 109,00.

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data ketepatan pukulan *forehand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 tampak pada gambar 1 sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Batang Ketepatan Pukulan *Forehand* Peserta Putra Ekstrakurikuler Tenis Meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017

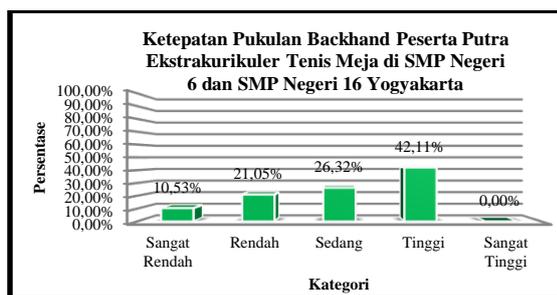
Berdasarkan grafik 1 di atas menunjukkan bahwa ketepatan pukulan

forehand peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 berada pada kategori “sangat rendah” 5,26% (1 siswa), “rendah” 26,32% (5 siswa), “sedang” 26,32% (5 siswa), “tinggi” 42,11% (8 siswa), dan “sangat tinggi” 0% (0 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 90,21, ketepatan pukulan *forehand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 masuk dalam kategori “sedang”.

2. Ketepatan Pukulan *Backhand Drive*

Hasil penghitungan data ketepatan pukulan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 menghasilkan rerata sebesar 80,32, *median* = 77,00, *modus* = 105,00, dan *standar deviasi* = 22,67. Adapun skor terkecil sebesar 37,00 dan skor terbesar sebesar 109,00.

Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik, maka data ketepatan pukulan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 tampak pada gambar 2 sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Batang Ketepatan Pukulan *Backhand* Peserta Putra Ekstrakurikuler Tenis Meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017

Berdasarkan grafik 2 di atas menunjukkan bahwa ketepatan pukulan

backhand peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 berada pada “sangat rendah” 10,53% (2 siswa), “rendah” 21,05% (4 siswa), “sedang” 26,32% (5 siswa), “tinggi” 42,11% (8 siswa), dan “sangat tinggi” 0% (0 siswa). Sedangkan berdasarkan skor rata-rata yaitu 80,32, ketepatan pukulan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 masuk dalam kategori “sedang”.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta Tahun 2017 masuk dalam kategori “sedang”. Kategori paling banyak yaitu, pada kategori tinggi ada 8 siswa dari 19 siswa atau sebesar 42,11%, berikutnya pada kategori sedang dan rendah, yaitu ada 5 siswa atau sebesar 26,32%. Hasil kemampuan *forehand* peserta ekstrakurikuler tenis meja SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta disebabkan beberapa faktor, salah satunya yaitu tingkat kesulitan melakukan *forehand* yang memang menurut para siswa lebih sulit. Selain itu, faktor lain yaitu frekuensi latihan *forehand* yang kurang intensif sehingga menyebabkan atlet kurang menguasai pukulan *forehand* sehingga hasilnya juga kurang memuaskan. Lama latihan juga ikut serta mempengaruhi, karena semakin lama berlatih maka akan semakin baik kemampuan ketepatan *forehand drive*. Namun ada 8 siswa yang hasilnya sudah cukup memuaskan, hal itu dikarenakan siswa sudah mempunyai prestasi dan pengalaman bertanding misalnya juara

POPDA tingkat kecamatan. Pengalaman bertanding juga ikut serta dalam mempengaruhi hasil dari kemampuan *forehand*. Pukulan *forehand* diperlukan pada 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.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa pukulan *backhand* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta masuk dalam kategori “sedang”. Kategori paling banyak yaitu, pada kategori tinggi ada 8 siswa dari 19 siswa atau sebesar 42,11%, berikutnya pada kategori sedang yaitu ada 5 siswa atau sebesar 26,32%, dan pada kategori rendah sebesar 21,05% atau 4 siswa. Hal tersebut dikarenakan peserta putra ekstrakurikuler tenis meja SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta melakukan latihan *backhand* dengan cukup intensif sehingga hasilnya pun cukup memuaskan. Pengalaman bertanding dan frekuensi latihan juga ikut serta dalam mempengaruhi hasil dari kemampuan *backhand drive* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta. Namun motivasi siswa yang terkadang malas untuk melakukan latihan, semua itu menyebabkan kualitas dari siswa menurun. Tugas para pelatih untuk meningkatkan motivasi siswa untuk rajin melakukan latihan dan memotivasi untuk lebih semangat lagi melakukan latihan sehingga peserta putra ekstrakurikuler tenis meja SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta prestasinya lebih baik lagi. Hal ini dikarenakan dalam tenis meja pukulan *backhand drive* lebih mudah dilakukan, selain itu pukulan *backhand* juga lebih mudah untuk melakukan pukulan

seperti *chop* dan servis. Pukulan *backhand* juga lebih mudah untuk mengembalikan pukulan dari lawan seperti pukulan *spin*. Pukulan *forehand drive* dalam tenis meja lebih sering digunakan pada saat menyerang atau melakukan *smash*.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa:

1. Ketepatan pukulan *forehand drive* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta berada pada kategori “sangat rendah” 5,26%, “rendah” 26,32%, “sedang” 26,32%, “tinggi” 42,11%, dan “sangat tinggi” sebesar 0%.
2. Ketepatan pukulan *backhand drive* peserta putra ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 6 dan SMP Negeri 16 Yogyakarta berada pada kategori “sangat rendah” 10,53%, “rendah” 21,05%, “sedang” 26,32%, “tinggi” 42,11%, dan “sangat tinggi” 0%.

Saran

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

1. Bagi guru, hendaknya memperhatikan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* tenis meja siswa agar lebih meningkat dan selalu memotivasi siswa untuk giat berlatih.
2. Bagi siswa agar menambah latihan-latihan lain yang mendukung dalam mengembangkan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* tenis meja.
3. Bagi peneliti selanjutnya hendaknya menambah variabel atau populasi yang akan diteliti.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, S. (2016). *Fungsi dan pengembangan pengukuran tes dan prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Hodges, L. (2007). *Table tennis, step to success*. Champaign: Human Kinetic Publisher.
- Kertamanah, A. (2003). *Teknik dan taktik dasar permainan tenis meja*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tomoliyus. (2012). *Paduan kepelatihan tenis meja bagi sekolah dasar*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Usman, M.U. (1993). *Upaya optimalisasi kegiatan belajar mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Utama, AM.B, Sunardianta, & Nopembri, S. (2004). Kemampuan bermain tenis meja studi korelasi antara kelincahan dan kemampuan pukulan dengan kemampuan bermain tenis meja. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: FIK Universitas Negeri Yogyakarta.