

# HUBUNGAN *FOREHAND* DAN *BACKHAND* DENGAN KETERAMPILAN TENIS MEJA EKSTRAKULIKULER SMPN 2 KEBUNTEBU

Oleh

Vivi Februarita Joni

Heru Sulistianta

Frans Nurseto

Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Univesitas Lampung

e-mail : [vivi.februarita@gmail.com](mailto:vivi.februarita@gmail.com)

## ABSTRACT

This study was correlational. The subject of this research was the students who took table tennis extracurricular in SMP N 2 Kebun Tebu, consisting 12 students. Collecting the data used test and measurement, whose instruments used were the instrument capabilities table tennis forehand and backhand from Moot-Lockhart Table Tennis test. Analysis of the data used is a simple correlation analysis for each independent variable and the dependent variable, both variables used the double correlation and multiple regression. The result showed that there was a positive and significant correlation between the ability forehand with table tennis playing skills. There was a positive and significant relationship between the ability backhand with table tennis playing skills. There was a positive and significant relationship between the ability of forehand and backhand ability to play table tennis skills

Keywords: ability forehand, backhand abilities, skills playing table tennis

## ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional. Subjek dari penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja SMP N 2 Kebun Tebu, yang berjumlah 12 siswa. Pengambilan data menggunakan tes dan pengukuran, dengan instrumen yang digunakan adalah instrumen kemampuan *forehand* dan *backhand* tenis meja dari Moot-Lockhart *Table Tennis test*. Analisis data yang digunakan adalah analisis korelasi sederhana untuk masing-masing variabel bebas dengan variabel terikat, sedangkan untuk secara bersama-sama dengan korelasi ganda dan regresi ganda. Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan *forehand* dengan keterampilan bermain tenis meja. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan *forehand* dan kemampuan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja

**Kata kunci:** *kemampuan forehand, kemampuan backhand, keterampilan bermain tenis meja*

## PENDAHULUAN

Kegiatan ekstrakurikuler menjadi salah satu wadah bagi siswa yang mempunyai potensi untuk mengembangkan bakat dan kemampuannya diberbagai bidang di luar bidang akademik. Seperti yang telah diketahui kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang penting di sekolah. Apalagi sekarang ini kegiatan tersebut menjadi nilai tambah untuk nilai raport. Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang penting untuk pendidikan.

Dalam struktur kurikulum dijelaskan bahwa pengembangan diri bertujuan memberikan kesempatan kepada siswa untuk mengembangkan diri dan mengekspresikan diri sesuai dengan kebutuhan, bakat, dan minat setiap siswa sesuai dengan kondisi sekolah. Kegiatan pengembangan diri difasilitasi dan atau dibimbing oleh konselor, guru, atau tenaga kependidikan yang dapat dilakukan dalam bentuk kegiatan ekstrakurikuler.

Untuk melaksanakan berjalannya kegiatan ekstrakurikuler ini tentu dibutuhkan tenaga pendidik sebagai pembina ekstrakurikuler. Pembina atau tenaga pengajar biasanya adalah guru sekolah yang bersangkutan. Sekolah yang memiliki dana lebih biasanya akan mendatangkan pelatih profesional dari luar. Di SMP N 2 Kebun Tebu terdapat 2 guru yang mengampu mata pelajaran Penjasorkes. Akan tetapi, kegiatan ekstrakurikuler yang tenis meja diadakan di SMP N 2 Kebun Tebu, tidak dibina oleh guru olahraga ataupun pelatih tenis meja melainkan oleh guru BK. Guru tersebut tidak memiliki pengalaman dalam melatih tenis meja maupun pengalaman sebagai pemain tenis meja.

Dalam permainan tenis meja ada teknik-teknik dasar yang harus dipelajari dan dikuasai. Tiap-tiap teknik dalam permainan tenis meja memiliki peran yang sangat penting dalam permainan tenis meja. Pemain yang mempunyai kemampuan pukulan yang baik, namun tidak didukung oleh teknik lain maupun kemampuan seperti gerakan kaki, maka pemain tersebut masih kurang sempurna. Disinilah salah satu peran pembina tenis meja yang akan mendukung pematangan dalam menguasai teknik-teknik latihan pada siswa dan merupakan salah satu solusi untuk meminimalkan kekurang sempurnaan siswa.

Kemampuan teknik *forehand* dan *backhand* adalah merupakan salah satu kemampuan yang penting dalam tenis meja. Teknik ini perlu dikuasai oleh siswa, karena kemampuan *forehand* dan *backhand* merupakan pondamen dari teknik permainan tenis meja. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti, dalam bermain tenis meja siswa masih belum maksimal, hal itu karena peserta kurang menguasai kemampuan *forehand* dan *backhand* dan mengabaikan faktor penting lainnya dalam bermain tenis meja.

Dalam penguasaan teknik-teknik tersebut memerlukan latihan yang teratur, terukur, dan berlangsung terus menerus dan berkelanjutan. Untuk mendapatkan hasil yang maksimal didalam latihan diperlukan bimbingan pelatih atau guru olahraga yang tepat. Kemampuan *forehand* dan *backhand* berhubungan erat dengan kematangan dan frekuensi latihan. Artinya untuk mendapatkan teknik *forehand* dan *backhand* yang baik, siswa harus berlatih dengan intensif dan terprogram.

Pembina ekstrakurikuler tenis meja di SMP N 2 Kebun Tebu tidak memiliki pengalaman melatih dan juga kurang memahami prinsip melatih yang benar.

Berdasarkan observasi yang telah dilakukan peneliti, ketika memberikan pelatihan pembina tidak mengarahkan kemampuan dasar tenis meja kepada siswa dengan benar. Pembina juga belum memahami cara melatih kekuatan, *power*, daya tahan, dan kelincahan yang dibutuhkan dalam tenis meja.

Metode latihan merupakan hal penting yang harus diperhatikan pembina latihan. Hal ini perlu diperhatikan agar dalam penguasaan teknik dalam bermain tenis meja menjadi lebih optimal. Pemberian latihan yang monoton akan sulit bagi siswa dalam penguasaan teknik dasar serta pengembangan permainannya. Siswa yang datang hanya bermain antar teman, tanpa adanya arahan yang tepat dalam melakukan pukulannya. Kurangnya perhatian pada kegiatan pemanasan, penguluran, maupun pendinginan dapat berakibat fatal untuk siswa karena dapat menyebabkan cedera. Hal ini disebabkan karena pembina melakukan metode latihan monoton sehingga latihan yang dilakukan kurang efektif.

Dari pengamatan yang telah dilakukan, motivasi siswa untuk lebih mengembangkan kemampuannya dalam bermain tenis meja masih rendah. Hal ini terlihat dari kehadiran siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler tenis meja yang sedikit dan tidak rutin. Selain itu, keberadaan fasilitas yang ada juga akan mempengaruhi motivasi siswa. Fasilitas seperti bet yang belum memenuhi standar menjadi salah satu faktor yang membuat motivasi siswa untuk semangat berlatih menjadi rendah.

Selain dari sekolah, dukungan dari orangtua merupakan hal yang sangat penting. Adanya dukungan dari orangtua akan membuat siswa lebih bersemangat dan antusias untuk

mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja. Dukungan dari orangtua dapat berupa memantau keikutsertaan siswa agar aktif mengikuti kegiatan ekstrakurikuler. Akan tetapi pada kenyataannya dukungan orangtua kurang maksimal, hal tersebut dapat dilihat dari siswa yang mengikuti ekstrakurikuler hanya beberapa siswa yang berangkat setiap minggunya, dan setiap minggunya selalu berkurang. Tidak hanya memantau saja orangtua dapat memberikan dukungannya dengan fasilitas yang baik untuk lebih memaksimalkan latihannya, seperti sepatu, bola, dan bet yang sesuai standar.

Meskipun permainan tenis meja hanya menjadi kegiatan ekstrakurikuler, namun pembina di SMP N 2 Kebun Tebu belum pernah mengukur kemampuan *forehand* dan *backhand* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja. Penilaian tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand* ini sangat penting untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan dasar siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja, yang nantinya diharapkan dapat memacu siswa dalam berprestasi terutama dalam bidang tenis meja.

Berdasarkan berbagai permasalahan mengenai kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di atas, ada satu hal yang perlu diketahui yaitu hubungan kemampuan *forehand* dan *backhand* dengan keterampilan tenis meja siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 2 Kebun Tebu. Dengan diketahui hubungan kemampuan *forehand* dan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja siswa yang mengikuti ekstrakurikuler, akan didapat manfaat yaitu informasi hubungan kemampuan *forehand* dan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja siswa

secara detail sebagai dasar evaluasi terhadap pembinaan ekstrakurikuler.

## KAJIAN PUSTAKA

### 1. Hakikat tenis meja

Menurut A.M Bandi Utama, Tomoliyus, dan Sridadi (2005: 5) permainan tenis meja adalah permainan dengan menggunakan fasilitas meja beserta peralatannya serta raket dan bola sebagai alatnya. Permainan ini diawali dengan pukulan pembuka (*service*), yaitu bola dipantulkan di meja sendiri lalu melewati atas net dan memantul di meja lawan, kemudian bola tersebut dipukul melalui net harus memantul ke meja lawan sampai lawan tidak dapat mengembalikan dengan baik. Pemain berusaha untuk mematikan pukulan lawan agar memperoleh angka dari pukulannya. Permainan tenis meja dapat dimainkan baik orang tua, remaja maupun anak-anak. Sarana seperti raket, bola, net dan meja sebagai tempat bermain juga tidaklah membutuhkan biaya yang tinggi.

### 2. Peralatan tenis meja

a) Meja; b) bet; c) bola; d)

### 3. Macam pukulan dalam tenis meja

Sebagai seorang pemain hendaknya dapat mengontrol teknik permainannya sendiri dan dapat memperbaiki serta mengembangkannya. Untuk itu perlu adanya pembinaan

sejumlah pukulan-pukulan yang merupakan dasar untuk meningkatkan mutu permainan yang diinginkan. Di dalam permainan tenis meja ada dua macam pukulan Sutarmin (2007: 21):

#### a) Pukulan *forehand*

Pukulan *forehand* adalah pukulan yang dilakukan dimana pada waktu memukul bola posisi telapak tangan yang memegang bet menghadap ke depan.

#### b) Pukulan *backhand*

Pukulan *backhand* adalah pukulan yang dilakukan dimana pada waktu memukul bola posisi telapak tangan yang memegang bet menghadap ke belakang atau posisi punggung tangan yang memegang bet menghadap ke depan.

Dengan gambaran tersebut, pemain harus dapat membedakan antara pukulan *forehand* dan pukulan *backhand*. Misalnya orang yang memukul dengan tangan kanan akan memukul bola dengan pukulan *backhand* apabila ada di sebelah kirinya, dan melakukan pukulan *forehand* kalau bola di sebelah kanannya. Sebaliknya, orang yang memegang bet dengan tangan kiri (kidal) akan memukul bola dengan pukulan *forehand* kalau bola yang dipukul berada di sebelah kirinya, dan akan memukul bola dengan pukulan *backhand* kalau bola yang dipukul berada di sebelah kanannya.

Untuk menyeragamkan penggunaan istilah maka yang akan dilihat adalah sudut pandang pemain yang tidak kidal atau pemain yang memegang bet dengan tangan kanan, karena pada umumnya orang akan mengatakan pukulan *forehand* kalau bola yang dipukul tersebut berada di sebelah kanannya dan akan mengatakan pukulan *backhand* kalau bola yang dipukul ada di sebelah kirinya.

#### 4. Hakikat Keterampilan

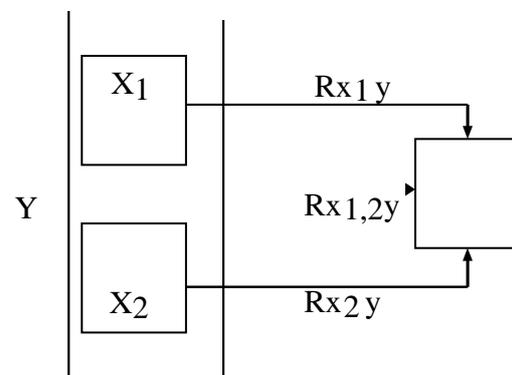
Keterampilan gerak merupakan kemampuan yang penting dalam kehidupan sehari-hari. Menurut Endang Rini Sukanti (2007: 16), keterampilan yang dipelajari dengan baik akan berkembang menjadi kebiasaan. Setelah anak dapat mengendalikan gerakan tubuh secara kasar mereka siap untuk memulai mempelajari keterampilan.

#### 5. Hakikat Ekstrakurikuler

Struktur kurikulum merupakan pola susunan mata pelajaran yang harus ditempuh oleh siswa dalam kegiatan pembelajaran. Struktur KTSP memuat: mata pelajaran; muatan lokal; kegiatan pengembangan diri; pengaturan beban belajar; kenaikan kelas, penjurusan, dan kelulusan; pendidikan kecakapan hidup, pendidikan berbasis keunggulan lokal dan global (Mulyasa, 2006:180).

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian korelasional dengan menggunakan metode survai korelasi, sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian korelasi ini mengarah pada hubungan tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja yang dinyatakan dalam koefisien korelasi. Adapun desain penelitian disajikan sebagai berikut:



1. Kemampuan *Forehand*  
Kemampuan *forehand* adalah kemampuan untuk mengembalikan bola dengan pukulan *forehand*, menurut Sutarmin (2007: 21) *forehand* adalah pukulan bola dengan posisi telapak tangan yang memegang bet menghadap ke depan. Kemampuan *forehand* diukur dengan instrumen kemampuan *forehand* tenis meja dari Moot-Lockhart *Table Tennis test* dalam buku *Assessing Sport Skills* (Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson, 1993: 87). Instrumen kemampuan *forehand* tenis meja adalah sebuah tes dalam tenis meja yang menggunakan meja tenis meja, dengan sebagian meja dibuat berdiri. Sebagian meja yang berdiri digunakan sebagai sasaran

memukul bola. Hasil yang dicatat adalah jumlah skor yang tertinggi dari *rally* selama 30 detik yang dipakai. Instrumen kemampuan *forehand* mempunyai validitas 0,84 dan reliabilitas tes 0,90.

2. Kemampuan *Backhand*

Kemampuan *backhand* adalah kemampuan untuk mengembalikan bola dengan pukulan *backhand*, menurut Sutarmin (2007: 21) *backhand* adalah pukulan bola dengan posisi tangan menghadap ke belakang, atau posisi punggung tangan yang memegang bet menghadap ke depan. Kemampuan *backhand* yang diukur dengan instrumen kemampuan *backhand* tenis meja dari Moot-Lockhart *Table Tennis test* dalam buku *Assessing Sport Skills* (Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson, 1993: 89). Instrumen kemampuan *backhand* tenis meja adalah sebuah tes dalam tenis meja yang menggunakan meja tenis meja, dengan sebagian meja dibuat berdiri. Sebagian meja yang berdiri digunakan sebagai sasaran memukul bola. Hasil yang dicatat adalah jumlah skor yang tertinggi dari *rally* selama 30 detik yang dipakai. Instrumen kemampuan *backhand* mempunyai validitas 0,84 dan reliabilitas tes 0,90.

3. Keterampilan Bermain Tenis Meja.

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan bermain tenis meja. Keterampilan bermain tenis meja adalah kemampuan bermain tenis meja diukur melalui permainan atau pertandingan antar teman menggunakan sistem setengah kompetisi dengan skor 11. Yang mendapat skor 11 terlebih dahulu akan menjadi

pemenangnya. Skor yang dicatat adalah jumlah skor yang diperoleh dari semua pertandingan. Skor maksimal yang dapat diperoleh dari pertandingan semua pertandingan adalah 121.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah dengan instrumen tes. Tes yang digunakan yaitu (1) Untuk memperoleh data kemampuan *forehand*, diukur dengan instrumen kemampuan *forehand* dari *Moot-Lockhart Table Tennis test* (Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson, 1993: 87). Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan *forehand* siswa SMP dan SMA; (2) Untuk memperoleh data kemampuan *backhand*, diukur dengan instrumen kemampuan *backhand* dari *Moot-Lockhart Table Tennis test* (Bradford N. Strand dan Rolayne Wilson, 1993: 89). Tes ini digunakan untuk mengukur kemampuan *backhand* siswa SMP dan SMA; (3) Keterampilan bermain tenis meja diukur melalui permainan atau pertandingan antar teman menggunakan sistem setengah kompetisi dengan skor 11. yang mendapat skor 11 terlebih dahulu akan menjadi pemenangnya. Skor yang dicatat adalah jumlah skor yang diperoleh dari semua pertandingan.

Teknik analisis data menggunakan teknik statistik multiple regresi atau regresi ganda dilanjutkan dengan mencari kontribusi dari masing-masing predictor terhadap variable tidak bebas, dalam (Suharsimi Arikunto, 1998: 245) dengan menggunakan rumus sebagai berikut :

$$r_{xy} = \frac{n(\sum XY) - (\sum X)(\sum Y)}{\sqrt{\{n\sum X^2 - (\sum X)^2\} \{n\sum Y^2 - (\sum Y)^2\}}}$$

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Hasil

Penelitian ini terdiri dari tiga variabel, yaitu dua variabel bebas (kemampuan *forehand* dan kemampuan *backhand*), serta satu variabel terikat, yaitu keterampilan bermain tenis meja. Selanjutnya variabel dilambangkan menjadi  $X_1$  untuk kemampuan *forehand*,  $X_2$  untuk kemampuan *backhand*, dan  $Y$  untuk variabel keterampilan bermain tenis meja; (1) Data Kemampuan *Forehand* diperoleh dari tes kemampuan *forehand* tenis meja dari Moot-Lockhart *Table Tennis test* dengan jumlah testee sebanyak 12 siswa. Berdasarkan data Kemampuan *Forehand* yang diolah menggunakan program *SPSS versi 16.0* maka diperoleh rerata sebesar 30,83, nilai tengah sebesar 30,50, nilai sering muncul sebesar 31, dan standar deviasi sebesar 5,89. Skor tertinggi sebesar 44 dan skor terendah sebesar 22. Tabel 3 berikut merupakan deskripsi statistik data Kemampuan *Forehand*; (2) Data Kemampuan *Backhand* diperoleh dari tes kemampuan *backhand* tenis meja dari Moot-Lockhart *Table Tennis test* dengan jumlah testee sebanyak 12 siswa. Berdasarkan data Kemampuan *Backhand* yang diolah menggunakan program *SPSS versi 16.0* maka diperoleh rerata sebesar 33,75, nilai tengah sebesar 32,00, nilai sering muncul sebesar 36,00 dan standar deviasi sebesar 7,20. Skor tertinggi sebesar 52 dan skor terendah sebesar 25. Tabel 4 berikut merupakan deskripsi statistik data Kemampuan *Backhand*; (3) Data Keterampilan Bermain Tenis Meja diperoleh dari petrandingan antar teman menggunakan sistem setengah kompetisi dengan jumlah *testee* sebanyak 12 siswa.

Berdasarkan data Keterampilan Bermain Tenis Meja yang diolah menggunakan *SPSS versi 16.0* diperoleh rerata sebesar 97,75, nilai tengah sebesar 99,00, nilai sering muncul sebesar 80, dan standar deviasi sebesar 1,61. Skor tertinggi sebesar 121 dan skor terendah sebesar 70. Tabel 7 berikut adalah deskripsi statistik data Keterampilan Bermain Tenis Meja.

### 2. Hasil Penelitian

#### a. Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji prasyarat analisis meliputi uji normalitas dan linearitas. Penggunaan uji normalitas untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data yang diperoleh sedangkan uji linearitas untuk mengetahui apakah variabel bebas mempunyai hubungan yang linear atau tidak dengan variabel terikat; (a) Pengujian normalitas menggunakan bantuan *SPSS versi 16.0* dengan uji *Kolmogorov Smirnov*. Dalam uji normalitas data ini dinyatakan normal apabila *Signifikansi*  $> 0,05$ . Dari output dilampirkan oleh data pada *NPar Test* dapat diketahui bahwa nilai signifikansi (*Asymp. Sig 2-tailed*) untuk kemampuan *forehand* sebesar 0,934, kemampuan *backhand* sebesar 0,661, dan keterampilan bermain tenis meja sebesar 0,998. Karena signifikansi untuk ketiga variabel lebih besar dari pada 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa populasi data kemampuan *forehand*, kemampuan *backhand*, dan keterampilan bermain tenis meja berdistribusi Normal; (b)

Uji linearitas merupakan uji prasyarat yang dilakukan sebelum melakukan analisis korelasi. Uji ini bertujuan untuk mengetahui secara signifikan mempunyai hubungan yang linear atau tidak. Uji linearitas menggunakan bantuan *SPSS versi 16.0* dengan *Test For Linearty*. Untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga  $F$  hitung ( $F_0$ ) dengan harga  $F$  tabel ( $F_t$ ) pada taraf signifikansi 5%. Kriterianya adalah menerima hipotesis apabila harga  $F$  hitung lebih kecil dari harga  $F$  tabel dengan  $db = m; N-m-1$  pada taraf signifikansi 5%;(c)

## Pembahasan

Pembahasan hasil penelitian dimaksudkan untuk memberikan gambaran dan kejelasan serta pemahaman mengenai hasil yang diperoleh dalam penelitian ini. Setelah penulis melakukan pengolahan data dapat diketahui bahwa kemampuan *forehand* dan *backhand* secara bersama-sama memberikan kontribusi sebesar 0,789 yang berarti tinggi atau kuat terhadap keterampilan bermain tenis meja siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP N 2 Kebun Tebu.

Variabel kemampuan *forehand* memiliki hubungan yang penting terhadap keterampilan bermain tenis meja, karena dari hasil analisis korelasi diperoleh koefisien korelasi 0,785, yang mana termasuk dalam kategori kuat. Hubungan yang diberikan cukup besar dan perlu diperhatikan dalam keterampilan bermain tenis meja.

Hasil korelasi antara kemampuan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja didapatkan koefisien

korelasi sebesar 0,618, yang mana termasuk dalam kategori cukup. Sama halnya dengan kemampuan *forehand*, *backhand* juga mempunyai hubungan yang penting terhadap keterampilan bermain tenis meja. Hubungan yang diberikan cukup besar meskipun lebih kecil dibandingkan dengan variabel kemampuan *forehand* sehingga perlu lebih diperhatikan dalam peningkatan kemampuan bermain tenis meja.

Dari hasil perhitungan korelasi dapat dilihat bahwa kemampuan *forehand* mempunyai keeratan hubungan yang lebih baik dibandingkan kemampuan *backhand*. Sehingga antara kemampuan *forehand* dan *backhand* tidaklah seimbang. Seperti yang diketahui bahwa dalam permainan tenis meja dibutuhkan keseimbangan antara kemampuan *forehand* dan kemampuan *backhand*. Hal ini supaya mengurangi kemungkinan lawan akan menyerang di sisi yang lemah. Untuk itu latihan kemampuan *forehand* dan *backhand* perlulah ditingkakan lagi. Semakin meningkat kemampuan *forehand* dan *backhand* akan semakin meningkat pula keterampilan bermain tenis meja.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan sebelumnya, dapat diambil beberapa kesimpulan. Berikut adalah beberapa kesimpulan yang dapat diambil.

1. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan *forehand* dengan keterampilan bermain tenis meja siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP N 2 Kebun Tebu.
2. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan

- backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP N 2 Kebun Tebu.
3. Ada hubungan yang positif dan signifikan antara kemampuan *forehand* dan kemampuan *backhand* dengan keterampilan bermain tenis meja siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP N 2 Kebun Tebu.

### **Saran**

Berdasarkan hasil analisis terhadap hubungan *forehand* dan *backhand* dengan keterampilan tenis meja ekstrakurikuler smpn 2 kebuntebu, peneliti menyarankan sebagai berikut.

1. Kepada para peneliti dalam penelitian yang akan datang, seyogyanya jika melakukan penelitian yang sejenis disarankan untuk menggunakan sampel yang lebih besar.
2. Perlunya meneliti faktor-faktor lain yang mempengaruhi dan memberikan sumbangan terhadap kemampuan bermain tenis meja.
3. Dalam skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu bagi peneliti selanjutnya hendaknya mengembangkan dan menyempurnakan penelitian ini.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- A.M Bandi Utama, Tomoliyus, dan Sridadi. (2005). *Kemampuan Bermain Tenis Meja Tingkat Pemula*. Laporan Penelitian. Yogyakarta: FIK UNY.
- Arikunto, Suharsimi. 1998. *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Napitupulu. (1982). *Permainan Tenis meja*.
- Sutarmin. (2007). *Terampil Berolahraga*

- Tenis Meja*. Surakarta: Era Intermedia.
- Strand,Bradford N & Wilson, Rolayne. 1993. *Assessing Sport Skill*. Utah University : Versa Press
- Strand, Bradford N dkk.1993. *Assessing Sport Skill*. USA : Versa Press
- 
- \_\_\_\_\_ .1993. *Sport Skill table tennis*. USA : Versa Press