 E-ISSN 2985-8194

Jurnal Ilmiah Mahasiswa

Volume 4, Nomor 1, Maret 2023

**PENGARUH LATIHAN *MULTIBALL* TENIS MEJA TERHADAP KEMAMPUAN KETEPATAN PUKULAN *FOREHAND***

DAN *BACKHAND* PADA SISWA KELAS VI-C SD NEGERI 24 BANDA ACEH

**Islahul Umam[[1]](#footnote-1)\*1, Munawar2, dan Munzir3**

*1,2,3 Universitas Bina Bangsa Getsempena*

# Abstrak

Salah satu tujuan latihan bola banyak atau *multiball* tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan kecepatan dan ketepatan pukulan f*orehand* dan *backhand* siswa. *Multiball* merupakan suatu bentuk program latihan penting untuk menambah kualitas pukulan, karena melalui program ini si pelatih mampu mendesain kecepatan bola sementara sang atlit dapat merasakan pukulan yang sedang dilatih. Latihan *Multiball* juga sangat berguna untuk meningkatkan kecepatan pukulan atau seaksi pada seorang atlit. Selain itu, menambah daya tahan dan kebugaran sang atlit. Dari penjelasan itu maka permasalahan yang akan diteliti diuraikan dalam bentuk rincian pertanyaan penelitian yaitu pengaruh latihan *multiball* tenis meja terhadap kemampuan ketepatan pukulan *Forehand* Dan *Backhand* Pada Siswa Kelas VI-C SD Negeri 24 Banda Aceh. Metode penelitian yang digunakan yaitu metode korelasi yang bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya serta berarti atau tidak hubungan itu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara latihan *multiball* dengan Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand*, hal tersebut ditunjukkan oleh koefisien kolerasi sebesar 0,88. Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa SD Negeri 24 Banda Aceh berada pada kategori sangat kuat. Dari perhitunan koefisien determinasi konstribusi latihan *multiball* terhadap kemampuan Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* sebesar 77%. hal ini menunjukkan bahwa latihan *multiball* memberi pengaruh terhadap siswa kelas VI-C SDN Banda Aceh sebesar 77% dan sisanya 23% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, dari hitungan nilai t-hitung sebesar 7,29 sedangkan t-tabel sebesar 1,85. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *multiball* terhadap Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa kelas VI-C SD Negeri 24 Banda Aceh.

**Kata Kunci**: *Multiball,* Tenis Meja, *Forehand*, *Backhand*

## Abstract

*One of the goals of multiball or multiball training is to improve the speed and accuracy of students' forehand and backhand strokes. Multiball is an important form of training program to increase the quality of the shot, because through this program the coach is able to design the speed of the ball while the athlete can feel the stroke being practiced. Multiball training is also very useful for increasing the speed of hitting or action in an athlete. In addition, it increases the endurance and fitness of the athlete. From this explanation, the problems to be studied are described in the form of detailed research questions, namely the effect of table tennis multiball training on the ability to hit Forehand and Backhand accuracy in Grade VI-c Students of SD Negeri 24 Banda Aceh. The research method used is the correlation method which aims to find whether there is a relationship and if there is, how close it is and whether or not the relationship is meaningful. The results showed that there was a significant relationship between multiball training and the accuracy of forehand backhand strokes, this was indicated by a correlation coefficient of 0.88. The accuracy of forehand backhand strokes for students of SDN 24 Banda Aceh is in the very strong category. From the calculation of the coefficient of determination the contribution of multiball training to the ability to hit the forehand backhand is 77%. this shows that multibal training has an influence on grade 6c students of SDN Banda Aceh by 77% and the remaining 23% is influenced by other factors, from the calculation the t-count value is*

*7.29 while the t-table is 1.85. Thus it can be concluded that there is a significant effect of multiball training on the accuracy of forehand backhand strokes in grade 6c students of SDN 24 Banda Aceh.*

***Keywords****: Multiball, Table Tennis, Forehand, Backhand*

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan dasar fundamental dan filosofi kehidupan yang mencerminkan dan mengkombinasikan keseimbangan antara jasmani (badan yang sehat) dan rohani (kemauan, moral dan kecerdasan) serta mengharmonikan antara kehidupan keolahragaan, kebudayaan dan pendidikan. Sehingga dengan demikian dapat diciptakan keselarasan kehidupan yang didasarkan pada kebahagiaan dan usaha yang mulia, nilai nilai pendidikan yang baik dan penghargaan pada prinsip-prinsip etika yang baik pula. Untuk itu perlu ditingkatkan pendidikan jasmani dan olahraga dilingkungan sekolah, pengembangan olahraga prestasi, upaya masyarakat olahraga dan mengolahragakan masyarakat, upaya lebih mendorong partisipasi masyarakat dalam membina dan mengembangkan olahraga, pembibitan olahraga, pembibitan pelatih, penyediaan sarana dan prasarana , pengembangan sistem pembinaan olahraga, pemberian penghargaan bagi olahragawan yang berpartisipasi, serta pengembangan organisasi keolahragaan (Nurhasan, dkk. 2005: 3).

Tenis Meja merupakan cabang olahraga cukup populer baik sebagai olahraga kesehatan, olahragarekreasi, olahraga prestasi maupun sebagai olahraga pendidikan, bahkan di negara-negara tertentu tenis meja sudah menjadi cabang olahraga yang dapat dijadikan sebagai mata pencaharian atau olahraga professional, seperti di beberapa negara Eropa misalnya Swedia dan Inggris. Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam kurikulum sekolah pada mata pelajaran penjas dan tergolong pada kelompok permainan. Tenis meja masuk pada kategori permainan bola kecil. Olahraga tenis meja yang diajarkan di sekolah mempunyai tujuan agar siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang olahraga tenis meja itu sendiri serta dapat mengembangkan sikap sportif, dan diharapkan mampu memberi pengaruh signifikan terhadap nilai-nilai pendidikan secara menyeluruh. Oleh karena itu, untuk mewujudkan tujuan tersebut maka pembelajaran siswa terhadap gerak dasar tenis meja sangat diharapkan. (Indra. 2013: 4).

Penguasaan teknik dasar suatu cabang olahraga sangatlah penting, sebab tanpa adanya keterampilan teknik dasar tersebut maka pasti akan mengalami kendala yang berarti dalam mengembangkan keterampilan yang kompleks. Oleh karena itu teknik dasar dalam permainan tenis meja seharusnya pula dikuasai peserta didik.

Dalam permainan tenis meja diperlukan pukulan yang tepat ke sasaran karena faktor dari ketepatan di dalam permainan tenis meja sangatlah penting guna untuk menempatkan bola yang sulit kearah yang susah dipukul lawan saat perlombaan. Oleh karena itu, siswa perlu mendapat latihan dalam menguasai teknik-teknik latihan yang ada dari guru atau pelatihnya. (Kertamanah. 2013:10). Salah satu latihan yang paling sederhana dan efektif dalam melakukan latihan pukulan yang tepat adalah dengan latihan *multiball.*

*Latihan multiball* sendiri ialah suatu teknik berlatih dimana seorang pelatih (feeder, pemberi

bola) menggunakan sejumlah banyak bola untuk mengasah satu bentuk pelatihan kepada seorang pemain.

Metode latihan *multiball* bisa juga menggunakan mesin ataupun manual yang diberi

oleh pelatih atau pengumpan. Tetapi di SD N 24 Banda Aceh belum mempunyai mesin sehingga metode *multiball* secara manual sangatlah bagus untuk meningkatkan kemampuan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand*. Tingginya frekuensi siswa dalam berlatih ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* dengan memukul bola sebanyak mungkin, diharapkan dapat membuat siswa terbiasa melakukan pukulan ke arah sasaran, sehingga kemampuan ketepatannya meningkat. Salah satu tujuan latihan bola banyak atau *multiball* tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan kecepatan dan ketepatan pukulan f*orehand* dan *backhand* siswa. *Multiball* merupakan suatu bentuk program latihan penting untuk menambah kualitas pukulan, karna melalui program ini si pelatih mampu mendesain kecepatan bola sementara sang atlit dapat merasakan pukulan yang sedang di latih.Latihan *Multiball* juga sangat berguna untuk meningkatkan kecepatan pukulan atau seaksi pada seorang atlit. Selain itu, menambah daya tahan dan kebugaran sang atlit. *Multiball* sangat baik dan sesuai bagi atlit untuk melakukan percobaan pukulan yang baru dan untuk meningkatkan serta mengembangkan pukulannya (Nurdianti, 2018:25).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 15 Januari 2022 di SD N 24 Banda Aceh pada Kelas VI-C didapati hasil bahwa kurangnya penguasaan teknik dasar *servis* dan kurangnya penguasaan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* dalam permainan tenis meja. Hal ini ditinjau dari kenyataan hasil observasi awal menunjukkan bahwa dari 33 orang siswa yang ada di kelas, 10 siswa mampu melakukan rangkaian keterampilan teknik dasar *service forehand*, yang kurang mampu yaitu 7 siswa dan yang tidak menguasai sama sekali mencapai 16 orang.

Berdasarkan kenyataan tersebut maka penulis melakukan suatu penelitian tindakan kelas dengan judul “Pengaruh Latihan *Multiball* Tenis Meja Terhadap Kemampuan Ketepatan Pukulan *Forehand* dan *Backhand* Pada Siswa Kelas VI-C SD Negeri 24 Banda Aceh.”

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini mengunakan jenis penelitian kuantitatif. Adapun metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasi. Arikunto (2016: 270), menyatakan bahwa penelitian kolerasi bertujuan untuk menemukan ada tidaknya hubungan dan apabila ada, berapa eratnya serta berarti atau tidak hubungan itu.

Penentuan sampel yaitu dengan menggunakan rumus :





Jadi dalam penelitian ini sampel yang digunakan adalah sebanyak 10 siswa kelas VI- C SD N 24 Banda Aceh.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil seragkaian penelitian lapangan yang dilakukan pada siswa kelas VI-C SDN 24 Banda Aceh, diperoleh data penelitian berupa tes latihan *multiball* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand*. Data-data tesebut selanjutmya ditabulasikan ke dalam tabel dan dapat disajikan sebagai berikut :asa

**Hasil Tes Ketepatan Pukulan *forehand* dan *backhand***

Hasil tes ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* dengan menggunakan alat berupa hitung, diperoleh data penelitian sebagaimana terdapat dalam tabel berikut :

**Tabel 1.** Hasil Latihan *Multiball*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Nama Sampel** | **Hasil Tes *Multiball*** |
| 1 | Aska | 78 |
| 2 | Abiyu | 79 |
| 3 | Fikran | 78 |
| 4 | Aidil | 77 |
| 5 | Said | 78 |
| 6 | Dian | 75 |
| 7 | Kaila | 75 |
| 8 | Nasiwa | 76 |
| 9 | Aisa | 76 |
| 10 | Nazuri | 77 |
| **Total** | | **769** |

Sumber : Hasil pengolahan data

**Tabel 2.** Hasil Tes Ketepatan Pukulan *Forehand Backhand*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Nama Sampel** | **Ketepatan Pukulan *Forehand BackHand*** | | |
| **Percobaan**  **1** | **Percobaan**  **2** | **Percobaan**  **3** |
| 1 | Aska | 18 | 19 | 20 |
| 2 | Abiyu | 21 | 20 | 20 |
| 3 | Fikran | 19 | 22 | 20 |
| 4 | Aidil | 20 | 20 | 19 |
| 5 | Said | 19 | 19 | 20 |
| 6 | Dian | 17 | 15 | 16 |
| 7 | Kaila | 15 | 15 | 16 |
| 8 | Nasiwa | 15 | 17 | 16 |
| 9 | Aisa | 15 | 16 | 16 |
| 10 | Nazuri | 16 | 20 | 20 |

Sumber : Hasil pengolahan data

Dari tabel hasil penelitian diatas, maka peneliti menggunakan nilai kemampuan *forehand* dan *backhand* terbaik yang didapatkan dari ketiga percobaan yang dilakukan, adapun hasil tendangan terbaik yaitu pada tabel dibawah ini:

**Tabel 3.** Nilai Hasil Tes Ketepatan Pukulan *Forehand* dan *Backhand* Terbaik

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **No** | **Nama Sampel** | **Y** |
| 1 | Aska | 20 |
| 2 | Abiyu | 21 |
| 3 | Fikran | 22 |
| 4 | Aidil | 20 |
| 5 | Said | 20 |
| 6 | Dian | 17 |
| 7 | Kaila | 16 |
| 8 | Nasiwa | 17 |
| 9 | Aisa | 16 |
| 10 | Nazuri | 20 |

Sumber : Hasil pengolahan data

Dari hasil penelitian pada tabel diatas, maka dapat diketahui bahwa jumlah total nilai pada ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* yang dilakukan oleh siswa SD Negeri 24 Banda dengan jumlah ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* terbaik yaitu 214. Untuk tahap selanjutnya maka peneliti mencari nilai varian deviasi yaitu dengan rumus sebagai berikut :

https://1.bp.blogspot.com/-CDXjIcvJLK4/UfDk_NLMx1I/AAAAAAAABs4/SIooYfIWPZk/s1600/varian+dan+standar+deviasi+9.png

# Keterangan :

s2= varian

s = standar deviasi (simpangan baku) xi = nilai x ke-i

https://2.bp.blogspot.com/-laY4-uSfVGQ/Ue_58lsg4wI/AAAAAAAABrY/yveUVe_D-J0/s1600/x+bar.png = rata-rata

n = ukuran sampel

Hasil yang didapatkan dengan menggunakan rumus standar deviasi (simpangan baku) yaitu :

**Tabel.4** Hasil Perhitungan Deviasi ketepatan pukulan *Forehand* dan *Backhand*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Nama Sampel** | **Hasil Tes *Multiball*** | **X2** | |
| 1 | Aska | 78 | 6084 | |
| 2 | Abiyu | 79 | 6241 | |
| 3 | Fikran | 78 | 6084 | |
| 4 | Aidil | 77 | 5929 | |
| 5 | Said | 78 | 6084 | |
| 6 | Dian | 75 | 5625 | |
| 7 | Kaila | 75 | 5625 | |
| 8 | Nasiwa | 76 | 5776 | |
| 9 | Aisa | 76 | 5776 | |
| 10 | Nazuri | 77 | 5929 | |
| **Total** | | **769** | **59153** |
| **Standar Devisiasi** | | | **210,60** |

Sumber : Hasil pengolahan data

**Tabel 5.** Hasil Perhitungan Ketepatan Pukulan *Forehand* dan *Backhand*

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Nama Sampel** | **Y** | **Y2** |
| 1 | Aska | 20 | 400 |
| 2 | Abiyu | 21 | 441 |
| 3 | Fikran | 22 | 484 |
| 4 | Aidil | 20 | 400 |
| 5 | Said | 20 | 400 |
| 6 | Dian | 17 | 289 |
| 7 | Kaila | 16 | 256 |
| 8 | Nasiwa | 17 | 289 |
| 9 | Aisa | 16 | 256 |
| 10 | Nazuri | 20 | 400 |
| **Total** | | **189** | **3615** |
| **Standar Devisiasi** | | | **81,66** |

Sumber : Hasil pengolahan data

# Analisis Koefisien Kolerasi

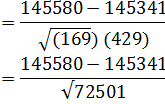
Untuk mengetahui terdapat atau tidaknya hubungan antara latihan *squad jump* dengan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa Kelas VI-C SDN 24 Banda Aceh, maka data-data telah diperoleh selanjutnya dianalisis dengan rumus koefesien kolerasi *product moment* sebagai berikut :

**Tabel 6.** Pengaruh Latihan *Multiball* Dan (X) dengan Ketepatan Pukulan *Forehand Backhand* (Y)

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **No** | **Nama Sampel** | **X** | **Y** | **X2** | **Y2** | **X.Y** |
| 1 | Aska | 78 | 20 | 6084 | 400 | 1560 |
| 2 | Abiyu | 79 | 21 | 6241 | 441 | 1659 |
| 3 | Fikran | 78 | 22 | 6084 | 484 | 1716 |
| 4 | Aidil | 77 | 20 | 5929 | 400 | 1540 |
| 5 | Said | 78 | 20 | 6084 | 400 | 1560 |
| 6 | Dian | 75 | 17 | 5625 | 289 | 1275 |
| 7 | Kaila | 75 | 16 | 5625 | 256 | 1200 |
| 8 | Nasiwa | 76 | 17 | 5776 | 289 | 1292 |
| 9 | Aisa | 76 | 16 | 5776 | 256 | 1216 |
| 10 | Nazuri | 77 | 20 | 5929 | 400 | 1540 |
| **Jumlah** | | **769** | **189** | **59153** | **3615** | **14558** |

Sumber : Hasil pengolahan data

Untuk langkah selanjutnya yaitu memasukkan angka hasil penelitian kedalam rumus kolerasi, adapun hasil penelitian menggunakan rumus kolerasi dapat dilihat dibawah ini :



= 0,88

Hasil analisis data diatas, menunjukkan bahwa nilai koefesien kolerasi (r) Latihan *Multiball* (X) dengan Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* (Y) pada siswa SDN 24 Banda Aceh adalah 0,88.

# Tabel. 7 Untuk Melihat Hubungan Variabel X dan Y

|  |  |
| --- | --- |
| **Interval Koefisien** | **Tingkat Hubungan** |
| 0,00 - 0,199  0,20 - 0,399  0,40 – 0,599  0,60 – 0,799  0,80 – 1,000 | Sangat Rendah  Rendah  Sedang  Kuat  Sangat Kuat |

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan hubungan antara latihan *multiball* terhadap Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* dengan konstribusi sebesar 0,88 pada kategori sangat kuat.

# Pengujian Hipotesis

Selanjutnya peneliti melakukan perhitungan koefisien determinasi untuk mengetahui konstribusi latihan *multiball* terhadap Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand*, maka KP = r2 x 100% = 0,882 x 100% = 77. Hal in menunjukkan bahwa latihan *multiball* memberi pengaruh terhadap siswa SDN 24 Banda Aceh sebesar 77% dan sisanya 23% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Pembuktian hipotesis dapat dilakukan dengan pengujian t-hitung yang merupakan salah satu cara untuk membuktikan kebenaran atau kedudukan suatu hipotesis penelitian, jika t-hitung lebih besar atau sama dengan t-tabel, maka hipotesis yang dirumuskan diterima kebenarannya., sebaiknya jika t-hitung lebih kecil dari pada t-tabel, maka hipotesis yang diajukan ditolak kebenarannya. Pengujian t-hitung dapat ditempuh dengan rumus sudjana (2015:109) sebagai berikut :







= 7,29

Hasil analisis diatas, diperoleh nilai t-hitung sebesar 7,29 sedangkan t-tabel dengan derajat kebebasan 2-10 (dk = 8) pada signifikan ἀ = 0,05 adalah sebesar 1,85. Hal ini berarti nilai t-hitung lebih besar dari t-tabel. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan multibal dengan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa SDN 24 Banda Aceh.Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, bahwa nilai koefesien kolerasi (r) latihan *multiball* (X) dengan ketepatan pukulan *forehand backhand* (Y) pada siswa SDN 24 Banda Aceh sangat kuat dengan nilai 0,88. Latihan *multiball* memberi pengaruh terhadap siswa SDN 24 Banda Aceh sebesar 77%, sedangan sisanya yaitu sebesar 23% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Sementara itu dari pengujian hipotesis bahwa latihan *multiball* tenis meja berpengaruh terhadap ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa SDN 24 Banda Aceh. Hal tersebut dibuktikan dengan nilai t-hitung (7,29) lebih besar dari t-tabel (1,85). Dengan demikian maka hipotesis Ha diterima, yaitu penggunaan latihan *multiball* tenis meja berpengaruh terhadap kemampuan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa kelas VI-C SD N 24 Banda Aceh.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Aris Widiantoro dalam penelitian tahun 2017 berjudul "Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Kemampuan Ketepatan Pukulan *Forehand* dan *Backhand* Pada Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja Tahun 2016/2017 Di SMA Negeri 1 Gamping". Hasil pengujian hipotesis menggunakan uji-t pukulan *forehand* mendapatkan 𝑡-*h*𝑖𝑡𝑢𝑛𝑔 sebesar 4,710 dan t table 2,365 dan pukulan *backhand* mendapatkan 𝑡-*h*𝑖𝑡𝑢𝑛𝑔 3,550 dan t table 2,365. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *multiball* terhadap kemampuan ketepatan *pukulan forehand* dan *backhand* pada peserta didik.

Selain itu juga hasil penelitian yang dilakukan oleh Zaenudin Asrori pada tahun 2018 dengan judul “Pengaruh Model Latihan Bola Banyak Terhadap Kemampuan *Forehand Stroke* Pada Siswa Peserta Ekstra Kurikuler Tenis Meja Sekolah Dasar Negeri Mangiran Srandakan Bantul Yogyakarta”. Hasil penelitian menunjukan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada kemampuan *forehand stroke* siswa melalui model latihan bola banyak dengan t hitung sebesar 16,837 dan nilai p sebesar 0,000.

Hal yang sama juga dilakukan oleh Arif Ramadhani dalam penelitiannya berjudul "Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Ketepatan Pukulan *Forehand* pada Siswa Ekstrakurikuler Tenis Meja SMP". Berdasarkan hasilpenelitian maka dapat disimpulkan bahwa latihan multiball memiliki pengaruh yang sangat signifikan terhadap ketepatan pukulan *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler tenis meja SMP Negeri 20 Kota Malang.

Selain itu juga penelitian oleh Nurdin dalam jurnal Ilmiah Mandala Education Vol.

6. No. 2. Oktober 2020 dengan judul "Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Keterampilan *Smash Forehand* Tenis Meja Pada Club Pade Angen Mataram Tahun 2020". Berdasarkan analisa data, mendapatkan t-hitung diperoleh nilai sebesar 10.30 kemudian t-tabel dengan derajat kebesaran N – 1 = 11 pada taraf signifikan 5% menunjukan angka yaitu 1.796. Hasil ini berarti bahwa t- hitung > t-tabel, yaitu (3.995 > 1.796) atau dengan kata lain t-hitung yang diperoleh lebih besar dari angka batas penolakan hipotesis nihil (Ho) diperlukan nilai t-

hitung sama atau lebih besar dari nilai t-tabel.

Metode *multiball* merupakan metode latihan di mana satu pemain berlatih, sedangkan pemain yang lainnya mengumpankan bola. Latihan *multiball* ini sangat menunjang dalam latihan ketepatan sasaran pukulan *forehand* dan *backhand*.

Menurut Suharno (1980: 2) metode *drill* (metode latihan siap) merupakan metode

yang lazim dipergunakan untuk menguasai gerakan-gerakan secara otomatis untuk mencapai kecakapan, keterampilan sesuatu cabang olahraga. Dalam teori *connectionism* oleh Thorndike yang dikutip oleh Suharno (1980: 2) yang ada hubungannya dengan metode *drill* menyatakan bahwa dengan latihan yang terus menerus, hubungan antara rangsang dan jawaban menjadi otomatis. Metode latihan yang dapat meningkatkan kemampuan teknik seorang pemain cukup bervariasi.

Kajian tersebut sejalan dengan pendapat Hodges (2007) bahwa metode latihan *multiball* merupakan cara yang tepat untuk mempelajari pukulan. Metode ini sering digunakan oleh pelatih yang bertindak sebagai pengumpan. Tingginya frekuensi dengan teknik *multiball* diharapkan dapat membuat siswa terbiasa melakukan pukulan. Selama ini latihan dengan menggunakan metode *multiball* menjadi salah satu latihan yang digunakan guru atau pelatih. Salah satu tujuan latihan *multiball* tersebut adalah untuk meningkatkan kemampuan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* siswa.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan pengolahan serta analisis data dari penelitian yang berjudul dengan hubungan latihan *multiball* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa kelas VI-C SDN Banda Aceh Tahun 2022, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut: terdapat hubungan signifikan antara latihan *multiball* dengan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand*, hal tersebut ditunjukkan oleh koefisien kolerasi sebesar 0,88. Ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa SDN 24 Banda Aceh berada pada kategori sangat kuat.

Dari perhitungan koefisien determinasi konstribusi latihan *multiball* terhadap kemampuan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* sebesar 77%. hal ini menunjukkan bahwa latihan *multiball* memberi pengaruh terhadap siswa kelas VI-C SDN Banda Aceh sebesar 77% dan sisanya 23% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, dari hitungan nilai t- hitung sebesar 7,29 sedangkan t-tabel sebesar 1,85. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara latihan *multiball* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* pada siswa kelas VI-C SDN 24 Banda Aceh, artinya Ho diterima dengan nilai t-hitung 7,29 > t-tabel 1,85 pada taraf signifikan 0,05.

## DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, S. 2016. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik.* Jakarta: Rineka Cipta

Kertamanah, A. 2013. *Teknik dan Taktik Dasar Permainan Tenis Meja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Larry Hodges. 2007. *Tenis Meja*.Jakarta: Raja Grafindo Persada.

Nurdianti, S., D. Mudian, dan A Risaynto. 2018. Pengaruh Metode latihan Multiball Dan Latihan Dengan Pemain Lain Terhadap Ketepatan Forehand Drive Pada Siswa Ekstrakurikuler Tenis MejaSMA Negeri 1 Jalancagak Tahun 2018. *Biormatika. 2 (4) :25-37*.

Nurhasan. 2005. *Aktivitas Kebugaran*. Jakarta: Depdiknas.

Suharno H.P. 1980*. Metodik Melatih Permainan Bola Volly*. Yogyakarta. IKIP Yogyakarta.

1. \* [islahulumam1506@gmail.com](mailto:islahulumam1506@gmail.com) [↑](#footnote-ref-1)