STUDI TENTANG PENERAPAN METODE KEPELATIHAN TENIS MEJA (STUDI KASUS PADA KLUB TENIS MEJA PTMSI DI KEDIRI)

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)
Pada Jurusan PENJASKESREK

OLEH:

DANANG ANDHON PERMANA
NPM: 11.1.01.09.0107

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA
UNP KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi oleh:

DANANG ANDHON PERMANA
NPM. 11.1.01.09.0107

Judul:

STUDI TENTANG PENERAPAN METODE KEPELATIHAN TENIS MEJA (STUDI KASUS PADA KLUB TENIS MEJA PTMSI DI KEDIRI)

Telah disetujui untuk diajukan Kepada Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal, 07 Agustus 2015

Pembimbing :

Pembimbing I	Pembimbing II
Wasis Himawanto, M.Or.	**Drs. Slamet Junaidi. M.Pd**
NIDN. 0732128103	NIDN. 0015066801

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi oleh:

DANANG ANDHON PERMANA
NPM: 11.1.01.09.0107

Judul:

STUDI TENTANG PENERAPAN METODE KEPELATIHAN TENIS MEJA (STUDI KASUS PADA KLUB TENIS MEJA PTMSI DI KEDIRI)

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian/Sidang Skripsi
Jurusan PENJASKESREK FKIP UNP Kediri
Pada tanggal: 20 September 2015

Dan Dinyatakan telah Memenuhi Persyaratan

Panitia Penguji:

1. Ketua : Drs. Setya Adi Sancaya, M.Pd.
2. Penguji I : Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.
3. Penguji II : Wasis Himawanto, M.Or

Mengetahui,
Dekan FKIP
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd
NIDN. 0716046202

STUDI TENTANG PENERAPAN METODE KEPELATIHAN TENIS MEJA (STUDI KASUS PADA KLUB TENIS MEJA PTMSI DI KEDIRI)

DANANG ANDHON PERMANA
11.1.01.09.0107
FKIP-PENJASKESREK
andhonpermana@gmail.com
Wasis Himawanto. M.Or dan Drs. Slamet Junaidi. M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Danang Andhon Permana. Studi Tentang Penerapan Metode Kepelatihan Tenis Meja (Studi Kasus Pada Klub Tenis Meja PTMSI Di Kediri), Skripsi, FKIP UNP Kediri, 2015.

Kata Kunci :

Prestasi olahraga di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami perubahan. Perubahan ini dialami oleh beberapa cabang olahraga, dimana atlet atau pemain dari beberapa cabang olahraga itu ditunjukkan dengan pencapaian prestasi maksimal. Cabang olahraga tenis meja merupakan bagian dari sekian banyak cabang olahraga di Indonesia yang diharapkan memberikan sumbangan bagi pencapaian prestasi olahraga di Indonesia. permasalahan dalam penelitian ini dibatasi : Penerapan metode kepelatihan pada klub-klub tenis meja di Kediri tahun 2015. Sedangkan rumusan masalah : Bagaimana penerapan metode kepelatihan pada klub-klub tenis meja di Kediri tahun 2015?.

Untuk memperoleh berbagai keterangan yang dibutuhkan dalam pemecahan masalah, maka penelitian ini dilaksanakan di masing-masing Klub Tenis Meja di Kediri, yaitu : (1) Mitra Medika, (2) PMS, (3) NSK, (4) Ksatria, (5) Ksatria Kusuma. Metode penelitian yang digunakan, ditetapkan bedasarkan pada tujuan dan hasil penelitian yang diharapkan. Sehingga untuk mencapai tujuan tersebut perlu memilih metode penelitian yang tepat. Sesuai dengan tujuan penelitian ini, metode yang dipilih dan dipakai adalah metode deskriptif dengan cara survai. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah para pelatih pada klub-klub Tenis Meja di Kediri tahun 2015. Pengumpulan data dalam penelitian ini berdasarkan pada sumber data yang ada, yang meliputi : (1) Dokumentasi pada saat latihan dan pembinaan pada masing-masing klub, (2) Observasi langsung mengenai latihan yang dilakukan pada masing-masing klub, (3) Wawancara langsung dengan pelatih dan pihak-pihak terkait pada masing-masing klub.

Berdasarkan hasil penelitian Studi tentang penerapan metode kepelatihan pada klub tenis meja se-kota madya Kediri tahun 2015, secara keseluruhan dapat diambil simpulan sebagai berikut : (1) Keadaan pelatih tenis meja se-kota madya Kediri berdasarkan indentifikasi pelatih secara kuesioner adalah cukup baik, (2) Metode pelatihan dari hasil wawancara penelitian dan survai di tempat latihan kurang baik berdasarkan bahwa, metode yang digunakan dalam melatih fisik, teknik, taktik maupun mental umumnya sama yaitu menggunakan metode konvensional dan metode melatihnya bersifat umum, (3) Program latihan dari hasil wawancara dan survai ditempat latihan adalah kurang baik, sebab program latihan dari semua klub hanya terprogram dalam bentuk harian tetapi ada salah satu pelatih klub yang sudah melaksanakan program latihan dengan baik, yaitu dalam bentuk program jangka pendek, jangka menengah dan jangka panjang.

Kata Kunci: Studi, Penerapan Metode Latihan,Tenis meja, Klub, Atlet.

I. LATAR BELAKANG

Prestasi olahraga di Indonesia dari tahun ke tahun mengalami perubahan. Perubahan ini dialami oleh beberapa cabang olahraga, dimana atlet atau pemain dari beberapa cabang olahraga itu ditunjukkan dengan pencapaian prestasi maksimal. Cabang olahraga tenis meja merupakan bagian dari sekian banyak cabang olahraga di Indonesia yang diharapkan memberikan sumbangan bagi pencapaian prestasi olahraga di Indonesia.

PTMSI Kediri merupakan suatu wadah bagi perkembangan klub tenis meja di Kediri. PTMSI Kediri yang didukung oleh beberapa klub tenis meja seperti, Mitra Medika, PMS, NSK, Ksatria, Satria Kusuma memang memberikan kontribusi yang baik bagi perkembangan tenis meja di Kediri, walaupun demikian hasil yang dicapai tidak seperti yang diharapkan karena prestasi yang kurang maksimal.

Pencapaian prestasi tidak lepas dari dukungan berbagai pihak, pelatih yang berkualitas memegang peranan yang sangat penting terhadap peningkatan prestasi klubnya.

Pelatih yang bagus selain memiliki kemampuan teknik dan konseptual dia juga kemampuan perencanaan dan organisasi yang yang dapat membuat keputusan secara tepat. Menurut Sudjarwo (1993: 7) syarat-syarat seorang pelatih antara lain :

1. Harus mempunyai latar pendidikan yang sesuai dengan tugasnya sebagai pelatih olahraga.
2. Menguasai keterampilan cabang olahraga yang diminati baik secara teori maupun praktek
3. Memiliki kondisi fisik yang baik.
4. Mempunyai pengalaman yang cukup dan selalu meningkatkan ilmunya terutama dalam cabang olahraga yang diminatinya.
5. Dapat bekerjasama dengan atlet.
6. Mempunyai sifat kepemimpinan yang berwatak dan berkepribadian.

Penyusunan program latihan merupakan tugas penting dari seorang pelatih. Program latihan hendaknya disusun secara sistematis dan sesuai dengan kebutuhan atlet hal ini sesuai dengan pendapat Suharno HP. (1993:62) mengemukakan pengertian tentang program latihan yaitu “Merupakan haluan yang disusun atas dasar pertimbangan teoritis yang harus dijadikan landasan kerja atau latihan”. Berhasil tidaknya tujuan yangt hendak dicapai tegantung pada program latihan ini, oleh sebab itu perlu diperhatiakan landasan pemikiran antara lain sebagai berikut : efektifitas program, kondisi inisial, kondisi puncak dan evaluasi program. Namun dalam kenyataannya masih banyak pelatih-pelatih klub tenis meja di Kediri belum tahu betul metode kepelatihan,

rata-rata latihannya mengikuti program latihan yang terdahulu selin itu sebagian pelatih hanya mantan atlet, belum bersertifikat dan belum mengembangkan teknologi kepelatihan yang modern.

Dalam kaitannya hal tersebut diatas, di Kediri keberadaan seorang pelatih perlu diperhatikan dalam rangka meningkatkan kualitas dan mutu seorang pelatih. Seorang pelatih sangat diharapkan dapat berperan dalam berbagai disiplin juga sebagai cerminan bagi atletnya tetapi kenyataanya banyak sekali kekurangan pada diri seorang pelatih. Hal tersebut mendasari peneliti untuk mengambil judul "Studi Tentang Penerapan Metode Kepelatihan Pada Klub Tenis Meja PTMSI Kediri Tahun 2015".

II. METODE

Metode penelitian yang digunakan, ditetapkan bedasarkan pada tujuan dan hasil penelitian yang diharapkan. Sehingga untuk mencapai tujuan tersebut perlu memilih metode penelitian yang tepat. Sesuai dengan tujuan penelitian ini, metode yang dipilih dan dipakai adalah metode deskriptif dengan cara survai.

Pengertian metode deskriptif menurut Sugiyanto (1993:52) adalah: "Penelitian bertujuan untuk mencari informasi mengenai fenomena-fenomena atau situasi yang aktual atau yang ada pada saat penelitian sedang berlangsung. Penelitian deskriptif pada umumnya tidak untuk menguji hipotesis melainkan hanya untuk meminta gambaran atau deskriptif tentang apa yang terjadi".

Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah para pelatih pada klub-klub Tenis Meja di Kediri tahun 2015. Klub-klub Tenis Meja Tersebut antara lain yaitu :

1. Mitra Medika
2. PMS
3. NSK
4. Ksatria
5. Ksatria Kusuma

Subyek penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah semua pelatih Tenis Meja pada semua klub Tenis Meja di Kediri periode.

Untuk dapat mengumpulkan data yang sesuai dengan tujuan penelitian, peneliti menggunakan teknik sebagai berikut:

1. Observasi
2. Dokumentasi
3. Wawancara

Adapun sebagai alat untuk mengumpulkan data adalah wawancara dengan pelatih yang meliputi : pembinaan, metode pelatihan, program latihan, latihan pada masing-masing klub.

Data yang telah terkumpul kemudian dianalisis. Karena dengan analisis data dapat memberi arti dan makna yang berguna dalam memecahkan masalah penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara deskriptif kuantitatif.

III. HASIL DAN KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian Studi tentang penerapan metode kepelatihan pada klub tenis meja se-kota madya Kediri tahun 2015, secara keseluruhan dapat diambil simpulan sebagai berikut :

1. Keadaan pelatih tenis meja se-kota madya Kediri berdasarkan indentifikasi pelatih secara kuesioner adalah cukup baik berdasarkan indentifikasi tersebut, kebanyakan usia pelatih berada dalam rentangan usia 20 – 29 tahun, tingkat pendidikan pelatih berijazah SMU dan Sarjana, diantaranya dari Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan (JPOK) dan sebagian bersertifikasi PTMSI, serta prestasi mulai dari tingkat kabupaten sampai tingkat nasional dan pengalaman yang cukup di daerah, adapun tugas dan peran pelatih sudah dilaksanakan dengan baik tetapi dalam hal pemanduan bakat dengan menggunakan instrumen menurut hasil wawancara hanya dilaksanakan salah satu pelatih klub saja.
2. Metode pelatihan dari hasil wawancara penelitian dan survai di tempat latihan kurang baik berdasarkan bahwa, metode yang digunakan dalam melatih fisik, teknik, taktik maupun mental umumnya sama yaitu menggunakan metode konvensional dan metode melatihnya bersifat umum.
3. Program latihan dari hasil wawancara dan survai ditempat latihan adalah kurang baik, sebab program latihan dari semua klub hanya terprogram dalam bentuk harian tetapi ada salah satu pelatih klub yang sudah melaksanakan program latihan dengan baik, yaitu dalam bentuk program jangka pendek, jangka menengah dan jangka panjang. Disisi lain terlihat tampak lebih baik karena adanya suatu periodisasi latihan baik dari tahap persiapan, tahap perlombaan maupun tahap transisi semua sudah terencana dengan baik sebelum menjelang pertandingan atau perlombaan, kemudian dilihat dari pelaksanaan latihan sehari-hari terlihat adanya prinsip-prinsip latihan.

Dari hasil penelitian diharapkan dapat memberi gambaran dan masukan kepada para pelatih tenis meja pada klub-klub tenis meja se-kota madya Kediri tentang apa yang telah mereka lakukan selama ini, serta sebagai bahan evaluasi untuk mengadakan perbaikan-perbaikan nantinya. Sehingga dengan demikian tidak mudah merasa puas dengan hasil yang telah dicapai selama ini.

Dari hasil penelitian ini semoga dapat digunakan sebagai motivasi dalam upaya untuk membenahi kekurangan-kekurangan yang ada, sehingga keberadaan klub-klub tenis meja se-kota madya Kediri akan semakin berkembang dan dapat memberikan sumbangan bagi peningkatan prestasi pertenis mejaan di Indonesia.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Hamidsyah Noer. 1996. *Ilmu Kepelatihan Lanjut*. Kediri. UNS Press.

Hanik Liskustyawati. 2004. *Laporan Penelitian Hasil Belajar Keterampilan Tenis Meja Ditinjau Dari Unsur Persepsi Kinestetik dan Waktu Reaksi. Suarakarta*. FKIP UNS.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Dirjen Dikti.

Hodges. L. 1996. *Tenis Meja Tingkat Pemula*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.

Kertamanah A. 2003. *Teknik dan Taktik Dasar Permainan Tenis Meja*. Jakarta : PT Rajagrafindo Persada.

M. Furqon H. 2002. *Pemanduan Bakat Olahraga Modifikasi Sport Search*, Kediri: Pusat Penelitian dan Pengembangan Keolahragaan. UNS. 2002. *Pembinbaan Olahraga Usia Dini.* Kediri : Pusat Penelitian dan Pengembangan Keolahragaan. UNS.

Simpson P. 1986. *Teknik Bermain Ping Pong.* Bandung : Satelit Offset.

Sudjarwo, 1993. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Kediri : UNS Press

Sudjarwo & Budi Satyawan. 1994. *Laporan Penelitian Sumbangan Tinggi Badan, Koordinasi Mata-tangan, dan Persepsi Kinestetik, Terhadap Keterampilan Servis Bola Voli*. FKIP UNS.

Sugiyanto. 1995. *Metodologi Penelitian.* Kediri : UNS Press.

Suharno HP. 1993. *Metodologi Pelatihan.* Yogyakarta : IKIP Yogyakarta.

Suharno HP. 1993. *Metodologi Pelatihan.* Yogyakarta : IKIP Yogyakarta.

Tudor O Bompa, 1991. *Theory and Methodology of Training*. Terjemahan oleh Sarwono. Airlangga. Surabaya press.

Yusuf Hadisasmita dan Aip Syarifuddin, 1996. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Jakarta : Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi