



PENGARUH METODE LATIHAN DAN MOTIVASI BERPRESTASI TERHADAP KETERAMPILAN SMASH TOPSPIN TENIS MEJA

Nila Fadlatul Islamy

STKIP Muhammadiyah Kuningan

email: nilafadlatul@gmail.com

Abstrak

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari metode latihan drill dan latihan bermain serta motivasi berprestasi terhadap keterampilan smash topspin dalam tenis meja. Penelitian ini dilakukan pada atlet club tenis meja cortesa Under 15 Tahun Sumedang. Penelitian ini menggunakan treatment by level 2 x 2. Sampel terdiri dari 32 atlet. Teknik analisis data adalah analisis varians dua jalur (ANOVA) dan selanjutnya dilanjutkan dengan uji Tukey pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa (1). Nilai keterampilan smash topspin dalam tenis meja pada perlakuan metode latihan drill (A_1) lebih tinggi dari nilai metode latihan bermain (A_2) di club tenis meja cortesa. (2). terdapat pengaruh interaksi antara metode latihan (A) dan motivasi berprestasi (B) terhadap keterampilan smash topspin dalam tenis meja di club tenis meja cortesa. (3). Nilai keterampilan smash topspin dalam tenis meja pada perlakuan metode latihan drill motivasi berprestasi tinggi (A_1B_1) lebih tinggi dari nilai metode latihan bermain motivasi berprestasi tinggi (A_2B_1) di club tenis meja cortesa. (4). Nilai keterampilan smash topspin dalam tenis meja dalam tenis meja pada perlakuan metode latihan drill motivasi berprestasi rendah (A_1B_2) lebih rendah dari nilai metode latihan bermain motivasi berprestasi rendah (A_2B_2) di club tenis meja cortesa.

Kata kunci : Metode, Latihan, Drill, Motivasi, Berprestasi

Abstract

The purpose of this study was to determine the effect of drill and methods and play training achievement motivation on topspin smash skills in table tennis. This research was conducted at the Cortesa table tennis club athlete Under 15 Year Sumedang. This study uses treatment by level 2 x 2. The sample consisted of 32 athletes. The data analysis technique is the analysis of two-way variance (ANOVA) and then continued with the Tukey test at the significance level $\alpha = 0,05$. The results of this study indicate that (1). The value of topspin smash skills in table tennis on the treatment of drill training methods (A_1) is higher than the value of the play training method (A_2) at the cortesa table tennis club. (2). there is an influence of the interaction between the training method (A) and achievement motivation (B) on the topspin smash skills in table tennis at the cortesa table tennis club. (3). The value of topspin smash skills in table tennis on the treatment of drill methods of high achievement motivation (A_1B_1) is higher than the value of the method of high achievement

motivation playing practice (A2B1) at the cortesa table tennis club. (4). The value of topspin smash skills in table tennis in table tennis on the treatment of drill methods of low achievement motivation (A1B2) is lower than the value of the low achievement motivation (Applying training method2B2) at the cortesa table tennis club.

Keywords: Method, Exercise, Drill, Motivation, Achievement

© 2017 STKIP Muhammadiyah Kuningan

PENDAHULUAN

Prestasi olahraga adalah sebuah kata yang sangat mudah diucapkan dan merupakan dambaan setiap orang, namun cukup sulit untuk mencapainya. Pencapaian prestasi di bidang olahraga, diperlukan pembinaan yang baik, meliputi pembinaan fisik, teknik, taktik, dan mental. Oleh karena itu, untuk memenuhi hal tersebut pemain harus memiliki empat komponen prestasi yang baik, terutama dalam kondisi fisik, teknik taktik dan mental.

Pembinaan cabang olahraga saat ini telah berkembang berdasarkan ruang lingkup penyelenggaraannya masing-masing. Dengan adanya ruang lingkup olahraga yang tertata dengan baik, maka dari sisi kebijakan olahraga akan berjalan lebih terarah sesuai dengan prinsip dan tujuan penyelenggaraannya masing-masing serta mempunyai keterkaitan yang kuat satu sama lain. Olahraga dapat memberikan kehidupan yang lebih berarti bagi masyarakat luas baik dalam ruang lingkup olahraga pendidikan, olahraga rekreasi maupun menuju olahraga prestasi.

Ada banyak cabang olahraga, salah satunya yaitu tenis meja. Tenis meja merupakan cabang olahraga yang tidak banyak mengenal batas umur, anak-anak maupun dewasa bisa bermain, juga sangat digemari oleh banyak kalangan, bukan saja di Indonesia tapi diseluruh dunia. Di Sumedang terdapat club olahraga tenis meja yang bernama Cortesa. Club Cortesa merupakan salah satu wadah/sarana kegiatan para pemain tenis meja dalam mengembangkan dan meningkatkan kegiatan olahraga khususnya keterampilan bermain tenis meja, meningkatkan kebugaran jasmani, meningkatkan kemampuan keterampilan gerak, berperilaku disiplin, jujur, bekerja sama, dan sportif, serta menanamkan nilai-nilai intelektual,

sosial, motivasi, emosional dan percaya diri. Namun masih terdapat masalah yang dilakukan oleh kebanyakan pemain tenis meja. Kesalahannya terjadi pada keterampilan *smash topspin* dalam permainan tenis meja.

Salah satu contoh kesalahan-kesalahan pada keterampilan *smash topspin* pada pemain tenis meja di club Cortesa yaitu pada posisi tubuh yang terlalu dekat dengan meja, kurangnya tenaga saat melakukan *smash*, kurangnya gesekan antara bat dan bola, dan posisi bet cenderung terlalu miring. Selain terjadi kesalahan-kesalahan gerakan tersebut atlet-atlet di klub Cortesa juga mempunyai rasa motivasi berprestasinya kurang. Motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk berpacu dengan keunggulan, baik keunggulan dirinya sendiri, keunggulan orang lain, atau kesempurnaan dalam melaksanakan latihan tertentu.

Rumitnya masalah yang harus diperhatikan dalam pencapaian prestasi olahraga tenis meja sebagaimana yang telah diuraikan di atas. Masalah-masalah yang telah disebutkan di atas membutuhkan penanganan khusus dan spesifik dalam mengatasi permasalahan yang ada. Berkenaan tentang penanganan khusus dan spesifik pada masalah-masalah di atas, maka masalah metode latihan dan pelatih yang berkualitas agar mempunyai rasa motivasi berprestasi yang tinggi merupakan masalah yang kompleks sifatnya.

Smash topspin merupakan salah satu keterampilan dari cabang olahraga tenis meja. Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup digemari selain sepak bola, bola basket, volly, dan lain-lain. Tenis meja tersebut adalah olahraga raket yang bisa dimainkan oleh satu orang atau berpasangan yang berlawanan. Agar dapat bermain tenis meja

secara baik dan benar diperlukan beberapa teknik dan taktik serta metode latihan yang cocok.

Keterampilan merupakan suatu kemampuan untuk melakukan satu atau beberapa teknik secara tepat, baik dari segi waktu maupun situasi. Dalam hal ini, keterampilan selalu berkaitan dengan situasi ini. Pemain tenis meja dikatakan terampil bermain tenis meja khususnya melakukan *smash topspin* jika atlet tersebut mampu menampilkan teknik-teknik yang terkandung di dalam permainan tenis meja yang dilakukan secara efektif dan efisien sesuai dengan situasi dan kondisi.

Smash merupakan bola dipukul dengan kecepatan yang cukup sehingga lawan tidak dapat mengembalikannya. Juga disebut dengan pukulan memantulkan atau pukulan pemusnah. Pukulan *smash* juga dapat dilakukan dengan *forehand* maupun *backhand*. Dalam melakukan *smash* tidak hanya ditentukan pada bagaimana cara dan gerakan dalam melakukannya namun juga perlu diperhitungkan cara melakukan penempatan bola yang tepat. Misalkan dengan mencoba untuk mengambil bola yang melambung setengah jalan ke bawah meja yang mencapai ketinggian 30 cm atau lebih rendah, atau yang melayang ke dalam tinggi stengah dari meja. Bola dengan *spin* yang berlebihan akan bisa melemahkan bobot pukulan *smash*.

Topspin yaitu memukul bola dengan setengah bagian bola berputar menjauh dari pemain. Semakin cepat bet dan semakin kuat bola yang digesek, maka akan semakin kuat *spin* yang dihasilkan. Pemain harus menyesuaikan permainan yang menuntut gerakan-gerakan untuk mengembalikan bola *spin*. Dengan berlatih akan membantu pemain untuk meningkatkan keteampilan. Jadi *smash topspin* adalah pukulan *forehand drive* dengan memukul setengah

bagian bola memutar menjauh dari pemain dengan pukulan yang cepat untuk menyerang lawan atau mematikan lawan supaya bisa mendapatkan angka atau nilai.

Metode latihan merupakan suatu pelajaran untuk mengembangkan latihan, dimana kata metode itu digunakan untuk kondisi materi kegiatan. Sedangkan Harsono menyatakan bahwa, “latihan adalah proses yang sistematis dari pada bekerja atau aktivitas gerak jasmani secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah pekerjaannya atau aktivitas kegiatannya”. Latihan adalah suatu proses berlatih yang dilakukan dengan sistematis dan berulang-ulang dengan pembebanan yang diberikan secara progresif. Pada prinsipnya latihan merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih. Dalam olahraga prestasi proses tersebut akan berhasil apabila ada kerja sama antara pelatih yang berpengalaman dan bepengathuan ilmuwan olahraga yang benar-benar menekuni bidang pelatihan.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa latihan merupakan proses yang sistematis untuk meningkatkan kualitas fisik dan penampilan olahraga yang dilakukan secara berulang-ulang dengan pembebanan secara progresif. Untuk itu, dalam proses latihan diperlukan kemampuan pelatih dalam menerapkan metode dan proses latihan, karena proses latihan menjadi sangat efektif jika dilakukan dengan penerapan metode latihan secara tepat, dan di dukung dengan program yang baik. Yang dimaksud dengan latihan *drill* di sini adalah latihan untuk mempermahir teknik-teknik gerakan yang diperlukan untuk mampu melakukan cabang olahraga yang dilakukan atlet.

Metode latihan *drill* adalah latihan yang khusus dimaksudkan dengan untuk membentuk dan memperkembang kebiasaan-kebiasaan motorik atau perkembangan neuromuscular. Jadi bisa di ambil kesimpulan bahwa dalam latihan ini latihan *drill* ini latihan yang diberikan untuk melatih difokuskan kepada keterampilan *smash topspin* dalam olahraga tenis meja. Latihan *drill* ini di haruskan untuk mencapai tujuan yaitu menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan tenis meja. Latihan *drill* ini lebih banyak peluang untuk para pelatih dalam melakukan latihan terhadap atlet yang dibinanya dengan jumlah atlet yang cukup banyak, karena cukup banyak waktu latihan yang bersamaan. Latihan ini juga disusun untuk meningkatkan kemampuan seseorang atlet dengan diberikannya latihan untuk melakukan latihan secara berulang-ulang. Dengan adanya pengulangan-pengulangan tersebut diharapkan adanya peningkatan keterampilan *smash topspin* dalam olahraga tenis meja. Metode latihan *drill* dapat digunakan di semua cabang olahraga, latihan *drill* ini latihannya secara terus menerus atau berulang-ulang agar menghasilkan gerakan yang baik dan benar. Yang dimaksudkan disini yaitu melatih tentang teknik-teknik dasar dalam suatu cabang olahraga supaya gerakan teknik tersebut menjadi gerakan yang refleks sehingga dengan gerakan refleks akan mengurangi beban pemain. Sehingga penampilan atlet tersebut ketika sedang melakukan pertandingan akan termotivasi untuk menjadi yang lebih baik sehingga menghasilkan atlet yang berprestasi. Metode latihan *drill* ini jika di lakukan secara terus menerus diharapkan dapat mengasah kemampuan dan dijadikan suatu kebiasaan pemain dalam melakukan teknik-teknik dasar dalam cabang olahraganya.

Jadi jika seorang pemain sudah menguasai teknik-teknik dasar dalam cabang olahraganya maka ketika bertandingpun akan melahirkan hasil yang baik.

Dari uraian di atas dapat disimpulkan bahwa metode latihan *drill* adalah suatu metode yang cocok untuk di pasangkan di dalam latihan *smash topspin* dalam olahraga tenis meja dengan tujuan untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar, serta dengan metode ini juga mewajibkan pelatih untuk terjun langsung melatih dengan benar dan harus menguasai teknik-teknik dasar yang akan dilatihkan kepada atlet yang di bina. Menurut Nossek: “dalam melakukan latihan bermain (taktik) terdapat dua tujuan utama yang ingin dicapai yaitu pengetahuan bermain dan kemampuan bermain”. Latihan bermain memberikan alternatif, satu jalan keluar yang memungkinkan siswa dapat mempelajari teknik dalam situasi bermain. Untuk mengembangkan sistem klasifikasi dalam latihan permainan, pelatih dapat memilih beberapa bentuk permainan yang memiliki cara bermain yang sama. Melalui latihan yang mirip dengan permainan sebenarnya, minat dan kegembiraan seluruh siswa akan meningkat. Secara khusus bagi atlet yang memiliki kemampuan lebih rendah, latihan bermain adalah pemilihan yang tepat, karena tidak menekankan pada teknik-teknik dasar. Peningkatan pengetahuan bermain, penting bagi siswa untuk menjaga konsistensi keberhasilan pelaksanaan keterampilan yang sudah dimiliki. Untuk seorang atlet, hal ini merupakan langkah pertama yang positif untuk meningkatkan keterampilan bermain. Dengan menggunakan metode latihan bermain dapat memperdalam pemahaman bermain dan meningkatkan kemampuan mentransfer pemahaman secara lebih efektif dari satu permainan ke permainan lainnya.

Kemampuan mentransfer ini meningkatkan peluang pemain untuk meningkatkan permainannya, yaitu dengan bertambahnya keluwesan dalam beradaptasi dengan aktivitas dan situasi baru mankala diperlukan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode latihan bermain adalah suatu metode latihan yang dirancang untuk melatih teknik dan taktik secara bersamaan dan dapat memecahkan masalah serta cepat untuk mengambil suatu keputusan. Karena dengan metode latihan bermain ini, para pemain atau atlet diberikan pelatihan dalam permainan yang sebenarnya namun sudah di modifikasi dahulu.

Menurut Gunarsa: “Motif diartikan sebagai pendorong atau penggerak dalam diri manusia yang diarahkan pada tujuan tertentu”. Pengertian motivasi menurut beberapa ahli dapat dirumuskan sebuah definisi integratif bahwa “motivasi adalah proses aktualisasi generator penggerak internal di dalam diri individu untuk menimbulkan aktivitas, menjamin kelangsungannya dan menentukan arah atau haluan aktivitas terhadap pencapaian tujuan yang telah di tetapkan”.

Motivasi yang harus di butuhkan seorang atlit adalah motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi pada hakikatnya merupakan keinginan, hasrat, kemauan, dan pendorong untuk dapat unggul yaitu

mengungguli prestasi yang dicapai oleh orang lain. Motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk berpacu dengan keunggulan, baik keunggulan dirinya sendiri, keunggulan orang lain, atau kesempurnaan dalam melaksanakan tugas tertentu.

Melihat dari uraian diatas, maka motivasi berprestasi dapat di definisikan sebagai dorongan yang berasal dari dalam atau dari luar diri individu untuk melakukan suatu aktivitas yang bisa menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah atau haluan dan upaya yang dikerahkan untuk melakukan aktivitas sehingga dapat mencapai tujuan yang telah di tetapkan.

METODE PENELITIAN

Dalam penelitian eksperimen ini dilibatkan tiga variabel (1). yakni: variable bebas adalah metode latihan yang terdiri dari metode latihan *drill* dan metode latihan bermain (2). Variabel terikat adalah keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja dan (3). Variabel atribut adalah motivasi berprestasi dari tingkat konsep motivasi berprestasi rendah dan motivasi berprestasi tinggi. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah *treatment by level 2 x 2*.

Tabel 1. Disain *Treatmen By Level 2 x 2*

Metode Latihan (A)	<i>Drill</i> (A ₁)	Bermain (A ₂)
Motivasi Berprestasi (B)		
Tinggi (B ₁)	A ₁ B ₁	A ₂ B ₁
Rendah (B ₂)	A ₁ B ₂	A ₂ B ₂
Total	A ₁	A ₂

Keterangan :

A_1B_1 = kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi yang diberikan metode latihan *drill*.

A_2B_1 = kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi rendah yang diberikan metode latihan *drill*.

A_1B_2 = kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi rendah yang diberikan metode latihan bermain.

A_2B_2 = kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi rendah yang diberikan metode latihan bermain.

A_1 = Metode latihan *drill*

A_2 = Metode latihan bermain

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain tenis meja yang tergabung pada Club tenis meja cortesa yang sekarang aktif latihan berjumlah 60 orang. Untuk menentukan tingkat motivasi berprestasi, maka Verducci menjelaskan bahwa 27% dari sampel diklasifikasikan atlet kelompok bawah yang digunakan sebagai unit analisis. Dari konsep tersebut digunakan sebagai rujukan untuk menentukan motivasi berprestasi atlet anggota sampel. Sehingga jumlah sampel dari masing-masing tingkat motivasi berprestasi yakni, kelompok siswa yang mempunyai motivasi berprestasi tinggi (B_1) adalah 27% dari 68 orang = 16,2 atau 16 sampel. Sedangkan kelompok siswa yang mempunyai motivasi berprestasi rendah (B_2) adalah 27% dari 68 orang = 16,2 Atau 16 Sampel.

Setelah itu diambil 27% atas dari 68 orang berjumlah 18 sampel. Sehingga didapat urutan ke 1 s/d 16 masuk dalam kategori kelompok motivasi berprestasi tinggi dan urutan ke 45 s/d 60 masuk dalam kategori kelompok percaya diri rendah. Skor diantara motivasi berprestasi tinggi

dan motivasi berprestasi rendah dihilangkan/dibuang. Yaitu urutan ke 17 s/d 44 yang berjumlah 32 orang. Sehingga terbentuk kelompok metode latihan *drill* dan kelompok motivasi berprestasi berjumlah 16 orang. Kemudian dari kelompok tersebut dibagi dengan A_1B_1 (kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi diberi perlakuan dengan metode latihan *drill*) sebanyak 8 orang. Kelompok A_2B_1 (kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi diberi perlakuan dengan metode latihan bermain) sebanyak 8 orang.

A_1B_2 (kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi rendah diberi perlakuan dengan metode latihan *drill*) yang berjumlah 8 orang. Dan A_2B_2 (kelompok atlet yang memiliki motivasi berprestasi rendah diberi perlakuan dengan metode latihan bermain) yang berjumlah 8 orang. Dengan demikian sampel yang memenuhi syarat yakni 32 siswa yang dibagi menjadi empat kelompok memiliki 8 Sampel. Pembagian kelompok latihan dapat dilihat pada table berikut.

Instrumen penelitian ini adalah tes keterampilan *smash topspin* yang dibuat oleh peneliti, tes ini berupa tes keterampilan *smash topspin* yang dilaksanakan 10 kali pelaksanaan dan berapa banyak pukulan dan pantulan yang tepat ke daerah skor yang bernilai 3,2 atau 1. Apabila terdapat atlet melakukan gerakan yang salah, pelatih/pengawas segera memperingatkan, atlet tersebut dan harus segera membetulkan gerakan yang salah tersebut dan segera meneruskan tes yang dilakukan.

Pelaksanaannya, atlet berdiri di depan lapangan tenis meja. Tangan kanan memegang bet. Setelah aba-aba “ya” bersiap menerima bola. saat melakukan

smash topspin harus focus terhadap target. Lakukan secara berulang-ulang dengan 10 kali kesempatan.

Pantulan bola dinyatakan tidak sah bila :

- a) Bola di lempar,
- b) Atlet bertelekan dengan tangannya yang bebas pada meja waktu memukul bola.
- c) Bola mengenai bagian meja yang tegak dibawah garis,
- d) Melalui pukulan servis pada waktu mulai tes,

Kepada atlet diberikan kesempatan melakukan tes tiga kali dengan istirahat selama 10 detik setiap selesai melakukan tes.

Cara menskor:

- Nilai dari setiap percobaan adalah jumlah pantulan yang masuk ke kotak sasaran atau target yang bernilai 1,2 dan 3.
- Nilai tes adalah jumlah yang terbanyak dari ketiga percobaan tersebut.

Alat-alat dan perlengkapan:

- a) 10 buah bola tenis meja
- b) Sebuah bat
- c) Sebuah meja tenis yang dapat di lipat
- d) Kapur, untuk menulis sasaran pukul
- e) Blanko dan alat tulis untuk mencatat hasil tes

Petugas:

- a) Seorang pelempar bola kepada atlet.

Seorang penghitung jumlah bola yang masuk ke daerah sasaran dan sekaligus mencatat hasilnya.

Untuk tes motivasi berprestasi dengan menggunakan angket berupa kuesioner dalam bentuk pernyataan. Penyusunan angket berpedoman kepada *Skala Likert* yang berguna untuk menyatakan besarnya persetujuan responden terhadap pernyataan yang diberikan. Angket digunakan untuk melihat motivasi berprestasi atlet yang bertujuan untuk mengukur kemajuan atlet. Instrument ini dirancang dengan menggunakan jawaban dimana setiap pernyataan yang akan diberi skor yaitu: Sangat Setuju (SS) = 5, Setuju (S) = 4, Kurang Setuju (KS) = 3, Tidak setuju (TS) = 2, dan Sangat Tidak Setuju (STS) = 1 yang terdiri dari pernyataan positif dan negatif.

Untuk menganalisa data yang terkumpul, digunakan teknik analisis varians (ANOVA) dua arah pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$. Persyaratan yang diperlukan dalam analisis varians adalah uji normalitas dan homogenitas. Uji normalitas menggunakan uji Lilliefors. Sedangkan untuk uji homogenitas menggunakan uji Bartlett. Apabila terdapat interaksi akan dilanjutkan dengan uji Tukey.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Perbedaan keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja metode *drill* dengan metode bermain secara keseluruhan.

Berdasarkan hasil analisis varian (ANOVA) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$, didapat $F_o = 13,8686$ dan $F_t = 4,085$. Dengan demikian $F_o > F_t$, sehingga H_o ditolak, sehingga dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan, terdapat perbedaan

yang nyata antara metode *drill* dan distribusi terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja. Nilai metode latihan *drill* ($\bar{X} = 17,625$, $SD = 6,965$) lebih tinggi dari nilai metode bermain ($\bar{X} = 13,562$; $SD = 2,25$). Ini berarti hipotesis penelitian yang menyatakan bahwa secara keseluruhan keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja dengan menggunakan metode *drill* lebih tinggi nilainya dibandingkan dengan metode bermain.

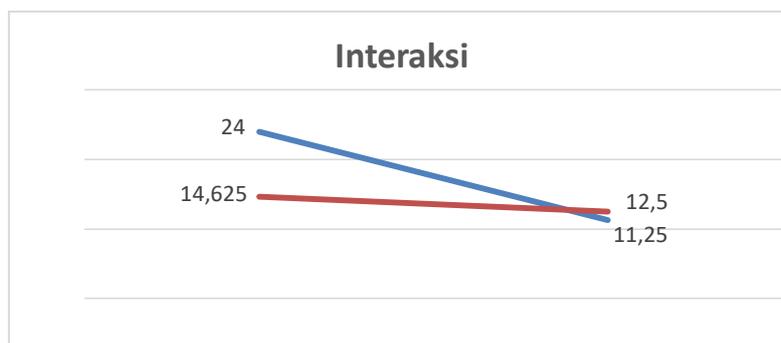
2. Interaksi antara metode latihan *drill* dan metode bermain, dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja.

Berdasarkan hasil analisis varian dua arah, interaksi antara metode latihan dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan

smash topspin dalam tenis meja terlihat pada tabel perhitungan anava diatas. Harga hitung F_o interaksi (FAB)= 27,3084 dan $F_t = 4.15$. terlihat bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$, sehingga H_o ditolak. Dan H_1 diterima dengan demikian dapat disimpulkan bahwa interaksi antara metode latihan dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja. Hipotesis penelitian kedua yang menyatakan terdapat interaksi antara metode latihan dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja.

Dengan demikian hipotesis penelitian kedua yang menyatakan terdapat interaksi antara metode latihan *drill* dan metode latihan bermain terhadap keterampilan *smash topspin* dapat dilihat pada gambar berikut.

Tabel 1. Interaksi



3. Perbedaan keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja antara metode latihan *drill* dan bermain distribusi bagi kelompok motivasi berprestasi tinggi

Metode latihan *drill* dan bermain distribusi memberikan perbedaan yang signifikan terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja bagi kelompok yang memiliki motivasi berprestasi tinggi. Hal ini terbukti berdasarkan hasil uji lanjut

dengan menggunakan uji tuckey yang hasilnya sebagai berikut:

Perbedaan nilai kelompok motivasi berprestasi tinggi dengan metode latihan *drill* (P_3) dibanding dengan kelompok motivasi berprestasi tinggi dengan metode latihan bermain (P_4), diperoleh $Q_h = 20,920^*$ dan $Q_t = 3,63$. Dengan demikian Q_h lebih besar dengan Q_t , sehingga H_0 ditolak. Berdasarkan hasil perhitungan, didapat nilai rata-rata atlet yang memiliki motivasi berprestasi tinggi dengan menggunakan metode latihan *drill* ($X=17,625$; $SD=6,965$) lebih tinggi dari metode latihan bermain ($X=13,562$; $SD=2,25$).

4. Perbedaan keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja antara metode latihan *drill* dan bermain bagi kelompok motivasi berprestasi rendah.

Metode latihan *drill* dan bermain memberikan perbedaan terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja bagi kelompok yang memiliki motivasi berprestasi rendah, namun perbedaan hasil tersebut tidak signifikan.

Nilai kelompok motivasi berprestasi rendah dengan metode latihan *drill* (P_5) lebih rendah dibanding kelompok motivasi berprestasi rendah dengan metode latihan bermain (P_6) diperoleh hasil, $Q_o= 2,273$ dan $Q_t= 3,63$. Artinya data tersebut tidak ada alasan untuk menerima H_0 , sehingga dapat ditafsirkan bahwa terdapat perbedaan antara

keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja metode latihan *drill* dan bermain dengan motivasi berprestasi rendah dan metode latihan *drill* motivasi berprestasi rendah lebih rendah dari nilai keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja metode latihan bermain motivasi berprestasi rendah di club tenis meja cortesa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data, hasil pengujian hipotesis dan hasil pembahasan penelitian yang telah diperoleh maka dapat dijelaskan beberapa kesimpulan, implikasi penelitian dan saran sebagai berikut:

1. Metode latihan *drill* memiliki pengaruh yang lebih tinggi nilainya dari metode latihan bermain terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja di club tenis meja cortesa.
2. Terdapat interaksi antara metode latihan *drill* dan metode latihan bermain dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja di club tenis meja cortesa.
3. Metode latihan *drill* motivasi berprestasi tinggi memiliki pengaruh yang lebih tinggi nilainya dari metode latihan bermain motivasi berprestasi tinggi terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja di club tenis meja cortesa.
4. Metode latihan *drill* motivasi berprestasi rendah memiliki pengaruh yang lebih rendah dari metode latihan bermain motivasi berprestasi rendah terhadap keterampilan *smash topspin* dalam tenis meja di club tenis meja cortesa.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiana dan Hidayat. *Permainan Tenis Meja*. Bandung: Prodi PJKR Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia
- Frank M. Verducci. *Measurement Concept in Physical Education*. London: The C.V. Mosby Company, 1980.
- Hanif Sofyan Achmad. *Model Pembelajaran Permainan Tenis Meja*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya, 2011.
- Hodges Larry. *Tenis Meja Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2007
- Husdarta. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta, 2010.
- Komarudin. *Psikologi Olahraga Latihan Mental dalam Olahraga Kompetitif*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya, 2013.
- Subroto Toto. *Pendekatan Pembelajaran Taktik dalam Pembelajaran Aktivitas Olahraga Permainan*. Bandung: Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Universitas Pendidikan Indonesia, 2013.
- Tangkudung dan wahyuningtyas. *Kepelatihan Olahraga "Pembinaan Prestasi Olahraga" Edisi II*. Jakarta: Cerdas Jaya, 2012.
- Yudiana., et al. *Teori Latihan*. Bandung: Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, 2007.