



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
4. Plagiarisme juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
5. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan bentuk penelitian deskriptif kualitatif. Menurut Suharsimi Arikunto (2025: 3) penelitian deskriptif adalah penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat dan terjadi dalam sebuah kancah, lapangan atau wilayah tertentu, data yang terkumpul diklasifikasikan dan dikelompokkan menurut jenisnya, sifat, atau kondisinya. Kemudian dibuat kesimpulan. Penelitian deskriptif adalah pendekatan penelitian yang digunakan untuk memahami fenomena pada kondisi yang alamiah dengan peneliti sebagai instrumen kunci, teknik pengumpulan data dilakukan secara triangulasi, dan analisis data bersifat induktif, serta hasil penelitian lebih menekankan makna daripada generalisasi. Demikian pula dengan penampilan kesimpulan penelitian akan lebih baik apabila dilengkapi dengan grafik, gambar atau tampilan lain

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Tunas Harapan Tembilahan Kecamatan Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir

2. Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan pada Bulan Maret 2026.



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
4. Plagiarisme juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
5. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Menurut Sugiyono (2019: 61) mengatakan “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/ subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Populasi dalam penelitian yang bersifat deskriptif ini adalah seluruh siswa kelas XII Aliyah Pondok Pesantren Tunas Harapan yang mengikuti pelajaran Tennis Meja yang berjumlah 22 orang yang terdiri dari 13 orang laki-laki dan 9 orang perempuan

2. Sampel

Menurut Sugiyono (2010: 62), sampel adalah bagian dari populasi yang menjadi populasi penelitian dalam ruang lingkup dan waktu yang telah ditentukan”. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling*. *Purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel dengan pertimbangan tertentu yang disesuaikan dengan tujuan penelitian (Sugiyono, 2019).

Dalam penelitian ini, sampel yang diambil adalah seluruh siswa laki-laki dari populasi yang berjumlah 22 orang, dengan jumlah laki-laki sebanyak 13 orang. Pemilihan hanya siswa laki-laki didasarkan pada pertimbangan bahwa kemampuan *forehand* dan *backhand* dalam olahraga yang diteliti dapat dipengaruhi oleh variabel jenis kelamin. Dengan memilih siswa laki-laki saja, diharapkan karakteristik sampel



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

menghasilkan data lebih bervariasi dan dapat mewakili tujuan penelitian. Selain itu, jumlah siswa laki-laki yang tersedia dianggap mencukupi untuk dilakukan analisis dalam penelitian kualitatif ini.

D. Definisi Operasional

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam menginterpretasikan istilah- istilah yang dipakai, maka perlu dikemukakan beberapa definisi operasional sebagai berikut:

1. Keterampilan teknik dasar pukulan *forehand* adalah sebuah keterampilan pukulan dimana telapak tangan yang memegang bet dihadapkan ke depan dan pemain memukul bola dengan ayunan yang searah dari belakang badan pemain serta bagian depan bet menghadap bola
2. Keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* adalah keterampilan pukulan bola dengan posisi telapak tangan yang memegang bet atau raket menghadap ke belakang, atau posisi punggung tangan yang memegang bet atau raket menghadap ke depan.
3. Tennis meja adalah permainan olahraga dengan memantul- mantulkan bola diatas meja menggunakan bet.



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Plagiarisme juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

E. Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel bebas dan terikat, variabel bebas dalam penelitian ini ada dua, yaitu:

1. Keterampilan Teknik Dasar Pukulan *Forehand*
2. Keterampilan Teknik Dasar Pukulan *Backhand*
3. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah permainan tenis meja

F. Instrumen Penelitian

Suharsimi Arikunto (2021: 45), Instrumen penelitian adalah alat pengambilan data. Adapun instrument tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar pengamatan teknik *forehand* dan *backhand* dalam permainan tenis meja untuk mengamati langsung keterampilan siswa saat melakukan teknik *forehand* dan *backhand*.



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

1) Tes *Forehand* Tennis Meja

Tomoliyus, dkk (2017: 108), Tujuan tes untuk mengukur kemampuan teknik dasar *Forehand* tenis meja.

Alat dan perlengkapan:

- a) Meja tenis.
- b) Bet tenis meja
- c) Bola tennis meja 5 – 10 buah.
- d) *Score Sheet*
- e) Alat tulis menulis.
- f) Robot

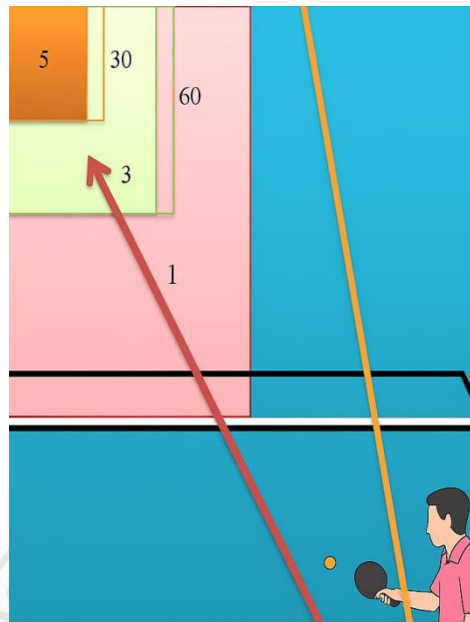


Gambar 4. Robot Pelempar

Sumber: Tomoliyus (2017: 108)

Tanda Meja : Tanda untuk sasaran sebelah kiri testi yaitu pertama luas 30 cm x 30 cm, kedua luasnya 60cm x 60cm

1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.



Gambar 4. Tanda Sasaran Ketepatan *Forehand*

Sumber: Tomoliyus (2017: 109)

Petunjuk Tes :

- a. Subyek disuruh melakukan pemanasan dan latihan (*practice*)
- b. Kecepatan laju bola dan ulangan bola dari robot sedang
- c. Subyek melakukan *raly forehand* diagonal 50 kali

Petunjuk Penyelesaian :

- a. Penyelesaian dilakukan satu orang
- b. Pencatat mengamati dan mencatat nilai hasil bola lewat dibawah tali yang masuk ke sasaran sebelah kiri.
- c. Skor = jumlah nilai sasaran dari 50 kali *forehand* bola yang masuk ke sasaran. Total skor tersebut dikonversikan kedalam norma empiris *Forehand* di bawah ini untuk mengetahui kategori keterampilan anak-anak dalam permainan tenis meja



Tabel 1. Norma Empiris *Forehand*

Kategori	Rentang Nilai (<i>Forehand</i>)
Sangat tinggi	211-250
Tinggi	171-210
Sedang	131-170
Rendah	91-130
Sangat rendah	≤ 90

Sumber: Data Penelitian Subekti, 2017

2) Tes *Backhand* Tennis Meja

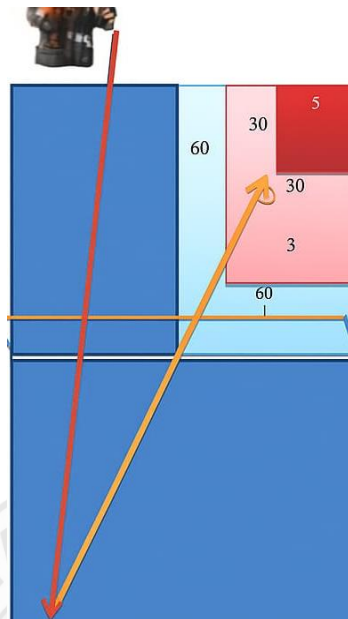
Tomoliyus, dkk (2017: 108), Tujuan tes untuk mengukur kemampuan teknik dasar *Backhand* tenis meja.

Alat dan perlengkapan:

- Meja tenis.
- Bet tenis meja
- Bola tenis meja 5 – 10 buah.
- Score Sheeet*
- Alat tulis menulis.
- Robot

Tanda Meja : Tanda untuk sasaran sebelah kanan testi yaitu pertama luas 30 cm x 30 cm, kedua luasnya 60cm x 60cm

1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
4. Plagiarisme juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
5. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.



Gambar 5. Tanda Sasaran Ketepatan *Backhand*

Sumber: Tomoliyus (2017: 111)

Petunjuk Tes :

- a. Subyek disuruh melakukan pemanasan dan latihan (*practice*)
- b. Kecepatan laju bola dan ulangan bola dari robot sedang
- c. Subyek melakukan *rally forehand* diagonal 50 kali

Petunjuk Penyeoran :

- a. Penyeoran dilakukan satu orang
- b. Pencatat mengamati dan mencatat nilai hasil bola lewat dibawah tali yang masuk ke sasaran sebelah kanan
- c. Skor = jumlah nilai sasaran dari 50 kali *backhand* bola yang masuk kesasaran. Total skor tersebut dikonversikan kedalam norma empiris *Backhand* bawah ini untuk mengetahui kategori keterampilan anak-anak dalam permainan tenis meja



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
2. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi.
Plagiarisme juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang

Universitas Islam Indragiri

Tabel 2. Norma Empiris *Backhand*

Kategori	Rentang Nilai (<i>Backhand</i>)
Sangat tinggi	211-250
Tinggi	171-210
Sedang	131-170
Rendah	91-130
Sangat rendah	≤ 90

Sumber: Data Penelitian Subekti, 2017

G. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Observasi

Observasi dilakukan untuk memperoleh informasi tentang kelakuan manusia seperti terjadi dalam kenyataan. Metode ini penulis gunakan sebelum melakukan penelitian di Madrasah Aliyah Pondok Pesantren Tunas Harapan Kecamatan Tembilahan Kabupaten Indragiri Hilir.

2. Penyiapan sarana dan prasarana yang akan diperlukan selama penelitian
3. Tes. Teknik ini digunakan untuk mendapatkan data yang diperlukan selama penelitian ini.
4. Dokumentasi, yaitu data tambahan berupa foto- foto tentang penelitian.

H. Teknik Analisis Data



1. Dilarang memperbanyak atau mendistribusikan dokumen ini untuk tujuan komersial tanpa izin tertulis dari penulis atau pihak berwenang.
2. Penggunaan untuk kepentingan akademik, penelitian, dan pendidikan diperbolehkan dengan mencantumkan sumber.
3. Penggunaan tanpa izin untuk kepentingan komersial atau pelanggaran hak cipta dapat dikenakan sanksi sesuai dengan UU Hak Cipta di Indonesia.
3. Plagiarisme juga dilarang dan dapat dikenakan sanksi.
3. Universitas hanya berhak menyimpan dan mendistribusikan dokumen ini di repositori akademik, tanpa mengalihkan hak cipta penulis, sesuai dengan peraturan yang berlaku di Indonesia.

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik rumus persentase. Data yang diperoleh dari hasil tes kemampuan *Forehand* dan *Backand* dikelompokkan dalam kategori tertentu. Kemudian, dihitung persentasenya untuk mengetahui tingkat kemampuan siswa.

Rumus:

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

Keterangan:

P = Persentase

n = Jumlah Siswa dalam Satu Kategori

N = Jumlah Seluruh Siswa¹