

Kemampuan Pukulan *Backhand Topspin* pada Atlet Putra Klub PTM Passel Martapura

M. Isra Ansyari^{1*}, Ramadan Arifin¹, Abd. Hamid¹

¹Univesitas Lambung Mangkurat, Indonesia

*Corresponding Author: 2010122210058@mhs.ulm.ac.id

Artikel Info

Abstrak

Tanggal Publikasi

2024-06-30

Kata Kunci

Backhand Topspin

Tenis Meja

Hasil pengamatan selama berada di club adalah kurangnya jam latihan dan sarana prasarana menjadi titik permasalahan yang ada di dalam penelitian ini dan belum pernah ada penelitian yang dilakukan di club PTM Passel Martapura, sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian di Club PTM Passel Martapura. Penulisan ini bertujuan mengetahui tingkat kemampuan atlet PTM Passel dalam pukulan backhand topspin. Pada penelitian ini menggunakan teknik pengambilan total sampling yang berjumlah total 7 orang, metode yang digunakan metode survey yang termasuk penelitian deskriptif kuantitatif. Instrumen berupa mengukur ketepatan pukulan backhand topspin dari tomoliyus 2017. Pengolahan data dengan analisis deskriptif. Kemudian hasil ketepatan *backhand topspin* atlet tenis meja passel putra berada pada katagori rendah "43%" untuk 3 atlet, katagori sedang "43%" untuk 3 atlet, dan katagori tinggi "14%" untuk 1 atlet, dengan rata-rata 21,9, Maka secara keseluruhan hasil penelitiannya masuk dalam kategori kurang. Harapannya dengan adanya penelitian ini bisa bermanfaat bagi pihak club agar terus berlatih dan menambah jam latihan dan untuk peneliti selanjutnya dapat memberi latihan untuk peningkatan kemampuan *backhand topspin*.

1. PENDAHULUAN

Olahraga terdiri dari dua kata, "olah" yang berarti perbuatan atau perilaku, dan "raga" yang berarti badan. Dengan demikian, olahraga dapat diartikan sebagai gerakan badan atau aktivitas jasmani (Daryanto & Effendi, 2023). Olahraga adalah bagian dari kegiatan sehari-hari manusia untuk mencapai kesehatan jasmani dan rohani. Bentuk olahraga meliputi aktivitas tanpa disadari yang dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti berjalan, menyapu, dan aktivitas lainnya (Sumantri, Afandi, Wati, Mudayat, & Syarif, 2023). Namun, kegiatan harian tersebut belum cukup untuk mencapai derajat kesehatan jasmani dan rohani. Untuk mencapai derajat kesehatan, diperlukan latihan yang sistematis dan terencana. (Wardi, Hamid, & Arifin, 2024). Majoritas penduduk dunia familiar dengan dan memahami tenis meja, mulai dari anak-anak hingga dewasa. Di Indonesia, tenis meja adalah olahraga yang populer diketahui oleh hampir semua segmen masyarakat, mulai dari wilayah perkotaan hingga wilayah pedesaan, melintasi semua kelompok usia. Dalam tenis meja, beberapa teknik dasar diakui, termasuk tembakan backhand, yang merupakan tembakan esensial dalam permainan. Namun, banyak pemain tenis meja mengalami kesulitan dalam melakukan tembakan backhand yang efektif dan kuat. Salah satu alasan utama untuk ini adalah kurangnya pelatihan yang tepat dan efektif dalam mengembangkan teknik dan kekuatan tembakan backhand. (Meo, Wani, & Bile, 2024).

Harapan seseorang akan bantuan pendidikan untuk mengembangkan keterampilan dan pengetahuan, sikap serta kreativitasnya merupakan sebuah dari faktor pendidikan yang sangat penting dalam kehidupan seorang (Sasmarianto & Kamarudin, 2023). Dengan melatih peserta didik agar memiliki keinginan yang kuat untuk sukses dan rasa ingin tahu yang besar, dalam pelaksanaannya perlu dilakukan peningkatan kualitas sumber daya manusia (Endrawan & Martinus, 2023). Dua kegiatan di luar kelas yang berhubungan dengan pengajaran dan pembelajaran adalah contoh

pendidikan jasmani. Dalam proses belajar mengajar atau program sekolah, kegiatan pembelajaran internal sekolah diatur oleh alokasi waktu (Murjani, Hamid, & Mulhim, 2023).

Olahraga sudah menjadi kebutuhan global untuk skala dan intensitas dalam meningkatkan kualitas kehidupan ilmiah harus menjadi faktor dalam pertumbuhan kehidupan olahraga yang berkualitas. Olahraga juga sebagai bentuk aktivitas yang mengkaitkan kemampuan fisik, jasmani, dan juga rohani seseorang ("Perspektif Filsafat Olahraga dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat," n.d.). Salah satu olahraga yang menjadi populer di dunia ialah tenis meja hal ini dibuktikan data yaitu lebih dari 300 juta pemain tenis meja yang aktif (*Most Popular Sports List*, n.d.). Olahraga ini merupakan olahraga indoor yang dimainkan dengan memantulkan bola diatas permukaan meja, melewati net dan memukulnya menggunakan blade yang dilapisi oleh rubber. Tenis meja adalah satu olahraga yang membutuhkan kelincahan supaya atlet mampu melakukan gerakan dan kekuatan yang maksimal (Kondric, 2014), oleh karena itu yang harus dikuasai seorang atlet tenis meja untuk meningkatkan prestasi atlet teknik dasar dalam permainan menjadi modal utama. Pada olahraga ini ada beberapa jenis teknik pukulan yang dapat membantu untuk mengembalikan bola ke area lawan untuk mendapatkan poin (Nurdin, 2020).

Masyarakat diseluruh Indonesia mempopulerkan permainan yang bernama tenis meja yang merupakan sebuah olahraga yang telah merakyat di seluruh Indoensia. Permainan ini juga salah satu cabang olahraga yang digemari Masyarakat (Dirgantoro, 2016). Salah satu olahraga individu ialah permainan tenis. Sebagai indikator penguasaan permainan, permainan ini membutuhkan keterampilan teknik dasar yang kuat (Indah & Rusli, 2021). selain teknik dasar ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi permainan yaitu fisik, mental dan peralatan yang bagus (Kahri, 2024). Sarana dan prasarana juga menentukan hasil dari latihan, dengan kondisi yang mencukupi dapat memperoleh hasil yang maksimal (Nuansari, Purnomo, & Yunitaningrum, n.d.). Mengerti, mempelajari, dan melakukan teknik tenis meja ialah pemain yang baik (Sari & Antoni, 2020). Dengan deskripsi teroris yang pertama *Backhand*, (L, 2007) menyatakan *backhand* ialah pukulan di mana pemain dengan menggunakan tangan kanan mereka memindahkan taruhan ke kiri, dan pemain dengan menggunakan tangan kiri mereka memindahkan taruhan ke kanan. *Backspin* dapat ditangani dengan *backhand*, tetapi *topspin* biasanya membutuhkan *fronthead*. Meskipun tembakan *backhand* mungkin konsistensi dan kecepatan biasanya lebih penting daripada kekuatan di *forehand*. Ketiga jenis tersebut ialah cara yang dilakukan *backhand*. Kemudian pukulan yang dilakukan saat bola berada disebelah kiri tubuh ialah pada *backhand drive*. Adapun 4 teknik dasar dalam permainan tenis meja (Letsoin, Hukubun, & Solissa, 2023). Drive ialah salah satu teknik pukulan (*stroke*) diawali dari posisi bet tertutup serta pengembangan bet dari dasar miring ke atas selesai sebelum dahi. Pukulan *forehand drive* dan *backhand drive* ialah dari dua macam pukulan drive (M.S, 2017).

Topspin (Putaran ke depan), pukulan dengan menghasilkan putaran bola spin ke depan ialah pukulan *topspin*, hambatan udara yang relatif tinggi di atas bola menyebabkan bola berputar ke depan; Namun, hambatan udara yang relatif rendah di bawah bola menyebabkan jalur bola biasanya turun. pukulan bola *topspin* dengan mengirim bola melompat begitu cepat atau lebih lambat, tergantung pada bola, titik taruhan, dan kekuatan yang dilakukan.

Dengan menguasai pukulan *Backhand topspin* maka seorang pemain maupun atlet akan mudah dalam melakukan serangan dalam bertanding, maka dari tujuan dari pukulan *Backhand topspin* ini adalah untuk bisa menghasilkan pukulan yang baik sehingga para pemain maupun atlet tidak selalu bermain dengan mengandalkan *forehand*, maka dari itu pukulan ini tidak kalah penting dari pukulan *forehand*. dan setiap atlet yang menguasai dengan baik pukulan *Backhand topspin* ini biasanya selalu bisa memperlihatkan permainan yang agresif ketika pertandingan.

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 (Islamy, n.d.). Ketepatan sangat diperlukan untuk menempatkan bola pada sasaran yang tepat. Permainan tenis meja arah bola tidak menentu sehingga perlu di tempatkan kearah yang tepat (Muherman & Ramona, 2019). Namun, dilihat dari rally atlet, titik jatuh bola masih berada di area terdekat lawan, bola jatuh ke posisi terdekat lawan, memungkinkan lawan untuk membalas serangan serta tidak mengakhiri permainan dengan benar. Disinilah kita harus melakukan survei kemampuan pukulan atlet Ketika dilakukannya pukulan saat bermain tenis meja. Mengevaluasi sambil bermain tenis meja, tentu saja, harus dilakukan untuk mendominasi proses memukul yang baik dan bebas sehingga pesaing dapat bermain sesuai asumsi. Dengan membutuhkan koordinasi yang baik diharapkan setiap atlet mampu menguasai teknik gerak, gerakan memukul bola, gerakan awal serta lanjutan, *topspin* adalah taktik menyerang umum dalam game ini yang harus dikuasai untuk mengakhiri permainan lawan, oleh karena itu, penelitian ini ialah yang pertama untuk mengukur teknik ini. Atlet persatuan tenis harus mengukur akurasi putarannya sehingga pelatih dapat menentukan kemampuan putaran atlet, Karena pelatih belum mengetahui kemampuan spin atlet, penelitian ini sangat ideal untuk asosiasi tenis meja Passel. Keuntungannya juga sebagai bahan penilaian bagi mentor, chief, dan pesaing Passel sendiri dengan tujuan agar mereka dapat menyusun program persiapan yang masuk akal, sebagai penilaian untuk masa depan dan selanjutnya sebagai tolok ukur yang mendasari untuk mengeksplorasi isu-isu mereka selanjutnya. klub tenis meja didirikan sebagai bentuk pembinaan terhadap masyarakat untuk mengembangkan atau menyalurkan minat dan bakat terhadap permainan bola kecil (Nurvenda & Widodo, 2021).

Sedikit pemain tenis meja yang dapat melakukan akurasi pukulan atau penempatan bola dalam permainan (*rally*), sebab tanpa kontrol dan konsisten tidak mungkin pukulan bisa akurat. Fungsi dari ketepatan pukulan adalah untuk membuat lawan berlari meraih bola yang jauh dari jangkauan (*open the side court*), juga digunakan untuk menyelesaikan suatu permainan (*rally*) atau yang disebut *winning point* (Budi & Arwandi, 2020).

Berdasarkan hasil survey peneliti di klub PTM Passel, Pelaksanaan latihan hanya berlangsung 1 kali selama seminggu. Meja yang sedikit yaitu 2 buah dengan tempat yang tidak terlalu luas. Latih melatih sudah lama dilakukan namun seiring berjalannya waktu ada penurunan rutinitas latihan dari atlet sehingga atlet yang berlatih sekarang hanya tersisa 7 orang dan pada masa itu belum pernah dilakukan tes kemampuan backhand topspin pada atlet, sehingga belum diketahui tingkat kemampuan, hal ini mungkin terjadi karena penurunan rutinitas latihan dan sarana prasarana lalu berefek ke atlet yang lain. Padahal seharusnya pihak klub harus lebih memperhatikan semua kegiatan latih melatih dan menambah jam latihan serta memberikan dukungan kepada atletnya.

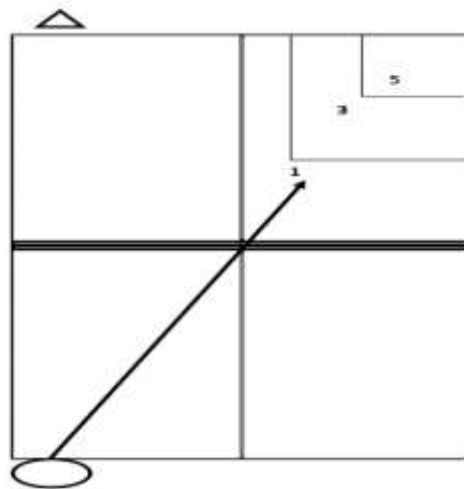
Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan diatas tadi melihat dari segi kurangnya jam latihan dan fasilitas yang memang kurang memadai serta tidak pernah dilakukan penelitian tentang kemampuan pukulan backhand topspin di klub PTM Passel Martapura.

Maka peneliti tertarik melakukan penelitian untuk menjawab permasalahan tersebut dengan melakukan tes kemampuan pukulan backhand topspin dengan judul yaitu survei kemampuan pukulan backhand topspin dalam permainan tenis meja pada atlet putra club PTM Passel Martapura.

2. METODE

Rancangan penelitian ini adalah deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif yaitu dimaksudkan untuk memaparkan suatu kondisi atau keadaan serta hal lainnya yang sudah diperoleh dan bentuk akhirnya dituangkan dalam sebuah penjelasan didalam laporan. Metodologi yang digunakan penelitian ini yaitu metode survey dengan pelaksanaan tes. Tempat penelitian ini dilakukan di Club PTM Passel Martapura dengan jumlah populasi 7 orang. Sampel

terpilih sebanyak 7 orang dengan penarikan total sampling . Teknik pengumpulan data menggunakan ketepatan pukulan backhand topspin (Rihtiana & Tomoliyus, 2014).



Gambar 1. Instrumen tes Backhand Topspin
Sumber (Tomoliyus, 111, 2017)

Instrumen penelitian disini yakni tes ketepatan *backhand topspin*, dengan menempatkan tujuan bola jatuh ke kotak evaluasi dibagian kiri meja lawan dengan focus yang berubah sesuai situasi bola. Pelatih akan mendistribusikan bola sepuluh kali, dan skor akan ditambahkan bersama. Langkah selanjutnya ialah menganalisis data setelah mendapatkan data dari variabel tersebut sehingga data dapat diambil kesimpulan. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan analisa deskriptif dengan persentase. Setelah data didapatkan dan dimasukan kedalam kategori nya, lalu menghitung untuk melihat persentase keseluruhan data dengan rumus persentase dengan bantuan program aplikasi Microsoft Excel dan SPSS Adapun rumus yang digunakan $P = \frac{F}{N} \times 100\%$.

Setelah sejumlah data dianalisis, pada penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif kuantitatif. Selain itu, rumus untuk menentukan proporsi yang termasuk setiap kategori digunakan (Lestari & Sutisyana, n.d.).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah didapatkan rumus untuk mengetahui tingkat kemampuan atlet putra, didapatkan hasil penelitian mengenai tingkat kemampuan pukulan Backhand topspin pada atlet putra club PTM Passel Martapurau dengan metode tes *Backhand Topspin* dapat dilihat dalam bentuk tabel 1.

Tabel 1. Hasil Ketepatan *Backhand Topspin*

No	Nama	<i>Backhand Topspin</i>	Katagori
1	Amin	37	Tinggi
2	Ian	22	Sedang
3	Rofiki	24	Sedang
4	Rijani	15	Rendah
5	Fauzi	13	Rendah
6	Rahmat	17	Rendah
7	Hairi	25	Sedang

(sumber data primer diolah tahun 2024)

Perhitungan dari ketepatan pukulan *backhand topspin* pada atlet putra club ptm passel martapura menghasilkan mean= 21,9, median= 22, simpangan baku= 8. Hasilnya bisa dilihat pada tabel 2.

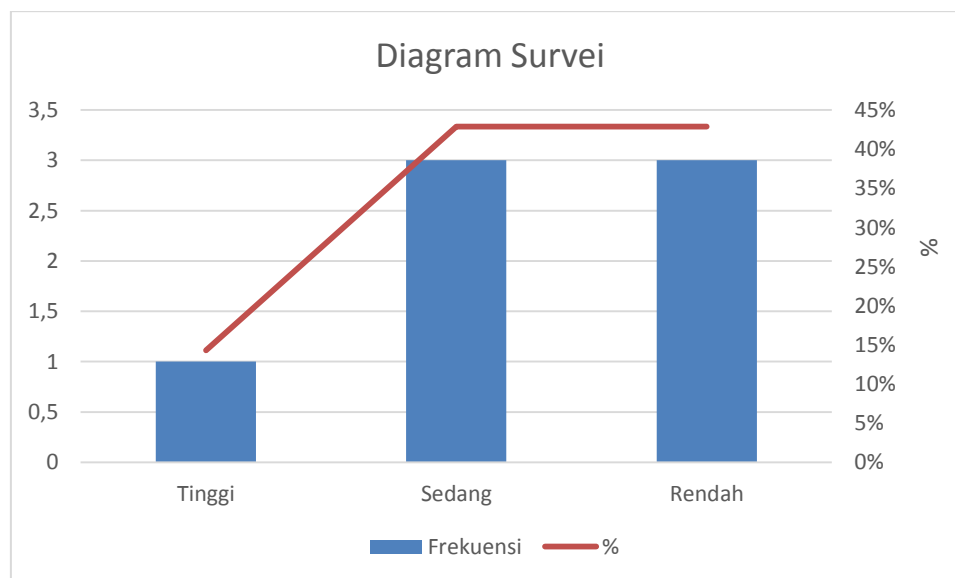
Tabel 2. Statistik Ketepatan *Backhand Topspin*

N	7
Mean	21,9
Median	22
Standard Deviation	8
Minimum	13
Maksimum	37

Tabel 3. Norma Penskoran *Backhand Topspin*

No	Interval	Katagori	Frekuensi	%
1	$x \geq 29,9$	Tinggi	1	14
2	$13,9 > x < 29,9$	Sedang	3	43
3	$x \leq 13,9$	Rendah	3	43
Jumlah			7	100

Deskripsi hasil tes kemampuan *backhand topspin* pada atlet putra PTM Passel Martapura dengan jumlah sampel 7 atlet putra dengan nilai interval tertinggi 37 dan nilai terendah 13 dan mean 21,9. Dari hasil penelitian kemudian dianalisa dengan teknik deskriptif persentase. Data dari survei di club dan didapatkan setelah melakukan tes kemampuan pukulan *Backhand Topspin* atlet Putra PTM Passel Martapura. Tes dilakukan dengan jumlah sampel sebanyak 7 atlet putra. Analisa tes dituangkan dalam bentuk Diagram pada Gambar 2.



Gambar 2. Diagram Batang Ketepatan *Bachand Topspin*

Berdasarkan hasil tes kemampuan pukulan *backhand topspin* pada atlet putra Club PTM Passel Martapura berjumlah 7 orang atlet sampel, menunjukkan bahwa terdapat 1 atlet dengan kategori tinggi atau sebesar 14%, atlet tersebut memiliki kemampuan pukulan *backhand topspin* yang kuat dan tepat pada sasaran yang diinginkan karena sering melakukan latihan dan memiliki semangat tinggi serta memiliki pengalaman dalam bertanding. Selanjutnya terdapat 3 atlet dalam kategori sedang atau sebesar 43%, hal ini ditunjukkan pada saat tes *backhand topspin* memiliki kepercayaan diri yang tinggi namun masih ada beberapa bola yang kurang tepat sasaran. Selanjutnya terdapat 3 orang atlet dalam kategori rendah atau sebesar 43% yang mana banyak bola yang tidak tepat sasaran

dan keluar sehingga tidak mendapatkan point sama sekali, selain itu juga karena karena pola latihan backhand yang jarang jadi hambatannya tidak leluasa dalam mengarahkan bola.

Tingkat kemampuan pukulan backhand topspin pada klub PTM Passel Martapura dapat dikatakan termasuk dalam kategori kurang. Berdasarkan penelitian survey Pukulan *Backhand Topspin* dapat dikatakan berkategori kurang, Atlet yang berlatih kurang karena kurangnya persaingan diantara mereka sehingga menimbulkan kemalasan dalam berlatih dan berdampak pada kurangnya kemampuan dalam melakukan *backhand topspin*. Atlet yang memiliki kemampuan dasar yang baik akan terus berkembang dengan sendirinya dan terus berlatih demi mengembangkan bakat yang ia miliki dan membuat atlet yang lain termotivasi dan menghasilkan persaingan yang bagus diantara mereka.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan fokus penelitian kemampuan pukulan *Backhand topspin* pada atlet putra klub PTM Passel Martapura, diharapkan dapat terus meningkatkan kemampuan *backhand topspin* para atletnya karena *Backhand topspin* yang baik dapat menjadi menjadi counter attack pukulan forehand topspin sehingga dapat menahan serangan lawan dan bisa menjadi serangan yang sulit untuk diterima lawan, dan tidak terlepas dari pukulan-pukulan yang lain harus dilatih juga agar dapat bermain dengan optimal. Meningkatkan fasilitas serta pelatihan yang menyenangkan akan menarik atlet muda yang mau terjun ke dunia olahraga tenis meja dengan harapan bertambahnya yang berminat dapat meningkatkan kualitas dari atlet tersebut dalam bermain tenis meja.

4. KESIMPULAN

Bisa ditarik kesimpulan berdasarkan hasil penelitian kemampuan pukulan Backhand topspin pada atlet putra Club PTM Passel Martapura dengan sample 7 orang, didapatkan hasil dengan katagori rendah "43%" untuk 3 atlet, katagori sedang "43%" untuk 3 atlet, dan katagori tinggi "14%" untuk 1 atlet, dengan rata-rata 21,9, maka secara keseluruhan tingkat kemampuan pukulan backhand topspin pada club PTM Passel Martapura dapat dikategorikan kurang.

Daftar Pustaka

- Budi, S., & Arwandi, J. (2020). Pengaruh Metode Latihan Multiball Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Dan Backhand Drive Dalam Permainan Tenis Meja, 3.
- Daryanto, Z. P., & Effendi, A. R. (2023). Futsal Playing Skill Level of Futsal Extracurricular Participants. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 1(3), 1-5.
- Dirgantoro, E. W. (2016). Correlation of Muscle Strength on Sleeve and Long Sleeve Traffiec Forehand Students JPOK FKIP University of Lambung Mangkurat Banjarbaru. *Jurnal Multilateral*, 152.
- Endrawan, I., & Martinus, M. (2023). Level of Physical Fitness of Elementary School Students in Class V. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 1(3), 12-16. <https://doi.org/10.59923/champions.v1i3.52>
- Indah, N., & Rusli, M. (2021). Analisis tingkat keterampilan dasar tenis meja pada siswa kelas xi putra sma negeri 1 watubangga. *Journal Olympic (Physical Education, Health and Sport)*, 1(1), 70-79. <https://doi.org/10.36709/olympic.v1i1.9>
- Islamy, N. F. (n.d.). Pengaruh metode latihan dan motivasi berprestasi terhadap keterampilan smash topspin tenis meja.
- Kahri, M. (2024). Survei Nervuos Atlet Tenis Meja Ptm Ije-Jela Kab.Barito Kuala Saat Bertanding. *Jurnal Segar*, 12(2), 80-88. <https://doi.org/10.21009/Segar/1202.02>

- Kondric, N. (2014). The Relationship of Morphology and Motor Abilities to Specific Table Tennis Tasks in Youngsters. *Collegium Antropologium*, 38(1).
- L, H. (2007). *Table Tennis, Step to Success*. Champaign: Human Kinetic Publisher.
- Lestari, P., & Sutisyana, A. (n.d.). Kontribusi Kemampuan Backhand Dan Forehand Drive Kedinding Terhadap Kemampuan Bermain Tenis Meja Mahasiswa Pjkr Fkip Universitas Bengkulu.
- Letsoin, H. S. ., Hukubun, M. ., & Solissa, J. (2023). Survei Keterampilan Dasar Bermain Tenis Meja pada Mahasiswa Penjaskesrek Angkatan 2021. *Journal on Education*, 5(4), 16687–16694. <https://doi.org/10.31004/joe.v5i4.2853>
- M.S, T. (2017). *Sukses Melatih Keterampilan Dasar Permainan Tenis Meja dan Penilaian*.
- Meo, A., Wani, B., & Bile, R. L. (2024). Pengembangan Model Latihan Backhand Drive Dbo Tenis Meja Pada Siswa SMP. *Jurnal Edukasi Citra Olahraga*, 4(1), 20–26. <https://doi.org/10.38048/jor.v4i1.2264>
- Most Popular Sports List*. (n.d.).
- Muherman, S., & Ramona, S. (2019). Pengaruh Open Skill Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Drive Dalam Ekstrakurikuler Tenis Meja. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 6(1). <https://doi.org/10.36706/altius.v6i1.8231>
- Murjani, A., Hamid, A., & Mulhim, M. (2023). Analisis Motivasi Peserta Didik Mengikuti Ekstrakurikuler Pencak Silat Setia Hati di SMA Darul Hijrah Putera. *Jurnal Pendidikan Jasmani & Olahraga*, 4(3).
- Nuansari, R., Purnomo, E., & Yunitaningrum, W. (n.d.). Survei Hasil Belajar Forehand, Backhand Dan Smash Tenis Meja Peserta Didik Smk Negeri 3.
- Nurdin, H. H. (2020). Analisis Gerakan Forehand Pada Tenis Meja, 1(1).
- Nurvenda, B., & Widodo, A. (2021). Analisis SWOT Pembinaan Cabang Olahraga Tenis Meja Klub Bintang Berlian Kabupaten Mojokerto, 9(4).
- Perspektif Filsafat Olahraga dalam Mewujudkan Masyarakat Sehat. (n.d.). *Medikora*, IX(1). <https://doi.org/10.21831/medikora.v0i1.4646>
- Rihtiana, V., & Tomoliyus, T. (2014). Pengembangan Instrumen Penilaian Keterampilan Teknik Forehand Dan Backhand Drive Tenis Meja Pada Atlet Usia Dini. *Jurnal Keolahragaan*, 2(2), 216–227. <https://doi.org/10.21831/jk.v2i2.2627>
- Sari, D. N., & Antoni, D. (2020). Analisis kemampuan forehand drive atlet tenis meja. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 60–65. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5253](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5253)
- Sasmarianto, S., & Kamarudin, K. (2023). Motor Ability of Elementary School Students in Upper Class. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 1(3), 6–11.
- Sumantri, R. J., Afandi, R., Wati, Y. E. R., Mudayat, M., & Syarif, A. (2023). Improving Volleyball Bottom Passing Learning Results Through Playing Ball Throwing. *Champions: Education Journal of Sport, Health, and Recreation*, 1(3), 24–30.
- Wardi, S., Hamid, A., & Arifin, R. (2024). Motivasi Dan Tingkat Ketepatan Forehand Drive Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Tenis Meja Mtsn 6 Banjar, 10(2).