

BAB II
LADASAN TEORI
SURVEY MINAT SISWA TERHADAP EKTRAKURIKULER TENIS
MEJA

A. Permainan Tenis Meja

1. Sejarah Tenis meja

Sejarah tenis meja berasal dan dimulai di daratan Eropa sekitar abad pertengahan sebagai kombinasi dari permainan tenis kuno, law tennis dan bulu tangkis. Mulai populer di Inggris pada pertengahan abad ke-19 dengan beberapa nama seperti pingpong, gossima, dan *whiff-whaff* dikreasikan sebagai permainan hiburan setelah makan malam, lengkap dengan berbusana bagi penggemarnya. Permainan ini mendapatkan wadah resmi yang mengatur pertenismejaan dunia pada tanggal 15 Januari 1926 atas prakarsa Dr. George Lehman dari Jerman.

Tenis meja masuk ke Indonesia pada sekitar tahun 1930-an dan hanya dilakukan di tempat-tempat pertemuan umum orang Belanda, yang dikenal dengan nama *societeit*. Sekitar tahun 1940-an, sudah mulai masuk ke masyarakat Indonesia melalui golongan pamong dan *ambtenaar-ambtenaar* (pegawai negeri) Indonesia. Pada tahun yang sama PTMSI menjadi anggota dari *Table Tennis Federation of Asia*, disingkat TTFA. Beberapa kejuaraan Asia yang diselenggarakan oleh TTFA telah diikuti oleh PTMSI, terutama yang diselenggarakan di Singapura dan Manila. Pada tahun 1961 PTMSI resmi menjadi anggota Internasional Table Tennis Federation disingkat ITTF, sebagai negara anggota ke-73.

Sebagai anggota ITTF, dibandingkan dengan keanggotaan pada ITFA, sebaliknya PTMSI tidak pernah absen di dalam kejuaraan-kejuaraan dunia yang diselenggarakan sejak tahun 1963, dimanapun penyelenggaraannya dilaksanakan. Partisipasi pertama bagi PTMSI

adalah di Praha pada tahun 1963, yang diikuti oleh baik putra maupun putri dengan hasil peringkat ke-34 bagi putra dan ke-31 bagi putri.

B. Minat

1. Pengertian minat

Minat merupakan salah satu unsur kepribadian yang memegang peran penting dalam mengambil keputusan masa depan. Minat yang tidak sesuai dengan bakat, kebutuhan, kecakapan, dan tidak sesuai dengan tipe-tipe khusus anak, banyak menimbulkan problem pada diri anak tersebut. Siswa yang kurang berminat terhadap bahan pelajaran maka, akan muncul kesulitan belajar. Dan kalau seseorang tidak berminat untuk mempelajari sesuatu, maka tidak dapat diharapkan bahwa dia akan berhasil dengan baik, sebaliknya kalau siswa belajar dengan penuh minat maka dapat diharapkan bahwa hasilnya akan lebih baik. Minat mengarahkan individu terhadap suatu objek atas dasar rasa senang atau rasa tidak senang. Dan perasaan senang atau tidak senang merupakan dasar suatu minat.

Menurut Slamento (2010: 57), minat adalah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan. Kegiatan yang diminati seseorang, di perhatikan terus-menerus yang di sertai dengan rasa senang. Jadi berbeda dengan perhatian, karena perhatian sifatnya sementara (tidak dengan waktu yang lama) dan belum diikuti dengan perasaan senang, sedangkan minat selalu diikuti dengan perasaan senang dan dari situ di peroleh kepuasan.

Minat adalah suatu rasa ingin melakukan kegiatan yang positif, menurut Sumadi Suryabrata (2004: 70), minat yaitu keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong individu untuk melakukan aktifitas-aktifitas tertentu guna mencapai tujuan tertentu. Sedangkan menurut Hurlock (2004: 114), minat adalah merupakan sumber motivasi yang mendorong seseorang untuk melakukan apa saja yang mereka inginkan jika mereka bebas memilih.

Sedangkan menurut Sudibyo Setyoboro (2002: 22), minat adalah sumber penggerak dan penolong tingkah laku individu memenuhi kebutuhan untuk mencapai tujuan tertentu. Jadi minat timbul bila individu tersebut tertarik terhadap sesuatu yang dirasakan menarik bagi individu tersebut, bermakna dan dibutuhkan bagi individu. Menurut Sumardi Suryabarta (2004: 70), minat yaitu keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong individu untuk melakukan aktifitas-aktifitas tertentu. Elizabeth (2004: 114), minat adalah sumber motivasi untuk melakukan apa saja yang mereka inginkan jika mereka bebas memilih.

Menurut Sudibyo Setyoboro (2002: 22), minat adalah sumber penggerak dan pendorong tingkah laku individu dalam memenuhi kebutuhan untuk mencapai tujuan tertentu. Menurut Hilgard, minat ialah kecenderungan yang tetap untuk memperhatikan dan mengenang beberapa kegiatan (dalam Slameto, 2003: 57). Menurut Holland, minat adalah kecenderungan hati yang tinggi terhadap sesuatu (dalam Djaali, 2007:122). Jadi, dapat disimpulkan minat ialah suatu proses pengembangan dalam mencampurkan seluruh kemampuan yang ada untuk mengarahkan individu kepada suatu kegiatan yang diminatinya.

Minat merupakan salah satu aspek psikis manusia yang dapat mendorong untuk mencapai tujuan. Seseorang yang memiliki minat terhadap suatu obyek, cenderung untuk memberikan perhatian atau merasa senang yang lebih besar kepada obyek tersebut. Namun apabila obyek tersebut tidak menimbulkan rasa senang, maka ia tidak akan memiliki minat pada obyek tersebut. Dengan kata lain minat dapat menjadi sebab kegiatan dan sebab partisipasi dalam kegiatan itu.

Berdasarkan pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa minat adalah kecenderungan pada diri seseorang yang ditandai dengan adanya rasa senang atau ketertarikan terhadap suatu objek tertentu disertai dengan adanya pemusatan perhatian terhadap suatu objek tersebut. Sehingga mengakibatkan seseorang mempunyai keinginan untuk terlibat atau berkecimpung langsung dalam suatu objek tertentu karena dirasakan

bermakna pada dirinya sendiri, sehingga ada harapan dari objek yang dituju tersebut.

2. Faktor-faktor minat

Menurut Muhibbin Syah (2011:152) menjelaskan faktor minat dibagi menjadi 2 yaitu faktor internal dan eksternal, kedua faktor minat tersebut yaitu sebagai berikut:

a. Internal

Faktor internal adalah sesuatu yang membuat siswa berminat, yang berasal dari dalam diri siswa sendiri. Faktor internal itu sendiri mempunyai 3 indikator antara lain: belajar, bakat, hobi

1) Belajar

Belajar adalah bentuk pertumbuhan atau perubahan dalam diri seseorang yang dinyatakan dalam cara-cara berperilaku yang baru berkat pengalaman dan latihan.

2) Bakat

Bakat merupakan kemampuan yang dibawa sejak lahir, dengan kata lain bersifat keturunan .

3) Hobi

Hobi adalah sesuatu yang berhubungan daya gerak yang mendorong kita cenderung atau merasa tertarik pada orang, benda, kegiatan maupun bisa berupa pengalaman yang efektif yang dirangsang oleh kegiatan itu sendiri.

b. Eksternal

Faktor eksternal adalah sesuatu yang membuat siswa berminat yang datangnya dari luar diri, seperti: motivasi, fasilitas, lingkungan.

1) Motivasi

Motivasi adalah suatu sugesti atau dorongan yang muncul karena diberikan oleh seseorang pada orang lain atau diri sendiri, dorongan tersebut bermaksud agar seseorang menjadi orang yang lebih baik dari yang sebelumnya. Motivasi juga bisa diartikan sebagai sebuah

alasan yang mendasari sebuah perbuatan yang dilakukan oleh seseorang.

2) Fasilitas

Fasilitas dapat diartikan sebagai segala sesuatu yang dapat memudahkan dan memperlancar pelaksanaan segala sesuatu usaha.

3) Lingkungan

Lingkungan adalah media dimana makhluk hidup tinggal, mencari dan memiliki karakter serta fungsi yang khas yang mana terkait secara timbale balik dengan keberadaan makhluk hidup yang menempatinya, terutama manusia yang memiliki peranan yang lebih kompleks dan riil.

3. Hakikat Minat

Dalam kehidupan sehari-hari manusia melakukan aktivitas, tujuannya untuk memperoleh sesuatu atau memenuhi kebutuhan hidup. Manusia dalam melakukan aktivitas sudah pasti didorong oleh rasa ketertarikan dan keinginan yang tinggi demi mendapatkan tujuan sesuai yang diinginkan. Suatu kegiatan atau aktivitas yang tidak didorong oleh keinginan dan ketertarikan yang tinggi atau paksaan tidak akan menghasilkan sesuatu yang sesuai dengan harapan. Kegiatan dalam hal ini adalah ekstrakurikuler, ekstrakurikuler yang tidak dilakukan dengan rasa ketertarikan dan dorongan yang tinggi bagi siswa, tidak akan menghasilkan apa-apa, ekstrakurikuler akan berjalan dengan baik apabila didukung dengan besarnya ketertarikan dan minat siswa terhadap ekstrakurikuler tersebut.

Minat adalah kesadaran seseorang bahwa suatu obyek, suatu soal atau situasi mengandung sangkut paut dengan dirinya. Minat berarti pula kecenderungan jiwa yang tetap kejurusan.

Sesuatu yang berharga bagi orang. Sesuatu yang berharga bagi seseorang ada yang sesuai dengan kebutuhannya. menurut deolori (dalam Azhari) minat itu adalah pernyataan suatu kebutuhan yang tidak terpenuhi. Minat itu sendiri dapat dibedakan menjadi minat primitif dan

minat cultural. Minat primitif berkisar pada makan dan kebebasan aktivitas sedangkan minat cultural meliputi pemenuhan kepuasan yang lebih tinggi lagi yang hanya bisa dicapai melalui belajar. (Akyas Azhari, 1996 : 74)

Syaiful, (2008:166) berpendapat bahwa minat adalah kecenderungan yang menetapkan untuk memperhatikan dan mengenang beberapa aktivitas seseorang yang berminat terhadap suatu aktivitas akan memperhatikan aktivitas itu secara consistent dengan rasa senang.

Tijdan (1976:71) mengatakan bahwa minat adalah gejala psikologis yang menunjukkan pemusatan perhatian terhadap suatu obyek sebab ada perasaan senang. Dari pengertian tersebut jelaslah minat itu sebagai pemusatan perhatian atau reaksi terhadap suatu obyek seperti benda tertentu atau situasi tertentu yang di dahului oleh perasaan senang terhadap obyek tersebut. (<http://belajar-psikologi.com//pengertian-minat>)

Mahmud (1982) mengatakan bahwa minat adalah sebagian sebab yaitu kekuatan pendorong yang memaksa seseorang menaruh perhatian pada orang, situasi atau aktifitas tertentu dan bukan pada yang lain. Minat sebagai akibat pengalaman efektif yang distimulus oleh hadirnya seseorang atau sesuatu obyek atau karena berpartisipasi dalam suatu aktifitas. (<http://belajarpsikologi.com/pengertian-minat>).

Semiawan mengatakan bahwa minat (interest). Adalah keadaan mental yang menghasilkan respon terarah kepada sesuatu.situasi atau obyek tertentu yang menyenangkan dan memberi kepuasan kepadanya (statisfiers). Demikian juga minat dapat menimbulkan sikap yang merupakan suatu kesiapan berbuat bila ada stimulasi sesuai dengan keadaan tersebut, <http://wiki.bestlagu.com/education/173334-pentingnya-minat-belajar-bagi-peningkatan-prestasi-belajar-siswa.html>

Slameto (1995:180) mengatakan bahwa minat adalah suatu rasa lebih suka dan rasa ketertarikan pada suatu hal atau aktivitas.tanpa ada yang menyuruh. Minat pada dasarnya adalah penerimaan akan suatu

hubungan antara diri sendiri dengan suatu di luar diri. Semakin kuat atau dekat hubungan tersebut, semakin besar minat.

Menurut Kamus Lengkap Psikologi, minat (interest) adalah (1) suatu sikap yang berlangsung terus menerus yang memusatkan perhatian seseorang, sehingga membuat dirinya jadi selektif terhadap obyek minat, (2) perasaan yang menyatakan bahwa suatu aktivitas, pekerjaan, atau obyek itu berharga atau berarti bagi individu, (3) suatu keadaan motivasi, atau suatu set motivasi, yang menuntun tingkah laku menuju suatu arah (sasaran) tertentu (dalam Chaplin, 2008:255). Crow & Crow (dalam Abror, 1993:122) minat adalah sesuatu yang berhubungan dengan daya gerak yang mendorong kita cenderung atau merasa tertarik pada orang, benda, kegiatan ataupun bisa berupa pengalaman yang efektif yang dirangsang oleh kegiatan itu sendiri. (<http://www.psychologymania.com/2011/08/definisi-minat-menurut-beberapa-ahli-html>. Dikunjungi pada tanggal 12 maret 2012).

Yudrik jahja (2011:63) mengatakan minat adalah suatu dorongan yang menyebabkan terikatnya perhatian individu pada objek tertentu seperti pekerjaan, pelajaran, benda dan orang. Minat berhubungan dengan aspek kognitif, afektif, dan motorik dan merupakan sumber motivasi untuk melakukan apa yang diinginkan.

Minat berhubungan dengan sesuatu yang menguntungkan dan dapat menimbulkan kepuasan bagi dirinya. Kesenangan merupakan minat yang sifatnya sementara. Adapun minat yang bersifat tetap (*persistent*) adalah unsur yang memenuhi kebutuhan dan memberikan kepuasan. Semakin sering minat diekspresikan dalam kegiatan akan semakin kuat minat tersebut, sebaliknya minat akan pupus maka tidak ada kesempatan untuk mengekspresikannya.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa minat adalah suatu proses kejiwaan yang bersifat abstrak yang dinyatakan oleh seluruh keadaan aktivitas, ada objek yang dianggap bernilai sehingga diketahui dan diinginkan sehingga proses jiwa

menimbulkan kecendrungan perasaan terhadap sesuatu, gairah atau keinginan sesuatu. Bisa dikatakan pula bahwa minat menimbulkan keinginan yang kuat terhadap sesuatu. Keinginan ini disebabkan adanya rasa dorongan untuk meraih sesuatu yang berupa benda, kegiatan dan sebagainya, baik itu yang membahagiakan atau pun menakutkan.

4. Faktor – faktor Yang Mempengaruhi Minat

Minat kepada hakikatnya merupakan sebab akibat dari pengalaman. Minat berkembang sebagai hasil dari pada suatu kegiatan dan akan menjadi sebab akan dipakai lagi dalam kegiatan yang sama (Crow and Crow, 1973:22) faktor – faktor tersebut adalah sebagai berikut:

- a. *The factor inner urge (faktor dorongan dari dalam)* : rangsangan yang datang dari lingkungan atau ruang lingkup yang sesuai dengan keinginan atau kebutuhan seseorang akan mudah menimbulkan minat. Misalnya kecenderungan terhadap belajar, dalam hal ini seseorang mempunyai hasrat ingin tahu terhadap ilmu pengetahuan.
- b. *The factor of social motive (faktor motif sosial)* : minat seseorang terhadap obyek atau sesuatu hal. Disamping itu juga dipengaruhi oleh faktor dari dalam diri manusia dan oleh motif sosial, misal seseorang berminat pada prestasi tinggi agar dapat status sosial yang tinggi pula.
- c. *Emosional factor (faktor emosional)* : faktor perasaan dan emosi ini mempunyai pengaruh terhadap obyek misalnya perjalanan sukses yang dipakai individu dalam suatu kegiatan tertentu dapat pula membangkitkan perasaan senang dan dapat menambah semangat atau kuatnya minat dalam kegiatan tersebut. Sebaliknya kegagalan yang dialami akan menyebabkan minat seseorang berkembang. Menurut Milton (1961:397) minat dibagi menjadi dua yaitu:
 - 1) Minat subyektif : perasaan yang menyatakan bahwa pengalaman-pengalaman tertentu yang bersifat menyenangkan.

- 2) Minat obyektif : reaksi yang merangsang kegiatan-kegiatan dalam lingkungannya.

Menurut Samsudin (1961:8) minat jika dilihat dari segi timbulnya terdiri dari 2 macam yaitu:

- a) Minat spontan : minat yang timbul dengan sendirinya secara langsung.
- b) Minat yang disengaja : minat yang dimiliki karena dibangkitkan atau ditimbulkan.

5. Hubungan minat dan olahraga

Pada semua tingkatan umur, minat memegang peranan yang penting dalam kehidupan seseorang dan mempunyai dampak yang besar dalam perilaku dan sikap. Pada umur remaja merupakan tahapan untuk mencari identitas diri. Dengan demikian ada kecenderungan dari individu untuk meraih sesuatu melalui berbagai cara yang antara lain melalui aktivitas fisik atau olahraga. Terdapat beberapa cirri minat pada remaja.

Menurut R.R Eiferman (1971) dalam Singgih D. Gunarso (1996: 90) pembentukan minat anak-anak untuk mengikuti kegiatan olahraga, diperoleh sebagai berikut :

- a. Pada umur 8-11 tahun minat berolahraga besar. Pada umur 12-14 tahun minat berolahraga menurun.
- b. Peran serta orang tua (ayah dan ibu) sebagai tokoh pendukung (termasuk pengadaan fasilitas) dan menciptakan suasana kondusif.
- c. Peran orang lain (misal pelatih) sebagai pemacu dalam menanamkan minat maupun dorongan dalam mencapai prestasi.
- d. Dukungan dan pengakuan dari pemerintah dan masyarakat, bahwa olahraga yang dilakukan, merupakan sesuatu yang menimbulkan kegairahan tersendiri (adanya penilaian, penghargaan, insentif).

Menurut Elizabeth Hurlock (1990:155) membagi cirri minat tersebut ke dalam 7 point yaitu:

- a. Minat tumbuh bersamaan dengan perkembangan fisik dan mental.
- b. Minat bergantung kepada kesiapan belajar.

- c. Minat bergantung pada kesempatan belajar.
- d. Perkembangan minat gangguan fisik atau cacat fisik.
- e. Minat dipengaruhi oleh budaya.
- f. Minat berbotot emosional.
- g. Minat itu egoisentris.

Pada masa anak-anak hal ini dapat dilihat secara jelas bahwa minat itu berpusat pada dirinya sendiri. Mereka akan berupaya dengan berbagai jalan untuk mendapatkan apa yang diinginkannya. Pada remaja minat untuk berprestasi melalui olahraga merupakan salah satu akulturasi egoisentris yang ada pada dirinya, sehingga olahraga merupakan langkah penting dalam memperoleh kedudukan yang menguntungkan dimasa yang akan datang.

Minat ini dapat digali dan ditumbuh kembangkan bahwa minat tumbuh dari tiga jenis pengalaman belajar, yaitu : Pertama, belajar bermain coba-coba; kedua, belajar melalui identifikasi dengan orang yang dicintai dan dikagumi; dan ketiga : minat mungkin berkembang melalui bimbingan dan pengarahan seseorang yang mahir menilai kemampuan anak. Metode belajar seperti ini memperhitungkan kemampuan anak, sehingga model ini dimungkinkan akan lebih menumbuhkan minat pada anak tersebut dari pada cara belajar coba-coba dan identifikasi. Namun demikian model untuk menumbuhkan minat pada anak dapat dilakukan dengan berbagai macam cara dengan selalu perspektif kemampuan talentanya.

6. Aspek-aspek minat

Minat dibagi menjadi 3 aspek menurut Hurlock (2004:117) yaitu:

- a. Aspek Kognitif (berfikir)

Berdasarkan atas pengalaman pribadi dan apa yang pernah dipelajari baik dirumah, sekolah, dan masyarakat serta dari berbagai jenis media massa.

b. Aspek Afektif (sikap)

Konsep yang membangun aspek kognitif, minat dinyatakan dalam sikap terhadap kegiatan yang ditimbulkan minat. Berkembang dari pengalaman pribadi dari sikap orang yang penting yaitu orang tua, guru, dan teman sebaya terhadap kegiatan yang berkaitan dengan minat tersebut dan dari sikap yang dinyatakan atau tersirat dalam berbagai bentuk media massa terhadap kegiatan itu.

c. Aspek Psikomotor (berbuat)

Tindakannya berdasarkan kognitif dan afektifitas.

Aspek-aspek minat dijelaskan oleh Pintrich dan Schunk (1996:304) sebagai berikut:

- a. Sikap umum terhadap aktivitas (*general attitude toward the activity*) sikap umum disini maksudnya adalah sikap yang dimiliki oleh individu, yaitu perasaan suka atau tidak suka terhadap aktivitas.
- b. Pilihan spesifik untuk menyukai aktivitas (*specific preference for or liking the activity*). Individu akan memutuskan pilihannya untuk menyukai aktivitas tersebut.
- c. Merasa senang dengan aktivitas (*enjoyment of the activity*), yaitu perasaan senang individu terhadap segala sesuatu yang berhubungan dengan aktivitasnya.
- d. Aktivitas tersebut mempunyai arti atau penting bagi individu (*personel importance or significance of the activity to the individual*) individu merasa bahwa aktivitas yang dilakukannya sangat berarti.
- e. Adanya minat intrisik dalam isi aktivitas (*intrinsic interest in the content of activity*). Dalam aktivitas tersebut terdapat perasaan yang menyenangkan.
- f. Berpartisipasi dalam aktivitas (*reported choice of or participation in the activity*). Individu akan berpartisipasi dalam aktivitas itu karena menyukainya.

C. Tenis meja

1. Pengertian Tenis Meja

Tenis meja atau pingpong adalah suatu olahraga permainan yang dimainkan oleh dua orang atau dua pasangan yang berlawanan. Permainan ini menggunakan sebuah raket yang terbuat dari papan kayu yang dilapisi karet yang biasa disebut bet, sebuah bola pingpong dan lapangan permainan yang berbentuk meja persegi empat yang mempunyai ukuran tertentu dan ditengahnya dipasang net sebagai batas area pertahanan dan lawan.

2. Teknik dasar Tenis Meja

Permainan Tenis meja adalah jenis olahraga yang termasuk dalam kategori permainan bola kecil. Hal ini dikarenakan dalam permainan tenis meja bola yang digunakan berukuran kecil. Dalam permainan ini terdapat dua kategori yang diperlombakannya itu kategori ganda dan kategori tunggal baik pria maupun wanita. Namun dalam ganda terdapat ganda putri, putra dengan campuran.

Permainan tenis meja juga mempunyai sebuah teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Karena hal tersebut merupakan yang terpenting untuk memperoleh permainan yang terbaik disetiap pertandingan. Berikut ini Teknik Dasar permainan Tenis meja yang harus dikuasai oleh setiap pemain.

1. Cara Menggunakan Bet (Teknik Grip)
2. Teknik Stance atau teknik Bersiap Siaga
3. Teknik Footwork atau teknik gerakan kaki
4. Teknik Stroke (Pukulan)

3. Teknik Service

Service adalah suatu pukulan yang dilakukan untuk memulai atau membuka permainan dengan tiap bagian alat pemukul memulai bagian atas net, setelah bola dilambungkan pada daerah service. Dapat pula ditambahkan bahwa service merupakan tindakan pertama dalam permainan tenis meja dan juga sebagai serangan pertama kali bagi

pemain yang melakukan service yang sukar atau sulit diterima oleh pihak lawan dapatlah dipakai suatu senjata untuk mengadakan suatu serangan. (Drs. Soetomo, 1985 : 553).

1. Service Forehand

Service Forehand adalah service yang dilakukan dengan bagian depan bet/raket, di sebelah kanan badan bagi seorang pemain yang memegang bet dengan tangan kanan atau sebelah kiri badan bagi seorang pemain kidal. (Napitupulu, 1982 : 57). Teknik Service Forehand sebagai berikut:

- a. Posisi Kaki, Service forehand memiliki sikap dasar badan agak condong ke arah meja, dengan pengertian bahwa kaki kiri berada di depan, (bagi yang tidak kidal).
- b. Posisi Lengan, Lengan atas membentuk sudut kecil dengan tubuh lengan bawah mengarah ke bawah.
- c. Posisi Bet, Saat melakukan service bet terbuka, maksud dari bet terbuka adalah waktu perkenaan bola posisi bagian depan bet menghadap ke depan.
- d. Gerakan service dilakukan dari bawah ke atas, dari kanan ke kiri, dari belakang ke depan. Lengan bawah mengkhiri gerakanya di depan dahi. Jadi selama melakukan pukulan lengan bawah membentuk sudut lebih kecil.

4. Sarana dan Prasarana Tennis Meja



Gambar 2.1 Lapangan Tennis Meja

a. Meja

Meja yang dipergunakan untuk permainan tenis meja berbentuk persegi panjang. Terbuat dari kayu yang keras supaya dapat memantulkan bola. Ukuran meja tersebut antara lain sebagai berikut.

- panjang : 2,74 meter
- lebar : 1,52 meter
- tinggi meja dari lantai : 76 cm
- tebal meja : 3 cm
- lebar garis sisi : 1 cm.

b. Bola

Bola dalam permainan tenis meja terbuat dari bahan seluloid putih dengan berat 24,0-25,3 gram dan diameter 37,2-38,2 mm.

c. Jaring (Net)

Net yang dipergunakan dalam permainan tenis meja biasanya terbuat dari nilon atau bahan lain yang sejenis, biasanya berwarna hijau tua dan di bagian sisinya dilapisi dengan kain atau pita yang berwarna putih. Net mempunyai ukuran sebagai berikut.

- panjang : 1,83 meter
- lebar pita : 15 mm
- tinggi jaring : 15,25 cm

d. Pemukul (Bet)

Alat pemukul dalam permainan tenis meja disebut bet. Bet harus terbuat dari kayu. Kedua permukaan daun pemukul dilapisi dengan karet.