

ABSTRAK

Ilman Al Nahrowi. 2021. Pengaruh Latihan *Multiball* Terhadap Kemampuan Ketepatan Pukulan *Forehand* Tenis Meja (Eksperimen Pada Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja SMK As-Shofa), Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi Tasikmalaya.

Penelitian ini dilakukan berdasarkan temuan masalah pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMK AS-Shofa pada umumnya, belum memiliki ketepatan sasaran pukulan *forehand* yang baik. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan ketepatan pukulan *forehand* tenis meja pada peserta didik ekstrakurikuler di SMK AS-Shofa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Eksperimen. Subjek penelitian ini adalah Peserta Didik peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMK As-Shofa yang berjumlah 32 siswa. Teknik sampling pada penelitian ini adalah *proporsional random sampling*, dengan sampel sebanyak 20 orang. Dengan instrumen berupa tes kemampuan ketepatan pukulan *forehand* tenis meja, tes terdiri dari test awal (*pretest*) dan tes akhir (*post-test*). Berdasarkan pengolah data menggunakan SPSS, bahwa ada pengaruh latihan *multiball* terhadap kemampuan ketepatan *forehand* pada Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja SMK As-Shofa. Dapat dilihat dari nilai rata-rata kelompok eksperimen, maka diperoleh nilai rata-rata *pretest* = 47.60 dan nilai rata-rata *posttest* = 52.60, karena nilai rata-rata *pretest* lebih kecil dari nilai rata-rata *posttest* maka terjadi peningkatan kemampuan ketepatan *forehand* sebesar = 5.00, dengan kenaikan persentase sebesar 1.060%.

Kata Kunci : Latihan *Multiball*, Kemampuan, Ketepatan, Pukulan *Forehand*, Tenis Meja

ABSTRACT

Ilman Al Nahrowi. 2021 *The Effect of Multiball Exercise on the Accuracy of Table Tennis Forehand Strokes (Experiment on Table Tennis Extracurricular Participants at SMK As-Shofa), Department of Physical Education, Faculty of Teacher Training and Education, University of Siliwangi Tasikmalaya.*

This research was conducted based on the findings of problems in students who take part in table tennis extracurricular activities at AS-Shofa Vocational School in general, do not have good forehand target accuracy. The purpose of this study was to determine the effect of multiball training on the accuracy of table tennis forehand strokes in extracurricular students at AS-Shofa Vocational School. The research method used in this research is the experimental method. The subjects of this study were students who took table tennis extracurricular at Smk As-Shofa totaling 32 students. The sampling technique in this study is proportional random sampling, with a sample of 20 people. With the instrument in the form of a table tennis forehand accuracy test, the test consists of an initial test (pretest) and a final test (post-test). Based on data processing using SPSS, that there is an effect of multiball practice on the ability of forehand accuracy in Table Tennis Extracurricular Participants at SMK As-Shofa. It can be seen from the average value of the experimental group, the average value of the pretest = 47.60 and the average value of the posttest = 52.60, because the average value of the pretest is smaller than the average value of the posttest, there is an increase in the forehand accuracy of = 5.00, with a percentage increase of 1.060%.

Keywords: Multiball Practice, Ability, Accuracy, Forehand, Table Tennis