PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN MENGGUNAKAN SARANA STANDAR DAN MODIFIKASI SERTA KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *GROUNDSTROKE BACKHAND* TENIS LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA PENJASKESREK ANGKATAN 2013 FKIP UNP KEDIRI TAHUN 2015

S K R I P S I

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh Gelar Sarjana (S-1) Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Nusantara PGRI Kediri

Oleh :

LUTFI ZAKARIA
NPM: 11.1.01.09.0259

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
2015

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

Oleh :

LUTFI ZAKARIA
NPM: 11.1.01.09.0259

Dengan Judul :

PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN MENGGUNAKAN SARANA STANDAR DAN MODIFIKASI SERTA KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *GROUNDSTROKE BACKHAND* TENIS LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA PENJASKESREK ANGKATAN 2013 FKIP UNP KEDIRI TAHUN 2015.

Telah disetujui oleh dosen pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian
Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri

Tanggal : 11 April 2015

Mengetahui,

Pembimbing I	Pembimbing II
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.	**Drs.Slamet Junaidi, M.Pd**
NIDN.725018205	**NIDN.15066801**

ii

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

Oleh :

LUTFI ZAKARIA
NPM: 11.1.01.09.0259

Dengan Judul :

PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN MENGGUNAKAN SARANA STANDAR DAN MODIFIKASI SERTA KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN GROUNDSTROKE BACKHAND TENIS LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA PENJASKESREK ANGKATAN 2013 FKIP UNP KEDIRI TAHUN 2015

Telah dipertahankan di depan panitia penguji

Pada tanggal : 19 Agustus 2015

Dan dinyatakan telah memenuhi persyaratan.

PANITIA PENGUJI		**TANDA TANGAN**
1. Ketua	: Dr.Setya Adi Sancaya,M.Pd	
2. Penguji I	: Slamet Junaidi, M.Pd	
3. Penguji II	: Ruruh Andayani Bekti, M.Pd.	

Mengesahkan ,
Dekan FKIP

Dr.Hj.Sri Panca Setyawati,M.Pd
NIDN. 0716046202

iii

PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN MENGGUNAKAN SARANA STANDAR DAN MODIFIKASI SERTA KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN *GROUNDSTROKE BACKHAND* TENIS LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA PENJASKESREK ANGKATAN 2013 FKIP UNP KEDIRI TAHUN 2015

LUTFI ZAKARIA
11.1.01.09.0259
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan – Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi
zakarialutfi@gmail.com
Ruruh Andayani Bekti, M.Pd dan Drs. Slamet Junaidi, M.Pd
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh metode latihan menggunakan sarana standar dan modifikasi terhadap kemampuan *groundstroke backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015. (2) Perbedaan koordinasi mata-tangan tinggi dan rendah terhadap kemampuan *groundstroke backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015. Penelitian ini menggunakan metode *eksperimen*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015 yang berjumlah 60 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive random sampling.* Dari jumlah populasi 60 orang diambil 40 mahasiswa berdasarkan hasil tes kemampuan koordinasi mata-tangan yang diklasifikasikan menjadi tiga yaitu kemampuan koordinasi mata-tangan tinggi, sedang, dan rendah. Data yang dikumpulkan yaitu kemampuan koordinasi mata-tangandengan lempar tangkap bola tenis dari Aussie Sport yang dikutip M. Furqon (2002: 45) dan tes *backhanddrive* dari Hewitt yang dikutip Mulyono B (2010: 80-84). Teknik analisis data yang digunakan adalah ANAVA 2 X 2 dan uji *Newman Keuls*.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan sebagai berikut : (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihanmenggunakan sarana standar dan modifikasi terhadap kemampuan *groundstroke backhand* tenis lapanganpada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015. F_{hitung} = 19.5135 lebih besar dari F_{tabel} = 4.11 ($F_0 > F_t$), pada taraf signifikasi 5%. (2) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara kemampuan koordinasi mata-tangan tinggi dan kemampuan koordinasi mata-tangan rendah terhadap kemampuan *groundstroke backhand* pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015. F_{hitung} = 20.6284 lebih besar dari F_{tabel} = 4.11 ($F_0>F_t$), pada taraf signifikasi 5%.(3)Adainteraksi yang signifikan antara bentuk latihan *groundstroke backhand*menggunakan sarana standar dan modifikasi serta koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *groundstroke backhand*pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015.

Kata kunci: Sarana standar dan modifikasi, koordinasi mata tangan, *Groundstroke backhand* tenis lapangan.

I. LATAR BELAKANG

Tenis merupakan salah satu jenis olahraga yang populer dan banyak digemari disemua lapisan masyarakat juga suatu permainan yang sangat menyenangkan dan menggairahkan. Tidak ada batasan umur, laki-laki ataupun perempuan dan dalam berbagai usia dapat melakukan dan menikmati permainan tenis. Pada perkembangannya tenis modern diperkenalkan oleh *Major Wingfield* di Inggris pada tahun 1873 dan setahun kemudian oleh *Nona Cutterbridge* di Amerika Serikat kejuaraan tenis yang pertama dilangsungkan di *Wimbeldon*, kemudian muncul kejuaraan-kejuaraan amatir yang hanya memainkan partai tunggal putra dan dalam kejuaraan selanjutnya mulai dipertandingkan partai tunggal putri" Yudoprasetio (1981:1).

Perkembangan tenis di Indonesia dalam tahun-tahun terakhir ini menunjukkan kemajuan dengan banyaknya agenda kejuaraan-kejuaraan tenis nasional ataupun Internasional yang diselenggarakan dalam setiap tahunnya. Lebih dari 8 kejuaraan nasional digelar, dalam upayanya mencari bibit-bibit atlet tenis, seperti Piala Thamrin di Jakarta, Widjojo-Soejono di Surabaya. Tugu muda di Semarang dan masih banyak lagi, bahkan yang bertaraf Internasional Junior (ITF Group II, IV dan V). Dengan banyaknya kejuaraan tersebut, PB PELTI berharap tenis nasional tidak ingin tertinggal dari negara-negara lain dalam melahirkan atletnya ketingkat dunia.

begitu pentingnya pukulan *backhand* dalam permainan tenis lapangan, bagi pemain pemula dalam latihan teknik pukulan *groundstroke backhand* diperlukan suatu metode latihan yang benar. Sehingga dalam melatih teknik *backhand* dapat digunakan metode latihan menggunakan sarana standar dan modifikasi. Sarana standar yaitu dengan menggunakan raket dan bola tenis yang standar, sedangkan sarana modifikasi dengan menggunakan raket tonnis (paddle) dan bola yang lebih kenyal (sudah berkurang tekanan udaranya).

Permasalahan yang telah dikemukakan diatas merupakan dasar yang dapat melatarbelakangi judul penelitian "Perbedaan Pengaruh Metode Latihan Menggunakan Sarana Standar dan Modifikasi serta Koordinasi Mata-tangan Terhadap Kemampuan *Groundstroke Backhand* Tenis Lapangan pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri Tahun 2015".

II Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Dasar penggunaan metode ini adalah kegiatan percobaan yang diawali dengan memberikan perlakuan kepada kepada subyek yang diakhiri dengan suatu bentuk tes guna mengetahui pengaruh perlakuan yang telah diberikan. Sugiyanto (1995: 21) menjelaskan bahwa:

> "Tujuan penelitian eksperimental adalah untuk meneliti ada tidaknya hubungan sebab akibat serta besarnya hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan (*treatment*) terhadap kelompok eksperimen yang hasilnya dibandingkan dengan hasil kelompok kontrol yang tidak diberikan perlakuan atau diberikan perlakuan yang berbeda."

Dalam penelitian ini terdapat dua variabel bebas (*independen*) dan satu variabel terikat(*dependen*) yaitu:

1. Variabel Bebas (*independen*) yaitu variabel yang mempengaruhi variabel lain.

   Variabel Bebas (*independen*) dalam penelitian ini yaitu:

   a) Variabel manipulatif adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel yang lain dengan sifat bebas. Dalam penelitian ini yaitu terdiri dari metode latihan dengan sarana standar dan sarana modifikasi.

   b) Variabel atributif adalah variabel yang dapat mempengaruhi variabel lain yang melekat pada diri sampel yang dibedakan ataskoordinasi mata-tangantinggi dan koordinasi mata-tangan rendah.

2. Variabel terikat (*dependen*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel lain.

   Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan *groundstroke backhand* tenis lapangan.

Tingkat keajegan hasil tes yang dilakukan dalam penelitian, dilakukan uji reliabilitas dengan menggunakan korelasi interklas, ANAVA dari Mulyono B. (2010:46-49) sebagai berikut:

$$R = \frac{MS_A - MS_W}{MS_A}$$

Keterangan:

R = Koefisien reliabilitas

MS_A = Jumlah rata-rata dalam kelompok

MS_W = Jumlah rata-rata antar kelompok

Hasil perhitungan korelasi diatas kemudian dimasukkan kedalam rumus reliabilita dari Sperman Brown sebagai berikut:

$$r = \frac{2r\ Y_1Y_2}{1+rY_1Y_2}$$

Langkah-langkah untuk melakukan uji Newman–Keuls adalah sebagai berikut:

1) Susun k buah rata-rata perlakuan menurut urutan nilainya dari yang terkecil sampai kepada yang terbesar.
2) Dari rangkaian ANAVA, diambil harga RJK disertai dk-nya.
3) Hitung kekeliruan buku rata-rata untuk setiap perlakuan dengan rumus: $S_y = \frac{RJK_E(Kekeliruan)}{N}$

   RJK (Kekeliruan) juga didapat dari hasil rangkuman ANAVA.
4) Tentukan taraf siknifikan α, lalu gunakan daftar rentang student. Untuk uji Newman – Keuls, diambil V = dk dari RJK (Kekeliruan) dan P = 2,3…,k. Harga – harga yang didapat dari bagian daftar sebanyak (k-1) untuk V dan P supaya dicatat.
5) Kalikan harga – harga yang didapat di titik…….. di atas masing – masing S_y dengan jalan demikian diperoleh apa yang dinamakan rentang siknifikan terkecil (RST).
6) Bandingkan selisih rata – rata terkecil dengan RST untuk mencari P-k selisih rata – rata terbesar dan rata – rata terkecil kedua dengan RST untuk P = (k-1), dan seterusnya. Demikian halnya perbandingan selisih rata – rata terbesar kedua rata – rata terkecil dengan RTS untuk P = (k-1), selisih rata-rata terbesar kedua dan selisih rata-rata terkecil kedua dengan RST untuk P = (k-2), dan seterusnya. Dengan jalan begitu semua akan ada $^{1/2}K(k-1)$ pasangan yang harus dibandingkan. Jika selisih – selisih yang didapat lebih besar dari pada RST-nya masing – masing maka disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rata – rata perlakuan.

III Hasil dan Kesimpulan

Deskripsi hasil analisis data hasil kemampuan *groundstroke backhand* pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015 yang dilakukan sesuai dengan kelompok yang dibandingkan, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

a. Berdasarkan pengujian hipotesis pertama menunjukkan bahwa, ada perbedaan pengaruh antara peningkatan kemampuan *groundstroke forehand* mahasiswa yang diberi perlakuan dengan latihan menggunakan sarana modifikasi dan menggunakan sarana standar. Kelompok mahasiswa yang diberi latihan dengan menggunakan sarana modifikasi memiliki peningkatan lebih baik dibanding dengan kelompok mahasiswa yang diberi perlakuan latihan menggunakan sarana standar. Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa, metode latihan dengan sarana modifikasi mempunyai rata-rata peningkatan lebih besar 2.75 daripada metode latihan menggunakan sarana standar. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada perbedaan pengaruh antara metode latihan dengan sarana modifikasi dan standar terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015, dapat diterima kebenarannya.

b. Berdasarkan pengujian hipotesis kedua menunjukkan bahwa ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara kemampuan koordinasi mata-tangan tinggi dan rendah terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan. Ditinjau dari hasil kemampuan *groundstroke forehand* yang dihasilkan ternyata kelompok mahasiswa yang mempunyai kemampuan koordinasi mata-tangan tinggi mempunyai peningkatan yang lebih baik dibanding dengan kelompok mahasiswa yang mempunyai kemampuan koordinasi mata-tangan rendah. Dari hasil analisis data diperoleh nilai rata-rata peningkatan kemampuan *groundstroke forehand* mahasiswa yang mempunyai kemampuan koordinasi mata-tangan tinggi lebih besar 2.60 daripada mahasiswa yang mempunyai kemampuan koordinasi mata-tangan rendah. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan ada perbedaan

pengaruh antara koordinasi mata-tangan tinggi dan rendah terhadap kemampuan *groundstroke forehand* tenis lapangan pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015, dapat diterima kebenarannya.

c. Penggunaan pendekatan latihan dalam kemampuan *groundstroke forehand* dapat dijadikan sebagai salah satu sarana untuk meningkatkan kemampuan koordinasi mata-tangan. Untuk terbentuknya kemampuan yang memadai, seseorang harus memiliki unsur-unsur utama dari kemampuan koordinasi mata-tangan yaitu power, kecepatan, dan koordinasi. Jika seseorang memiliki tiga unsur tersebut dengan baik maka akan mendukung terbentuknya kemampuan koordinasi mata-tangan yang memadai dan sebaliknya. Dengan demikian penggunaan pendekatan latihan dan kemampuan koordinasi mata-tangan mempunyai interaksi yang positif, dimana kemampuan koordinasi mata-tangan yang baik dapat mendukung pencapaian hasil kemampuan *groundstroke forehand* yang lebih optimal.

nilai hasil peningkatan kemampuan *groundstroke forehand* adalah tidak sejajar, sehingga jika garis tersebut diteruskan akan mendapat suatu titik pertemuan (perpotongan) antara metode latihan dan koordinasi mata-tangan. Berarti terdapat kecenderungan untuk berinteraksi antara keduanya. Hal ini sesuai dengan kajian teori yang dikemukakan bahwa peningkatan hasil tidak dipengaruhi oleh metode latihan saja, tetapi juga faktor internal, dimana kedua faktor tersebut mempengaruhi secara berkaitan. Tinggi rendahnya koordinasi mata-tangan yang dimiliki akan mempengaruhinya terbentuknya power, kecepatan, dan koordinasi yang memadai, sehingga dapat mempengaruhi kemampuan *groundstroke forehand*. Dengan kata lain, siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi akan lebih optimal dalam melakukan pukulan sehingga hasil kemampuan *groundstroke forehand* lebih baik jika dibanding dengan siswa yang koordinasi mata-tangannya rendah. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan ada kecenderungan untuk berinteraksi antara metode latihan dan koordinasi mata-tangan terhadap kemampuan *groundstroke forehand* pada mahasiswa putra Penjaskesrek angkatan 2013 FKIP UNP Kediri tahun 2015, dapat diterima kebenarannya.

IV DAFTAR PUSTAKA

Andi Suhendro. 2004. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.

Barron's. 2000. *Tennis Course Techniques and Tactics Vol. 1*. Hongkong: Barron's

Bompa, Tudor O. 1999. *Theory and Methodology of Training: The Key To Athletic Performance.* Dubuque, IOWA: Kendall /Hunt.

Brown,Jim. 1999. *Tenis Tingkat Pemula.* Jakarta: PT Raja Grafindo Persada

Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Surakarta: LPP UNS dan UNS Press

Lardner, Rex. 1996. *Tekink Dasar Tenis Strategi dan Teknik Yang Akurat*Semarang : Dahara Prize.

M. Sajoto. 1995. *Peningkatandan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang: IKIP Semarang Press.

Pedoman Penulisan Skripsi. 2014. Surakarta: FKIP UNP Kediri

Tri Nurharsono dan Sri Haryono. 2006. *Permainan Tonnis*.Semarang: FIK UNNES

Rusli Lutan dan Adang Suherman. 2000. *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta : Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah. Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

Sudjana. 2002. *Metoda Statistika.* Bandung: Tarsito.

Sudjarwo. 1995. *Ilmu Kepelatihan*. Surakarta: UNS Press

Sugiyanto dan Agus Kristiyanto. 1998. *Belajar Gerak II*. Surakarta: UNS Press.

Sugiyono.2010. *Statistik Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta

Suharno HP. 1993. *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Suharsimi Arikunto. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.