

TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE* MINI TENIS (ACE TENNIS)
PESERTA EKSTRAKURIKULER DI
SD NEGERI PERCOBAAN 2 KECAMATAN DEPOK,
KABUPATEN SLEMAN

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan Jasmani



Oleh :

Zharfan Zu Taris
NIM. 15601244004

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

2019

TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR *FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE* MINI TENIS (ACE TENNIS) PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SD NEGERI PERCOBAAN 2 KECAMATAN DEPOK KABUPATEN SLEMAN

Oleh :
Zharfan Zu Taris
15601244004

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Dyer Tennis Test*. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa-siswi yang mengikuti ekstrakurikuler mini tenis di SD Negeri Percobaan 2 yaitu sebanyak 33 siswa dengan rincian 16 siswa laki-laki dan perempuan berjumlah 17 siswi. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan persentase.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis siswa-siswi SD Negeri Percobaan 2 dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 2 (6,06%), kategori baik 3 (9,09%), kategori sedang 14 (42,42%), kategori kurang 14 (42,42%), kategori kurang sekali 0 (0%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 berkategori sedang dan kurang.

Kata kunci : Forehand dan Backhand Groundstroke, Mini Tenis, Dyer Tennis Test

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul
**TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR FOREHAND DAN
BACKHAND GROUNDSTROKE MINI TENIS (ACE TENNIS) PESERTA
EKSTRAKURIKULER DI SD NEGERI PERCOBAAN 2 KECAMATAN
DEPOK, KABUPATEN SLEMAN**

Disusun oleh:

Zharfan Zu Taris
NIM 15601244004

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Februari 2019

Mengetahui,
Ketua Program Studi

Dr. Guntur, M. Pd.
NIP. 19810926 200604 1 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,

Drs. Ngatman, M. Pd.
NIP. 19670605 199403 1 001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Zharfan Zu Taris

NIM : 15601244004

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Kemampuan Teknik Dasar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mini Tenis (*Ace Tennis*) Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri di bawah tema penelitian paying dosen atas nama Drs. Ngatman, M. Pd., Jurusan Pendidikan Olahraga Rekreasi (POR), Fakultas Ilmu Keolahragaan, Tahun 2017. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, Februari 2019

Penulis,



Zharfan Zu Taris

NIM. 15601244004

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KEMAMPUAN TEKNIK DASAR FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE MINI TENIS (ACE TENNIS) PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SD NEGERI PERCOBAAN 2 KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN



Disusun Oleh :
Zharfan Zu Taris
NIM. 15601244004

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta pada

Kamis, 25 April 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan

Drs. Ngatman Soewito, M.Pd.
Ketua Penguji/Pembimbing

Drs. R. Sunardianta, M.Kes.
Sekretaris Penguji

Dr. Abdul Alim, S.Pd.Kor., M.Or.
Penguji I

Tanda Tangan

Tanggal

9/19
5.....
9/19
5.....
8/19
5.....



MOTTO

1. Jangan mencintai seseorang yang tidak mencintai Allah. Kalau ia bisa meninggalkan Allah, ia juga bias meninggalkanmu (Imam Syafi'i).
2. Amalan yang lebih dicintai Allah adalah amalan yang terus-menerus dilakukan walaupun sedikit (Nabi Muhammad S.A.W.).
3. Bukan kesulitan yang membuat kita takut, tapi ketakutanlah yang membuat kita sulit (K.H. Anwar Zahid)

LEMBAR PERSEMBAHAN

Karya ini saya persembahkan untuk:

1. Allah SWT. yang telah memberikan rahmat, hidayah dan ridho-Nya sehingga tugas akhir skripsi ini dapat terselesaikan.
2. Kedua orang tua saya, ibu saya yang tercinta Dra. Retno Budiati, yang selalu memberikan kasih saying kepada saya. Bapak saya Prihadi, S.Kom yang selalu memberikan dorongan dan semangat kepada saya. Dan saya berterima kasih atas doa-doa yang selalu dipanjatkan dalam mengiringi langkahku dalam menyelesaikan skripsi ini.
3. Semua teman-teman saya PJKR D 2015, teman-teman UKM Tenis Lapangan, dan semua yang memberikan motivasi dan semangat untuk menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.
4. Serta seseorang yang Inya Allah menjadi pendamping hidupku yaitu Nabila Tamaya Chanet yang selalu memberi semangat, doa dan cintanya dalam hidupku.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT yang telah melimpahkan hidayah dan ridho-Nya. Sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi dengan judul “Tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis (*ace tennis*) peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman”.

Dalam penulisan dan penyusunan tugas akhir skripsi ini tentu saja tidak lepas dari bantuan, bimbingan, pengarahan, petunjuk, dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr. Sutrisna Wibawa, M.Pd. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh perkuliahan di kampus Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, yang telah memberikan izin untuk mengadakan penelitian.
3. Bapak Dr. Guntur, M.Pd. selaku Koordinator Prodi PJKR FIK UNY yang telah menyetujui dan mengizinkan pelaksanaan penelitian.
4. Bapak Drs. Agus Sumhendartin S. M.Pd. selaku Penasehat Akademik yang selalu memberi semangat dan pengarahan selama perkuliahan.
5. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan bekal ilmu selama penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
6. Bapak Ngatman Soewito, M.Pd. selaku Dosen pembimbing skripsi yang telah membimbing dengan sabar, memberikan nasehat, saran, serta masukan sehingga tugas akhir skripsi ini dapat diselesaikan.
7. Bapak kepala sekolah, bapak guru pendidikan jasmani SD Negeri Percobaan 2 telah mengizinkan penulis melakukan penelitian di SD Negeri Percobaan 2, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

8. Seluruh siswa-siswi SD Negeri Percobaan 2, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman yang telah meluangkan waktunya dan membantu dalam pengambilan data penelitian.
9. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Semoga bantuan dan kerjasama selama penelitian sampai penulisan tugas akhir skripsi ini selesai dapat menjadi amal baik dan ibadah, serta imbalan dari Allah SWT.. Penulis menyadari sepenuhnya bahwa tugas akhir skripsi ini masih jauh dari sempurna, oleh karena itu saran dan kritik yang bersifat membangun sangat diharapkan. Semoga tugas akhir skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Yogyakarta, Februari 2019
Penulis,

Zharfan Zu Taris
NIM. 15601244004

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
HALAMAN PENGESAHAN	v
HALAMAN MOTTO.....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah.....	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	7
A. Landasan Teori	7
1. Hakikat Permainan <i>Ace Tennis</i> (Mini Tenis).....	7
a. Tujuan Permainan Mini Tenis	10
b. Peralatan Permainan Mini Tenis	10
c. Teknik Memegang Raket (Grip)	14
2. Hakikat Forehand Groundstroke	14
3. Hakikat Backhand Groundstroke	17
4. Karakteristik Anak Sekolah Dasar.....	20
5. Hakikat Ekstrakurikuler	21
a. Pengertian Ekstrakurikuler.....	21
b. Tujuan Ekstrakurikuler	22
B. Penelitian Yang Relevan.....	23
C. Kerangka Berpikir	25

BAB III METODE PENELITIAN.....	26
A. Desain Penelitian	26
B. Definisi Operasional Penelitian	26
C. Populasi dan Sampel Penelitian.....	27
D. Tempat dan Waktu Penelitian.....	27
E. Instrumen Penelitian Dan Teknik Pengambilan Data.....	27
F. Teknik Analisis Data	30
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	32
A. Hasil Penelitian.....	32
B. Pembahasan	41
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	45
A. Kesimpulan.....	45
B. Implikasi Hasil Penelitian	45
C. Keterbatasan Penelitian	46
D. Saran	46
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	49

DAFTAR TABEL

	Hal
Tabel 1. Skala kategori.....	31
Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke</i> mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	33
Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> siswa-siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	34
Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> siswa mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	35
Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	36
Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Backhand</i> siswa-siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	38
Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Backhand</i> siswa mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	39
Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan <i>Backhand</i> siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	40

DAFTAR GAMBAR

	Hal
Gambar 1. Lapangan <i>Red Tennis</i>	11
Gambar 2. Lapangan <i>Orange Tennis</i>	12
Gambar 3. Lapangan <i>Green Tennis</i>	12
Gambar 4. Net Mini Tenis	12
Gambar 5. Raket Mini Tenis.....	13
Gambar 6. Bola Mini Tenis	14
Gambar 7. Teknik Pukulan <i>Forehand Groundstroke</i>	16
Gambar 8. Teknik Pukulan <i>Backhand Groundstroke</i>	18
Gambar 9. Lapangan <i>Dyer Tennis Test</i>	28
Gambar 10. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> dan <i>Backhand</i> siswa-siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	33
Gambar 11. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> siswa-siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	34
Gambar 12. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> siswa mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	36
Gambar 13. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Forehand</i> siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	37
Gambar 14. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Backhand</i> siswa-siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2	38

Gambar 15. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Backhand</i> siswa mini tenis peserta ekstrakurikuler	
SD N Percobaan 2	39
Gambar 16. Diagram histogram kemampuan teknik dasar pukulan <i>Backhand</i> siswi mini tenis peserta ekstrakurikuler	
SD N Percobaan 2	40
Gambar 17. SD Negeri Percobaan 2	59
Gambar 18. Foto bersama guru, peneliti dan siswa-siswi SD Negeri	
Percobaan 2	59
Gambar 19. Pemanasan sebelum pengambilan data	60
Gambar 20. Pengambilan data kemampuan teknik dasar <i>forehand</i> dan <i>backhand groundstroke</i>	60

DAFTAR LAMPIRAN

	Hal
Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	51
Lampiran 2. Hasil Perolehan Data <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke siswa-siswi</i>	52
Lampiran 3. Hasil Perolehan Data <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke siswa</i>	53
Lampiran 4. Hasil Perolehan Data <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke siswi</i>	54
Lampiran 5. Kartu Bimbingan Skripsi	55
Lampiran 6. Kalibrasi Meteran	56
Lampiran 7. Kalibrasi Stopwatch	58
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	59

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan mini tenis saat ini berkembang sangat pesat. Akhir-akhir ini permainan mini tenis sudah banyak digemari oleh banyak masyarakat. Sebagai bukti sudah banyak pertandingan-pertandingan yang digelar di berbagai daerah di Indonesia. Pertandingan yang mulai diselenggarakan oleh pengda PELTI. Mini tenis mulai disosialisasikan ke Indonesia pada tahun 1999. Festival mini tenis atau pertandingan mini tenis yang pertama kali diselenggarakan di Indonesia melalui pengda PELTI ini pada bulan Agustus 2000. PB PELTI menyelenggarakan festival mini tenis tingkat nasional. Ketika permainan mini tenis ini sudah popular di seluruh dunia, akhirnya pada tahun 2012 ITF (*International Tennis Federation*) mulai menyelenggarakan pertandingan mini tenis. Mini tenis mempunyai tujuan mengenalkan permainan tenis yang sesungguhnya sejak usia dini. Oleh karena itu permainan ini cocok bagi anak berusia 7 sampai 10 tahun. Berawal dari permainan mini tenis di kalangan usia dini, sekaligus langkah awal dalam memperkenalkan gerak dasar dan teknik dasar bermain tenis lapangan. Mini tenis merupakan salah satu permainan yang mengembangkan program agar anak untuk selalu aktif bergerak, mengajarkan keterampilan dalam bermain, akan membantu anak lebih percaya diri, serta mendapatkan keceriaan pada saat bermain mini tenis.

Mini tenis merupakan olahraga yang dibatasi oleh garis dan net, serta menggunakan padel sebagai alat untuk memukul. Selain itu, mini tenis merupakan suatu permainan yang memerlukan kecepatan kaki, ketetapan yang terkendali, stamina, antisipasi, ketetapan hati, dan kecerdikan. Mini tenis merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan secara perorangan dengan jumlah dua pemain dan beregu dengan jumlah empat pemain. Mini tenis banyak dimainkan dengan tujuan prestasi, tetapi banyak juga dimainkan untuk tujuan rekreasi karena olahraga ini menyenangkan dan dapat menghilangkan rasa kejemuhan. Jika dilihat sepintas, permainan mini tenis termasuk olahraga yang tidak mudah untuk dimainkan. Namun bagi pemain yang sudah mahir dalam olahraga ini dapat menciptakan gerakan-gerakan yang indah dan mematikan lawan. Mini tenis termasuk salah satu bentuk permainan yang cepat dan menggunakan alat pemukul sebagai salah satu alat bermain.

Mini tenis merupakan modifikasi dari tenis yang sebenarnya, dimana lapangan, raket dan bolanya serta aturannya disederhanakan. Pada dasarnya, permainan mini tenis ini merupakan modifikasi dari permainan tenis yang sesungguhnya. ITF membedakan mini tenis menjadi 3 jenis berdasarkan umurnya, melalui 3 jenis mini tenis yang membedakan satu dengan yang lainnya dari ukuran lapangan, bola dan raket. Permainan ini dapat dimainkan di lapangan mana saja, di jalanan, di taman, atau di lahan yang permukaannya datar. Raketnya terbuat dari kayu atau plastik bentuknya seperti pedel, sedangkan bola yang digunakan adalah bola yang

tekanannya kurang atau bola tenis bekas yang gembos. Raket mini tenis lebih murah dibandingkan raket tenis yang sesungguhnya karena raket mini tenis terbuat dari plastik atau dapat juga dibuat sederhana dengan bahan kayu yang ringan. Sedangkan aturannya dipermudah dengan hitungan yang tidak seperti tenis sebenarnya dimana pemain yang lebih dahulu yang mendapat angka 11 adalah pemenangnya, jika terjadi 10-10 maka harus selisih 2.

Penguasaan teknik dasar mini tenis sangat diutamakan dalam rangka pencapaian prestasi yang optimal. Pada saat memukul bola harus diusahakan agar menyulitkan lawan. Untuk mempersulit lawan dalam memukul bola, ada empat teknik dasar, yaitu: *groundstrokes (forehand dan backhand)*, *volley (forehand dan backhand)*, *service*, dan *smash*. Teknik *groundstroke* adalah memukul bola setelah memantul dari lapangan permainan. Dalam permainan mini tenis teknik yang sering digunakan adalah teknik *groundstroke*. Selain itu teknik *groundstroke* merupakan teknik yang kompleks sehingga sulit untuk mempelajari teknik ini. Untuk mempelajari teknik *groundstroke* diperlukan latihan yang rutin sehingga semakin lama semakin dapat menguasai teknik *groundstroke*.

Untuk dapat bermain mini tenis dengan baik serta mampu mempertahankan bentuk permainannya diperlukan keterampilan yang baik, keterampilan dalam bermain mini tenis merupakan suatu derajat kematangan untuk melakukan suatu teknik dasar permainan mini tenis secara tepat dan efektif, sehingga keterampilan sangat membantu dalam

suatu bentuk permainan, serta menjadi bagian penting dalam mencapai prestasi yang tinggi.

Berdasarkan hasil observasi pada saat mengamati pelaksanaan ekstrakurikuler mini tenis di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman pada tanggal 2 Januari 2019, ternyata banyak pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* peserta ekstrakurikuler mini tenis yang menyangkut di net maupun keluar dari lapangan. Hal ini dikarenakan intensitas latihan yang hanya 1 kali dalam seminggu, menjadi salah satu faktor kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa peserta ekstrakurikuler mini tenis kurang.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, mendorong penulis untuk melakukan penelitian tentang Tingkat Kemampuan Teknik Dasar *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mini Tenis (*Ace Tennis*) Peserta Ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah sebagaimana diuraikan diatas, maka permasalahan yang muncul dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahuinya tingkat kemampuan teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa peserta ekstrakurikuler *Ace Tennis* (Mini Tenis) di SD Negeri Percobaan 2 Depok Kabupaten Sleman.
2. Teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis merupakan teknik yang sulit dikuasai.

3. Tingkat konsistensi teknik pukulan *forehand* dan *backhand* *groundstroke* mini tenis siswa SD Negeri Percobaan 2 Depok Kabupaten Sleman masih lemah terbukti saat observasi di sekolah, pukulan yang dilakukan siswa masih mudah mati.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang dikemukakan di atas, maka permasalahan perlu dibatasi agar tidak lebih dari inti permasalahan sebenarnya dan keterbatasan peneliti baik dana maupun waktu yang tersedia, peneliti membatasi permasalahan pada tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* *groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Depok Kabupaten Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Seberapa baik tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* *groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Depok Kabupaten Sleman.”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah: untuk mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* *groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Depok Kabupaten Sleman.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a.** Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.
- b.** Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan masalah-masalah mengenai tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Depok Kabupaten Sleman.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi penulis

Penelitian ini sangat bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan baru tentang mini tenis.

b. Bagi Siswa

Dapat mengetahui keterampilan dirinya sendiri dalam ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* sehingga dapat meningkatkan keterampilannya dalam bermain mini tenis.

c. Bagi Guru

Penelitian ini memberikan informasi terkait tingkat kemampuan teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa peserta ekstrakurikuler *Ace Tennis* (Mini Tenis), sehingga guru dapat mengusahakan pengajaran yang lebih tepat yang memungkinkan

siswa dapat menguasai materi pembelajaran dan dapat terus meningkatkan prestasinya dalam bermain mini tenis.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Landasan Teori

1. Hakikat Permainan *Ace Tennis* (Mini Tenis)

Menurut Ngatman (2014: 2) Mini tenis merupakan modifikasi dari tenis yang sebenarnya, dimana lapangan, raket, dan bolanya serta aturannya disederhanakan. Lapangan mini tenis berukuran kecil supaya anak lebih mudah memainkannya dan sebagai sarana berlatih untuk permainan tenis lapangan yang sesungguhnya. Permainan mini tenis juga untuk menumbuhkan perasaan senang kepada para pemula sehingga anak semakin bersemangat bermain mini tenis.

Menurut Sukadiyanto (1999:103) prinsip pengajaran *ace tennis* atau mini tenis adalah mudah, murah, meriah, dan menyenangkan, memberi rasa aman, serta memberi kepuasan bagi anak. Mudah, karena dapat dilakukan dimana saja, kapan saja, dengan apa saja, dan oleh siapa saja. Murah, karena peralatan yang dipergunakan dapat memakai bahan yang dapat dimodifikasi dan relatif mudah didapat. Meriah dan menyenangkan, karena permainan ini dapat dimainkan secara individu maupun kelompok disesuaikan dengan tujuannya.

ITF (*Internationsl Tennis Federation*) yang membedakan mini tenis menjadi 3 jenis menurut umurnya, melalui 3 jenis mini tenis yang membedakan satu dengan yang lainnya dari ukuran lapangan, bola, dan

raket. Menurut ITF dalam *The ITF Guide to Organising 10 & Under Competition* (2012), dibagi menjadi 3 yaitu :

a. Mini Tenis *Red*

Mini tenis *red* merupakan permainan mini tenis yang diperuntukkan bagi anak usia 8 tahun dan usia di bawahnya. Permainan mini tenis *red* dimainkan pada lapangan dengan ukuran yang lebih pendek dengan menggunakan raket berukuran pendek serta bola yang dipergunakan lebih lunak. Permainan mini tenis *red* selain mirip dengan permainan tenis yang sebenarnya, permainan ini memberikan kesempatan kepada anak latih (pemain) untuk melakukan pukulan *rally* dengan durasi yang lama dan dapat dimainkan dengan menggunakan berbagai macam tipe pukulan. Mini tenis *red* dimainkan menggunakan bola yang terbuat dari busa (*foam ball*). Dengan menggunakan *foam ball* kecepatan laju bola 75% lebih lambat dibandingkan dengan bola tenis lapangan yang sebenarnya. Ukuran lapangan yang dipergunakan dalam mini tenis *red* ini berukuran 11m x 5,5m atau 12m x 6m. Dapat juga menggunakan ukuran lapangan bulu tangkis. Ketinggian net 80 cm (di tengah), raket yang dipergunakan disarankan berukuran lebih pendek antara 42 cm-58 cm (17 *inch* – 23 *inch*) tergantung dari ukuran anatomic dan kekuatan anak didik.

b. Mini Tenis *Orange*

Mini tenis *orange* merupakan kelanjutan dari permainan mini tenis *red*. Permainan mini tenis *orange* merupakan cara terbaik dari tahap lanjutan untuk mengenalkan permainan mini tenis. Permainan mini tenis *orange* diperuntukkan bagi anak berusia 8-9 tahun. Mini tenis *orange* dimainkan menggunakan raket yang lebih pendek, bola lebih lunak, ukuran lapangan lebih panjang dan lebih lebar jika dibandingkan dengan mini tenis *red* namun masih lebih kecil dari ukuran lapangan tenis yang sebenarnya. Pada mini tenis *orange* ini dapat dipergunakan untuk membekali dasar-dasar teknik dan taktik bermain. Dalam mini tenis *orange* bola yang dipergunakan seyogyanya 50% lebih lambat dari bola tenis lapangan yang sebenarnya. Dengan bola yang sedikit lebih lunak bola akan lebih mudah dikontrol oleh anak latih. Kontrol bola merupakan tahapan yang harus dikembangkan pada mini tenis *orange* ini. Mini tenis *orange* dimainkan di lapangan yang berukuran 18m x 6,5m dan ketinggian net 80 cm di tengah net. Raket yang dipergunakan disarankan berukuran 58 cm – 63 cm (23 *inch* – 25 *inch*) tergantung dari ukuran anatomic dan kekuatan anak didik.

c. Mini Tenis *Green*

Mini tenis *green* adalah cara yang bagus untuk pemain guna melanjutkan program dari mini tenis *orange*. Mini tenis *green* dimainkan dengan menggunakan lapangan penuh (lapangan tenis normal), menggunakan raket yang lebih besar dibandingkan raket mini tenis *orange*, serta bola yang digunakan sedikit lebih lunak dari bola yang dipergunakan dalam tenis lapangan (*yellow ball*). Mini tenis *green* merupakan tahapan baru dalam permainan mini tenis sebelum menggunakan bola tenis pada lapangan tenis sebenarnya dan membantu pemain mengembangkan dan mengimprovisasi semua aspek-aspek dalam permainan tenis. Mini tenis *green* diperuntukkan anak usia 9-10 tahun. Menggunakan bola berwarna hijau, bola yang dipergunakan 25% lebih lambat dari bola dari bola kuning. Mini tenis *green* dimainkan pada lapangan tenis berukuran normal, ketinggian net sama dengan ketinggian net tenis lapangan. Raket yang digunakan dianjurkan lebih besar berukuran 63cm – 66cm (25 *inch* – 26 *inch*) (kutipan dari Ngatman, 2018: 13-14).

Dari berbagai pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa permainan

mini tenis merupakan permainan modifikasi dari permainan tenis dimana lapangan, raket, bola dibuat sesederhana mungkin untuk memudahkan anak dalam bermain. Permainan ini juga dapat digunakan sebagai sarana rekreasi yang menyenangkan dan merupakan cara alami sebagai tempat untuk melihat perilaku anak dalam permainan dan dapat juga dipergunakan untuk mengidentifikasi bakat anak secara efektif. Permainan mini tenis sangat berguna untuk semua tingkatan usia, sebab dapat dipakai sebagai perkenalan terhadap permainan tenis sesungguhnya secara keseluruhan. Semua keterampilan yang dipergunakan dalam permainan tenis, seperti pukulan *flat*, pukulan *topspin*, voli, servis, *lob*, dan lain-lain dapat dikembangkan dalam permainan mini tenis.

a. Tujuan Permainan Mini Tenis

Menurut Shields (1992: 6) tujuan keseluruhan ide bermain tenis adalah:

1. Memperkenalkan sedini mungkin olahraga tenis di kalangan anak usia dini.
2. Memperkenalkan teknik-teknik dasar bermain tenis di kalangan anak usia dini.
3. Memperkenalkan miniatur sarana dan prasarana permainan tenis kepada anak.
4. Membangun dan menumbuhkan kepercayaan diri anak.
5. Melatih keseimbangan, koordinasi gerak dan reaksi anak.
6. Melatih keterampilan dasar anak sehingga akan memudahkan mereka untuk melakukan permainan tenis yang sebenarnya.

Dengan demikian permainan mini tenis cocok diperkenalkan sekaligus diajarkan bagi anak usia dini, karena untuk memperkenalkan permainan tenis yang sesungguhnya secara keseluruhan. Selain itu apabila anak dilatih sejak dari usia dini, agar anak terbiasa atau terlatih dengan pukulan-pukulan yang terdapat pada mini tenis, sekaligus melatih teknis dasar bermain tenis yang sesungguhnya.

b. Peralatan Permainan Mini tenis

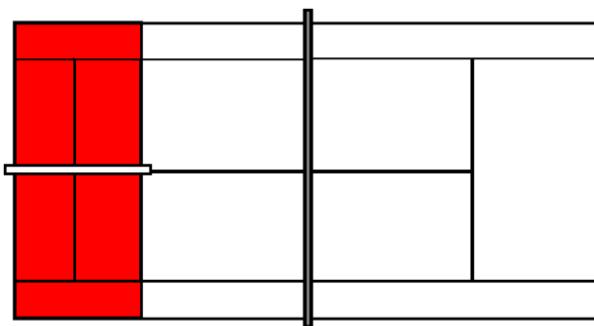
1) Lapangan

Lapangan permainan mini tenis dapat mempergunakan lapangan tenis yang sesungguhnya, bangsal senam, beton, aspal,

lapangan bulutangkis, halaman sekolahpun dapat dibuat untuk lapangan mini tenis asalkan permukaannya rata. Ukuran lapangan untuk permainan mini tenis tidak ada yang baku, meskipun untuk alasan praktisnya satu lapangan tenis dapat dibagi menjadi 4 sampai 6 lapangan mini tenis atau berukuran 6×14 meter setiap lapangan. Idealnya daerah bebas di belakang lapangan dan jarak diantara lapangan sebagai daerah bebas berjarak kurang lebih 2 meter. Adapun menurut ITF lapangan mini tenis dibagi menjadi 3 yaitu :

a) *Red*

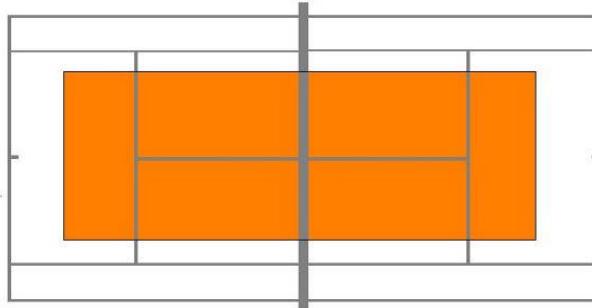
Lapangan ini untuk anak usia hingga 8 tahun. Satu lapangan tenis dapat dibuat 4-6 lapangan mini tenis ini.



Gambar 1. Lapangan *Red Tennis* (<http://ifttennis.com>)

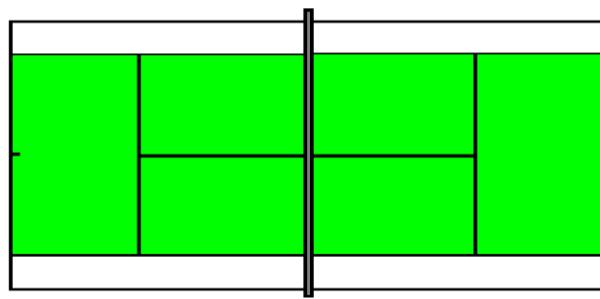
b) *Orange*

Lapangan mini tenis ini merupakan tahap lanjutan dari Red dimana lapangan ini untuk usia 8 atau 9 tahun.



Gambar 2. Lapangan *Orange Tennis*(<http://:itftennis.com>)

c) *Green*



Gambar 3. Lapangan *Green Tennis*(<http://:itftennis.com>)

Lapangan mini tenis ini merupakan tahap lanjutan dari *orange*, dimana sudah menggunakan panjang lapangan full tetapi tidak selebar lapangan standar. Lapangan ini diperuntukan untuk anak usia 9 atau 10 tahun.

2) Net dan Tiang



Gambar 4. Net Mini Tenis (<http://:itftennis.com>)

Banyak bentuk net yang dapat dimanfaatkan untuk permainan mini tenis. Sebuah net bulu tangkis baik juga dipergunakan. Jika memang tidak tersedia net mini tenis atau bulu tangkis, kita dapat memodifikasi bentuk net dari tali yang terbuat dari benang atau tali rafia yang dibentangkan lurus dengan tinggi net di tengah 80 sentimeter dan tiang setinggi 85 sentimeter. Keberadaan tiang net untuk permainan mini tenis apabila ada akan lebih baik, tetapi apabila tidak tersedia, tiang net untuk bola voli ataupun untuk bulu tangkis dapat dipergunakan.

3) Raket



Gambar 5. Raket Mini Tenis

Raket untuk permainan mini tenis banyak macamnya. Banyak perusahaan yang memproduksi raket mini tenis yang terbuat dari plastik dengan berbagai ukuran yang disesuaikan dengan tingkat usia anak. Kita dapat membuat raket mini tenis dengan biaya lebih murah yang terbuat dari papan triplek.

4) Bola



Gambar 6. Bola mini tenis

Bola yang digunakan dalam mini tenis berukuran lebih kecil dan lebih kempes dari bola tenis standar. Bisa juga menggunakan bola tenis bekas yang sudah gembos sehingga memiliki daya pantul yang lebih lambat.

c. Teknik memegang raket (*grip*)

Teknik memegang raket atau paddle dalam permainan mini tenis kurang lebih sama dengan permainan tenis lapangan. Diantaranya: *eastern grip*, *continental grip*, *semi western*, dan *western grip*. Namun demikian dalam permainan mini tenis cara memegang raket yang direkomendasikan adalah menggunakan *eastern grip* (pegangan jabat tangan). Dikarenakan pegangan ini bisa digunakan untuk pegangan segala pukulan, baik itu servis, *volley*, *forehand groundstroke*, maupun *backhand groundstroke*. Hal ini juga selaras dengan Ngatman (2018:29), pegangan *eastern grip* direkomendasikan karena pegangan ini bersifat natural dan mudah dilakukan bagi anak-anak.

2. Hakikat *Forehand Groundstroke*

Forehand groundstroke adalah teknik pukulan yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dari sisi *forehand* jika

pemain menggunakan pegangan tangan kanan. Jika pemain menggunakan pegangan tangan kiri maka teknik pukulan yang dilakukan merupakan pukulan *backhand groundstroke* (Ngatman, 2018:30).

Secara rinci rangkaian gerak dasar mini tenis teknik *forehand groundstroke* menurut Ngatman (2018:30-31):

- Posisi siap, pandangan menghadap lapangan lawan (arah datangnya bola).
- Memegang raket di depan badan.
- Lutut sedikit ditekuk.
- Berat badan di ujung kaki bagian depan (bukan di tumit).
- Berdiri selebar bahu.
- Putar bahu dan bawa raket ke belakang (posisi raket sejajar dengan lantai).
- Kaki kiri melangkah ke depan untuk menjemput datangnya bola (langkah kaki kiri ke arah net).
- Ayun raket ke depan untuk memukul bola yang berada di depan kaki kiri dengan posisi lengan teregang penuh. Pastikan bahwa permukaan raket posisinya vertical pada saat memukul bola.
- Lanjutkan ayunan raket (*follow through*) ke depan atas, pegang raket dengan tangan kiri di atas bahu. Pindahkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan (terjadi *transfer body weight*).



Gambar 7: Teknik Pukulan *Forehand Groundstroke*

(Ngatman, 2018: 31)

Teknik *forehand groundstroke* dipaparkan oleh (Brown, 2007: 31-32):

a. Tahap ayunan ke belakang

Berawal dari sikap siap begitu bola datang, putar badan ke kanan (bagi yang tidak kidal) sehingga bahu dan pinggang menghadap ke net, berat badan berada di kaki kanan, bersamaan dengan gerak tersebut tarik raket ke belakang kurang lebih setinggi telinga kemudian membawa raket setinggi pinggang. bawah raket meghadap kearah datangnya bola, lutut agak ditekuk untuk membantu melakukan gerakan memukul dari bawah ke atas.

b. Tahap Saat Perkenaan (*point of contact*)

Memindah posisi kaki kiri ke depan sehingga kedua kaki sejajar dengan garis samping, ujung kaki kiri sorong ke depan dan ujung kaki kanan mengarah ke garis samping. Memindah posisi berat raket dari kanan ke kaki kiri. Bersamaan dengan itu ayun raket dari belakang ke depan agak ke atas di depan pinggul sebelah kiri.

Pada saat raket mengenai bola, raket diusahakan tetap sejajar dengan

lantai, pergelangan tangan agak bengkok ke belakang. Bola dipukul setinggi lutut sampai pinggang dan agak didepan badan.

c. Tahap Gerak Lanjutan (*followthrough*)

Setelah raket mengenai bola dilanjutkan gerak dengan lurus ke depan dari rendah ke tinggi menuju kearah net, kaki yang berada di belakang melangkah ke depan kembali ke posisi siap (*ready position*).

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa *forehand groundstroke* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dengan tangan kanan dari sebelah kanan badan, terkecuali bila pemain itu kidal dengan tahapan *backswing*, *point of contact*, dan *follow through*.

3. Hakikat *Backhand Groundstroke*

Backhand groundstroke adalah pukulan yang dilakukan dari sisi sebelah kiri badan (bagi anak yang menggunakan pegangan dengan tangan kanan) setelah bola memantul di lapangan. Apabila anak menggunakan pegangan tangan kiri maka pukulan dilakukan dari sisi sebelah kanan badan (Natman, 2018:31). Kunci dari pukulan ini yaitu ketika bola mengenai bola posisi kepala raket harus sejajar dengan lantai.

Secara rinci rangkaian gerak dasar mini tenis teknik *backhand groundstroke* menurut Ngatman (2018:32):

- Posisi siap, pandangan menghadap lapangan lawan (arah datangnya bola).

- Memegang raket di depan badan (gunakan pegangan *eastern backhand*).
- Lutut sedikit ditekuk.
- Berat badan di ujung kaki bagian depan.
- Berdiri selebar bahu.
- Putar bahu dan bawa raket ke belakang.
- Kaki kanan melangkah ke depan untuk menjemput datangnya bola.
- Ayun raket ke depan untuk memukul bola yang berada di depan kaki kanan dengan posisi lengan teregang penuh. Pastikan bahwa permukaan raket posisinya vertical pada saat memukul bola.
- Lanjutkan ayunan raket (*follow through*) ke depan atas. Bersamaan dengan gerakan *follow through* lengan kiri yang tidak dipergunakan memegang raket diayun ke belakang. Pindahkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan.



Gambar 8: Teknik Pukulan *Backhand Groundstroke*

(Ngatman, 2018: 32)

Menurut Brown (2007: 34-35), teknik *backhand groundstroke* dapat dipaparkan sebagai berikut:

a. Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

Sikap siap begitu bola datang putar badan ke kiri (bagi yang tidak kidal), hingga menghadap ke garis samping, berat badan berada pada kaki kiri. Bersamaan dengan belakang setinggi telinga, kemudian pinggang, lengan sedikit bengkok ke kiri (hampir membelakangi net)

b. Tahap saat perkenaan (*point of contact*)

Pindah kaki ke kanan sehingga ke dua kaki sejajar garis samping. Pindahkan berat badan, bersamaan dengan itu ayun raket dari belakang ke depan agar ke atas untuk memukul bola dari depan pinggang sebelah kanan. Bola dipukul setinggi antara lutut sampai pinggang. Saat perkenaan raket dengan bola, kemudian raket sejajar dengan lantai.

c. Tahap gerak lanjutan (*follow through*)

Setelah perkenaan antara bola dengan raket (setelah *point of contact*), lanjut gerakan lengan ke depan panjang sehingga posisi akhir, raket dengan lurus di atas bahu dan mengarah ke atas melewati mata sebelah kanan.

Dari beberapa pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa *forehand groundstroke* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dengan tangan kanan dari sebelah kanan badan, terkecuali bila pemain itu kidal dengan tahapan *backswing*, *point of contact*, dan *follow through*.

4. Karakteristik Anak Sekolah Dasar

Menurut Anak (2013: 29), Ada beberapa sifat khas (karakteristik) anak-anak pada masa kelas rendah sekolah dasar (6/7 tahun sampai umur 9/10 tahun) seperti dibawah ini:

- a. Adanya korelasi positif yang tinggi antara kesehatan pertumbuhan jasmani dengan sekolah.
- b. Adanya sikap yang cenderung untuk mematuhi peraturan-peraturan permainan tradisional.
- c. Adanya kecenderungan memuji diri sendiri.
- d. Suka membanding-banding dirinya dengan anak lain kalau hal ini dirasakan menguntungkan untuk meremehkan anak lain.
- e. Kalau tidak bisa menyelesaikan suatu soal, maka dianggapnya soal itu tidak penting.
- f. Pada masa ini (terutama pada usia 6-8 tahun) anak menghendaki nilai angka rapor yang tinggi tanpa mengingat prestasinya memang sepasasnya baik atau tidak.

Sedangkan beberapa karakteristik (sifat) anak-anak pada masa kelas tinggi Sekolah Dasar (9/10 tahun sampai 12/13 tahun) seperti dibawah ini:

- a. Adanya minat pada kehidupan praktis sehari-hari yang kongkrit.
- b. Realistik, ingin tahu dan ingin belajar.
- c. Menjelang masa ini telah ada minat terhadap hal-hal dan mata pelajaran khusus.

- d. Sampai kira-kira anak berusia 11 tahun anak berusaha menyelesaikan tugasnya sendiri.
- e. Pada masa ini anak memandang nilai/angka rapot sebagai ukuran yang tepat mengenai prestasinya di sekolah.
- f. Anak-anak pada masa ini cenderung membentuk kelompok sebaya untuk bermain bersama.

Dan mereka tidak lagi terikat pada aturan permainan yang tradisional, tapi mereka cenderung membuat peraturan sendiri.

5. Hakikat Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, ekstrakurikuler berada diluar program. Maksudnya adalah kegiatan tersebut dilakukan diluar jam pelajaran, tatap muka yang dilaksanakan di dalam sekolah atau di luar sekolah untuk memperluas wawasan, kemampuan, dan pengetahuan.

Menurut Agus Suryobroto yang dikutip oleh Dhiyah Prawati (2008: 17) kegiatan ekstrakurikuler dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bidang pelajaran yang diminati oleh sekelompok siswa, misalnya olahraga, kesenian, bebagai macam keterampilan dan kepramukaan diselenggarakan di sekolah diluar jam pelajaran biasa.

b. Tujuan ekstrakurikuler

Salah satu pembinaan peserta didik di sekolah adalah kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan-kegiatan yang diadakan dalam program ekstrakurikuler didasari atau tujuan daripada kurikulum sekolah.

Kegiatan - kegiatan ekstrakurikuler di sekolah khususnya kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang terkoordinasi terarah dan terpadu dengan kegiatan lain disekolah guna menunjang pencapaian tujuan kurikulum. Kegiatan terorganisir di sini adalah kegiatan yang dilakukan sesuai dengan program yang telah ditentukan. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dibimbing oleh guru, sehingga waktu pelaksanaan berjalan dengan baik, (Departemen Pendidikan dan Kebudayaan).

Secara garis besar tujuan kegiatan ekstrakurikuler mempunyai 3 (tiga) tujuan dasar sebagai berikut:

1) Pembinaan minat dan bakat peserta didik

Kegiatan ekstrakurikuler diharapkan dapat membina dan mengembangkan minat yang ada pada peserta didik serta memupuk bakat yang dimiliki peserta didik.

2) Sebagai wadah di sekolah

Keaktifan peserta didik dalam kegiatan ekstrakurikuler, secara otomatis peserta didik telah membentuk wadah-wadah kecil yang di dalamnya akan terjalin komunikasi antar anggota

dan sekaligus dapat belajar dalam mengorganisir setiap aktivitas kegiatan ekstrakurikuler.

3) Pencapaian prestasi yang optimal

Beberapa cabang ekstrakurikuler baik secara perorangan maupun kelompok diharapkan dapat meraih prestasi yang optimal, baik dilingkungan sekolah mau pun di luar sekolah.

Berdasarkan tujuan ekstrakurikuler diatas penulis dapat membuat kesimpulan bahwa ekstrakurikuler erat hubungannya dengan prestasi belajar peserta didik. Melalui kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat bertambah wawasan mengenai mata pelajaran yang erat kaitannya dengan pelajaran di ruang kelas dan biasanya yang membimbing peserta didik dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler adalah guru bidang studi yang bersangkutan. Melalui kegiatan ekstrakurikuler peserta didik dapat menyalurkan bakat, minat, potensi yang dimiliki. Salah satu ciri kegiatan ekstrakurikuler adalah keanekaragamannya, hampir semua minat remaja dapat digunakan sebagai bagian dari kegiatan ekstrakurikuler.

B. Penelitian yang Relevan

1. Willy Ihsan Rizkyanto (2010) Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa Sekolah Tenis Selabora FIK UNY. Mendapatkan hasil penelitian bahwa tingkat kemampuan *Forehand Groundstrokes* dan *Backhand Groundstrokes* tenis lapangan “Siswa Sekolah Tenis Selabora” FIK UNY masuk

dalam kategori sedang. Dengan perincian, kategori baik sekali 2 siswa (9,52%), kategori baik 3 siswa (14,29%), kategori sedang 9 siswa (42,86%), kategori kurang, 6 siswa (28,57%), kategori rendah 1 siswa (4,7%).

2. Erman Sulistyatna (2012) Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp*. Mendapatkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* berkategori “sedang”, secara rinci sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 5 siswa (15,63%) berkategori baik, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) rendah. Pada kemampuan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat diketahui dengan kategori “sedang”, dengan rincian sebanyak 2 siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 8 siswa (25%) berkategori baik, 12 siswa (37,5%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) berkategori rendah. Sedangkan pada tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa sekolah tenis *Menoreh Tennis Club, Handayani Tennis Club* dan *Bantul Tennis Camp* dapat diketahui dalam berkategori “sedang”, dengan rincian sebanyak 2

siswa (6,25%) berkategori baik sekali, 5 siswa (15,63%) berkategori baik, 15 siswa (46,87%) berkategori sedang, 8 siswa (25%) berkategori kurang dan 2 siswa (6,25%) rendah.

C. Kerangka Berfikir

Mini Tenis merupakan olahraga modifikasi dari tenis lapangan untuk memudahkan orang dalam belajar tenis lapangan ataupun untuk menyiasati karena tidak adanya sarana prasarana olahraga Tenis Lapangan. Permainan mini tenis merupakan salah satu bentuk permainan yang gerakannya sangat kompleks. Dalam permainan tenis lapangan terdapat beberapa jenis pukulan diantaranya pukulan *forehand* dan pukulan *backhand*. Ketepatan pukulan dalam tenis lapangan sangat mempengaruhi dalam permainan.

Dalam permainan mini tenis tingkat kemampuan pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* yang dimiliki siswa-siswi berbeda-beda. Dalam pendidikan jasmani kemajuan hasil belajar dilaksanakan dengan mempergunakan berbagai tes, baik tes kebugaran jasmani maupun tes keterampilan olahraga. Hal tersebut dilakukan untuk mengetahui kondisi kemampuan siswa dalam bermain mini tenis, sehingga tingkat kemampuan ketepatan pukulan *forehand* dan *backhand* yang nantinya diketahui dapat dijadikan alat evaluasi untuk menerapkan metode latihan yang tepat yang pada akhirnya prestasi dalam permainan mini tenis dapat diraih secara optimal.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dimana penelitian ini hanya ingin mendeskripsikan atau memaparkan situasi yang sedang berlangsung pada saat penelitian diadakan. Penelitian ini memfokuskan pada tingkat kemampuan teknik *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* siswa SD peserta ekstrakurikuler mini tenis di SD Percobaan 2. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes kemampuan dan pengukuran. Tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur kemampuan, pengetahuan intelelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok (Suharsimi Arikunto, 2006: 150). Adapun yang akan diteliti yaitu tingkat kemampuan teknik *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* siswa SD peserta ekstrakurikuler mini tenis.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Percobaan 2. Definisi operasionalnya adalah survei tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler SD Percobaan 2 dengan tujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan *groundstroke* mini tenis pada SD Percobaan 2.

Untuk mengetahui tentang tingkat kemampuan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* pada siswa dilakukan dengan tes unjuk kerja siswa melakukan pukulan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* selama 30 detik.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subyek penelitian (Suharsimi Arikunto, 2006:130). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman .

2. Sampel

Sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposif sampel, yaitu siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler mini tenis di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman dengan jumlah 16 putra dan 17 putri kelas 3 SD.

D. Tempat dan Waktu Penelitian

Pengambilan data pada penelitian ini dilakukan pada hari Senin, 28 Januari 2019 di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman pada pukul 07.30-09.30 WIB.

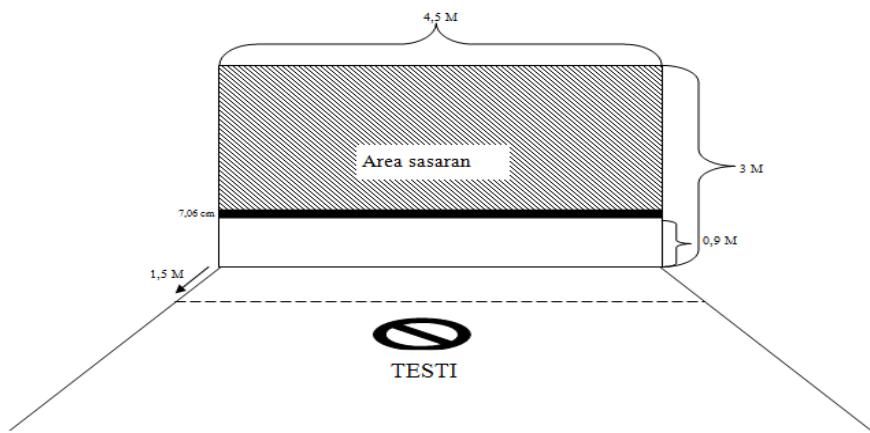
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

“Instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olahnya” (Suharsimi

Arikunto, 2006: 160). Untuk mengukur tingkat kemampuan pukulan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* digunakan instrumen yang dapat mengukur tingkat kemampuan tingkat kemampuan pukulan *forehand groundstroke* dan pukulan *backhand groundstroke* tersebut. Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur tingkat kemampuan pukulan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* digunakan *Dyer Tennis Test*. Instrumen secara lengkap petunjuk pelaksanaan *Dyer Tennis Test* adalah sebagai berikut:

- a. Raket tonis,
- b. Satu lusin bola tenis
- c. *Stop watch*
- d. Isolasi,
- e. Pensil dan,
- f. Blangko untuk mencatat sekor tes



Gambar 9. Lapangan *Dyer Tennis Test*

Sumber Tes Tenis Dyer (Ngatman, 2001: 33)

Arena tes : Tembok/papan yang permukaanya rata, lebar 15 *feet* (4,5 meter), tinggi 10 *feet* (3 meter), dalam ruangan bebas didepannya. Pada permukaan tembok dibuat garis net sejajar dengan lantai, lebar garis net 3 *inches* (7, 62 cm) dengan bagian tepi berjarak 3 *feet* (90 cm) dari lantai. Sebuah garis batas pukulan dilantai berjarak 5 *feet* (1,5 meter) dari dan sejajar tembok.

Tes Dyer ini adalah tes dengan testi berdiri dibelakang garis batas pukulan yang telah ditentukan, memegang raket dan dua buah bola. Setelah aba-aba pelaksanaan diberikan, testi memantulkan sebuah bola ke lantai kemudian memukulnya ke arah sasaran tembok. Bola yang memantul dari tembok dipukul kembali ke arah daerah sasaran, demikian dilakukan berulang-ulang selama 30 detik dan dicatat waktu menggunakan *stopwatch* yang sudah dikalibrasi. Untuk mempertahankan agar dapat memukul bola, testi dapat melangkah maju, mundur dan bergeser samping kanan, kiri sesuai dengan arah datangnya bola. Bola memantul 2 (dua) kali dan jatuh di dalam garis bawah tidak dihitung (tidak diskor). Kalau bola tidak dapat dikuasai, testi boleh mempergunakan bola cadangan yang disediakan di samping kanan atau kiri arena. Penggunaan bola cadangan selama tes tidak dibatasi selama waktunya masih ada. Kesempatan melakukan tes ini yaitu 3 kali, setiap kali selama 30 detik. Koefisien reliabilitas tes *Dyer* yang asli adalah 0,90 (Ngatman, 2001:33).

2. Teknik Pengumpulan Data

Data adalah segala fakta dan angka yang dapat dijadikan untuk menyusun suatu informasi, sedangkan informasi adalah hasil pengolahan data yang dipakai untuk suatu keperluan (Suharsimi Arikunto, 2002: 96).

Langkah-langkah atau proses pengambilan data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Melakukan persiapan tes atau persiapan pengumpulan data

Persiapan pengumpulan data adalah memberikan pengertian kepada siswa tentang tes yang akan dilakukan. Tujuan persiapan pengumpulan data adalah untuk melakukan pengumpulan data disesuaikan dengan masalah yang ada. Dalam penelitian ini persiapan yang harus dilakukan adalah penyiapan alat-alat, penyiapan bahan, penyiapan pelaku eksperimen.

b. Pelaksanaan tes

Dalam tahap pelaksanaan tes dalam penelitian ini siswa melakukan tes kemampuan pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* dengan cara memukul 3 kali pukulan *forehand* dan 3 kali pukulan *backhand* dari *baseline*.

c. Pengukuran tes

Dalam proses pengukuran ini siswa melakukan tes *forehand groundstroke* 3 kali dan tes *backhand groundstroke* 3 kali.

d. Pencatatan data tes

Pada tahap ini merupakan proses terakhir dari pengambilan data, dimana data dalam pengukuran dicatat sistematis.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif dengan persentase. Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Sebelumnya akan dikategorikan menjadi 5 kategori berdasarkan nilai *mean* dan standar deviasi, analisis data tentang tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* peserta ekstrakurikuler SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman yang dituangkan dalam skala pengkategorian berdasarkan tingkat kemampuan siswa dengan menggunakan skala pengkategorian dari Anas Sudijono, (2009: 453). Adapun skala pengkategorian adalah sebagai berikut:

Tabel 1. Skala Pengkategorian

Rentangan Norma	Kategori
$<Mean - 1,5 SD$	Kurang Sekali
$Mean - 1,5 SD$ s.d $Mean - 0,5 SD$	Kurang
$Mean - 0,5 SD$ s.d $Mean + 0,5 SD$	Sedang
$Mean + 0,5 SD$ s.d $Mean + 1,5 SD$	Baik
$Mean + 1,5 SD <$	Baik Sekali

Keterangan :

Mean = Rerata Kelompok

SD = *Standart Deviasi*

Statistik deskriptif digunakan dengan tujuan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana kemudian diubah dalam bentuk persentase dengan

rumus:

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

Keterangan:

P = hasil presentase

F = frekuensi

N = jumlah

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Depok, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta dilakukan dengan cara melakukan tes kemampuan teknik dasar mini tenis yang terdiri atas: tes pukulan *forehand*, dan tes pukulan *backhand*. Hasil penelitian telah dihitung dan dikategorikan dalam 5 batasan norma yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Untuk memudahkan dalam menganalisis dan mendeskripsikan data penelitian, maka diperlukan ringkasan hasil perhitungan.

1. Deskripsi hasil kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis putra-putri

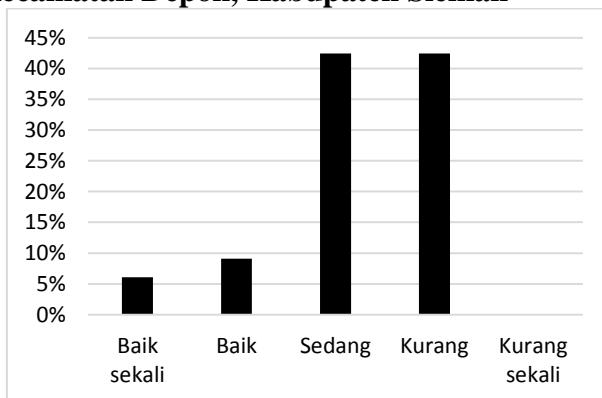
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 33 siswa-siswi, maka diperoleh rata-rata sebesar 5,4 dan *standart deviasi* 1,8. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada table berikut:

Tabel 2. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 8,10$	Baik sekali	2	6,06 %
6,31 – 8,09	Baik	3	9,09 %
4,51 – 6,30	Sedang	14	42,42 %
2,71 – 4,50	Kurang	14	42,42 %
$\leq 2,70$	Kurang sekali	0	0 %
Jumlah		33	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 10. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan sebanyak 2 siswa-siswi mendapatkan kategori baik sekali (6,06%), 3 siswa-siswi mendapatkan kategori baik (9,09%), 14 siswa-siswi mendapatkan kategori sedang (42,42%), 14 siswa-siswi mendapatkan kategori kurang (42,42%), dan tidak ada siswa-siswi mendapatkan kategori kurang sekali (0%).

2. Deskripsi hasil kemampuan *forehand groundstroke* mini tenis putra-putri

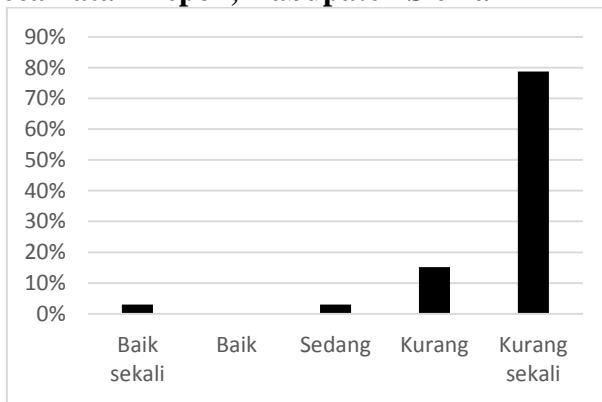
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 33 siswa-siswi, maka diperoleh rata-rata sebesar 12,1 dan *standart deviasi* 3,1. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 3. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* mini tenis siswa-siswi peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 16,75$	Baik sekali	1	3,03 %
13,66 – 16,74	Baik	0	0 %
10,56 – 13,65	Sedang	1	3,03 %
7,46 – 10,55	Kurang	5	15,15 %
$\leq 7,45$	Kurang sekali	26	78,78 %
Jumlah		33	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 11. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* mini tenis siswa-siswi peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan sebanyak 1 siswa-siswi mendapatkan kategori baik sekali (3,03%), tidak ada siswa-siswi mendapatkan kategori baik (0%), 1 siswa-siswi

mendapatkan kategori sedang (3,03%), 5 siswa-siswi mendapatkan kategori kurang (15,15%), dan 26 siswa-siswi mendapatkan kategori kurang sekali (78,78%).

3. Deskripsi hasil kemampuan *forehand groundstroke* mini tenis putra

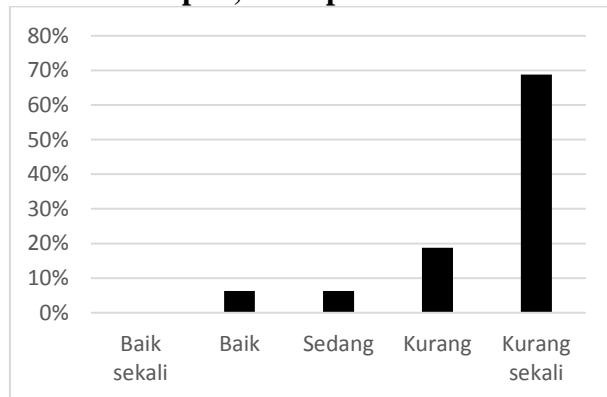
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 16 siswa-siswi, maka diperoleh rata-rata sebesar 13,2 dan *standart deviasi* 4,1. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* mini tenis siswa (putra) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 19,35$	Baik sekali	0	0 %
15,26 – 19,34	Baik	1	6,25 %
11,16 – 15,25	Sedang	1	6,25 %
7,06 – 11,15	Kurang	3	18,75 %
$\leq 7,05$	Kurang sekali	11	68,75 %
Jumlah		16	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 12. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* mini tenis siswa (putra) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan tidak ada siswa mendapatkan kategori baik sekali (0%), 1 siswa mendapatkan kategori baik (6,25%), 1 siswa mendapatkan kategori sedang (6,25%), 3 siswa mendapatkan kategori kurang (18,75%), dan 11 siswa mendapatkan kategori kurang sekali (68,75%).

4. Deskripsi hasil kemampuan *forehand groundstroke* mini tenis putri

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *forehand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 17 siswi, maka diperoleh rata-rata sebesar 10,3 dan *standart deviasi* 1,4. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* mini tenis siswi (putri) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 12,40$	Baik sekali	0	0 %
11,01 – 12,39	Baik	0	0 %
9,61 – 11,00	Sedang	0	0 %
8,21 – 9,60	Kurang	1	5,88 %
$\leq 8,20$	Kurang sekali	16	94,12 %
Jumlah		17	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 13. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *forehand groundstroke* mini tenis siswi (putri) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan tidak ada siswi mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswi mendapatkan kategori baik (0%), tidak ada siswi mendapatkan kategori sedang (0%), 1 siswi mendapatkan kategori kurang (5,88%), dan 16 siswi mendapatkan kategori kurang sekali (94,12%).

5. Deskripsi hasil kemampuan *backhand groundstroke* mini tenis putra-putri

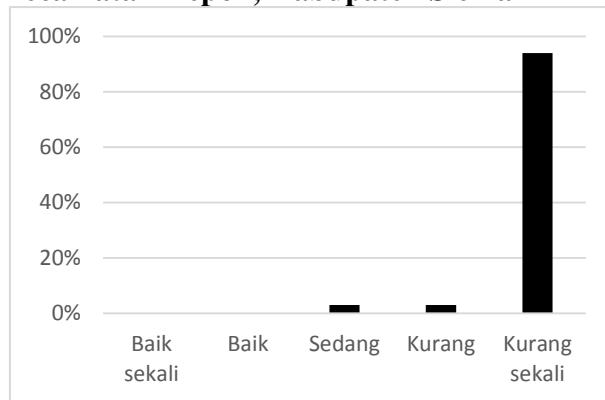
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 33 siswa-siswi, maka diperoleh rata-rata sebesar 8,8 dan *standart deviasi* 1,3. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 6. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *backhand groundstroke* mini tenis siswa-siswi peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 10,75$	Baik sekali	0	0 %
9,46 – 10,74	Baik	0	0 %
8,16 – 9,45	Sedang	1	3,03 %
6,86 – 8,15	Kurang	1	3,03 %
$\leq 6,85$	Kurang sekali	31	93,93 %
Jumlah		33	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 14. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *backhand groundstroke* mini tenis siswa-siswi peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan tidak ada siswa-siswi mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswa-siswi mendapatkan kategori baik (0%), 1 siswa-siswi mendapatkan kategori sedang (3,03%), 1 siswa-siswi mendapatkan kategori kurang (3,03%), dan 31 siswa-siswi mendapatkan kategori kurang sekali (93,93%).

6. Deskripsi hasil kemampuan *backhand groundstroke* mini tenis putra

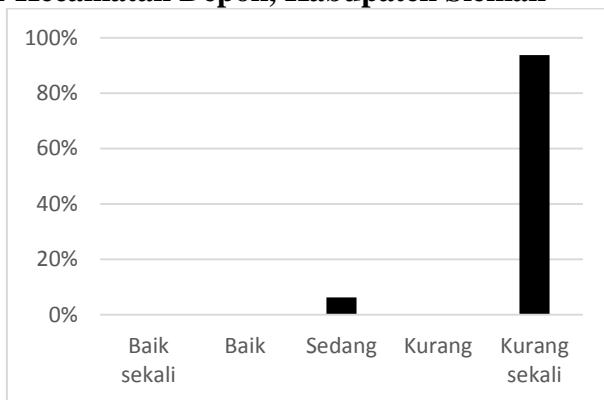
Setelah diperoleh skor dari kemampuan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 16 siswa, maka diperoleh rata-rata sebesar 9,4 dan *standart deviasi* 1,4. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 7. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *backhand groundstroke* mini tenis siswa (putra) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 11,50$	Baik sekali	0	0 %
10,11 – 11,49	Baik	0	0 %
8,71 – 10,10	Sedang	1	6,25 %
7,31 – 8,70	Kurang	0	0 %
$\leq 7,30$	Kurang sekali	15	93,75 %
Jumlah		16	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 15. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *backhand groundstroke* mini tenis siswa (putra) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan tidak ada siswa mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswa mendapatkan kategori baik (0%), 1 siswa mendapatkan kategori sedang (6,25%), tidak ada siswa mendapatkan kategori kurang (0%), dan 15 siswa mendapatkan kategori kurang sekali (93,75%).

7. Deskripsi hasil kemampuan *backhand groundstroke* mini tenis putri

Setelah diperoleh skor dari kemampuan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 yang berjumlah 17 siswi, maka diperoleh rata-rata sebesar 7,8 dan *standart deviasi* 1,1. Adapun hasil analisis data penelitian dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 8. Distribusi frekuensi kemampuan teknik dasar pukulan *backhand groundstroke* mini tenis siswi (putri) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman

Interval nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
$\geq 9,45$	Baik sekali	0	0 %
8,36 – 9,44	Baik	0	0 %
7,26 – 8,35	Sedang	1	5,88 %
6,16 – 7,25	Kurang	0	0 %
$\leq 6,15$	Kurang sekali	16	94,12 %
Jumlah		17	100 %

Adapun penyajian dalam bentuk diagram histogram dapat dilihat pada gambar di bawah ini :

Gambar 16. Diagram kemampuan teknik dasar pukulan *backhand groundstroke* mini tenis siswi (putri) peserta ekstrakurikuler SD N Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman



Berdasarkan tabel dan diagram diatas, secara rinci menunjukkan tidak ada siswi mendapatkan kategori baik sekali (0%), tidak ada siswi mendapatkan kategori baik (0%), 1 siswi mendapatkan kategori sedang

(5,88%), tidak ada siswi mendapatkan kategori kurang (0%), dan 16 siswi mendapatkan kategori kurang sekali (94,12%).

B. Pembahasan

Kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* merupakan kemampuan dasar yang harus dimiliki untuk dapat bermain mini tenis (*ace tennis*) dengan baik. Kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* perlu dikuasai sejak dini, karena teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* adalah pukulan yang paling sering dilakukan pada saat bermain atau bertanding dan sangat diperlukan pada saat *rally-rally* panjang pada saat pemain berada dekat dengan garis belakang atau *baseline*.

Pembahasan penelitian yang dilakukan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 untuk kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* dapat dipaparkan sebagai berikut:

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan keterampilan dasar pukulan *forehand* dan pukulan *backhand* terhadap 33 siswa-siswi menunjukkan kategori sedang dan kurang. Dari uraian kategori tersebut diperoleh hasil bahwa penguasaan teknik dasar *forehand* 16 siswa (putra) sedikit lebih baik dibandingkan penguasaan teknik dasar *forehand* siswi (putri). Sedangkan pada pukulan *backhand*, baik siswa (putra) maupun siswi (putri) diperoleh hasil yang sama, yakni dalam kategori kurang sekali. Secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri

Percobaan 2, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta berkategori sedang dan kurang dengan prosentase 42,42%.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa siswa-siswi masih banyak yang belum menguasai teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis dengan baik. Hal ini dikarenakan pengenalan olahraga mini tenis dan pelatihan yang diberikan masih belum maksimal, selain itu juga siswa-siswi masih di bawah umur 12 tahun, sehingga kekuatan otot masih belum optimal dan masih dapat berkembang serta kemampuan dalam *forehand* dan *backhand grounstroke* masih belum terlatih secara teratur, terarah dan berkesinambungan. Untuk meningkatkan kemampuan *forehand* dan *backhand grounstroke* maka perlu dilakukan program yang sesuai dengan karakteristik dari siswa.

Selain dari faktor diatas, faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat kemampuan dasar bermain mini tenis siswa-siswi yaitu proses pembelajaran dan ketersediaan alat. Proses pembelajaran menjadi sarana latihan siswa-siswi dalam meningkatkan keterampilan dasar dalam bermain mini tenis. Dalam proses pembelajaran seorang guru sangat penting perannya untuk memberikan pembelajaran (latihan) dengan metode yang baik dengan harapan dapat meningkatkan keterampilan mini tenis siswa-siswi. Faktor ketersediaan alat juga mempengaruhi kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* mini tenis siswa-siswi kelas atas SD Negeri Percobaan 2, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta.

Melihat dari hasil penelitian tersebut, dapat dilihat bahwa penguasaan pukulan *forehand groundstroke* lebih baik dari pukulan *backhand groundstroke*. Keadaan ini menunjukkan bahwa pukulan *forehand groundstroke* lebih mudah dilakukan daripada pukulan *backhand groundstroke*. Dengan adanya perbedaan tingkat kesulitan antara pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* mengharuskan pendidik untuk dapat memberikan latihan yang dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk memiliki keterampilan yang seimbang.

Program latihan yang dilakukan menjadi hal yang terpenting untuk dapat meningkatkan dan memperbaiki keterampilan dasar yang masih rendah. Hal ini mengingat bahwa kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* merupakan teknik dasar yang penting dalam permainan mini tenis. Menurut Djoko Pekik (2004: 14) dalam melakukan latihan sebaiknya frekuensi latihan dilaksanakan paling sedikit 3 kali dalam seminggu, baik untuk olahraga kesehatan maupun olahraga prestasi. Untuk meningkatkan kebugaran perlu latihan 3-5 kali dalam seminggu. Selaras dengan Thomson yang dikutip Djoko (2018: 62) bahwa frekuensi latihan untuk atlet muda adalah 2-4 kali/minggu, sedangkan untuk atlet yang berpengalaman bisa berlatih 6-7 kali/minggu dan kemungkinan latihan lebih dari satu sesi/hari. Kutipan ini sesuai dengan hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman. Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan

Depok, Kabupaten Sleman kategorinya sedang dan kurang. Hal ini disebabkan kurangnya frekuensi latihan yang seharusnya minimal 3 kali dalam seminggu, tetapi yang terjadi hanya 2 kali dalam seminggu saja. Karena kurangnya siswa dalam berlatih menyebabkan kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa menjadi lemah.

Dari hal-hal diatas dapat disimpulkan tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman masuk ke dalam kategori sedang dan kurang, hal ini dikarenakan intensitas dan frekuensi latihan yang kurang, keterbatasan alat dan proses pembelajaran mini tenis yang diterapkan kurang maksimal untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* mini tenis.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2 Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta, dari 33 siswa-siswi menunjukkan kategori sedang dan kurang.

Dari uraian kategori tersebut diperoleh hasil bahwa penguasaan teknik dasar *forehand* 16 siswa sedikit lebih baik dibandingkan penguasaan teknik dasar 17 *forehand* siswi. Sedangkan pada pukulan *backhand*, baik siswa maupun siswi diperoleh hasil yang sama, yakni dalam kategori kurang sekali. Secara umum dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis peserta ekstrakurikuler di SD Negeri Percobaan 2, Kecamatan Depok, Kabupaten Sleman, Provinsi Yogyakarta berkategori sedang dan kurang dengan prosentase 42,42%, hal ini dikarenakan kurangnya minat dan bakat pada siswa-siswi, intensitas dan frekuensi latihan yang kurang, keterbatasan alat dan proses pembelajaran mini tenis yang diterapkan kurang maksimal untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar *forehand* dan *backhand* mini tenis.

B. Implikasi

Hasil penelitian ini merupakan masukan yang bermanfaat bagi guru penjasorkes dan mahasiswa FIK calon guru penjasorkes sebagai bahan kajian

untuk lebih memahami pentingnya penguasaan teknik pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* mini tenis. Dengan begitu, hal ini juga bisa dijadikan bahan evaluasi bagi guru penjasorkes dan mahasiswa FIK calon guru penjasorkes bahwa dalam rangka meningkatkan kemampuan dasar bermain mini tenis diperlukan adanya latihan yang intensif dan kontinu, sekaligus untuk membina sekaligus mengembangkan permainan mini tenis di Indonesia khususnya Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Keterbatasan

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan seksama, tetapi tetap keterbatasan dan kelemahan, antara lain :

1. Peneliti tidak mengontrol kondisi fisik dan psikis siswa-siswi terlebih dahulu, apakah siswa-siswi dalam keadaan fisik dan psikis yang baik atau tidak saat melakukan tes.
2. Keterbatasan waktu peneliti dalam melaksanakan tes dikarenakan sebelum tes diadakan pelatihan mini tenis terlebih dahulu.
3. Siswa-siswi yang kurang maksimal dalam melaksanakan tes sehingga hasilnya ada yang kurang maksimal.

D. Saran

1. Bagi teman sejawat penulis disarankan untuk dapat mengadakan penelitian lebih lanjut tentang kemampuan dasar mini tenis dan aplikasinya dalam bentuk permainan mini tenis yang sesungguhnya (*games*).
2. Bagi guru penjasorkes dan mahasiswa FIK UNY sebagai calon guru penjasorkes hendaknya dapat menambahkan materi mini tenis di saat

proses pembelajaran pendidikan jasmani yang mengacu pada standar kompetensi permainan bola kecil.

3. Bagi guru penjasorkes hendaknya mengoptimalkan waktu proses pembelajaran dan menambah jadwal kegiatan ekstrakurikuler.
4. Perlunya untuk diketahui baik guru penjasorkes dan mahasiswa FIK sebagai calon guru penjasorkes memahami pentingnya teknik pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke*. Karena pukulan ini sangat mematikan terutama jika terjadi *rally* yang panjang.
5. Dari hasil penelitian diharapkan peserta didik serta mengembangkan dan memajukan permainan mini tenis di Indonesia khususnya Daerah Istimewa Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

Alim, Abdul. (2009). *Permainan Mini Tenis Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan di Sekolah Dasar*. Diambil dari: journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download/434/pd. (6 Agustus 2018).

Anak, Agung Ngurah Adiputra. (2013). *Bimbingan Dan Konseling*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Anas, Sudijono. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

Brown, Jim. (2007). *Tennis Steps to Success (Tenis Tingkat Pemula)*. Penerjemah: Dian Ruslaini. Jakarta: Rajagrafindo Persada.

Holm, dkk. (1987). *Tennis Technique and Tactics, Play to win The Czech*. Canada: Sport Book Publisher.

Irianto, Djoko Pekik. (2004). *Pedoman Praktis Berolahraga untuk Kebugaran dan Kesehatan*. Yogyakarta: Andi Offset.

_____.(2018). *Dasar-dasar latihan olahraga untuk menjadi atlet juara*. Yogyakarta: Pohon Cahaya.

Loman, Lucas. (1986). *Petunjuk Praktis Bermain Tenis*. Bandung: Angkasa.

Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran*. Yogyakarta: FIK UNY.

_____. (2014). Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Mini Tenis Peserta Didik Kelas V SD Negeri Sinduadi 1, Kecamatan Mlati Kabupaten Sleman DIY. Di Ambil Dari : journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/download (13 Februari 2019).

_____. (2018). *Mini Tenis (Ace Tennis) Metode Praktis Mengenalkan Permainan Tenis Bagi Anak Usia Dini*. Yogyakarta: UNY Press.

Scharff, R. (1985). *The Quick and Easy Guide to Tennis*. (A. M. Almatsier : alih basa). Jakarta: Mutiara Offset.

Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suryobroto, B. (1990). *Tata Laksana Kurikulum*. Jakarta: Rineka Cipta.

Yudopresetio, B. (1980). *Belajar Tenis*. Malang: PT. Bhratara Karya Aksara.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat izin penelitian



PEMERINTAH KABUPATEN SLEMAN DINAS PENDIDIKAN SD NEGERI PERCOBAAN 2

Sekip, Catur Tunggal, Depok, Sleman Yogyakarta, 55281
Telepon (0274) 566682

Website: www.sdnpercobaan2yogyakarta.com, E-mail: sdnpercobaan2@yahoo.com.

SURAT KETERANGAN

No.010 /S.Ket/P.2/I/2019

Yang bertanda tangan di bawah ini Kepala Sekolah SD Negeri Percobaan 2, Dinas Pendidikan Kabupaten Sleman Daerah Istimewa Yogyakarta :

Nama	:	SRI HARTINI, S.Pd.
NIP.	:	19640217 198608 2 002
Pangkat.Golongan	:	Pembina, IV/a
Jabatan	:	Kepala Sekolah

Menerangkan dengan sesungguhnya bahwa :

Nama	:	Zharfan Zu Taris
Program Studi	:	PJKR
NIM.	:	15601244004
Fakultas	:	Ilmu Keolahragaan
Universitas	:	Universitas Negeri Yogyakarta

Benar-benar telah melaksanakan Penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi dengan judul Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Forehand dan Backhand Groundstroke Mini Tenis (Ace Tennis) Peserta Ekstrakurikuler di SD N Percobaan 2 pada tanggal 2 Januari s/d 8 Februari 2019. Demikian surat keterangan ini dibuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Sleman, 28 Januari 2019

Kepala Sekolah
SD Negeri Percobaan 2



Lampiran 2. Hasil perolehan data *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa-siswi

No	Nama	L/P	Forehand		Jumlah	Rata-rata (X)	Backhand		Jumlah	Rata-rata (X)	Rata-rata Keseluruhan (X)
			I	II			I	II			
1	ADINDA	P	5	5	10	5	4	3	7	3,5	4,25
2	TIKA	P	5	7	12	6	4	6	10	5	5,5
3	DEYY	P	7	4	11	5,5	5	5	10	5	5,25
4	BAGAS	L	5	3	8	4	3	4	7	3,5	3,75
5	BENING	P	7	5	12	6	4	4	8	4	5
6	AQILA	P	4	3	7	3,5	5	3	8	4	3,75
7	DESTA	L	3	5	8	4	5	6	11	5,5	4,75
8	DANNISH	L	9	11	20	10	4	4	8	4	7
9	DZAKY	L	12	13	25	12,5	4	3	7	3,5	8
10	KAYLA	P	6	3	9	4,5	4	3	7	3,5	4
11	FARLEY	L	8	7	15	7,5	4	5	9	4,5	6
12	HABIB	L	6	8	14	7	4	6	10	5	6
13	HABIB NUR	L	4	3	7	3,5	5	4	9	4,5	4
14	YUDA	L	5	3	8	4	6	3	9	4,5	4,25
15	IKHLAS	L	18	20	38	19	4	5	9	4,5	11,75
16	AIRA	P	7	8	15	7,5	4	3	7	3,5	5,5
17	KEN	L	9	11	20	10	8	10	18	9	9,5
18	VANO	L	5	6	11	5,5	7	5	12	6	5,75
19	RARA	P	3	5	8	4	3	3	6	3	3,5
20	LUNA	P	4	6	10	5	3	3	6	3	4
21	KYA	P	4	3	7	3,5	3	4	7	3,5	3,5
22	MAIDA	P	5	6	11	5,5	3	4	7	3,5	4,5
23	MARYSA	P	7	5	12	6	4	5	9	4,5	5,25
24	AYA	P	6	8	14	7	4	6	10	5	6
25	NAYLA	P	4	5	9	4,5	4	4	8	4	4,25
26	IRFAN	L	3	7	10	5	6	7	13	6,5	5,75
27	HAFIZH	L	4	5	9	4,5	5	6	11	5,5	5
28	RAMA	L	6	4	10	5	5	3	8	4	4,5
29	RARA	P	8	9	17	8,5	7	8	15	7,5	8
30	SALSA	P	5	7	12	6	3	4	7	3,5	4,75
31	DASKA	L	4	6	10	5	3	4	7	3,5	4,25
32	VALEN	L	8	4	12	6	5	7	12	6	6
33	VALE	P	4	6	10	5	4	4	8	4	4,5
Jumlah			411		205,5		300		150		177,75
Rata-rata (X)			24,17647		12,08823529		17,64706		8,823529412		5,386363636
Standar Deviasi			6,149649		3,074824459		2,638224		1,319112133		1,788735269

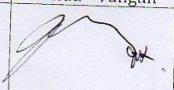
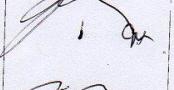
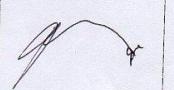
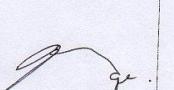
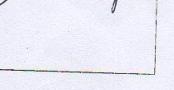
Lampiran 3. Hasil perolehan data *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa

DATA PEROLEHAN TES KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BERMAIN MINI TENIS PESERTA EKSTRAKURIKULER SD NEGERI PERCOBAAN 2 KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN (Dyer Tennis Test)										
No	Nama	L/P	Forehand		Jumlah	Rata-rata (X)	Backhand		Jumlah	Rata-rata (X)
			I	II			I	II		
1	BAGAS	L	5	3	8	4	3	4	7	3,5
2	DESTA	L	3	5	8	4	5	6	11	5,5
3	DANNISH	L	9	11	20	10	4	4	8	4
4	DZAKY	L	12	13	25	12,5	4	3	7	3,5
5	FARLEY	L	8	7	15	7,5	4	5	9	4,5
6	HABIB	L	6	8	14	7	4	6	10	5
7	HABIB NUR	L	4	3	7	3,5	5	4	9	4,5
8	YUDA	L	5	3	8	4	6	3	9	4,5
9	IKHLAS	L	18	20	38	19	4	5	9	4,5
10	KEN	L	9	11	20	10	8	10	18	9
11	VANO	L	5	6	11	5,5	7	5	12	6
12	IRFAN	L	3	7	10	5	6	7	13	6,5
13	HAFIZH	L	4	5	9	4,5	5	6	11	5,5
14	RAMA	L	6	4	10	5	5	3	8	4
15	DASKA	L	4	6	10	5	3	4	7	3,5
16	VALEN	L	8	4	12	6	5	7	12	6
Jumlah				225	112,5			160	80	
Rata-rata (X)				26,47059	13,23529412			18,82353	9,411764706	
Standar Deviasi				8,217613	4,108806599			2,8519	1,425949976	

Lampiran 4. Hasil perolehan data *forehand* dan *backhand groundstroke* siswi

DATA PEROLEHAN TES KEMAMPUAN TEKNIK DASAR BERMAIN MINI TENIS PESERTA EKSTRAKURIKULER SD NEGERI PERCOBAAN 2 KECAMATAN DEPOK, KABUPATEN SLEMAN (Dyer Tennis Test)										
No	Nama	L/P	Forehand		Jumlah	Rata-rata (X)	Backhand		Jumlah	Rata-rata (X)
			I	II			I	II		
1	ADINDA	P	5	5	10	5	4	3	7	3,5
2	TIKA	P	5	7	12	6	4	6	10	5
3	DEYY	P	7	4	11	5,5	5	5	10	5
4	BENING	P	7	5	12	6	4	4	8	4
5	AQILA	P	4	3	7	3,5	5	3	8	4
6	KAYLA	P	6	3	9	4,5	4	3	7	3,5
7	AIRA	P	7	8	15	7,5	4	3	7	3,5
8	RARA	P	3	5	8	4	3	3	6	3
9	LUNA	P	4	6	10	5	3	3	6	3
10	KYA	P	4	3	7	3,5	3	4	7	3,5
11	MAIDA	P	5	6	11	5,5	3	4	7	3,5
12	MARSYA	P	7	5	12	6	4	5	9	4,5
13	AYA	P	6	8	14	7	4	6	10	5
14	NAYLA	P	4	5	9	4,5	4	4	8	4
15	RARA	P	8	9	17	8,5	7	8	15	7,5
16	SALSA	P	5	7	12	6	3	4	7	3,5
17	VALE	P	4	6	10	5	4	4	8	4
Jumlah				186	93			140	70	
Rata-rata (X)				20,66667	10,33333333			15,55556	7,77777778	
Standar Deviasi				2,703484	1,351741796			2,165912	1,082956194	

Lampiran 5. Kartu bimbingan skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI			
Nama Mahasiswa	: Zharfan Zu Taris		
NIM	: 15601244004		
Program Studi	: PJKR		
Pembimbing	: Drs. Ngarmam, M.Pd.		
No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	21 Februari 2018	Gerak dasar dalam groundstroke Tennis.	
2.	7 Maret 2018	Elemen putulan groundstroke dari yang mudah ke sulit.	
3.	21 Maret 2018	Perbedaan pegangan grips putulan forehand dan backhand.	
4.	11 April 2018	Identifikasi masalah penelitian	
5.	5 November 2018	Identifikasi variabel penelitian	
6.	9 Januari 2019	Instrumen penelitian yang akan diperlukan	
7.	28 Februari 2019	Pembelaan hasil Penelitian	
8.	12 Maret 2019	Penilaian Dray Nasihah Skripsi	

Ketua Jurusan POR,

 Dr. Guntur, M.Pd.
 NIP. 19810926 200604 1 001.

Lampiran 6. Kalibrasi meteran

 <p align="center">PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA DINAS PERINDUSTRIAN DAN PERDAGANGAN UPT METROLOGI LEGAL Jl. Sisingamangaraja 21 C Yogyakarta. Kode pos 555122 Telp. (0274) 287645 EMAIL : metrologilegal@jogjakota.go.id</p>	
SERTIFIKAT PENGUJIAN <i>VERIFICATION CERTIFICATE</i>	
Nomor : 21 / MET / UP - 5 / I / 2019 <i>Number</i>	
No. Order : A 01092 Diterima tgl : 4 Januari 2019	
ALAT <i>Equipment</i>	
Nama <i>Name</i> Kapasitas <i>Capacity</i> Tipe/Model <i>Type/Model</i>	Ukuran Panjang <i>Length</i> 50 m Tricle 2 mm
PEMILIK <i>Owner</i>	
Nama <i>Name</i> Alamat <i>Address</i>	Zharfan Zu Taris Mendak Selatan, Bandongan, Magelang
METODE, STANDART, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i>	
Metode <i>Method</i> Standard <i>Standard</i> Telusuran <i>Traceability</i>	SK DJ PDN No. 31 / PDN / KEP / 3 / 2010 Ukuran Panjang Standar 1 meter Ke satuan Pengukuran SI melalui Direktorat Metrologi
TANGGAL PENGUJIAN <i>Date of Verified</i>	
LOKASI PENGUJIAN <i>Location of Verified</i>	Kantor UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta
KONDISI LINGKUNGAN PENGUJIAN <i>Environment condition of Verified</i>	
HASIL <i>Result</i>	Suhu : $28^{\circ}\text{C} \pm 2^{\circ}\text{C}$; Kelembaban : $55\% \pm 3\%$ DISAHAKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2019
DISARANKAN UNTUK DIUJI ULANG <i>Reverification</i>	
Yogyakarta, 7 Januari 2019 Kepala UPT Metrologi Legal Mohammed Ashari, S.Kom NIP. 19630126. 198202.1.001	
Halaman 1 dari 2 Halaman	
<small>DILARANG MENGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL KOTA YOGYAKARTA</small>	

LAMPIAN SERTIFIKAT PENERAAN
ATTACHMENT OF CALIBRATION CERTIFICATE

I. DATA PENGUJIAN
Verification data

1. Referensi : Zharfan Zu Taris
2. Ditera ulang oleh : Yetni Sulistyo , NIP. 19630629 1985031003
Verified by

II. HASIL
Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (m)
0	0,00
0 - 1	1,00
0 - 2	2,00
0 - 3	3,00
0 - 4	4,00
0 - 5	5,00
0 - 6	6,00
0 - 7	7,00
0 - 8	8,00
0 - 9	9,00
0 - 10	10,00
0 - 11	11,00
0 - 12	12,00
0 - 13	13,00
0 - 14	14,00
0 - 15	15,00
0 - 16	16,00
0 - 17	17,00
0 - 18	18,00
0 - 19	19,00
0 - 20	20,00
0 - 21	21,00
0 - 22	22,00
0 - 23	23,00
0 - 24	24,00
0 - 25	25,00

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (m)
0 - 26	26,00
0 - 27	27,00
0 - 28	28,00
0 - 29	29,00
0 - 30	30,00
0 - 31	31,00
0 - 32	32,00
0 - 33	33,00
0 - 34	34,00
0 - 35	35,00
0 - 36	36,00
0 - 37	37,00
0 - 38	38,00
0 - 39	39,00
0 - 40	40,00
0 - 41	41,00
0 - 42	42,00
0 - 43	43,00
0 - 44	44,00
0 - 45	45,00
0 - 46	46,00
0 - 47	47,00
0 - 48	48,00
0 - 49	49,00
0 - 50	50,00

Penera Penyelia

Yetni Sulistyo

NIP.19630629 1985031003

Lampiran 7. Stopwatch

 <p>UNIVERSITAS GADJAH MADA LABORATORIUM PENELITIAN DAN PENGUJIAN TERPADU</p>																										
DP /5.10.1/K/LPPT Rev.1 Halaman 1 dari 1																										
LAPORAN HASIL KALIBRASI <i>CALIBRATION REPORT</i> <i>Nomor / Number : 054A.03/III/UN1/LPPT/2018</i>																										
IDENTITAS ALAT <i>Instrument Identification</i>																										
Nama alat : Stopwatch Nomor pesanan : 18020300051A Merek /Pabrik : Butterfly / - Tanggal pesanan : 23 Februari 2018 Tipe /Model : BT-02 Bidang kalibrasi : Timer No. Seri : - Tanggal kalibrasi : 02 Maret 2018 Range ukur : - Kondisi lingkungan : Resolusi : 0,1 Detik Suhu ruangan : (25,6 ± 0,3) °C Tempat kalibrasi : LPPT-UGM Kelembaban : (64 ± 3) %RH																										
IDENTITAS PEMILIK <i>Owner Identification</i>																										
Nama : Ilham Pamungkas Alamat : Tuntungan UH III/1189 RT 041/ RW 009, Tahunan, Umbulharjo, Yogyakarta																										
HASIL KALIBRASI <i>Result of Calibration</i>																										
<table border="1"><thead><tr><th>Timer Dikalibrasi menit</th><th>Timer Standard menit'detik"1/100 detik</th><th>Koreksi Detik"1/100 detik</th></tr></thead><tbody><tr><td>1</td><td>01'00"01</td><td>00"01</td></tr><tr><td>3</td><td>02'59"98</td><td>-00"02</td></tr><tr><td>5</td><td>04'59"99</td><td>-00"01</td></tr><tr><td>10</td><td>09'59"99</td><td>-00"01</td></tr><tr><td>15</td><td>14'59"99</td><td>-00"01</td></tr><tr><td colspan="2"><i>Ketidakpastian (± detik, 1/100 detik)</i></td><td>0,14</td></tr><tr><td colspan="2"><i>Faktor cakupan, k</i></td><td>2,0</td></tr></tbody></table>			Timer Dikalibrasi menit	Timer Standard menit'detik"1/100 detik	Koreksi Detik"1/100 detik	1	01'00"01	00"01	3	02'59"98	-00"02	5	04'59"99	-00"01	10	09'59"99	-00"01	15	14'59"99	-00"01	<i>Ketidakpastian (± detik, 1/100 detik)</i>		0,14	<i>Faktor cakupan, k</i>		2,0
Timer Dikalibrasi menit	Timer Standard menit'detik"1/100 detik	Koreksi Detik"1/100 detik																								
1	01'00"01	00"01																								
3	02'59"98	-00"02																								
5	04'59"99	-00"01																								
10	09'59"99	-00"01																								
15	14'59"99	-00"01																								
<i>Ketidakpastian (± detik, 1/100 detik)</i>		0,14																								
<i>Faktor cakupan, k</i>		2,0																								
Timer tersebut dikalibrasi menggunakan standar Stopwatch no. sertifikat : S.017.005 735 Tertelusur ke satuan SI LK-032-IDN.																										
Yogyakarta, 12 Maret 2018 Pejabat Penandatangan Sertifikat,  Yusuf Umardani, S.T., M. Eng.																										
Laporan hasil kalibrasi ini hanya dapat diperbanyak/dikopi secara utuh																										
Sekip Utara, Jl. Kalurang Km. 4 Yogyakarta 55281 - Telp. (0274) 548348, 546868 - Fax. (0274) 548348																										

Lampiran 8. Dokumentasi penelitian



Gambar 17. SD Negeri Percobaan 2



Gambar 18. Foto bersama guru, peneliti dan siswa-siswi

SD Negeri Percobaan 2



Gambar 19. Pemanasan sebelum pengambilan data



Gambar 20. Pengambilan data kemampuan teknik dasar

forehand dan backhand groundstroke