

**PENGARUH DYER TENNIS TEST TERHADAP KEMAMPUAN FOREHAND DAN
BACKHAND GROUNDSTROKE MAHASISWA PRODI PJKR FIK UNY**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh :

Deo Riesky Kurniawan

16601244022

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2020**

**PENGARUH DYER TENNIS TEST TERHADAP KEMAMPUAN
FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE
MAHASISWA PRODI PJKR FIK UNY**

Oleh:

Deo Riesky Kurniawan

NIM 16601244022

ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh perkuliahan tenis lapangan dijumpai kurangnya penguasaan teknik dasar bermain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen. Metode yang digunakan adalah *one group pre test- post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi PJKR FIK UNY. Sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive sample* yaitu seluruh mahasiswa prodi PJKR FIK UNY yang mengikuti Mata Kuliah Orpil Tenis Lapangan dan sudah bisa bermain tenis sebanyak 20 siswa. Instrumen yang digunakan adalah Tes kemampuan tenis lapangan (*Sport Skill Test*) *forehand* dan *backhand groundstroke* yang terdiri dari *test forehand groundstroke* dan *test backhand groundstroke*. Dengan Validitas *test forehand* 0,907 dan reliabilitas 0,908. *Backhand* memiliki validitas 0,895 dan realibilitas 0,925. Teknik analisis data yang dilakukan adalah menggunakan uji-t *before after*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY. *Dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 26,67%. Ada pengaruh yang signifikan sebesar 27,15%. Ada pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY dan *dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 26,10%. Dengan demikian terdapat kesimpulan bahwa *dyer tennis test* memiliki pengaruh yang signifikan terhadap tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa prodi PJKR FIK UNY.

Kata Kunci : *kemampuan, forehand groundstroke, backhand groundstroke*

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Deo Riesky Kurniawan
NIM : 16601244022
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Judul TAS : Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan
Forehand Dan Backhand
Groundstroke Mahasiswa Prodi Pjkr Fik Uny

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim. Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 31 Mei 2020

Yang menyatakan,



Deo Riesky Kurniawan

NIM. 16601244022

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**PENGARUH DYER TENNIS TEST TERHADAP KEMAMPUAN
FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE MAHASISWA PRODI
PJKR FIK UNY**

Disusun oleh :

Deo Riesky Kurniawan

NIM 16601244022

Telah memenui syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang berangkutan.

Yogyakarta, 9 Juni 2020

Mengetahui,

Ketua Program Studi

Disetujui,

Dosen Pembimbing



Drs. Jaka Sunardi, M. Kes.
NIP.19610731 199001 1 001



Drs. Ngatman, M.Pd
NIP.19670605 1994403 1001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

**PENGARUH DYER TENNIS TEST TERHADAP KEMAMPUAN
FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSKROKE MAHASISWA PRODI
PJKR FIK UNY**

Disusun Oleh:

Deo Riesky Kurniawan

NIM 16601244022

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal April 2020

TIM PENGUJI

Nama

Jabatan

Tanda tangan

Tanggal

Drs. Ngatman, M.Pd.

Ketua

10-07-2020

Dr. Guntur, M.Pd.

Sekretaris Penguji

9-07-2020

Dr. Yudanto, S.Pd.Jas.,M.Pd. Penguji 1

.....

6-07-2020

Yogyakarta, 7 JULI 2020

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes.

NIP. 19650301 199001 1 001

MOTTO

Sesungguhnya, setelah kesulitan itu ada kemudahan

(QS al-Insyira:5-6)

Di dunia ini sabar itu ada dua hal, yaitu sabar terhadap apa yang kamu benci dan
sabar terhadap apa yang kamu suka.

(Ali bin Abi Thalib)

Kehidupan tanpa usaha, doa dan tawakal terasa hampa.

(Deo Riesky Kurniawan)

PERSEMBAHAN

Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa, karya tulis ini saya persembahkan kepada:

1. Untuk Kedua orang tuaku, Bapak Totok Suharjo dan Ibu Istichanah yang selalu memberikan dukungan dan memberikan doa restu serta dengan sabar membimbing dan selalu memotivasi anaknya. Terimakasih selalu mendoakan memberikan ridho memberikan kepercayaan kepadaku untuk menuntut ilmu jauh dari keluarga. Terimakasih sudah mengajarkanku bagaimana bekerja keras, pelajaran hidup, dan apa itu keikhlasan. Terimakasih sudah membiayai segala kebutuhan pendidikanku hingga jenjang sarjana ini, dengan karya kecil dan gelar sarjana ini kupersembahkan untuk bapak dan ibuku.
2. Untuk Kakak-kakaku : Avi Novita Sari dan Bagus Yudha Nugraha yang telah memberikan dukungan semangat dan doanya kepada saya. Terimakasih selalu mensuport saya dan selalu menasihati saya untuk menjadi orang yang lebih baik lagi.
3. Untuk Vita Dewi Ochtaviyani yang selalu bersedia kapan pun dimana pun tak kenal lelah saya repotkan dan saya susahkan dan selalu memberikan dukungan dan semangat untuk saya terimakasih sudah membantu dan menjadi tempat berkeluh kesah saya.

KATA PENGANTAR

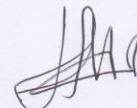
Puji dan syukur dipanjangkan kehadirat Allah S.W.T, karena atas karunia dan rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi dengan judul **“Pengaruh Dyer Tennis Test Terhadap Kemampuan Forehand Dan Backhand Groundstroke Mahasiswa Prodi PJKR Fik UNY”** dapat diselesaikan dengan lancar. Selesainya penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, untuk itu pada kesempatan ini disampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada yang terhormat:

1. Bapak Drs. Ngatman, M.Pd. sebagai Pembimbing Tugas Akhir Skripsi saya, yang telah meluangkan waktu untuk memberi bimbingan, dan dukungan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Jaka Sunardi, M. Kes. selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan persetujuan Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian.
4. Para mahasiswa yang telah memberi bantuan memperlancar pengambilan data selama proses penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
5. Teman-teman PJKR E Tahun 2016 terima kasih atas kebersamaan dan supportnya.
6. Semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari sempurna, baik penyusunannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat penulis harapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Yogyakarta, 31 Mei 2020

Penulis,



Deo riesky kurniawan

16601244022

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL

ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
HALAMAN PENGESAHAN	V
MOTTO	Vi
PERSEMBAHAN	Vii
KATA PENGANTAR	Viii
DAFTAR ISI	X
DAFTAR TABEL	Xiii
DAFTAR GAMBAR	Xiv
DAFTAR LAMPIRAN	Xv

BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Rumusan Masalah	4
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	5
BAB II KAJIAN TEORI	7
A. Deskripsi Teori	7
1. Hakikat Tenis Lapangan.....	7
2. Teknik Dasar Tenis Lapangan	10
3. Hakikat <i>Groundstroke</i>	13
4. Hakikat <i>Forehand Groundstroke</i>	14
5. Hakikat <i>Backhand Groundstroke</i>	16
6. Hakikat <i>Dyer Tennis Test</i>	18
7. Karakteristik Mahasiswa Prodi PJKR	19
B. Penelitian yang Relevan	20
C. Kerangka Berpikir	23
D. Hipotesis Penelitian	24
BAB III METODE PENELITIAN	25
A. Desain Penelitian	25
B. Variable Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel Penelitian	26
1. Populasi Penelitian	26
2. Sampel Penelitian	26
D. Teknik Pengumpulan Data	27
F. Teknik Analisis Data	32

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	35
A. Hasil Penelitian	35
B. Hasil Uji Prasayarat.....	45
C. Analisis Data.....	46
D. Pembahasan	49
E. Keterbatasan Masalah.....	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	53
A. Kesimpulan	53
B. Implikasi	54
C. Saran	54
DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	56

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel. 1	35
Tabel. 2	36
Tabel. 3	37
Tabel. 4	37
Tabel. 5	38
Tabel. 6	39
Tabel. 7	40
Tabel. 8	40
Tabel. 9	41
Tabel. 10	42
Tabel. 11	43
Tabel. 12	44
Tabel. 13	45
Tabel. 14	46
Tabel. 15	47
Tabel. 16	47
Tabel. 17	48

DAFTAR GAMBAR

	Halaman	
Gambar. 1	Pegangan Raket	9
Gambar. 2	<i>Forehand Groundstroke</i>	16
Gambar. 3	<i>Backhand Groundstroke</i>	17
Gambar. 4	Bagan Kerangka Berpikir.....	23
Gambar. 5	Arena tes <i>Forehand Groundstroke</i>	29
Gambar. 6	Arena tes <i>Backhand Groundstroke</i>	31
Gambar. 7	Grafik Tingkat <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke Pretest</i>	36
Gambar. 8	Grafik Tingkat <i>Forehand</i> dan <i>Backhand Groundstroke Posttest</i>	38
Gambar. 9	Grafik Tingkat <i>Forehand Groundstroke Pretest</i>	39
Gambar.10	Grafik Tingkat <i>Forehand Groundstroke Posttest</i>	41
Gambar. 11	Grafik Tingkat <i>Backhand Groundstroke Pretest</i>	43
Gambar. 12	Grafik Tingkat <i>Backhand Groundstroke Posttest</i>	44
Gambar. 13	Pelaksanaan <i>Pre test</i>	71
Gambar. 14	Pelaksanaan Treatmen.....	72
Gambar. 15	Pelaksanaan <i>Post test</i>	73

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman	
Lampiran. 1	Pengajuan Judul Proposal Penelitian	57
Lampiran. 2	Surat Pemberitahuan Pembimbing	58
Lampiran. 3	Kartu Bimbingan TAS	59
Lampiran. 4	Surat Permohonan Izin Penelitian	60
Lampiran. 5	Biodata.....	61
Lampiran. 6	Data <i>Pre test</i>	62
Lampiran. 7	Data <i>Post test</i>	63
Lampiran. 8	Daftar hadir.....	64
Lampiran. 9	Statistik Hasil Olahdata	65
Lampiran. 10	Dokumen.....	72

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sebagai aktivitas yang bermanfaat untuk menjaga kebugaran, kesehatan jasmani, kesehatan rohani, sebagai sarana rekreasi, dan untuk mencapai prestasi. Semua olahraga mempunyai manfaat masing-masing tergantung bagaimana setiap orang melakukan sesuai tujuannya. Salah satu olahraga yang sudah dikenal oleh masyarakat di seluruh Indonesia bahkan dunia adalah olahraga tenis lapangan. Olahraga ini sudah cukup familiar di semua lapisan masyarakat, mulai dari usia dini, remaja, dewasa sampai lanjut usia.

Dahulu olahraga tenis lapangan dikenal sebagai olahraga yang mahal, dan dilakukan terbatas di lingkungan istana kerajaan, artinya mulai dari pakaian, peralatan yang dipakai berharga mahal, dan yang bisa melakukan olahraga tenis lapangan sebagian besar hanya kaum bangsawan. Kenyataan sekarang berbeda dengan dahulu, olahraga tenis lapangan sudah dimainkan oleh semua masyarakat karena harga peralatan sudah dapat dijangkau oleh masyarakat. Olahraga tenis lapangan merupakan salah satu cabang olahraga yang dimainkan secara perorangan dengan jumlah dua pemain maupun secara beregu dengan jumlah empat pemain. Permainan tenis lapangan dimainkan dengan cara memukul bola menggunakan raket tenis dengan tujuan bola yang dipukul melewati net dan jatuh ke dalam area lawan. Pada saat ini olahraga tenis lapangan banyak dimainkan dengan berinteraksi untuk mencapai prestasi, namun demikian olahraga tenis

lapangan banyak juga dimainkan untuk tujuan rekreasi karena olahraga ini menyenangkan ketika dimainkan serta untuk menghilangkan kejemuhan.

Di Indonesia olahraga tenis lapangan kini semakin berkembang, hal ini dibuktikan dengan adanya pertandingan di berbagai tingkatan dari tingkat kecamatan, kabupaten, provinsi, nasional, dan internasional. Dari berbagai pertandingan yang diadakan, maka menarik munculnya pemain-pemain tenis lapangan yang berprestasi dari beberapa kelompok umur junior dan senior. Dengan banyak kejuaraan tenis lapangan, mendorong berdirinya sekolah-sekolah tenis untuk menyediakan wadah atau tempat anak-anak berlatih secara terprogram dan terbimbing dengan baik. Tujuan berdirinya sekolah tenis selain sebagai wadah untuk anak-anak berlatih selain itu mengembangkan minat dan bakat anak dalam bermain tenis lapangan.

Dalam olahraga tenis lapangan mempunyai beberapa teknik pukulan dasar yang dapat dipelajari dan perlu dikuasai. Teknik pukulan dasar tersebut diantaranya adalah *serve*, *groundstrokes*, dan *volleys*. Dari beberapa teknik dasar tersebut harus dikuasai dengan baik bagi pemula karena dalam permainan menggunakan teknik-teknik dasar tersebut. Dengan penguasaan teknik dasar yang benar maka akan memudahkan petenis untuk penguasaan teknik lanjutan. Penguasaan teknik-teknik dasar tersebut diharapkan akan dapat memacu kemampuan seorang petenis untuk mencapai keterampilan secara maksimal. Dalam permainan tenis lapangan teknik yang paling dominan digunakan saat bermain adalah teknik *groundstrokes*. *Groundstrokes* adalah pukulan yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan, baik dipukul dari sisi *forehand* dan

backhand. Forehand Groundstroke dan *Backhand Groundstroke* sama-sama penting dalam permainan tenis lapangan, karena pukulan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* berfungsi untuk mempertahankan bola dari lawan dan dapat dipergunakan untuk mendapatkan poin. Dengan demikian penguasaan teknik *groundstroke* sangat perlu dipelajari dan dikembangkan oleh pemain tingkat pemula. Salah satu model latihan untuk mengajarkan penguasaan teknik dasar bermain tenis adalah dengan **DYER TENNIS**. *Dyer Tennis Test* merupakan alat yang di pergunakan untuk mengukur ketrampilan dasar bermain tenis bagi pemula.

Berdasarkan hasil observasi perkuliahan tenis lapangan dijumpai kurangnya penguasaan teknik dasar bermain, pengajaran yang dilakukan monoton, sehingga timbul kejemuhan mahasiswa. Pukulan *Forehand Groundstroke* dan *Backhand Groundstroke* sering keluar dan menyangkut di net. Keberadaan *test dyer* selama ini belum di manfaatkan secara maksimal di mata kuliah orpil tenis lapangan di FIK UNY. Metode pengajian tenis lapangan selama ini hanya melakukan pada teknik bermain tanpa memperlihatkan kemampuan mahasiswa. Kondisi ini jika tidak segera di atasi di khawatirkan akan berpengaruh terhadap rendahnya tingkat penguasaan teknik dasar bermain tenis. Dampak jangka panjangnya akan menimbulkan kejemuhan bagi mahasiswa. Atas dasar latar belakang masalah sebagaimana di uraikan tersebut ,maka peneliti mencoba melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY”

B. Identifikasi Masalah

1. *Forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* merupakan teknik yang sangat dominan, dan harus di kuasai oleh petenis pemula.
2. Kemampuan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* tenis lapangan Mahasiswa yang mengambil Olahraga Pilihan tenis lapangan masih rendah.
3. Belum diketahui pengaruh *Dyer Tennis Tes* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, tidak semua permasalahan dijadikan masalah penelitian oleh peneliti karena terbatasnya waktu, tenaga, dan biaya. Peneliti dalam penelitian ini hanya membatasi pada permasalahan tentang “ Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY”

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka di rumuskan dalam penelitian ini:

1. Apakah ada Pengaruh yang signifikan *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *Forehand groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY?
2. Apakah ada Pengaruh yang signifikan *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *Backhand groundstroke* Mahasiswa prodi PJKR FIK UNY?
3. Apakah ada Pengaruh yang signifikan *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *Forehand* dan *Backhand groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.
2. Untuk mengetahui Pengaruh *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa prodi PJKR FIK UNY.
3. Untuk mengetahui Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

F. Manfaat Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat baik secara teoritis maupun praktis. Dan dapat digunakan sebagai acuan peneliti lain yang mengkaji tentang ketrampilan bermain tenis lapangan, menambah refrensi penilitian tes ketrampilan tenis lapangan.

Berdasarkan pada ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Dari hasil penelitian ini memberikan pemikiran dan memperluas ilmu pengetahuan tentang Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah dan memperluas pengetahuan baru bagi penulis dan memahami Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

b. Bagi Pelatih

Model latihan *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* dapat memberikan masukan untuk pelatih tentang meningkatkan kemampuan konsistensi pukulan *groundstrokes* (*forehand dan backhand*).

c. Bagi Dosen

Sebagai bahan pertimbangan bagi dosen dalam mengembangkan dan meningkatkan variasi latihan untuk meningkatkan kemampuan konsistensi pukulan dalam bermain tenis.

BAB II

KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Tenis Lapangan

Ide dasar dari permainan tenis adalah memukul bola sebelum atau sesudah mantul di lapangan dengan menggunakan raket, melewati di atas net dan masuk ke dalam lapangan permainan lawan. Cara-cara yang dilakukan dalam memukul bola agar dapat menuju ke lapangan lawan dinamakan dengan istilah teknik-teknik dasar pukulan bermain tenis. Adapun teknik-teknik dasar pukulan dalam bermain tenis diantaranya adalah *forehand* *backhand* *groundstroke*, *serve*, *volley*, *smash*, dan jenis pukulan lainnya untuk pemain tingkat tinggi (Crespo, Miley, 1998: 67-89).

Tenis Lapangan merupakan olahraga yang dilakukan oleh dua orang atau dua pasang dengan menggunakan raket dengan bola yang terbuat dari karet. Menurut sejarah olahraga tenis sendiri telah dimainkan sejak zaman purbakala, yaitu di Mesir dan Yunani. Cikal bakal olahraga tenis adalah permainan “*Jeu de Paume*” yang popular di Perancis pada sekitar abad ke-11. Kata tenis berasal dari bahasa Perancis, yaitu “*tenez*” yang berarti “main” atau “tangkap” yang diteriakkan pemain pada awal permainan pada saat itu. Tenis Lapangan adalah salah satu cabang olahraga permainan bola kecil. Menurut ITF *Rules of Tennis* (2015: 2) olahraga tenis lapangan menggunakan lapangan berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 23,77 m dan untuk ukuran lebar ada dua yaitu untuk lebar lapangan tunggal 8,23 m dan untuk lapangan ganda lebarnya 10,97 m. Lapangan terbagi menjadi dua bagian yang sama panjang

dengan dipisahkan oleh net yang melintang di tengah-tengah lapangan dengan tinggi di bagian tengah 0,914 m dan pada tiap-tiap tiang net 1,07 m. Permainan ini dilakukan di atas lapangan dengan permukaan keras (*hard court*), tanah liat (*gravel*), maupun lapangan rumput (*grass court*).

Menurut Sukadiyanto (2005: 261), Tenis Lapangan bisa dimainkan oleh dua orang yang saling berhadapan dalam permainan tunggal, baik itu tunggal putra maupun tunggal putri. Bisa juga dimainkan dalam permainan ganda baik itu ganda putra, ganda putrid maupun ganda campuran. Ide dasar permainan tenis adalah memukul bola sebelum atau sesudah memantul di lapangan dengan menggunakan raket, melewati di atas net dan masuk ke dalam lapangan permainan lawan. Peralatan yang dibutuhkan untuk bisa memainkan olahraga tenis adalah raket dan bola yang khusus untuk permainan tenis.

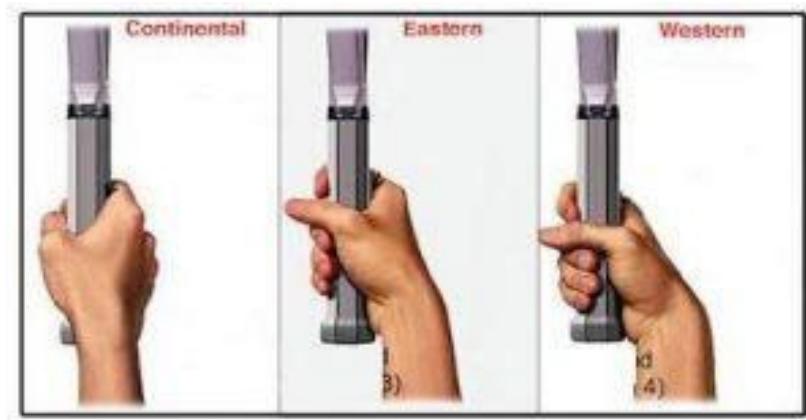
Tenis bukan sekedar permainan olahraga biasa yang mampu menjadi pendukung kebugaran tubuh. Tenis juga dianggap sebagai olahraga prestasi karena sudah banyak menghasilkan kejuaraan dari taraf nasional hingga internasional. Supaya bisa berprestasi sebagai pemain tenis yang handal dan profesional, teknik dasar Tenis Lapangan perlu dikuasai. Penguasaan teknik dasar dan teknik-teknik pukulan dengan baik merupakan salah satu landasan yang sangat penting agar dapat meningkatkan prestasi dalam bermain tenis.

Berikut teknik-teknik dasar dalam permainan Tenis Lapangan:

a. Teknik Memegang Raket Tenis Lapangan

Pada permainan Tenis Lapangan, salah satu teknik dasar yang paling utama untuk diketahui dan dipelajari adalah cara memegang raket

tenis. Sebelum mengenal cara bermain dasar dari Tenis Lapangan, memegang raket harus dilakukan secara benar lebih dulu. Ada 3 teknik memegang raket, yaitu:



Gambar 1 Pegangan Raket

- 1) **Western**, yaitu jenis pegangan atau grip ini biasanya pemain tenis pakai ketika hendak melakukan pukulan topspin. Teknik pegangan satu ini adalah seperti ketika kita memegang gagang sebuah wajan di mana pangkal telunjuk kita posisi pada gagang raket adalah di sisi bawah.
- 2) **Continental**, yaitu jenis pegangan satu ini adalah yang termasuk umum dan dilakukan oleh pemain tenis lapangan sejak zaman dulu saat masih memakai raket yang terbuat dari kayu. Tangan perlu diposisikan ada di atas gagang raket dan posisikan pangkal telunjuk di sudut empat untuk pemain kidal dan di sudut satu bagi pemain yang menggunakan tangan kanan.
- 3) **Forehand Eastern**, yaitu jenis pegangan ini adalah yang paling dianjurkan untuk dipelajari para pemula. Grip ini dianggap paling

cocok untuk para pemula yang hendak mempelajari permainan Tenis Lapangan. Pegangannya mirip dengan sewaktu kita berjabat tangan dan biasanya ada variasi pukulan yang diberikan oleh pegangan ini, seperti *flat*, *slice*, dan *spin*.

2. Teknik Dasar Tenis Lapangan

a. Teknik Servis

Servis merupakan teknik yang paling dasar dalam beberapa jenis olahraga, termasuk pada tenis lapangan. Menurut J. Brown (2001: 53), servis merupakan bagian yang sangat penting, karena poin tidak akan diperoleh tanpa melakukan *service* terlebih dahulu. Servis menurut Lucas Loman (2008: 81) adalah pukulan bola yang paling penting dalam pertandingan tenis dan merupakan satu-satunya pukulan bola yang harus dikuasai maupun dikendalikan oleh pemain yang melakukannya, serta tidak dipengaruhi atau tergantung dari pukulan bola lawannya. Sedangkan menurut Rex Lardner (2003: 57) servis satu-satunya pukulan dimana pukulan tersebut mempunyai kontrol sepenuhnya tentang bagaimana bola harus dipukul. Ada 3 teknik servis yang dikenal dengan *slice service*, *cannon ball/flat serve*, dan *American twist*. Namun, yang akan dibahas kali ini adalah teknik servis paling mendasar saja di mana pada gerakan servis perlu ada koordinasi tangan saat hendak melemparkan bola yang artinya servis sudah akan dimulai.

Proses lempar bola atau *toss* perlu dilakukan pada satu tempat yang sama dan secara konsisten.

- 1) Untuk servis dengan *toss* yang baik, lakukan agak di depan kepala dan kemudian bola dilemparkan lurus ke atas.
- 2) Awali dengan mengambil posisi di belakang garis *baseline* dan pikiran bisa dipusatkan pada bola di area servis lawan.
- 3) Posisi kaki kanan di belakang dan kaki kiri di depan dengan arah kaki paralel dengan garis baseline. Pemakaian grip untuk servis adalah grip continental.
- 4) Setelah itu, lanjutkan dengan melempar bola ke atas dengan posisi sedikit ke depan kepala Anda dan tingginya diperkirakan 20-30 cm. Tangan pastikan lurus ke atas untuk kunci *toss* yang sempurna dan trayek bola juga sudah lurus. Di waktu inilah, berat badan bisa ditransfer ke bagian kaki belakang.

b. Teknik *Volley*

Tenis Lapangan mengajarkan etika, sikap mental positif, serta penghargaan terhadap aturan-aturan. Menurut Lardner (2003: iv) tenis merupakan permainan yang memerlukan kecepatan kaki, ketepatan yang terkendali, stamina, antisipasi, ketetapan hati (*determination*), dan kecerdikan. Pukulan *volley* dalam permainan Tenis Lapangan adalah pukulan yang memukul bola sebelum bola tersebut memantul di lapangan dan posisi menguntungkan untuk menyerang atau mematikan lawan. Menurut Ade Rosriza dalam Jurnal Paedagogik Keolahragaan, menyebutkan bahwa saat ini terdapat dua jenis pukulan *volley* yang digunakan, yaitu: *volley forehand* dan *volleybackhand*. Kedua teknik ini

digunakan tergantung pada arah bola yang terkedat kanan maupun kiri. Pukulan ini merupakan pukulan yang paling sulit untuk dikuasai khususnya bagi pemula karena untuk dapat menguasainya memerlukan konsentrasi ekstra dan reaksi yang cepat. Gerakan *volley* harus lebih agresif dan menutup sudut-sudut lapangan dengan memberikan tekanan kepada lawan. Untuk pemain rekreasional yang umumnya sering bermain ganda, maka pukulan inilah yang wajib dikuasai. Pukulan *volley* dalam permainan Tenis Lapangan adalah pukulan yang memukul bola sebelum bola tersebut memantul di lapangan dan posisi menguntungkan untuk menyerang atau mematikan lawan. Karena datangnya bola lebih cepat, maka untuk pukulan *volley* diperlukan konsentrasi penuh pada bola, reaksi dan gerakan yang cepat serta gerakan yang cepat serta antisipasi yang tepat. Menurut Yudoprasetio (1981: 21), pada pukulan *volley* pegangan yang dipakai adalah *continental grip*, dikarenakan tidak perlu merubah genggaman pada saat datangnya bola. Sedangkan menurut Lardner (1996: 82) *volley* adalah suatu cara memukul sebelum bola memantul di lapangan. Pada umumnya terjadi di dekat net dan bola sebaiknya dipukul di depan badan dan lebih dekat dengan badan dibandingkan dengan pukulan *drive*.

c. Teknik *Smash*

Smash adalah pukulan yang kuat dan bersifat agresif, menyerang dan biasanya dilakukan di daerah *forecourt* (Brown, 1992: 97). Pegangan yang digunakan adalah *continental* dan pukulan ini sering menghasilkan

angka dan pukulan ini dapat menambah motivasi serta menjatuhkan mental lawan.

3. Hakikat *Groundstroke*

Groundstroke adalah pukulan yang dominan dalam Tenis Lapangan. untuk melakukan *rally-rally* panjang juga terkadang menggunakan *groundstroke*. Menurut Echol dan Sadili (1996: 96), *groundstroke* terdiri dari dua kata, yaitu *ground* dan *stroke*. *Ground* berarti tanah, dan *stroke* berarti pukulan. Berarti *groundstroke* dapat diartikan sebagai pukulan yang dilakukan setelah bola menyentuh tanah.

Menurut J. Brown (2001: 31) *groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. Sementara itu menurut pendapat Yudoprasetio (1981: 40) *groundstroke* adalah pukulan yang dilakukan terhadap bola yang menyentuh tanah (lapangan). 15 Berdasarkan pendapat yang dikemukakan di atas maka dapat disimpulkan bahwa *groundstroke* adalah teknik memukul bola yang dilakukan setelah bola jatuh ke tanah atau lapangan permainan sendiri. Menurut M. Crespo dan Dave Milley (1998: 105), untuk pegangan tangan kanan, pukulan *stroke* yang dimainkan pada sisi kanan dari tubuh, untuk pegangan tangan kiri, sebaliknya.

a. *Forehand Groundstroke*

Pukulan *forehand groundstroke* adalah kemampuan memukul bola dengan posisi telapak tangan yang memegang raket menghadap ke depan, atau posisi punggung tangan menghadap ke belakang.

b. *Backhand Groundstroke*

Pukulan *backhand groundstroke* adalah kemampuan memukul bola dengan posisi punggung tangan menghadap ke depan, atau posisi telapak tangan menghadap ke belakang.

4. Hakikat *Forehand Groundstroke*

Pukulan *forehand* merupakan pukulan yang dilakukan dengan tangan kanan dari sebelah kanan badan, terkecuali bila pemain itu kidal (Arma Abdoellah, (1981:513). *Forehand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan pada sisi *forehand*. Gerakan *forehand groundstrokes* dapat dibagi menjadi tiga tahap yaitu: tahap ayunan ke belakang (*backswing*), tahap saat perkenaan bola dengan raket (*point of contact*), serta tahap saat gerak lanjutan (*followthrough*). Dalam pelaksanaannya ketiga tahap ini harus merupakan satu kesatuan gerak dan harus dilakukan secara simultan. Tahap pelaksanaan gerak teknik *forehand groundstroke* dipaparkan oleh Brown (2007:31-32) sebagai berikut:

a. Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

Berawal dan 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. Pantat raket menghadap ke arah datangnya bola, lutut

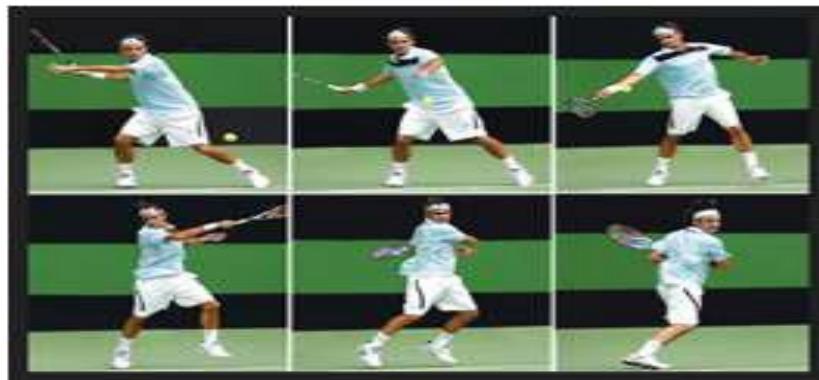
agak ditekuk untuk membantu melakukan gerakan memukul dari bawah ke atas.

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

Memindah posisi kaki kiri ke depan sehingga kedua kaki sejajar dengan garis samping, ujung kaki kiri serong 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 di depan badan.

c. Tahap gerak lanjutan (*followthrough*)

Setelah raket mengenai bola dilanjutkan gerakan lengan lurus ke depan dari rendah ke tinggi menuju ke arah 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 *followthrough*.



Gambar 2. *Forehand Groundstrokes*
(<https://ausapproach.wordpress.com>)

5. Hakikat *Backhand Groundstroke*

Pukulan *backhand* merupakan pukulan yang dilakukan dengan tangan kanan tetapi dari sebelah kiri badan bagi petenis yang tidak memegang raket dengan menggunakan tangan kiri (Arma Abdoellah, 1981: 514). *Backhand groundstroke* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dari sisi *backhand*. Gerakan *backhand groundstroke* pada prinsipnya hampir sama dengan *forehand groundstroke* yang terdiri dari tiga tahap, yaitu tahap ayunan ke belakang (*backswing*), tahap saat perkenaan (*point of contact*), dan tahap gerak lanjutan tahap (*follow through*). Menurut Brown (2007:35-35), teknik *backhand groundstrokes* dapat dipaparkan sebagai berikut:

- a. Tahap ayunan ke belakang (*backswing*)

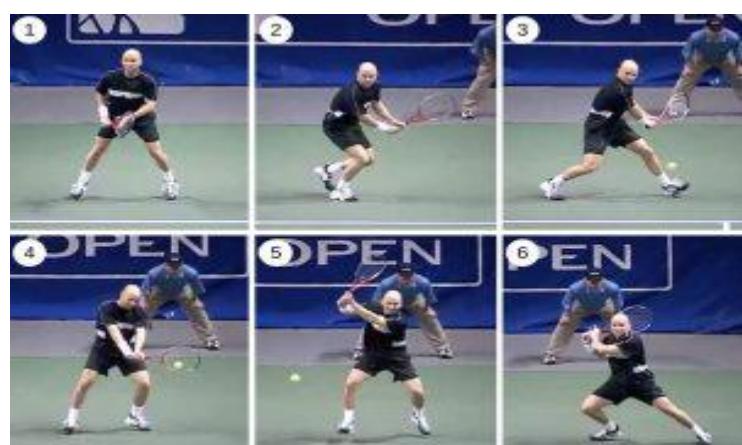
Sikap siap begitu bola datang putar badan ke kiri (bagi yang tidak kidal), sehingga menghadap ke garis samping, berat badan berada di kaki kiri. Bersamaan dengan belakang setinggi telinga, kemudian pinggang, lengan sedikit bengkok ke kiri (hamper membelakangi net).

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

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

c. Tahap gerak lanjut (*follow through*)

Setelah terjadi 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 *backhand groundstrokes* adalah teknik pukulan dasar dalam permainan bola tenis yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dan dilakukan dengan tangan kanan tetapi dari sebelah kiri badan dengan tahapan *backswing*, *point of contact*, dan *followthrough*.



Gambar 3. *Backhand Groundstrokes*
(<http://www.gameplantennis.com>)

6. Hakikat *Dyer Tennis Test*

Dyer tennis test adalah keterampilan bermain tenis bagi mahasiswa yang mengukur tingkat kecakapan umum bermain tenis (strand, 1993: 88). Dari tes tes tenis standar/baku yang diciptakan oleh expert tennis beberapa puluh tahun yang lalu tersebut tidak selama dimiliki tingkat ketepatan (akurasi), kehandalan, dan norma penilaianya masih relevan di gunakan untuk mengukur tingkat keterampilan bermain tenis pada saat ini. Di samping itu, tingkat keterampilan petenis yang di jadikan sampel penelitian pada saat tes itu dibuat belum tentu sama kondisi yang terjadi sekarang (*trend speed* dan *power game* pemainan tenis modern saat ini).

Arena test: Tembok/ papan yang permukaannya rata, lebar 15 feet (4,5 meter), tinggi 10 feet (3 meter), dalam ruangan bebas didepannya. Pada permukaan tembok dibuat garis 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 berjarak 5 feet (1,5 meter) dari dan sejajar tembok.

Test 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 dimana hasil kalibrasi stopwatch digital layak untuk

digunakan dan tingkat kesalahannya sangat kecil. 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.

7. Karakteristik Mahasiswa Prodi PJKR

Universitas negeri yogyakarta merupakan salah satu LPTK yang di indonesia memiliki 7 fakultas dan 42 program study. Salah satu fakultas yang terdapat di UNY adalah fakultas ilmu keolahragaan (FIK). Fakultas ilmu keolahragaan memiliki empat program studi, di antaranya: (1) program studi pendidikan jasmani kesehatan dan rekreasi (PJKR), (2) program studi pendidikan guru SD pendidikan jasmani,(3) program studi pendidikan kepelatihan olahraga , dan (4) program studi ilmu kesehatan .

Mahasiswa fik uny merupakan sebagian kecil masyarakat yang menempuh pendidikan formal tingkat perguruan tinggi pada fakultas ilmu keolahragaan. Dalam peraturan Pemerintah Nomor 60 Tahun 1999 tentang perguruan tinggi disebutkan bahwa mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar pada perguruan tinggi. Yahya Ganda (1987:10) menyatakan bahwa mahasiswa diartikan sebagai pelajar yang menimba pengetahuan tinggi,dimana pada tingkatan ini mereka dianggap memiliki kematangan

fisik dan perkembangan yang luas , sehingga dengan nilai yang lebih tersebut mereka dapat memiliki kesadaran untuk menentukan sikap dirinya serta mampu bertanggung jawab terhadap sikap dan tingkah lakunya dalam wacana ilmiah.

Mahasiswa program studi pjkr, pgsd penjas, pko, dan ikora dalam proses perkuliahan menggunakan kurikulum 2009 maupun kurikulum 2014. Kedua kurikulum tersebut (2009 dan 2014) merupakan kurikulum yang telah di kembangkan dengan sistem *common ground*. Mahasiswa harus menyelesaikan 144 SKS guna mendapatkan gelar sarjana pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

Mahasiswa FIK UNY merupakan mahasiswa yang disiapkan untuk menjadi seorang tenaga pendidikan di bidang pendidikan jasmani kesehatan dan olahraga (guru, dosen) mulai dari jenjang SD sampai perguruan tinggi maupun tenaga nonpendidikan (instruktur, pelatih, tutor) di pusat-pusat lembaga/klub olahraga atau kepelatihan olahraga. Dengan demikian mahasiswa yang menempuh kuliah di FIK UNY hendaknya FIK UNY dipakai sebagai kawah candradimuka untuk menempa calon tenaga kependidikan yang memiliki kemampuan profesional di bidang pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

B. Penelitian yang Relevan

Hasil penelitian yang relevan dengan penelitian ini sangat diperlukan guna mendukung kajian teoritis yang telah dikemukakan sehingga dapat

digunakan sebagai landasan pada penyusunan kerangka berfikir. Adapun hasil penelitian yang relevan adalah:

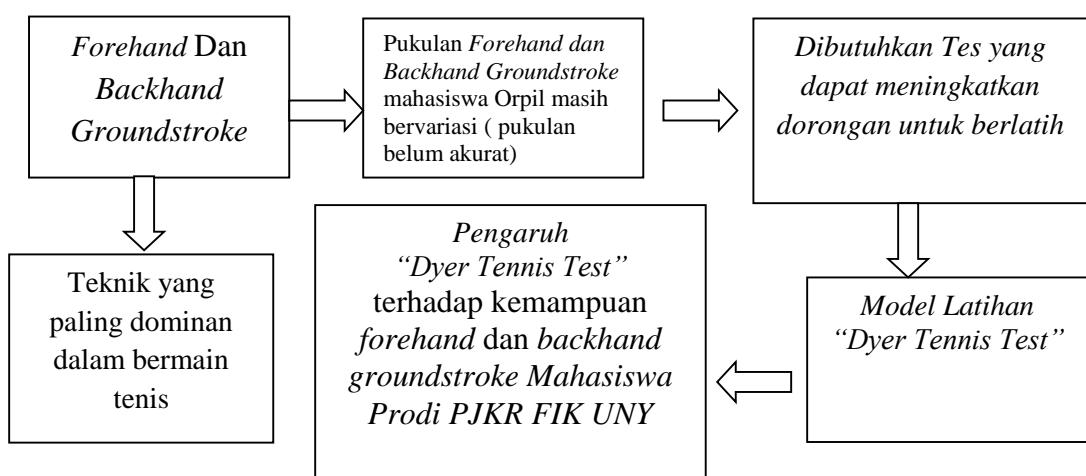
1. Penelitian yang dilakukan oleh Willy Ihsan Riskyanto yang berjudul “Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* tenis lapangan siswa Sekolah Tenis Selabora FIK UNY”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa Sekolah Selabora FIK UNY. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang disajikan ke dalam distribusi frekuensi. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan tes tenis Dyer. Skripsi pada program studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* kategori baik sekali sebanyak 2 (47,62%), kategori baik 4 (19,05%), kategori sedang 10 (47,62%), kategori kurang 3 (14,29%), kategori rendah 2 (9,52%). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* siswa Sekolah Selabora FIK UNY kemampuannya sedang. Sedangkan tingkat kemampuan *backhand groundstrokes* kategori baik sekali adalah sebanyak 3 (14,29%), kategori baik 2 (9,52%), kategori sedang 8 (38,10%), kategori kurang 8 (38,10%), kategori rendah 0 (0%). Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa kemampuan pukulan *backhand groundstrokes* siswa Sekolah Selabora FIK UNY kemampuannya sedang.

Rata-rata kemampuan pukulan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* dengan kategori baik sekali adalah sebanyak 2 (9,52%), kategori baik 3 (14,29%), kategori sedang 9 (42,86%), kategori kurang 6 (28,57%), kategori rendah 1 (4,7%). Dengan begitu dapat disimpulkan bahwa kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* siswa Sekolah Tenis Selabora FIK UNY menunjukkan kemampuan sedang.

2. Penelitian yang dilakukan Toriq Thahara Ardiani dengan judul "Tingkat Keterampilan Pukulan *Forehand Grounstroke Drive* dan *Backhand Groundstroke Drive* Siswa yang Mengikuti Ekstrakurikuler Tenis Lapangan di SMP Negeri 1 Kaliangkrik Kabupaten Magelang". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke drive* dan *backhand groundstroke drive* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di SMP Negeri 1 Kaliangkrik, Kabupaten Magelang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik tes. Populasi dalam penelitian ini adalah 25 siswa. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif yang disajikan ke dalam distribusi frekuensi. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan *test tennis Dyer*. Skripsi pada program studi pendidikan jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta tahun 2013 hasil penelitian menunjukkan bahwa untuk variabel pukulan *forehand* diperoleh skor maksimal sebesar 26,00, skor minimal 8,00, rata-rata 16,04 (*mean*), *modus* sebesar 15,00, skor tengah (*median*) sebesar 16,00 dan simpangan baku (*standar deviasi*) sebesar 4,64.

Hasil analisis deskriptif untuk variabel pukulan *backhand* diperoleh skor maksimal sebesar 21,00, skor minimal 3,00, rata-rata 14,40 (*mean*), *modus* sebesar 12,00, skor tengah (*median*) sebesar 15,00 dan simpangan baku (*standar deviasi*) sebesar 4,48.

C. Kerangka Berpikir



Gambar 4. Bagan Kerangka Berpikir

Groundstroke merupakan teknik dasar dalam tenis lapangan. *Groundstroke* adalah teknik dasar pukulan setelah bola memantul di lapangan. Dalam permainan tenis lapangan teknik yang dominan digunakan ketika bertanding adalah teknik *groundstroke*. Setiap pemain tenis lapangan harus dapat menguasai teknik dasar pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke*, selain karena dominan digunakan pukulan *groundstroke* juga sebagai kunci keberhasilan untuk mendapatkan poin dalam permainan penguasaan teknik pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* sebagai modal awal bagi seorang pemain untuk dapat mematikan bola lawan dan mempertahankan serangan lawan.

Hasil observasi pada tingkat ketrampilan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* yang di miliki mahasiswa prodi PJKR FIK UNY masih bervariasi. Bervariasi artinya pukulan dari *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa masih bermacam macam, masih sering menyangkut di net, masih sering keluar garis lapangan, pukulan belum konsisten dan kurang akurat. Dalam hasil observasi mahasiswa orpil tenis lapangan masih harus berlatih dengan sungguh sungguh menggali teknik *groundstroke* supaya lebih di kuasai. Cara mengukur *forehand* dan *backhand groundstroke* dengan menggunakan *dyer tennis test*, dengan cara memukul ke arah sasaran dengan waktu 30 detik dengan kesempatan melakukan setiap butirnya 3 kali kesempatan. Dengan demikian sesuai dengan hasil observasi maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY

D. Hipotesis Penelitian

Ho :Tidak ada pengaruh yang signifikan *Dyer Tenis Test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa prodi PJKR FIK UNY.

Ha :Ada pengaruh signifikan *Dyer Tenis Test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa prodi PJKR FIK UNY.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian yang digunakan di dalam penulisan ini adalah penelitian eksperimen. Menurut Hadi (1985), penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui akibat dari yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Penelitian ini untuk menjawab pertanyaan bagaimana Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY . Penulisan ini merupakan penelitian eksperimen semu, yang artinya dalam penelitian eksperimen semu ini memiliki kekurangan, yaitu tidak adanya kelompok kontrol. Menurut Ali Maksum (2012: 96), *one group pre test post test design* menggunakan *pre test* sebelum diberi perlakuan dan sesudah perlakuan *post test*. Dengan menggunakan metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan suatu variabel atas kelompok eksperimen dengan mendasarkan pada hasil *pre test* dengan *post test*.

B. Variable Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti memiliki definisi variabel terikat pada tujuan konsistensi dan variabel bebas nya adalah model latihan *Dyer Tennis Test*, desain operasional variabel penelitiannya kurang lebih sebagai berikut:

1. *Dyer Tennis Test*

Dyer Tennis Test adalah tes ketrampilan bermain tenis bagi mahasiswa yang mengukur tingkat kecakapan umum bermain tenis. untuk

menilai kemampuan mahasiswa orpil tenis lapangan prodi PJKR FIK UNY. Penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran dari *test tennis dyer* yaitu dengan memukul bola secara berulang-ulang ke arah sasaran tembok dari sisi *forehand* dan *backhand*. Kesempatan melakukan tes 3 kali dalam setiap variabel, setiap kali kesempatan diberikan waktu selama 30 detik.

2. Konsistensi

Kemampuan mahasiswa Orpil Tenis lapangan prodi PJKR FIK UNY dalam melakukan *Forehand Groundstroke* dan *Backhand Groundstroke* dengan baik (bola masuk ke dalam papan tembok) dan tidak melakukan kesalahan.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi dari penelitian ini sebagian mahasiswa orpil tenis lapangan prodi PJKR FIK UNY yang mengikuti mata kuliah Orpil Tenis lapangan

2. Sampel Penlitian

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu mahasiswa UNY yang aktif mengikuti mata kuliah orpil tenis lapangan dan bisa bermain tenis. Seluruh sampel tersebut melakukan *pretest* dan diberi treatment. Tes yang digunakan adalah *test forehand groundstroke* dan *test backhand groundstroke*. *Test forehand groundstroke* dan *test backhand groundstroke* untuk mengukur keterampilan petenis dalam melakukan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* yang diarahkan pada sasaran tertentu sehingga dapat

menyulitkan lawan dalam permainan. Kemudian, tes ini juga digunakan pada saat pengambilan data akhir *posttest*.

D. Teknik Pengumpulan Data

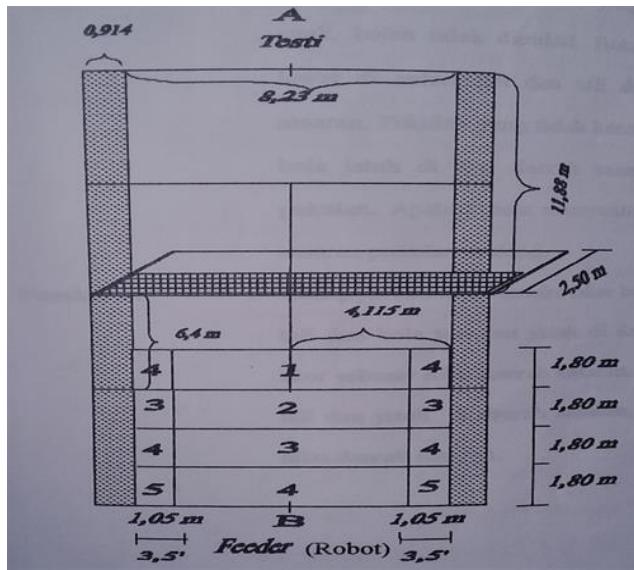
Teknik pengumpulan data yaitu dengan menggunakan instrumen tes *forehand groundstroke* dan tes *backhand groundstroke*. Tes keterampilan tenis lapangan (*Sport Skill Tennis Test*) yang terdiri dari *test forehand groundstroke* dan *test backhand groundstroke*. *Test* ini didesain oleh Ngatman pada tahun 1999 dan direvisi lagi pada tahun 2017. Menurut Ngatman, tujuan umum *test* ini adalah untuk mengukur keterampilan bermain tenis untuk tingkat *intermediate* dan *advance player (tournament player)*. *Test forehand groundstroke* dan *test backhand groundstroke* bertujuan untuk mengukur tingkat keterampilan petenis dalam melakukan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* yang diarahkan pada sasaran tertentu sehingga dapat menyulitkan lawan dalam permainan. Validitas dan reliabilitas dari *test forehand groundstroke* adalah 0,907 dan 0,908, sedangkan validitas dan reliabilitas *backhand groundstroke* adalah 0,895 dan 0,925. Test ini digunakan untuk pemain *intermiediate* dan *advance player (tournament player)*. Tes ini dapat digunakan pada kategori mahasiswa, sekolah menengah pertama maupun sekolah menengah atas.

Adapun prosedur pelaksanaan tesnya adalah sebagai berikut :

1. *Test Forehand Groundstroke*

- a. Tujuan : Untuk mengukur keterampilan petenis dalam melakukan *forehand groundstroke* yang diarahkan pada sasaran tertentu sehingga dapat menyulitkan lawan dalam permainan
- b. Alat : Raket tenis, 30 buah bola tenis, net, tali, dua buah tiang setinggi 2,25 meter, pensil, dan blangko untuk mencatat skor tes.
- c. Testor : Seorang pencatat skor tes, seorang pengawas jatuhnya bola ke sasaran, dan seorang pengumpan bola
- d. Arena Tes : Sebuah lapangan tenis, tepat diatas net direntangkan tali sejajar dengan net dan berjarak 2,50 meter dari lantai. Di dalam lapangan tenis dibuat empat buah garis belakang (baseline), jarak diantara dua buah garis yang berdekatan adalah 1,80 meter. Selain itu dua garis juga dibuat dengan jarak masing-masing 1,05 meter dari garis permainan tunggal sebelah kanan (*right single side line*) dan berjarak 1,05 meter dari garis permainan tunggal sebelah kiri (*left single side line*). Garis-garis tersebut berpotongan membentuk bidang daerah sasaran yang bernilai 1, 2, 3, 4, dan 5 seperti pada gambar 4.

Arena tes *forehand groundstroke* dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 5 : Arena tes *Forehand Groundstroke*

- e. Pelaksanaan tes : Tes dimulai dengan testi berdiri di tengah-tengah *base line (center mark)* menghadap ke arah daerah sasaran yang berada diseberang net siap untuk melakukan tes. Sebelum tes dimulai testi diberi kesempatan mencoba melakukan *forehand groundstroke* terhadap bola yang diumpankan dari garis belakang seberang net sebanyak 5 kali. Dalam pelaksanaan tes, testi melakukan *forehand groundstroke* sebanyak 6 kali terhadap bola yang diumpankan oleh seorang pengumpan dari garis belakang seberang net dan diusahakan bola yang diumpankan jatuh sedikit dibelakang garis *service*. Bola yang diumpankan apabila tidak enak, boleh tidak dipukul. Bola yang dipukul diusahakan lewat diantara net dan jatuh didaerah sasaran. Pukulan yang tidak kena, bola menyangkut net atau bola jatuh didaerah sasaran dihitung sebagai satu pukulan. Apabila bola menyentuh net dan jatuh didaerah sasaran pukulan diulang.

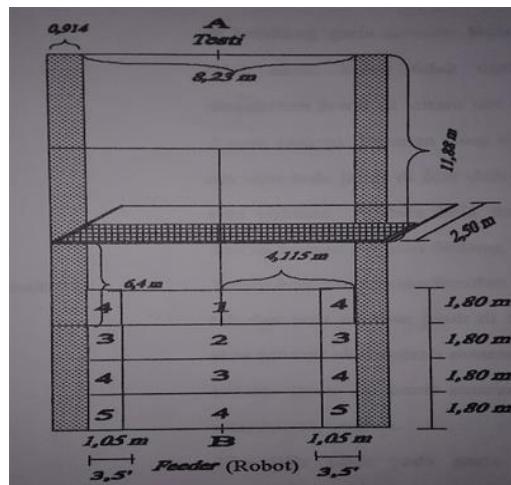
f. Penskoran : Setiap *forehand groundstroke* bola lewat diantara net dan tali dan bola tersebut jatuh didaerah sasaran, memperoleh skor sebesar nilai daerah sasaran. Apabila bola lewat di atas tali dan jatuh di daerah sasaran, memperoleh skor separuh nilai daerah sasaran. Jika bola jatuh pada garis batas dua daerah sasaran memperoleh skor sebesar nilai daerah sasran yang besar. Skor akhir tes adalah jumlah skor dari 6 kali *forehand groundstroke*.

2. *Test Backhand Groundstroke*

- a. Tujuan : Untuk mengukur keterampilan petenis dalam melakukan *backhand groundstroke* yang diarahkan pada sasaran tertentu sehingga dapat menyulitkan lawan dalam permainan tenis.
- b. Alat :Raket tenis, 30 buah bola tenis, net, tali, dua buah tiang setinggi 2,25 meter, pensil dan blangko untuk mencatat skor tes.
- c. Testor :Seorang pencatat skor tes, seorang pengawas jatuhnya bola kesasaran, dan seorang pengumpan bola (*feeder*).
- d. Arena Tes : Sebuah lapangan tenis, tepat diatas net direntangkan tali sejajar dengan net dan berjarak 2,50 meter dari lantai. Didalam lapangan tenis dibuat empat buah garis sejajar dengan garis belakang (*base line*), jarak diantara dua buah garis yang berdekatan adalah 1,80 meter. Selain itu dua garis yang juga dibuat dengan jarak masing masing 1,05 meter dari garis permainan tunggal sebelah kanan (*right single side line*) dan berjarak 1,05 meter dari garis permainan tunggal sebelah kiri (*left single*

side line). Garis – garis tersebut berpotongan membentuk bidang daerah sasaran yang bernilai 1, 2, 3, 4, dan 5 seperti pada gambar

Arena tes *backhand groundstrokes* dapat digambarkan sebagai berikut :



Gambar 6 : Arena tes *Backhand Groundstroke*

e. Pelaksanaan Tes : Tes dimulai dengan testi berdiri di tengah-tengah *base line (center mark)* menghadap kearah daerah sasaran yang berada di seberang net siap untuk melakukan tes. Sebelum tes dimulai testi diberi kesempatan mencoba melakukan *backhand groundstroke* terhadap bola yang diumpankan dari garis belakang seberang net sebanyak 5 kali. Dalam pelaksanaan tes, testi melakukan *backhand groundstroke* sebanyak 6 kali terhadap bola yang diumpankan oleh seorang pengumpan (*feeder*) dari garis belakang seberang net dan diusahakan bola yang diumpankan itu jatuh sedikit dibelakang garis *service*. Bola yang diumpankan apabila tidak enak, boleh tidak dipukul. Bola yang dipukul diusahakan lewat diantara net dan tali dan jatuh di dalam daerah sasaran dihitung sebagai satu pukulan. Apabila bola menyentuh net dan jatuh di daerah sasaran pukulan diulang.

f. Penskoran Tes :Setiap *backhand groundstroke* bola lewat di antara net dan tali dan bola tersebut jatuh di daerah sasaran, memperoleh skor sebesar nilai daerah sasaran, memperoleh skor sebesar nilai daerah sasaran. Apabila bola lewat di atas tali dan jatuh didaerah sasaran, memperoleh skor separuh nilai daerah sasaran.Jika bola jatuh pada garis batas dua daerah sasaran memperoleh skor sebesar nilai daerah sasaran yang besar. Skor akhir tes adalah jumlah skor dari 6 kali *backhand groundstroke*.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji-t, yaitu membandingkan nilai rerata dari hasil *pre-test* dan *post-test* sebelum dan sesudah diberikan perlakuan dengan sampel yang sama. Sebelum uji-t, terlebih dahulu uji normalitas dan uji homogenitas. Uji normalitas dan homogenitas dilakukan untuk mengetahui hasil dari data tersebut berdistribusi normal dan homogen. Adapun syaratnya, yaitu harus reliabel dan valid. Pengujian realibilitas dan validasi tes menggunakan statistik deskriptif.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah distribusi skor variable berkurva normal atau tidak. Untuk menguji normalitas data digunakan uji Kolmogorov Smirnov. Untuk mengetahui normal tidaknya distribusi data masing-masing variable dengan melihat hasil dari signifikansi, apabila sig hitung $> 0,05$, maka data dinyatakan berdistribusi normal.

Pengujian normalitas menggunakan uji *Kolmogorov Smirnov* dengan ketentuan pengambilan kesimpulan sebagai berikut.:

Ho : data distribusi normal.

Ha : data tidak berdistribusi normal.

Kriteria pengujian:

- a. Ho diterima / Ha ditolak apabila nilai signifikansi (p value) > 0,05
- b. Ho ditolak / Ha diterima apabila nilai signifikansi (p value) < 0,05

2. Uji Homogenitas

Disamping pengujian terhadap penyebaran nilai yang akan dianalisis, perlu uji homogenitas agar yakin bahwa kelompok yang membentuk sampel berasal dari populasi yang homogen. Uji homogenitas berfungsi untuk menunjukkan bahwa unsur-unsur sampel penelitian memang homogen (sama, sejenis) atau tidak homogen. Setelah data-data dinyatakan normal, maka langkah selanjutnya adalah melakukan uji homogenitas varian. Ini dilakukan untuk menguji kesamaan beberapa sampel. Apabila hasil pengujian homogenitas tidak sama dengan keseluruhan responden penelitian (terdiri satu unsur saja, atau terdiri dari beberapa unsur), maka pengolahan data tidak bisa dilanjutkan ke dalam pengukuran pengaruh atau hubungan dan pengujian hipotesis. Alasannya, data yang didapatkan dari para responden dianggap tidak merepresentasikan keseluruhan responden secara benar menurut keadaan yang sebenarnya.

Uji homogenitas menggunakan uji levene dari data *pretest* dan *posttest* dengan bantuan menggunakan SPSS 23. Ketentuan pengambilan kesimpulan sebagai berikut :

- a. H_0 : varians data homogeny
- b. H_a : varians data tidak homogeny

3. Uji Hipotesis

Setelah kedua persyaratan di atas dipenuhi, maka selanjutnya dilakukan uji hipotesis uji-t menggunakan uji *paired t test* dengan ketentuan pengambilan kesimpulan sebagai berikut:

H_0 : tidak ada pengaruh yang signifikan *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa prodi PJKR FIK UNY.

H_a : terdapat pengaruh yang signifikan *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa prodi PJKR FIK UNY.

Kriteria pengujian:

- a. H_0 diterima / H_a ditolak apabila nilai $sig > 0,05$
- b. H_0 ditolak / H_a diterima apabila nilai $sig < 0,05$

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh *Dyer Tennis Test* terhadap kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 20 januari sampai dengan 16 maret 2010. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan sebagai berikut::

1. Deskripsi Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Pretest*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Deskripsi Statistik Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Pretest*

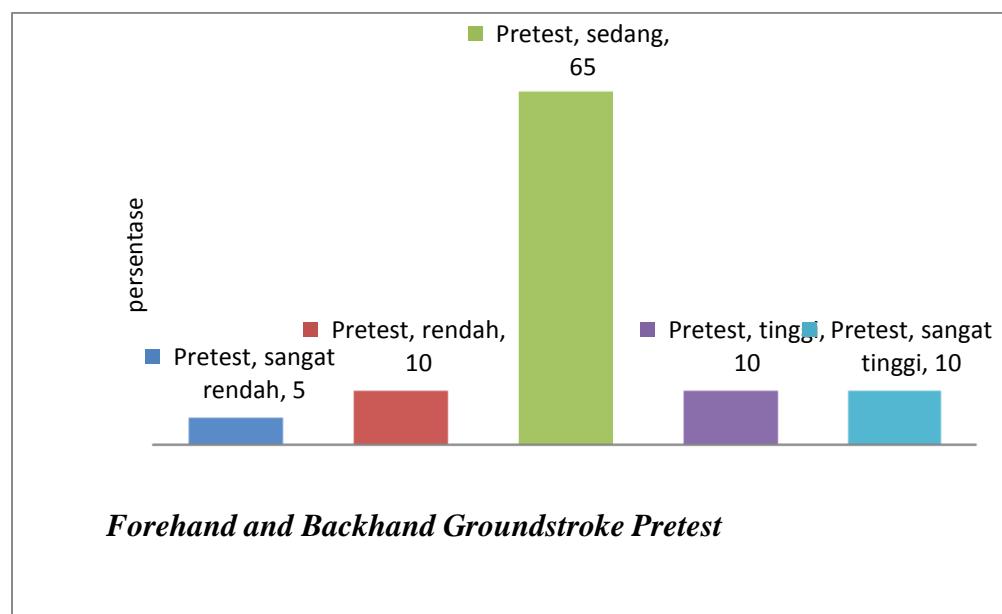
Statistik	Pretest
<i>Mean</i>	19.8000
<i>Median</i>	19.0000
<i>Mode</i>	18.00
<i>Std. Deviation</i>	3.91488
<i>Minimum</i>	12.00
<i>Maximum</i>	30.00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke pretest* dengan rerata sebesar 19,8, nilai tengah 19, nilai sering muncul 18 dan simpangan baku 3,91, skor tertinggi sebesar 30 dan skor terendah sebesar 12. Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 2. Kategorisasi Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Pretest*

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X > 25,67$	2	10,00	Sangat Tinggi
2	21,76 – 25,66	2	10,00	Tinggi
3	17,85 – 21,75	13	65,00	Sedang
4	13,94 – 17,84	2	10,00	Rendah
5	$X < 13,93$	1	5,00	Sangat Rendah
Jumlah		20	100	

Berdasarkan kelas interval di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar tingkat keterampilan *forehand* dan *backhand groundstroke pretest* berada pada kategori sedang dengan pertimbangan frekuesni terbanyak berada pada kategori sedang sebanyak 13 orang atau 65%. Tingkat keterampilan *forehand* dan *backhand groundstroke pretest* berada pada kategori sangat tinggi sebesar 2 orang atau 10%, tinggi sebesar 2 orang atau 10%, sedang 13 orang atau 65%, rendah sebesar 2 orang atau 10% dan sangat rendah 1 orang atau 5%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 7. Grafik Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Pretest*

2. Deskripsi Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Posttest*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Deskripsi Statistik Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Posttest*

Statistik	Posttest
Mean	27,0000
Median	27,5000
Mode	29,00
Std. Deviation	4,71280
Minimum	20,00
Maximum	39,00

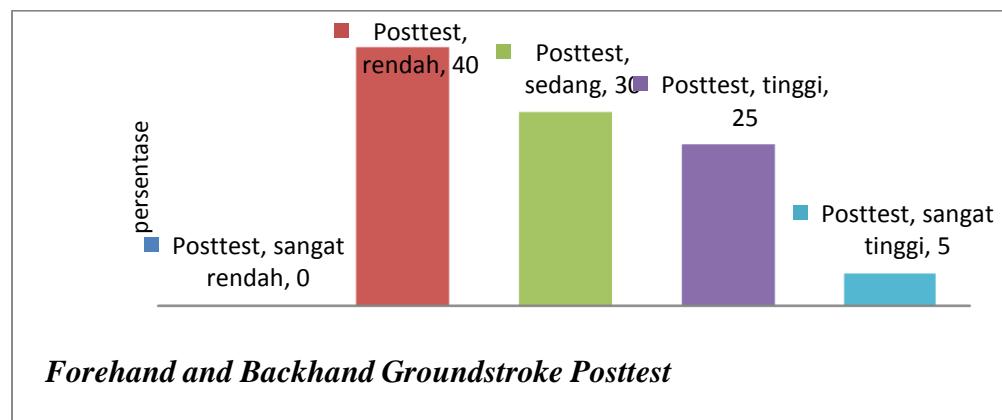
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat *forehand* dan *backhand groundstroke posttest* dengan rerata sebesar 27, nilai tengah 27,59, nilai sering muncul 29 dan simpangan baku 4,71, skor tertinggi sebesar 39 dan skor terendah sebesar 20. Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 4. Kelas Interval Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Posttest*

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X > 34,07$	1	5,00	Sangat Tinggi
2	29,37 – 34,07	5	25,00	Tinggi
3	24,66 – 29,36	6	30,00	Sedang
4	19,95 – 24,65	8	40,00	Rendah
5	$X < 19,94$	0	0,00	Sangat Rendah
Jumlah		20	100	

Berdasarkan kelas interval di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar tingkat keterampilan *forehand* dan *backhand Groundstroke posttest* berada pada kategori sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori rendah sebanyak 8 orang atau

40%. Tingkat keterampilan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke posttest* berada pada kategori sangat tinggi sebesar 1 orang atau 5%, tinggi sebesar 5 orang atau 25%, sedang 8 orang atau 40%, rendah sebesar 8 orang atau 40% dan sangat rendah 0 orang atau 0%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 8. Grafik Tingkat *Forehand* dan *Backhand Groundstroke Posttest*

3. Deskripsi Tingkat *Forehand Groundstroke Pretest*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 5. Deskripsi Statistik Tingkat *Forehand Groundstroke Pretest*

Statistik	Pretest
Mean	10,6000
Median	10,0000
Mode	9,00 ^a
Std. Deviation	2,54227
Minimum	7,00
Maximum	17,00

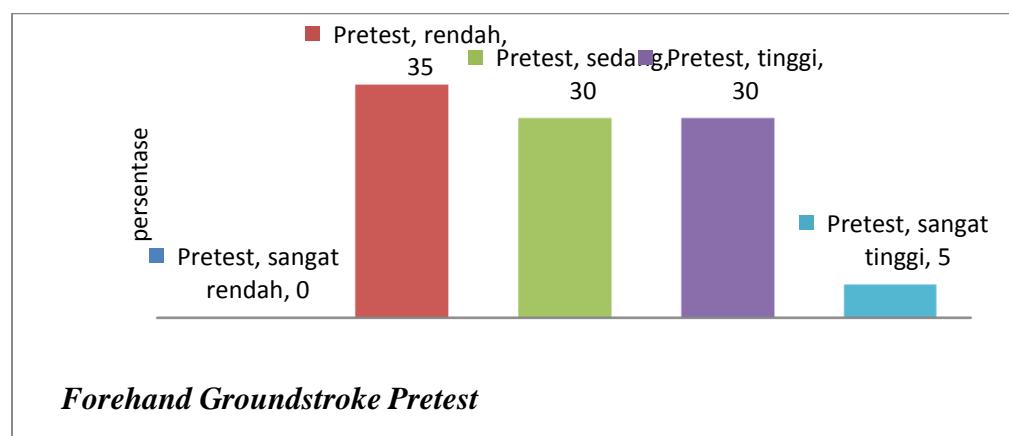
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat *forehand groundstroke pretest* dengan rerata sebesar 10,6, nilai tengah 10, nilai sering muncul 9 dan

simpangan baku 2,54, skor tertinggi sebesar 17 dan skor terendah sebesar 17. Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 6. Kelas Interval Tingkat *Forehand Groundstroke Pretest*

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X > 14,42$	1	5,00	Sangat Tinggi
2	11,88 – 14,41	6	30,00	Tinggi
3	9,34 – 11,87	6	30,00	Sedang
4	6,80 – 9,33	7	35,00	Rendah
5	$X < 6,79$	0	0,00	Sangat Rendah
Jumlah		20	100	

Berdasarkan kelas interval di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar tingkat keterampilan *forehand groundstroke pretest* berada pada kategori rendah dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori rendah sebanyak 7 orang atau 35%. Tingkat keterampilan *forehand groundstroke pretest* berada pada kategori sangat tinggi sebesar 1 orang atau 5%, tinggi sebesar 6 orang atau 30%, sedang 6 orang atau 30%, rendah sebesar 7 orang atau 35% dan sangat rendah 0 orang atau 0%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 9. Grafik Tingkat *Forehand Groundstroke Pretest*

4. Deskripsi Tingkat *Forehand Groundstroke Posttest*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 7. Deskripsi Statistik Tingkat *Forehand Groundstroke Posttest*

Statistik	Posttest
Mean	14,5500
Median	14,0000
Mode	13,00
Std. Deviation	3,31623
Minimum	10,00
Maximum	25,00

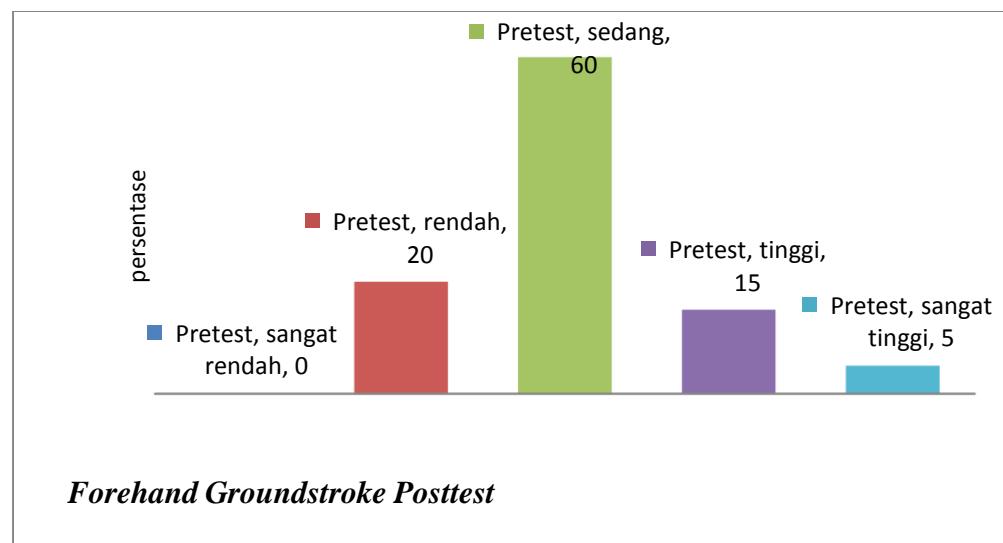
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat *forehand groundstroke posttest* dengan rerata sebesar 14,55, nilai tengah 14, nilai sering muncul 13 dan simpangan baku 3,32, skor tertinggi sebesar 25 dan skor terendah sebesar 10. Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 8. Kelas Interval Tingkat *Forehand Groundstroke Posttest*

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X > 19,54$	1	5,00	Sangat Tinggi
2	16,22 – 19,53	3	15,00	Tinggi
3	12,90 – 16,21	12	60,00	Sedang
4	9,58 – 12,89	4	20,00	Rendah
5	$X < 9,57$	0	0,00	Sangat Rendah
Jumlah		20	100	

Berdasarkan kelas interval di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar tingkat keterampilan *forehand groundstroke posttest* berada pada kategori sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori rendah sebanyak 12 orang atau 60%. Tingkat keterampilan *forehand Groundstroke posttest* berada pada kategori

sangat tinggi sebesar 1 orang atau 5%, tinggi sebesar 3 orang atau 15%, sedang 12 orang atau 60%, rendah sebesar 4 orang atau 20% dan sangat rendah 0 orang atau 0%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 10. Grafik Tingkat *Forehand Groundstroke Posttest*

5. Deskripsi Tingkat *Backhand Groundstroke Pretest*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 9. Deskripsi Statistik Tingkat *Backhand Groundstroke Pretest*

Statistik	Pretest
Mean	9,2000
Median	9,0000
Mode	8,00 ^a
Std. Deviation	2,21478
Minimum	5,00
Maximum	15,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat *backhand groundstroke pretest* dengan rerata sebesar 9,2, nilai tengah 9, nilai sering muncul 8 dan

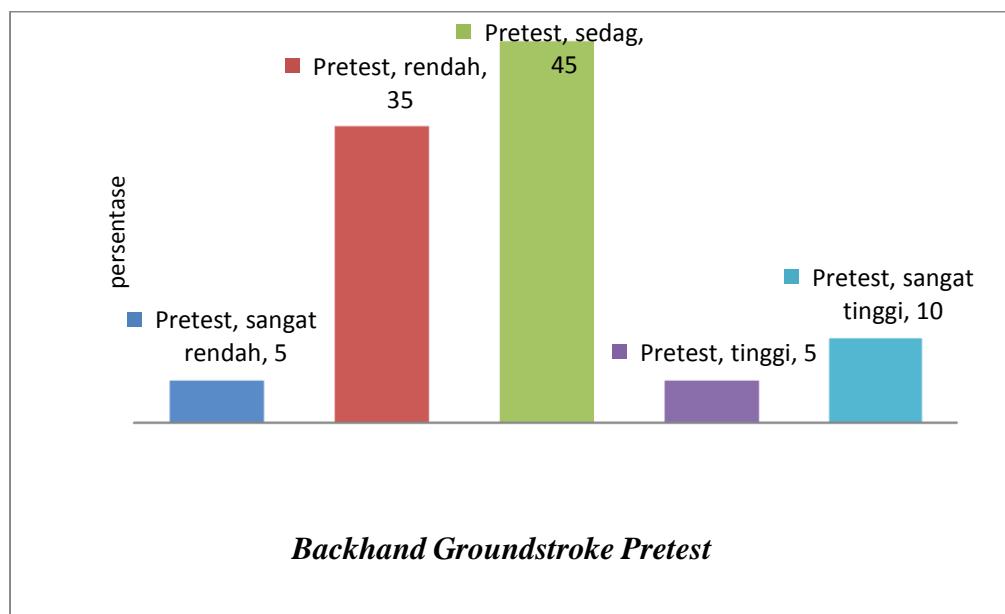
simpangan baku 2,21, skor tertinggi sebesar 15 dan skor terendah sebesar 5.

Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 10. Kelas Interval Tingkat *Backhand Groundstroke Pretest*

No	Interval	Frekuensi	Percentase	Kategori
1	$X > 12,53$	2	10,00	Sangat Tinggi
2	10,32 – 12,52	1	5,00	Tinggi
3	8,11 – 10,31	9	45,00	Sedang
4	5,90 – 8,10	7	35,00	Rendah
5	$X < 5,89$	1	5,00	Sangat Rendah
Jumlah		20	100	

Berdasarkan kelas interval di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar tingkat keterampilan *backhand groundstroke pretest* berada pada kategori sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori rendah sebanyak 9 orang atau 45%. Tingkat keterampilan *backhand groundstroke pretest* berada pada kategori sangat tinggi sebesar 2 orang atau 10%, tinggi sebesar 1 orang atau 5%, sedang 9 orang atau 45%, rendah sebesar 7 orang atau 35% dan sangat rendah 1 orang atau 5%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:



Gambar 11. Grafik Tingkat *Backhand Groundstroke Pretest*

6. Deskripsi Tingkat *Backhand Groundstroke Posttest*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 11. Deskripsi Statistik Tingkat *Backhand Groundstroke Posttest*

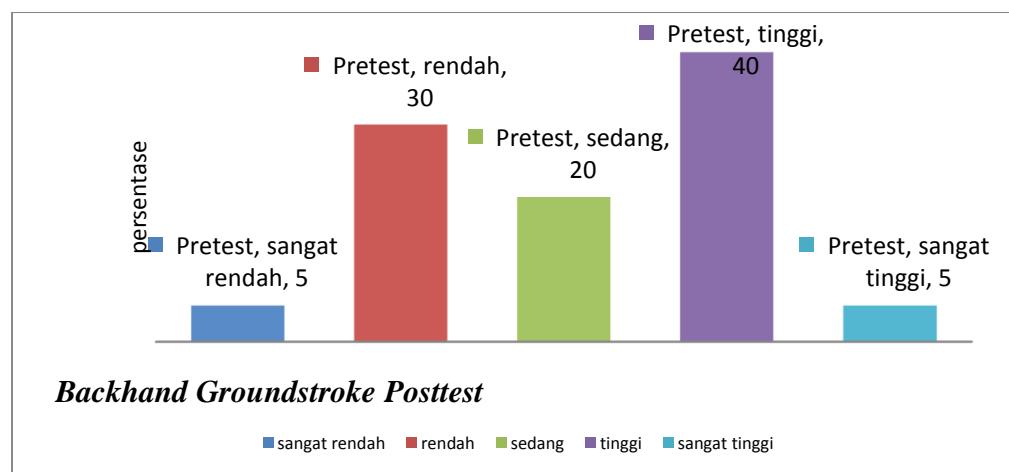
Statistik	Posttest
Mean	12,4500
Median	13,0000
Mode	14,00
Std. Deviation	2,76205
Minimum	8,00
Maximum	18,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat *backhand groundstroke posttest* dengan rerata sebesar 12,45, nilai tengah 13, nilai sering muncul 14 dan simpangan baku 2,76, skor tertinggi sebesar 18 dan skor terendah sebesar 8. Dari hasil tes maka dapat disajikan dalam kategorisasi sebagai berikut:

Tabel 12. Kelas Interval Tingkat *Backhand Groundstroke Posttest*

No	Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	$X > 16,60$	1	5,00	Sangat Tinggi
2	13,84 – 16,59	8	40,00	Tinggi
3	11,08 – 13,83	4	20,00	Sedang
4	8,32 – 11,07	6	30,00	Rendah
5	$X < 8,31$	1	5,00	Sangat Rendah
Jumlah		20	100	

Berdasarkan kelas interval di atas menunjukkan bahwa secara keseluruhan sebagian besar tingkat keterampilan *backhand groundstroke posttest* berada pada kategori tinggi dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori rendah sebanyak 8 orang atau 40%. Tingkat keterampilan *backhand groundstroke posttest* berada pada kategori sangat tinggi sebesar 1 orang atau 5%, tinggi sebesar 8 orang atau 40%, sedang 4 orang atau 20%, rendah sebesar 6 orang atau 30% dan sangat rendah 1 orang atau 5%. Apabila ditampilkan dalam bentuk grafik dapat dilihat pada gambar di bawah ini:

**Gambar 12. Grafik Tingkat *Backhand Groundstroke Posttest***

B. Hasil Uji Prasyarat

Sebelum dilakukan analisis statistik, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi atau uji persyaratan analisis yang meliputi uji normalitas dan uji homogenitas. Penggunaan uji normalitas digunakan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi data yang diperoleh, sedangkan penggunaan uji homogenitas digunakan untuk mengetahui apakah sampel penelitian berasal dari populasi yang bersifat homogen.

1. Uji Normalitas

Pengujian normalitas menggunakan uji *Kolmogorov-Smirnov Z*. Dalam uji ini akan menguji hipotesis sampel berasal dari populasi berdistribusi normal, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan harga *Asymp. Sig* dengan 0,05. Kriterianya Menerima hipotesis apabila *Asymp. Sig* lebih besar dari 0,05, apabila tidak memenuhi keriteria tersebut maka hipotesis ditolak.

Tabel 13. Hasil Perhitungan Uji Normalitas

No	Variabel	Asymp.Sig	Kesimpulan
1	<i>forehand groundstroke pretest</i>	0,806	Normal
2	<i>forehand groundstroke posttest</i>	0,641	Normal
3	<i>backhand groundstroke pretest</i>	0,347	Normal
4	<i>backhand groundstroke posttest</i>	0,665	Normal

Dari tabel di atas harga *Asymp. Sig* dari variabel semuanya lebih besar dari 0,05 maka hipotesis yang menyatakan sampel bedasarkan dari populasi yang berdistribusi normal diterima. Dari keterangan tersebut, maka data variabel dalam penelitian ini dapat dianalisis menggunakan pendekatan statistik parametrik.

2. Uji Homogenitas

Dalam uji ini akan menguji hipotesis bahwa varians dari variabel-variabel tersebut sama, untuk menerima atau menolak hipotesis dengan membandingkan nilai signifikan lebih dari 0,05. Hasil uji homogenitas dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

Tabel 14. Hasil Perhitungan Uji Homogenitas

Variabel	Nilai Signifikansi	Kesimpulan
<i>Forehand Groundstroke</i>	0,519	Homogen
<i>Backhand Groundstroke</i>	0,120	Homogen

Dari perhitungan diperoleh signifikansi $> 0,05$, berarti varian sampel tersebut homogen, maka hipotesis yang menyatakan varians dari variabel yang ada sama atau diterima. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa varians populasi homogen.

C. Analisi Data

Analisis data yang digunakan untuk menjawab hipotesis yang diajukan yaitu ada tidaknya ada pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY sebagai berikut:

1. Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY

Untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY, maka dilakukan uji t. Hasil uji t terangkum dalam tabel berikut:

Tabel 15. Uji T *Forehand* dan *Backhand Groundstroke*

Treatment	<i>t-test for equality of Means</i>			
	T hitung	T-tabel	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
<i>Dyer Tennis Test</i>	6,110	2,09	0,00	3,60

Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar $6,110 > 2,09$ (t-tabel) dan besar nilai signifikansi *probability* $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY. Apabila dilihat dari angka *Mean Difference* sebesar 3,60, hal ini menunjukkan bahwa *dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 26,67% untuk tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* dibandingkan dengan sebelum diberikan *dyer tennis test*.

2. Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Forehand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY

Untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY, maka dilakukan uji t. Hasil uji t terangkum dalam tabel berikut:

Tabel 16. Uji T *Forehand Groundstroke*

Treatment	<i>t-test for equality of Means</i>			
	T hitung	T-tabel	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Instirahat Aktif	4,49	2,09	0,00	3,95

Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar $4,49 > 2,09$ (t-tabel) dan besar nilai signifikansi *probability* $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test*

terhadap kemampuan *forehand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

Apabila dilihat dari angka *Mean Difference* sebesar 3,95, hal ini menunjukkan bahwa *dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 27,15% untuk tingkat kemampuan *forehand groundstroke* dibandingkan dengan sebelum diberikan *dyer tennis test*.

3. Pengaruh *Dyer Tennis Test* Terhadap Kemampuan *Backhand Groundstroke* Mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY

Untuk mengetahui ada atau tidak adanya pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY, maka dilakukan uji t. Hasil uji t terangkum dalam tabel berikut:

Tabel 17. Uji T *Backhand Groundstroke*

Treatment	<i>t-test for equality of Means</i>			
	T hitung	T-tabel	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
Instirahat Aktif	4,058	2,09	0,01	3,25

Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung sebesar $4,058 > 2,09$ (t-tabel) dan besar nilai signifikansi *probability* $0,000 < 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, berarti terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

Apabila dilihat dari angka *Mean Difference* sebesar 3,25, hal ini menunjukkan bahwa *dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 26,10% untuk tingkat kemampuan *backhand Groundstroke* dibandingkan dengan sebelum diberikan *dyer tennis test*.

D. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY. Secara keseluruhan bahwa *dyer tennis test* mampu memberikan perubahan yang signifikan terhadap kemampuan pada mahasiswa. Keadaan ini menunjukkan bahwa bentuk rangsangan yang diberikan pada mahasiswa olahraga sangat berpengaruh terhadap peningkatan kemampuannya. *Dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 26,67% untuk tingkat kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* dibandingkan dengan sebelum diberikan *dyer tennis test*. berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan sebesar 26.10% berada pada tingkat pengembangan sedang sehingga dapat dikatakan bahwa *test dyer tennis* tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan dasar mahasiswa.

Perubahan ini dapat dilihat dari hampir keseluruh tigkat keterampilan *forehand* dan *backhand groundstroke* sebelum dan sesuadah melakukan tes *dyer tennis test*. Keadaan ini menunjukkan bahwa *test* tersebut mampu memberikan perubahan yang signifikan sehingga dapat dikatakan bahwa *dyer tennis test* tersebut layak digunakan. Secara menyeluruh bahwa tes ini memiliki pengaruh untuk memberikan stimulus atau rangsangan pada mahasiswa untuk mau berlatih agar meningkatkan keterampilan yang dimiliki. Pengaruh tes

tersebut bisa berupa rangsangan untuk memotivasi diri untuk berlatih dengan lebih baik.

Apabila dilihat dari perubahan *dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 27,15% untuk tingkat kemampuan *forehand groundstroke* dan *dyer tennis test* yang dilakukan mampu memberikan perubahan yang lebih baik 26,10% untuk tingkat kemampuan *backhand groundstroke* dibandingkan dengan sebelum diberikan latihan. berdasarkan hasil tersebut menunjukkan bahwa peningkatan sebesar 26.10% berada pada tingkat pengembangan sedang sehingga dapat dikatakan bahwa *test dyer tennis* tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan dasar mahasiswa.

Berdasarkan hasil observasi perkuliahan tenis lapangan dijumpai kurangnya penguasaan teknik dasar bermain, pengajaran yang dilakukan monoton, sehingga timbul kejemuhan mahasiswa. Pukulan *Forehand Groundstroke* dan *Backhand Groundstroke* sering keluar dan menyangkut di net. Keberadaan *test dyer* selama ini belum di manfaatkan secara maksimal di mata kuliah orpil tenis lapangan di FIK UNY. Berdasarkan hasil observasi di atas yang kemudian dilakukan penelitian sesuai dengan tujuan penelitian maka diperoleh hasil bahwa bentuk *test dyer* memiliki sumbangan yang signifikan terhadap peningkatan kemampuan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* bagi mahasiswa FIK UNY.

Keadaan di atas sesuai dengan pernyataan berikut bahwa teknik *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* merupakan salah

satu teknik yang sangat penting dalam permainan tenis lapangan. Petenis kebanyakan kehilangan angka karena tidak menguasai teknik *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* dengan baik (Ngatman, 2017). Hal ini menunjukkan bahwa teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* ini memerlukan latihan yang baik agar memiliki peningkatan yang signifikan. Melalui latihan mahasiswa akan mampu meminimalisir kesalahan –kesalahan dasar dalam permainan.

Kemampuan bermain tenis lapangan pada hakikatnya membutuhkan banyak sekali teknik dasar yang harus dikembangkan untuk dapat bermain dengan baik. Melalui pola latihan yang terprogram maka teknik bermain dan kemampuan bermain tersebut dapat diperbaiki dan ditingkatkan. *Dyer tennis test* adalah kemampuan bermain tenis bagi mahasiswa yang mengukur tingkat kecakapan umum bermain tenis (strand, 1993: 88). Sesuai dengan teori tersebut bahwa mengukur tingkat kemampuan sangat dibutuhkan untuk tujuan mengerti seberapa mahasiswa memiliki teknik dasar tetapi juga sebagai pendukung dan pemberi rangsangan kepada mahasiswa untuk memiliki kemampuan yang baik.

Melakukan kemampuan pukulan *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* merupakan salah satu teknik yang harus melibatkan koordinasi yang baik antara gerakan dan penglihatan arah bola dan arah tujuan bola. Menurut J. Brown (2001: 31) *groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. Menunggu bola memantul dan mengembalikan bola dengan baik membutuhkan kemampuan yang baik juga. Sehingga melalui *test*

dyer dapat menjadi tolok ukur bagi mahasiswa dalam mengembangkan kemampuan bermainya.

E. Keterbatasan Penelitian

Peneliti berusaha keras memenuhi segala ketentuan yang dipersyaratkan, namun bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan disini antara lain:

- a. Peneliti tidak dapat mengontrol faktor - faktor lain yang mungkin mempengaruhi hasil tes, seperti waktu istirahat, kondisi tubuh, faktor psikologis, dan sebagainya.
- b. Peneliti sudah berusaha mengontrol kesungguhan tiap-tiap siswa dalam berlatih namun masih ada siswa yang tidak serius.
- c. Tingkat kedisiplinan testi kurang.
- d. Pada saat pengambilan data *pre test* dan *pos test*. Tidak semua testi dalam kosndisi badan yang baik.

BAB V **KESIMPULAN DAN SARAN**

A.Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- a. Terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.
- b. Terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.
- c. Terdapat pengaruh yang signifikan *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY.

F. Implikasi Hasil Penelitian

Dengan diketahuinya pengaruh yang signifikan ada pengaruh *dyer tennis test* terhadap kemampuan *forehand* dan *backhand groundstroke* mahasiswa Prodi PJKR FIK UNY, hasil penelitian ini mempunyai implikasi praktis bagi pihak-pihak yang terkait utamanya bagi pelaku olahraga tenis lapangan.

1. Bagi pelatih, sebagai sarana evaluasi kualitas latihan yang telah dilakukan.
2. Bagi mahasiswa, hasil penelitian ini dapat menjadikan acuan untuk petenis dan mahasiswa agar mau meningkatkan kegiatan latihannya untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilannya dengan baik.

G. Saran-saran

Dengan mengacu pada hasil penelitian, peniliti menyarankan:

1. Bagi pelatih, harus mampu menjadi fasilitator bagi atlet agar dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan secara kompleks.
2. Diharapkan mampu memberikan fasilitas dan mendukung kegiatan latihan agar dapat meningkatkan kemampuan dan keterampilan bermain secara maksimal.
3. Bagi peneliti selanjutnya agar melakukan kontrol terhadap faktor-faktor yang dapat mempengaruhi latihan dan proses penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Arma Aboellah dkk. (1981). *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta. PT. Sastra Hudaya.
- Ali Maksum. (2012). *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press
- Brown, Jim. (1999). *Tenis Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada
- Hariadi. (2007). *Teori dan Praktek Tennis Lapangan*. Medan: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan.
- Lardner, Rex (1996). *Teknik dasar tenis strategi dan taktik yang akurat*. Semarang: Dahara Prize.
- _____. (2003). *Pedoman Lengkap Bermain Tenis*. Semarang: Dahara Prize.
- Sukadiyanto, S. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY
- Sutrisno Hadi. 1985. *Metodologi Research*, Yogyakarta: Yasbit, Fak. Psikologi UGM.
- Maulana, V. S. (2016). *Tingkat Keterampilan Groundstroke ForehandmDrive Dan Groundstroke Backhand Drive Siswa Sekolahm Tenis New Armada Magelang*. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran “Diktat”*. Yogyakarta: FIK UNY. (2011). *Tes, Pengukuran, dan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Tennis Canada Coaching Certification System. 1994. *Mini Tennis/Novice Tennis Instructor*. Canada: National Coaching Certification Program.
- Toriq Thahara. (2013). Tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke drive* dan *pukulan backhand groundstroke drive* siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis lapangan di Smp Negeri 1 Kaliangkrik Kabupaten Magelang tahun ajaran 2012/2013. *Skripsi*. UNY.
- Willy Ihsan. Tingkat kemampuan *forehand groundstrokes* dan *backhand groundstrokes* tenis lapangan siswa sekolah tenis selabora FIK UNY. *Skripsi*: UN

LAMPIRAN

Lampiran 1. Pengajuan Judul Proposal Penelitian

Lampiran : 1 Bendel Judul Proposal Penelitian
Hal : Pengajuan Judul Proposal Penelitian

11/2/2020

Kepada
Yth. Ketua Jurusan POR
Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama Mahasiswa : DEO RIESKY KURNIAWAN
Nomor Mahasiswa : 16601244022
Jurusan : POR
Prodi : PJKR

Dengan hormat, untuk keperluan Tugas Akhir Skripsi, dengan ini saya mengajukan kepada Bapak Ketua Jurusan POR, judul penelitian yang telah direkomendasi oleh Koordinator/Anggota *Research Group* Jurusan POR. Adapun judul penelitian tersebut adalah sebagai berikut :

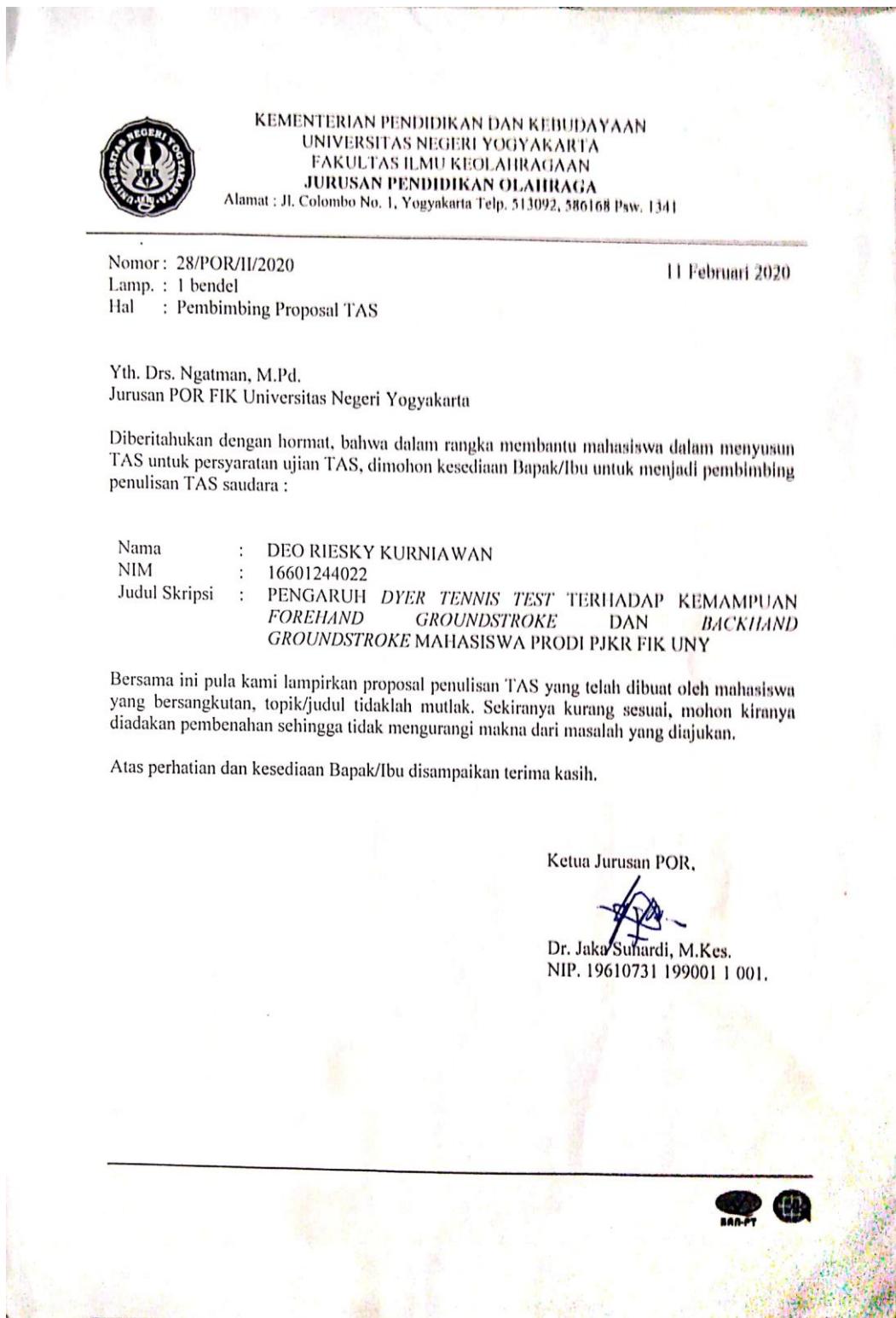
PENGARUH DYEER TENIS TEST TERHADAP KEMAMPUAN FOREHAND GROUNDSTROK DAN BAKHAND GROUNDSTROKE MAHASISWA PRODI PJKR FIK UNY

Besar harapannya saya Bapak menyetujui permohonan ini. Atas perhatian dan bantuannya, saya ucapan banyak terima kasih.

Koordinator/Anggota
Research Group Jurusan POR
NIP. 196706011994031001.

Yogyakarta, 11 Feb 2020
Yang Mengajukan
DEO RIESKY K
NIM. 16601244022

Lampiran 2. Pemberitahuan Pembimbing



Lampiran 3. Kartu Bimbingan TAS

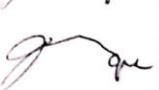
KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Deo Riesky Kurniawan

NIM : 16601294022

Program Studi : PJSKR

Pembimbing : Drs. Ngatman, M.pd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	11 -2 -2020	Bimbingan tata belehan masalah pendidikan	
2.	21 - 2 - 2020	Perbaikan tatar belakang proposal	
3.	3 - 3 - 2020	Perbaikan Bab 1 dan 2	
4.	16 - 3 - 2020	Perbaikan Bab 3	
5.	30 - 3 - 2020	Diskusi Bab IV	
6.	13 - 4 - 2020	Perbaikan Bab 1 - IV	
7.	20 - 5 - 2020	Memperbaiki tata tulis, abstrak, daftar pustaka.	
8.	2 Juni 2020	bimbingan finansia, waktu skripsi.	

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jaka Sunardi, M.kes.
NIP. 19610731 199001 1 001



Lampiran 4. Surat Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : 134/UN34.16/PP.01/2020 18 Februari 2020
Lamp. : 1 Bendel Proposal
Hal : Izin Penelitian

Yth. Manager Lapangan Tenis FIK UNY

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama	:	Deo Riesky Kurniawan
NIM	:	16601244022
Program Studi	:	Pend. Jasmani Kesehatan & Rekreasi - S1
Tujuan	:	Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir	:	PENGARUH DYER TENIS TEST TERHADAP KEMAMPUAN GROUNDSTROKE FOREHAND DAN GROUNDSTROKE BACKHAND MAHASISWA PRODI PJKR FIK UNY
Waktu Penelitian	:	19 Februari - 2 April 2020

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.

Wakil Dekan Bidang Akademik,
Prof. Dr. Siswantoyo, S.Pd.,M.Kes.
NIP.19720310 199903 1 002

Tembusan :
1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 5. Biodata

Biodata Mahasiswa

No	Nama	Tempat, tanggal lahir
1	Rks	Wonogiri, 14 april 1999
2	B as	Bantul , 2 maret 2000
3	Abs.	Sleman , 17 oktober 1999
4	Bat	Lampung, 14 februari 1998
5	Eam.	Klaten, 22 desember 2000
6	Ku	Bogor , 6 juni 1999
7	Ay	Klaten , 9 agustus 1999
8	Wp	Purbalingga, 1 januari 2000
9	Da	Bantul , 3 november 1999
10	Na	Solo , 15 agustus 1999
11	Mr	Banjarnegara, 12 juli 2000
12	Rrp.	Cilacap , 20 mei 2000
13	Ha	Kulonprogo , 9 maret 1999
14	Aa	Magelang 30 mei 2000
15	Dl	Sleman , 8 agustus 2000
16	Bh	Kulonprogo 1 maret 1999
17	Aa	Sleman, 20 februari 1999
18	Fh	Gunungkidul, 7 desember 1999
19	Yim	Boyolali, 19 november 2000
20	Miw	Jakarta, 12 oktober 1999

Lampiran 6. **Data Pre Test**

Data Pre-test (Sebelum Treatment)

No	Nama	Total score forehand							Total score backhand						
		1	2	3	4	5	6	Tota l	1	2	3	4	5	6	Tota l
1.	Rk	0	2	0	3	2	0	7	0	0	4	2	0	1	7
2.	Bas	2	2	4	0	2	0	10	2	1	0	2	3	0	8
3.	Abh	0	3	0	2	1	1	7	3	4	1	3	0	1	12
4.	Bat	2	1	3	0	2	2	10	2	1	2	0	3	0	8
5.	Eam	1	0	4	0	2	2	9	4	0	2	2	1	0	9
6.	Kum	4	0	1	0	1	3	9	2	1	0	2	4	0	9
7.	Ay	1	3	0	2	0	1	7	0	1	1	0	2	1	5
8.	Wp	1	5	0	0	2	1	10	1	1	5	1	2	0	10
9.	Da	0	2	0	0	3	4	9	1	1	3	2	3	0	10
10.	Na	2	0	3	3	1	1	10	1	2	2	3	0	0	8
11.	Mr	5	2	2	1	3	4	17	2	3	2	1	1	4	13
12.	Rrp	3	4	1	3	0	1	12	2	1	2	3	1	0	9
13.	Ha	0	4	3	3	2	0	12	1	3	1	1	1	2	9
14.	Aa	3	2	1	2	0	4	12	1	0	2	2	4	0	9
15.	Dl	0	4	4	4	0	2	14	2	2	1	0	3	2	10
16.	Bh	3	1	1	2	4	0	11	1	1	2	3	3	5	15
17.	Aa	3	4	1	3	0	1	12	1	3	1	0	0	2	7
18.	Fa	3	3	2	1	4	1	14	0	1	1	2	4	0	8
19.	Yih	2	2	1	3	1	0	9	1	0	0	1	4	2	8
20.	Miw	3	2	1	1	0	4	11	1	0	2	2	3	2	10

Lampiran 7. Data Post Test

Data Post-test (Sesudah Treatment)

No	Nama	Total score forehand							Total score backhand						
		1	2	3	4	5	6	Total	1	2	3	4	5	6	Total
1.	Rk	2	2	1	1	3	4	13	3	2	0	5	2	1	13
2.	Bas	2	4	4	1	2	1	14	2	1	1	2	2	0	8
3.	Abh	4	3	0	3	4	4	18	3	4	4	1	1	2	15
4.	Bta	3	5	3	0	3	2	16	2	2	1	3	2	4	14
5.	Eam	1	3	3	0	3	3	14	4	4	1	1	0	3	9
6.	Ku	4	3	0	4	2	2	15	2	3	1	4	3	1	14
7.	Ay	3	2	2	3	2	5	18	3	1	2	2	4	0	12
8.	Wp	1	3	2	2	1	3	13	1	3	3	1	0	1	9
9.	Da	3	0	0	4	2	3	12	3	3	4	2	1	5	18
10	Na	3	3	0	2	1	1	10	2	1	2	3	2	4	14
11	Mr	5	2	2	1	4	3	17	3	2	2	3	1	1	12
12	Rrp	4	5	3	4	4	5	25	4	1	2	3	2	2	14
13	Ha	1	3	3	1	2	2	13	2	1	3	1	1	2	10
14	Aa	2	3	3	1	1	2	13	3	1	1	4	2	5	16
15	Dl	2	4	4	4	0	2	16	4	3	4	1	2	1	15
16	Bh	3	1	1	2	4	0	11	3	1	3	1	0	1	9
17	Aa	3	4	2	3	0	1	13	3	0	4	2	1	3	13
18	Fa	3	2	3	1	4	1	14	1	1	4	2	0	1	9
19	Yih	3	1	1	2	3	1	11	3	1	1	3	2	1	11
20	Miw	3	2	3	1	3	4	15	4	3	2	2	2	1	14

Lampiran 8. Daftar Hadir

DAFTAR HADIR

	NAMA	Pretest	Treatment								Posttest
1	RezhaKurniawan	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	✓	-	✓✓✓✓
2	BagasAjiSaputro	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	-	✓✓
3	AnnasBagas H.	✓	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	✓	✓✓
4	Bagas Tri Atmojo	✓	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	✓✓
5	Edwin Afif M.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓✓✓✓
6	KurniawanUtama	✓	-	✓	-	✓	✓	✓	-	✓	✓✓
7	AdityaYudhatama	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	-	✓✓
8	William Pernando	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	-	✓	✓✓✓✓
9	Dani Audi	✓	✓	-	✓	✓	-	✓	-	✓	✓✓✓✓
10	NurAlfi	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	✓	-
11	M. Rifky	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	✓	-
12	RamziRais P.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓✓
13	Hanif Akbar	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓	-	✓✓
14	Adreas A.	✓	✓	✓	-	✓	✓	✓	-	✓	✓✓✓✓
15	DzulfikarLanang	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	✓	-	✓✓
16	Bayu Hakim	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	✓	✓✓✓✓
17	AsyamAlauddin	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓✓✓✓
18	Fahrurrozi	✓	✓	✓	✓	-	-	✓	-	✓	✓✓✓✓
19	Yogi Imam H.	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓	-	-
20	M. Iqbal W.	✓	✓	-	✓	-	-	✓	✓	✓	-

Lampiran 9. Statistik Hasil Olahdata

Statistics

		pretest	posttest
N	Valid	20	20
	Missing	0	0
Mean		19.8000	27.0000
Median		19.0000	27.5000
Mode		18.00	29.00
Std. Deviation		3.91488	4.71280
Minimum		12.00	20.00
Maximum		30.00	39.00

Pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	12	1	5.0	5.0	5.0
	14	1	5.0	5.0	10.0
	17	1	5.0	5.0	15.0
	18	5	25.0	25.0	40.0
	19	3	15.0	15.0	55.0
	20	1	5.0	5.0	60.0
	21	4	20.0	20.0	80.0
	22	1	5.0	5.0	85.0
	24	1	5.0	5.0	90.0
	26	1	5.0	5.0	95.0
	30	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	20	1	5.0	5.0	5.0
	22	3	15.0	15.0	20.0
	23	3	15.0	15.0	35.0
	24	1	5.0	5.0	40.0
	26	2	10.0	10.0	50.0
	29	4	20.0	20.0	70.0
	30	3	15.0	15.0	85.0
	31	1	5.0	5.0	90.0
	33	1	5.0	5.0	95.0
	39	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

Statistics

		fore pretest	fore posttest	back pretest	back posttest
N	Valid	20	20	20	20
	Missing	0	0	0	0
Mean		10.6000	14.5500	9.2000	12.4500
Median		10.0000	14.0000	9.0000	13.0000
Mode		9.00 ^a	13.00	8.00 ^a	14.00
Std. Deviation		2.54227	3.31623	2.21478	2.76205
Minimum		7.00	10.00	5.00	8.00
Maximum		17.00	25.00	15.00	18.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

fore pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	7	3	15.0	15.0	15.0
	9	4	20.0	20.0	35.0
	10	4	20.0	20.0	55.0
	11	2	10.0	10.0	65.0
	12	4	20.0	20.0	85.0
	14	2	10.0	10.0	95.0
	17	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

fore posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10	1	5.0	5.0	5.0
	11	2	10.0	10.0	15.0
	12	1	5.0	5.0	20.0
	13	5	25.0	25.0	45.0
	14	3	15.0	15.0	60.0
	15	2	10.0	10.0	70.0
	16	2	10.0	10.0	80.0
	17	1	5.0	5.0	85.0
	18	2	10.0	10.0	95.0
	25	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

back pretest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	5.0	5.0	5.0

7	2	10.0	10.0	15.0
8	5	25.0	25.0	40.0
9	5	25.0	25.0	65.0
10	4	20.0	20.0	85.0
12	1	5.0	5.0	90.0
13	1	5.0	5.0	95.0
15	1	5.0	5.0	100.0
Total	20	100.0	100.0	

back posttest

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	8	1	5.0	5.0	5.0
	9	4	20.0	20.0	25.0
	10	1	5.0	5.0	30.0
	11	1	5.0	5.0	35.0
	12	2	10.0	10.0	45.0
	13	2	10.0	10.0	55.0
	14	5	25.0	25.0	80.0
	15	2	10.0	10.0	90.0
	16	1	5.0	5.0	95.0
	18	1	5.0	5.0	100.0
	Total	20	100.0	100.0	

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		fore pretest	fore posttest	back pretest	back posttest
N		20	20	20	20
Normal Parameters ^a	Mean	10.6000	14.5500	9.2000	12.4500
	Std. Deviation	2.54227	3.31623	2.21478	2.76205

Most Extreme Differences	Absolute	.143	.166	.209	.163
	Positive	.143	.166	.209	.144
	Negative	-.115	-.120	-.144	-.163
Kolmogorov-Smirnov Z		.641	.742	.935	.727
Asymp. Sig. (2-tailed)		.806	.641	.347	.665
a. Test distribution is Normal.					

Test of Homogeneity of Variances

fore pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.424	1	38	.519

Test of Homogeneity of Variances

back pretest

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
2.534	1	38	.120

Paired Samples Statistics

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	fore pretest	10.6000	20	2.54227	.56847
	fore posttest	14.5500	20	3.31623	.74153

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1	20	.121	.611

Paired Samples Test

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference								
				Mean	Lower	Upper						
Pair 1 fore pretest - fore posttest	-3.95000	3.92663	.87802	-5.78772	-2.11228	-4.499	19	.000				

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 back pretest	9.2000	20	2.21478	.49524
	12.4500	20	2.76205	.61761

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 back pretest & back posttest	20	-.024	.920

Paired Samples Test

	Paired Differences						t	df	Sig. (2-tailed)			
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference								
				Mean	Lower	Upper						
Pair 1 back pretest - back posttest	-3.25000	3.58175	.80090	-4.92631	-1.57369	-4.058	19	.001				

Paired Samples Statistics

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1 PRETEST	9.9000	40	2.45785	.38862
POSTTEST	13.5000	40	3.19455	.50510

Paired Samples Correlations

	N	Correlation	Sig.
Pair 1 PRETEST & POSTTEST	40	.150	.355

Paired Samples Test

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)		
	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval of the Difference						
				Mean	Lower	Upper				
Pair 1 PRETEST - POSTTEST	-3.60000	3.72655	.58922	-4.79181	-2.40819	-6.110	39	.000		

Lampiran 10. Dokumentasi



Gambar 13. Pengambilan *Pre Test*



Gambar 14. Treatmen



Gambar 15. Pengambilan *Post Test*