



**PERBEDAAN LATIHAN *DRIVE* DENGAN MENGGUNAKAN  
METODE *HIGHEST RALLY* DAN *CROSS-COURT PAIRS*  
TERHADAP KEMAMPUAN MELAKUKAN *DRIVE*  
PADA PETENIS PUTRA CLUB RAJAWALI  
PURWOREJO TAHUN 2011**

**SKRIPSI**

Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1  
Untuk mencapai gelar Sarjana Pendidikan

Oleh:

Saefudin Husni

6301407026

PERPUSTAKAAN  
**UNNES**

**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG**

**2011**

## SARI

**Saefudin Husni, 2011.** Perbedaan Latihan *Drive* dengan Menggunakan Metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* Terhadap Kemampuan Melakukan *Drive* pada Petenis Putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011.

Permasalahan dalam penelitian ini adalah : 1) Apakah ada perbedaan kemampuan dalam melakukan *drive* antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* 2) Jika terdapat perbedaan, manakah yang memberikan hasil lebih baik antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive*. Tujuan penelitian ini adalah : 1) Mengetahui perbedaan antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive*. 2) Jika terdapat perbedaan, metode mana yang lebih baik antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.

Populasi penelitian ini adalah petenis putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011 yang berjumlah 23 orang. Sampel yang diambil berjumlah 16 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Penelitian menggunakan metode eksperimen dengan pola M-S. Data dianalisis menggunakan *t-test dengan* metode rumus pendek (*Short Method*).

Hasil analisis data diperoleh harga  $t_{hitung} = 2,7024 > t_{tabel} 2,365$ . Untuk Itu dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive*. Berdasarkan perhitungan *mean* dari *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* mencapai 40,75 dan lebih tinggi dibandingkan dengan metode *Cross-court Pairs* yaitu 34,25 .

Simpulan penelitian adalah 1) Ada perbedaan yang berarti antara latihan dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan metode *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive*. 2) Latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* memberikan hasil yang lebih baik daripada *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive*. Saran penelitian adalah: 1) Kepada pelatih Klub Rajawali Purworejo untuk memperoleh hasil yang lebih baik dalam memberikan latihan *drive* dapat menggunakan metode *Highest Rally*. 2) Bagi mahasiswa lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat membandingkan hasil penelitian ini dengan metode yang lain untuk memperoleh informasi yang semakin akurat terkait metode yang tepat dalam meningkatkan kemampuan *drive*.



## PENGESAHAN

Telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang

Pada hari : Kamis  
Tanggal : 15 September 2011

Panitia Ujian

Ketua Panitia, Sekretaris,

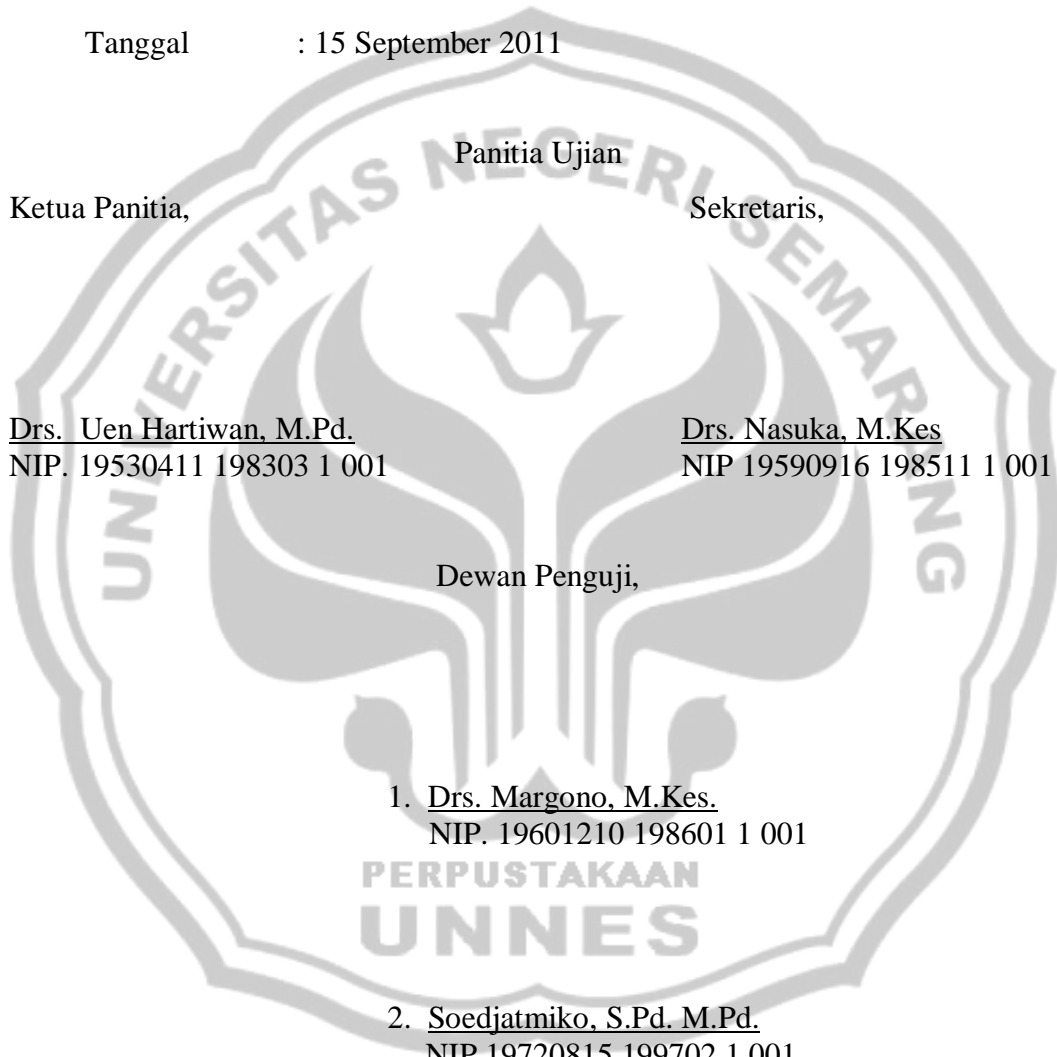
Drs. Uen Hartiwan, M.Pd. Drs. Nasuka, M.Kes  
NIP. 19530411 198303 1 001 NIP 19590916 198511 1 001

Dewan Penguji,

1. Drs. Margono, M.Kes.  
NIP. 19601210 198601 1 001

2. Soedjatmiko, S.Pd. M.Pd.  
NIP 19720815 199702 1 001

3. Drs. Hermawan, M.Pd  
NIP. 19590401 198803 1 002



## **MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO :**

“ Sebaik-baik manusia adalah dia yang bermanfaat bagi yang lainnya “

(HR. Bukhori Muslim, Kitab Riyadhus Solikhin : 2006)



### **PERSEMBAHAN :**

Skripsi ini ku persembahkan kepada:

Bapakku Risam dan Ibuku Sutinem tercinta  
serta kedua adikku Anis Wiyanti dan Aris  
Triaji yang telah memberikan semangat,  
dorongan serta do'a untukku, Umi Nikmah  
Khoiroh yang selalu memberikan motivasi,  
serta Almamater FIK Unnes tercinta.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik serta hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul : “Perbedaan Latihan *Drive* dengan Menggunakan Metode *Highest Rally* dan *Cross-Court Pairs* Terhadap Kemampuan Melakukan *Drive* pada Petenis Putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011”.

Keberhasilan penulis dalam menyusun skripsi ini atas bantuan dan dorongan dari semua pihak, sehingga pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk melanjutkan studi di Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi ijin dan kesempatan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah memberi petunjuk dan saran.
4. Bapak Soedjatmiko, S.Pd, M.Pd, Dosen Pembimbing I yang telah memberi petunjuk dan bimbingan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak Drs. Hermawan, M.Pd, Dosen Pembimbing II yang telah memberi petunjuk dan bimbingan dalam penulisan skripsi ini.
6. Bapak Ngalim Murod, pengelola dan pelatih Klub Rajawali Purworejo yang telah memberikan ijin penelitian.
7. Semua pihak yang ikut membantu dalam penelitian ini yang tidak dapat kami sebutkan satu-persatu.

Atas segala bantuannya, penulis berdo'a semoga Allah SWT memberikan imbalan yang setimpal.

Akhir kata, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan kita sebagai insan olahraga, khususnya cabang olahraga tenis.

Semarang, Agustus 2011

Penulis



# DAFTAR ISI

	<b>Halaman</b>
HALAMAN JUDUL .....	i
SARI .....	ii
PERSETUJUAN.....	iii
PENGESAHAN .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Alasan Pemilihan Judul .....	1
1.2 Permasalahan.....	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.4 Penegasan Istilah .....	7
1.5 Kegunaan Hasil Penelitian .....	8
BAB II LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS .....	10
2.1 Olahraga Tennis.....	10
2.1.1 Pengertian Olahraga Tennis.....	10
2.1.2 Teknik Dasar Permainan Tennis.....	11
2.2 Teknik <i>Drive</i> .....	16
2.2.1 Pengertian Teknik <i>Drive</i> .....	16
2.2.1 Macam – macam <i>Drive</i> .....	18
2.2.2.1 <i>Forehand Drive</i> .....	18
2.2.2.2 <i>Backhand Drive</i> .....	25
2.2.3 Metode Latihan <i>Drive</i> .....	31
2.3 Kerangka Berpikir .....	34
2.4 Hipotesis.....	38
BAB III METODE PENELITIAN .....	39



3.1 Populasi.....	39
3.2 Sampel.....	39
3.3 Variabel Penelitian.....	40
3.4 Rancangan Penelitian.....	40
3.5 Teknik Pengumpulan Data.....	41
3.6 Prosedur Pelaksanaan Penelitian.....	41
3.7 Instrumen Penelitian.....	43
3.8 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Penelitian.....	45
3.9 Analisis Data.....	46
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>50</b>
4.1 Hasil Penelitian.....	50
4.1.1 Hasil Analisis Data Pre Test.....	50
4.1.2 Hasil Analisis Uji Hipotesis Penelitian.....	51
4.2 Pembahasan.....	52
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>54</b>
5.1 Simpulan.....	54
5.2 Saran.....	54
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>55</b>
<b>LAMPIRAN-LAMPIRAN.....</b>	<b>57</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1 Persiapan Perhitungan Statistik.....	48
Tabel 2 Hasil Uji Homogenitas Data Pre Test .....	50
Tabel 3 Perbedaan Nilai $t_{hitung}$ dan $t_{tabel}$ .....	51
Tabel 4 Perbedaan Nilai Mean Eksperimen dan Mean Kontrol.....	52



## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar</b>		<b>Halaman</b>
Gambar 1	Genggaman <i>Eastern</i> pada <i>Forehand Drive</i> .....	19
Gambar 2	Genggaman <i>Continental</i> pada <i>Forehand Drive</i> .....	20
Gambar 3	Genggaman <i>Western</i> pada <i>Forehand Drive</i> .....	20
Gambar 4	Posisi Siap ( <i>Ready Position</i> ) pada <i>Forehand Drive</i> .....	21
Gambar 5	Gerak Ayunan ke Belakang pada <i>Forehand Drive</i> .....	22
Gambar 6	Gerak Ayunan ke Depan pada <i>Forehand Drive</i> .....	23
Gambar 7	Memukul Bola pada Puncak Melambungnyanya .....	24
Gambar 8	Ayunan Lanjutan <i>Forehand Drive</i> .....	25
Gambar 9	Genggaman <i>Eastern</i> pada <i>Backhand Drive</i> .....	27
Gambar 10	Gerak Ayunan ke Belakang pada <i>Backhand Drive</i> .....	28
Gambar 11	Gerak Ayunan ke Depan pada <i>Backhand Drive</i> .....	29
Gambar 12	Gerak Lanjutan pada <i>Backhand Drive</i> .....	30
Gambar 13	Latihan dengan Metode <i>Highest Rally</i> .....	32
Gambar 14	Latihan dengan Metode <i>Cross-Court Pairs</i> .....	34
Gambar 15	Desain Penelitian .....	41
Gambar 16	Lapangan Tes <i>Drive</i> .....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Surat Usul Penetapan Pembimbing.....	58
Lampiran 2 Surat Keputusan Pembimbing .....	59
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian.....	60
Lampiran 4 Surat Keterangan Penelitian .....	61
Lampiran 5 Daftar Nama Sampel Penelitian.....	62
Lampiran 6 Data Hasil Tes Awal <i>Forehand Drive</i> .....	63
Lampiran 7 Datal Hasil Tes Awal <i>Backhand Drive</i> .....	64
Lampiran 8 Rekapitulasi Hasil Awal ( <i>Pre Test</i> ).....	65
Lampiran 9 Data Ranking Hasil Tes Awal .....	66
Lampiran 10 Data Hasil Pembagian Kelompok Eksperimen dan Kontrol	67
Lampiran 11 Hasil Uji Homogenitas Data <i>Pre Test</i> .....	68
Lampiran 12 Data Perhitungan Statistik Hasil Tes Awal ( <i>Pre Test</i> ) .....	69
Lampiran 13 Data Hasil Tes Akhir Kelompok Eksperimen .....	70
Lampiran 14 Data Hasil Tes Akhir Kelompok Kontrol.....	71
Lampiran 15 Rekapitulasi Hasil <i>Post Test</i> kelompok Eksperimen dan kontrol .....	72
Lampiran 16 Data Perhitungan Statistik Hasil Tes Akhir ( <i>Post Test</i> ) .....	73
Lampiran 17 Tabel Nilai t .....	75
Lampiran 18 Uji Perbedaan Mean.....	76
Lampiran 19 Petunjuk Pelaksanaan Tes <i>Drive</i> .....	77
Lampiran 20 Progam Latihan.....	79
Lampiran 21 Daftar Nama Dosen Pembimbing dan Petugas Lapangan....	85
Lampiran 22 Dokumentasi Penelitian.....	86

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Alasan Pemilihan Judul**

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan mental. (UU No 3 th 2005). Tujuan keolahragaan nasional menurut Undang-undang No. 3 Tahun 2005 pasal 4 yang berbunyi “ keolahragaan nasional bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa”.

Untuk mencapai tujuan nasional tersebut ada 3 ruang lingkup pembinaan dan pengembangan olahraga meliputi : 1) olahraga pendidikan, 2) olahraga rekreasi, 3) olahraga prestasi. Olahraga prestasi yang dimaksudkan di sini adalah sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi diri dari olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan mertabat bangsa guna mencapai prestasi. Dalam hal ini pemerintah dan pemerintah daerah memiliki peran dalam pembinaan dan pengembangan olahraga antara lain dengan melakukan pembinaan dan pengembangan olahraga sesuai dengan kewenangan dan tanggung jawab. Pembinaan dan pengembangan meliputi ketenagaan, pengorganisasian, pendanaan, sarana dan prasarana, serta penghargaan keolahragaan.

Pembinaan dan pengembangan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan prestasi. Olahraga prestasi sendiri dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan guna mencapai prestasi baik tingkat daerah, nasional maupun internasional. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilakukan oleh induk organisasi cabang olahraga baik pada tingkat pusat maupun tingkat daerah.

Salah satu bentuk upaya pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dapat dilaksanakan dengan memberdayakan atau melalui sebuah bentuk perkumpulan olahraga atau klub olahraga. Klub olahraga sendiri merupakan suatu perkumpulan yang dilakukan oleh cabang induk organisasi olahraga yang berada pada tingkat daerah maupun pada tingkat pusat guna mencapai prestasi dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa.

Pencapaian prestasi tenis dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor penting yaitu (1) fisik, (2) teknik, (3) taktik, (4) psikis dan (5) persiapan teori (Bompa, 2005:45) . Selain itu tentunya dengan adanya dukungan dari beberapa faktor lain, seperti bakat, guru, pelatih yang berkualitas, fasilitas dan peralatan yang memadai, dan hasil belajar yang optimal.

Dalam permainan tenis, penguasaan teknik pukulan merupakan dasar yang sangat penting agar dapat bermain dengan baik. Scharff (1981 : 24) mengatakan bahwa ada empat jenis pukulan dasar dalam permainan tenis lapangan yaitu : (1). *service* (2). *backhand drive* (3). *forehand drive* (4). *volley*. Usaha yang dapat

dilakukan untuk dapat menguasai teknik – teknik pukulan dengan baik adalah melalui latihan – latihan yang baik pula dalam waktu yang sesering mungkin.

Scharff (1981:24) mengatakan bahwa dari keempat jenis pukulan diatas, tiga perempat dari biji kemenangan akan dicapai dengan forehand. Brown (2001:31) juga mengatakan bahwa jenis pukulan yang harus benar-benar dikuasai terlebih dahulu dalam tenis adalah *forehand dan backhand drive* karena keduanya yang paling sering digunakan untuk mendapatkan point dan sebagai senjata simpanan yang bermanfaat ( Brown,2001:31). Yudoprasetyo ( 1981:59) juga menyatakan bahwa *backhand dan forehand drive* adalah pukulan – pukulan yang terpenting dalam permainan tenis. *Drive* dilakukan dua kali lebih banyak dari jumlah pukulan – pukulan lain.

*Drive* menurut Brown ( 2001: xi ) merupakan *grounstroke* yang dipukul dengan sekuat tenaga dan tajam jatuh di backcourt lawan. *Drive* menurut Yudoprasetyo bermanfaat untuk menyerang, bertahan dan meraih biji. Untuk itu penguasaan atas *drive* menjadi sangatlah penting bagi pemain tenis untuk memenangkan pertandingan.

*Drive* seperti yang telah diungkapkan diatas adalah terbagi menjadi dua jenis pukulan yaitu *forehand drive* dan *backhand drive*. *Forehand drive* adalah suatu pukulan yang dilakukan untuk mengenai bola yang datang disebelah kanan pemain dan disebelah kiri pemain yang kidal. (Scharff, 1981 : 148), sedangkan Brown (2001: xi) *forehand drive* adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan pada bola yang berada di sisi kanan tubuhnya; atau pukulan yang dilakukan oleh pemain kidal pada bola yang berada di sisi kiri tubuhnya.

Pendapat tentang *backhand drive* seperti yang dinyatakan Brown (2001: xi) *backhand drive* adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan dengan lengan menyilang di depan tubuh kearah kiri; pukulan yang dilakukan oleh pemain kidal dengan lengan menyilang di depan tubuh kearah kanan, sedangkan menurut Scharff (1981 : 146) *backhand drive* adalah pukulan yang dilakukan dan raket di muka badan. Tiap pukulan pada sisi kiri dari pemain yang memakai tangan kanan atau pada sisi kanan pemain kidal.

Berdasarkan uraian diatas mengenai pentingnya penguasaan atas drive dalam permainan tenis maka perlu usaha yang baik untuk memperoleh kemampuan melakukan *drive* yang optimal. Untuk dapat bermain tenis dengan *drive*, banyak sekali metode latihan yang dapat digunakan, antara lain latihan *drive* dengan menggunakan metode *highest rally* dan *Cross Court Pairs*. Metode *Highest Rally* yaitu pemain melakukan *rally forehand* dan *backhand drive* dengan setengah lapangan sampai waktu yang ditentukan. Adapun metode *cross-court pairs* yaitu suatu metode latihan *groundstroke* yang bertujuan untuk mengembangkan konsistensi pukulan dalam permainan *rally*.

Usaha untuk meningkatkan kemampuan *drive* dalam permainan tenis akan dicoba diterapkan dalam penelitian di sebuah klub tenis yang bernama Rajawali dimana dalam segi prestasi mempunyai peranan yang sangat besar di Kabupaten Purworejo. Klub ini banyak mengirim atlet tenis dalam berbagai kejuaraan baik kejuaraan tingkat kabupaten, maupun Provinsi Jawa Tengah.

Klub Tenis Rajawali merupakan salah satu klub tenis yang berada di Kabupaten Purworejo dan sudah terdaftar di PELTI Purworejo. Lokasinya di



wilayah Kecamatan Kutoarjo. Klub ini berdiri pada tahun 2003 dan dipimpin oleh bapak Ngalim Murod yang merangkap sebagai pelatih klub tersebut. Klub Tenis Rajawali Purworejo sekarang beranggotakan 23 peserta didik dari tingkat pemula sampai lanjutan. Pada tahun 2007-2010, tiga anak didik klub Rajawali mewakili kabupaten Purworejo dalam pertandingan antar daerah tingkat Kabupaten, Karesidenan, dan Propinsi Jawa Tengah.

Meskipun klub ini mempunyai peranan yang sangat besar di kabupaten Purworejo namun berdasarkan pengamatan dan wawancara dengan pelatih diketahui bahwa dalam latihan masih banyak ditemukan para pemain yang mengalami kesulitan untuk menguasai pukulan-pukulan *drive* sehingga hasil pukulanya kurang maksimal. Hal ini diduga dikarenakan kurangnya penggunaan variasi metode yang diterapkan dalam latihan sehingga monoton serta ketidaksesuaian metode atau bentuk latihan yang digunakan dengan kondisi dan karakteristik anak. Salah satu metode latihan dalam tenis yang dapat diterapkan yaitu *highest rally* dan *cross-court pairs*, karena metode latihan ini masih jarang diterapkan dalam latihan khususnya di Kabupaten Purworejo.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “ Perbedaan Latihan *Drive* Dengan Metode *Highest Rally* dan *Cross - Court Pairs* Terhadap Kemampuan Melakukan *Drive* Pada Petenis Putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011 ”.

## 1.2 Permasalahan

Berdasarkan alasan pemilihan judul diatas maka timbul suatu pemikiran bagi penulis untuk meneliti masalah sebagai berikut :

1. Apakah ada perbedaan kemampuan dalam melakukan *drive* antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011?
2. Jika terdapat perbedaan, manakah yang lebih baik antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui perbedaan kemampuan dalam melakukan *drive* antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.
2. Jika terdapat perbedaan, metode mana yang lebih baik antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *Drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.

## 1.4 Penegasan Istilah

Untuk menghindari salah penafsiran dalam memberi pengertian yang dimaksud dalam judul skripsi ini, maka penulis akan menjelaskan istilah-istilah yang dianggap penting, dengan demikian ada kesamaan pendapat dalam memberikan penafsiran.

### 1. Perbedaan

Perbedaan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002 : 120) adalah suatu yang menjadikan berlainan antara kedua hal. Perbedaan dalam penelitian ini adalah suatu yang menjadikan berlawanan antara dua hal yang diakibatkan latihan untuk memperoleh hasil maksimal dalam kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.

### 2. Latihan

Latihan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002 : 642) adalah pelajaran untuk membiasakan atau memperoleh kecakapan. Latihan yang dimaksud dalam penelitian adalah pelajaran untuk membiasakan atau memperoleh kecakapan dalam melakukan gerak teknik dasar pukulan *drive* dengan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* dalam permainan tenis lapangan pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.

### 3. Metode *Highest Rally*

*Highest Rally* menurut Applewhaite (1988: 36) adalah konsistensi / keajegan atau kemantapan dalam melakukan *rally* pada daerah area yang telah ditentukan. Metode ini adalah latihan *drive* dengan *drill* lurus, atau *rally* berpasangan dengan menggunakan separuh lapangan untuk latihan *Forehand*

*Drive* dan separuhnya lagi untuk latihan *Backhand Drive*. Para pelatih tenis sering juga sering menggunakan metode latihan ini dengan alasan resiko kesulitan petenis lebih sedikit.

#### 4. *Cross-Court Pairs*

*Cross-court Pairs* menurut Applewhaite (1988: 37) adalah suatu pukulan yang dilakukan oleh pasangan secara terus-menerus dengan posisi menyilang sampai terjadi kesalahan atau bola mati. Latihan ini dapat menggunakan teknik pukulan *forehand drive* saja atau *backhand drive* saja dengan posisi pemain menyilang dan dilakukan secara terus-menerus sehingga menjadi suatu bentuk rangkaian teknik pukulan yang dapat dimainkan secara harmonis dan terpadu.

#### 5. Kemampuan melakukan *drive*

Kemampuan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2002 : 707) adalah kesanggupan atau kecakapan. Kemampuan dalam penelitian ini adalah kesanggupan atau kecakapan melakukan *drive* dengan metode *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs*.

### 1.5 Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan:

1. Memberikan informasi bagi para Pembina, pelatih dan asisten pelatih olahraga khususnya Klub Rajawali Purworejo akan pentingnya pemilihan metode latihan yang tepat dalam pembinaan untuk meningkatkan prestasi peserta didik.

2. Di jadikan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti lain yang berminat untuk mengadakan penelitian yang sejenis tentang teknik pukulan *drive* dengan menggunakan faktor-faktor lain.
3. Diharapkan dapat dimanfaatkan dan disempurnakan sebagai informasi ilmiah dan bahan pembanding bagi peneliti lain, pelatih tenis dan Pembina olahraga khususnya tenis.



## BAB II

### LANDASAN TEORI DAN HIPOTESIS

#### 2.1 Olahraga Tenis

##### 2.1.1 Pengertian Olahraga Tenis

Tenis adalah olahraga jaring (net) dan raket, yang dimainkan oleh dua pemain (*single* = tunggal) satu dengan lain berhadapan, atau empat orang pemain (*double* = ganda) yang bermain dua lawan dua. Olahraga ini mempunyai lapangan berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 23,77 m dan untuk ukuran lebar yaitu 8,23 m untuk lapangan tunggal dan untuk lapangan ganda lebarnya 10,97 m. Lapangan terbagi menjadi dua bagian yang sama panjang dengan dipisahkan oleh net yang melintang ditengah-tengah lapangan dengan tinggi dibagian tengah 0,91 m dan pada tiap-tiap tiang net 1,067 m. ( Scharff, 1981: 6). Permainan ini dilakukan diatas lapangan dengan permukaan keras (*hard court*) maupun lapangan rumput (*grass court*). ( Katili,1948:7)

Tenis dapat dimainkan oleh dua orang yang saling berhadapan dalam permainan tunggal, baik tunggal putra maupun tunggal putri. Selain itu tenis juga dapat dimainkan dalam permainan ganda baik ganda putra maupun ganda putri campuran. Peralatan yang dibutuhkan untuk bisa memainkan olahraga ini adalah raket dan bola khusus untuk permainan tenis.

Penguasaan teknik dasar dan teknik-teknik pukulan yang baik merupakan salah satu landasan yang sangat penting agar dapat meningkatkan prestasi dalam

bermain tenis. Untuk dapat bermain tenis dengan baik dan berprestasi optimal seorang pemain harus menguasai teknik dasar dan berbagai jenis pukulan yang ada disamping harus memiliki kemampuan fisik yang tepat dan mental bertanding yang kuat. Untuk meningkatkan prestasi permainan tenis, pemain harus bisa menguasai teknik dasar dan teknik-teknik pukulan dengan baik.

### 2.1.2 Teknik Dasar Permainan Tenis

Untuk bermain tenis dengan baik dan benar, teknik dasar dalam bermain harus benar-benar dikuasai oleh pemain. Menurut Magethi (1990: 31) apapun tingkatan permainan nya terdapat beberapa prinsip dasar yang harus dikuasai dalam bermain tenis. Teknik pukulan yang bagus didasarkan pada memukul pada tempat dan waktu yang tepat, tetapi yang penting anda harus berada dalam keseimbangan yang baik, bergerak dengan baik kearah bola, dan mengerti dimana bola dan raket akan bertemu dan membuat titik pertemuan (titik kontak) sehingga anda dapat menghasilkan pukulan yang keras dan terarah. Lardner (1987: 9) menyebutkan bahwa ada 6 macam pukulan dasar dalam tenis yaitu; *forehand*, *backhand*, *service*, *volley*, *lob* dan *smash*. Sedangkan menurut Yudoprasetyo (1981: 43) pukulan-pukulan dalam tenis digolongkan dalam tiga golongan yaitu; *ground stroke*, *volley*, dan *overhead stroke*. Pendapat lain pukulan yang harus dikuasai dalam permainan tenis lapangan ada beberapa macam yaitu; *service*, *forehand* dan *backhand drive*, *volley*, *smash*, *dropshot*, dan *lob*. Diantara pukulan tersebut terdapat empat pukulan dasar dalam permainan tenis lapangan. Pendapat lain dikemukakan oleh Scharff (1981: 24) yaitu ada empat jenis pukulan dasar

yaitu *serve*, *forehand drive*, *backhand drive*, dan *volley*. Dari keseluruhan dapat disimpulkan bahwa ada beberapa jenis pukulan dasar dalam permainan tenis, yaitu *forehand*, *backhand*, *volley*, *serve*, *smash*, dan *lob* dengan penjabaran berikut.

*Forehand* menurut Brown (2001: xi) adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan pada bola yang berada di sisi kanan tubuhnya, atau pukulan yang oleh pemain kidal pada bola yang berada di sisi kiri tubuhnya.

Hal paling utama untuk dapat memukul *forehand drive* dengan baik adalah kita sudah harus menunggu bola jatuh, sehingga mempermudah kita untuk melakukan pukulan. Setelah kita ada pada posisi siap pukul, yang pertama perlu diperhatikan adalah *backswing*. *Backswing* yang baik panjang tarikan ke belakang sebaiknya tidak melebihi posisi 180 derajat dari posisi siap atau 90 derajat dari posisi pukul *open stand*. Untuk jenis pukulan *on the top* atau *on the rise*, *backswing* sebaiknya dilakukan sebatas pinggang atau lebih tinggi sedikit. Kecuali jika akan memukul *topspin*. Awali raketnya dibawah pinggang (setinggi pinggul) tetapi juga jangan terlalu rendah.

Selanjutnya adalah ayunan ke depan (*forward swing*). Lakukan gerakan ini bersamaan dengan pemutaran bahu, pinggang, dan transfer tenaga dari kaki belakang ke depan sambil mengontrol permukaan raketnya. Latih mata tetap tertuju pada bola. Lakukan perkenaan di depan kaki kiri pada posisi jangkauan yang ideal. Tidak terlalu dekat dengan badan, tetapi juga tidak terlalu jauh. Ini dilakukan oleh pemain yang memukul dengan posisi menyamping (*closed stand*). Pemain yang memukul dengan *open stand*, atau posisi badan menghadap ke depan



terbuka usahakan perkenaan di depan kaki kanan dan posisi bahu minimal sejajar badan dan yang baik adalah bahu sedikit ke depan (Handono, 2001: 20).

*Backhand* seperti yang dinyatakan Brown (2001: xi) *backhand drive* adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan dengan lengan menyilang di depan tubuh kearah kiri; pukulan yang dilakukan oleh pemain kidal dengan lengan menyilang di depan tubuh kearah kanan. Sedangkan menurut Scharff (1981: 146) *backhand drive* adalah pukulan yang dilakukan dan raket di muka badan. Tiap pukulan pada sisi kiri dari pemain yang memakai tangan kanan atau pada sisi kanan pemain kidal.

Pada prinsipnya untuk menimbulkan tenaga pukul pada pukulan *backhand*, gunakan juga putaran bahu dan pinggang, selain menggunakan ayunan tangan, pegangan harus kokoh pada waktu *impact point*. Yang paling penting adalah lakukan pemukulan dengan target kurang lebih satu meter di atas net, karena dengan adanya putaran bola maka bola tidak akan keluar (*out*). Justru bagus jatuhnya di daerah belakang lapangan lawan. Banyak tidaknya putaran bola bergantung dari sudut pemukulan. Semakin tinggi sudutnya (semakin vertikal), semakin banyak *spin* yang didapat. Tetapi jika sudut horisontalnya lebih besar, maka *spin* menjadi semakin sedikit.

*Serve* adalah pukulan yang sangat penting dalam permainan karena selain sebagai pukulan pembuka, saat ini servis juga digunakan untuk memenangkan suatu permainan (Katili, 1976: 57). Sedangkan Scharff (1981: 60) menyebutkan servis adalah pukulan untuk memulai permainan. Ini merupakan suatu pukulan dimana pemain seluruhnya menguasai bola.

Bagi para pemula, servis adalah awal dari permainan, tetapi bagi pemain top dunia, servis bisa menjadi senjata yang mematikan. Tidak mudah memang untuk memiliki servis yang keras dan teratur, pemain-pemain yang memiliki servis keras juga harus memiliki tinggi badan yang cukup. Minimal 1,8 meter (180 cm). Untuk dapat melakukan servis yang keras pemain harus tahu bagaimana cara menimbulkan tenaga dan cara menggunakan gerak pecut (*snapping*).

Ada beberapa cara menimbulkan tenaga pukul untuk melakukan servis dalam permainan tenis. Masing-masing teknik pengambilan tenaga dapat menghasilkan tenaga besar. Kalau kita lihat pola pengambilan servis para petenis hampir dapat dipastikan caranya selalu berbeda. Variasi pemilihan teknik ini bergantung dari kebiasaan pemain dalam melakukan servis.

Ada tiga teknik servis yang sering dilakukan para pemain tenis, yaitu mulai dari *Kick serve*, dimana seorang petenis menekankan kecepatan dan tenaga pukul yang besar dengan tujuan utama mendapatkan *ace*. Kemudian ada *Slice serve*, yaitu servis yang membuat lapangan lawan menjadi terbuka. Karena *Slice serve* selalu terarah ke luar lapangan. Yang ketiga adalah *Twist serve* atau lebih dikenal dengan *American Twist*, yaitu jenis servis yang dilakukan dengan perkenaan bola dipukul dari bagian belakang atas bola dengan posisi raket 60 derajat horisontal ke atas (Handono, 2001: 39).

*Volley* menurut Lardner (1987 : 62) adalah cara memukul sebelum bola mental di lapangan, umumnya terjadi di wilayah dekat net. *Volley* dimainkan sebelum bola memantul di lapangan sehingga pemain harus dapat menentukan titik kontak yang tepat antara raket dengan bola. (Magethi, 1990: 34). Untuk

mempercepat permainan para pemain biasanya maju ke depan melakukan *volley*. Melatih *volley* yang baik sama pentingnya dengan melatih *groundstroke*. Demikian juga dengan *serve*, *return serve* dan pukulan-pukulan lainnya. Sering kali kita lihat dalam latihan, pemain hanya cenderung melatih pukulan-pukulan *groundstroke* saja. Sedang latihan *volley*, *serve*, *return serve* presentasinya lebih kecil dibanding *groundstroke*. Padahal, setiap pukulan dapat sangat berarti bagi pemain jika mereka menggunakan pukulan-pukulan itu dengan tepat dan benar untuk mendapat poin dalam suatu pertandingan (Handono, 2001: 35).

*Lob* merupakan pukulan lamban yang digunakan untuk memaksa pemain yang bermain agresif di depan net untuk mundur dari posisinya yang menyerang dari depan net. *Lob* juga dapat memberi waktu untuk bernafas dan merubah keadaan apabila anda tertekan di bagian belakang lapangan. Juga merubah posisi pemain dari posisi bertahan menjadi posisi menyerang (Magethi, 1990: 79).

Ada dua cara yang biasa dilakukan pemain untuk melakukan *lob*. Pertama, dengan membuka permukaan raket dan mengangkat bola dari bawah dengan *smoothly* (lembut). Kedua, dengan *topspin*. Pemain-pemain top dunia biasanya menggunakan jenis pukulan *topspin* dibanding jenis pukulan *lob* yang pertama. Jenis *lob* pertama banyak dipergunakan para *beginner* (pemula). Dengan *lob topspin*, selain pukulan bisa disamarkan (*disguise*) *lob topspin* juga lebih sulit. Karena jatuhnya bola cenderung lebih vertikal maka memiliki efek putaran lebih besar dibanding *lob* biasa yang tanpa aturan (Handono, 2002: 45).

*Overhead smash* adalah pukulan yang dilakukan terhadap bola yang berposisi agak tinggi diatas kepala (Yudoprasetyo, 1981: 113). Sedangkan menurut Scharff (1981: 85), *overhead smash* adalah pukulan untuk mematikan, dan *smash*

yang cepat dan gigih adalah jawaban atas *lob* lawan. Pelaksanaan *overhead smash* dilakukan dengan cara yang sama untuk melakukan servis. Juga dapat diterapkan cara melakukan *top spin serve* atau *slice serve*. Pada umumnya orang memakai cara pelaksanaan *flat serve*, tetapi ada pemain yang melakukan *overhead smash* dengan cara melakukan *slice serve*.

Pada persiapan melakukan *overhead smash*, ada pemain mengangkat tangan kiri, seperti ia akan menangkap bola yang akan di *smash*. Ada pemain yang pada saat mempersiapkan diri untuk melakukan *overhead smash* memegang raketnya seperti pada saat mempersiapkan diri untuk melakukan *serve*. Ada juga pemain yang mempersiapkan raketnya dibelakang kepala, untuk pada saat tertentu melaksanakan *forward swing* guna memukul bola.

## **2.2 Teknik Drive**

### **2.2.1 Pengertian Teknik Drive**

*Drive* menurut Brown ( 2001: xi ) merupakan *Groundstroke* yang dipukul dengan sekuat tenaga dan tajam jatuh di *backcourt* lawan. *Drive* adalah satu-satunya pukulan (*stroke*) yang penting, baik untuk menyerang, maupun untuk bertahan. *Drive* juga dapat digunakan untuk sekaligus meraih poin, misalnya dengan menyapu bola dengan sangat kencang, atau menempatkan bola disuatu tempat hingga bola tidak terjangkau lawan. Seperti yang sudah disinggung di depan bahwa untuk melakukan *drive* dengan baik terhadap bola yang memantul agak tinggi maupun yang memantul agak rendah, daun raket harus ditempatkan sedikit lebih rendah dari arah yang akan ditempuh bola dan sedikit di bawah poros

bola yang datar. Pada saat daun raket menyentuh bola, ayunan raket dilanjutkan menjurus keatas tanpa membengkokkan lengan hingga ayunan berakhir. Daun raket harus selalu berposisi tegak lurus lapangan.

Pelaksanaan *drive* yang memberi hasil baik adalah pada saat bola yang akan dipukul memantul dan mencapai ketinggian setinggi pinggang pelaku. Kalau bola tidak memantul cukup tinggi, pelaku harus merendahkan badan dengan cara menekuk lutut, sedemikian rupa hingga bola sama tinggi dengan pusar pelaku. Bola menurun hingga mencapai ketinggian pusar pelaku. Tetapi apabila keadaan memaksa, pemain tidak mundur dan segera menyapu bola yang memantul tinggi.

Yudoprasetyo (1981: 60) menyatakan bahwa *drive* adalah pukulan bagi para pemain, yang dalam permainan mereka mengambil tempat disekitar garis belakang (*base line*), untuk mempersiapkan serangan. Orang yang belajar tenis, pertama-tama harus belajar melaksanakan *drive* dan selanjutnya berusaha keras untuk menguasai *drive* dengan cara berlatih dan tekun.

*Drive* bermanfaat untuk mendapatkan point dan sebagai senjata simpanan yang bermanfaat (Brown,2001:31). Yudoprasetyo (1981:59) juga menyatakan bahwa *drive* bermanfaat untuk menyerang, bertahan dan meraih biji. Untuk itu penguasaan atas *drive* menjadi sangatlah penting bagi pemain tenis untuk memenangkan pertandingan.

Menurut Yudoprasetyo (1981:61) terdapat empat hal yang dibutuhkan agar *drive* dapat memberikan hasil yang memuaskan, yaitu :

1. Mengamati bola terus menerus.
2. Posisi bola yang akan dipukul (*distroke*) terhadap pemain,

3. Raket sudah siap dibelakang untuk kemudian diayunkan ke depan.
4. Menjuruskan bahu kiri ke jaring (bagi pemain dengan tangan kanan) dan mengalihkan berat badan dari kaki belakang ke kaki depan, pada saat menyapu bola.

## 2.2.2 Macam - macam *Drive*

### 2.2.2.1. *Forehand Drive*

*Forehand drive* adalah suatu teknik pukulan yang dilakukan untuk mengenai bola yang datang disebelah kanan seorang pemain dan disebelah kiri pemain yang kidal ( Scharff, 1981: 148 ), sedangkan menurut Brown ( 2001: xi ) mengatakan *forehand drive* adalah pukulan yang dilakukan pemain tangan kanan pada bola yang berada di sisi kanan tubuhnya; atau pukulan yang dilakukan pemain kidal pada bola yang berada di sisi kiri tubuhnya. Dengan menguasai dan mempelajari *forehand drive* dengan baik dan benar, maka akan berpengaruh banyak terhadap pukulan yang lainnya dalam tenis lapangan.

Adapun teknik dasar melakukan *forehand drive* menurut Scharff (1981 : 24) adalah sebagai berikut :

#### 1. Teknik Genggaman

Terdapat tiga macam teknik genggaman dalam *forehand drive* yaitu : *Eastern, Continental dan Western*. Perbedaan utama dari ketiga teknik genggaman tersebut adalah terletak pada posisi telapak tangan. Pada *Western*, telapak tangan berada dibawah gagang, pada *Conntinental* terletak diatasnya sedangkan pada *Eastern* berada pada bagian belakang gagang. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada uraian berikut :

a. Genggaman *Eastern*

*Eastern grip* diperoleh dengan memegang leher (*throat*) dari raket dengan tangan kiri dan merentangkannya kedepan badan dengan pangkal gagang kejurusan anda. Permukaan raket harus membentuk sudut siku-siku dengan tanah. Pegang raket dengan tangan kanan, sehingga ruas belakang ibu jari berada dibagian atas dari raket sekitar 1/8 inci sebelah kiri dari pertengahannya. Ini berarti bahwa bentuk huruf V antara telunjuk dan ibu jari berada pada bagian atas dari bidang rata dari gagang. Telapak tangan harus dekat pada bagian yang rata dengan gagang seperti kita berjabat tangan dengan raket. (Scharff, 1981: 26).



Gambar 1

Genggaman *Eastern*

( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

b. Genggaman *Continental*

Pegangan dengan menggunakan genggaman *continental* pelaksanaanya gagang diputar sekitar  $\frac{1}{8}$  putaran ( untuk orang biasa arah lawan jarum jam bagi orang kidal searah jarum jam). ( Scharff, 1981: 26 ). Adapun *Continental grip*,

dengan meletakkan raket pada sisi dan kemudian memungutnya.  
(Scharff,1981:27).



Gambar 2  
Genggaman *Continental*

( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

c. Genggaman *Western*

Memegang raket dengan *western* yang paling mudah adalah dengan meletakkan raket di tanah dan kemudian memungutnya. (Scharff, 1981: 28). Cara ini baik untuk bola tinggi dan bola setinggi pinggang namun sukar untuk bola yang rendah.



Gambar 3  
Genggaman *Western*

( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )



## 2. Cara / Sikap Berdiri

Untuk melakukan tiap pukulan sebelumnya mengambil posisi siap untuk melakukan pemukulan. Scharff (1981: 29) memaparkan bagaimana posisi siap *forehand drive* maupun *backhand drive* yaitu “Menghadap net sepenuhnya dengan dua kaki mengangkang santai dan dengan berat badan sama berat pada kedua buah kaki. Ayunkan leher raket ditangan kiri dan arahkan kepalanya ke net. Mata harus terus tertuju ke bola. Badan tetap santai, lutut sedikit ditekukkan dan punggung sebelah atas lurus sementara agak membungkuk. Tiap selesai memukul Anda harus kembali keposisi semula.



Gambar 4

Posisi Siap (*Ready Position*)

( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

## 3. Ayunan Belakang

Ayunan belakang *forehand drive* yaitu sambil berdiri dan berputar, ayunkan raket belakang dengan gerakan rata, lurus ke belakang dan *horizontal* dengan tangan. Pindahkan berat badan berangsur-angsur ke kaki belakang. Gerakan ini serentak dan bersamaan dengan laju bola yang datang. Panjang

tarikan ke belakang, berat badan harus terus berpindah ke kaki kanan, lutut membengkok sedikit sementara mata menatap bola yang datang. Kalau ada waktu tariklah raket sejauh mungkin ke belakang. (Scharff, 1981: 30).

Lengan kiri juga mempunyai peran penting dalam ayunan badan untuk keseimbangan dan harus bergerak bebas. Ayunan belakang dan gerakan kaki harus segera dimulai, begitu arah dan kecepatan bola bisa dipastikan. Ini berarti bahwa hal ini harus dilakukan apabila terjadi *serve* dan pengembalian bola masih di udara. Bola lawan tidak boleh dibiarkan melambung pada daerah kita sebelum kita mempersiapkan ayunan belakang. Ayunan belakang harus dikuasai penuh, tepat pada waktunya untuk memberi waktu kepada tubuh kita dan raket bergerak ke depan untuk memukul bola.



Gambar 5  
Gerak Ayunan ke Belakang *Forehand Drive*  
( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

#### 4. Ayunan Depan

Ayunan ke depan *forehand drive* dimulai dengan menurunkan raket sedikit lebih rendah dari bola yang akan dipukul, dan diawali dengan melangkahkan kaki kekiri ke muka, bahu kiri harus sudah terarah kejarang dan sekaligus diikuti ayunan ke depan dibarengi dengan pemutaran badan ke kiri.

Setelah ayunan ke belakang berakhir dengan daun raket yang berposisi dibawah tinggi pemantulan bola yang akan dipukul. Daun raket yang akan memukul bola sedikit dicondongkan ke muka. Selesai pemukulan bola, daun raket harus bergerak sesuai dengan jurusannya.



Gambar 6

Ayunan ke depan *Forehand Drive*

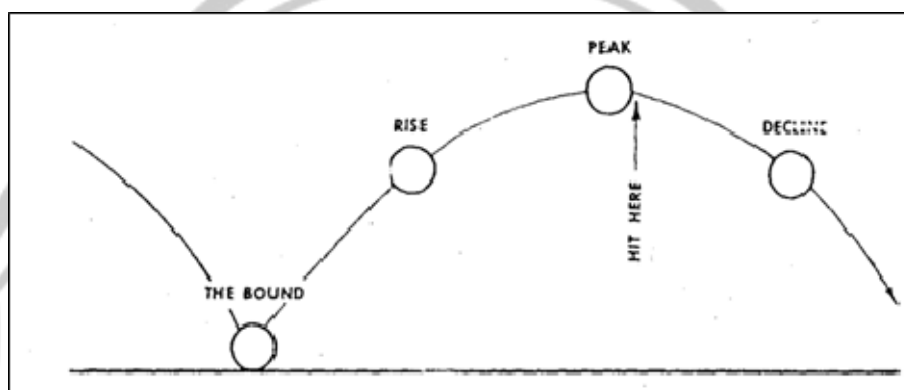
( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

Gerak daun raket mengitari bola bagian atas, tidak dilaksanakan dengan memutar pergelangan tangan namun dengan memutar lengan bagian bawah sedaangkan tangan menggenggam raket dengan erat.

##### 5. Perkenaan Raket dengan Bola ( *Impact* )

Perkenaan raket dengan bola, merupakan kelanjutan dari gerakan ayunan kedepan. Sewaktu raket mengayun ke depan menemui bola, kepala raket harus berada ketinggian bola dan rata datar pada saat benturan. Tapi pada saat itu raket harus dipegang lebih erat dan terus demikian selama pukulan itu berlangsung. Hal

itu dimaksudkan untuk penguasaan terhadap bola. Harus selalu diusahakan senar raket mengenai bola tepat pada bagian tengahnya dan pada ketinggian pinggang, tekuklah lutut sampai setinggi bola. Sebaliknya apabila bola itu melambung tinggi, mundurlah sedikit dan biarkan bola jatuh stinggi pinggang. Sedapat mungkin bola harus dikenakan pada puncak tertingginya dan antara ujung kaki dan pertengahan pinggang.



Gambar 7

Memukul Bola Pada Puncak Melambungnya  
( Sumber : Scharff, Bimbingan Main Tennis, 1981: 32 )

#### 6. Gerakan Lanjutan

Bagian akhir memukul bola disebut *follow through*, ini dibutuhkan untuk mempengaruhi panjang maupun arah bola pada pukulan *drive*. Ayunan lanjutan *forehand drive*, setelah bola berbenturan dengan raket ayunan lanjutan dilakukan. Ayunan lanjutan dilakukan dengan lengan agak diluruskan dan tangan memegang raket kira-kira setinggi bahu kiri. Daun raket tegak lurus dengan lapangan. Badan dibungkukkan dan lutut yang dibengkokkan tidak boleh diluruskan sebelum ayunan ini selesai.



Gambar 8

Ayunan Lanjutan *Forehand Drive*  
 ( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

#### 2.2.2.2. *Backhand Drive*

*Backhand drive* adalah pukulan yang digunakan untuk mengembalikan bola yang setelah sekali melambung dari tanah jatuh ke sisi kiri seseorang, atau ke sebelah kanan dari seseorang yang kidal. (Scharff, 1981: 46). Menurut Brown (2001: xi) *backhand drive* adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan dengan lengan menyilang di depan tubuh kearah kiri pukulan dilakukan oleh pemain kidal dengan lengan menyilang di depan tubuh kearah kanan. Adapun *backhand* menurut Yudoprasetyo ( 1981: 64 ) adalah pukulan ( *drive* ) yang dilakukan terhadap bola yang berada disamping kiri pemain, jika pemain menggunakan tangan kanan atau bola berada disamping kanan jika pemain menggunakan tangan kiri.

Berdasar pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa *forehand drive* adalah suatu pukulan dalam tenis lapangan yang dilakukan dengan ayunan, menyamping secara penuh kekanan kemudian raket diayunkan kedepan untuk memukul bola datar diatas net setelah memantul sekali di lapangan. Sedangkan *backhand drive*

adalah pukulan yang dilakukan dan raket dimuka badan. Tiap pukulan pada sisi kiri dari pemain yang memakai tangan kanan atau pada sisi kanan pemain kidal.

Teknik dalam melakukan backhand menurut Scharff ( 1981:46 ) adalah sebagai berikut :

### 1. Teknik Genggaman

Teknik genggaman yang sering digunakan dalam backhand adalah teknik genggaman *Eastern*. *Eastern grip* diperoleh dengan meletakkan telapak tangan dibidang atas, sehingga terbentuk seperti huruf V antara telunjuk dan ibu jari. Dengan demikian sendi telunjuk yang pertama berada di bidang atas gagang. Genggaman *backhand eastern* bisa juga diperoleh dari *Eastern Forehand* dengan menggeser tangan ke arah kiri seperempat putaran. Sekarang bentuk V antara ibu jari dan telunjuk akan tepat pada pinggir dalam gagang dan ibu jari akan menunjuk diagonal dengan gagang. Dengan adanya sebagian ibu jari di belakang raket, genggaman ini akan menambah dan menguasai pukulan. Perubahan dari *forehand* ke *backhand* terjadi dengan menggunakan tangan kiri untuk menuntun raket. Hal ini dapat dicapai jika anda dalam posisi siap (*ready*) atau pada waktu mengayun ke belakang.



Gambar 9

Genggaman *Eastern*

( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

## 2. Sikap dan Ayunan Belakang

Pada backhand sikap dan ayunan belakang harus lebih rapat terkoordinir dari forehand. Dari sikap *ready* dengan tangan kanan santai pada gagang dan tangan kiri sedikit berayun – ayun pada leher raket, mulailah dengan ayunan badan ke belakang dengan raket segera setelah kelihatan bola datang ke arah backhand. Pukulan dimulai dengan memutar bahu ke arah net ketika kepala raket mulai berayun ke belakang pada setinggi pinggul. Tangan kiri membawa raket ke belakang sedangkan tangan kanan bergeser seperempat putaran ke kiri untuk perubahan genggaman. Dengan kembalinya raket putarlah kaki kiri. Setelah ayunan belakang hampir selesai, raket harus berada di belakang pemain, lutut sedikit, mata dan kepala ke depan, sedangkan bahu berputar dari arah net.



Gambar 10

Gerak Ayunan ke Belakang *backhand drive*  
( Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/> )

### 3. Ayunan Depan

Dalam posisi ayunan ke belakang berat badan pemain ada pada kaki belakang, lutut ke kiri longgar dan ditekuk dan lutut kanan agak ke bawah. Pemain memalingkan kepala lewat bahu kanan, mata tertuju kepada bola yang datang. Setelah berada dalam posisi ini, pemain membuat gerakan yang berlawanan ke arah bola. Lepaskan tangan kiri dari leher raket, lalu ayunkan lengan beserta raket ke arah net dengan gerak mendatar sejajar dengan bola yang datang atausedikit dibawahnya.



Gambar 11

Ayunan ke depan *Backhand Drive*

(Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/>)

### 4. Perkenaan Raket dengan Bola ( *Impact* )

Perkenaan raket dengan bola, merupakan kelanjutan dari gerakan ayunan kedepan. Sewaktu raket mengayun ke depan menemui bola, kepala raket harus berada ketinggian bola dan rata datar pada saat benturan. Tapi pada saat itu raket



harus dipegang lebih erat dan terus demikian selama pukulan itu berlangsung. Hal itu dimaksudkan untuk penguasaan terhadap bola. Harus selalu diusahakan senar raket mengenai bola tepat pada bagian tengahnya dan pada ketinggian pinggang, tekuklah lutut sampai setinggi bola. Sebaliknya apabila bola itu melambung tinggi, mundurlah sedikit dan biarkan bola jatuh stinggi pinggang. Sedapat mungkin bola harus dikenakan pada puncak tertingginya dan antara ujung kaki dan pertengahan pinggang.

#### 5. Gerakan Lanjutan ( *Follow through* )

Sesudah perkenaan raket dan bola, raket dan badan harus mengikuti jalan bola. Setelah lengan direntangkan ke bola yang kemudian boleh berputar ke kanan, hal ini yang menyebabkan raket berada diatas lengan yang mengakibatkan pula terjadinya *topspin*. Proses lanjutan ini berakhir jika raket mencapai setinggi bahu atau sedikit agak tinggi dan jika tangan berada di atas. Lengan kiri berfungsi sebagai pengimbang dan menyebabkan gerakan lanjut lebih bebas dan sempurna. Pada akhir ayunan, berputarlah pada kaki kanan untuk mengembalikan kedua kaki, lutut, pinggul, lengan, bahu, mata, kepala dan raket ke sikap bersiap (*ready*)



Gambar 12

Ayunan Lanjutan *Backhand drive*

(Sumber : <http://www.tennis.com/articles/articlefiles/>)

### 2.2.3 Metode Latihan *Drive*

Menurut Harsono H.P. (1982:27), latihan adalah proses yang sistematis dari pada berlatih atau bekerja secara berulang – ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaan. Tujuan utama dalam latihan adalah memperbaiki prestasi tingkat trampil maupun kerja dari si petenis.

Menurut Bompa (1994:6-8) tujuan latihan adalah : Untuk mencapai dan memperluas perkembangan fisik secara menyeluruh, untuk menjamin dan memperbaiki perkembangan fisik khusus sebagai suatu kebutuhan yang telah ditentukan, untuk memoles dan menyempurnakan teknik olahraga yang dipilih, memperbaiki dan menyempurnakan strategi yang penting yang dapat diperoleh dan belajar taktik lawan, menambah kualitas kemauan, menjamin dan mengamankan persiapan tim secara otomatis, untuk mempertahankan keadaan sehat setiap petenis, untuk mencegah cedera, untuk menambah pengetahuan setiap petenis.

Metode latihan untuk meningkatkan kemampuan melakukan *drive* pada permainan tenis dapat dilakukan dengan beberapa metode, diantaranya adalah sebagai berikut :

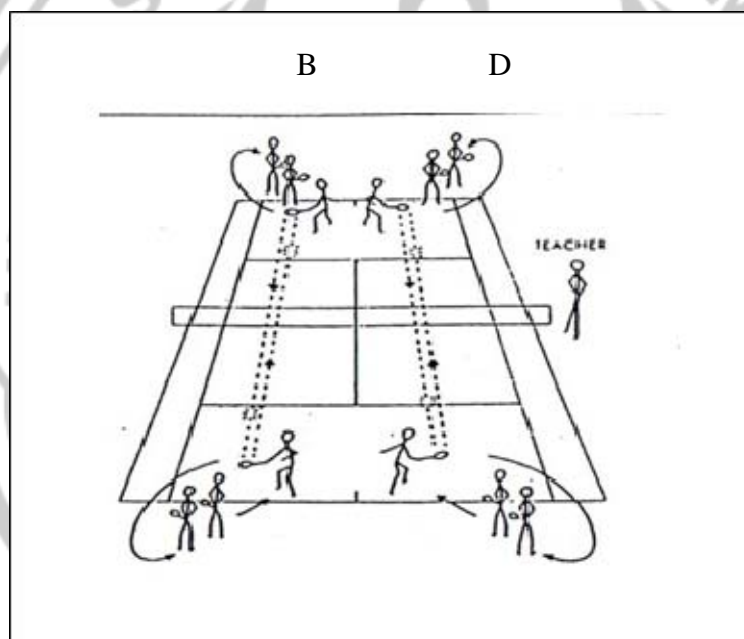
#### 1. Latihan *Drive* dengan Metode *Highest Rally*

Latihan *drive* dengan metode *Highest Rally* merupakan salah satu bentuk variasi latihan guna menambah atau meningkatkan kemampuan pukulan terhadap bola. Latihan ini agar anak dapat belajar mengontrol bola dan mengetahui kesalahan atau dapat secara langsung melakukan perbaikan terhadap bola.

Tahapan dalam Metode *Highest Rally* ini adalah sebagai berikut : pemain (A) melakukan *rally* dengan pemain (B) dengan *backhand drive* dan diberi 4 bola. Untuk pemain (C) dan pemain (D) juga sama, tetapi *rally* ini dengan *forehand*

*drive*, setelah melakukan *drill* ini kemudian pemain C dan D bertukar tempat untuk melakukan *drill* yang berbeda, begitu juga dengan pemain A dan B. Setelah selesai kemudian bergantian dengan pemain atau peserta latihan yang lain.

Keuntungan kemampuan latihan *drive* dengan *Highest Rally* adalah dapat mengetahui kesalahannya, sehingga lebih cepat anak dapat memperbaiki kesalahan pukulan, waktu penguasaan teknik *drive* lebih cepat, faktor kesulitannya relatif lebih sedikit. Kerugian latihan *drive* dengan *Highest Rally* adalah subjek dalam melakukan latihan akan merasa cepat jenuh, karena hanya melakukan satu gerakan pukulan *drive* saja.



Gambar 13

Latihan dengan menggunakan *Highest Rally*  
( Sumber : Applewhaite, (1988:36) )

Ket:

←-----→ = arah laju bola

A, B = rally dengan *backhand drive*

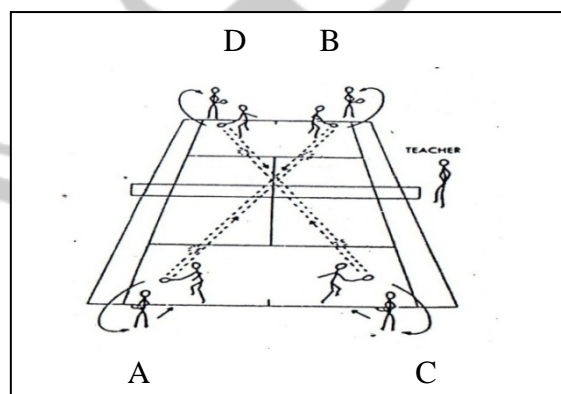
C, D = rally dengan *forehand drive*

————→ = arah pemain bertukar tempat

## 2. Latihan *Drive* dengan Metode *Cross-Court Pairs*

Latihan *Drive* dengan *Cross-Court Pairs* yang dimaksud adalah latihan yang diterapkan dalam meningkatkan penguasaan pukulan *drive*. Latihan *drive* dengan *Cross-Court Pairs* mengandung pengertian bahwa suatu pukulan yang dilakukan oleh pasangan secara terus-menerus dengan posisi menyilang sampai terjadi kesalahan atau bola mati. Latihan ini dapat menggunakan teknik pukulan *forehand drive saja* atau *backhand drive saja* dengan posisi pemain menyilang dan dilakukan secara terus-menerus menjadi suatu bentuk rangkaian teknik pukulan yang dapat dimainkan secara harmonis dan terpadu.

Latihan *Cross-Court Pairs* ini adalah sebagai berikut; pemain (A) memberikan bola pada pemain (B) yang berdiri di garis *baseline*, kemudian pemain (B) mengembalikan bola dengan *backhand drive* kearah silang ke pemain (A), begitu juga dengan pemain (C) memukul bola kearah pemain (D) dengan *forehand drive*, kemudian pemain (D) mengembalikan bola kearah pemain (C) lagi. Latihan ini untuk setiap pasangan sampai terjadi kesalahan atau bola mati dan digantikan oleh pasangan berikutnya. Bentuk latihan *drive* dengan *Cross-Court Pairs* ini tampak pada gambar dibawah.



Gambar 14

Latihan dengan menggunakan *Cross-Court Pairs*  
(Sumber: Applewhaite, 1988:37 )

Keterangan:

A,B = *rally backhand drive*

C,D = *rally forehand drive*

←-----→ = arah bola

————→ = arah pemain bertukar tempat

### 2.3 Kerangka Berpikir

Dalam olahraga tenis, bagi seorang pelatih harus jeli dalam membina atletnya. Tiap gerakan teknik harus dianalisis agar tidak terjadi kesalahan dalam melakukan gerakan. Menurut Scharff (1981:29), dalam melakukan *forehand drive* ada dasar ketentuan yang harus diperhatikan dengan ketentuan urutan gerak sebagai berikut: 1) Pegangan raket. 2) Sikap berdiri. 3) Ayunan ke belakang (*backswing*). 4) ayunan ke depan (*forwardswing*). 5) Perkenaan raket dengan bola. 6) Gerak lanjutan (*follow through*). Semua dasar ketentuan melakukan *drive* tersebut harus diteliti satu per satu agar tercipta gerakan yang efektif dan efisien. Demikian juga teknik – teknik yang lain harus dianalisis juga, seperti cara memukul servis, lob, voli, dan jenis pukulan lainnya.

Ada bermacam-macam metode latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan melakukan *drive*, diantaranya adalah metode latihan *Highest Rally* dan *Cross-court Pairs*. Kedua metode ini mempunyai karakteristik yang berbeda sehingga memberikan pengaruh yang berbeda pula dalam meningkatkan kemampuan melakukan *drive*.

Metode Latihan *Highest Rally* merupakan salah satu bentuk variasi latihan guna menambah atau meningkatkan kemampuan melakukan *drive* dalam situasi

permainan ataupun pertandingan. Maksud latihan ini agar anak dapat belajar mengontrol bola, dapat langsung mengetahui kesalahan atau dapat secara langsung melakukan perbaikan terhadap bola. *Highest Rally* menurut Applewhaite (1988: 36) adalah konsistensi / keajegan atau kemantapan dalam melakukan *rally* pada daerah area yang telah ditentukan. Metode ini adalah latihan *drive* dengan *drill* lurus, atau *rally* berpasangan dengan menggunakan separuh lapangan untuk latihan *Forehand Drive* dan separuhnya lagi untuk latihan *Backhand Drive*.

Keuntungan latihan *drive* dengan metode *Highest Rally* adalah dapat mengetahui kesalahannya, sehingga lebih cepat anak dapat memperbaiki kesalahan pukulan, waktu penguasaan teknik *drive* lebih cepat, faktor kesulitannya relatif lebih sedikit. Kerugian latihan *drive* dengan *Highest Rally* adalah subjek dalam melakukan latihan akan merasa cepat jenuh, karena hanya melakukan satu gerakan pukulan *drive* saja.

Adapun latihan *drive* dengan *Cross-Court Pairs* yang dimaksud adalah latihan yang diterapkan dalam meningkatkan penguasaan pukulan *drive*. Latihan *drive* dengan *Cross-Court Pairs* mengandung pengertian bahwa suatu pukulan yang dilakukan oleh pasangan secara terus-menerus dengan posisi menyilang sampai terjadi kesalahan atau bola mati. Latihan ini dapat menggunakan teknik pukulan *forehand drive* saja atau *backhand drive* saja dengan posisi pemain menyilang dan dilakukan secara terus-menerus menjadi suatu bentuk rangkaian teknik pukulan yang dapat dimainkan secara harmonis dan terpadu.

Keuntungan latihan *drive* dengan *Cross-Court Pairs* adalah anak lebih senang berlatih karena variasi latihan yang menantang, dapat meningkatkan

kontrol terhadap bola yang sulit. Kerugian latihan ini adalah tingkat kesulitan lebih banyak, anak kurang cepat mengetahui kesalahannya karena jumlah pukulan yang relatif lebih lama.

Adapun keuntungan dan kekurangan kedua metode latihan tersebut dapat adalah sebagai berikut :

Metode Latihan	Keuntungan	Kekurangan
<b><i>Highest Rally</i></b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Dapat mengetahui kesalahannya, sehingga lebih cepat anak dapat memperbaiki kesalahan pukulan.</li> <li>2. Waktu penguasaan teknik <i>drive</i> lebih cepat.</li> <li>3. Faktor kesulitannya relatif lebih sedikit</li> <li>4. Tingkat bola mati dalam latihan ini lebih sedikit.</li> <li>5. Jarak pukul dengan pasangan lebih dekat karena anak berdiri di <i>backcourt</i>.</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1 subjek dalam melakukan latihan akan merasa cepat jenuh karena monoton</li> <li>2. Tidak ada tantangan dalam melakukan <i>rally</i> dengan pasangan.</li> </ol>
<b><i>Cross – Court Pairs</i></b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Anak lebih senang berlatih karena variasi latihan yang menantang.</li> <li>2. Dapat meningkatkan kontrol terhadap bola yang sulit .</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tingkat kesulitan lebih banyak</li> <li>2. Anak kurang cepat mengetahui kesalahannya karena jumlah pukulan yang relatif lebih lama.</li> <li>3. Anak mudah lelah karena</li> </ol>

		jarak pukul bola dari <i>baseland</i> ke <i>baseland</i>
		4. Sering bola cepat mati dalam melakukan rally karena bola sering nyangkut di net.

## 2.4 Hipotesis

Berdasarkan kajian analisis latihan di atas, Hipotesis penelitian ini adalah:

1. Ada perbedaan kemampuan dalam melakukan *drive* antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-Court Pairs* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.
2. Latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* lebih baik daripada *Cross-Court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.



## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Populasi**

Menurut Sutrisno Hadi (2004:182) “Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksud untuk diselidiki”. Populasi dibatasi dengan sejumlah penduduk atau individu yang sedikit mempunyai sifat yang sama. Pada Penelitian ini jumlah populasi adalah keseluruhan petenis yang ada di Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011 sebanyak 23 anak yang terdiri dari 16 anak laki – laki dan 7 anak perempuan. Karena semua petenis lapangan mempunyai sifat-sifat yang sama yaitu laki-laki, umur rata-rata 12-15 tahun, masih tingkat junior, dan berlatih di klub yang sama maka mempunyai syarat untuk menjadi populasi.

#### **3.2 Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang akan diteliti (Suharsimi, 2006:131). Teknik sampling yang digunakan adalah *Purposive Sampling*. Adapun yang dimaksud dengan *Purposive Sampling* adalah teknik pengambilan subjek dengan tidak berdasarkan strata, daerah dan tidak random tetapi didasarkan atas tujuan tertentu ( Arikunto,2006:139 ).

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah petenis putra KU 12-15 Klub Rajawali Purworejo yang berjumlah 16 anak dengan pertimbangan : 1) Jumlah terbanyak dari populasi adalah petenis putra yang berjumlah 16 orang, 2)

Petenis putra dan putri memiliki karakteristik fisik yang berbeda sehingga hanya diambil petenis putra untuk mewakili populasi untuk menghindari adanya pengaruh perbedaan fisik terhadap kemampuan dalam melakukan *drive* setelah mendapatkan perlakuan. 3) Petenis putra lebih dominan atau aktif dalam pembelajaran termasuk dalam hal kehadiran dalam proses latihan.

### 3.3 Variabel Penelitian

Variabel adalah gejala - gejala yang bervariasi sebagai subjek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Suharsimi, 2006: 116). Dalam penelitian ini terdapat dua variable yaitu variabel bebas dan variabel terikat.

#### 1. Variabel Bebas

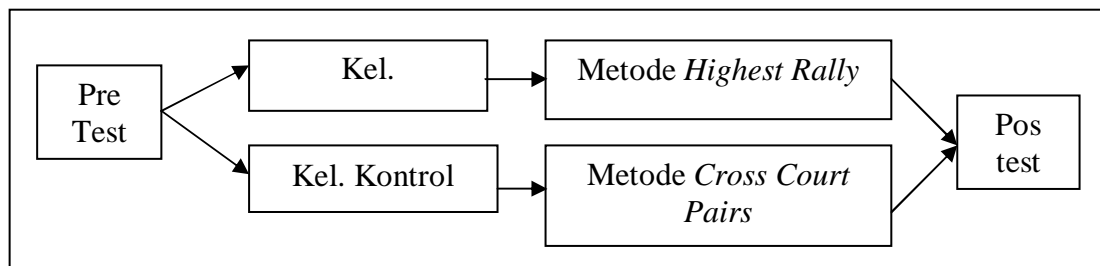
Variabel bebas dalam penelitian ini adalah latihan *drive* dengan metode *Highest Rally* dan *Cross Court Pairs*.

#### 2. Variabel Terikat

Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan melakukan *drive* dalam permainan tenis.

### 3.4 Rancangan Penelitian

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode eksperimen dengan rancangan penelitian “ *Pre test – Post test – Group Design* ”. Adapun rancangan tersebut adalah sebagai berikut:



Desain Penelitian  
( Sumber: Suharsimi, 2006:85 )

### 3.5 Teknik Pengambilan Data

Untuk memperoleh data yang sesuai dengan tujuan penelitian teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan metode tes. Metode tes ini dibagi menjadi dua bentuk tes yaitu tes awal (*pre-test*) dan tes akhir (*post-test*), yaitu : 1) Tes awal (*pre-test*) yaitu untuk mencari data awal dari kemampuan melakukan drive dengan bentuk angka sebelum sampel tersebut diberikan suatu perlakuan atau program latihan. Tes tersebut kemudian digunakan untuk membagi sampel menjadi dua kelompok (Eksperimen dan Kontrol ) dengan menggunakan rumus ABBA. 2) Tes akhir yaitu untuk mencari data akhir kemampuan melakukan drive dengan bentuk angka setelah sampel tersebut diberikan suatu perlakuan atau program latihan dengan menggunakan program latihan yang terarah dan teratur.

### 3.6 Prosedur Pelaksanaan Penelitian

#### 1. Tes Awal

Test awal dilaksanakan pada tanggal 10 Juni 2011 di lapangan tenis Klub Rajawali Purworejo. Tujuan pelaksanaan tes awal adalah untuk mengukur

kemampuan awal sampel dalam melakukan pukulan *drive* sebelum diberikan perlakuan atau latihan kepada sampel, yang sebelumnya sampel sudah dapat melakukan pukulan *drive*. Selanjutnya dari nilai yang sudah diranking tersebut dipasangkan dengan rumus A-B-B-A sehingga akan mendapatkan 8 anak untuk kelompok kontrol dan 8 anak untuk kelompok eksperimen.

## 2. Perlakuan ( *Treatment* )

Prinsip latihan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan penguasaan pukulan *drive*. Kelompok eksperimen akan mendapatkan treatment dengan metode *highest rally* sedangkan kelompok kontrol akan diberi treatment metode latihan *cross court pairs*. Untuk melatih suatu keterampilan dibutuhkan jangka waktu tertentu agar diperoleh hasil yang bermanfaat. Penelitian ini menggunakan frekuensi latihan satu minggu 4 kali latihan dengan jumlah pertemuan sebanyak 16 kali tatap muka. Tentang berapa kali frekuensi latihan, disebutkan bahwa frekuensi latihan sebaiknya berlatih paling sedikit tiga kali seminggu (Sajoto, 1996: 487). Akan tetapi lebih baik lagi bila berlatih 4-5 kali dalam seminggu. Didalam empat kali tatap muka beban latihan ditingkatkan dalam bentuk penambahan jumlah pukulan.

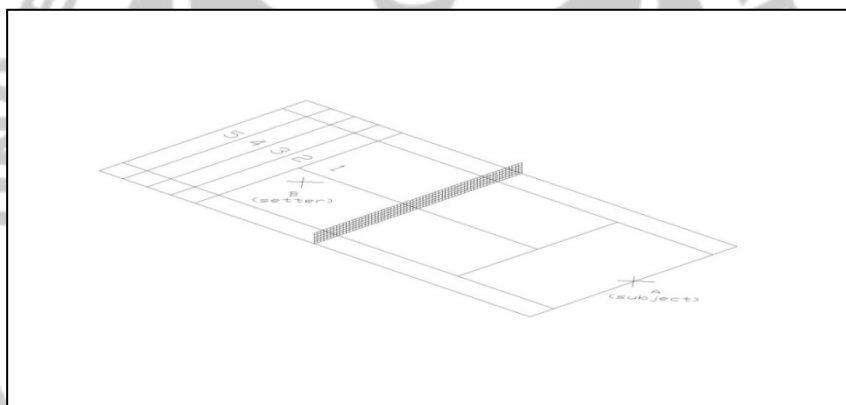
## 3. Tes Akhir

Setelah menjalani latihan selama 16 kali pertemuan untuk kelompok kontrol dan kelompok eksperimen, selanjutnya dilaksanakan tes akhir yang dilaksanakan pada tanggal 24 Juli 2011 dilapangan tenis Klub Rajawali Purworejo untuk mengetahui kemampuan petenis setelah mendapatkan perlakuan dengan metode *highest rally* dan metode *cross court pairs*.

### 3.7 Instrumen Penelitian

Instrumen adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2006:160).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes. Adapun bentuk tes untuk mengetahui kemampuan drive adalah menggunakan “*Hewitt’s Tennis Achievement Test*” Tes ini memiliki tingkat validitas 0,63 dan untuk tingkat reliabilitasnya 0,75. Lapangan tes ini dapat dilihat pada gambar 3.2 berikut:



Gambar 16

Lapangan tes *drive*  
( Sumber: Collins, 1978:433)

Adapun Petunjuk Pelaksanaan Tes *Drive* adalah setelah mendapatkan penjelasan, sampel menempatkan diri di tengah garis baseline. Pengumpukan berdiri sisi lapangan sebelah, diantara perpotongan garis *servis* dan *center line*. Banyaknya bola yang harus dipukul tiap subyek adalah 26 kali, yaitu 13 kali untuk tes *forehand drive* dan 13 kali untuk *backhand drive*. 3 bola sebagai

percobaan dan 10 bola sebagai tes untuk tes *forehand drive* dan untuk tes *backhand drive* juga dilakukan demikian. Berikut ini akan dijelaskan cara atau alur penilaian :

- 1) Anak dipanggil satu persatu menurut daftar nomor yang telah disusun.
- 2) Setelah pencatat skor, pengumpan dan pengawas sasaran siap, maka sampel menempatkan diri diseberang net di tengah baseline untuk memulai melakukan pukulan *drive* yang terdiri dari tes *forehand* dan *backhand drive*.
- 3) Anak harus memukul bola diantara net dan tali, untuk mendapatkan angka maksimal
- 4) Apabila umpan menyangkut di net, bola umpan jatuh atau mengarah kearah lebar dari arah sasaran (*forehand drive* dan *backhand drive*) maka umpan bola diulang lagi.
- 5) Setiap kesalahan melakukan *forehand drive* maupun *backhand drive* sesuai dengan peraturan nilainya adalah 0 atau bila bola keluar lapangan tunggal dan bola jatuh dilapangan sendiri, sedangkan bola yang masuk mendapatkan nilai sesuai yang sudah tertera dilapangan. Bola yang masuk namun melewati tali mendapat nilai setengah dari nilai yang di dapat.
- 6) Skor akhir adalah jumlah *point* yang diperoleh dari 10 kali pukulan *forehand drive* dan 10 kali dari hasil pukulan *backhand drive*.

### **3.8 Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Penelitian**

Dalam suatu penelitian banyak sekali faktor yang dapat mempengaruhi hasil penelitian. Demikian pula dengan penelitian ini, faktor itu adalah :

### **1. Faktor kesungguhan hati**

Kesungguhan hati dari setiap sampel tidak sama, sehingga dapat mempengaruhi hasil penelitian. Untuk menghindari hal ini, peneliti berusaha memberikan motivasi kepada sampel agar melaksanakan latihan dan tes secara bersungguh-sungguh. Selain itu juga mengontrol dan mengawasi dalam latihan, sehingga seluruh latihan dapat dilaksanakan dengan baik.

### **2. Faktor alat**

Alat yang digunakan dalam penelitian ini diusahakan selengkap mungkin dan dipersiapkan sebelum kegiatan dimulai. Hal ini adalah untuk menunjang kelancaran jalannya penelitian.

### **3. Faktor kemampuan sampel**

Masing-masing sampel mempunyai daya tangkap yang berbeda-beda didalam menangkap penjelasan dan demonstrasi, sehingga kemungkinan kesalahan dalam latihan masih ada. Untuk itu selalu diadakan koreksi secara langsung bagi sampel yang melakukan kesalahan dan koreksi secara klasikal setelah anak menyelesaikan kegiatan secara keseluruhan.

### **4. Faktor cuaca**

Cuaca sangat berpengaruh dalam pelaksanaan latihan, karena latihan dilakukan di luar gedung sehingga apabila terjadi hujan terpaksa latihan dihentikan.

### **5. Faktor kebosanan**

Faktor ini sangat berpengaruh dalam penelitian ini, karena dari hari kehari hanya melakukan latihan pukulan *drive* saja, jelas ini menimbulkan

kebosanan. Untuk mengatasi hal tersebut maka diberikan variasi latihan yaitu diberikan teknik bermain tenis dan setelah itu sampel bermain tenis.

### 3.9 Analisis Data

Analisis data merupakan langkah yang penting dalam penelitian karena merupakan upaya dalam mencari dan menata data-data hasil penelitian secara sistematis. Dengan analisis data maka dapat ditarik kesimpulan dari penelitian yang sudah dilaksanakan. Analisis yang digunakan untuk mengolah data yang sudah diperoleh adalah sebagai berikut :

#### 1. Analisis Data *Pre Test*

Data hasil *Pre Test* yang sudah diperoleh diuji Homogenitas menggunakan uji *Levene Statistik* dengan bantuan SPSS 16 untuk memastikan bahwa sampel yang sudah terbagi ke dalam kelompok eksperimen dan kelompok kontrol berangkat dari kemampuan awal yang sama dalam melakukan *drive*.

Adapun Hipotesis Statistik yang diajukan adalah sebagai berikut :

Ho : Data Homogen

Ha : Data Tidak Homogen

Kriteria pengujian adalah :

Ho diterima Jika Nilai Signifikansi  $>$  Alfa 5% atau 0,05

Ho ditolak Jika Nilai Signifikansi  $<$  Alfa 5% atau 0,05

#### 2. Analisis Hipotesis Penelitian

Data hasil *Post Test* yang diperoleh akan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Analisis yang digunakan untuk menguji hipotesis penelitian



adalah menggunakan Uji beda atau Uji t dengan rumus pendek ( *short method* ) menggunakan taraf signifikan 5% dengan db N-1 sebagai berikut :

$$t = \frac{Mk - Me}{\sqrt{\frac{\sum d^2}{N(N-1)}}}$$

Keterangan:

Mk dan Me : Masing-masing adalah mean dari kelompok kontrol dan kelompok eksperimen

$\sum d^2$  : Jumlah deviasi dari mean perbedaan

N : Jumlah Subyek

Hipotesis Statistik yang diajukan adalah Hipotesis alternatif 1 menyatakan bahwa terdapat perbedaan kemampuan dalam melakukan *drive* antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross - court Pairs* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011. Adapun Hipotesis alternatif 2 menyatakan bahwa latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* lebih baik daripada *Cross - Court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo Tahun 2011.

Kriteria pengujian kedua hipotesis diatas dengan taraf signifikansi 5 % adalah :

Ha 1 diterima jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$

Ha 2 diterima jika nilai  $Me > Mk$

Desain yang digunakan untuk membantu perhitungan uji t adalah dengan menggunakan “*Matched Subject Design*” atau pola M - S, dengan pengertian : *Matched Subject Design* yaitu eksperimen yang menggunakan dua kelompok sampel yang sudah disamakan subjek demi subjek sebelum perlakuan

dilaksanakan. Yang disamakan adalah salah satu variabel atau lebih yang telah diketahui pengaruh terhadap hasil eksperimen yaitu variabel diluar atau faktor yang dieksperimenkan. (Sutrisno, 2004: 227).

Untuk membagi kelompok eksperimen dan kontro tersebut denganl cara *subject matching ordinal pairing* yaitu subjek yang hasilnya sama atau hampir sama pada test awal kemudian dipasangkan dengan rumus A-B-B-A, maka terbentuk dua kelompok yang mempunyai tingkat kemampuan seimbang. Hal ini dapat dilihat dari mean kedua kelompok tersebut yang sama atau hampir sama.

Adapun untuk perhitungan pola M – S dapat dibantu dengan menggunakan tabel 1 seperti di bawah ini :

Tabel 1  
Persiapan Perhitungan Statistik Dengan Pola M-S

No	Paasangan Subyek (K-E)	K	E	B	B	b <sup>2</sup>
				(K-E)	(B-MB)	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1						
2						
		$\sum K$	$\sum E$	$\sum B$	$\sum b = 0$	$\sum b^2$

( Sumber: Sutrisno Hadi, 2004: 228 )

Keterangan:

Kolom 1: Nomor urut Pasangan

Kolom 2: Pasangan subyek yang telah dipasangkan

Kolom 3: Nilai dari kelompok Kontrol

Kolom 4: Nilai dari kelompok Eksperimen

Kolom 5: Perbedaan dari masing-masing kelompok yang diperoleh dari selisih Kontrol-Eksperimen

Kolom 6: Deviasi perbedaan yang diperoleh dari selisih B-Mb

Kolom 7: Kuadrat dari deviasi perbedaan

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

##### 4.1.1. Hasil Analisis Data *Pre Test*

Berdasarkan Uji Homogenitas atas data hasil *Pre Test* menggunakan Uji *Levene Statistik* diperoleh hasil sebagai berikut :

Tabel 2  
Hasil Uji Homogenitas *Pre Test*

Test of Homogeneity of Variances			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.205	1	14	.658

( Sumber : Data Penelitian yang Diolah ( Lampiran )

Tabel 2 menunjukkan nilai signifikansi 0,658. Nilai Signifikansi  $0,658 > 0,05$  sehingga  $H_0$  diterima yaitu Data Homogen, artinya bahwa sampel yang sudah dibagi ke dalam dua kelompok yaitu kelompok yang akan diberikan metode latihan *Highest Rally* dan kelompok yang akan menggunakan metode latihan *Cross – Court Pairs* memiliki kemampuan awal yang sama. Sehingga kedua kelompok memungkinkan untuk diberikan dua perlakuan yang berbeda untuk diperbandingkan hasil akhirnya.

#### 4.1.2. Hasil Analisis Uji Hipotesis Penelitian

##### 4.1.2.1 Ada Perbedaan Kemampuan Dalam Melakukan *Drive* Antara Latihan *Drive* Dengan Menggunakan Metode *Highest Rally* Dengan Metode Latihan *Cross – Court Pairs*.

Berdasarkan hasil perhitungan uji beda atau uji t menggunakan rumus pendek ( *short methods*) dengan taraf signifikansi 5% dengan (db) 7 diperoleh nilai  $t_{hitung}$  sebesar 2,7024. Nilai ini menunjukkan angka yang lebih besar dari nilai  $t_{tabel}$  yaitu 2,365.

Tabel 3  
Perbedaan Nilai  $t_{hitung}$  dan  $t_{tabel}$

$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	Keterangan
2,7024	2,365	Signifikan

(Sumber : Data Penelitian Yang Diolah) ( Lampiran 11 )

Berdasarkan hasil tersebut, maka  $H_a$  1 diterima yang artinya bahwa terdapat perbedaan kemampuan dalam melakukan *drive* antara latihan *drive* dengan metode *Highest Rally* dengan *Cross Court Pairs* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo 2011.

##### 4.1.2.2 Latihan *Drive* Dengan Menggunakan Metode *Highest Rally* Lebih Baik Daripada *Cross - Court Pairs* Terhadap Kemampuan Melakukan *Drive*.

Hasil dari uji perbedaan nilai rata – rata *Post Test* antara kelompok yang mendapatkan latihan menggunakan metode *highest rally* dengan kelompok yang menggunakan metode *cross court pairs* ditunjukkan oleh tabel 4 berikut :

Tabel 4

Perbedaan Nilai Mean Eksperimen dan Mean Kontrol

Kelompok Eksperimen	Kelompok Kontrol	Keterangan
40,75	34,25	Me > Mk

(Sumber : Data Penelitian yang di olah) Lampiran 11

Berdasarkan hasil uji beda mean yang diperoleh dari kedua kelompok seperti ditunjukkan pada tabel 4 diatas, diketahui bahwa mean pada kelompok eksperimen lebih besar daripada kelompok kontrol atau  $40,75 > 34,25$  sehingga  $H_0$  2 diterima, yang artinya bahwa metode *Highest Rally* lebih baik daripada *Cross Court Pairs* terhadap kemampuan dalam melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo 2011.

## 4.2 Pembahasan

Hasil analisis data menggunakan uji t dengan metode rumus pendek (*Short Method*) diperoleh hasil bahwa terdapat perbedaan kemampuan melakukan *drive* antara metode *Highest Rally* dengan metode *Cross-Court Pairs*. Berdasarkan perbedaan nilai rata – rata atau *mean* hasil tes akhir antara metode *Highest Rally* dengan metode *Cross-Court Pairs* menunjukkan bahwa metode *Highest Rally* memperoleh rata – rata yang lebih tinggi dibandingkan dengan metode *Cross-Court Pairs* yaitu 40,75 dibandingkan dengan 34,25. Hal ini berarti bahwa metode *Highest Rally* lebih baik dibandingkan dengan metode *Cross-Court Pairs* dalam meningkatkan kemampuan melakukan *drive* dalam permainan tenis.

Jadi dalam latihan *drive* khususnya petenis putra Klub Rajawali Purworejo 2011, lebih baik menggunakan metode *Highest Rally*.

Perbedaan nilai rata – rata yang terjadi antara kelompok yang diajarkan dengan metode *highest rally* dengan metode *cross - court pairs* karena terdapat perbedaan yang menonjol antara keduanya dalam proses latihan. Metode *Highest Rally* lebih memberikan kemudahan bagi pemain dalam melakukan *drive*. Pemain melakukan *drive* dengan posisi lurus sehingga lebih fokus dan mempermudah dalam mengarahkan bola. Selain itu posisi tersebut juga membuat pemain lebih cepat memukul bola tepat pada sasaran. Pada kelompok dengan metode latihan *Cross - Court Pairs*, pemain kesulitan dalam mengarahkan bola pada posisi menyilang. Selain itu banyak pemain yang menjadi kurang fokus dengan adanya laju bola yang berlawanan arah.

Pada proses pelaksanaan penelitian terjadi beberapa hal sehingga bisa mempengaruhi pelaksanaan dan hasil penelitian, yaitu faktor kesungguhan dan kehadiran sampel dalam latihan. Namun hal tersebut dapat diatasi oleh peneliti, dengan adanya koordinasi yang baik antara pelatih, sampel, orang tua sampel dan peneliti dalam memberikan pengertian dan motivasi pada anak coba agar bersungguh-sungguh dalam melakukan latihan. Semua masalah yang mempengaruhi jalannya penelitian tersebut dapat diatasi oleh peneliti sehingga untuk pelaksanaan penelitian dapat berjalan dengan lancar dan memberikan hasil sesuai dengan dugaan awal peneliti.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Simpulan**

Berdasarkan hasil pembahasan diatas, maka simpulan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ada perbedaan yang berarti antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross-Court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011.
2. Latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* memberikan hasil yang lebih baik daripada *Cross-Court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan simpulan diatas, maka peneliti memberikan saran-saran sebagai berikut:

1. Kepada pelatih Klub Rajawali Purworejo untuk memperoleh hasil yang lebih baik dalam memberikan latihan *drive* dapat menggunakan metode *Highest Rally*.
2. Bagi mahasiswa lain yang tertarik melakukan penelitian sejenis dapat membandingkan hasil penelitian ini dengan metode yang lain agar diperoleh informasi yang semakin akurat terkait suatu metode yang tepat dalam meningkatkan kemampuan *drive*.

## DAFTAR PUSTAKA

- Applewhaite, Charles. 1988. *Tennis Practices ITF*. Canada
- Barron's. 2000. *Tennis Course Technique and Tactic Vol 1*. Hongkong : Barron's Educational Series, Inc.
- Bompa, O. Tudor. 1994. *Power Training Sport : Plyometric for Maximum*
- Bosco and Gustafon. 1983. *Measurement and Evaluation in Physical Education, Fitness, and Sports*. United States of America.
- Brown, Jim. 2001. *Tenis Tingkat Pemula*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Collins, D. Ray dan Huges, Patrick B. 1978. *AA.Comprehensive Guide to Sports Skill Test dan Measurement*. Charles Thomas Publisher.
- Depdiknas. 2002. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- FIK. 2002. *Pedoman Penyusunan Skripsi Mahasiswa Program Strata 1*. Semarang : FIK Press.
- Handono Murti. 2001. *Tenis Sebagai Profesi dan Prestasi*. Jakarta : Tyas Biratno Pallal.
- Katili A.A. 1948. *Olahraga Tenis*. Jakarta : Bumi Restu Offset.
- Lardner, Rex. 1992. *Teknik Dasar Tenis Strategi dan Taktik yang Akurat*. Semarang : Dahara Prize.
- Magheti, Bey. 1990. *Tenis Para Bintang*. Bandung : CV Pioner Jaya.
- Mantono, Tri. 2010. *Perbedaan Latihan Drive dengan Menggunakan Metode Highest Rally dan Zig-Zag Rally terhadap Kemampuan Melakukan Drive pada Petenis Putra Klub Diklat Tenis Pandanaran Semarang Tahun 2010* : Semarang.
- M. Sajoto 1995. *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Semarang : Dahara Prize.
- Scharff, Robert. 1981. *Bimbingan Main Tenis Cepat dan Mudah*. Jakarta : Mutiara.
- Suharsimi Arikunto. 1996. *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Sutrisno Hadi. 2004. *Statistik*. Yogyakarta : Yayasan Penerbit Fakultas Psikologi UGM.
- Tim Penyusun. 1990. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.



*Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005*. 2006. Jakarta: Sinar Grafika

Yudoprasetyo, B. 1981. *Belajar Tennis Jilid 2*. Jakarta : Bhatara Karya Aksara.

[www.tennis.com/articles/articlefiles/](http://www.tennis.com/articles/articlefiles/)

(Tanggal, 4 Juni 2011).





**Lampiran 5****Daftar Nama dan Umur Sampel Penelitian Petenis Putra  
Klub Rajawali Purworejo  
Tahun 2011**

NO	NAMA	USIA
1	Wahyu	15 Tahun
2	Peter	12 Tahun
3	Hanafi	12 Tahun
4	Ian	12 Tahun
5	Aji	14 Tahun
6	Rio	13 Tahun
7	Ivan	13 Tahun
8	Arif	13 Tahun
9	Hasan	14 Tahun
10	Ardian	15 Tahun
11	Fauzi	14 Tahun
12	Satrio	12 Tahun
13	Frangki	13 Tahun
14	Angga	15 Tahun
15	Jonathan	12 Tahun
16	Dava	13 Tahun

## Lampiran 6

**Data Hasil Tes Awal *Forehand Drive* Petenis Putra  
Klub Rajawali Purworejo  
Tahun 2011**

No	Nama	<i>Forehand Drive</i>										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1.	Wahyu	2	2	3	0	5	4	0	5	0	3	24
2.	Peter	4	3	0	3	5	3	3	0	4	5	30
3.	Hanafi	2	4	0	4	4	0	5	0	3	2	24
4.	Ian	2	3	3	4	0	0	3	0	4	0	21
5.	Aji	3	0	3	3	5	4	0	5	0	5	28
6.	Rio	0	3	4	3	0	2	5	2	2	3	24
7.	Ivan	3	0	3	0	5	3	0	2	3	5	27
8.	Arif	2	4	0	3	2	3	2	3	2	0	21
9.	Hasan	3	2	3	0	2	3	2	0	4	5	24
10.	Ardian	0	3	2	0	3	5	0	3	3	3	22
11.	Fauzi	3	0	2	3	5	0	5	0	3	4	25
12.	Satrio	2	0	3	2	2	2	3	5	2	3	24
13.	Frangki	2	4	3	2	4	3	5	0	5	3	29
14.	Angga	3	2	4	2	1	3	2	5	2	2	26
15.	Jonathan	2	4	0	4	4	0	5	0	3	2	24
16.	Dava	3	0	3	0	5	3	0	2	3	5	27

## Lampiran 7

**Data Hasil Tes Awal *Backhand Drive* Petenis Putra  
Klub Rajawali Purworejo  
Tahun 2011**

No	Nama	<i>Backhand Drive</i>										Jumlah
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	
1	Wahyu	3	2	2	2	3	2	0	4	4	3	26
2	Peter	2	2	1	2	1	2	0	3	2	2	17
3	Hanafi	3	4	2	3	0	0	1	2	1	0	15
4	Ian	0	2	4	3	1	4	1	0	2	1	18
5	Aji	0	3	3	1	2	1	0	1	3	4	18
6	Rio	1	1	2	2	4	0	0	0	1	1	12
7	Ivan	3	2	1	0	0	3	3	0	0	1	13
8	Arif	3	0	0	3	1	2	0	1	1	0	14
9	Hasan	1	2	2	2	0	1	2	2	3	2	17
10	Ardian	2	1	3	3	0	3	0	1	1	0	14
11	Fauzi	3	0	1	1	0	3	1	1	1	1	12
12	Satrio	3	2	2	1	1	0	3	3	0	0	15
13	Frangki	4	0	4	2	2	0	3	3	3	0	21
14	Angga	2	1	1	3	0	0	3	1	1	2	14
15	Jonathan	2	2	2	0	1	1	2	2	1	0	15
16	Dava	0	0	3	4	2	1	4	3	3	1	21

**Lampiran 8****Rekapitulasi Hasil Tes Awal ( *Pre Test* ) Petenis Putra  
Klub Rajawali Purworejo  
Tahun 2011**

No	Nama	Skor Total
1	Wahyu	25
2	Peter	23,5
3	Hanafi	19
4	Ian	19,5
5	Aji	23
6	Rio	18
7	Ivan	20
8	Arif	17,5
9	Hasan	20,5
10	Ardian	18
11	Fauzi	18,5
12	Satrio	19,5
13	Frangki	25
14	Angga	20
15	Jonathan	19,5
16	Dava	24

## Lampiran 9

Ranking Hasil Tes Awal ( *Pre Test* )

No Test	Nama	Skor Total	Ranking	Rumus Pasangan
1	Wahyu	25	1	A
13	Frangki	25	2	B
16	Dava	24	3	B
2	Peter	23,5	4	A
5	Aji	23	5	A
9	Hasan	20,5	6	B
7	Ivan	20	7	B
14	Angga	20	8	A
3	Hanafi	19,5	9	A
4	Ian	19,5	10	B
12	Satrio	19,5	11	B
15	Jonathan	19,5	12	A
11	Fauzi	18,5	13	A
6	Rio	18	14	B
10	Ardian	18	15	B
8	Arif	17,5	16	A

## Lampiran 10

### Data Hasil Pembagian Kelompok Eksperimen dan Kontrol

#### Kelompok Eksperimen

No Test	Nama	Skor Total	Ranking	Rumus Pasangan
1	Wahyu	25	1	A
2	Peter	23,5	4	A
5	Aji	23	5	A
14	Angga	20	8	A
3	Hanafi	19,5	9	A
15	Jonathan	19,5	12	A
11	Fauzi	18,5	13	A
8	Arif	17,5	16	A

#### Kelompok Kontrol

No Test	Nama	Skor Total	Ranking	Rumus Pasangan
13	Frangki	25	2	B
16	Dava	24	3	B
9	Hasan	20,5	6	B
7	Ivan	20	7	B
4	Ian	19,5	10	B
12	Satrio	19,5	11	B
6	Rio	18	14	B
10	Ardian	18	15	B



## Lampiran 11

**Hasil Uji Homogenitas Data Pre Test  
Kelas Eksperimen dan Kelas Kontrol**

Descriptives								
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
Eksperimen	8	20.50	2.828	1.000	18.14	22.86	17	25
Kontrol	8	20.38	2.669	.944	18.14	22.61	18	25
Total	16	20.44	2.658	.664	19.02	21.85	17	25

Test of Homogeneity of Variances			
Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.205	1	14	<b>.658</b>

ANOVA					
Nilai	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	.062	1	.062	.008	.929
Within Groups	105.875	14	7.562		
Total	105.938	15			

## Lampiran 12

Data Perhitungan Statistik Hasil Tes Awal ( *Pre Test* ) Dengan Pola M-S

No	Pasangan Subyek (K-E)	K	E	B	b	b <sup>2</sup>
				(K-E)	(B-MB)	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1	Frangki ↔ Wahyu	25	25	0	0,25	0,0625
2	Dava ↔ Peter	24	23,5	0,5	0,75	0,5625
3	Hasan ↔ Aji	20,5	23	-2,5	-2,25	5,0625
4	Ivan ↔ Angga	20	20	0	0,25	0,0625
5	Ian ↔ Hanafi	19,5	19,5	0	0,25	0,0625
6	Satrio ↔ Jonathan	19,5	19,5	0	0,25	0,0625
7	Rio ↔ Fauzi	18	18,5	-0,5	-0,25	0,0625
8	Ardian ↔ Arif	18	17,5	0,5	0,75	0,5625
Jumlah		164,5	166,5	-2	0	6,5
Mean		20,6	20,8			

$$\begin{aligned}
 MB &= \frac{\sum B}{N} = \frac{-2}{8} = -0,25 \\
 t &= \frac{M_k - M_e}{\sqrt{\frac{\sum b^2}{N(N-1)}}} \\
 &= \frac{20,56 - 20,81}{\sqrt{\frac{6,5}{8(8-1)}}} = \frac{-0,25}{\sqrt{\frac{6,5}{56}}} \\
 &= \frac{-0,25}{\sqrt{0,1160}} = \frac{-0,25}{0,3406} \\
 &= -0,733 = 0,733
 \end{aligned}$$

Dari hasil perhitungan di atas diketahui  $t_{hitung} = 0,733$  sedangkan  $t_{tabel} = 2,365$ , berarti  $t_{hitung} < t_{tabel}$  atau  $0,733 < 2,365$  dengan demikian dikatakan bahwa kelompok *sample* tidak terdapat perbedaan, berarti mempunyai tingkat kemampuan sama sebelum *treatment* dilaksanakan.

Lampiran 13

**HASIL TES AKHIR ( POST TEST ) FOREHAND DAN BACKHAND DRIVE  
KELOMPOK EKSPERIMEN ( HIGHEST RALLY )**

No	Nama	Tes Forehand Drive										Jml	Tes Backhand Drive										Jml	Skor Total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Wahyu	3	3	4	3	4	3	3	5	0	2	28	3	2	2	1	3	3	3	2	3	4	22	50
2	Peter	2	3	3	3	1	3	2	3	2	3	22	0	2	2	2	3	4	2	3	0	4	18	40
3	Aji	2	3	2	5	2	3	4	2	5	4	28	0	2	4	3	3	3	3	0	1	3	19	47
4	Angga	4	1	3	0	5	2	0	5	2	3	22	1	1	1	0	3	2	3	2	2	2	15	37
5	Hanafi	3	0	3	5	4	2	3	0	4	4	24	3	1	2	1	2	0	2	5	3	1	19	43
6	Jonathan	2	3	3	2	2	3	3	1	3	4	22	0	2	1	2	3	1	2	2	3	2	16	38
7	Fauzi	3	2	3	3	0	2	2	3	5	3	23	0	1	3	3	0	2	2	0	2	3	13	36
8	Arif	2	3	0	1	2	3	3	4	2	0	20	3	1	4	1	2	0	2	1	1	2	15	35
											<b>189</b>											<b>137</b>	<b>326</b>	

Lampiran 14

**HASIL TES AKHIR (POST TEST) FOREHAND DAN BACKHAND DRIVE  
KELOMPOK KONTROL ( CROSS - COURT PAIRS )**

No	Nama	Tes Forehand Drive										Jml	Tes Backhand Drive										Jml	Skor total
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Frangki	4	2	3	3	3	0	0	2	3	4	20	2	4	0	0	2	3	3	3	0	3	17	37
2	Dava	1	0	4	3	5	3	5	1	5	1	27	1	3	2	3	3	1	1	0	4	2	18	45
3	Hasan	0	2	2	2	5	3	0	3	1	1	18	2	1	3	4	2	1	0	1	2	4	16	34
4	Ivan	3	0	0	5	1	3	3	4	3	2	22	0	1	2	0	2	3	2	2	1	2	13	35
5	Ian	2	1	3	2	2	2	3	1	0	2	16	1	1	0	5	1	3	0	2	0	3	13	29
6	Satrio	3	1	1	2	3	3	2	3	1	3	19	1	2	0	1	3	2	2	0	1	3	12	31
7	Rio	2	2	2	2	3	2	2	1	0	2	16	3	1	3	1	1	0	1	2	1	1	13	29
8	Ardian	0	0	3	2	4	2	3	3	4	1	21	0	3	2	1	2	1	1	0	3	0	13	34
												<b>159</b>											<b>115</b>	<b>274</b>

**Lampiran 15**

**REKAPITULASI HASIL *POST TEST* KEMAMPUAN *DRIVE*  
KELOMPOK EKSPERIMEN DAN KELOMPOK KONTROL**

**Kelompok Eksperimen  
Kelompok Kontrol**

No	Nama	Skor Total	No	Nama	Skor Total
1	Wahyu	50	1	Frangki	37
2	Peter	40	2	Dava	45
3	Aji	47	3	Hasan	34
4	Angga	37	4	Ivan	35
5	Hanafi	43	5	Ian	29
6	Jonathan	38	6	Satrio	31
7	Fauzi	36	7	Rio	29
8	Arif	35	8	Ardian	34
		<b>326</b>			<b>274</b>

## Lampiran 16

### Data Perhitungan Statistik Hasil Tes Akhir ( *Post Test* ) Dengan Pola M-S

No	Paasangan Subyek (K-E)	K	E	B	b	b <sup>2</sup>
				(K-E)	(B-MB)	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)
1	Frangki ↔ Wahyu	37	50	-13	-6,5	42,25
2	Dava ↔ Peter	45	40	5	11,5	132,25
3	Hasan ↔ Aji	34	47	-13	-6,5	42,25
4	Ivan ↔ Angga	35	37	-2	4,5	20,25
5	Ian ↔ Hanafi	29	43	-14	-7,5	56,25
6	Satrio ↔ Jonathan	31	38	-7	-0,5	0,25
7	Rio ↔ Fauzi	29	36	-7	-0,5	0,25
8	Ardian ↔ Arif	34	35	-1	5,5	30,25
Jumlah		274	326	-52	0	324
Mean		34,25	40,75			

$$MB = \frac{-52}{8} = -6,5$$

$$t = \frac{Mk - Me}{\sqrt{\frac{\sum b^2}{N(N-1)}}}$$

$$= \frac{34,25 - 40,75}{\sqrt{\frac{324}{8(8-1)}}}$$

$$= \frac{-6,5}{\sqrt{\frac{324}{56}}}$$

$$= \frac{-6,5}{\sqrt{5,785}}$$

$$= \frac{-6,5}{2,4052}$$

$$= -2,7024 = 2,7024$$

Dari hasil perhitungan di atas diketahui  $t_{hitung} = 2,7024$  sedangkan  $t_{tabel} =$  dengan d.b 7 signifikansi 5% = 2,365, berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau  $2,7024 > 2,365$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan antara latihan *drive* dengan menggunakan metode *Highest Rally* dan *Cross -court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011.



## Lampiran 18

### Perhitungan Uji Perbedaan Mean

Guna mengetahui mana yang lebih baik antara latihan *drive* metode *highest rally* dengan *Cross – Court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011 maka dilakukan uji perbeaan *Mean*, yaitu:

$$\begin{aligned}M_k &= \frac{\sum k}{n} \\ &= \frac{274}{8} \\ &= 34,25\end{aligned}$$

$$\begin{aligned}M_e &= \frac{\sum e}{n} \\ &= \frac{326}{8} \\ &= 40,75\end{aligned}$$

Berdasarkan perhitungan diatas dan diperoleh  $M_e = 40,75$  dan  $M_k = 34,25$  berarti  $M_e > M_k$  atau  $40,75 > 34,25$ . Melihat uji perbedaan *mean* diatas, maka dengan demikian latihan *drive* dengan *highest rally* lebih baik dari pada latihan *drive* dengan *Cross –court Pairs* terhadap kemampuan melakukan *drive* pada petenis putra Klub Rajawali Purworejo tahun 2011.



## Lampiran 19

### PETUNJUK PELAKSANAAN TES *DRIVE*

Setelah mendapatkan penjelasan, sampel menempatkan diri di tengah garis baseline. Pengumpan berdiri sisi lapangan sebelah, diantara perpotongan garis *servis* dan *center line*. Banyaknya bola yang harus dipukul tiap subyek adalah 26 kali, yaitu 13 kali untuk tes *forehand drive* dan 13 kali untuk *backhand drive*. 3 bola sebagai percobaan dan 10 bola sebagai tes untuk tes *forehand drive* dan untuk tes *backhand drive* juga dilakukan demikian.

#### 1. Cara penilaian

- a. Anak coba dipanggil satu persatu menurut daftar nomor yang telah disusun.
- b. Setelah pencatat skor, pengumpan dan pengawas sasaran siap, maka sampel menempatkan diri diseberang net di tengah baseline untuk memulai melakukan pukulan *drive* yang terdiri dari tes *forehand* dan *backhand drive*.
- c. Anak harus memukul bola di bawah net, untuk mendapatkan angka maksimal
- d. Apabila umpan menyangkut di net, bola umpan jatuh atau mengarah kearah lebar dari arah sasaran (*forehand drive* dan *backhand drive*) maka umpan bola diulang lagi.
- e. Setiap kesalahan melakukan *forehand drive* maupun *backhand drive* sesuai dengan peraturan nilainya adalah 0 atau bila bola keluar lapangan tunggal dan bola jatuh dilapangan sendiri, sedangkan bola yang masuk mendapatkan nilai sesuai yang sudah tertera dilapangan. Bola yang masuk namun melewati tali mendapat nilai setengah dari nilai yang di dapat.
- f. Skor akhir adalah jumlah *point* yang diperoleh dari 10 kali pukulan *forehand drive* dan 10 kali dari hasil pukulan *backhand drive*.

2. Alat dan Perlengkapan

1. 1 (satu) lapangan tenis
2. Bola baru sebanyak 30 buah
3. 2 ( dua ) buah tiang setinggi 2,20 m dan tali sepanjang 15 m
4. Meteran dan lakban untuk mengukur dan batas skor sasaran
5. Keranjang bola 1 buah tempat mengumpulkan bola
6. Alat tulis dan form pencatat hasil



## Lampiran 21

### Daftar Nama Dosen Pembimbing Dan Petugas Lapangan

No	NAMA	JABATAN
1.	Soedjatmiko, S.Pd, M.Pd	Dosen pembimbing I
2.	Drs. Hermawan, M.Pd	Dosen pembimbing II
3.	Saefudin Husni	Peneliti
4.	M. Abdul Rozzak	Perlengkapan
5.	M. Masrur Ridlo	Pencatat hasil tes
6.	M. Asrul Sidik	Pembantu umum & dokumentasi

PERPUSTAKAAN  
UNNES

Lampiran 22

Dokumentasi Penelitian



Gambar Pemberian Pengarahan Kepada *Testee* Sebelum *Pre Test*



Gambar Pelaksanaan Tes *Forehand Drive*



**Gambar Pelaksanaan Tes *Backhand Drive***

