

## Tingkat keterampilan pukulan *Forehand Groundstroke* tenis lapangan Mahasiswa FIK UNM

M. Sahib Saleh<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar

**Abstract.** This study aims to find out empirically the level of forehand groundstroke skills in field tennis students at UNM FIK. The design of this study is a descriptive study. The population of this study were all students of FIK UNM and a sample of 28 male students. The method in this study uses survey methods and data collection techniques using tests and measurements. The instrument in this study used the Dyer tennis test that was relevant. With instrument validity between 0.85 and instrument reliability is 0.90. The data analysis technique of this study uses quantitative descriptive statistical analysis as outlined in the form of a percentage. The results of this study indicate that; detailed forehand groundstroke skill level of FIK UNM students from all 28 FIK UNM students, as follows: 3 students (10.7%) very low category; 4 students (14.3%) are in the low category; 11 students (39.3%) were in the medium category; 9 students (32.1%) were in the high category; and 1 student (3.6%) is in the very high category. Thus it can be concluded that the forehand groundstroke skill level is in the medium category.

**Keywords:** skill level, forehand groundstroke, dyer tennis test

### 1. PENDAHULUAN

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 melewati atas net dan jatuh ke dalam area lawan. Olahraga tenis lapangan banyak dimainkan dengan tujuan prestasi, tetapi banyak juga dimainkan untuk tujuan rekreasi karena olahraga ini menyenangkan ketika dimainkan dan untuk menghilangkan rasa kejenuhan.

FIK UNM merupakan lembaga pendidikan olahraga yang memberikan pengetahuan, sikap dan keterampilan kepada mahasiswa. Pengembangan dan pembinaan olahraga pendidikan dilaksanakannya melalui proses pembelajaran yang dilakukan oleh Dosen olahraga yang berkualifikasi dan memiliki sertifikat kompetensi serta didukung prasarana dan sarana olahraga yang memadai.

Dalam olahraga tenis lapangan mempunyai beberapa teknik pukulan dasar yang dapat dipelajari dan perlu dikuasai. Teknik pukulan dasar tersebut diantaranya adalah *serve*, *groundstroke*, *smash*, dan *volley*. Dari beberapa teknik dasar tersebut harus dikuasai dengan baik karena dalam permainan akan ada saat bola harus dipukul menggunakan teknik-teknik tersebut. Tetapi dalam permainan tenis lapangan teknik yang lebih banyak digunakan saat permainan adalah teknik *groundstroke*. *Groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul di lapangan, *groundstroke* dapat dipukul dari sisi *forehand* dan *backhand*. *Forehand* dan *backhand*

*groundstroke* sama-sama penting dalam permainan tenis lapangan, karena pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* dapat mempertahankan bola dari lawan dan dapat mematikan bola dari lawan. Ketika bermain tenis lapangan teknik *groundstroke* dominan digunakan untuk mempertahankan dan menyerang lawan. Dengan demikian *groundstroke* sangat perlu dipelajari dan dikembangkan oleh pemain yang pemula maupun yang sudah handal dalam bermain tenis. Karena *groundstroke* adalah teknik pukulan yang dominan digunakan ketika bermain tenis lapangan.

Hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti, perlu diadakan tes dan pengukuran pukulan *forehand groundstroke* untuk dapat mengetahui tingkat keterampilan mahasiswa FIK UNM. Dalam uraian di atas menggambarkan bahwa tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke* sebagai teknik dasar yang dominan digunakan dalam permainan tenis lapangan.

#### A. Hakekat Bermain Tenis Lapangan

Menurut Lardner (1987), tujuan utama dalam tenis adalah memukul bola ke dalam petak lawan dengan sedemikian rupa, sehingga lawan tidak dapat menyentuhnya sama sekali. Tenis lapangan mempunyai alat untuk memainkannya, yaitu ada benda yang dipukul dan ada alat untuk memukul. Menurut Arma Abdoellah (1981), tenis merupakan salah satu macam olahraga yang mempergunakan bola kecil dan setiap pemainnya memakai raket sebagai alat pemukul bola. Menurut Sukadiyanto (2002), prinsip dasar dalam bermain tenis

adalah memukul bola melewati atas net dan masuk ke dalam lapangan permainan lawan.

Pemain tenis harus mampu menguasai teknik-teknik pukulan dasar bermain tenis, supaya hasil bola yang dipukul dapat akurat sehingga sulit dikembalikan lawan. Menurut Sukadiyanto (2002), untuk mempersulit lawan dalam memukul bola, ada beberapa teknik dasar, yaitu (a) *groundstrokes* terdiri dari *forehand* dan *backhand*, (b) voli juga terdiri dari *forehand* dan *backhand*, (c) servis, (d) *lob* dan *smash*. Namun demikian dalam permainan tenis masih ada beberapa teknik lain yang merupakan pengembangan atau kombinasi dari teknik-teknik dasar tersebut. Dari semua itu harus bisa dikuasai, karena dalam suatu permainan pukulan-pukulan tersebut akan digunakan dan bermanfaat dalam setiap pertandingan dan harus dilatih secara berulang-ulang.

### B. Hakekat Groundstroke

Menurut Brown (1999), *groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. Melakukan pukulan harus dilakukan dengan sebaik mungkin agar pukulan yang dihasilkan akurat. Pada dasarnya pukulan *groundstroke* ada dua macam yaitu: *forehand* dan *backhand groundstroke*. Dalam melakukan *forehand* maupun *backhand groundstroke*, koordinasi mata, lengan dan kaki merupakan faktor pendukung dalam melakukan pukulan yang benar. Pola tata gerak kaki (*footwork*) juga mempunyai peranan yang dominan pada saat melakukan pukulan. Tingkat koordinasi berkaitan dengan kecakapan seseorang untuk bergerak pada tingkat kesulitan yang berbeda-beda dengan cepat, tepat dan efisien sesuai dengan tujuan gerak yang diinginkan.

Pukulan *groundstroke* dikatakan lebih akurat ketika bola yang dipukul sampai pada *baseline* lawan, bola akan lebih sulit diterima oleh lawan. Untuk memenangkan sebuah pertandingan tenis, memang tidak hanya ditentukan oleh penguasaan dalam teknik *groundstroke*, namun didukung pula oleh penguasaan yang lain baik teknik pukulan yang lain seperti: *service*, *volley*, dan *smash*, tetapi penguasaan yang baik (*groundstroke*) dapat memberikan poin yang besar dalam memenangkan pertandingan.

Dapat disimpulkan bahwa *groundstroke* adalah teknik dasar pukulan yang penting dalam permainan tenis lapangan, karena dalam bermain tenis *groundstroke* dominan digunakan untuk mendapatkan poin dan bisa dikatakan sebagai kunci pemain dalam memenangkan permainan. *Groundstroke* adalah pukulan yang dipukul setelah bola memantul dari lapangan. Teknik pukulan *groundstroke* dapat dilakukan dari *forehand* dan *backhand*. *Forehand* dan *backhand groundstroke* sama-sama mempunyai kelebihan untuk menyerang ke area

lawan dan dapat mempertahankan bola dalam serangan lawan.

### C. Hakekat Forehand Groundstroke

Pukulan yang dilakukan pada samping kanan disebut *forehand*. Dalam permainan tenis, pukulan *forehand groundstroke* merupakan pukulan yang sering digunakan dalam permainan, pukulan *forehand* lebih mudah dipelajari dari pada pukulan *backhand*. Pukulan *forehand groundstroke* dilakukan setelah bola memantul ke tanah/lantai kemudian dipukul dari sisi kanan bagi yang tidak kidal, dan dari sisi kiri bagi yang kidal. Pukulan *forehand groundstroke* juga merupakan salah satu jenis pukulan yang paling banyak dilakukan pada saat permainan. Saat pertandingan pukulan ini menjadi andalan untuk pemain, tetapi dalam pertandingan lawan kebanyakan memberikan bola pada kelemahan pukulan kita.

Dari hasil uraian di atas dapat disimpulkan bahwa pukulan *forehand groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul dari lapangan dan di pukul dari sisi *forehand*. Pukulan *forehand groundstroke* memiliki beberapa tahapan yaitu gerakan mengayunkan raket ke belakang, ayunan pukulan ke depan (saat perkenaan) dan gerakan lanjutan setelah perkenaan antara raket dan bola. Pukulan *forehand groundstroke* yang dilakukan secara konsisten akan dapat memberikan angka dalam permainan tenis lapangan, karena pukulan ini lebih sering digunakan untuk mematikan lawan.

## 2. METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang digunakan untuk menganalisis data dengan cara mendeskripsikan atau menggambarkan data yang telah terkumpul sebagaimana adanya tanpa bermaksud membuat kesimpulan yang berlaku untuk umum atau generalisasi. Penelitian ini menggambarkan tingkat Keterampilan Pukulan Forehand Groundstroke tenis lapangan mahasiswa FIK UNM. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa FIK Universitas Negeri Makassar, sampel penelitian ini berjumlah 28 mahasiswa laki-laki penarikan sampel dengan teknik purposive sampling.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan teknik tes, dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur tingkat kemampuan pukulan *forehand groundstroke* mahasiswa FIK UNM dengan menggunakan tes tenis Dyer yang sudah relevan. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Perhitungan analisis ini menggunakan komputerisasi dengan sistim SPSS versi 21.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### A. Deskripsi Variabel Penelitian

Untuk mengetahui keterampilan pukulan *forehand groundstroke* dilakukan pengukuran dengan menggunakan tes tenis Dyer terhadap mahasiswa FIK UNM. Hasil analisis statistik deskriptif untuk variabel *forehand groundstroke* diperoleh rata-rata sebesar 45,07; nilai tengah (*median*) sebesar 46,00; modus sebesar 45,00; standar deviasi sebesar 11, 198; nilai minimal sebesar 16; dan nilai maksimal sebesar 64.

Tabel 1. Deskriptif statistik

Interval	Frekuensi	Persentase	Kategori
X>61.87	1	3.6	Sangat Tinggi
50.67-61.86	9	32.1	Tinggi
39.47-50.66	11	39.3	Sedang
28.27-39.46	4	14.3	Rendah
X<28.26	3	10.7	Sangat Rendah
Jumah	28	100	

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan 28 mahasiswa FIK UNM; sebesar 10,7 % (3 orang) mahasiswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sangat rendah; 14,3% (4 orang) mahasiswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori rendah, 39,3% (11 orang) mahasiswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sedang; 32,1% (9 orang) mahasiswa keterampilan *forehand groundstroke*-nya berada pada kategori tinggi; dan 3,6% (1 orang) mahasiswa keterampilan *forehand groundstroke*-nya berada pada kategori sangat tinggi.

Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa FIK UNM keterampilan *forehand groundstroke*-nya berada pada kategori "sedang" dengan persentase sebesar 39,3% dari keseluruhan mahasiswa, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan *forehand groundstroke* mahasiswa FIK UNM rata-rata masuk pada kategori sedang.

#### B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian, bahwa mayoritas mahasiswa FIK UNM keterampilan *forehand groundstroke*-nya berada pada kategori "sedang" dengan persentase sebesar 39,3% dari keseluruhan mahasiswa, dengan demikian dapat disimpulkan bahwa keterampilan *forehand groundstroke* mahasiswa FIK UNM rata-rata masuk pada kategori sedang. Maka perlunya pelatih/dosen dan mahasiswa memperhatikan faktor-faktor yang berpengaruh pada pencapaian hasil latihan karena

terdapat beberapa faktor yang menjadi penghambat dalam proses berlatih sehingga pencapaian latihan kurang maksimal. Hal tersebut dapat dilihat dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan *forehand groundstroke* mahasiswa dalam kategori sedang, selain itu, perlunya pelatih memberikan porsi latihan yang lebih banyak pada latihan *forehand groundstroke* dengan berbagai macam-macam latihan yang dapat meningkatkan tingkat keterampilan *forehand groundstroke* mahasiswa.

### 4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, berikut dapat disimpulkan hasil keseluruhan tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke* mahasiswa FIK UNM, sebagai berikut: Tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke* tenis lapangan mahasiswa FIK UNM secara rinci pada hasil penelitian dari keseluruhan 28 mahasiswa FIK UNM; sebanyak 3 mahasiswa (10,7%) berkategori sangat rendah; sebanyak 4 mahasiswa (14,3%) berada pada kategori rendah; sebanyak 11 mahasiswa (39,3%) berada pada kategori sedang; sebanyak 9 mahasiswa (32,1%) berada pada kategori tinggi; dan sebanyak 1 mahasiswa (3,6%) berada pada kategori sangat tinggi. Dengan demikian rata-rata mahasiswa FIK UNM keterampilan *forehand groundstroke* berada pada kategori "sedang" dengan persentase sebesar 39,3%.

### DAFTAR PUSTAKA

- Arma Abdoellah dkk. 1981. *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Kota Makassar: PT. Sastra Hudaya.
- Brown, Jim. 1999. *Tenis Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Lardner, Rex 1987. *Teknik Dasar Tenis Strategi dan Taktik yang Akurat*. Semarang, Dahara Prize.
- Sukadiyanto. 2002. *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY.