

**SKRIPSI**

**TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR TENIS LAPANGAN  
ATLET PTL UNP**

*Di Ajukan Kepada Tim Penguji Departemen Kepeleatihan Olahraga Universitas  
Negeri Padang Sebagai Persyaratan Dalam Memperoleh Gelar Sarjana  
Pendidikan Kepeleatihan Olahraga*



**Oleh:**

**Ihwan**

**18087028**

**Pembimbing**

**Drs. Hendri Irawadi, M.Pd**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
DEPARTEMEN KEPELATIHAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

**2023**

**PERSETERSEN SKRIPSI**

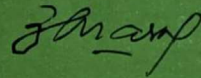
**Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Tenis Lapangan Atlet PTL UNP**

Nama : Ihwan  
NIM : 18087028/2018  
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Departemen : Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, Oktober 2023

Mengetahui  
Kepala Departemen

Ditetujui Oleh  
Pembimbing Skripsi



Dr. Masrun, M.Kes  
NIP.196311041987031002



Drs. Hendri Irawadi, M.Pd  
NIP.196005141985031002

**PENGESAHAN TIM PENGUJI**

Nama : Ihwan

NIM : 18087028

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi Didepan Tim Penguji

Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Departemen Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan

Universitas Negeri Padang

Dengan Judul

Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Tenis Lapangan Atlet PTL UNP

Padang, Oktober 2023

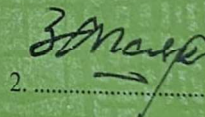
Nama

Tanda Tangan


1. Ketua : Drs. Hendri Irawadi, M.Pd

1. 

2. Anggota : Dr. Masrun, M.Kes

2. 

3. Anggota : Suci Nanda Sari, S.Pd, M.Pd

3. 

## SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini,

Nama : Ihwan  
NIM/BP : 1808708  
Jurusan/Prodi : Pendidikan Ke pelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan  
Judul : Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Tenis Lapangan Atlet PTL  
UNP

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat ini merupakan hasil karya sendiri dan benar keasliannya. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan skripsi ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan, maka saya bersedia bertanggung jawab, sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan yang berlaku.

Demikian , pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak ada paksaan.

Padang, Oktober 2023

Saya yang menyatakan,



Ihwan  
NIM. 18087028

## ABSTRAK

### Ihwan. 2023 : Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Tennis Lapangan Atlet PTL UNP

Penelitian ini membahas tentang tingkat keterampilan teknik dasar tennis lapangan atlet PTL UNP. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan berapa tingkat keterampilan teknik dasar tennis lapangan atlet PTL UNP yang berfokus pada tiga teknik dasar yaitu keterampilan *groundstroke*, keterampilan *volley*, dan keterampilan *serve*.

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang mendeskripsikan suatu gejala atau fenomena yang terjadi pada klub tennis lapangan PTL UNP pada tingkat keterampilan teknik dasar tennis lapangan yang terdiri dari keterampilan *groundstroke*, keterampilan *volley*, dan keterampilan *serve*. Instrumen penelitian ini adalah tes dan pengukuran menggunakan ITN tes. Subjek penelitian ini adalah atlet PTL UNP yang berjumlah 13 orang.

Berdasarkan Hasil penelitian yang di laksanakan dapat di simpulkan sebagai berikut. Secara umum 69,2% atlet PTL UNP sudah memiliki pukulan yang cukup konsisten yang bisa mengarahkan bola baik ke kiri maupun ke kanan yang termasuk tipe *intermediet* dan 30,8% termasuk dalam tipe rekreasi. Secara khusus atlet PTL UNP memiliki sfesifikasi ITN 7 yang berjumlah 5 orang, ITN 6 berjumlah 3 orang atlet, ITN 9 berjumlah 3 orang atlet, dan ITN 8 berjumlah 1 orang atlet.

**Kata Kunci** : Keterampilan, teknik dasar, *groundstroke*, *serve*, *volley*

## KATA PENGANTAR



Syukur Alhamdulillah peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya berupa kesehatan dan kesempatan sehingga peneliti dapat mengadakan penelitian dan menyelesaikan skripsi ini dengan baik. Selanjutnya salawat dan salam peneliti hadiahkan kepada Nabi Muhammad SAW yang telah mengubah akhlak umat manusia dari zaman jahiliah menjadi zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan, moral dan etika. Sehingga dengan perjuangan dan pengorbanan beliau kita dapat merasakan iman dan ilmu pengetahuan.

Berkat rahmat dan karunia Allah SWT peneliti dapat membuat karya ini, dengan izin-Nya memberikan peneliti ide dan pemikiran yang tertuang selama perjalanan penyelesaian skripsi yang berjudul **“Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Tennis Lapangan Atlet PTL UNP”** ini diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan pada program S-1 Departemen Pendidikan Kepeleatihan Olahraga (KEPEL) Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Skripsi ini dapat peneliti selesaikan dengan baik tidak terlepas dari bantuan berbagai pihak, baik itu bantuan moril maupun secara materi. Untuk itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, izinkan peneliti mengucapkan terimakasih kepada pihak-pihak yang ikut berperan dalam penyelesaian skripsi ini, diantaranya:

1. Kepada orang tua yaitu bapak Mulyadi (Alm) dan ibu Yusniar yang selalu memberikan support baik dalam do'a maupun secara materi kepada peneliti sehingga penyusunan skripsi ini berjalan dengan lancar.
2. Bapak Dr. Donie, S.Pd, M.Pd dan Dr. Roma Irawan, S.Pd, M.Pd. selaku ketua departemen dan sekretaris departemen KEPEL yang telah memberi izin kepada peneliti sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Drs. Hendri Irawadi, M.Pd selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu untuk memberikan petunjuk, bimbingan, nasehat dan arahan yang sangat berharga kepada peneliti dalam penyusunan skripsi ini.
4. Bapak Dr. Masrun, M. Kes., AIFO dan Ibu Suci Nanda Sari, S.Pd, M.Pd. selaku dosen penguji 1 dan II yang telah memberikan masukan dan saran yang sangat bermanfaat demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini
5. Pelatih klub PTL UNP Drs. Hendri Irawadi, M.Pd dan Fikri Hasbi, SE., M.M yang telah memberikan izin penelitian kepada peneliti.
6. Kepada Mella Sari yang telah bersedia menemani dan selalu men support mulai dari seminar proposal sampai ujian kompre.
7. Teman – teman mahasiswa S1 KEPEL 2018 sebagai teman senasib dan seperjuangan yang sudah membantu dan memberi semangat dalam penyelesaian skripsi ini
8. Semua pihak yang telah membantu dalam proses penulisan skripsi ini yang tidak bisa disebutkan satu persatu.

Kepada semua pihak di atas, peneliti do'akan kepada Allah SWT semoga mendapat balasan di sisi-Nya. Amiin ya Rabbal'alamin.

Dalam penyusunan skripsi ini peneliti menyadari masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini dari pembaca. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, terutama bagi peneliti sendiri.

Padang, Oktober 2023

Peneliti

Ihwan



## DAFTAR ISI

ABSTRAK .....	i
KATA PENGANTAR .....	ii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR .....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	6
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Mamfaat Penelitian.....	7
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Teknik Dasar Tenis Lapangan.....	9
1. Pengertian Teknik Dasar .....	9
2. Jenis- Jenis Teknik Dasar Tenis Lapangan .....	9
B. Penelitian Yang Relevan .....	19
C. Kerangka Konseptual .....	20
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian .....	21
B. Devinisi Operasional .....	21
C. Tempat Dan Waktu Penelitian .....	22
D. Populasi dan Sampel .....	23
E. Teknik Dan Alat Pengumpulan Data.....	23
F. Instrumen Penelitian.....	24
G. Teknik Analisis Data .....	31
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	34
B. Pembahasan .....	35

C. Keterbatasan Dalam Penelitian .....	40
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	42
B. Saran.....	42
DAFTAR PUSTAKA .....	44

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Forehand.....	14
Gambar 2 Backhand.....	15
Gambar 3 Volley.....	16
Gambar 4 Servis.....	17
Gambar 5 Kerangka Konseptual .....	20
Gambar 6. Tes Groundstroke ITN .....	24
Gambar. 7 Groundstroke Accuracy.....	24
Gambar 8. Volley ITN .....	24
Gambar 9. Servis ITN .....	24
Gambar 10 MOBILITY .....	24
Gambar 11 Score Mobility.....	24
Gambar 12 Penilaian Tes ITN .....	24
Gambar 13. Diagram Hasil Tes ITN .....	24

## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Jumlah atlet PTL UNP .....	23
-------------------------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Foto Penelitian.....	49
Lampiran 2. Data Atlet.....	54

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan investasi jangka panjang yang dimiliki suatu negara untuk mengembangkan sumber daya manusia yang berkualitas. Pembinaan generasi muda melalui olahraga dapat meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Aktivitas masyarakat pada saat ini tidak dapat dipisahkan dengan olahraga, baik sebagai tempat untuk pencapaian prestasi maupun sebagai kebutuhan untuk menjaga tubuh agar tetap sehat dan bugar.

Seperti yang dijelaskan (UU 2022) undang-undang tentang keolahragaan no.11 tahun 2022 pada pasal 1 ayat 1 menjelaskan sebagai berikut “Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial dan budaya”. Dari keterangan diatas maka penulis sebagai mahasiswa di departemen kepelatihan olahraga berkewajiban untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan olahraga.

Pada masa sekarang tenis lapangan mendapat perhatian yang cukup besar dari masyarakat. Hal ini dapat di lihat dari banyaknya minat masyarakat yang bermain tenis mulai dari anak-anak sampai orang dewasa, bahkan orang tua ikut juga berperan dalam permainan tenis tersebut. Sekarang tenis bukan lagi hanya sekedar mencari kebugaran saja atau untuk rekreasi tetapi juga dijadikan alat untuk mencapai prestasi. Menurut Irawadi (2011) Tenis lapangan adalah olahraga yang

sangat tua terekam pada pahatan yang dibuat sekitar 1500 tahun sebelum masehi didinding sebuah kuil di mesir. Kemudian berkembang pada abad ke-8 di Eropa dan terus berkembang sampai ke Indonesia. Tenis lapangan merupakan permainan yang menggunakan alat-alat seperti raket, net, bola tenis, dengan teknik yang bervariasi mulai dari yang relative lambat hingga yang sangat cepat.

PTL UNP (Pelatihan Tenis Lapangan Universitas Negeri Padang) merupakan tempat pembinaan atlet junior tenis lapangan di kota Padang. Saat ini klub PTL UNP memiliki 13 pemain junior yang aktif latihan dengan kelompok umur 12 tahun sampai kelompok umur 18 tahun. Klub PTL UNP latihan 4 kali dalam seminggu, yaitu pada hari Senin, Rabu, Jum'at dan Minggu. Pada klub PTL UNP prestasi atlet nya masih di katakan belum bagus. Dilihat dari hasil pertandingan di beberapa tahun terakhir mulai dari tahun 2018-2023 yang diikuti oleh kejuaraan tenis junior kelompok umur PTL UNP cup se-sumatera barat 2021 didapatkan hasil 2 orang juara I, 1 orang juara II, 3 orang juara III, 2 orang kalah di 8 besar, 2 orang kalah dikualifikasi. Pada kejuaraan Open Turnamen Tenis Junior Piala Bupati Tanah Datar 2022 didapatkan hasil 2 orang juara II, 3 orang juara III, 2 orang kalah di 8 besar, 5 orang kalah dikualifikasi. Pada Kejuaraan Nasional Tenis Junior Piala Wali Kota Pariaman 2022 didapatkan hasil 1 orang juara III, 6 orang kalah di 8 besar, 5 orang kalah dikualifikasi. Pada Kejuaraan Nasional Wali Kota Sawahlunto 2022, 2 orang juara I, 1 orang juara 2, 2 orang kalah di babak 8 besar. Kejuaraan Nasional Batam Tenis Lover 2023, 1 orang juara I, 3 orang juara 3 dan 1 orang kalah di babak 8 besar.

Berdasarkan data di atas atlet PTL UNP masih belum memiliki prestasi yang diharapkan. Di lihat dari hasil pertandingan tersebut hanya hanya 4 mendali emas, 5 mendali perak, 10 mendali perunggu, 13 kalah didelapan besar, dan 15 kalah dikualifikasi yang bisa di raih dari 6 kejuaraan di atas. Artinya masih prestasi atlet PTL UNP masih di katakan belum bagus.

Ada empat faktor yang mempengaruhi prestasi yaitu: kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Menurut Delgado-García et al (2019) *Success in tennis depends on numerous factors such as physical condition, technical skill and tactical strategy*. Keberhasilan dalam tenis tergantung pada banyak faktor seperti kondisi fisik, teknis keterampilan dan strategi taktis. Kondisi fisik adalah keadaan tubuh seseorang yaitu kemampuan atau kesanggupan nya dalam melakukan sebuah aktifitas yang berkaitan dengan daya tahan, kekuatan, kecepatan, kelenturan, kelincahan, koordinasi, daya ledak, daya tahan kekuatan dan daya tahan kecepatan. Dengan kemampuan kondisi fisik yang baik dan memadai prestasi akan mudah dicapai, karena hampir semua olahraga umumnya membutuhkan gerakan-gerakan yang menuntut kerja fisik yang kompleks dan lebih berat.

Selanjutnya penguasaan teknik merupakan sautu yang sangat penting harus dikuasai untuk dapat meraih prestasi, dengan menguasai teknik yang baik akan mempermudah memenangkan pertandingan, karena hampir semua olahraga memiliki teknik dalam pelaksanaannya. Kemampuan penerapan taktik di dalam pertandingan harus membutuhkan taktik dan strategi, sehingga dengan penerapan taktik yang baik akan membuat lawan kalah. Kematangan mental yaitu kondisi kejiwaan seseorang dalam menghadapi tugas yang dikerjakan dan mengatasi



rintangan dalam tugas tersebut. Mental meliputi semangat juang, disiplin, keyakinan, kesabaran, percaya diri, dan pengendalian diri. Kematangan mental adalah faktor yang sangat penting karena kematangan mental akan mempengaruhi kemampuan kondisi fisik, keterampilan teknik, dan penguasaan taktik saat bertanding.

Tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar dalam bermain tenis adalah salah satu faktor yang paling mendasar untuk mencapai prestasi yang optimal. Menurut Amni *et al.* (2019) Penguasaan keterampilan dalam suatu cabang olahraga menjadi syarat mutlak sebagai salah satu faktor untuk meraih prestasi yang maksimal. Menurut Soegiyanto & Nugroho (2012) Penguasaan teknik merupakan dasar yang sangat penting agar dapat bermain dengan baik, penguasaan keterampilan dasar sangat penting untuk meningkatkan prestasi pada cabang olahraga apapun.

Penting nya keterampilan teknik dasar yaitu dapat mencapai prestasi yang optimal dan penguasaan teknik dasar juga menentukan baik buruknya suatu permainan tenis, dengan menguasai keterampilan teknik dasar seorang atlet dapat memukul bola yang baik maka pengembangan penguasaan akan menjadi lebih baik pula. Keterampilan teknik yang dimaksud adalah kemampuan seorang pemain tenis dalam melakukan gerakan memukul pada setiap jenis pada satu sisi, dan kemampuan mengatur gerakan atau posisi kaki untuk kesiapan memukul pada sisi lain. Menurut Irawadi (2011) ada beberapa keterampilan di dalam tenis lapangan seperti : keterampilan *serve*, keterampilan *return serve*, keterampilan *groundstroke*

*forehand*, keterampilan *groundstroke backhand*, keterampilan *volley*, keterampilan *smash* dan keterampilan *lob*.

*Groundstroke* adalah teknik memukul yang paling sering di pakai dibandingkan dengan teknik memukul lainnya. Menurut Siahaan *et al.*, (2020) “*In a single 80% match the technique used in the game is groundstroke*” artinya dalam permainan tunggal 80% teknik yang di gunakan adalah *groundstroke*.

*Groundstroke* dibagi menjadi dua macam yaitu *groundstroke forehand* dan *groundstroke backhand*. Menurut Palmizal (2012) *forehand groundstroke* merupakan salah satu yang paling dominan dalam tenis lapangan sehingga penerapan akurasi dalam ini sangatlah diperlukan dalam memenangkan pertandingan. *forehand groundstroke* merupakan salah satu yang digunakan sebagai senjata mematikan di lapangan tenis (Masrun *et al.*, 2022). Artinya teknik ini sangat penting di kuasi oleh semua pemain tenis. *Groundstroke backhand* menurut Agus (2015) *Groundstroke backhand* adalah gerakan yang di ayun dari seberang badan dan menuju depan atau menggunakan bagian belakang dari raket untuk memukul bola dan telapak tangan anda membelakangi bola.

*volley* adalah yang gerak dasar nya gerakan memblok (*block*). Menurut pendapat Bahtiar (2008) *volley* dilakukan sebelum bola jatuh ke lapangan. Sejalan dengan. Menurut (Hakim *et al.*, 2022) *volley* adalah memukul sebelum bola jatuh memantul dilapangan, pada umumnya terjadi di wilayah dekat net, kelebihan nya *volley* ini adalah bisa dilakukan pada semua bagian lapangan tetapi umumnya bola dipukul pada daerah *forecourt*.

*serve* yaitu yang harus dikuasai karena ini adalah pertama untuk memulai permainan. Menurut Agus (2015) *serve* adalah gerakan yang pertama kali yang dilakukan dalam memulai sebuah permainan tenis lapangan. Dalam permainan tenis *serve* diberi kesempatan dua kali atau dua bola, jika *serve* pertama gagal atau *fault* maka dilakukan kesempatan kedua.

Berdasarkan hasil observasi peneliti dan hasil wawancara dengan pelatih kepala pada klub PTL UNP sejauh ini pelatih belum pernah mengukur secara ilmiah mengenai teknik dasar *serve*, *volley*, *groundstroke forehand* dan *groundstroke backhand*. Secara sarana dan prasarana sudah cukup memadai, bola yang digunakan latihan cukup banyak dan bagus. Berdasarkan keterangan di atas maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian yang mengukur tingkat keterampilan teknik dasar tenis lapangan atlet PTL UNP.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka masalah-masalah yang berhubungan dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan kondisi fisik
2. Kemampuan menguasai taktik
3. Keterampilan teknik
4. Kematangan mental

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini sangat luas, untuk memfokuskan perhatian penulis, maka penulis membatasi masalah yaitu:

Menekankan pada keterampilan teknik dasar tenis lapangan atlet PTL UNP yang meliputi keterampilan *groundstroke*, *volley* dan *serve*.

#### **D. Rumusan Masalah**

Sesuai dengan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah:

1. Bagaimanakah tingkat keterampilan *groundstroke* atlet PTL UNP.?
2. Bagaimana tingkat keterampilan *volley* atlet PTL UNP ?
3. Bagaimana tingkat keterampilan *serve* atlet PTL UNP.?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mengetahui bagaimanakah tingkat keterampilan *groundstroke* atlet PTL UNP.
2. Untuk mengetahui bagaimanakah tingkat keterampilan *volley* atlet PTL UNP.
3. Untuk mengetahui bagaimanakah tingkat keterampilan *serve* atlet PTL UNP.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan dari latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah, dan perumusan masalah di atas maka manfaat dari hasil penelitian ini adalah:

1. Sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Sebagai salah satu pedoman bagi pelatih dan klub untuk memperbaiki kekurangan dan untuk mengasah kemampuan yang sudah optimal serta sebagai pedoman untuk membuat program latihan.
3. Sebagai informasi bagi mahasiswa yang akan mengambil penelitian yang serupa atau yang berkaitan dengan penelitian ini.