

**KONTRIBUSI TINGGI BADAN DAN KEKUATAN GENGAMAN
TERHADAP AKURASI SERVIS *FLAT* ATLET TENIS
PELATIHAN TENIS LAPANGAN UNIVERSITAS
NEGERI PADANG (PTL UNP)**

SKRIPSI

*Diajukan kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan
Olahraga sebagai salah satu persyaratan guna
memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH
IKHSAN IKA PUTRA
NIM : 06961**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

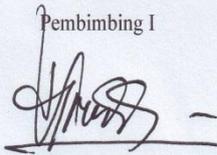
KONTRIBUSI TINGGI BADAN DAN KEKUATAN GENGAMAN
TERHADAP AKURASI SERVIS *FLAT* ATLET TENIS
PELATIHAN TENIS LAPANGAN UNIVERSITAS
NEGERI PADANG (PTL UNP)

Nama : IKHSAN IKA PUTRA
NIM : 06961
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

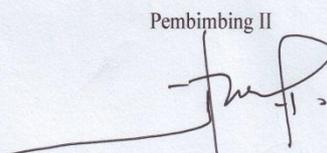
Disetujui Oleh :

Pembimbing I



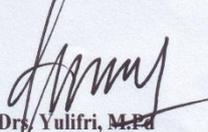
Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd
NIP. 19561102 198103 1 002

Pembimbing II



Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO
NIP. 19621112 198710 1 001

Mengetahui
Ketua Jurusan



Drs. Yulifri, M.Pd
NIP. 195907051985031002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Jurusan
Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Kontribusi Tinggi Badan dan Kekuatan Genggaman Terhadap Akurasi Servis *Flat* Atlet Tenis Pelatihan Tenis Lapangan Universitas Negeri Padang (PTL UNP)

Nama : Ikhsan Ika Putra

NIM : 06961

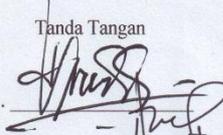
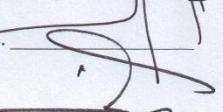
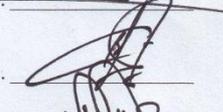
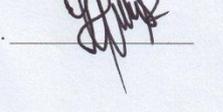
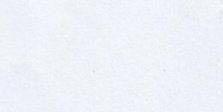
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Jurusan : Pendidikan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2012

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO	2. 
3. Anggota	: Drs. Zalfendi, M.Kes	3. 
4. Anggota	: Drs. Ali Umar, M.Kes	4. 
5. Anggota	: Drs. Zainul Johor, M.Pd	5. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata cara penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Januari 2012



Yang Menyatakan

Ighsan Ika Putra



بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Bacalah dengan nama tuhanmu yang menciptakan. Dia telah menciptakan manusia dari segumpal darah. Bacalah, dan Tuhanmulah yang maha pemurah. Yang mengajar dengan **Qalam**. Dialah yang mengajar manusia segala yang belum diketahui“

(Q.S. Al-'alaq : 1-5)

Rasulullah SAW bersabda :

“Kelebihan orang yang berilmu atas ahli ibadah seperti kelebihan rembulan pada bulan purnama atas seluruh bintang gemintang. Sesungguhnya orang-orang yang berilmu itu adalah para pewaris nabi, mereka (para nabi) tidak mewariskan dinar dan dirham, melainkan hanya mewariskan ilmu. Barang siapa mengambil ilmu itu, berarti ia telah mengambil barang yang banyak (HR. Ibnu Majah dan Hibban)

Hanya segenap rasa syukurku padaMu ya Rab tuhan semesta alam sebagai ucapan terimakasih atas semua yang telah Engkau limpahkan kepadaku, karena hamba tidak akan mungkin dan tidak akan pernah mungkin bisa menghitung semua nikmat yang telah Engkau karuniakan. Toh, Engkau juga tidak pernah meminta hambaMu untuk menghitungnya. Namun dengan Rahman dan Rahhim yang Engkau miliki Engkaupun hanya meminta hamba2Mu untuk selalu bersyukur. Oleh karenanya ya Rab, ajarilah hamba cara agar selalu bisa mensyukuri nikamatMu dan jadikanlah hamba termasuk orang yang pandai bersyukur.

Amin...!!!

Ucapan terimakasih ku yang terdalam kupersembahkan Khusus untuk kedua orang tua ku... Tak ada kata yang bisa menjelaskan rasa Terimakasih ini atas semua hal yang telah engkau berikan. Didikan, kasih sayang, do'a, dan pengorbananmu sungguh takkan pernah terbalas. Maafkanlah semua kesalahan yang telah ku perbuat, memang terkadang "iblis & setan" merasuki dan menggerogoti hati ini. Pa.. Ma... Do'akanlah selalu agar aan bisa menjadi anak yang sholeh agar bisa menjadi jembatan menuju ke surganya Allah SWT. Amin Ya Rabbal 'alamin....

Untuk my big Brother (da iil). Aan duluan yo da... Lah lakek S.Pd lo di blakang namo aan... hehehehe!!! Mokasi atas semua support (baik moril maupun materil) yang lah uda agiah salamo ko. Mudah2an ko awal yang baik utk aan dan keluarga ... & untuk Mita & si kembar, tetap semangat yo, apapun masalah yang kalian temukan, terus Hadapi dan jan menyerah. Mudah2an kalian bisa menggapai cita2 yang diimpikan...

Untuk sahabat2 Q : suta, rino, aris, rahmat, hadel, hendra, febri, romi,
(Ctrl + A >>> kwn2 sperjuangan angkatan 2008 khususny lokal A Mr...☺)
Perjalanan kita masih panjang. Smoga semua yang terbaik akan kita peroleh. Bagi teman2 yang blum wisuda janganlah berkecil hati. Kita semua sama, Yang membedakan hanyalah keberuntungan kita masing2 (caliak tapak tangan sorang2... hehehehe). Tetap semangat, Lau butuh bantuan ketik REG (spasi) TOLONG krim ke 970902 (hehehehe... just kidding bro ☺)

Oy ampiang lupu... Utik shabat Q yang tergabung dalam The Dominos (husnul, fuji, afif, rizki, rezi, ilham,.... dll) & Sains Four Republick '08 (All In jo lah). Terimakasih utk smuanya. Kalian memberikan warna baru dalam kehidupan ini. Smoga crita yang telah terukir ini tetap abadi untuk selamanya
(heheheha.... ☺)

55mmmm.... Khusus untuk mu "my Dastiny...!!!" Makasi utk apa yang akan kau lakukan di masa depan. Meski Qt belum bertemu, tapi ku yakin kau akan membahagiakan Q. Sabarlah menunggu..
"Ku Akan Datang" (co cweeetttt... ☺)

Selanjutnya, terimakasih kepada Bapak Prof. Syafruddin, M.Pd & Bapak Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO atas kesediaannya meluangkan waktu dan tenaga untuk membimbing dan berbagi ilmu serta berdiskusi dengan diri ini. Semoga semua itu dibalasi oleh Allah SWT dengan amal yang berlipat ganda. Amin ya Rabbal 'alamin...!!!

Pada akhirnya, karya mungil ini kupersembahkan untuk semua. Semua yang pernah hadir dalam hidupku. Semua yang selalu mengenalkanku dan mengajarku hal baru. Semua yang selalu berbagi dengan diri yang lemah ini. Semua yang selalu membuatku merasa berarti. Ini memang tak sebanding dengan apa yang telah kalian diberikan. namun diri ini hanya mencoba dan terus mencoba untuk bisa berikan yang terbaik untuk semuanya.

Terima kasih smuanya, mudah2an QT mendapatkan semua yang terbaik dalam kehidupan ini.... Tetaplah semangat & jangan menyerah
QX...!!!

By



Ikhsan Ika Putra, S.Pd

ABSTRAK

Ikhsan Ika Putra, 2008/06961 : Kontribusi Tinggi Badan dan Kekuatan Genggaman terhadap Akurasi Servis *Flat* Atlet Tenis Pelatihan Tenis Lapangan Universitas Negeri Padang (PTL UNP).

Masalah penelitian ini adalah masih rendahnya akurasi servis *flat* petenis pada saat bermain, maksudnya pukulan servis *flat* yang di lakukan pemain hanya sekedar memukul bola ke daerah servis lawan tapi tidak mempunyai arah dan tujuan yang jelas. Rendahnya akurasi servis *flat* tersebut bisa dipengaruhi oleh faktor tinggi badan dan kekuatan genggaman, maka dalam Penelitian ini penulis bertujuan untuk menjelaskan kontribusi tinggi badan dan kekuatan genggaman terhadap akurasi servis *flat* atlet tenis Pelatihan Tenis Lapangan Universitas Negeri Padang (PTL UNP).

Penelitian ini bersifat korelasional yaitu untuk mengetahui seberapa besar hubungan variabel dan sumbangan yang diberikan dari variabel bebas ke variabel terikat. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain tenis lapangan dalam klub Pelatihan Tenis Lapangan Universitas Negeri Padang (PTL UNP) dan untuk penarikan sampel digunakan teknik *purposive sampling*. Kemudian penelitian ini dilaksanakan di lapangan tenis UNP Padang, pada bulan Juli – Agustus 2011, untuk mengukur tinggi badan alat yang digunakan adalah *antropometer*, kekuatan genggaman menggunakan alat *handgrip dynamometer*, sedangkan akurasi servis *flat* dengan cara melakukan tes *The Hewwit Tennis Achievemen Test*. Teknik analisis data menggunakan uji korelasi product moment dan rumus koefisien determinan.

Hasil analisis menunjukkan bahwa ; (1) terdapat kontribusi tinggi badan terhadap akurasi servis *flat* sebesar 33,9 % dengan $r_{hitung} = 0,582 > r_{tabel} = 0,456$ pada taraf signifikan 0,05, (2) terdapat kontribusi kekuatan genggaman terhadap akurasi servis *flat* sebesar 48,8 % dengan $r_{hitung} = 0,677 > r_{tabel} = 0,456$ pada taraf signifikan 0,05, (3) terdapat kontribusi tinggi badan dan kekuatan genggaman terhadap akurasi servis *flat* yang diperoleh $r_{hitung} = 0,794 > r_{tabel} = 0,456$ dengan $K = 63\%$. Maka dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa akurasi servis *flat* dipengaruhi oleh tinggi badan dan kekuatan genggaman.

Kata Kunci: Tinggi badan, kekuatan genggaman, akurasi servis *flat*.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmanirrahim. Dengan mengucapkan Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya skripsi yang berjudul **“Kontribusi Tinggi Badan dan Kekuatan Genggaman Terhadap Akurasi Servis *Flat* Atlet Tenis Pelatihan Tenis Lapangan Universitas Negeri Padang (PTL UNP)”** ini dapat terselesaikan walaupun dengan keterbatasan pengetahuan, waktu, tenaga, biaya dan informasi yang dimiliki penulis.

Skripsi ini disusun dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Strata Satu (S1) pada jurusan Pendidikan Olahraga di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. Dalam penyusunan skripsi ini, penulis menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, skripsi ini tidak akan terwujud. Oleh sebab itu, dalam kesempatan ini dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Padang yang telah memberi kesempatan kepada penulis untuk menuntut ilmu di UNP.
2. Dekan beserta Staf Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan kesempatan belajar kepada penulis di FIK UNP.
3. Ketua Jurusan, Sekretaris dan seluruh staf pengajar jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd selaku Pembimbing I, yang telah banyak memberikan bimbingan, nasehat dan arahan kepada penulis.

5. Bapak Dr. Kamal Firdaus, M.Kes. AIFO selaku Pembimbing II, yang telah meluangkan waktunya untuk membimbing penulis dalam penyusunan Skripsi ini.
6. Bapak Dosen Penguji antara lain : Drs. Zalfendi, M.Kes, Drs. Ali Umar, M.Kes, Drs. Zainul Johor, M.Pd.
7. Kepada sahabat-sahabat yang telah banyak memberikan bantuan, dorongan serta motivasi sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
8. Secara khusus penulis mengucapkan terimakasih kepada ayahanda yang penulis banggakan dan ibundaku tercinta serta kakak dan adik-adikku yang telah banyak memberikan dukungan dan pengorbanan baik secara moril maupun materil sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dengan baik.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, maka saran dan kritik yang konstruktif sangat diharapkan demi penyempurnaan selanjutnya.

Akhirnya hanya kepada Allah SWT kita kembalikan semua urusan dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak, khususnya bagi penulis dan para pembaca pada umumnya. Semoga Allah SWT meridhoi dan dicatat sebagai ibadah di sisi-Nya. Amin.

Padang, Januari 2012

Penulis,

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iv
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN TEORI	
A. Landasan Teori	
1. Tenis Lapangan	9
2. Teknik Dasar Permainan Tenis	9
3. Pegangan Raket (<i>grip</i>)	11
4. Pukulan Servis <i>Flat</i>	
a. Pengertian Servis	12
b. Teknik Pukulan Servis <i>Flat</i>	13
c. Tinggi Badan	19
d. Kekuatan Genggaman	21
B. Kerangka Konseptual	24
C. Hipotesis	26
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian, Waktu dan Tempat Penelitian	
1. Jenis Penelitian	27
2. Waktu dan Tempat Penelitian	27

B. Definisi Operasional.....	27
C. Populasi dan Sampel Penelitian	
1. Populasi Penelitian.....	28
2. Sampel Penelitian.....	29
D. Jenis dan Sumber Data	
1. Jenis Data	30
2. Sumber Data.....	31
E. Instrumen Penelitian.....	31
F. Teknik Analisis Data.....	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data	
1. Tinggi Badan Atlet Tenis PTL UNP (X_1)	39
2. Kekuatan Genggaman Atlet Tenis PTL UNP (X_2)	40
3. Akurasi Servis <i>Flat</i> Atlet Tenis PTL UNP (Y).....	42
B. Pengujian Hipotesis	
1. Uji Normalitas	44
2. Uji Hipotesis	46
C. Pembahasan.....	48
BAB V PENUTUP	
A. Kesimpulan	51
B. Saran.....	51
DAFTAR PUSTAKA	53
LAMPIRAN.....	55

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Tabel 1. Total Populasi	29
2. Tabel 2. Nama-Nama Sampel	30
3. Tabel 3. Distribusi Frekuensi Data Tinggi Badan (X_1).....	39
4. Tabel 4. Distribusi Frekuensi Data Kekuatan Genggaman (X_2).....	41
5. Tabel 5. Distribusi Frekuensi Data Akurasi Servis <i>Flat</i> (Y).....	43
6. Tabel 6. Pengukuran Uji Normalitas Sebaran Data	45
7. Tabel 7. Analisis Kontribusi Tinggi Badan (X_1) terhadap Akurasi Servis <i>Flat</i> (Y) Atle Tennis PTL UNP.....	46
8. Tabel 8. Analisis Kontribusi Kekuatan Genggaman (X_2) terhadap Akurasi Servis <i>Flat</i> (Y) Atle Tennis PTL UNP.....	47
9. Tabel 9. Analisis Kontribusi antara Tinggi Badan (X_1) dan Kekuatan Genggaman (X_2) terhadap Akurasi Servis <i>Flat</i> (Y) Atle Tennis PTL UNP	47

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
10. Gambar 1. Pegangan <i>Continental</i>	12
11. Gambar 2. Sikap Berdiri	15
12. Gambar 3. Posisi Lambungan Bola.....	16
13. Gambar 4. Proses Ayunan belakang (<i>backswing</i>).....	17
14. Gambar 5. Perkenaan Bola.....	18
15. Gambar 6. <i>Follow Throught</i>	18
16. Gambar 7. Kerangka Konseptual	25
17. Gambar 8. <i>Antropometer</i>	32
18. Gambar 9. <i>Handgrip Dynamometer</i>	33
19. Gambar 10. <i>The Hewwit Tennis Achievement Test</i>	35
20. Gambar 11. Histogram TInggi Badan (X_1).....	40
21. Gambar 12. Histogram Kekuatan Genggaman (X_2)	42
22. Gambar 13. Histogram Akurasi Servis <i>Flat</i> (Y)	44

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Lampiran 1. Foto-Foto Penelitian	55
2. Lampiran 2. Data Penelitian.....	57
3. Lampiran 3. Tabel Normal Standar (Baku).....	58
4. Lampiran 4. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	59
5. Lampiran 5. Tabel Nilai “r” Product Moment	60
6. Lampiran 6. Nilai Persentil Untuk Distribusi F	61
7. Lampiran 7. Uji Normalitas X_1 , X_2 , dan Y	63
8. Lampiran 8. Analisis Data.....	66
9. Lampiran 9. Balasan Surat Penelitian	71

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tenis lapangan sebagai salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat telah mengalami suatu perkembangan yang cukup pesat, ini dapat dibuktikan bahwa hampir disetiap kota di Indonesia terdapat lapangan tenis yang selalu penuh dengan para pemain yang berlatih dengan antusias. Tenis juga selalu dipertandingkan dalam event-event olahraga baik ditingkat daerah, nasional maupun internasional. Namun perkembangan ini hendaknya diiringi dengan prestasi yang membangakan dan dapat membawa nama baik bangsa indonesia di kancah internasional.

Prestasi merupakan salah satu tujuan yang ingin dicapai dalam setiap olahraga. Prestasi dapat diartikan sebagai hasil tertinggi yang dicapai dari pelaksanaan suatu kegiatan yang memiliki tujuan dan target. Untuk menggapai prestasi olahraga yang optimal, dibutuhkan usaha-usaha seperti yang tercantum dalam UU No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pada pasal 1 ayat 13 berbunyi “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui latihan dan kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Pada olahraga tenis, servis merupakan salah satu pukulan yang sangat penting. Keberhasilan seorang petenis dalam bermain atau bertanding sangat tergantung pada kemampuannya melakukan pukulan servis. Tujuan dari pukulan servis adalah untuk memukul bola secara benar ke area servis pada

sisi net lawan dan membuatnya menjadi kesulitan untuk bisa mengembalikan bola (Agus Salim, 2008:59). Cara yang normal untuk mencapai tujuan ini adalah memukul bola dengan keras dan menempatkannya di daerah yang tidak diperkirakan oleh lawan. Selain itu, jika memiliki servis yang keras dengan akurasi yang baik, lawan akan susah untuk menyerang dan tidak memiliki kesempatan untuk mendapatkan angka dalam setiap servis. Untuk menguasai atau meningkatkan kemampuan servis, petenis harus memenuhi beberapa persyaratan, salah satunya adalah mengerti dan menguasai teknik pukulan servis dengan baik..

Teknik diartikan sebagai cara melakukan sesuatu. Teknik memukul berarti cara yang digunakan dalam usaha memukul bola pada permainan tenis. Ada tiga masalah pokok yang harus diperhatikan dalam teknik memukul, yaitu: teknik pergerakan kaki (*footwork*), teknik memegang raket (*grip*), dan teknik pergerakan raket (fase memukul) (Hendri, 2011:14). Ketiga teknik tersebut pada hakekatnya merupakan satu kesatuan, karena ketiganya saling berkaitan dan mempengaruhi satu sama lainnya terhadap hasil pukulan. Menurut Hendri (2011:34) bahwa :”ada tiga jenis pukulan dasar dalam permainan tenis, yaitu : (1) *groundstroke rally*, (2) *volley*, dan (3) *service*”. Dari ketiga pukulan tadi, service memiliki kedudukan yang sangat penting dalam permainan atau pertandingan. Servis merupakan pukulan awal untuk memulai suatu permainan. Tetapi saat sekarang ini, orang menyadari bahwa servis dapat menjadi senjata untuk mendapatkan poin. Menurut L’Esgay (1993:26-36) servis sebagai salah satu dasar pukulan dapat dibedakan menjadi

empat macam yaitu : *flat service*, *twice service*, *slice service*, dan *topspin service*.

Servis *flat* adalah salah satu servis yang sering dipergunakan sebagai servis pertama. Hal ini disebabkan karena laju pergerakan bola yang dihasilkan dari pukulan servis *flat* sangat keras dan cepat, sehingga dapat mempersulit lawan untuk mengantisipasi pukulan servis yang dilakukan. Oleh karena itu servis ini sangat penting dikuasai dan merupakan modal yang sangat berharga untuk meraih kemenangan. Servis *flat* yang keras dan terarah dapat dihasilkan apabila didukung dengan teknik yang benar, ditambah tinggi badan serta kondisi fisik yang baik.

Tinggi badan merupakan modal dasar yang sangat berharga bagi seorang atlet termasuk atlet tenis. Tinggi badan merupakan nilai tambah bagi seorang atlet apalagi saat melakukan servis *flat*. Faktor tinggi badan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dalam melakukan servis *flat*, karena jika jangkauan memukul rendah maka bola akan sangat sulit melewati net. Hal ini didukung oleh pendapat Henri (2011:63) bahwa orang yang memiliki jangkauan yang pendek tidak mungkin melakukan servis yang jalan bolanya lurus melewati net, dan masuk ke kotak servis daerah permainan lawan.

Selain tinggi badan faktor kondisi fisik juga memberikan kontribusi yang besar terhadap kualitas servis. Kondisi fisik merupakan persiapan dasar yang paling dominan untuk dapat melakukan penampilan fisik secara maksimal. Komponen-komponen dasar kondisi fisik yaitu : kekuatan (*strength*), daya tahan (*endurance*), daya ledak (*power*), kecepatan

(*velocity/speed*), kelentukan (*flexibility*), kelincahan (*agility*), keseimbangan (*balance*), dan koordinasi (*coordination*). Ditinjau dari konsep metabolik terdiri dari aerobik (*aerobic power*) dan daya anaerobik (*anaerobic power*) (Baley, Astrand, Rodahl dan Rushall dalam Arsil, 2008:6).

Salah satu komponen kondisi fisik yang dominan adalah kekuatan khususnya kekuatan genggam. Kekuatan genggam adalah aktivitas sekelompok otot tangan untuk mencengkram atau menggenggam. Genggam raket yang kuat sangat dibutuhkan saat mengayunkan raket atau pada saat perkenaan bola dengan raket (*impact*). Jika seandainya genggam kurang kuat disaat mengayunkan raket atau disaat kontak dengan bola, maka bola tidak akan dapat diarahkan sesuai dengan keinginan.

Tidak hanya kekuatan, komponen-komponen kondisi fisik yang lain juga dibutuhkan saat bermain tenis. Daya tahan sangat dibutuhkan karena membutuhkan durasi yang lama. Selain itu, untuk melakukan servis yang keras dibutuhkan daya ledak yang kuat. Oleh karena itu daya tahan sangat dibutuhkan sekali untuk menjaga penampilan saat bermain. Kecepatan dan kelincahan juga merupakan modal awal yang sangat dibutuhkan oleh seorang petenis. Kedua komponen kondisi fisik ini menjadi sangat penting saat bola berada jauh dari jangkauan, sehingga dibutuhkan sekali kecepatan dan kelincahan petenis agar bisa mengejar dan mengembalikan bola ke lapangan lawan. Kecepatan dan kelincahan juga berfungsi sesaat setelah melakukan servis, yaitu persiapan menerima pengembalian bola oleh lawan.

Hal yang juga tidak boleh diabaikan juga dalam bermain tenis adalah Kelentukan (*flexibility*) dan Keseimbangan (*balance*). Kelentukan tubuh sangat berpengaruh sekali terhadap teknik-teknik yang dikuasai, seperti saat melakukan servis *flat*. Kelentukan diperlukan saat ayunan sampai kontak bola dengan raket. Jika kelentukan tubuh kurang baik, maka bola tidak akan sesuai dengan apa yang diinginkan. Komponen terakhir dari kondisi fisik yang dibutuhkan dalam tenis adalah koordinasi (*coordination*). koordinasi yang baik akan menguntungkan petenis karena dapat mengarahkan bola sesuai dengan yang diinginkan dalam melakukan servis *flat*.

Berdasarkan pengamatan penulis pada atlet tenis PTL UNP, penulis menemukan masalah bahwa akurasi servis *flat* yang dilakukan oleh atlet-atlet tenis PTL UNP tidak mempunyai akurasi yang baik. Selain itu, penulis melihat bahwa pelatih tidak terlalu memperhatikan tinggi badan dan kekuatan genggaman atlet-atletnya. Hal ini terlihat dari tidak adanya latihan-latihan khusus untuk meningkatkan kedua aspek ini. Jadi berdasarkan masalah tersebut, penulis tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai sumbangan tinggi badan dan kekuatan genggaman terhadap akurasi servis dengan judul :”Kontribusi Tinggi Badan dan Kekuatan Genggaman Terhadap Akurasi Servis Flat Pada Atlet Tenis PTL UNP.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, banyak faktor yang mempengaruhi keberhasilan melakukan servis *flat* yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Apakah tinggi badan berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
2. Apakah kekuatan gengaman berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
3. Pentingkah akurasi servis *flat* dalam pertandingan tenis lapangan?
4. Apakah daya ledak otot lengan berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
5. Apakah kecepatan berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
6. Apakah kelentukan berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
7. Apakah keseimbangan berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
8. Apakah koordinasi berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
9. Apakah cara memegang raket (*grip*) berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?
10. Apakah Teknik Pergerakan Raket (fase memukul) berpengaruh terhadap akurasi servis *flat*?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah diatas, penulis membatasi masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Sedikitnya atlet tenis PTL UNP yang memiliki tinggi badan yang bagus.
2. Rendahnya kualitas kekuatan gengaman atlet tenis PTL UNP.
3. Rendahnya akurasi servis *flat* atlet tenis PTL UNP.

D. Perumusan Masalah

1. Apakah ada kontribusi tinggi badan terhadap akurasi servis *flat* pada atlet tenis PTL UNP?
2. Apakah ada kontribusi kekuatan genggamannya terhadap akurasi servis *flat* pada atlet tenis PTL UNP?
3. Apakah ada kontribusi tinggi badan dan kekuatan genggamannya secara bersama-sama terhadap akurasi servis *flat* pada atlet tenis PTL UNP?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Kontribusi tinggi badan terhadap akurasi servis *flat* pada Atlet Tenis PTL UNP.
2. Kontribusi kekuatan genggamannya terhadap akurasi servis *flat* pada Atlet Tenis PTL UNP.
3. Kontribusi tinggi badan dan kekuatan genggamannya terhadap akurasi servis *flat* pada Atlet Tenis PTL UNP.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan.

2. Sebagai informasi bagi para pelatih bahwa faktor tinggi badan dan kekuatan gengaman berpengaruh terhadap akurasi servis *flat* dan memberikan sumbangan yang signifikan.
3. Sebagai informasi bagi yang berminat untuk meneliti lebih lanjut dengan menggunakan faktor-faktor lain.
4. Sebagai bahan bacaan untuk meningkatkan ilmu pendidikan olahraga terutama pada cabang olahraga tenis.