

## **TINGKAT KETERAMPILAN PUKULAN FOREHAND DAN BACKHAND GROUNDSTROKE TENIS LAPANGAN SISWA SEKOLAH BANTUL TENIS CAMP DIY**

### *THE ABILITY OF FOREHAND AND BACKHAND GROUNDSTROKES OF COURT TENNIS OF STUDENTS AT TENNIS CAMP SCHOOL BANTUL DIY*

Oleh: Revina Clarinda Devi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta,  
[revinaclarindadevi@gmail.com](mailto:revinaclarindadevi@gmail.com)

#### **Abstrak**

Pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* adalah teknik yang sangat penting karena dominan dilakukan dalam permainan tenis lapangan, namun dalam kenyataan masih kurang dikuasai. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui secara empiris tingkat keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* tenis lapangan siswa sekolah Bantul Tenis *Camp* DIY. Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Populasi penelitian ini adalah siswa sekolah Bantul Tenis *Camp* DIY yang berjumlah 28 siswa. Metode dalam penelitian ini menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa 1) tingkat keterampilan *forehand groundstroke* siswa sekolah Bantul Tenis *Camp* DIY secara rinci dari keseluruhan 28 siswa sekolah Bantul Tenis *Camp* DIY, sebagai berikut: 3 siswa (10,7 %) berkategori sangat rendah; 4 siswa (14,3%) berada pada kategori rendah; 11 siswa (39,3%) berada pada kategori sedang; 9 siswa (32,1%) berada pada kategori tinggi; dan 1 siswa (3,6%) berada pada kategori sangat tinggi. 2) Pada tingkat keterampilan *backhand groundstroke* diketahui dari hasil keseluruhan 28 siswa sekolah Bantul Tenis *Camp* DIY; 2 siswa (7,1 %) berada pada kategori sangat rendah; 9 siswa (32,1%) berada pada kategori rendah; 7 siswa (25%) berada pada kategori sedang; 8 siswa (28,6%) berada pada kategori tinggi; dan 2 siswa (7,1%) berada pada kategori sangat tinggi.

**Kata Kunci:** *Tingkat Keterampilan, Forehand Groundstroke, Backhand Groundstroke, Siswa Sekolah Tenis, Tes Tenis Dyer.*

#### **Abstract**

Forehand and backhand groundstrokes is a very important technique since dominantly used in court tennis games, but these techniques less managed. This study aims to determine the skill level of forehand and backhand groundstrokes empirically of courts tennis at Tennis Camp school Bantul DIY. This is a descriptive study. The population were high school students of Tennis Camp School Bantul DIY with a total of 28 students. The method in this study was using survey methods. Data collection techniques used were test and measurement. The results of this study indicated that 1) the level of forehand groundstrokes skills of 28 students at Tennis Camp school Bantul DIY, as follows: 3 students (10.7%) of very poor category; 4 students (14.3%) of poor category; 11 students (39.3%) of medium category; 9 students (32.1%) of high category; and one student (3.6%) of very high category. 2) the level of backhand groundstrokes skill of 28 students at Tennis Camp school Bantul DIY, as follows; 2 students (7.1%) of very poor category; 9 students (32.1%) of poor category; 7 students (25%) of medium category; 8 students (28.6%) of high category; and 2 students (7.1%) of very high category.

**Keywords:** Skill Level, Groundstroke Forehand, Backhand Groundstrokes, Students of Tennis School, Tennis Tests Dyer.

## PENDAHULUAN

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

Di Yogyakarta cukup banyak berdiri sekolah-sekolah tenis, tetapi sekolah yang satu dengan sekolah yang lain pasti mempunyai tujuan dan cara dalam memberikan penyampaian masing-masing. Dari beberapa sekolah tenis yang ada di Yogyakarta berkisar dari usia dini, anak-anak dan remaja awal. Usia mereka kebanyakan membutuhkan dorongan untuk dapat memanfaatkan waktu luang menjadi waktu yang positif untuk mengembangkan minat dan bakat yang

dimiliki. Pada usia tersebut merupakan wadah prestasi untuk masa depan yang kelak akan menjadikan generasi muda menjadi semakin baik dalam berprestasi serta mengembangkan talenta. Pada masa anak dan remaja inilah akan mudah diberikan bekal ilmu pengetahuan dan keterampilan, karena pada masa-masa ini mempunyai rasa ingin tahu terhadap sesuatu dan ingin melakukan keterampilan dan kreativitas.

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 memantapkan bola dari lawan. Ketika bermain tenis lapangan teknik *groundstroke* dominan digunakan untuk memantapkan 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 di sekolah Bantul Tennis Camp DIY, pukulan yang dilakukan siswa masih bervariasi, artinya pukulan siswa masih ada yang sering menyangkut di net, bola yang dipukul masih keluar garis lapangan, dan hasil pukulan yang kurang akurat. Fasilitas lapangan yang disediakan sangat mendukung dengan jumlah enam lapangan *outdoor* dan satu *indoor*, tentunya tidak menjadi halangan bagi siswa kekurangan lapangan dalam berlatih. Bola yang digunakan masih dalam jumlah sedikit dan kurang mendukung karena bola yang digunakan

ketika latihan dan bermain masih banyak yang gembos. Jadwal latihan di sekolah Bantul Tennis Camp DIY setiap hari Rabu, Jumat pukul 15.30- 18.00 WIB dan hari Minggu pukul 07.00-10.00 WIB. Pelatih yang menetap hanya satu orang pelatih yaitu Bapak Joko dan dibantu 1-2 orang, mungkin itu juga menjadi salah satu faktor prestasi yang dicapai siswa sekolah Bantul Tennis Camp DIY belum maksimal. Dibuktikan dengan hasil setiap pertandingan yang diikuti siswa Bantul Tennis Camp DIY hanya beberapa siswa yang konsisten mendapatkan juara di setiap pertandingan.

Dalam uraian di atas menggambarkan bahwa tingkat keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* sebagai teknik dasar yang dominan digunakan dalam permainan tenis lapangan. Maka dari itu penulis ingin melakukan penelitian dengan judul “Tingkat Keterampilan Pukulan *Forehand* dan *Backhand Groundstroke* Tenis Lapangan Siswa Sekolah Bantul Tennis Camp DIY”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Seperti yang diungkapkan oleh Sugiyono (2007: 208) menyatakan bahwa penelitian ini

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. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada hari Minggu, 13 Maret 2016 pukul 08.00 WIB - selesai di Lapangan tenis *indoor* Stadion Sultan Agung, Bantul.

### **Subyek Penelitian**

Populasi dalam penelitian ini adalah jumlah siswa sekolah Tennis Bantul *Camp* DIY yang berjumlah 28 siswa yaitu 15 laki-laki dan 13 perempuan. Menurut Sugiyono (2007: 118) "sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut". Sampel dalam penelitian ini adalah seluruh siswa Bantul Tennis *Camp* DIY yang terdiri dari 15 siswa laki-laki dan 13 siswa perempuan.

### **Prosedur**

Penelitian ini menggunakan tes dan pengukuran dari tes tenis *Dyer* yaitu dengan memukul bola secara berulang-ulang ke arah sasaran tembok dari sisi *forehand* dan *backhand*. Kesempatan melakukan tes 3 kali dalam

setiap variabel, setiap kali kesempatan diberikan waktu selama 30 detik.

### **Data, Instrumen, dan Teknik Pengumpulan Data.**

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2007: 148). Instrumen sebagai alat bantu berjalannya tes dalam sebuah penelitian. Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur tingkat kemampuan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa sekolah Bantul Tennis *Camp* DIY dengan menggunakan tes tenis *Dyer* yang sudah relevan.

Teknik pengumpulan data merupakan langkah yang paling utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data. Tanpa mengetahui teknik pengumpulan data, maka peneliti tidak akan mendapatkan data yang memenuhi standar data yang ditetapkan.

Tahap-tahap melakukan tes tenis *Dyer* ini dengan cara testi berdiri di belakang garis batas pukulan, memegang raket dan dua buah bola. Setelah aba-aba pelaksanaan diberikan, testi memantulkan sebuah bola ke lantai kemudian memukulnya ke arah tembok

diarahkan ke daerah sasaran di atas garis net. Bola yang memantul dari tembok dipukul kembali ke arah daerah sasaran, demikian dilakukan berulang-ulang selama 30 detik dengan setiap variabel dilakukan 3 kali, kemudian dari jumlah tiga sekor tersebut dijumlah menjadi satu.

**Teknik Analisis Data**

Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Selanjutnya untuk mengetahui persentase menggunakan rumus Anas Sudijono (2012: 43):

$$p = \frac{f}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

- f = frekuensi yang sedang dicari presentasinya.
- N= Jumlah frekuensi/ banyaknya individu.
- p = angka presentase.

Sebelumnya akan dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah.

Tabel 1. Kategori Penilaian

No.	Rentang Normal	Kategori
1.	$M + 1,5 SD \leq X$	Sangat Tinggi
2.	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3.	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4.	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5.	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

Keterangan :

M : Mean

SD: Standar deviasi

Sumber: Saifuddin Azwar (2011: 148)

**HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

**Hasil Penelitian**

**1. Forehand Groundstroke**

Berikut disajikan deskripsi data kemampuan *forehand groundstroke* siswa laki-laki dan perempuan.

**a. Laki-Laki**

Diperoleh rata-rata sebesar 47,80; nilai tengah (*median*) sebesar 49; modus sebesar 45; standar deviasi sebesar 10,227; nilai minimal sebesar 26; dan nilai maksimal sebesar 64.

Tabel 2. Kategorisasi Hasil Data *Forehand Groundstroke* Siswa Laki-Laki.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$X \geq 63,14$	1	6,7	Sangat Tinggi
52,91 - 63,14	5	33,3	Tinggi
42,69 - 52,90	5	33,3	Sedang
32,46 - 42,68	3	20	Rendah
$X \leq 28,27$	1	6,7	Sangat Rendah
Jumlah	15	100	

Diketahui bahwa dari keseluruhan 15 siswa laki-laki; sebesar 6,7 % (1 orang) siswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sangat rendah; 20% (3 orang) siswa berada pada kategori rendah, 33,3% (5 orang) siswa berada pada kategori sedang; 33,3% (5 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 6,7% (1 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi.

**b. Perempuan**

Diperoleh rata-rata sebesar 41,92; nilai tengah (*median*) sebesar 45; modus sebesar 45; standar deviasi sebesar 11,835; nilai minimal sebesar 16; dan nilai maksimal sebesar 57.

Tabel 3. Kategorisasi Hasil Data *Forehand Groundstroke* Siswa Perempuan.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$X \geq 46$	5	38,45	Sangat Tinggi
38 - 45	5	38,45	Tinggi
29 - 37	1	7,7	Sedang
21 - 28	1	7,7	Rendah
$X \leq 20$	1	7,7	Sangat Rendah
Jumlah	13	100	

Diketahui bahwa dari keseluruhan 13 siswa perempuan; sebesar 7,7 % (1 orang) siswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sangat rendah; 7,7% (1 orang) siswa berada pada kategori rendah, 7,7% (1 orang) siswa berada pada kategori sedang; 38,45% (5 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 38,45% (5 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi.

**c. Keseluruhan Siswa Bantul Tennis Camp DIY**

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 4. Kategorisasi Hasil Data *Forehand Groundstroke* Keseluruhan Siswa BTC DIY.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$X \geq 61,87$	1	3,6	Sangat Tinggi
50,67 - 61,87	9	32,1	Tinggi
39,47 - 50,66	11	39,3	Sedang
28,27 - 39,46	4	14,3	Rendah
$X \leq 28,27$	3	10,7	Sangat Rendah
Jumlah	28	100	

Diketahui bahwa dari keseluruhan 28 siswa sekolah BTC DIY; sebesar 10,7 % (3 orang) siswa keterampilan *forehand groundstroke*nya berada pada kategori sangat rendah; 14,3% (4 orang) siswa berada pada kategori rendah, 39,3% (11 orang) siswa berada pada kategori sedang; 32,1% (9 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 3,6% (1 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi.

## 2. *Backhand Groundstroke*

Berikut disajikan deskripsi data kemampuan *forehand groundstroke* siswa laki-laki dan perempuan.

### a) Laki-laki

Diperoleh rata-rata sebesar 50,47; nilai tengah (*median*) sebesar 53; modus sebesar 43; standar deviasi sebesar

7,963; nilai minimal sebesar 37; dan nilai maksimal sebesar 62.

Tabel 6. Kategorisasi Hasil Data *Backhand Groundstroke* Siswa Laki-Laki.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$X \geq 62,41$	0	0	Sangat Tinggi
54,45- 62,41	7	46,7	Tinggi
46,49 - 54,44	2	13,3	Sedang
38,53 - 46,48	5	33,3	Rendah
$X \leq 38,53$	1	6,7	Sangat Rendah
Jumlah	15	100	

Dari keseluruhan 15 siswa laki-laki; sebesar 6,7% (1 orang) siswa berada pada kategori sangat rendah; 33,3% (5 orang) siswa pada kategori rendah, 13,3%(2orang) siswa berada pada kategori sedang; dan 46,7% (7 orang) siswa berada pada kategori tinggi.

### b) Perempuan

Diperoleh rata-rata sebesar 45,67; nilai tengah (*median*) sebesar 45; modus sebesar 31; standar deviasi sebesar 7,886; nilai minimal sebesar 31; dan nilai maksimal sebesar 59.

Tabel 7. Kategorisasi Hasil Data *Backhand Groundstroke* Siswa Perempuan.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$X \geq 46$	6	46,15	Sangat Tinggi
38 - 45	5	38,46	Tinggi
29 - 37	2	15,38	Sedang
21 - 28	0	0	Rendah
$X \leq 20$	0	0	Sangat Rendah
Jumlah	13	100	

Diketahui bahwa dari keseluruhan 13 siswa perempuan; sebesar 15,38% (2 orang) siswa berada pada kategori sedang; 38,46% (5 orang) siswa berada pada kategori tinggi, dan 46,15% (6 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi.

**c) Keseluruhan Siswa Bantul Tennis Camp DIY**

Hasil analisis statistik deskriptif untuk variabel *backhand groundstroke* diperoleh rata-rata sebesar 48,29; nilai tengah (*median*) sebesar 47,50; modus sebesar 43; standar deviasi sebesar 8,137; nilai minimal sebesar 31; dan nilai maksimal sebesar 62.

Tabel 8. Kategorisasi Hasil Data *Backhand Groundstroke* Keseluruhan Siswa Bantul Tennis Camp DIY.

Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
$X \geq 60,50$	2	7,1	Sangat Tinggi
52,36-60,50	8	28,6	Tinggi
44,22-52,35	7	25	Sedang
36,08-44,21	9	32,1	Rendah
$X \leq 36,08$	2	7,1	Sangat Rendah
Jumlah	28	100	

Diketahui bahwa dari keseluruhan 28 siswa sekolah Bantul Tennis Camp DIY; sebesar 7,1 % (2 orang) siswa berada pada kategori sangat rendah; 32,1% (9 orang) siswa berada pada kategori rendah, 25% (7 orang) siswa berada pada kategori sedang; 28,6% (8 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 7,1% (2 orang) berada pada kategori sangat tinggi.

**Pembahasan**

Pembahasan hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil analisis data yang telah dikemukakan. Berdasarkan



analisis deskripsi persentase yang telah dilakukan dapat diketahui hasil data siswa laki-laki dan perempuan sebagai berikut:

### **1. *Forehand Groundstroke***

#### **a) Laki- laki**

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan 15 siswa laki-laki Sekolah Bantul Tennis *Camp* DIY; sebesar 6,7% (1 orang) siswa keterampilan *forehand groundstroke* berada pada kategori sangat rendah; 20% (3 orang) siswa berada pada kategori rendah, 33,3% (5 orang) siswa berada pada kategori sedang; 33,3% (5 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 6,7% (1 orang) berada pada kategori sangat tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa laki-laki Sekolah Bantul Tennis *Camp* DIY keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 33,3%.

#### **b) Perempuan**

Diketahui bahwa dari keseluruhan 13 siswa perempuan Sekolah Bantul Tennis *Camp* DIY; sebesar 7,7 % (1 orang) siswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sangat rendah; 7,7% (1 orang) siswa berada pada kategori rendah, 7,7% (1 orang) siswa berada pada kategori sedang; 38,45% (5 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 38,45% (5 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa perempuan Sekolah Bantul Tennis *Camp* DIY keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 38,45%.

#### **c) Keseluruhan Siswa Bantul Tennis *Camp* DIY**

Hasil keseluruhan 28 siswa sekolah Bantul Tennis *Camp* DIY;

sebesar 10,7% (3 orang) siswa keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori sangat rendah; 14,3% (4 orang) siswa berada pada kategori rendah, 39,3% (11 orang) siswa berada pada kategori sedang; 32,1% (9 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 3,6% (1 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa sekolah Bantul Tennis Camp DIY keterampilan *forehand groundstrokenya* berada pada kategori “sedang” dengan persentase sebesar 39,3%.

## 2. *Backhand Groundstroke*

### a) Laki-laki

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan 15 siswa laki-laki sekolah Bantul Tennis Camp DIY; sebesar 6,7% (1 orang) siswa keterampilan *backhand groundstrokenya* berada pada kategori sangat rendah; 33,3% (5 orang) siswa

berada pada kategori rendah, 13,3% (2 orang) siswa berada pada kategori sedang; dan 46,7% (7 orang) siswa berada pada kategori tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa laki-laki Sekolah Bantul Tennis Camp DIY keterampilan *backhand groundstrokenya* berada pada kategori “tinggi” dengan persentase sebesar 46,7%.

### b) Perempuan

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan 13 siswa perempuan sekolah Bantul Tennis Camp DIY; sebesar 15,38% (2 orang) siswa keterampilan *backhand groundstroke* nya berada pada kategori sedang; 38,46% (5 orang) siswa berada pada kategori tinggi, dan 46,15% (6 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi. Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa perempuan sekolah Bantul Tennis Camp DIY berada

pada kategori “sangat tinggi” dengan persentase sebesar 46,15%.

### c) Keseluruhan Siswa Bantul Tennis

#### *Camp DIY*

Diketahui dari keseluruhan 28 siswa sekolah Bantul Tennis *Camp DIY*; sebesar 7,1 % (2 orang) siswa keterampilan berada pada kategori sangat rendah; 32,1% (9 orang) siswa berada pada kategori rendah, 25% (7 orang) siswa berada pada kategori sedang; 28,6% (8 orang) siswa berada pada kategori tinggi; dan 7,1% (2 orang) siswa berada pada kategori sangat tinggi.

Data tersebut menunjukkan bahwa mayoritas siswa sekolah Bantul Tennis *Camp DIY* keterampilan *backhand groundstroke*nya berada pada kategori “rendah” dengan persentase sebesar 32,1%.

### SIMPULAN DAN SARAN

#### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, berikut dapat disimpulkan

hasil keseluruhan tingkat keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa sekolah Bantul Tennis *Camp DIY*, sebagai berikut:

#### 1) *Forehand Groundstroke*

Tingkat keterampilan pukulan *forehand groundstroke* tenis lapangan siswa BTC secara rinci pada hasil penelitian dari keseluruhan 28 siswa; sebanyak 3 siswa (10,7 %) berkategori sangat rendah; sebanyak 4 siswa (14,3%) berada pada kategori rendah; sebanyak 11 siswa (39,3%) berada pada kategori sedang; sebanyak 9 siswa (32,1%) berada pada kategori tinggi; dan sebanyak 1 siswa (3,6%) berada pada kategori sangat tinggi.

#### 2) *Backhand Groundstroke*

Tingkat keterampilan *backhand groundstroke* siswa BTC pada hasil penelitian diketahui bahwa dari keseluruhan 28 siswa; sebanyak 2 siswa (7,1 %) berada pada kategori sangat rendah; sebanyak 9 siswa (32,1%) siswa

keterampilan berada pada kategori rendah; sebanyak 7 siswa (25%) berada pada kategori sedang; sebanyak 8 orang (28,6%) berada pada kategori tinggi; dan sebanyak 2 siswa (7,1%) berada pada kategori sangat tinggi.

### Saran

Berdasarkan kesimpulan yang sudah dikemukakan, ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1) Bagi pelatih hendaknya

memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian keberhasilan melakukan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa.

2) Bagi sekolah Bantul Tennis Camp

DIY, perlu beberapa waktu mengadakan tes keterampilan *forehand* dan *backhand groundstroke* untuk mengetahui seberapa tingkat keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* siswa.

3) Bagi siswa, harus dapat meningkatkan kembali tingkat keterampilan *pukulan forehand* dan *backhand groundstroke* dengan berlatih lebih giat supaya mendapatkan hasil yang maksimal. Siswa juga perlu mengetahui pentingnya pukulan *forehand* dan *backhand groundstroke* dalam permainan tenis lapangan.

### DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Arma Aboellah dkk. (1981). *Olahraga Untuk Perguruan Tinggi*. Yogyakarta: PT. Sastra Hudaya.
- Ladrner, Rex (1987). *Teknik Dasar Tenis Strategi dan Taktik yang Akurat*. Semarang, Dahara Prize.
- Ngatman. (2001). *Tes dan Pengukuran "Diktat"*. Yogyakarta: FIK UNY
- Sugiyono. (2007). *Statistika untuk Penelitian*. Bandung, Cv, Alfabeta.
- Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: FIK UNY.
- Yudoprasetyo (1981) *Belajar Tenis*. Jakarta. Bhratara Karya Aksara.