

ABSTRAK

DEDE KURNIAWAN, NIM. 609121006. “Upaya Meningkatkan Pukulan *Forehand Drive* Dengan Variasi Latihan *Groundstroke* Dalam Permainan Tenis Lapangan Pada Atlet Pemula *Club Mitra BNI Medan Tahun 2013*”.
(Pembimbing Skripsi : NONO HARDINOTO).
Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2013.

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pukulan *Forehand drive* dalam permainan tenis lapangan menggunakan variasi latihan *Groundstroke* pada atlet pemula *Club Mitra BNI Medan Tahun 2013*.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan olahraga, yang terdiri dari I siklus. Sebelum dilakukan tindakan pada siklus I peneliti melakukan tes awal untuk mengetahui tingkat pukulan *Forehand drive* kemudian dilakukan tindakan dalam bentuk variasi latihan *Groundstroke* dan diakhiri dengan memberikan tes di akhir siklus I (Post test).

Setelah data dikumpulkan kemudian dilakukan analisis maka diperoleh hasil analisisnya yaitu: (1) dari data tes awal latihan diperoleh data 10 atlet masih belum sesuai dengan target yang diinginkan dengan nilai rata – rata 10% .(2) dari data hasil tes latihan siklus I diperoleh 9 orang (90 %) telah tercapai tingkat keberhasilan latihan dengan nilai rata – rata 65,41 % sedangkan 1 orang (10%) belum tercapai tingkat keberhasilan latihan. Dalam hal ini dapat dilihat bahwa telah terjadi peningkatan nilai rata – rata hasil latihan atlet dari tes awal (*pre-test*) 0 % ke akhir siklus I (*Post-Test*) 90 % yaitu peningkatan keberhasilan secara individu dan kelompok sebesar 10 %.

Berdasarkan hasil analisis data di atas maka dapat dikatakan bahwa dengan menggunakan variasi latihan *groundstroke* dapat memberikan peningkatan terhadap pukulan *forehand drive* pada atlet pemula *Club Mitra BNI Medan Tahun 2013*.