

ABSTRAK

ZUHRI HIMAWAN SIRAIT. Upaya Meningkatkan Hasil *Backhand Drive* Melalui Metode Pemberian *Groundstrokes Backhand* ke Dinding Pada Atlet Putri Sekolah Tenis Progres Unimed Tahun 2012.

(Pembimbing : IBRAHIM WIYAKA).

Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2012.

Olahraga sangat berperan penting dalam kehidupan manusia, di antara sekian banyak olahraga permainan ada salah satu olahraga yang sangat populer pada saat ini yaitu olahraga Tenis lapangan. Tenis lapangan merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer karena banyak diminati oleh masyarakat.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan *groundstrokes backhand* ke dinding terhadap hasil *backhand drive* atlet putri Sekolah Tenis Progress Unimed Tahun 2012.

Metode penelitian yang digunakan adalah (*Sport Action Research*). Pendekatan yang digunakan adalah pendekatan kualitatif yang berguna untuk mengungkapkan kesulitan belajar atlet dalam proses latihan *groundstrokes backhand* ke dinding serta cara mengatasi kesulitan-kesulitan tersebut sebagai upaya untuk meningkatkan hasil *backhand drive* atlet tersebut. Instrumen untuk mengukur kemampuan *backhand drive* ini adalah dengan menggunakan *backhand drive Hewitt Tennis Achievement Test*.

Berdasarkan dari data awal atlet sebelum latihan *groundstrokes backhand* ke dinding diberikan hasil *backhand drive* atlet melalui tes *backhand drive Hewitt Tennis Achievement Test* adalah dari 10 atlet putri tidak terdapat atlet putri yang lulus hasil latihan dengan nilai rata-rata 100%. Kemudian, siklus I diberikan perlakuan dan diberikan tes menggunakan metode *groundstrokes backhand* ke dinding dan pada akhirnya diberikan tes *backhand drive Hewitt Tennis Achievement Test*, hasilnya terdapat 8 atlet putri yang telah tuntas dalam hasil latihan, dengan nilai rata-rata 80%. Sedangkan 2 atlet belum tuntas hasil latihannya, dengan nilai rata-rata 20%.. Dari tes awal sampai dilakukannya siklus I serta dilakukannya penilaian melalui lembar observasi terjadi peningkatan, dalam hal ini dapat dikatakan bahwa melalui latihan *Groundstrokes Backhand* ke dinding dapat meningkatkan hasil *backhand drive*.