

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Tenis merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer karena banyak diminati oleh masyarakat. Kebutuhan akan tenis lapangan semakin meningkat karena banyaknya orang yang gemar bermain tenis mulai dari anak-anak, remaja, dan orang dewasa. Tiap orang mempunyai tujuan yang berbeda-beda dalam melakukannya, misalnya ada yang bertujuan untuk memperluas pergaulan, memperbanyak teman, rekreasi, kesehatan, dan untuk prestasi. Bahkan dewasa ini tenis dapat di jadikan sebagai lapangan pekerjaan sebagai pelatih yang dapat menghasilkan uang.

Sedangkan untuk pencapaian prestasi yang optimal dalam permainan tenis lapangan dapat dicapai melalui peranan seorang pelatih. Oleh karena itu pelatih lain pelatih harus mampu menyusun program, memilih, dan menerapkan metode latihan sesuai dengan tujuan latihan itu sendiri. Selain pelatih, orang tua dan atlet itu sendiri mempunyai peranan dan tanggung jawab yang sama dalam pencapaian prestasi. Usaha pembinaan dan pengembangan untuk mencapai prestasi tersebut perlu diadakan pendekatan ilmiah, adanya sarana yang menunjang dan metode latihan yang tepat. Untuk pencapaian prestasi yang optimal dalam permainan tenis lapangan, faktor yang mendasar yang perlu dikuasai oleh seorang pemain tenis adalah pukulan dasar.

Penguasaan pukulan dasar yang baik dan benar merupakan salah satu landasan penting untuk peningkatan kemampuan bermain tenis. Bagi petenis, penguasaan teknik dasar pukulan mutlak diperlukan dalam meningkatkan prestasi. Untuk penguasaan teknik dasar dapat dicapai dengan latihan yang benar, tepat, dan teratur. Menurut Agus Salim (2007:47) “pukulan-pukulan dalam permainan tenis digolongkan dalam “*Groundstroke, Serve, dan Volly*”.

Salah satu pukulan drive yang perlu dikuasai oleh petenis lapangan adalah *backhand drive*. Karena masih banyak pemain tenis yang kemampuan *backhand drivenya* lemah, sehingga menjadi keuntungan lawan pada saat bertanding dan akan selalu mengarahkan bola ke sisi *backhand* yang masih lemah. Menurut Rex Lardner (2003:47) “*backhand* merupakan *stroke* yang paling alami dari pada *forehand*, yakni karena tubuh tidak menghadap sasaran pukulan”.

Bentuk gerakan *backhand drive* sebenarnya hampir sama dengan *forehand drive*, tetapi karena letak dan posisi bola yang akan dipukul berada disebelah sisi lain dari badan, maka menimbulkan beberapa kesulitan. Untuk memukul *backhand* yang kuat harus memutar tubuh bagian atas dengan penuh ayunan ke depan ditambah kekuatan tembakan dengan tajam ke daerah *baseline* dan berat badan didepan.

“Menurut Jim Brown (1996:9) mengatakan bahwa *backhand drive* adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain tangan kanan dengan lengan menyilang didepan tubuh ke arah kiri atau pukulan yang dilakukan oleh pemain kidal dengan lengan menyilang didepan tubuh ke arah kanan. Sedangkan *drive* adalah *groundstroke* yang dipukul dengan sekuat tenaga dan tajam jauh di *backhand* lawan”.

Saat ini terdapat dua jenis pukulan *backhand* yang populer digunakan, yaitu: *backhand* menggunakan satu tangan dan *backhand* menggunakan dua tangan.

Menurut Hariadi (2007:28) mengatakan bahwa *grip* satu tangan ini dapat digunakan untuk *backhand drive*, *slice* atau *spin*. Selain itu dapat juga dipakaidalam pukulan*backhand volley*. Namun *grip* ini juga membutuhkan kecepatan kerja kaki, kecepatan reaksi dan antisipasi.

Terdapat beberapa keuntungan dan kerugian dalam memakai *backhand* satu tangan. Pertama, anda memperoleh keuntungan dari jangkauannya yang panjang sehingga bola-bola yang melebar dapat ditangani dengan lebih mudah. Kedua, lebih mudah untuk melakukan voli dari *grip* satu tangan dan umumnya pemain yang memiliki *backhand* satu tangan lebih jago dalam memukul voli daripada pemain yang memiliki *backhand* dua tangan. Kerugiannya lain dalam pemakaian *grip* ini adalah jarak jangkauan bola menjadi lebih pendek bila dibandingkan dengan *backhand* satu tangan. Biasa pemain yang menggunakan *grip* ini cenderung bermain didaerah belakang.

Cara melakukan pegangan satu tangan yaituDari posisi bersiap, bergerak ke arahdatangnya bola dan telah menentukan zona pukulan serta *grip* yang akan dipakai. Zona pukulan untuk pukulan *backhand* satu tangan yang baik adalah agak didepan badan. Raket diayunkan ke belakang beserta bahu dan punggung. *Stance*(posisi berdiri) yang dipakai dalam *backhand* satu tangan umumnya adalah *closed stance* dimana posisi badan tegak lurus terhadap net atau garis *baseline*. Raket diayunkan ke depan menuju titik kontak dengan bola dan usahakan kontak

berada pada *sweetspot* dari raket. Titik kontak sebaiknya berada agak didepan badan dan bukan disamping. Kemudian ayunan diteruskan untuk melakukan tahap *followthrough* kira-kira ke arah badan .

Menurut Hariadi (2007:28) mengatakan bahwa dengan menggunakan dua tangan ini diharapkan pukulan *backhand* akan lebih baik karena pergelangan tangan akan lebih kuat saat terjadi kontak antara raket dengan bola. Grip ini dapat dikatakan bukan *gripbackhand* melainkan *forehand* yang menggunakan tangan lain dengan stabilisator tangan utama.

Backhand ini merupakan yang paling populer digunakan oleh pemain tenis saat ini. Keuntungan dari *grip* ini adalah ayunannya yang efisien dan tenaga ekstra yang dihasilkannya karena menggunakan dua tangan. Namun, kekurangannya terutama dalam menghadapi bola-bola yang melebar dikarenakan tumpuan ayunan yang menggunakan 2 bahu. *Grip* yang dipakai dalam melakukan pukulan ini adalah tangan kanan berada pada ujung gagang raket dengan *gripcontinental* dan tangan kiri berada di atasnya dengan *grip semi-western*. Terdapat 2 jenis *grip* yang dapat anda pakai dalam melakukan *backhand* dua tangan, yaitu *eastern* dan *full-eastern (western) grip*. Cara memegang raket dengan dua tangan atau *two hands grip* merupakan cara memegang raket untuk *backhand*. Ada dua jenis pegangan dalam *grip* dua tangan ini yaitu dengan memegang raket oleh tangan utama menggunakan *eastern grip* dan diikuti tangan lainnya, sedangkan cara yang kedua dengan tangan utama memegang raket dengan *continental grip* dan diikuti tangan lainnya didepan tangan atau menggunakan *semi continental grip*.

Cara melakukan pegangan dua tangan yaitu Dari posisi bersiap, bergerak ke arahdatangnya bola dan telah menentukan zona pukulan serta *grip* yang akan dipakai. Pada saat untuk pukulan *backhand* dua tangan yang baik adalah di samping badan disekitar daerah pinggang. Raket diayunkan ke belakang pada posisi kira-kira sejajar pinggang. *Stance* yang dipakai dalam *backhand* dua tangan umumnya *closed stance*, namun dapat pula dilakukan dengan *open stance*. Raket diayunkan ke depan menuju titik kontak dengan bola dan usahakan kontak berada pada *sweetspot* dari raket. Dalam ayunan ke depan ini, tangan kiri memegang peran yang dominan sedangkan tangan kanan sebagai penyeimbang dan pengarah bola. Kemudian ayunan diteruskan ke samping badan hingga raket ke arah punggung untuk melakukan tahap *followthrough*.

Dari pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa pukulan *backhand drive* merupakan salah satu pukulan harus dikuasai, supaya lawan pada saat bertanding tidak akan mempunyai kesempatan untuk mengincar kelemahan dari seseorang pemain tenis. Menurut Rex Lardner (2003:45) “Bahwa petenis pemula mengalami kesulitan dengan pukulan-pukulan *backhand* karena mereka belum mampu bersiap-siap melakukan secara dini dan mereka lebih senang memukul bola dengan *forehand*”. Ambil waktu sebisanya untuk memukul kembali dengan menggerakkan raket pada keadaan siap untuk memelakukan pukulan *backhand drive*. Mulailah bergerak begitu anda melihat bola dengan sasaran memukul bola yang ada didepan dengan arah kesamping. Ayunan dari sisi memberi lengan dan kontrol tangan yang lebih terhadap raket, ayunan ini dapat memberikan kekuatan yang sama besarnya.

Sekolah Tenis *Progress* Unimed adalah salah satu club tenis yang ada di Medan, dan merupakan wadah bagi masyarakat mulai dari anak-anak hingga orang dewasa untuk menyalurkan kesenangan ataupun mengembangkan bakat sehingga bisa berprestasi. Sekolah Tenis *Progress* Unimed yang berdiri sejak November 2006 sudah dapat menghasilkan atlet berprestasi ditingkat Provinsi. Hal tersebut disebabkan masih banyak kekurangan dan kelemahan khususnya dalam program latihan.

Pengamatan penulis pada saat siswa putra sekolah tenis *progress* Unimed melakukan *stroke* berpasangan ataupun *game*, dapat disimpulkan bahwa hasil *backhand drive* mereka masih rendah karena pukulan tersebut belum tepat sasaran karena bola *out* (keluar) dari daerah lapangan lawan dan membentur net yang akhirnya jatuh dilapangan sendiri, sehingga menguntungkan lawan. Hal ini juga terlihat dari *test* pengukuran yang telah dilakukan penulis untuk mengetahui hasil *backhand drive* siswa putra Sekolah Tenis *Progress* Unimed.

Tabel 1. Hasil *Backhand Drive Hewitt's Tennis Achievement Test* Untuk Hasil *Backhand Drive* Pada Siswa Putra Sekolah Tenis *Progress* Unimed.

No	Nama	Umur	Skor Hasil <i>Backhand Drive</i>										JLH	KET
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1	Ares	16	-	2	-	3	-	1	-	2	-	3	10	C
2	Adi	16	-	3	-	1	2	-	-	1	1	3	11	C
3	Koko	14	1	-	2	-	-	3	-	1	2	3	12	C
4	Maulana	16	-	-	2	-	1	-	2	3	-	3	11	C
5	Rizky	17	1	-	3	-	1	2	2	-	3	2	14	C
6	Raja	19	-	-	-	2	1	-	2	-	-	2	7	K

7	Tio	17	-	2	-	1	2	1	-	-	1	-	7	K
8	Yazid	15	2	-	1	1	-	-	2	-	2	-	8	C

Dari hasil *test* dan pengukuran hasil *backhand drive* dengan menggunakan *testhewitt tennis achievementtest*, dapat disimpulkan bahwa kemampuan *backhand drive* siswa putra sekolah tenis *progressUnimed* belum baik jika dibandingkan dengan norma acuan hasil *backhand drive* untuk begin tennis (tenis pemula). Maka untuk itu perlu diberikan latihan yang mampu untuk meningkatkan kemampuan *backhand drive*.

Tabel 2. Norma Hasil *Backhand Drive Hewitt's Tennis Achievement Test* Untuk Hasil *Backhand Drive* Pada Siswa Putra Sekolah *Progress Unimed*.

Keterangan	Norma
Baik Sekali (BS)	27 – 34
Baik (B)	20 – 26
Cukup (C)	08 – 19
Kurang (K)	03 – 07
Kurang Sekali (KS)	01 – 02

Untuk meningkatkan hasil pukulan *backhand drive* dapat digunakan pegangan *westren* dengan pegangan *eastern*. Dalam hal ini yang dimaksud dengan pegangan *western* adalah salah satu pegangan raket dimana posisi pergelangan tangan berada dibelakang. Sedangkkn pegangan *eastern* adalah salah satu pegangan raket dimana ibu jari dan telunjuk membentuk “V” diatas dan agak maju sedikit kekiri pegangan raket. Pegangan yang dilakukan pada latihan ini dapat menghasilkan pukulan yang maksimal dalam permainan tenis lapangan,

sehingga kedua bentuk pegangan ini merupakan latihan dengan variasi bentuk latihan *backhand drive*.

Pada uraian diatas maka penulis tertarik untuk mengadakan suatu penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Pegangan *Western* Dengan Pegangan *Eastern* Terhadap Hasil Pukulan *Backhand Drive* Dalam Permainan Tennis Pada Siswa Putra Sekolah Tennis *Progress Unimed* Tahun 2012.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas yang telah dikemukakan dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut: Faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi pukulan *Backhand Drive* ? Faktor-faktor apa saja yang dapat mempengaruhi hasil pukulan *Backhand Drive* ? Apakah hasil pukulan *Backhand drive* sangat menunjang prestasi dalam permainan tenis ? Apakah cara pegangan raket dapat mempengaruhi hasil pukulan *Backhand drive* dalam permainan tenis? Apakah latihan pegangan *western* dapat mempengaruhi hasil pukulan *Backhand drive* dalam permainan tenis? Apakah pegangan *eastern* dapat mempengaruhi hasil pukulan *Backhand drive* dalam permainan tenis ? Manakah pegangan yang berpengaruh antara pegangan *Western* dan pegangan *Eastern* terhadap hasil pukulan *Backhand Drive* dalam permainan tenis ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pertimbangan pada masalah yang akan diteliti cukup luas seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka dalam penelitian ini kiranya perlu dibatas permasalahannya. Permasalahan pokok dalam penelitian ini

adalah mana yang lebih besar pengaruhnya pegangan *Western* dengan pegangan *Eastern* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* dalam permainan tenis siswa putra sekolah tenis *progress* Unimed 2012. Pegangan yang digunakan adalah pegangan satu tangan dan dua tangan, pukulan yang digunakan adalah *topspin*.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah maka dirumuskan masalah yang akan diteliti yaitu :

1. Apakah ada pengaruh pegangan *western* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* siswa putra sekolah tenis *progress* UNIMED Tahun 2012?
2. Apakah ada pengaruh pegangan *eastern* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* siswa putra sekolah tenis *progress* UNIMED Tahun 2012?
3. Apakah pengaruh pegangan *Western* lebih besar daripada pegangan *Eastern* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* siswa putra sekolah tenis *progress* UNIMED Tahun 2012?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan penjelasan dalam permasalahan yang dikemukakan diatas yaitu :

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan pegangan *western* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* dalam permainan tenis pada siswa putra sekolah tenis *progress* UNIMED Tahun 2012.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan pegangan *eastern* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* dalam permainan tenis pada siswa putra sekolah tenis *progress* UNIMED Tahun 2012.

3. Untuk mengetahui pengaruh yang lebih besar antara pegangan *Western* dengan pegangan *Eastern* terhadap hasil pukulan *Backhand drive* siswa putri sekolah tenis *progress* UNIMED Tahun 2012.

F. Manfaat Penelitian

Bila penelitian yang dilakukan ternyata menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan antara kedua latihan tersebut, maka penelitian ini bermanfaat bagi:

1. Memberikan sumbangan yang bermanfaat berupa informasi bagi pelatih tenis, pembina maupun pemain tenis lapangan khususnya sekolah *Tenis Progress* Unimed dalam memilih latihan untuk meningkatkan hasil pukulan *Backhand Drive*.
2. Bagi para atlet tenis, agar menerapkan latihan pegangan *Western* dan pegangan *Eastern* untuk meningkatkan hasil melakukan *Backhand Drive* khususnya pada Sekolah *Tenis Progress* Unimed.
3. Sebagai ilmu pengetahuan bagi pemain tenis, dimana untuk meningkatkan *Backhand Drive* dapat ditempuh dengan latihan pegangan *Western* dan pegangan *Eastern* khususnya pada siswa Sekolah *Tenis Progress* unimed.
4. Sebagai tambahan ilmu dalam penulisan karya-karya ilmiah baik yang bersifat *Experiment* maupun *Non Experiment* bagi yang menulis.