

ABSTRAK

**KAHARUDDIN BATU BARA. Kontribusi Latihan *Horizontal Swing* Dan Latihan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Peningkatan Hasil *Backhand Drive* Dalam Permainan Tenis Lapangan Pada Siswa Putri Usia 16–20 Tahun Di Sekolah Tenis *Progress Unimed* Tahun 2013
(Pembimbing : ZULFAN HERI)
Skripsi Medan : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED, Medan 2013**

Tenis adalah salah satu cabang olahraga permainan yang sudah dikenal di Indonesia. Permainan tenis dilakukan oleh dua tim yang dibatasi oleh net dan dimainkan dengan cara memukul bola. *Backhand Drive* adalah salah satu jenis pukulan yang sangat diperlukan dalam permainan tenis. Untuk melakukan pukulan tersebut dengan kuat dan tepat dibutuhkan kondisi fisik yang mendukung. Salah satu dari kondisi fisik tersebut adalah *power* otot lengan dan kemampuan koordinasi mata-tangan. Latihan yang dilakukan secara berulang-ulang dan sistematis dapat meningkatkan kondisi fisik dan juga kemampuan tehnik bermain seorang atlet.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi latihan *horizontal swing* dan koordinasi mata-tangan terhadap peningkatan hasil *backhand drive* dalam permainan tenis lapangan pada siswa putrid Usia 16-20 Tahun di Sekolah Tenis Progress Unimed Tahun 2013.

Metode penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi penelitian adalah siswa Putri Sekolah Tenis *Progress Unimed* dengan jumlah sampel sebanyak 12 orang, sedangkan sampel berjumlah 8 orabg yang diperoleh berdasarkan teknik *purposive random sampling*.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah *test* dan pengukuran terhadap *power* otot lengan (*horizontal swing*), koordinasi mata-tangan dan tes kemampuan hasil pukulan *backhand drive*. Untuk mengetahui kontribusi dari masing-masing variabel digunakan perhitungan statistik koefisien korelasi dan uji regresi.

Dari hasil analisis data menunjukkan bahwa 1) terdapat kontribusi yang signifikan dari latihan *horizontal swing* terhadap hasil pukulan *backhand drive* dalam permainan tenis lapangan pada siswa putri usia 16-20 tahun di sekolah

Tenis Progress Unimed tahun 2013, dimana $r_{hitung} = 0,857$ sedangkan $r_{tabel} = 0,667$ sehingga $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,857 > 0,667$). Dari hasil analisis tersebut diperoleh $t_{hitung} = 7,903$ dibandingkan dengan $t_{tabel} = 1,86$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$, kontribusi diperoleh sebesar 73,44 %. 2) terdapat kontribusi yang signifikan dari koordinasi mata dan tangan terhadap hasil pukulan *backhand drive* dalam permainan tenis lapangan pada siswa putri usia 16-20 tahun di sekolah Tenis Progress Unimed tahun 2013, dimana $r_{hitung} = 0,692$ sedangkan $r_{tabel} = 0,667$ sehingga $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,692 > 0,667$). Dari hasil analisis tersebut diperoleh $t_{hitung} = 3,251$ dibandingkan dengan $t_{tabel} = 1,86$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$, kontribusi diperoleh sebesar 47,88 %. 3) latihan *horizontal swing* dan koordinasi mata-tangan secara bersama-sama memberikan kontribusi terhadap hasil pukulan *backhand drive* dalam permainan tenis lapangan pada siswa putri usia 16-20 tahun di sekolah Tenis Progress Unimed tahun 2013, dimana $r_{hitung} = 0,990$ sedangkan $r_{tabel} = 0,667$ sehingga $r_{hitung} > r_{tabel}$ ($0,990 > 0,667$). Dari hasil analisis tersebut diperoleh $F_{hitung} = 501,41$ dibandingkan dengan $F_{tabel} = 5,79$ maka $t_{hitung} > t_{tabel}$, kontribusi diperoleh sebesar 99,5 %.

