



**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *MULTIBALL* DAN
PRECISION WITH TEMPO TERHADAP KEMAMPUAN *BACKHAND*
DALAM PERMAINAN TENIS LAPANGAN PADA ATLET
CLUB GAJAH MUNGKUR WONOGIRI
TAHUN 2022**

SKRIPSI

OLEH:

ADESTA NUR SYAHBANI

D0218099

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA**

2022

**PERBEDAAN PENGARUH METODE LATIHAN *MULTIBALL* DAN
PRECISION WITH TEMPO TERHADAP KEMAMPUAN *BACKHAND*
DALAM PERMAINAN TENIS LAPANGAN PADA ATLET
CLUB GAJAH MUNGKUR WONOGIRI
TAHUN 2022**

**OLEH:
ADESTA NUR SYAHBANI
D0218099**

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana Pendidikan Kepelatihan Olahraga

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS TUNAS PEMBANGUNAN
SURAKARTA**

2022

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Multiball* Dan *Precision With Tempo* Terhadap Kemampuan *Backhand* Dalam Permainan Tenis Lapangan Pada Atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022”, karya:

Nama : Adesta Nur Syahbani

NIM : D0218099

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan di hadapan DewanPenguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Disetujui:

Pembimbing 1



Iwan Arya Kusuma, S.Pd, M.Or
NIDN. 0627038301

Pembimbing 2



Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or
NIDN. 0619068401

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi dengan judul “Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Multiball* Dan *Precision With Tempo* Terhadap Kemampuan *Backhand* Dalam Permainan Tenis Lapangan Pada Atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022”, karya:

Nama : Adesta Nur Syahbani

NIM : D0218099

Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Dewan Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 28 Juli 2022

DewanPenguji Skripsi:

(Nama Terang)

Tanda Tangan

Ketua : Dr. Joko Sulistyono, M.Pd

Sekretaris : Hartini, S.Pd, M.Or

Anggota I : Iwan Arya Kusuma, S.Pd, M.Or

Anggota II : Kodrad Budiyo, S.Pd, M.Or

Disahkan oleh

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Tunas Pembangunan

Dekan,



MOTTO

*Dengan ilmu kehidupan menjadi mudah, dengan seni kehidupan menjadi indah,
dengan agama kehidupan menjadi lebih terarah dan bermakna.*

(Prof. Mukti Ali)

*Kebahagiaan yang sesungguhnya adalah ketika mampu untuk mensyukuri apa yang di
miliki saat ini.*

(Adesta Nur Syahbani)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada :

1. Bapak Pariman Pujo Sabekti dan Ibu Sumarni, S.Pd. orang tua tercinta yang telah memfasilitasi dan mendidik dengan penuh kasih sayang.
2. Bapak Iwan Arya Kusuma, S.Pd, M.Or dan Bapak Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or. selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan dengan baik dalam penyelesaian tugas akhir skripsi.
3. Bapak Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or yang telah banyak membantu dan memberikan referensi tugas akhir skripsi.
4. Alfian Tesa Nurmansyah tercinta yang memberikan dorongan, semangat, serta motivasi untuk selalu berjuang mewujudkan cita-cita.
5. Bapak Igusti Bagus Garantika, S.Pd. selaku pemilik club Pembinaan Prestasi Tenis Lapangan Wonogiri yang telah berkenan menyediakan tempat penelitian.
6. Berliana Sholekhah Devy Sarila Widyaningrum dan Lisa Juniar Irawati teman yang telah memberikan dukungan pantang menyerah.
7. Dinda Mlellyana Putri Reshadi teman seperjuangan yang selalu setia menemani dalam suka maupun duka dari awal perkuliahan.
8. Almamater tercinta Universitas Tunas Pembangunan Surakarta khususnya program studi S1 Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kepada Allah Yang Maha Esa, karena atas rahmat dan karunia-Nya, skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi sebagai persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.

Hambatan dan tantangan yang dihadapi serta menimbulkan kesulitan dalam menyelesaikan skripsi ini dapat diatasi dengan bantuan dari berbagai pihak. Untuk itu atas segala bentuk bantuan selama penelitian dan penyelesaian skripsi ini disampaikan banyak terima kasih kepada yang terhormat:

1. Dr. Joko Sulistyono, M.Pd Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
2. Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or Selaku Kaprodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan Surakarta.
3. Iwan Arya Kusuma, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing I yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
4. Kodrad Budiyono, S.Pd, M.Or sebagai Dosen Pembimbing II yang telah banyak membantu selama penyusunan skripsi ini.
5. Pada Atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022 yang telah membantu dalam penelitian dan pengumpulan data untuk skripsi ini.
6. Seluruh pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu dan telah memberikan bantuan dan dorongan selama penyusunan skripsi ini.

Semoga amal dan kebaikan semua pihak tersebut mendapat imbalan dari Allah Yang Maha Kuasa. Disadari dalam skripsi ini masih banyak kekurangannya, namun demikian diharapkan skripsi ini bisa dimanfaatkan bagi perkembangan ilmu pengetahuan.

Surakarta, Juni 2022

A.N.S

ABSTRAK

Adesta Nur Syahbani. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan *Multiball* Dan *Precision With Tempo* Terhadap Kemampuan *Backhand* Dalam Permainan Tenis Lapangan Pada Atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Tunas Pembangunan, Juni 2022.

Tujuan penelitian untuk mengetahui perbedaan pengaruh metode latihan *multiball* dan *precision with tempo* terhadap kemampuan *Backhand* dalam permainan tenis lapangan pada atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara metode latihan *multiball* dan *precision with tempo* terhadap kemampuan *Backhand* dalam permainan tenis lapangan pada atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022.

Sampel penelitian adalah Pada Atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Porpusive Sampling*. Variabel penelitian ini yaitu Hasil kemampuan *Backhand* dengan latihan *multiball* dan *precision with tempo* sebagai variabel bebas serta hasil kemampuan *Backhand* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui kemampuan *Backhand* menggunakan tes kemampuan *Backhand* menggunakan petunjuk pelaksanaan tes dari Collins dan Patrick. Hodges (1978). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan *multiball* dan *precision with tempo* terhadap kemampuan *Backhand* dalam permainan tenis lapangan pada atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.17$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Metode Latihan *Multiball* lebih baik pengaruhnya dari pada metode *Precision with tempo* terhadap kemampuan *Backhand* dalam permainan tenis lapangan pada atlet Club Gajah Mungkur Wonogiri Tahun 2022. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan *Backhand* dalam permainan tenis lapangan menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan latihan *multiball*) adalah 12.54% > kelompok 2 (kelompok yang mendapat latihan *precision with tempo*) adalah 12.11%.

Kata Kunci : *Multiball*, *Precision With Tempo*, Kemampuan *Backhand* Tenis Lapangan

ABSTRACT

Adesta Nur Syahbani. *Differences in the Effect of Multiball and Precision With Tempo Training Methods on Backhand Ability in Tennis Field Games at Athlete Club Gajah Mungkur Wonogiri in 2022. Thesis, Surakarta: Faculty of Teacher Training and Education, Tunas Pembangunan University, June 2022.*

The purpose of the study was to determine the difference in the effect of the multiball training method and precision with tempo on Backhand ability in the tennis game of Club Gajah Mungkur Wonogiri in 2022, and if there was a difference then to find out which method was better between the multiball training method and precision with tempo on the ability Backhand in the tennis game of Club Gajah Mungkur Wonogiri athlete in 2022.

The research sample is the Athlete Club Gajah Mungkur Wonogiri with a total of 30 students. Sampling using the Purposive Sampling technique. The variables of this research are the results of Backhand ability with multiball practice and precision with tempo as the independent variable and the results of the dependent variable Backhand ability. The research design used a pretest-posttest design. The test to determine the Backhand ability uses a Backhand ability test using the test implementation instructions from Collins and Patrick. Hodges (1978). The research data analysis method used the t-test formula which was calculated using a short formula.

The results of data analysis, the conclusions obtained are: (1) There is a significant difference in the effect of multiball and precision with tempo training on Backhand ability in court tennis at Club Gajah Mungkur Wonogiri athletes in 2021. This is evidenced by the results of the final test calculation for each group. namely $t_{count} = 3.17$ smaller than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) The Multiball Practice Method has a better effect than the Precision with tempo method on the Backhand ability in the tennis game of Club Gajah Mungkur Wonogiri athletes in 2021. multiball practice) was 12.54% > group 2 (the group that received precision with tempo training) was 12.11%.

Keywords: *Multiball, Precision With Tempo, Tennis Court Backhand Ability*

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
MOTTO	v
PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
ABSTRAK	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
BAB II. LANDASAN TEORI	7
A. Tinjauan Pustaka	7
1. Hakikat Tennis Lapangan	7
2. Hakikat <i>Backhand</i> Dalam Tennis Lapangan	19
3. Hakikat Latihan	24
4. Hakikat Latihan <i>Multiball</i>	27
5. Hakikat Latihan <i>Precision With Tempo</i>	30
B. Penelitian Yang Relevan	32
C. Kerangka Berpikir	33

D. Pengajuan Hipotesis	35
BAB III. METODE PENELITIAN	36
A. Tempat dan Waktu Penelitian	36
B. Rancangan/Desain Penelitian	36
C. Populasi dan Sampel.....	38
D. Pengumpulan Data.....	39
E. Analisis Data	38
BAB IV HASIL PENELITIAN	42
A. Deskripsi Data	42
B. Uji Reliabilitas.....	43
C. Pengujian Persyaratan Analisis	43
D. Hasil Analisis Data	45
E. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan	47
F. Pembahasan Hasil Analisis Data	49
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	52
A. Simpulan.....	52
B. Implikasi	52
C. Saran	53
DAFTAR PUSTAKA	54
LAMPIRAN-LAMPIRAN	56

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Tenis Lapangan	8
Gambar 2. <i>Forehand Eastern Grip</i>	10
Gambar 3. <i>Forehand Continental Grip</i>	10
Gambar 4. <i>Forehand Western Grip</i>	11
Gambar 5. <i>Backhand Eastern Grip</i>	11
Gambar 6. <i>Two Handed Backhand Grip</i>	12
Gambar 7. Lapangan tenis rumput (<i>grass court</i>)	13
Gambar 8. Lapangan semen (<i>Hard court</i>)	13
Gambar 9. Lapangan tanah liat (<i>Clay court</i>).....	14
Gambar 10. Lapangan tertutup (<i>Indoor</i>)	15
Gambar 11. Rangkaian Gerakan Pukulan <i>Backhand</i> Satu Tangan	20
Gambar 12. Rangkaian Gerakan Pukulan <i>Backhand</i> Dua Tangan	21
Gambar 13. Latihan <i>Backhand</i> Dengan <i>Precision With Tempo</i>	31
Gambar 14. Bagan Kerangka Berpikir.....	35
Gambar 15. <i>Two Group Pretest-Post-test Design</i>	37
Gambar 16. Bagan Pengelompokan dengan <i>Ordinal Pairing</i>	38
Gambar 17. Kemampuan <i>Backhand</i> Dalam Permainan Tenis Lapangan	57

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Deskripsi Data Hasil Tes kelompok 1 dan 2	42
Tabel 2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data tes awal.....	43
Tabel 3. <i>Range</i> Reliabilitas	43
Tabel 4. Ringkuman Hasil Uji Normalitas Data	44
Tabel 5. Ringkuman Hasil Uji Homogenitas Data	44
Tabel 6. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal pada kelompok 1 dan 2	45
Tabel 7. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 1	45
Tabel 8. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes awal dan akhir pada kelompok 2	46
Tabel 9. Ringkuman Hasil uji perbedaan tes akhir pada kelompok 1 dan 2	46

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tes Kemampuan <i>Backhand</i> dalam Permainan Tenis	56
Lampiran 2. Program Latihan Kemampuan <i>Backhand</i>	58
Lampiran 3. Data Hasil Tes Awal dan Tes Akhir Kemampuan <i>Backhand</i>	60
Lampiran 4. Rekapitulasi Data Hasil Tes Awal Dan Tes Akhir	62
Lampiran 5. Menghitung Reliabilitas Dengan Anava.....	67
Lampiran 6. Tabel Kerja Untuk Menghitung Perbedaan Peningkatan Hasil Kemampuan <i>Backhand</i>	73
Lampiran 7. Uji Normalitas Data Dengan Metode Lilliefors	74
Lampiran 8. Uji Homogenitas.....	76
Lampiran 9. Menghitung Standar Deviasi Kuadrat Pada Tiap Kelompok	77
Lampiran 10. Menghitung Nilai Peningkatan Kemampuan <i>Backhand</i> Dalam Persen Pada Kelompok 1 Dan Kelompok 2	80
Lampiran 11. Distribusi Nilai t table	81
Lampiran 12. Tabel Lilliefors	82
Lampiran 13. Tabel F	83
Lampiran 14. Dokumentasi.....	86
Lampiran 15. Surat Ijin Penelitian	
Lampiran 16. Surat Balasan Penelitian	

