

**TINGKAT KEBERHASILAN *GROUNDSTROKE FOREHAND* DAN
BACKHAND PEMAIN TIM NASIONAL TENIS LAPANGAN INDONESIA
PADA PERTANDINGAN DAVIS CUP ANTARA INDONESIA VS
VIETNAM MARET 2016 DI SOLO**



FAHMI SEFF

6825128570

KONSENTRASI KEPELATIHAN OLAHRAGA

Skripsi ini Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana Olahraga

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA

2016



Pertama - tama saya mengucapkan rasa syukur yang penuh kepada Allah SWT, yang telah memberikan saya kesehatan serta keselamatan sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu, saya juga berterimakasih kepada orang-orang yang telah mendukung saya seperti

kedua orang tua saya Bapak Musa Ali dan Ibu Fauziah yang telah memotivasi saya secara materi maupun imaterial, juga kakak-kakak saya yang selalu mendukung saya sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu. Penulisan ini saya dedikasikan kepada Fakultas Ilmu keolahragaan, Universitas Negeri Jakarta yang telah mempertemukan saya dengan pendidik yang luar biasa seperti Bapak Sudarso, Bapak Kurnia Takhi, Bapak Roy Widyonarto Marison, Bapak Boyke Adam, dan Ibu Ika Novitaria Marani sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu. Tidak lupa juga saya ucapkan terimakasih kepada Sarah Manzilina yang terus memotivasi saya sehingga saya dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini, juga kepada teman-teman KOP TENIS UNJ, Okki Yonda, Ramdani, Fadli, Samsul Dkk. Dan teman-teman KKO B yang selama ini saling membantu satu sama lain dalam meraih gelar Sarjana Olahraga.

ABSTRAK

Fahmi seff. Tingkat Keberhasilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Pemain Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia pada Pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam Maret 2016 di Solo. SKRIPSI. Program Studi Konsentrasi Kepelatihan Olahraga. Jurusan Olahraga Prestasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta, Juni 2016.

Penelitian ini bertujuan untuk memperoleh informasi tentang Tingkat Keberhasilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Pemain Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia pada Pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam Maret 2016 di Solo secara individu dan team. Tempat penelitian di Solo dan tempat pengambilan data di Lapangan tenis GOR Manahan, Jl.Adi Sucipto, Manahan, Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah. Pada tanggal 4 Maret 2016 – 6 Maret 2016.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan tehnik pengambilan data observasi/*survey*. Subjek penelitian adalah tunggal putra Tim Nasional Indonesia pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam Maret 2016 di Solo sebanyak 4 partai pertandingan.

Berdasarkan pengambilan data dan olah data pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam adalah Total jumlah keseluruhan pukulan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain Indonesia adalah 1228 dengan total *slice* 278, *topspin* 904, dan *flat* 46 dengan prosentase *slice* 23%, *topspin* 73% dan *flat* 4%. Total keberhasilan pukulan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain Indonesia adalah 1000 pukulan dengan *rally* sebanyak 786 kali, *point* sebanyak 214 kali. Adapun kegagalan pukulan sebanyak 228 pukulan.

Maka dapat disimpulkan bahwa *forehand topspin* memiliki tingkat keberhasilan pukulan paling banyak dengan prosentase 83% dalam perolehan *point* pemain Tim Nasional tenis lapangan pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam Maret 2016 di Solo. Dengan prosentase keberhasilan tidak *point (rally)* 57%, dengan keberhasilan *point* 26%, dan kegagalan 17%

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kepada ALLAH SWT yang telah memberikan rahmat dan anugerah-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan Skripsi ini guna sebagai syarat dalam mendapatkan gelar sarjana olahraga dengan judul “Tingkat Keberhasilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Pemain Tim Nasional Tenis Indonesia pada Pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam Maret 2016 di Solo”.

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada semua pihak yang telah membantu penelitian dalam penyusunan skripsi ini, Bapak Dr. Abdul Sukur, M.Si selaku dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan. Bapak Bambang Kridasuwarsa, M.pd, selaku Ketua Program Studi Konsentrasi Konsentrasi Kepelatihan Olahraga, Bapak Roy Widyonarto Marison, M.Pd selaku Pembimbing I, Bapak Yasep Setiakarna Wijaya, S.Km, M.Pd selaku Pembimbing II, Ibu Ika Novitaria Marani, S.pd, S.E, M.Si , selaku Pembimbing akademik.

Harapan Peneliti semoga penelitian ini dapat menjadi bahan kajian bagi pelatih dan juga pengurus PB. PELTI dalam meningkatkan prestasi Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia agar kedepannya menjadi lebih baik, mengembangkan ilmu yang telah peneliti dapat di Fakultas Ilmu Keolahragaan, serta bermanfaat bagi para pelatih, atlet dan mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta khususnya dan bagi masyarakat sebagai tempat mengabdikan pada umumnya.

Jakarta, 7 Juni 2016

Fahmi Seff

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI.....	iii
DAFTAR TABEL.....	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
1. Hakikat Tenis Lapangan.....	1
2. Hakikat <i>Rally Groundstroke</i>	8
B. Indetifikasi Masalah	9
C. Pembatasan Masalah.....	10
D. Perumusan Masalah.....	10
E. Kegunaan Penelitian	11
BAB II KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERFIKIR.....	12
A. Kerangka Teori.....	12
1. Forehand.....	15
2. Backhand	29
3. Hakekat Pertandingan.....	45
B. Kerangka Berfikir.....	47
BAB III METODE PENELITIAN.....	49
A. Tujuan penelitian.....	49
B. Tempat dan Waktu Penelitian	50
C. Metode Penelitian	50
D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel	51
1. Populasi.....	51
2. Sampel	52

E. Instrumen Penelitian.....	52
F. Teknik Pengumpulan Data	53
G. Teknik Analisa Data.....	54
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	55
A. Deskripsi Data	55
B. Pembahasan hasil penelitian	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	61
A. Kesimpulan	61
B. Saran.....	62
DAFTAR PUSTAKA.....	63
LAMPIRAN 1	65
LAMPIRAN II.....	70

DAFTAR TABEL

Tabel 1	: Otot-otot pukulan Forehand	20
Tabel 2	: Otot-otot pukulan Backhand 1 tangan	33
Tabel 3	: Otot-otot pukulan Backhand 2 tangan	38
Tabel 4	: juara Davis Cup 10 th terakhir	46
Tabel 5	: Hasil Analisa pertandingan keseluruhan Indonesia VS Vietnam	56

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	: Tahap persiapan pukulan forehand	16
Gambar 2	: Tahap pelaksanaan pukulan forehand.....	17
Gambar 3	: Tahap perkenaan raket dengan bola pukulan forehand.....	18
Gambar 4	: Tahap gerak lanjut pukulan forehand.....	19
Gambar 5	: Anatomi tubuh Manusia	21
Gambar 6	: Tahap persiapan pukulan forehand flat.....	22
Gambar 7	: Tahap gerak lanjut pukulan forehand flat.....	23
Gambar 8	: Tahap persiapan pukulan forehand topspin.....	25
Gambar 9	: Trayektori bola pukulan topspin	27
Gambar 10	: Pukulan underspin / slice forehand	28
Gambar 11	: Tahap persiapan pukulan backhand 1 tangan	30
Gambar 12	: Tahap pelaksanaan pukulan backhand 1 tangan.....	31
Gambar 13	: Tahap gerak lanjut pukulan backhand 1 tangan	32
Gambar 14	: Tahap - tahap pukulan backhand 2 tangan.....	37
Gambar 15	: Tahap - tahap pukulan backhand flat.....	41
Gambar 16	: Tahap - tahap pukulan backhand spin	42
Gambar 17	: Tahap - tahap pukulan backhand slice	44
Gambar 18	: Trayektori bola pukulan underspin/slice	44

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran I : Analisis pertandingan keseluruhan Indonesia VS Vietnam...	65
Lampiran II : Foto pertandingan.....	70
Lampiran III: Profile atlit	73

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

1. Hakikat Tenis Lapangan

Tenis lapangan adalah olahraga yang dapat di mainkan antara 2 pemain (*single*) dan 2 pasangan(*double*). Setiap pemain menggunakan raket untuk memukul bola, tujuan dari permainan ini adalah mencari *point* dengan memukul bola ke segala arah yang sudah di tentukan dalam peraturannya, sehingga lawan tidak mampu menjakau bola dan terjadi *point*.

Olahraga tenis lapangan berkembang cukup pesat di Indonesia, hal ini di buktikan dengan suksesnya pertandingan yang di selenggarakan PB PELTI maupun ITF pada saat ini. Kemajuan ini di ikuti dengan prestasi-prestasi yang di toreh para pemain tenis Indonesia khusus nya Tim Nasional, seperti :

- Gondowidjojo (lahir di Magelang, 21 Januari 1946; umur 70 tahun) adalah pemain tenis kelahiran Indonesia yang menempati ranking teratas sejak tahun 1969. Pria kelahiran Magelang ini memulai kariernya menjadi seorang pemain tenis pada tahun 1958. Pada tahun 1968, Gondowidjojo untuk pertamakalinya menjadi juara nasional tenis. Semenjak saat itu, ia tidak pernah absen dari berbagai pertandingan tenis baik tingkat nasional maupun internasional. Sebagai pemain nasional, ia sering terpilih dalam

Tim Nasional untuk mewakili Indonesia pada bertanding Asian Games, juga piala dunia Davis Cup pada tahun 1972.

Gondowidjojo juga berhasil menjadi juara Asia antara lain tahun 1975 dan menjadi juara PON tiga kali secara beruntun tahun 1969, 1973, dan 1977. Dalam SEA Games 1977 di Kuala Lumpur, ia memenangkan dua medali emas untuk ganda putra bersama Atet Wijono dan ganda campuran bersama Lita Soegiarto Soetardjo.

- Tintus Arianto Wibowo (lahir di Surabaya, 19 Agustus 1960; umur 55 tahun) merupakan seorang pemain tenis nasional Indonesia. Prestasinya antara lain ialah Medali Perak SEA Games 1981, Juara Beregu Asian Games 1982 dan Medali Perak Pada Asian Games 1986.
- Suharyadi (lahir 14 Februari 1965; umur 51 tahun) adalah mantan petenis Indonesia. Ia bersama dengan Donald Wailan Walalangi pernah bermain di Olimpiade Seoul pada tahun 1988. Selain itu, ia pernah berpasangan dengan Yayuk Basuki di Asian Games 1990 di Beijing mewakili Indonesia di nomor ganda campuran yang meraih medali emas.
- Sri Rahayu Basuki atau lebih dikenal dengan nama Yayuk Basuki (lahir di Yogyakarta, 30 November 1970; umur 45 tahun) adalah mantan pemain tenis dari Indonesia dan dunia yang terkenal pada era tahun 1990-an. Ia memulai karier profesional pada tahun 1990. Pada tahun berikutnya, ia menjadi petenis Indonesia pertama yang menjuarai turnamen profesional. Sepanjang kariernya, Yayuk berhasil memperoleh enam gelar tunggal

Tour WTA dan sembilan gelar dari ganda. Prestasi terbaiknya dalam turnamen Grand Slam adalah mencapai babak perempat final Wimbledon pada tahun 1997. Dia pensiun sebagai pemain tunggal pada tahun 2000, namun tetap menjadi pemain ganda aktif sampai pensiun pada 2013. Peringkat tertinggi yang pernah dicapainya adalah posisi ke-19 untuk bagian tunggal dan ke-9 untuk bagian ganda.

Prestasi prestasi tersebut juga diikuti oleh para juniornya seperti, Suwandi, Bonit Wiryawan, Sulistio Wibowo, Edi Kusdaryanto, Adrian Raturandang, Prima Simpati Aji, Febi Widiyanto, Sunu Wahyu Trijati, dan saat ini Christoper Rungkat. pria kelahiran Manado yang mampu membawa nama Indonesia terus berkibar dengan menjuarai *double Wimbledon junior* dan beberapa pertandingan lainnya seperti Davis Cup dan juga Sea Games dengan meraih 3 medali emas pada beregu putra, tunggal perorangan dan ganda campuran di Palembang 2011

Namun sayang prestasi tenis lapangan Indonesia akhir-akhir ini mengalami penurunan, hal ini terbukti dimana Tim Nasional tenis Indonesia gagal meraih emas pada Sea Games Singapore 2015 kemarin, juga kekalahan tim Davis Cup melawan Kuwait April 2015 kemarin di Jakarta. Penurunan prestasi ini amat sangat disayangkan, dimana tim tenis Indonesia yang dikenal sebagai Negara yang mempunyai sejarah prestasi bagus pada

perkembangannya harus kalah dengan Negara pakistan yang sangat jarang menghasilkan pemain pada kejuaraan dunia.

Dalam olahraga tenis banyak faktor yang dapat mempengaruhi hasil sebuah pertandingan, seperti fisik, tehnik, taktik, mental, dan strategi. 5 faktor ini saling terkait dan saling menunjang satu dengan yang lain sebagai contoh seorang atlit sangat membutuhkan mental yang kuat agar dia dapat percaya diri dalam mengeksekusi pukulan, dimana atlit sangat membutuhkan tehnik yang baik agar atlit dapat merasa percaya diri dalam memukul dan faktor faktor lainnya. namun pada dasarnya olahraga tenis lapangan adalah olahraga permainan yaitu olahraga yang didalam nya sangat membutuhkan skill dan tehnik.

ada 5 dasar tehnik memukul pada olahraga tenis lapangan, yaiu :1. *Forehand groundstroke* 2. *backhand groundstroke* 3. *volley* 4. *smash* 5. *Serve*.¹

Forehand groundstroke adalah pukulan pukulan yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dimana bola dipukul dimulai dengan posisi *open stand* atau *close stand*, dilanjutkan dengan membawa raket kebelakang (*backswing*) dilanjutkan ayunan raket kedepan dengan *contact*

¹ Jindrich Hohm, *Sport Book publisher*, 1990, Toronto ,Canada.79

point terjadi di depan badan diakhiri dengan *followthrough* yang membawa raket kebelakang kepala (*finishing*).²

Backhand groundstroke adalah pukulan yang dilakukan setelah bola memantul di lapangan dimana bola dipukul dengan menggunakan punggung tangan dimulai dengan *openstand* maupun *closestand* dengan mengayunkan raket dari belakang badan ke depan hingga terjadi *follow through* dengan *contact point* di depan badan dan dengan penyelesaian raket di belakang kepala sebelah kanan jika pemain menggunakan tangan kanan, maka punggung tangan kanan yang menggenggam raket akan menghadap ke bola.³

Volley adalah pukulan yang dilakukan sebelum bola memantul di lapangan. *Smash* adalah pukulan yang *contact point* nya terjadi di atas kepala, yang terjadi ketika lawan melakukan pukulan *lob*. *Serve* adalah pukulan untuk memulai sebuah permainan dengan cara bola di lempar keatas kepala dan di lanjutkan dengan pukulan dengan *contact point* di atas kepala.

Tenis lapangan adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh semua kalangan, laki-laki, perempuan dari anak kecil, remaja, dewasa, hingga orang tua namun sangat di anjurkan dari sedini mungkin kita dapat

² Crespo, Miguel and Miley Dave, *Advance Coaches Manual* (London, ITF, 1998).

³ Ibid-hal.40

mempelajari tehnik-tehnik dasar pada olahraga ini, sehingga akan terjadi kesempurnaan tehnik pada perkembangannya.

Seperti Roger Federer dari Swiss pemain nomor 1 dunia sejak 2 Februari 2004 –18 Agustus 2008 dan pemegang rekor *grand slam* sebanyak 16 kali juara. Roger memulai mempelajari olahraga tenis ini pada umur 6 th⁴, dan pada umur 14 th ia mulai menjuarai turnamen Swiss open junior, disitulah roger mulai menunjukkan bakat dan talentanya, tidak hanya itu pemain kelahiran Binningen, Basel Swiss ini pun semakin tak terhenti, beberapa pemain top pada masa itu pun banyak menjadi korban nya, seperti Pete Sampras, Andre Agasi, Andy Rodick dan lain-lain.

Tidak heran jika hingga umur lebih dari 30 tahun Roger masih bisa bersaing di pertandingan *grandslam*. kesempurnaan tehnik pukulanya sangat menginspirasi banyak penikmat olahraga ini. Adapun juga pemain Indonesia yang menurut saya mempunyai kesempurnaan tehnik seperti Christoper Rungkat peringkat 1 nasional, Sunu Wahyu Trijati peringkat 2 nasional dan lain-lain.

Kesempurnaan tehnik sangat dibutuhkan dalam olahraga tenis lapangan hal ini disebabkan karena setiap pertandingan yang sedikitnya menghabiskan 2 set dalam 1 pertandingan dan akan menjadikan pemain lebih *relax* dan tidak mudah cidera.

⁴ Sumber, [Wikipedia](#) 17 Maret 21.32 WIB

Tidak hanya itu kesempurnan tehnik juga akan mempermudah pemain dalam menguasai beberapa situasi-situasi dalam permainan tenis. Ada beberapa situasi pada permainan tenis lapangan atau dengan istilah yang sering kita dengar *5 game situation*, penjabarannya adalah :

1. Situasi dimana 1 orang (A) *serve* dan 1 orang lainnya(B) *return*
2. Situasi dimana 1 orang (A) *return* dan 1 orang lainnya (B) *serve*
3. Situasi dimana A dan B melakukan *rally groundstroke (rally)*
4. Situasi dimana A melakukan serangan dengan maju kedepan net (*Aproachshot*)
5. situasi dimana B melakukan aproachshot dan A melakukan *passing shot/counter attack* dengan mengarahkan bola ke sudut sudut yang sulit di jangkau.⁵

5 game situation adalah situasi yang pasti terjadi dalam setiap pertandingan, dimana dengan memainkan *5 game situation* ini pemain lebih susah di tebak dan cenderung lebih variatif dan tidak monoton dalam permainannya.

⁵ Crespo,Miguel and Miley Dave,Op.Cit. Hal.19

2. Hakikat *Rally Groundstroke*

Rally groundstroke adalah situasi dimana kedua pemain berada pada *baseline* untuk membangun serangan dengan memukul bola ketempat yang sulit dijangkau oleh lawan. *rally groundstroke* dapat dilakukan dengan pukulan *forehand* maupun *backhand* dan dengan jenis pukulan yang berbeda-beda seperti *topspin*, *flat*, dan *slice*. Namun pukulan *Topspin* yang akan lebih sering digunakan oleh pemain mengingat efek pukulannya yang cenderung berputar saat memantul, dan tinggi dari net, sehingga sangat sedikit kemungkinan pemain untuk melakukan *unforce error*.

Pemain tim Nasional Indonesia adalah pemain yang mampu bersaing dalam pertandingan Internasional meskipun pertandingan Internasional yang di ikuti berada di Asia, seperti pertandingan *Men's future* dimana pemain Indonesia seperti Christoper Rungkat, Sunu Wahyu Trijati, Adhytia Harisasongko dan juga David Agung Susanto harus mengikuti dan mendapatkan hasil maksimal agar dapat meningkatkan peringkat.

Target prestasi Tim Tennis Nasional Indonesia adalah meraih medali pada pertandingan Asian Games 2018 yang akan di adakan di Indonesia juga pertandingan Davis Cup. Indonesia berada pada zona group II Asia Ocean yang bergabung dengan, Chinese Taipei, Philipines, Sri Langka, Kuwait, Thailand, Malaysia, Vietnam.

B. Indetifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah maka diidentifikasi masalah-masalah tersebut sebagai berikut :

1. Seberapakah tingkat keberhasilan pemain TIMNAS Indonesia dalam melakukan *groundstroke forehand* dan *backhand* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
2. Seberapa penting *groundstroke forehand* dan *backhand* bagi pemain TIMNAS Indonesia dalam pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam pada perolehan point ?
3. Kesalahan-kesalahan apa yang paling sering terjadi saat pemain TIMNAS Indonesia melakukan *groundstroke forehand* dan *backhand* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
4. Seberapa banyakah *groundstroke forehand* yang di lakukan pemain TIMNAS Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
5. Seberapa banyakah *groundstroke backhand* yang di lakukan pemain TIMNAS Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
6. Apa yang mempengaruhi keberhasilan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain TIMNAS Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi maka dalam penelitian ini perlu dibatasi untuk menghindari terlampaunya ruang lingkup permasalahan, maka peneliti membatasi penelitian ini yaitu **Tingkat Keberhasilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Pemain Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia pada Pertandingan Davis Cup Antara Indonesia vs Vietnam pada Bulan Maret 2016 di Solo**

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Berapakah jumlah keberhasilan pukulan pemain TIMNAS Indonesia dalam melakukan *groundstroke* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
2. Seberapa banyak keberhasilan pukulan dalam perolehan point pemain TIMNAS Indonesia dalam melakukan *groundstroke forehand* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
3. Berapakah banyak keberhasilan pukulan dalam perolehan point pemain TIMNAS Indonesia dalam melakukan *groundstroke backhand* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?
4. Pada pukulan *forehand* jenis pukulan *topspin*, *flat*, atau *slice* kah yang paling banyak melakukan keberhasilan pukulan dalam perolehan point

bagi pemain TIMNAS Indonesia dalam melakukan *Groundstroke* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?

5. Pada pukulan *Backhand* jenis pukulan *topspin*, *flat*, atau *slice* kah yang paling banyak melakukan keberhasilan pukulan dalam perolehan point bagi pemain TIMNAS Indonesia dalam melakukan *Groundstroke* pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam ?

E. Kegunaan Penelitian

1. Kegunaan yang utama adalah untuk menjawab pertanyaan yang ada didalam perumusan masalah yaitu mengetahui tingkat keberhasilan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain TIMNAS Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam.
2. Mengetahui data keberhasilan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain TIMNAS Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam.
3. Sebagai sumbangan informasi pelatih, dan pembina dalam meningkatkan prestasi tenis lapangan di Indonesia.
4. Bahan evaluasi bagi pelatih untuk memperhatikan pemainnya pada saat latihan terutama dalam melakukan *groundstroke*.
5. Semoga bermanfaat untuk insan olahraga dan masyarakat luas.

BAB II

KERANGKA TEORI DAN KERANGKA BERFIKIR

A. Kerangka Teori

Hakekat permainan tenis adalah suatu aktivitas yang di dalamnya terdapat 2 orang untuk single dan 4 orang untuk *double* atau *mix*. Perkembangan olahraga tenis di Indonesia sangat pesat banyak sekolah-sekolah tenis, club-club tenis, juga tenis akademi yang didirikan untuk menciptakan atlet berprestasi Tapi disamping itu masih ada bermacam-macam tujuan lain.

Ada orang yang bermain tenis hanya untuk mengisi waktu luang, ada yang bermain tenis untuk bergaul dengan orang lain. Dalam kehidupan modern ini, manusia tidak dapat dipisahkan dari kegiatan olahraga. Baik secara kebutuhan hidup ataupun sebagai gaya hidup guna menjaga tubuh agar tetap bugar dan sehat maupun sebagai arena adu prestasi. Begitu halnya dengan tenis, olahraga ini belakangan menjadi salah satu olahraga yang populer dan cenderung banyak digemari oleh hampir semua lapisan masyarakat dunia, khususnya di Indonesia.

Perkembangan ini disebabkan karena tenis merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat dimainkan oleh semua orang mulai dari anak-anak hingga orang dewasa. Tenis lapangan telah mencapai tahap perkembangan sangat pesat dan menarik perhatian sebagian banyak orang.

Sejak terbukanya acara-acara pertandingan tingkat dunia dan orang-orang yang ikut serta didalamnya telah mendorong meluasnya olahraga ini ke seluruh dunia, sehingga banyak orang mulai belajar tenis dengan serius tanpa memperdulikan usia maupun jenis kelamin

Sasaran akhir dalam olahraga prestasi adalah pencapaian prestasi semaksimal mungkin melalui perolehan kemenangan dan pencapaian rekor. Tuntutan tersebut merupakan tujuan yang harus dicapai oleh setiap atlet. Karena tanpa adanya tujuan maka latihan cenderung tidak mempunyai arah yang jelas. Maka dari itu, atlet dituntut untuk bisa berprestasi dalam bidang olahraga yang digelutinya.

Dalam permainan tenis ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh pemain tenis yaitu fisik, teknik, taktik dan mental merupakan satu kesatuan yang saling mendukung. Oleh karena itu pelatih tenis dituntut untuk membina serta melatih para atlet-atletnya yang memiliki potensi untuk dapat berprestasi.

Latihan fisik merupakan salah satu latihan untuk semua cabang olahraga terutama cabang olahraga tenis Tujuannya untuk membentuk kondisi tubuh sebagai dasar untuk meningkatkan ketahanan, kelincahan, kecepatan, kekuatan dan kebugaran dalam pencapaian suatu prestasi. Mengenai pentingnya aspek latihan fisik diterangkan oleh beberapa ahli mengatakan bahwa: "Sukses dalam olahraga sering menuntut keterampilan yang sempurna dalam situasi stress fisik yang tinggi, maka semakin jelas

bahwa kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam peningkatan prestasi atlet”.

Menurut Nuriman menjelaskan, “Tenis merupakan olahraga permainan, karena memiliki ciri-ciri yaitu adanya alat yang digunakan dan benda yang dimainkan. Dengan kata lain adanya media yang digunakan berupa raket dan bola”. Tujuan dari permainan tenis adalah memenangkan permainan melalui game dengan cara memukul bola ke arah lapangan lawan melewati net sehingga bola tidak dapat dijangkau oleh lawan dan menghasilkan angka.¹

Setelah kita mengetahui secara umum, maka untuk memulai latihan tenis yang pertama kita harus tahu dan kita kuasai adalah tehnik dasar permainan tenis itu, yang terdiri berdasarkan cara memukul yaitu : *groundstroke*, *volley*, dan *overhead*.

Groundstroke merupakan semua pukulan tenis yang kita pukul setelah bolanya menyentuh tanah terlebih dahulu, pukulan *groundstroke* terbagi lagi menjadi beberapa pukulan, salah satunya yaitu : pukulan *drive*². Pukulan *drive* ini diantaranya adalah *forehand* dan *backhand*. Kedua pukulan ini menjadi unsur penting dalam permainan tenis dan memukul bola dengan cepat, keras, masuk, dan akurat merupakan salah-satu senjata

¹ Berkah Saputra, Bunadi, Dasar-dasar pelajaran tenis, (Bandung BBTS,2001)Hal.12

² Sumber Wikipedia,tehnik dasar tenis lapangan 17 Maret 2016 pukul 19.49 WIB

utama dalam bermain tenis. Dan pukulan backhand bisa menjadi senjata utama maupun kelemahan pada setiap pemain

1. Forehand

Forehand adalah pukulan yang sangat penting dalam permainan tenis lapangan, seperti yang dikatakan Elliot et al di buku coaches manual bahwa Pukulan *forehand* merupakan pukulan atau *stroke* yang paling penting di tennis³.

Di permainan tenis modern saat ini selama pemain melakukan *rally* pada *baseline*, *forehand* akan menjadi pukulan yang paling sering di gunakan untuk membunuh lawan.

Pukulan *forehand* yang baik dapat dikembangkan menjadi senjata yang mematikan bagi semua pemain. Pukulan ini sering digunakan untuk menempatkan lawan di bawah tekanan dan bertujuan untuk mendominasi perolehan point”.

Tehnik dasar *groundstroke forehand* adalah pondasi yang harus dipelajari oleh semua pemain tenis, tehnik gerakan harus sederhana dan mudah. Penguasaan tehnik tingkat awal yang terdiri dari gerakan dasar dari proses gerak, bersifat sederhana dan mudah dilakukan.

³ Crespo, Miguel and Miley Dave, *Advance Coaches Manual* (London, ITF, 1998) hal.68

Teknik *groundstroke forehand* secara keseluruhan dapat diuraikan sebagai berikut :

➤ Tahap persiapan.

Pemain berdiri dengan kaki sejajar dan dibuka selebar bahu, lutut agak ditekuk menghadap ke jaring atau net. Tangan kanan memegang pada grip raket bagian bawah dan tangan kiri memegang pada leher raket. Fokuskan pandangan pada datangnya bola.



Jenis pukulan : *forehand drive*

Sumber : <https://forehanddropshot.files.wordpress.com>

➤ Tahap pelaksanaan

Setelah lawan memukul bola dan bola datang ke sebelah forehand, lakukan *backswing* dan *body turn*. Tinggi *Backswing* tergantung dari tingginya bola yang datang. Hal ini dilakukan dengan memutar pinggul secara vertical. berat badan bertumpu pada kaki kanan. Pukulan dapat dilakukan dengan posisi *closestand* atau *openstand* yang disesuaikan dengan arah bola yang akan dipukul.



Jenis pukulan : *forehand drive*

Sumber : <https://forehanddropshot.files.wordpress.com>

➤ Perkenaan raket

Bersamaan dengan perpindahan berat badan dari kaki kanan ke kaki kiri atau dari kaki belakang ke kaki depan, ayunkan raket ke depan, yaitu dari bawah ke atas disertai dengan putaran pinggul, lutut ditekuk dan genggaman diperkuat. Gunakan tangan kiri untuk menjaga keseimbangan. Usahakan perkenaan bola dengan raket di depan pinggul agak ke samping dengan jarak yang paling sesuai. Pada umumnya bola harus dipukul antara lutut dan bahu.



Jenis pukulan : *forehand drive*

Sumber : <https://forehanddropshot.files.wordpress.com>

➤ Gerak lanjut

Ayunkan raket dilanjutkan sampai kedepan ke arah net dan Tangkap raket tersebut dengan tangan kiri dilanjutkan sampai ke telinga dengan siku menekuk.



Jenis pukulan : *forehand drive*

Sumber : <https://forehandeddropshot.files.wordpress.com>

Table 1: Otot-otot yang berkontraksi pada saat melakukan pukulan *forehand*

FOREHAND			
BAGIAN DARI PUKULAN	FUNGSI	OTOT YANG DIGUNAKAN	KONTRAKSI
	Lower limb loading and hip rotation	Gastrocnemius/soleus, quadriceps, gluteals, hip rotators	Eccentric
Preparation	Trunk rotation	Ipsilateral internal oblique, contralateral external oblique	Concentric
		Contralateral external oblique, ipsilateral external oblique, abdominals, erector spinae	Eccentric
	Shoulder-upper arm rotation (transverse plane)	Middle and posterior deltoid, latissimus dorsi, infraspinatus, teres minor, wrist extensors	Concentric
		Anterior deltoid, pectoralis major, subscapularis	Eccentric
	Lower body drive and hip rotation	Gastrocnemius/soleus, quadriceps, gluteals, hip rotators	Concentric
	Trunk rotation	Obliques, back extensors	Concentric / Eccentric
	Upper arm horizontal movement	Anterior deltoid, subscapularis, biceps pectoralis major	Concentric
Acceleration	Forearm pronation	Forearm pronators	Concentric / Eccentric
	Elbow exetention / flexion	Biceps	Concentric / Eccentric / Isometric
	Upper arm internal rotation	Latissimus dorsi, pectoralis major, subscapularis	Concentric
	Hand flexion (forward) / Hand flexion (sidewards- toward little finger)	Wrist flexors	Concentric
	Lower body	Gastrocnemius/soleus, hip rotators	Eccentric
Follow-through	Trunk rotation	Obliques, erector spinae	Concentric / Eccentric
	Deceleration of upper arm / racquet	Infraspinatus, teres minor, posterior deltoid, rhomboid, serratus anterior, trapezius, triceps, wrist extensors	Eccentric
Sumber	ITF BIOMECHANICS	(2003.Hal126)	

ANATOMI TUBUH MANUSIA



Sumber : Frederic Delavier, *Strength Training Anatomy*, (2005, Hal.1)

Tahap-Tahap Melakukan Pukulan *Forehand* Dan Jenis Pukulanya

a. *The Flat Forehand*

Persiapan sebelum memukul : sebelum bola datang memantul raket harus sudah di ayunkan kebelakang dengan posisi badan menghadap ke lawan dengan posisi tangan kanan menarik raket ke belakang dan tangan kiri di depan badan atau menunjuk ke bola.⁴

- ***Hitting the ball***

Saat melakukan pukulan lengan dan raket melakukan gerakan *loop* dan mendekati bola dan usahakan memukul bola dengan keadaan bola sedang melakukan gaya ke atas dan kepala raket berada sejajar dengan bola. pada saat yang bersamaan berat badan bergeser, dari tumpuan kaki kanan ke kaki kiri.



Jenis pukulan : *forehand flat*

Sumber [http ://www.procomparetennis.net/media.jpg](http://www.procomparetennis.net/media.jpg)

⁴ Jindrich Hohm, *Sport Book Publisher*, 1990 Toronto, Canada.98

- ***Follow through***

Gerak Lanjut raket ke arah target seakan mengikuti bola, dan pergerakan raket itu hampir sepenuhnya menghadap ke permukaan net, pergerakan raket kedepan dan sedikit ke atas hingga pergelangan tangan kanan mendekati bahu kiri dan sisi yang kena bola menghadap ke luar.



Jenis pukulan : *forehand flat*

Sumber : <http://www.procomparetennis.net/media.jpg>

b. *The Top Spin Forehand*

Top spin shot adalah pukulan yang sangat berguna dan banyak di gunakan pemain tenis modern sekarang ini hampir semua pemain dari *intermediate*, *advance* maupun *pro player* menggunakan pukulan ini dalam tehnik pukulanya. pukulan *top spin* dapat di gunakan untuk menyerang maupun bertahan.

Kecepatan putaran bola dapat mempengaruhi pantulan bola saat menyentuh permukaan lapangan.pantulan bola menjadi tinggi dan panjang putaran bola tersebut terjadi akibat gesekan bola dengan senar raket yang sangat cepat.⁵

Hal ini dijelaskan oleh Bambang Krisdasuarso dalam bukunya BIOMEKANIKA OLAHRAGA bahwa “semua tidak akan dapat beregerak jika tidak terjadi gesekan diantara kedua benda yang bersentuhan, hal inilah yang disebut dengan gaya (*friction force*).

Besarnya gaya ini tergantung dari materi atau bahan benda yang digunakan.masing-masing memiliki tingkat koefisiensi gesek yang berbeda”⁶. Pukulan ini dapat merobek sisi bidang kecil dari lapangan lawan, maka dari itu tembakan dapat ditempatkan dengan akurasi.

⁵ Anne Phankhurst, *TENNIS, 1990, Britania, hal.35*

⁶ Bambang K.S, Biomekanika olahraga, 2013, Jakarta, UNJ, hal.28

- **Hitting the ball**

Saat melakukan pukulan, lengan dan raket melakukan gerakan *loop* dan badan mendekati bola. Usahakan memukul saat bola telah kehilangan gaya ke atas (sedikit menurun) dan eksekusi terakhir, pukul dengan kepala raket datang dari bawah bola menuju ke depan atas sehingga terjadi putaran yang kuat.



Jenis pukulan : *forehand spin*

Sumber : <http://www.procomparetennis.net/media.jpg>

Ada 3 perbedaan dalam melakukan pukulan spin with forward rotation⁷

- *The drive* (tembakan dengan *little forward rotation*)
- *The lift* (dengan banyak *forward rotation*)
- *The heavy topspin* (spesial *shot* dengan melakukan *maximum forward rotation*)

⁷ Jindrich Hohm, PhD, *Sport Books publisher*, Toronto, Canada hal.49

The Drive

Jenis pukulan drive menyebabkan bola lebih tajam dan datar namun pukulan ini hanya sebagai pukulan yang dilakukan saat keadaan tertentu saja seperti *blocking* atau mengembalikan pukulan yang datangnya sangat keras dan cepat, juga pukulan *passing shot* yang dibutuhkan kecepatan pengambilan keputusan saat memukulnya. Biasanya pukulan *drive* ini digunakan untuk *counter attack* terhadap serangan dari lawan.

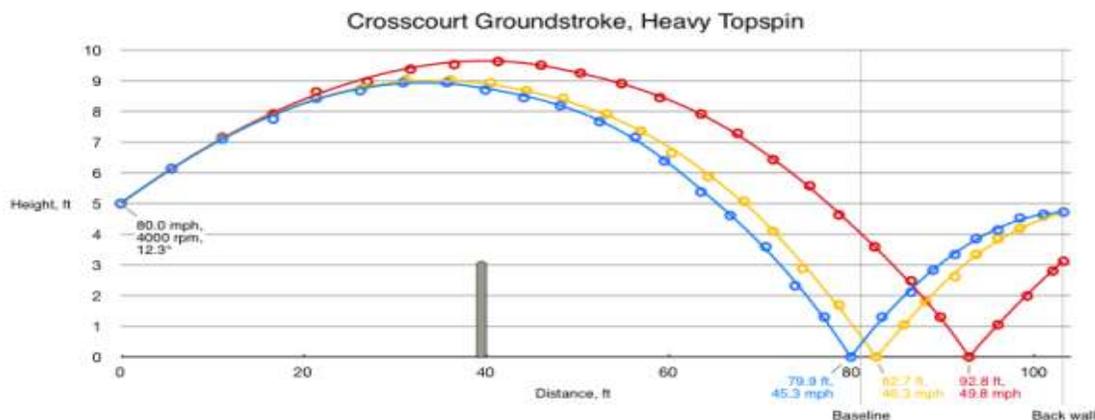
The lift

Lift stroke adalah pukulan yang dilakukan dengan menggunakan kecepatan raket yang di bantu dengan gerakan pergelangan yang sangat cepat dan kuat sehingga bola yang dihasilkan sangat pendek dan tajam , *lift stroke* ini di kategorikan sebagai pukulan menyerang karena sifatnya yang meyulitkan lawan, pukulan ini sangat sering di gunakan ketika lawan melakukan *aproachshot* yaitu gerakan maju ke net, pukulan ini dilakukan dengan posisi raket dibawa bola dan dipukul sedikit dorongan lalu di lanjutkan dengan banyak gesekan dengan rotasi raket menuju ke bahu kiri atau ke atas kepala dan biasanya bola di arahkan menyilang atau *cross court (Moderate Spin)*.

Heavy Top spin

Pukulan *heavy topspin* adalah pukulan *topspin* yang apabila memantul menyebabkan pantulan yang sangat tinggi, itu alasan kenapa *heavy topspin* sangat special digunakan untuk *passing shot* terhadap lawan ketika maju ke net, karena *heavy topspin* sangat sulit untuk di volley. Untuk memukul *heavy topspin* pergelangan harus lentur dan kuat, karena pukulan jenis ini membutuhkan kecepatan lengan dan kecepatan raket serta kemampuan tehnik yang tinggi juga *timing* yang akurat:

- ✓ posisi raket harus lebih rendah dibawah bola
- ✓ kecepatan raket harus sangat tinggi agar bola dapat meluncur ke depan
- ✓ pada saat *contact point* dengan bola pukulan harus lebih cepat
- ✓ kepala raket mengenai bagian bawah bola
- ✓ lintasan raket bergerak dari bawah menuju bahu kiri atau atas kepala



Sumber : www.biomechanicsoftennis.blogspot.com

a. *Underspin /Slice Forehand*

Pukulan *underspin* atau *slice forehand* adalah pukulan bertahan. Banyak pemain yang menggunakan pukulan ini dalam keadaan terdesak/bertahan. Pukulan *slice forehand* ini sangat efektif dalam menetralkan serangan. Setiap pemain bagus pasti dapat melakukannya. Teknik pukulan *slice* ini dapat digunakan pada situasi *return servis*, pengambilan bola yang terlampau tinggi atau pada saat melakukan *rally* pada *baseline*, biasanya kebanyakan pemain menggunakan pukulan *slice* ini untuk memperlambat ritme permainan.



Jenis pukulan : *forehand slice*

Sumber : <http://www.procomparetennis.net/media.jpg>

2. Backhand

Hakekat *backhand* adalah pukulan yang dilakukan dengan menggunakan punggung tangan yang memukulnya dengan cara mengayunkan raket dari belakang ke depan hingga terjadi *contact point* serta *followthrough*. Terdapat dua jenis pukulan dalam memukul backhand yaitu : *Backhand* yang menggunakan satu tangan dan *backhand* yang menggunakan dua tangan. Masing-masing pukulan memiliki kelebihan dan kekurangan.

a) **Backhand satu tangan**

Terdapat beberapa kelebihan dalam menggunakan *backhand* satu tangan, pertama jangkauannya yang panjang sehingga bola-bola dapat ditangani lebih mudah. Terdapat dua jenis grip yang biasa digunakan dalam melakukan *backhand* satu tangan, yaitu *eastern Backhand* dan *western backhand grip*.

Tahap-tahap melakukan *backhand drive* pada permainan tenis

Backhand 1 tangan

- Telapak tangan dan bujukari dari tangan pertama pada ujung gagang di putar $\frac{1}{4}$ putaran kedalam dari pegangan *eastern backhand grip*.
- Kekuatan bertumpu pada belakang gagang, dengan tingkat kelenturan tertentu.⁸

⁸ Crespo, Miguel and Miley Dave, *Advance Coaches Manual* (London, ITF, 1998). Hal.72

1. Posisi Siap

- Sama seperti besiap ketika ingin memukul pukulan *forehand*, dengan posisi kuda-kuda, dengan lutut di tekuk dan *relax*



Jenis pukulan : *Backhand drive 1 tangan*

Sumber : <https://backhanddropshot.files.wordpress.com>

2. Saat Persiapan

Putaran bahu dan ayunan kebelakang

- Putar bahu dan pinggul, *grip* berubah selama bahu berputar.
- Berat badan bertumpu pada kaki kiri.
- Tangan kanan dan kiri bergerak bersamaan.
- Raket kebelakang dan turun, di bawah ketinggian bola yang datang.
- Lutut ditekuk untuk menambah kekuatan pukulan.



Jenis pukulan : *Backhand drive 1 tangan*

Sumber : <https://backhanddropshot.files.wordpress.com>

3. Saat Memukul

Ayunan kedepan dan tepatkan bola pada raket.

- Langkah pemain mengarah ke bola yang datang sebelum memulai ayunan kedepan.
- Titik impact lebih di depan luar badan kita
- Tangan kanan lurus saat terjadi *impact*
- Titik *impact* berada didepan pinggul sebelah kanan.
- Lintasan ayunan dari bawah ke atas untuk mencapai sasaran



Jenis pukulan : *Backhand drive 1 tangan*

Sumber : <https://backhanddropshot.files.wordpress.com>

4. Gerak Lanjutan

- Raket terus mengikuti bola dalam satu gerakan yang berkelanjutan.
- Tangan berakhir setinggi bahu.
- Tapak kaki sebelah kiri menghadap ke belakang sehingga tumit kiri terangkat.
- Tangan berakhir lurus di depan tubuh dan di atas kepala



Jenis pukulan : *Backhand drive 1 tangan*

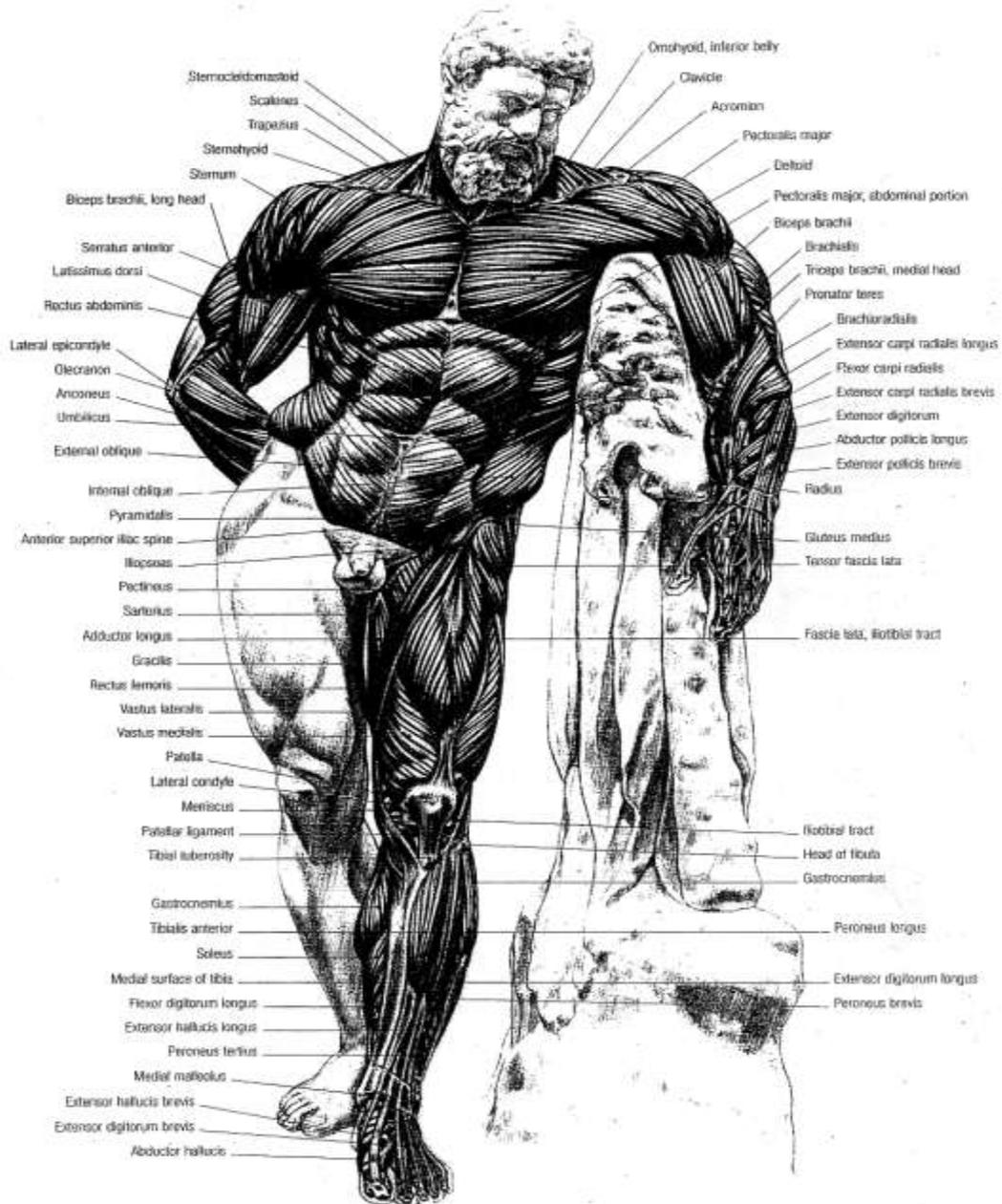
Sumber : <https://backhanddropshot.files.wordpress.com>

Table 2 : Otot-otot yang berkontraksi pada saat melakukan pukulan *backhand*

1 tangan

ONE-HANDED BACKHAND			
BAGIAN DARI PUKULAN	FUNGSI	OTOT YANG DIGUNAKAN	KONTRAKSI
	Lower limb loading and hip rotation	Gastrocnemius/soleus, quadriceps, gluteals, hip rotators	Eccentric
Preparation	Trunk rotation	Ipsilateral internal oblique, contralateral external oblique	Concentric
		Contralateral external oblique, ipsilateral external oblique, abdominals, erector spinae	Eccentric
	Shoulder-upper arm rotation (transverse plane)	Anterior deltoid, pectoralis major, subscapularis, wrist extensors	Concentric
		Posterior deltoid, infraspinatus, teres minor, trapezius, rhomboids, serratus anterior	
	Lower body drive and hip rotation	Gastrocnemius/soleus, quadriceps, gluteals, hip rotators	Concentric
	Trunk rotation	Obliques, abdominals, back extensors	Concentric / Eccentric
Acceleration	Upper arm abduction and horizontal extension	Infraspinatus, teres minor, posterior deltoid, trapezius	Concentric
	Elbow extension	Triceps (biceps)	Concentric (Eccentric)
	Wrist extension and adduction	Wrist extensors and adductors	Concentric
	Lower body	Gastrocnemius/soleus, hip rotators	Eccentric
Follow-through	Trunk rotation	Obliques, abdominals, back extensors	Concentric / Eccentric
	Deceleration of upper arm / racquet	Subscapularis, pectoralis major, biceps, wrist flexors	Eccentric
SUMBER	ITF BIOMECHANICS	(2003, Hal.127)	

ANATOMI TUBUH MANUSIA



Sumber : Frederic Delavier, *Strength Training Anatomy*, (2005,Hal.1)

b) *Backhand* dua tangan

Backhand dua tangan merupakan pukulan yang banyak digunakan dibandingkan dengan *backhand* satu tangan. Keuntungan dari *backhand* dua tangan adalah pukulan yang dihasilkan lebih konsisten dan keras hal ini disebabkan karena raket yang lebih stabil pada saat *contact point*. Kekurangan dari *backhand* dua tangan adalah jangkauan dimana rotasi tangan yang terbatas saat *contact point*.

Grip yang di pakai dalam melakukan pukulan *backhand* dua tangan adalah *grip continental* untuk tangan kanan dengan pegangan berada di dasar *grip* dan tangan kiri berada di atasnya dengan *grip semi western*. Untuk selengkapnya tahapan melakukan *backhand* dua tangan adalah sebagai berikut:

➤ *Grip*

- Tangan kanan menggunakan *grip continental*, kemudian tangan kiri menggunakan *grip Forehand Eastern / semi western*
- Pemain pemula biasa menggunakan genggamannya *forehand eastern* (kanan & kiri) dan kemudian jika mereka menjadi lebih berpengalaman, maka mereka disarankan mengubah *grip* tersebut.

- Posisi *Siap*
 - Sama seperti besiap ketika ingin memukul pukulan *forehand*, dengan posisi kuda-kuda, dengan lutut di tekuk dan *relax*
- Saat Persiapan
 - Putaran bahu dan ayunan kebelakang
 - Saat terjadi putaran bahu dan pinggul, *grip* berubah selama bahu berputar.
 - Berat badan bertumpu pada kaki kiri.
 - Tangan kanan dan kiri bergerak bersamaan.
 - Raket kebelakang dan turun, di bawah ketinggian bola yang datang.
 - *Racket face* menyentuh bola yang datang.
 - Lutut ditekuk untuk menambah kekuatan pukulan.
- Saat Memukul
 - Ayunan kedepan dan tepatkan bola pada raket.
 - Langkah pemain mengarah ke bola yang datang sebelum memulai ayunan kedepan.
 - Titik *impact* lebih di depan sebelah luar badan kita.
 - Tangan kanan lurus saat terjadi *impact*.
 - Titik *impact* berada didepan panggul sebelah kanan.
 - Lintasan ayunan dari bawah ke atas untuk mencapai sasaran.

➤ Gerak Lanjutan

- Raket terus mengikuti bola dalam satu gerakan yang berkelanjutan.
- Kedua tangan berakhir setinggi bahu.
- Tapak kaki sebelah kiri menghadap ke belakang sehingga tumit kiri terangkat.
- Tangan berakhir lurus di depan tubuh dan siku dapat ditekuk, tangan melilit bahu



Jenis pukulan : *backhand 2 drive*

Sumber : <http://www.procomparatennis.net/media.jpg>

Tabel 3: Otot-otot yang berkontraksi pada saat melakukan pukulan *backhand* 2 tangan

TWO-HANDED BACKHAND			
BAGIAN DARI PUKULAN	FUNGSI	OTOT YANG DIGUNAKAN	KONTRAKSI
	Lower limb loading and hip rotation	Gastrocnemius/soleus, quadriceps, gluteals, hip rotators	Eccentric
Preparation	Trunk rotation	Ipsilateral internal oblique, contralateral external oblique	Concentric
		Contralateral external oblique, ipsilateral external oblique, abdominals, erector spinae	Eccentric
	Shoulder-upper arm rotation (transverse plane) of the dominant arm	Anterior deltoid, pectoralis major, subscapularis, wrist extensors	Concentric
		Posterior deltoid, infraspinatus, teres minor, trapezius, rhomboids, serratus anterior	Eccentric
Shoulder-upper arm rotation (transverse plane) of the non-dominant arm	Middle and posterior deltoid, latissimus dorsi, infraspinatus, teres minor, wrist extensors	Concentric	
	Anterior deltoid, pectoralis major, subscapularis	Eccentric	
	Lower body drive and hip rotation	Gastrocnemius/soleus, quadriceps, gluteals, hip rotators	Concentric
	Trunk rotation	Obliques, abdominals, back extensors	Concentric / Eccentric
Acceleration	Upper arm abduction and horizontal extension	Dominant arm - Infraspinatus, teres minor, posterior deltoid, rhomboid, serratus anterior, trapezius	Concentric
	Upper arm abduction and horizontal flexion	Non - Dominant arm - Anterior deltoid, subcapularis, biceps, serratus anterior, pectoralis major	
	Elbow flexion	Biceps	Concentric / Eccentric
	Wrist extension and adduction	Dominan arm - Wrist extensors and adductors	Concentric
Wrist flexion and hand adduction	Non - Dominan arm - Wrist flexors and abductors		
	Lower body	Gastrocnemius/soleus, hip rotators	Eccentric
	Trunk rotation	Obliques, abdominals, back extensors	
Follow-through		Racquet arm - Subcapularis, pectoralis major, wrist flexors	Concentric / Eccentric
	Deceleration of upper arm / racquet	Non - racquet arm - infraspinatus, teres minor, posterior deltoid, rhomboid, serratus anterior, trapezius, triceps, wrist extensors	
SUMBER	<u>ITF BIOMECHANICS</u>	(2003, Hal.128)	

ANATOMI TUBUH MANUSIA



Sumber : Frederic Delavier, *Strength Training Anatomy*, (2005,Hal.1)

Tahap-Tahap Melakukan Pukulan *Backhand* Dan Jenis Pukulanya

b. *The Flat Backhand*

Backhand flat adalah pukulan yang dimana raket dan bola bertemu dalam keadaan sejajar, pada tenis jaman dulu sangat jarang digunakan, karena jenis permainan dan *grip* yang sangat susah untuk melakukan pukulan ini, namun dengan berkembangannya tenis modern pukulan jenis *flat* ini terus meningkat dalam presentase pukulan, biasanya kebanyakan pemain akan lebih sering melakukan pada *return serve* atau mengembalikan bola-bola keras karena tehnik nya yang *simple* juga bola yang di hasilkan akan sangat cepat dan tajam.

- ***Hitting the ball***

Persiapan sebelum memukul : dari posisi siap bahu dan lengan serta badan berpindah ke sebelah kiri. Sebelum memukul tarik raket kebelakang dengan posisi kaki kiri dibelakang dan kaki kanan di depan(*square*) dengan badan menghadap ke samping lapangan dan bahu kanan mengarah ke lawan, ayunkan raket kedepan dengan posisi kedua tangan(*two handed*) lurus sejajar dengan bahu. Di anjurkan *contact point* di depan badan dan bola masih dalam keadaan gaya ke atas setelah memantul, agar pukulan yang di hasilkan dapat datar dan tajam.

- ***Follow through***

Gerak lanjutan *raket* ke arah target seakan mengikuti bola, dan pergerakan raket itu hampir sepenuhnya menghadap ke permukaan net, pergerakan raket kedepan dan sedikit ke atas.



Jenis pukulan : *Backhand drive*

Sumber : <http://www.procomparetennis.net/media.jpg>

c. *The Top Spin Backhand*

Top spin backhand adalah pukulan yang dapat dilakukan dengan 2 tangan maupun dengan 1 tangan yang cara memukulnya dengan menggesek bola ke atas pada saat *contact point* sehingga bola yang dihasilkan memantul tinggi setelah mengenai permukaan lapangan.

- ***Hitting the ball***

Selama *stroke*, lengan dan raket melakukan gerakan *loop* dan mendekati bola dan usahakan memukul bola dengan keadaan bola sedang melakukan gaya sedikit menurun dan pukul dengan kepala raket datang dari bawah bola agar terjadi putaran yang kuat. Tahap – tahap memukul:

- posisi raket harus lebih rendah dari bola / dibawah bola.
- pada saat *contact point* dengan bola akselerasi raket harus maksimal.
- kepala raket menggesek bola dari bawah ke atas.
- raket mengikuti lintasan gerak lanjut menuju bahu kanan atau atas kepala.



Jenis pukulan : *Backhand drive*

Sumber : <http://www.procomparetennis.net/media.jpg>

a. *Underspin /Slice Backhand*

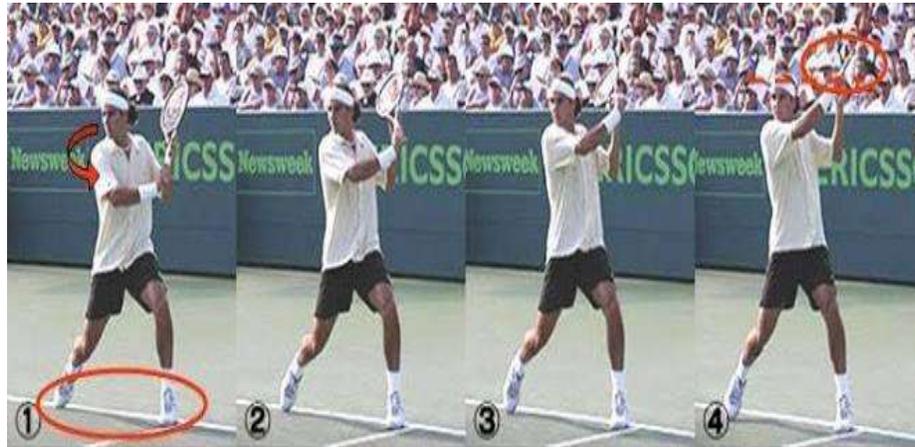
Kebanyakan pukulan *underspin* atau *slice backhand* adalah pukulan bertahan. Banyak pemain yang menggunakan pukulan ini dalam keadaan terdesak/bertahan. Pukulan *slice* atau *underspin* ini sangat efektif dalam keadaan tertentu. Setiap pemain bagus pasti dapat melakukannya.

Pukulan *slice* ini dapat digunakan pada saat *return servis*, pada bola yang cukup tinggi atau pada saat melakukan *rally* pada *baseline*⁹, biasanya kebanyakan pemain menggunakan pukulan *slice* ini untuk memperlambat ritme permainan.

Sekilas penggunaan pukulan *slice* ini hampir sama dengan *slice forehand*, namun *slice backhand* lebih sering digunakan pemain dalam permainan dibandingkan *forehand slice*, begitupun kegunaannya jika *forehand slice* lebih banyak di gunakan untuk pukulan bertahan saja namun berbeda dengan *backhand slice*, *backhand slice* dapat digunakan dalam situasi apapun.

Pukulan ini sangat sering dilakukan untuk *approachshot* dimana hanya dibutuhkan sedikit dorongan dan penempatan yang bagus akan menghasilkan bola yang akurat, tajam, dan menyusahkan lawan.

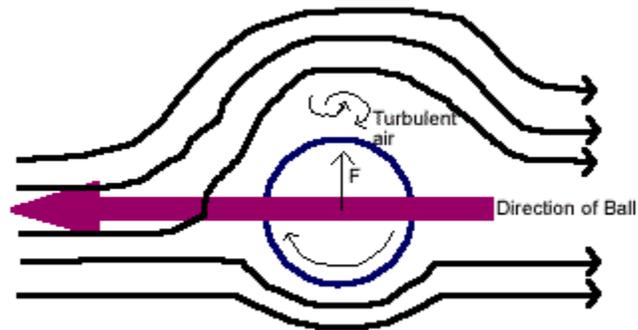
⁹ Jindrich Hohm, PhD, *Sports books* Toronto, Canada Hal.49



Jenis pukulan : *Backhand slice*

Sumber : <http://www.tenniscompanion.jpg>

Pukulan underspin akan menghasilkan putaran bola seperti gambar berikut :



Gambar : Bola *Backspin*

Sumber : www.biomechanicsoftennis.blogspot.com

3. Hakekat Pertandingan

Tenis adalah suatu cabang olahraga yang memainkan 2 orang (*single*) dan 4 orang (*double*)/(*mix*), yang cara bermainnya dengan menggunakan raket, bola tenis dan dengan sarana prasarana lainnya. Jenis-jenis pertandingan didalam tenis lapangan ada 2, yaitu Perorangan dan beregu. Pada perorangan di pertandingan nomor tunggal, ganda, dan *mix*. Semua yang di pertandingan mengikuti kelompok umurnya masing-masing. kategori umur yang di pertandingan junior (10 th pa/pi,12 th pa/pi,14 th pa/pi, 16 th pa/pi dan 18 th pa/pi), sedangkan untuk kategori senior dipertandingkan kelompok umur 18 th pa/pi ke atas. Pada setiap pertandingan tenis dimainkan dengan peraturan *thebest of three final set* yaitu 2 set apabila terjadi satu sama di lanjutlan dengan penentuan set. Masing-masing set terdapat 6 game dan masing-masing *game* terdapat 3 *point* seperti (15-0) (30-0) (40-0) dan *game*, apabila terjadi 40-40 maka terjadi *deuce* dan mencari 2 *point* untuk mendapatkan *game* ini.

Pada pertandingan beregu terdapat format pertandingan didalamnya. Seperti, pertandingan Davis Cup yang didalamnya memainkan 2 tunggal yang dilakukan secara silang, dan 1 ganda dan diselenggarakan dalam 3 hari.¹⁰

¹⁰ Drs. Soemarsono Marso, Kursus Instruktur Tenis PELTI, (Medan, 1994) Hal. 10

Table 4 : Daftar juara Davis cup 15 tahun terakhir

Year	Champion	Score	Finalist	Venue
2015	3	1	Belgium	Flanders Expo, Ghent, Belgium
Great Britain				
2014	3	1	France	Stade Pierre Mauroy, Lille, France
Switzerland				
2013	3	2	Serbia	Belgrade Arena, Belgrade, Serbia
Czech Republic				
2012	3	2	Spain	O2 Arena, Prague, Czech Republic
Czech Republic				
2011	3	1	Argentina	Olympic Stadium, Seville, Spain
Spain				
2010	3	2	France	Belgrade Arena, Belgrade, Serbia
Serbia				
2009	5	0	Czech Republic	Palau Sant Jordi, Barcelona, Spain
Spain				
2008	3	1	Argentina	Estadio Islas Malvinas, Mar del Plata, Argentina
Spain				
2007	4	1	Russia	Memorial Coliseum, Portland, Oregon, USA
USA				
2006	3	2	Argentina	Olympic Stadium, Moscow, Russia
Russia				
2005	3	2	Slovakia	Sibamac Arena National Tennis Centre Bratislava, Slovak Republic
Croatia				
2004	3	2	USA	Olympic Stadium, Seville, Spain
Spain				
2003	3	1	Spain	Melbourne Park, Melbourne, Australia
Australia				
2002	3	2	France	Palais Omnisports Paris Bercy, Paris, France
Russia				
2001	3	2	Australia	Melbourne Park, Melbourne, Australia
France				

Sumber : www.DavisCup.Com

B. Kerangka Berfikir

Pada dasarnya Indonesia memiliki prestasi cukup baik pada cabang olahraga tenis lapangan, dimana Indonesia memiliki pemain-pemain yang mampu bersaing pada kejuaraan Dunia, Asia, maupun Asean. Namun pada beberapa tahun terakhir prestasi Tenis lapangan Indonesia mengalami kemunduran dimana Indonesia gagal meraih medali Emas pada pertandingan SEA GAMES di Singapore 2015 juga penampilan yang kurang maksimal pada pertandingan Davis Cup 2015 melawan Pakistan hingga akhirnya Indonesia harus kalah dengan score 2-3.

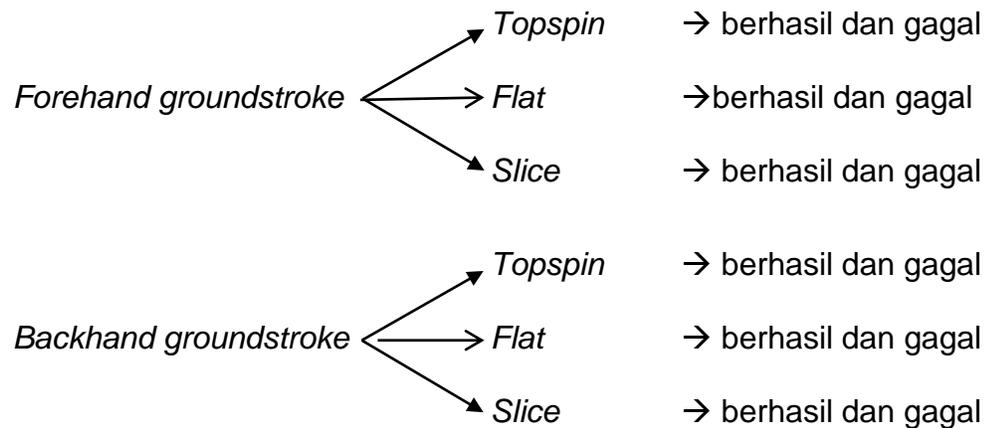
Dari masalah tersebut membuat penulis ingin menganalisis Tingkat Keberhasilan *Groundstroke Forehand* dan *Backhand* Pemain Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia pada Pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam Maret 2016 di Solo sehingga mendapatkan hasil penelitian yang berguna dalam meningkatkan prestasi tenis Indonesia.

Berdasarkan kajian teori yang telah dijelaskan di atas maka disusun kerangka berpikir bahwa peneliti memerlukan data tingkat keberhasilan. Tingkat keberhasilan dapat diperoleh dengan mengetahui jumlah pukulan yang berhasil dan jumlah pukulan yang gagal dengan menggunakan teknik pengumpulan data.

Keberhasilan yang dimaksud adalah kondisi dimana bola hasil pukulan *groundstroke* masuk ke daerah lawan, baik terjadi *rally* atau menghasilkan *point (winner)*, maka pukulan dianggap berhasil. Sedangkan, jika bola hasil

pukulan *groundstroke* tidak masuk ke daerah lawan, baik keluar lapangan (*out*) atau menyakut di net, maka pukulan dianggap gagal.

Untuk lebih jelasnya kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat digambarkan dalam skema di bawah ini :



Dari kerangka tersebut penulis akan mencari :

- kontribusi keberhasilan pukulan *forehand topspin* dalam perolehan *point*
- kontribusi keberhasilan pukulan *forehand flat* dalam perolehan *point*
- kontribusi keberhasilan pukulan *forehand slice* dalam perolehan *point*
- kontribusi keberhasilan pukulan *backhand topspin* dalam perolehan *point*
- kontribusi keberhasilan pukulan *backhand flat* dalam perolehan *point*
- kontribusi keberhasilan pukulan *backhand slice* dalam perolehan *point*

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Tujuan penelitian

Dalam penelitian ini tujuan yang ingin di capai adalah :

1. Besar kontribusi keberhasilan pukulan *Groundstroke* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo
2. Besar kontribusi keberhasilan *Groundstroke forehand* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo
3. Besar kontribusi keberhasilan *Groundstroke backhand* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo
4. Besar kontribusi keberhasilan *Groundstroke forehand flat, topspin, slice* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo
5. Besar kontribusi keberhasilan *Groundstroke backhand flat, topspin, slice* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo

B. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat penelitian di Solo dan tempat pengambilan data di lapangan tenis GOR Manahan, Jl. Adi Sucipto, Manahan, Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah

2. Waktu penelitian

Waktu penelitian pada bulan Maret dan pengambilan data pada tanggal 4 Maret – 6 Maret 2016

C. Metode Penelitian

Metode penelitian adalah karya ilmiah yang digunakan untuk meneliti suatu data pada tujuan tertentu¹. Metode penelitian ini termasuk dalam metode deskriptif dengan teknik pengambilan data observasi/*survey*. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui hasil perolehan *point* dari *Groundstroke forehand dan backhand flat, topspin, slice/underspin* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo.

Dan *Groundstroke* manakah yang lebih banyak dihasilkan dalam kontribusinya terhadap perolehan *Point* pada pertandingan tersebut.

¹ Sugiono, Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&B (Bandung, Alfabeta, 1994) Hal.1

Teknik dari penelitian ini adalah *survey* dalam bentuk metode penilaian diantaranya :

1. Observasi bebas dengan melihat langsung.
2. Observasi tertulis dengan *chart* penelitian yang berisi kolom-kolom tabel dan baris-baris tabel untuk mencatat data.
3. Observasi dengan tehnik dokumenter

Metode observasi di atas dikombinasikan sehingga memperoleh data yang nyata, kemampuan dihitung dari setiap pukulan dasar tenis lapangan *Groundstroke forehand* dan *backhand flat, topspin*, atau *slice* yang dibuat dalam bentuk prosentase keberhasilan dan kegagalan. Caranya dengan menghitung keberhasilan dan kegagalan pada setiap pertandingan.

D. Populasi dan Teknik Pengambilan Sampel

1. Populasi

Menurut Sugiono, populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya.²

² Sugiono, Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R&B (Bandung, Alfabeta, 2008) Hal.80

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pemain tenis Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis Cup Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo.

2. Sampel

Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu, peneliti mempunyai pertimbangan-pertimbangan tertentu di dalam pengambilan sampel,³ Sampel dalam skripsi ini adalah:

- Aktifitas pukulan *Groundstroke* pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo.
- Pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia yang bermain *single* pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia vs Vietnam Maret 2016 di Solo.

E. Instrumen Penelitian

Instrumen dalam penelitian ini, menggunakan blanko penelitian yang berisi kolom-kolom tabel dan baris-baris tabel untuk tiap keberhasilan, rally dan kegagalan Pukulan dasar Tenis Seperti *Groundstroke forehand* dan *backhand flat, topspin*, atau *slice*. Dalam penelitian terdapat dua *Observer* yaitu : fahmi Seff, dan Ramdani Khadavi. *Observer* dalam penelitian telah memiliki sertifikat Level-1 ITF.

³ Ibid Hal.82

Adapun alat bantu yang digunakan seperti, *handycam*, *digital camera*, alat tulis, *flasdisk*, dan *netbook* digunakan sebagai alat pendukung untuk penelitian.

Pengumpulan data dilakukan untuk mengetahui keberhasilan dan kegagalan pukulan *Groundstroke forehand* dan *backhand flat*, *topspin*, atau *slice* selanjutnya akan diperoleh data yang bersifat kuantitatif. Suharsimi dalam bukunya mengatakan: Data kuantitatif tersebut dijumlahkan, dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh persentasi.⁴

F. Teknik Pengumpulan Data

Data dikumpulkan dengan teknik observasi, dengan cara mengisi blangko penelitian yang berisi kolom-kolom tabel dan baris-baris tabel di isi pada saat sebuah tim melakukan keberhasilan dan kegagalan Pukulan. *Groundstroke forehand* dan *backhand flat*, *topspin*, atau *slice*, Keberhasilan dan kegagalan ditulis dengan garis. Keberhasilan yang dimaksud adalah kondisi dimana bola hasil pukulan *groundstroke* masuk ke daerah lawan, baik terjadi *rally* atau menghasilkan *point (winner)*, maka pukulan dianggap berhasil. Sedangkan, jika bola hasil pukulan *groundstroke* tidak masuk ke daerah lawan, baik keluar lapangan (*out*) atau menyakut di net, maka pukulan dianggap gagal.

⁴ Suharsimi Arikunto, Manajemen Penelitian (Jakarta: Rineka Cipta, 1990), Hal. 347

G. Teknik Analisa Data

Penelitian ini bertujuan mencari gambaran kemampuan Pukulan *Groundstroke forehand* dan *backhand flat, topspin*, atau *slice*, sehingga teknik analisis data yang digunakan adalah teknik deskriptif dengan persentase :

1. Menghitung prosentasi atau disebut frekuensi relatif (*f rel*)
2. Menghitung aktivitas pukulan (*N*)
3. Menginterpretasikan setiap kriteria kemampuan masing-masing, menghitung keberhasilan dan kegagalan pukulan *Groundstroke forehand* dan *backhand flat, topspin*, atau *slice* dalam permainan tenis lapangan.

Untuk menghitung skor rata-rata digunakan rumus:

$$f\% = \frac{f1}{N} \times 100\% \quad ^5$$

⁵ Sudjana, Metode Statistika, (Bandung: Tarsiti, 1989), Hal. 50

BAB IV

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

Setelah dilakukan pengambilan data, kemudian dikumpulkan dan dihitung dengan petunjuk teknik serta pengolahan data, sebagai hasil prosentase rata-rata tingkat keberhasilan *groundstroke* pemain tenis Tim Nasional Indonesia pada pertandingan Davis Cup Indonesia VS Vietnam pada bulan Maret 2016 di Solo. Perhitungan dan data lengkap terdapat pada lampiran

Dari hasil perhitungan diperoleh data hasil analisis pada setiap pertandingan secara persentase pada Tim Nasional tenis Indonesia dalam pertandingan Davis Cup Indonesia VS Vietnam pada bulan Maret 2016 di Solo adalah sebagai berikut:

Tingkat Keberhasilan Pukulan *Groundstroke* TIMNAS Davis Cup INDONESIA VS VIETNAM

PENGOLAH DATA		Groundstroke of Tennis																		
		Forehand									Backhand									
		Top Spin			Flat			Slice			Top Spin			Flat			Slice			
		Win	Rally	Fail	Win	Rally	Fail	Win	Rally	Fail	Win	Rally	Fail	Win	Rally	Fail	Win	Rally	Fail	Win
1	Christoper Rungkat	70	117	47	1	9	0	1	4	1	19	61	14	3	7	3	4	20	9	
2	Adhitya Harisasongko	74	203	49	3	2	3	3	20	10	20	178	52	2	13	0	14	152	40	
JUMLAH		144	320	96	4	11	3	4	24	11	39	239	66	5	20	3	18	172	49	
		560			18			39			344			28			239			
		617									611									
		1228																		
PERSENTASE		Statistik Pukulan <i>Groundstroke</i>																		
		Forehand									Backhand									
		50%									50%									
		Top Spin			Flat			Slice			Top Spin			Flat			Slice			
		91%			3%			6%			56%			5%			39%			
		Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	Succes	Fail	
		83%	17%	83%	17%	72%	28%	81%	19%	89%	11%	79%	21%							

B. Pembahasan hasil penelitian

Dari banyaknya pukulan yang dihasilkan pada pertandingan tersebut, Indonesia dapat melakukan pukulan *groundstroke* sebanyak 1228 pukulan. Banyaknya pukulan *groundstroke* dihasilkan melalui pukulan *forehand* sebanyak 617 pukulan dan pukulan *backhand* sebanyak 611. Hasil pukulan *groundstroke* dari *forehand* dan *backhand* cukup berimbang dikarenakan teknik kemampuan pukulan yang hampir sama juga permainan yang variatif, sehingga serangan dapat dilakukan oleh pukulan *groundstroke* jenis apapun tergantung dari situasi atau datangnya bola.

Pukulan *forehand topspin* memiliki tingkat keberhasilan pukulan paling besar pemain Tim Nasional tenis lapangan Indonesia pada pertandingan Davis Cup yaitu 83% dengan keberhasilan pukulan namun tidak *point(rally)* 57% dan keberhasilan *point* 26% dan kegagalan 17%. Hal ini disebabkan karena pukulan *forehand* adalah pukulan yang paling nyaman dilakukan dalam keadaan menyerang maupun bertahan, pukulan *forehand* juga dapat dilakukan dengan bergerak (*running shot*) dan tetap menghasilkan bola yang keras juga terarah.

Sedangkan *topspin* adalah pukulan yang memiliki tingkat kegagalan yang sedikit dikarenakan bola yang dihasilkan melambung cukup tinggi dari net dan juga bola yang memutar menyebabkan bola lebih cepat turun

sehingga sangat sedikit kemungkinan untuk terjadi atau *unforce error*. Namun pukulan jenis *topspin* juga memiliki kelemahan yaitu pantulan yang tinggi saat memantul sehingga membuat lawan mudah untuk mengembalikan pukulan dari pemain Tim Nasional Tenis lapangan Indonesia. Banyak nya pukulan topspin yang dilakukan membuat pemain Indonesia sangat banyak melakukan *rally* dan sedikit perolehan *point*. Hal ini yang mebuat Tim Nasional tenis lapangan Indonesia harus kalah 2-3 dari Vietnam pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam pada bulan Maret 2016 di Solo.

Banyak tingkat keberhasilan *point* Pemain Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia dihasilkan dari pukulan *forehand topspin* sebanyak 144 pukulan. Jika dilihat dari karakteristik pukulan, *flat* adalah jenis pukulan yang paling tepat untuk menghasilkan *point* namun pukulan *flat* harus dilakukan dalam posisi dimana bola jatuh berada di dekat badan agar menhasilakn bola yang maksimal, sedangkan pertandingan Indonesia VS Vietnam sangat sengit dimana pemain Vietnam memukul bola kearah zona tidak nyaman pemain indonesia, hal ini yang memaksa pemain indonesia harus menghasilkan *point* dari pukulan jenis *topspin*.

Terlihat dari hasil pengamatan tersebut maka *forehand topspin* merupakan penyelesaian yang terbaik dari pemain tenis tim nasional Indonesia pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam di Solo. Terbukti dengan banyaknya keberhasilan yang diperoleh dibandingkan dengan banyaknya kegagalan pada aktivitas keseluruhan pukulan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain tenis tim nasional Indonesia pada pertandingan Davis Cup antara Indonesia VS Vietnam. Pukulan jenis *topspin* sangat dimanfaatkan dengan baik oleh pemain tenis tim nasional Indonesia untuk menghasilkan *point*. Hal ini terlihat dari banyaknya keberhasilan pukulan dan keberhasilan *point* yang banyak dihasilkan oleh pukulan *forehand topspin*. *Forehand topspin* merupakan pukulan yang memiliki prosentase kegagalan paling sedikit dibandingkan pukulan *forehand flat* maupun *forehand slice*, melihat karakteristik pukulan jenis topsin yang penuh dengan putaran sehingga sangat jarang untuk terjadi unforce error. Terlihat pada para pemain yang sangat mampu memaksimalkan pukulan *forhand topspin* dan memiliki penempatan bola yang baik sehingga sulit dikembalikan oleh lawan.

Buruknya prosentase keberhasilan dari *forehand topspin* juga disebabkan karena tidak konsistennya pemain tenis tim nasional Indonesia dalam melakukan pukulan, dan terlalu terburu-buru dalam mengambil keputusan, karena dalam melakukan pukulan setiap pemain

membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi dan keyakinan yang kuat sehingga dapat menghasilkan pukulan yang maksimal.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan masalah yang dikemukakan yang didukung oleh deskripsi teori dan kerangka berfikir serta analisis data, maka hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Total keseluruhan aktivitas *groundstroke* memiliki prosentase 81% keberhasilan dan kegagalannya dengan prosentase 19%
2. Total keseluruhan aktivitas *groundstroke forehand* memiliki prosentase 82% keberhasilan dan kegagalannya dengan prosentase 18%
3. Total keseluruhan aktivitas *groundstroke backhand* memiliki prosentase 81% keberhasilan dan kegagalannya dengan prosentase 19%
4. Total keseluruhan aktivitas *groundstroke forehand topspin* memiliki prosentase keberhasilan terbanyak dengan 83.3% keberhasilan dan kegagalannya dengan prosentase 16.7%
5. Total keseluruhan aktivitas *groundstroke backhand topspin* memiliki prosentase keberhasilan terbanyak dengan 80% keberhasilan dan kegagalannya dengan prosentase 20%

B. Saran

1. Kita harus memiliki analisis SWOT dalam pertandingan baik sebelum dan sesudah, karena analisis SWOT merupakan instrumen perencanaan strategis yang klasik, yang mudah dilakukan namun memiliki dampak yang cukup membantu tim nasional tenis lapangan Indonesia.
2. Agar pelatih tim nasional tenis lapangan Indonesia dapat menyeimbangkan komposisi program tehnik-tehnik pukulan agar lebih variatif dan tidak monoton, seperti pukulan *flat* yang seharusnya dimiliki pemain sehingga dapat mengasilkan *point* lebih banyak.
3. Selalu membuat evaluasi dan analisis pada setiap pertandingan yang telah dilakukan agar pertandingan yang akan dihadapi menjadi lebih baik.
4. Pemain hendaklah selalu belajar dan mengetahui bagaimana cara melakukan tehnik pukulan yang baik dan efisien, baik melalui analisis data pertandingan, kompetisi, dan *video recorder*.
5. Pemain, pelatih, disarankan untuk mempelajari dan menganalisis permainan lawan.
6. Dan agar selalu diadakan seleksi rutin sebelum pembentukan tim agar terjadi persaingan yang ketat dan juga menghasilkan pemain-pemain yang berkualitas.

DAFTAR PUSTAKA

- A.A. Katili, Olahraga Tennis, Jakarta, Yayasan Merpati, 1973
- Anne Pankhurst, Tennis Britania, 1990
- Bambang kridasuwarso, Biomekanika Olahraga, Jakarta, UNJ, 2013
- Berkah Saputra, Bunadi, Dasar-dasar pelajaran tenis, Bandung BBTS, 2001.
- Brown jim, Tennis: Steps to success, USA, Leisure press, 1989.
- Crespo, Miguel and Miley Dave, Advance Coaches Manual London, ITF, 1998.
- Dennis Ralston's, Tennis Workbook New Jersey, Prentice-Hall, 1987
- Frederic Delavier, Strength Training Anatomy, English, 2005
- Gallwey, W. Timothy, Inner Tennis: Playing the game, USA, Random House, 1976
- International Tennis Federation, Rules of Tennis 2013 London:ITF, 2013
- ITF Level-1, Coaches Manual, Canada, ITF, 1998
- Bruce Elliot, Machar Reid, Miguel Crespo, ITF BIOMECHANICS London, 2003
- Suharsimi Arikunto, Manajemen Penelitian, Jakarta : Rineka Cipta, 1990
- Sugiono, Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Bandung, Alfabeta, 1994
- Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D, Bandung, Alfabeta, 2008
- Soemarsono Marso, Kursus Instruktur Tenis PELTI, Medan: Pengda PELTI Medan, 1994
- Yudoprasetyo, B, Belajar Tenis, the three stroke game, Jakarta, Bhratara Karya Aksara, 1981

<http://kamusbahasaIndonesia.org/tenis> diakses tanggal 20 Mei 2016, pukul 23.05

<http://id.wikipedia.org/wiki/Tenis> diakses tanggal 17 Maret 2016 pukul 21.32

<http://id.wikipedia.org/wiki/Tenis> (diakses tanggal 10 Mei 2016, pukul 19.49)

LAMPIRAN 1

CHRISTOPER RUNGKAT VS PHAM MIN TUAN			
Forehand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	0	3	2
Point	0	18	0
Gagal	0	13	0
Jumlah	0	34	2
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	1	27	2
Point	0	12	0
Gagal	0	8	0
Jumlah	1	47	2
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	1	33	2
Point	1	7	0
Gagal	0	8	0
Jumlah	2	48	2
total jumlah groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	2	63	6
Point	1	37	0
Gagal	0	29	0
Jumlah	3	129	6
rata-rata groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	67%	49%	100%
Point	33%	29%	0
Gagal	0	22%	0
Jumlah	100%	100%	100%

CHRISTOPER RUNGKAT VS PHAM MIN TUAN			
Backhand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	2	7	1
Point	0	1	0
Gagal	1	2	1
Jumlah	3	10	2
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	5	21	0
Point	1	7	0
Gagal	0	2	0
Jumlah	6	30	0
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	0	9	1
Point	0	3	3
Gagal	1	3	2
Jumlah	1	15	6
total jumlah groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	7	37	2
Point	1	11	3
Gagal	2	7	3
Jumlah	10	55	8
rata-rata groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	70%	67%	25.0%
Point	10%	20%	37.5%
Gagal	20%	13%	37.5%
Jumlah	100%	100%	100%

Hasil Analisa pertandingan Davis Cup Indonesia VS Vietnam Adhytia

Haris Sasongko VS Ly Hoang Nam

ADHITYA HARRY SASONGKO VS LI NAM HOANG			
Forehand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	1	17	1
Point	0	8	1
Gagal	0	7	0
Jumlah	1	32	2
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	0	35	0
Point	0	5	0
Gagal	1	10	0
Jumlah	1	50	0
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	4	31	0
Point	0	8	0
Gagal	2	6	0
Jumlah	6	45	0
total jumlah groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	5	83	1
Point	0	21	1
Gagal	3	23	0
Jumlah	8	127	2
rata-rata groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	62.5%	65%	50%
Point	0%	17%	50%
Gagal	37.5%	18%	0%
Jumlah	100%	100%	100%

ADHITYA HARRY SASONGKO VS LI NAM HOANG			
Backhand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	14	19	3
Point	0	2	0
Gagal	5	8	0
Jumlah	19	29	3
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	14	24	0
Point	3	3	1
Gagal	9	8	0
Jumlah	26	35	1
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	24	33	0
Point	0	3	0
Gagal	7	6	0
Jumlah	31	42	0
total jumlah groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	52	76	3
Point	3	8	1
Gagal	21	22	0
Jumlah	76	106	4
rata-rata groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	68.4%	72%	75%
Point	3.9%	8%	25%
Gagal	27.6%	21%	0%
Jumlah	100%	100%	100%

Hasil Analisa pertandingan Davis Cup Indonesia VS Vietnam Christoper

Rungkat VS Ly Hoang Nam

CHRISTOPER RUNGKAT			
VS			
LY NAM HOANG			
Forehand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	1	35	2
Point	0	14	1
Gagal	1	13	0
Jumlah	2	62	3
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	1	16	1
Point	0	15	0
Gagal	0	5	0
Jumlah	1	36	1
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	0	3	0
Point	0	3	0
Gagal	0	0	0
Jumlah	0	6	0
total jumlah groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	2	54	3
Point	0	32	1
Gagal	1	18	0
Jumlah	3	104	4
rata-rata groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	66.7%	52%	75%
Point	0%	31%	25%
Gagal	33.3%	17%	0%
Jumlah	100%	100%	100%

CHRISTOPER RUNGKAT			
VS			
LY NAM HOANG			
Backhand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	13	19	4
Point	2	5	0
Gagal	6	3	0
Jumlah	21	27	4
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	0	4	1
Point	1	1	0
Gagal	0	3	0
Jumlah	1	8	1
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	0	1	0
Point	0	2	0
Gagal	1	1	0
Jumlah	1	4	0
total jumlah groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	13	24	5
Point	3	8	0
Gagal	7	7	0
Jumlah	23	39	5
rata-rata groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	56.5%	62%	100%
Point	13.0%	21%	0%
Gagal	30.4%	18%	0%
Jumlah	100%	100%	100%

**Hasil Analisa pertandingan Davis Cup Indonesia VS Vietnam Adythia
Haris Sasongko VS Nguyen Hoang Thien**

ADHITYA HARRY SASONGKO VS NGUYEN THIEN			
Forehand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	3	21	0
Point	0	11	0
Gagal	0	3	0
Jumlah	3	35	0
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	3	19	0
Point	0	7	0
Gagal	1	7	0
Jumlah	4	33	0
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	1	23	0
Point	0	17	0
Gagal	1	6	0
Jumlah	2	46	0
SET 4	Slice	Top spin	Flat
Rally	3	23	0
Point	1	10	1
Gagal	4	4	1
Jumlah	8	37	2
SET 5	Slice	Top spin	Flat
Rally	5	34	1
Point	2	8	1
Gagal	1	6	2
Jumlah	8	48	4

ADHITYA HARRY SASONGKO VS NGUYEN THIEN			
Backhand			
SET 1	Slice	Top spin	Flat
Rally	16	25	1
Point	1	5	0
Gagal	3	6	0
Jumlah	20	36	1
SET 2	Slice	Top spin	Flat
Rally	15	20	1
Point	5	2	0
Gagal	6	5	0
Jumlah	26	27	1
SET 3	Slice	Top spin	Flat
Rally	21	11	3
Point	4	5	0
Gagal	4	2	0
Jumlah	29	18	3
SET 4	Slice	Top spin	Flat
Rally	25	22	0
Point	1	0	0
Gagal	5	8	0
Jumlah	31	30	0
SET 5	Slice	Top spin	Flat
Rally	23	22	5
Point	0	0	1
Gagal	1	9	0
Jumlah	24	31	6

LANJUTAN

total jumlah groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	9	80	1
Point	3	35	2
Gagal	6	16	3
Jumlah	18	131	6
rata-rata groundstroke forehand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	50%	61%	17%
Point	17%	27%	33%
Gagal	33%	12%	50%
Jumlah	100%	100%	100%

total jumlah groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	69	55	8
Point	5	5	1
Gagal	10	19	0
Jumlah	84	79	9
rata-rata groundstroke backhand			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	82%	70%	89%
Point	6%	6%	11%
Gagal	12%	24%	0%
Jumlah	100%	100%	100%

ANALISIS PERTANDINGAN

Hasil jumlah total keseluruhan pukulan *groundstroke forehand* dan *backhand* pemain tenis tim nasional Indonesia pada pertandingan davis cup antara Indonesia vs Vietnam, Maret 2016 di Solo.

Forehand indonesia			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	24	341	12
Point	9	139	4
Gagal	11	96	3
Jumlah	44	576	19
Rata Rata			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	54.5%	59.20%	63.2%
Point	20.5%	24.13%	21.1%
Gagal	25.0%	16.67%	15.8%
Jumlah	100.0%	100.0%	100.0%

Backhand Indonesia			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	172	221	20
Point	18	35	5
Gagal	48	63	4
Jumlah	238	319	29
Rata Rata			
	Slice	Top spin	Flat
Rally	72%	69%	69%
Point	8%	11%	17%
Gagal	20%	20%	14%
Jumlah	100%	100%	100%

LAMPIRAN II



GAMBAR PERSKONFERS TIM NASIONAL TENIS INDONESIA DAN TIM NASIONAL TENIS VIETNAM

Sumber: okki yonda





Gambar christoper runkat (INA) memukul backhand slice

Sumber : solo pos



Gambar adytia (INA) melakukan volley backhand

Sumber : solo pos



Gambar pemain double Indonesia melakukan pukulan volley backhand

Sumber : pribadi



Gambar dari kedua tim sedang melakukan tos untuk memilih tempat dan bola di pimpin oleh chair umpire dan di saksikan oleh referee

Sumber: pribadi

LAMPIRAN III

Team Tennis Davis Cup Indonesia

Christopher RUNGKAT

Profile
Results



Date of birth : **14 Jan 1990**

Birth place : **Jakarta, Indonesia**

Residence : **Jakarta, Indonesia**

Plays : **Right Handed (Double Handed Backhand)**

Singles ranking : **463**

Doubles ranking : **326**

APPEARANCES

Overall	Singles		Doubles		Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
	Total	Clay	Hard	Hard					
Won	29	3	26	0	0	0	0	5	24
Lost	17	0	17	0	0	0	0	5	12

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Opponent	Stage	Date	Court
2016	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal		
VIE d. INA 3-2 in INA				04 Mar - 06 Mar 2016	Hard (O)
Gelora Manahan Tennis Stadium Complex, Surakarta, Indonesia					
R1	W	PHAM, Minh Tuan		6-1 6-1 6-2	
R3	L	LY, Nam Hoang/ NGUYEN HOANG, Thien, Partnering TBIJATI, Sunu-Wahyu		3-6 6-3 6-7(3) 2-6	
R4	W	LY, Nam Hoang		6-4 6-1 2-0 RET	
2015	Group II	Asia/Oceania	Semifinal		
PAK d. INA 3-1 in INA				14 Jul - 16 Jul 2015	Hard (O)
Gelora Bung Karno Tennis Stadium, Jakarta, Indonesia					
R3	W	AKBAR, Mohammad Abid Ali Khan/ KHAN, Aqeel, Partnering TBIJATI, Sunu-Wahyu		4-6 7-5 6-3 3-6 6-3	

Sumber : www.daviscup.com

Aditya Hari SASONGKO

Profile
Results



Date of birth : **04 Jul 1988**

Birth place : **Jakarta, Indonesia**

Residence : **Yogyakarta, Indonesia**

Plays : **Left Handed**

Singles ranking : **1434=**

Doubles ranking : **1439=**

APPEARANCES

Overall	Singles		Doubles					
	Total	Clay	Hard	Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
Won	3	0	3	0	0	0	0	3
Lost	7	1	6	0	0	0	1	6

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Region	Stage	Results
2016	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal	
VIE d. INA 3-2 in INA				04 Mar - 06 Mar 2016
Gelora Manahan Tennis Stadium Complex, Surakarta, Indonesia				Hard (O)
R2	L	LY, Nam Hoang		1-6 4-6 2-6
R5	L	NGUYEN HOANG, Thien		6-3 2-6 6-3 4-6 4-6
2015	Group II	Asia/Oceania	Semifinal	
PAK d. INA 3-1 in INA				14 Jul - 16 Jul 2015
Gelora Bung Karno Tennis Stadium, Jakarta, Indonesia				Hard (O)
R1	L	KHAN, Aqeel		6-2 3-6 5-7 0-6

[More results](#) ▶

Sumber : www.daviscup.com

Sunu-Wahyu TRIJATI

Profile Results



Date of birth : **26 Apr 1987**
 Birth place : **Jakarta, Indonesia**
 Residence : **Jakarta, Indonesia**
 Plays : **Right Handed (Double Handed Backhand)**
 Singles ranking :
 Doubles ranking : **1439=**

APPEARANCES

Overall Singles Doubles

	Total	Clay	Hard	Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
Won	5	1	4	0	0	0	3	2
Lost	9	1	8	0	0	0	3	6

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Region	Stage	Score
2016	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal	
VIE d. INA 3-2 in INA				04 Mar - 06 Mar 2016
Gelora Manahan Tennis Stadium Complex, Surakarta, Indonesia				Hard (O)
R3	L	🇷🇺 LY, Nam Hoang/ NGUYEN HOANG, Thien , Partnering RUNGKAT, Christopher		3-6 6-3 6-7(3) 2-6
2015	Group II	Asia/Oceania	Semifinal	
PAK d. INA 3-1 in INA				14 Jul - 16 Jul 2015
Gelora Bung Karno Tennis Stadium, Jakarta, Indonesia				Hard (O)
R3	W	🇮🇩 AKBAR, Mohammad Abid Ali Khan/ KHAN, Aqeel , Partnering RUNGKAT, Christopher		4-6 7-5 6-3 3-6 6-3

[More results ▶](#)

Sumber : www.daviscup.com

David Agung SUSANTO

Profile
Results



Date of birth : **21 Jul 1991**

Birth place : **Jakarta, Indonesia**

Residence : **Jakarta, Indonesia**

Plays : **Right Handed**

Singles ranking : **1004**

Doubles ranking :

APPEARANCES

Overall	Singles		Doubles					
	Total	Clay	Hard	Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
Won	5	0	5	0	0	0	1	4
Lost	13	0	13	0	0	0	0	13

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Continent	Stage	Score
2015	Group II	Asia/Oceania	Semifinal	
PAK d. INA 3-1 in INA				14 Jul - 16 Jul 2015
Gelora Bung Karno Tennis Stadium, Jakarta, Indonesia				Hard (O)
R2	L	IETIKHAB, Samir		6-3 7-6(3) 4-6 5-7 0-6
R4	L	AKBAR, Mohammad Abid Ali Khan		0-6 6-7(2) 6-0 2-6
2015	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal	
INA d. IRI 5-0 in INA				06 Mar - 08 Mar 2015
Bukit Asam Tennis Court, Palembang				Hard (O)
R3	W	MADANCHI, Amirvala/ SHAHGHOLI, Anoosha, Partnering RUNGKAT, Christopher		6-0 6-4 6-1
R4	W	HOSSEIN ZADE, Mohsen		6-4 6-4

Sumber : www.daviscup.com

Team Tennis Davis Cup Vietnam

Minh Tuan PHAM

Profile **Results**



Date of birth : **19 Oct 1993**

Birth place : **Da Nang City, Vietnam**

Residence :

Plays : **Right Handed**

Singles ranking :

Doubles ranking :

APPEARANCES

Overall **Singles** **Doubles**

	Total	Clay	Hard	Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
Won	3	0	3	0	0	0	0	3
Lost	2	0	2	0	0	0	0	2

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Region	Stage	Score	Date
2016	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal		
VIE d. INA 3-2 in INA					04 Mar - 06 Mar 2016
Gelora Manahan Tennis Stadium Complex, Surakarta, Indonesia					Hard (O)
R1	L	RUNGKAT, Christopher		1-6 1-6 2-6	
2013	Group III	Asia/Oceania	Round Robin		
VIE d. HKG 2-1 in UAE					15 Sep - 15 Sep 2013
Dubai Aviation Club, Subai, United Arab Emirates					Hard (O)
R2	W	KING, Phillip		2-6 6-0 6-0	

Sumber : www.daviscup.com

Nam Hoang LY

Profile

Results



Date of birth : **25 Feb 1997**
 Birth place : **Go Dau, Tay Ninh, Vietnam**
 Residence : **Tay Ninh, Vietnam**
 Plays : **Right Handed (Double Handed Backhand)**
 Singles ranking : **886**
 Doubles ranking :

APPEARANCES

Overall

Singles

Doubles

	Total	Clay	Hard	Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
Won	10	3	7	0	0	0	0	10
Lost	4	3	1	0	0	0	0	4

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Region	Stage	Match	Date
2016	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal	VIE d. INA 3-2 in INA	04 Mar - 06 Mar 2016
				Gelora Manahan Tennis Stadium Complex, Surakarta, Indonesia	Hard (O)
				R2 W SASONGKO, Aditya Hari	6-1 6-4 6-2
				R3 W RUNGKAT, Christopher/ TRIJATI, Sunu-Wahyu, Partnering NGUYEN HOANG, Thien	6-3 3-6 7-6(3) 6-2
R4 L RUNGKAT, Christopher	4-6 1-6 0-2 RET				
2015	Group III	Asia/Oceania	1st to 4th Play-off	VIE d. HKG 2-0 in MAS	28 Mar - 28 Mar 2015
				National Tennis Centre (NTC), Kuala Lumpur, Malaysia	Hard (O)
				R2 W LI, Hei Yin Andrew	4-6 6-3 6-2

Sumber : www.daviscup.com

Thien NGUYEN HOANG

Profile

Results



Date of birth : **12 Mar 1995**

Birth place : **Ho Chi Minh City, Vietnam**

Residence : **Ho Chi Minh City, Vietnam**

Plays : **Right Handed**

Singles ranking :

Doubles ranking :

APPEARANCES

Overall

Singles

Doubles

	Total	Clay	Hard	Grass	Carpet	Unknown	Indoors	Outdoors
Won	13	3	10	0	0	0	0	13
Lost	6	1	5	0	0	0	0	6

RECENT APPEARANCES

Year	Group	Region	Stage	Score
2016	Group II	Asia/Oceania	Quarterfinal	
VIE d. INA 3-2 in INA				04 Mar - 06 Mar 2016
Gelora Manahan Tennis Stadium Complex, Surakarta, Indonesia				Hard (0)
R3	W	RUNGKAT, Christopher/ TRIJATI, Sunu-Wahyu, Partnering LY, Nam Hoang		6-3 3-6 7-6(3) 6-2
R5	W	SASONGKO, Aditya Hari		3-6 6-2 3-6 6-4 6-4
2015	Group III	Asia/Oceania	1st to 4th Play-off	
VIE d. HKG 2-0 in MAS				28 Mar - 28 Mar 2015
National Tennis Centre (NTC), Kuala Lumpur, Malaysia				Hard (0)
R1	W	KING, Phillip		6-1 6-0

Sumber : www.daviscup.com



Curriculum Vitae

Nama : Fahmi Seff

Jenis kelamin : Laki-laki

Usia : 22 Tahun

Tempat/Tanggal Lahir : Tegal, 9 Januari 1994

Status : Belum Menikah

Agama : Islam

Alamat Domisili : Jln. Kayu Jati V rt.03 rw.05 no.22
Kel. Rawamangun, Kec. Pulogadung

Mobile Phone : 085642707915

E-mail : fahmi.seff.1994@gmail.com

Tinggi Badan : 170 Cm

Berat Badan : 80 kg

PENDIDIKAN FORMAL

Tahun 2000 – 2006 SDN Randugunting 03 Tegal Selatan (Berijazah)

Tahun 2006 – 2009 SMP N 1 Tegal (Berijazah)

Tahun 2009 – 2012 SMA N Ragunan Khusus Olahragawan (Berijazah)

KEAHLIAN & KUALIFIKASI

Jujur, Pekerja Keras, Kreatif, Komunikatif, Motivasi Tinggi, Komputer MS Office (Microsoft Word, Exel, Power Point)

MINAT DAN HOBI

Olahraga, Nonton Film, Mendengarkan Musik

PENGALAMAN SEMINAR

Tahun 2012 Seminar Stadium General

Prodi Konsentrasi Kepelatihan Olahraga FIK UNJ

(peserta)

Tahun 2015 Peningkatan kepelatihan guna meningkatkan prestasi atlit

Jakarta timur (peserta)

PENGALAMAN LOMBA & KOMPETISI

Tahun 2012 Piagam Kejuaraan Tenis Lapangan Pekan Olahraga Nasional Riau

2012 (peserta)

Tahun 2013 Piagam Kejuaraan Tenis Lapangan Brawijaya Open antar

mahasiswa di Malang (peserta)

Tahun 2013 Piagam Kejuaraan Tenis Lapangan Pekan Olahraga Mahasiswa

2013 di Jogja(peserta)

Tahun 2014 Piagam Kejuaraan Tenis Lapangan Brawijaya Open antar

mahasiswa di Malang (peserta)

Tahun 2015 Piagam Kejuaraan Tenis Lapangan Pekan Olahraga Mahasiswa

2015 di Aceh (peserta)

PENGALAMAN KERJA

Tahun 2013 - sekarang Melatih Klub tenis lapangan MTC di

Rawamanagun, Jakarta Timur