

**MODEL LATIHAN *RALLY* TENIS LAPANGAN
PADA CLUB CIPINANG ELOK 2 JAKARTA TIMUR**



**MUHAMMAD AUDI SAPRIAL
NO. REG: 1602617193**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2022**

MODEL LATIHAN *RALLY* TENIS LAPANGAN PADA CLUB CIPINANG ELOK 2 JAKARTA TIMUR

ABSTRAK

Terdapat beberapa klub tenis yang menyalurkan minat dan bakat di bidang tenis lapangan dengan anggota klub terdiri dari anak-anak dan remaja. Dalam permainan tenis jenis pukulan yang paling efektif untuk menyerang dalam permainan tenis lapangan ialah *forehand drive*. Pada klub tenis Cipinang Elok 2, terlihat bahwa pemain memiliki kekurangan dalam melakukan *rally forehand drive* diantaranya tidak konsisten, arahnya kurang akurat, dan variasi bolanya tidak banyak. Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan rally tenis lapangan dengan berbagai kombinasi agar menarik dan mudah bagi pemain khususnya di klub Cipinang Elok 2. Penelitian dilakukan menggunakan metode *penelitian Research and development (R&D)* untuk mengembangkan dan memvalidasi produk berupa model *rally* tenis lapangan menggunakan tahapan yang dibuat oleh ADDIE. Penelitian pendahuluan dilakukan dengan cara survei dan observasi lapangan. Hasil pengamatan merupakan dasar peneliti untuk membuat model latihan *rally*. Pengembangan model diuji melalui kuisioner untuk melihat tingkat kemenarikan dan tingkat kemudahan model yang digunakan dengan jumlah responden sebanyak 10 orang yang merupakan pemain tenis lapangan pada klub Cipinang Elok 2. Berdasarkan uji coba yang dilakukan pada petenis terhadap model latihan, didapatkan nilai 90,25% untuk ketertarikan pemain terhadap model latihan *rally* yang berarti 9 orang pemain dari 10 pemain yang menjadi responden menyatakan model latihan yang diujicoba sangat menarik diterapkan pada latihan tenis lapangan. Nilai 91,38% menunjukkan bahwa para pemain merasakan kemudahan dalam menerapkan model latihan *rally* yang dirancang.

Kata Kunci: *rally forehand*, model latihan, kemenarikan dan kemudahan model

**TENNIS RALLY TRAINING MODEL AT CLUB CIPINANG ELOK 2
JAKARTA TIMUR**

ABSTRACT

Several tennis clubs channel their interests and talents in the field of tennis with club members consisting of children and teenagers. In the game of tennis, the most effective type of stroke to attack in court tennis is the forehand drive. At the Cipinang Elok 2 tennis club, it can be seen that players have shortcomings in doing rally forehand drives including inconsistent, less accurate directions, and not much variation in the ball. This study aims to develop a tennis rally training model with various combinations to make it interesting and easy for players, especially at the Cipinang Elok 2 club. created by ADDIE. Preliminary research was conducted using surveys and field observations. The results of observations are the basis for researchers to create a rally practice model. The development of the model was tested through a questionnaire to see the level of attractiveness and the level of ease of the model used with a total of 10 respondents who were tennis players at the Cipinang Elok 2 club. players' interest in the rally training model, which means 9 players out of 10 players who were respondents stated that the exercise model being tested was very interesting to be applied to tennis practice. The value of 91.38% indicates that the players find it easy to implement the designed rally training model.

Keywords: rally forehand, exercise model, attractiveness and ease of model



LEMBAR PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Nama	Tanda Tangan	Tanggal
Pembimbing I		
<u>Okki Yonda, S.Or., M.Pd</u> NIDN. 0025109201		15/8 22
Pembimbing II		
<u>Dr. Bavu Nugraha, S.Pd., M.Pd</u> NIP. 198112182010121002		12/8 22

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
1. <u>Dr. Iman Sulaiman, M.Pd</u> NIP. 196306271988031001	Ketua	
2. <u>Ari Subarkah, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 197404022005011003	Sekretaris	
3. <u>Okki Yonda, S.Or., M.P.d</u> NIDN. 0025109201	Anggota		15/8 22
4. <u>Dr. Bavu Nugraha, S.Pd., M.Pd.</u> NIP. 198112182010121002	Anggota		12/8 22
5. <u>Dr. Hidayat Humaid, M.Pd.</u> NIP. 196302101988031001	Anggota		16/8 22

Tanggal Lulus: 10 Agustus 2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, Agustus 2022
Yang membuat pernyataan,



Muhammad Auli Saprial
No. Reg. 1602617193



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Muhammad Audi Saprial
NIM : 1602617193
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan
Alamat email : m.audisaprial@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Model Latihan Rally Tennis Lapangan Pada Club Cipinang Elok 2 Jakarta Timur

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/ mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, 22 Agustus 2022

Penulis

(Muhammad Audi Saprial)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Allah SWT, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

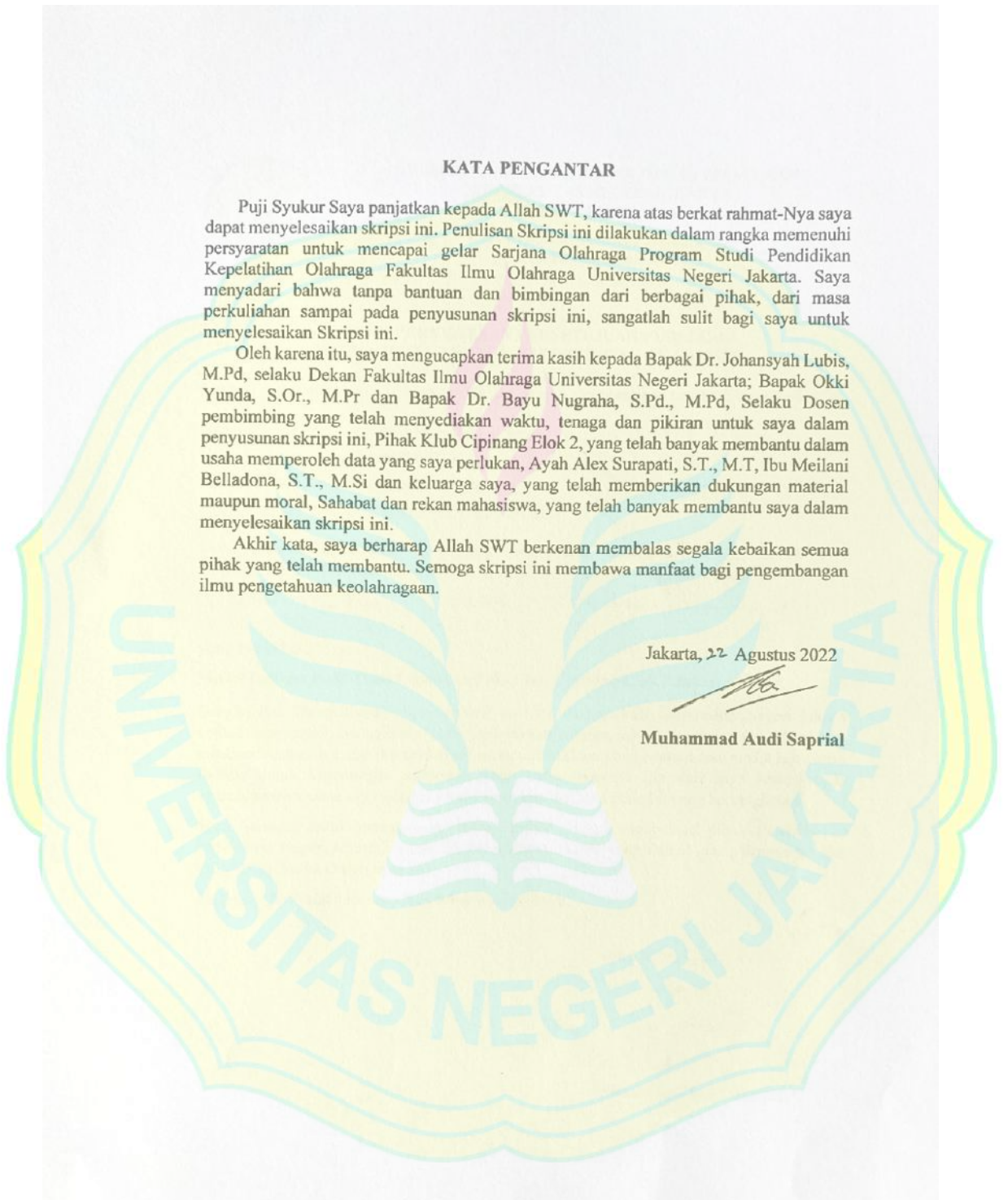
Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak Dr. Johansyah Lubis, M.Pd, selaku Dekan Fakultas Ilmu Olahraga Universitas Negeri Jakarta; Bapak Okki Yunda, S.Or., M.Pr dan Bapak Dr. Bayu Nugraha, S.Pd., M.Pd, selaku Dosen pembimbing yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini, Pihak Klub Cipinang Elok 2, yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, Ayah Alex Surapati, S.T., M.T, Ibu Meilani Belladona, S.T., M.Si dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, Sahabat dan rekan mahasiswa, yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Allah SWT berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 22 Agustus 2022



Muhammad Audi Saprial



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
DAFTAR ISI	ii
DAFTAR TABEL	iv
DAFTAR GAMBAR	v
DAFTAR LAMPIRAN	vi
BAB I: PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Fokus Penelitian	2
C. Perumusan Masalah	2
D. Kegunaan Hasil Penelitian	2
BAB II KAJIAN TEORI DAN PERUMUSAN MODEL	3
A. Konsep Pengembangan Model	3
B. Grip	6
C. Konsep Model yang Dikembangkan (Rally)	12
D. Kerangka Berfikir	21
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	22
A. Tujuan Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian	22
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	22
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	22
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	24
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	46
A. Hasil Pengembangan Model	46
B. Kelayakan Model	66
C. Efektifitas Model	68
D. Pembahasan	70
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	72
A. Kesimpulan	72
B. Saran	72

Daftar Pustaka

Lampiran-lampiran

Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Nama Para Ahli dalam Uji Justifikasi	30
Tabel 4.1	Hasil Analisis Kebutuhan dan Temuan Lapangan	51
Tabel 4.2	Hasil Uji Ahli terhadap Model Latihan	71
Tabel 4.3	Hasil Analisis Uji Coba	74



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	<i>Eastern Forehand Grip</i>	9
Gambar 2.2	<i>Continental Grip</i>	9
Gambar 2.3	<i>Western Grip</i>	10
Gambar 2.4	<i>Semi Western Grip</i>	12
Gambar 2.5	<i>Extreme Grip</i>	12
Gambar 2.6	<i>Gerakan Forehand</i>	14
Gambar 2.7	<i>Backhand Flat</i>	18
Gambar 2.8	<i>Backhand Slice</i>	19
Gambar 2.9	Kerangka Berfikir Penelitian	20
Gambar 2.10	Langkah-langkah R&D ADDIE	22

