

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pembinaan Olahraga menjadi salah satu bentuk usaha pelaku olahraga menciptakan olahragawan yang berprestasi. Hal itu yang kian ramai dilakukan dan ditambah lagi dengan respon positif yang diberikan pemerintah terhadap atlet yang berprestasi menjadi tambahan semangat dan motivasi bagi pelatih dan atlet dalam melakukan latihan dan pencapaian prestasi maksimal. Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan memberdayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkembangkan sentra pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah, dan menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan”.

Melihat perkembangan prestasi olahraga yang ada saat ini tidak luput dari berbagai bentuk pemusatan-pemusatan latihan. Latihan itu sendiri merupakan bagian dari pembinaan olahraga pada suatu sekolah ataupun klub yang memungkinkan meningkatnya prestasi atlet. Salah satu cabang olahraga prestasi yang sudah sangat berkembang di Indonesia adalah tenis lapangan. Permainan ini telah mengalami banyak perubahan hingga sekarang. Olahraga tenis lapangan merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional (PON) yang resmi dipertandingkan untuk pertama kalinya pada PON I di Solo Jawa Tengah 1938. Pengurus Persatuan Lawn Tennis Indonesia (PELTI) setiap tahunnya mengadakan berbagai event kejuaraan, mulai dari Kejuaraan Daerah, Kejuaraan Wilayah dan kejuaraan Nasional maupun kejuaraan Internasional. Dari jenjang pertandingan yang diadakan tersebut yaitu dari tingkat daerah hingga ke tingkat internasional maka disimpulkan bahwa pembinaan atlet dari usia dini harus lebih diperhatikan, agar dapat menciptakan atlet yang berprestasi.

Perkembangan tenis lapangan di Provinsi Sumatera Barat sangatlah mendapat perhatian dari masyarakat hal ini terbukti dengan adanya klub tenis yang terbagi di beberapa daerah seperti Kota Padang, Kota Payakumbuh, Kota Solok,

Kota Bukittinggi, Kota Pariaman, Kota Sawahlunto dan Kabupaten Pesisir Selatan. Adanya klub-klub di Sumatera Barat ini diharapkan dapat menghasilkan bibit atlet yang berpotensi dan dapat mengangkat prestasi cabang olahraga tenis Sumatera Barat dikancah Nasional maupun Internasional.

Untuk meraih suatu prestasi memang tidaklah mudah karena prestasi akan terwujud bila adanya kerjasama antara pemerintah, masyarakat, serta unsur-unsur yang mendukung dalam pembinaan atlet itu sendiri. Pembinaan olahraga nasional dapat berjalan dengan sebaik-baiknya diperlukan komponen-komponen penting selain jalur-jalur pembinaan yang teridentifikasi. Komponen di dalam sistem pembinaan olahraga nasional adalah: (1) tujuan, (2) manajemen, (3) faktor ketenagaan, (4) atlet, (5) sarana dan prasarana, (6) struktur dan isi program, (7) sumber belajar, (8) metodologi, (9) evaluasi dan penelitian, serta (10) dana (Harsuki, 2012:37). Pendapat ini menunjukkan bahwa untuk mencapai prestasi olahraga perlu kerja sama yang terarah dan juga memperhatikan segala aspek yang berhubungan yang mendukung tercapainya prestasi, seperti: latihan yang dilakukan secara sistematis dan terarah, menerapkan program latihan, memperhatikan prinsip-prinsip latihan dan metoda latihan yang dipakai pada saat proses latihan agar semua tercapai dengan baik. Adapun teknik dasar dalam tenis lapangan di antaranya yaitu *groundstroke* (*Forehand* dan *Backhand*) *service* dan *volley*. Teknik-teknik yang disebutkan itu merupakan teknik yang penting sekali dalam olahraga tenis lapangan. Terlihat pada video pertandingan Wimbledon 2023 beberapa waktu lalu di partai final antara Novak Djokovic berhadapan dengan Carlos Alcaraz, teknik-teknik diatas mendominasi sepanjang permainan. Untuk pukulan servis tentu terus dilakukan ketika memulai permainan dan setiap setelah perolehan point. Dihitung kedua pemain melakukan pukulan *Groundstroke* untuk game pertama saja sebanyak 30 kali yakni *Forehand* sebanyak 13 kali, pukulan *Backhand* sebanyak 17 kali, dapat dilihat disini bahwa pukulan *groundstroke* merupakan pukulan yang paling sering digunakan, pukulan *Groundstroke* juga menjadi salah satu senjata Alcaraz dalam memenangkan pertandingan. Dari video yang telah dilihat Sedikitnya setengah dari seluruh pukulan tenis adalah *Groundstroke*. Pukulan ini sering dijadikan pukulan untuk menyerang (*Attacking*) bagi pemain top.

Groundstroke adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. Melakukan pukulan harus dilakukan dengan sebaik mungkin agar pukulan yang dihasilkan akurat. Pukulan *groundstroke Forehand* dan *Backhand* merupakan keterampilan yang penting bagi pemain yang sukses (Campbell et al., 2016). Pukulan *groundstroke* adalah salah satu pukulan yang paling dominan dalam tenis lapangan, sehingga penerapan akurasi pada pukulan ini diperlukan untuk memenangkan pertandingan. In Tennis *groundstrokes* is essential components to be successful (Johnson & McHugh, 2006). Pada dasarnya pukulan *groundstroke* ada dua macam yaitu: *Forehand* dan *Backhand groundstroke*. Pukulan *groundstroke* dikatakan lebih akurat ketika bola yang dipukul sampai pada baseline lawan, bola akan lebih sulit diterima oleh lawan. Memang untuk memenangkan sebuah pertandingan tenis, tidak hanya ditentukan oleh penguasaan dalam teknik *groundstroke*, namun didukung pula oleh penguasaan yang lain baik teknik pukulan yang lain seperti: *service*, *volley*, dan *smash*, tetapi penguasaan *groundstroke* yang baik dapat memberikan poin yang besar dalam memenangkan pertandingan. Dalam pelaksanaan teknik *groundstroke* kita bisa menggunakan *topspin*. *Topspin* adalah jenis putaran yang dilakukan pada bola saat dipukul. Hal ini menyebabkan bola berputar ke depan, menciptakan gaya ke atas yang membuat bola menukik ke bawah, sehingga terjatuh secara tajam dan tiba-tiba. Jenis putaran ini digunakan untuk menghasilkan bola dengan pantulan tinggi yang sulit dikembalikan oleh lawan.

Penguasaan teknik dasar yang baik merupakan bagian penting dari tenis karena tanpa kemampuan Teknik dasar yang baik maka jelas atlet tenis tidak akan memiliki prestasi yang bagus. Teknik dasar adalah semua kegiatan yang mendasari sehingga dengan modal sedemikian tersebut atlet sudah dapat bertanding. Para atlet umumnya sangat fokus pada cara mereka menyelesaikan tugas, dan oleh karena itu tidak boleh memanfaatkan teknik gerakan yang biasa mereka gunakan dalam sebuah sesi latihan atau pertandingan. (Goyena, Fallis, 2019) menjelaskan bahwa dalam tenis lapangan penguasaan teknik pukulan sangat penting untuk dapat bermain dengan baik dan penguasaan teknik yang baik dapat menghemat dan mengefisienkan pemakaian gerakan.

Adapun teknik dasar yang telah disebutkan diatas perlu dikuasai, oleh karena itu teknik dasar dalam olahraga tenis lapangan perlu dilatih dengan baik dan benar. Idealnya seorang atlet tenis mendapatkan materi latihan dengan menggunakan model dan metode yang baik pada saat proses latihan maka seorang atlet akan mudah menguasai teknik dasar tenis lapangan dan mampu bertanding dengan baik sehingga akan mudah meraih kemenangan saat bertanding, selain itu atlet juga harus memiliki mental yang baik dalam bertanding, dengan demikian prestasi puncak yang ingin dicapai akan terealisasi. Begitu juga dengan penguasaan teknik dasar bagi atlet, jika ingin meraih prestasi yang baik maka diperlukan penguasaan teknik yang baik dan kondisi fisik yang baik pula. Meskipun demikian, ketiga teknik dasar tersebut mempunyai karakteristik yang berbeda namun ketiganya ditentukan oleh faktor-faktor antara lain, seperti: model Latihan, variasi Latihan, program latihan, aspek psikologi seperti motivasi latihan, mental atlet, status gizi atlet, emosional dan juga taraf intelegensi atlet itu sendiri, ketersediaan sarana dan prasarana yang tujuannya adalah agar atlet dapat menguasai teknik dengan benar.

Berdasarkan hasil observasi pada bulan februari 2023 lalu melalui wawancara bersama beberapa pelatih tenis Sumatera Barat, memang saat ini pengkondisian latihan lapangan sedang mengalami perubahan dari pasca covid menuju normal. Sejauh ini prestasi atlet junior sumatera barat masih terus diupayakan untuk menjadi maksimal. Sejarah perjuangan prestasi atlet junior Sumatera Barat dahulunya jika di perhatikan saat ini mengalami kemunduran, ditandai dengan hanya lebih kurang 2 nama saja dari masing-masing KU yang muncul dalam kategori prestasi peringkat nasional diantaranya Shahira Siti Najla di KU 14 th Puteri peringkat 8 Nasional dan Zakia Afifah di KU 14 Puteri peringkat 22 Nasional. Jika dilihat memang untuk dari kategori Putera belum ada nama yang terdaftar dalam peringkat minimal 30 besar Nasional. Tentu ini menjadi perhatian peneliti, dan rasa penasaran dengan apa yang terjadi di lapangan.

Setelah dilakukan peninjauan dan observasi awal yang telah peneliti jelaskan sebelumnya, Ada hal yang menjadi perhatian serius pelatih kepada atlet ketika latihan atlet belum sepenuhnya menguasai *groundstroke*, padahal greoundstroke bisa dijadikan senjata bagi atlet dalam permainan, karena jika atlet

melakukan *groundstroke* dengan topspin dengan baik maka akan menghasilkan pukulan yang susah di ambil oleh lawan. Kemudian adapun Kesalahan yang sering dilakukan oleh para atlet ketika melakukan *groundstroke*, 1) *Forehand* (a) bola yang dipukul jauh atau sering keluar (b) Sentuhan bola pada perkenaan racket selalu melenceng ke arah sasaran sehingga sering keluar (c) Bola dipukul tidak terkontrol (d) Penguasaan feeling ball masih rendah. 2) *Backhand* (a) Penganggaan racket yang masih salah (b) sikap pergerakan kaki masih salah (c) Bola dipukul jauh keluar. Menurut (Brown, 2013) Idealnya pada 1) *Forehand*, suatu pukulan yang amat penting, karena lebih kurang 50% pemain menggunakan teknik ini, atlet dapat memulai permainan tenis karena teknik ini juga dapat mengecoh lawan 2) *Backhand*, pada awalnya terasa sulit tapi dengan latihan yang teratur serta penggunaan teknik gerakan yang tepat maka *Backhand* akan dapat dilakukan dengan mudah.

Melihat kenyataan ini, perlu diperhatikan lagi pendekatan latihan dan model latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan *groundstroke* agar para atlet tenis bisa memiliki kemampuan *groundstroke* dengan baik serta Klub dapat menciptakan atlet-atlet tenis yang bisa berprestasi di kancah Nasional maupun Internasional. Serta Motivasi, kepercayaan diri, kompetensi fisik, pengetahuan dan pemahaman untuk menghargai dan mengambil tanggung jawab atas keterampilan diri (Savelsbergh & Wormhoudt, 2018). Diharapkan juga kepada para atlet agar lebih bersungguh-sungguh dalam berlatih, agar dapat menampilkan yang terbaik saat bertanding dan dapat meraih prestasi yang diinginkan. Untuk mengembalikan masa-masa itu tidaklah gampang, pelatih punya “PR” besar untuk mencapainya kembali.

Model latihan dituntut perlu dilakukan pembaharuan yang terus menerus agar latihan yang dilakukan dapat diminati oleh atlet dalam mengikuti proses latihan. Apabila atlet tidak bersemangat ataupun tidak mau latihan karena dianggap tidak menarik, itu akan berdampak pada rendahnya kualitas latihan atlet itu sendiri. Model latihan *groundstroke* sangat penting bagi atlet tenis junior karena beberapa alasan yang berhubungan dengan pengembangan teknik, konsistensi, dan kesiapan kompetisi. Beberapa alasan mengapa model latihan *groundstroke* perlu diterapkan

adalah untuk Pengembangan Teknik yang Baik, Konsistensi dan Akurasi, Adaptasi terhadap Berbagai Situasi Permainan, Keterampilan Lanjutan serta Peningkatan Kepercayaan Diri terhadap kemampuan *groundstrokenya*. Disamping itu peneliti mulai bersintesa akan jadi lebih bermanfaat apabila penulis membuat sebuah aplikasi ataupun tontonan menarik terkait pelatihan tennis lapangan ini, sehingga ketika mereka selesai dalam satu sesi latihan mereka bisa melihat tayangan video terkait Teknik-teknik yang mereka pelajari saat latihan dalam tenis lapangan dan akan menjadikan refresh di memori otaknya. Dengan demikian penelitian pengembangan model Latihan *groundstroke* untuk atlet junior ini dengan menggunakan berbasis dapat meningkatkan aspek-aspek kemampuan *groundstroke* secara signifikan dan dapat diterapkan serta dikembangkan dalam latihan.

Berdasarkan permasalahan yang telah diuraikan diatas maka dianggap perlu perbaikan, kreativitas dan inovasi terbaru dalam proses Latihan dalam tenis lapangan Khususnya pada Teknik dasar *Groundstroke*. Pada dasarnya pola Latihan untuk atlet junior harus memiliki unsur menarik, aktif, kreatif, inovatif, aman, nyaman, menyenangkan, keceriaan dan tidak monoton. Dari uraian di atas maka peneliti akan mengembangkan model latihan *groundstroke* tenis untuk Atlet tenis Junior. Dengan harapan hasil dari peneliti ini dapat dijadikan bahan ajar ataupun panduan dalam pertimbangan para pelatih dan atlet didalam proses Latihan.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan pada latar belakang masalah yang telah di uraikan oleh peneliti sebelumnya, maka yang menjadi fokus pada penelitian ini yaitu Model Latihan *Groundstroke* Pada Atlet Tennis Junior di Sumatera Barat.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas maka dapat dirumuskan suatu masalahnya sebagai berikut:

1. Bagaimana Pengembangan Model Latihan *Groundstroke* Pada Atlet Tennis Junior di Sumatera Barat?

2. Apakah Model Latihan *groundstroke* layak digunakan untuk meningkatkan keterampilan *groundstroke* atlet tenis junior Sumatera Barat?
3. Apakah Model Latihan *Groundstroke* efektif dalam meningkatkan keterampilan *Groundstroke* Pada Atlet Tenis Junior di Sumatera barat?

D. Kegunaan Penelitian

Diharapkan penelitian ini akan memberi kontribusi dalam Latihan Teknik dasar khususnya *Groundstroke* tenis lapangan. Adapun kegunaan serta manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Sebagai bahan atau media bagi para pelatih dalam melakukan proses Latihan *groundstroke* tenis khususnya di Sumatera Barat.
2. Bagi pelatih sebagai pendorong dan motivasi untuk menciptakan inovasi serta variasi dalam melatih agar atlet lebih bersemangat untuk Latihan.
3. Sebagai bahan untuk meningkatkan ragam kemampuan gerak dasar pada anak usia dasar.
4. Hasil produk dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih dalam rangka meningkatkan kualitas hasil Latihan dengan materi *groundstroke* tenis lapangan.
5. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangsih pemikiran ilmiah bagi pelatih maupun peneliti lainnya untuk mengembangkan model latihan yang lebih spesifik dan lebih menarik.
6. Hasil produk yang akan dihasilkan diharapkan menjadi bahan penelitian lanjutan yang dapat dikembangkan lebih baik lagi.

E. State Of Art

Untuk dapat memiliki keterbaharuan dalam penelitian ini, maka dalam setiap melakukan kajian melalui *state of art* untuk mengungkapkan dan menemukan penelitian yang ada sebagai dasar dari penelitian yang akan dilakukan. Adapun *state of art* dalam penelitian ini adalah:

Tabel 1. 1 Daftar *State of Art* dalam penelitian

No	Judul penelitian penulis	Penulis tahun penelitian	Hasil penelitian
1	<i>Development of android based augmented reality video for tennis courts learning</i>	Galang Sulaksono (2021)	Dari hasil penilaian ahli media pembelajaran diperoleh nilai sebesar 97,6 dengan kategori sangat baik. Dari ahli materi tenis lapangan diperoleh skor 89,2 dengan kategori baik. Dan uji coba bagi atlet yang mengikuti lapangan tenis memperoleh nilai 92,14 dalam kategori layak pakai. Teknologi augmented reality masih belum populer di bidang pendidikan. Namun kedepannya teknologi ini akan sangat membantu dalam setiap pembelajaran di dunia pendidikan.
2	<i>Groundstroke Training Model Based On Situation Game For Field Tennis Athletes Aged 12-14 Years</i>	Zuhra (2021)	Hasil tes pre-test diperoleh rata-rata 31,73. Kemudian, post-test diperoleh rata-rata 40,00. Koefisien korelasi latihan sebelum dan sesudah diberikan model latihan adalah 0,946 dengan p-value $0,00 < 0,05$, sehingga kesimpulannya signifikan. Pada uji beda rata-rata dengan SPSS, mean = 8,26667 menunjukkan perbedaan antara pre-test dan post-test, hasil t-hitung = 26.183, df = 19 dan p-value = $0,00 < 0,05$, yang berarti ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan perlakuan model latihan <i>groundstroke</i> berdasarkan situasi permainan. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa model latihan <i>groundstroke</i> berbasis situasi permainan pada atlet tenis lapangan usia 12-14 tahun efektif dan dapat meningkatkan pukulan <i>Forehand groundstroke</i> .
3	Model Latihan Keterampilan <i>Groundstroke</i> Pada Cabang Olahraga Tenis Lapangan	Hazrina (2019)	Peningkatan latihan keterampilan <i>groundstroke</i> pada cabang olahraga tenis lapangan pada saat pre-test menunjukkan signifikansi pada t-hitung = -8,718, df=19 dan p-value = $0,00 < 0,05$ artinya terdapat perbedaan yang signifikan pada model latihan keterampilan

			<i>groundstroke</i> sebelum dan sesudah diberikan perlakuan model latihan. Dapat disimpulkan bahwa model latihan keterampilan <i>groundstroke</i> yang dikembangkan efektif untuk meningkatkan latihan <i>groundstroke</i> untuk atlet atlet usia 14-16 tahun
4	<i>Tennis training model to improve groundstroke skills in children</i>	Ngatman, dkk (2023)	Penelitian ini menggunakan beberapa metode antara lain wawancara mendalam, studi literatur, serta metode Delphi untuk mencari pendapat ahli. Data dianalisis dengan pertimbangan reduksi data dan pengkodean tematik sebelum disajikan hasilnya dan ditarik kesimpulan. Selain itu, penelitian ini juga memasukkan beberapa item kuesioner tertutup dan menganalisisnya dengan menggunakan statistik deskriptif untuk lebih mengkonfirmasi temuan. Temuan menunjukkan bahwa model pelatihan <i>groundstroke</i> berdasarkan metode tindakan yang dikembangkan dinyatakan layak dan disetujui untuk pengujian lapangan skala kecil di masa mendatang.
5	<i>Usability Study of a comprehensive table tennis AR-based training system with the focus on players' strokes</i>	Ayman Nabil, dkk (2020)	Dengan menggunakan Augmented Reality, sistem membantu para pemain untuk mendapatkan hasil dan arahan dengan mudah menggunakan aplikasi mobile berbasis AR saat berlatih secara real-time. Percobaan telah dilakukan untuk mengukur efisiensi aplikasi dan membandingkan algoritme yang berbeda untuk meninjau kinerjanya dalam mengidentifikasi pukulan berdasarkan akurasi dan waktu yang dibutuhkan.

Dari penelitian-penelitian yang dilampirkan di atas maka dapat diperoleh informasi sebagai berikut:

1. Model Latihan yang bervariasi bisa menumbuhkan semangat dan motivasi atlet dalam Latihan

2. Di dalam temuan ini sangat mendukung kemajuan dalam Pelatihan olahraga Tenis untuk membantu atlet meningkatkan pengetahuan dan keterampilannya dalam mengikuti Latihan tenis lapangan.
3. Karena belum adanya penelitian spesifik terkait tentang Pengembangan Model Latihan Groudnstroke untuk atlet junior ini, maka penulis akan membuat sebuah model latihan untuk teknik *groundstroke* dalam tenis lapangan khususnya untuk Atlet junior di Sumatera Barat.

F. Road Map Penelitian

Tabel 1. 2. Rancangan Road Map Penelitian

2022	2022-2023	2023-2024	2024- seterusnya
Melakukan analisis terhadap kemampuan <i>groundstroke</i> atlet melalui literasi dan wawancara dengan pelatih klub di Sumatera Barat	Menyusun proposal penelitian dengan melakukan bimbingan kepada promotor dan co promotor, membuat rancangan produk	Melakukan pengembangan model Latihan <i>groundstroke</i> lanjutan berbasis permainan, Implementasi produk, evaluasi produk, pemaparan hasil, penyebaran produk	Membuat penyempurnaan model yang telah dikembangkan tersebut

G. Keterbaharuan Penelitian

Dalam keterbaharuan penelitian yang dikembangkan adalah produk model Latihan *Groundstroke* dengan mengembangkan bentuk berupa buku teks atau pedoman Latihan *groundstroke* menyesuaikan model Latihan yang telah dirancang. Dalam hasil pengembangan dan penerapan produk ini pelatih akan mendapatkan referensi dan banyak menghasilkan variasi Latihan *groundstroke* berdasarkan atau keterkaitan dengan teknik dasar *groundstroke*, keterbaharuan dalam peneliti yang peneliti buat adalah:

1. Produk yang dikembangkan oleh peneliti dikembangkan secara sistematis dalam aspek teknik *groundstroke* yang dimuat dalam sebuah buku yang akan di HKI.

2. Variasi dalam Latihan keterampilan *Groundstroke* dibuat sesuai dengan sasaran serta kategori atlet junior.
3. Urutan variasi Latihan mulai dari model Latihan *groundstroke* yang paling mudah hingga model Latihan yang sulit.
4. Aplikasi Android yang bs digunakan sebagain Panduan Latihan Bagi Penggiat tenis Lapangan
5. Penelitian ini juga akan memiliki luaran berupa terbit di Jurnal Scopus Q4

