

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Permasalahan

Keterampilan yang baik seorang pemain tenis lapangan dapat dikuasai dengan sempurna apabila mereka berlatih dengan disiplin, teratur, berjenjang dan berkesinambungan. Namun yang terjadi saat ini atlet tenis lapangan Indonesia belum bisa meraih juara di tingkat Internasional ataupun di turnamen-turnamen lainnya yang berskala internasional baik itu ATP 250, 500, 1000 maupun *grand slam*. Khususnya untuk atlet tenis provinsi Bali diajang turnamen tingkat nasional juga belum mencapai hasil yang memuaskan hal ini terlihat dari gagalnya tim tenis Bali dalam ajang PON belum pernah meraih medali baik perunggu, perak, maupun emas. Salah satu kendala yang menyebabkan kekalahan atlet-atlet tenis lapangan baik atlet tenis Indonesia pada umumnya dan atlet club tenis Gianyar provinsi Bali pada khususnya diantaranya belum optimalnya dalam melakukan servis.

Penguasaan teknik dasar dalam permainan tenis lapangan yaitu *groundstroke*, servis, voli dan *smash* merupakan komponen yang sangat penting dikuasai oleh pemain tenis lapangan. Salah satunya servis yang paling menentukan keberhasilan atlet mencetak poin pertama suatu permainan karena apabila atlet dapat melakukan servis dengan baik maka atlet dapat membuat lawan kesulitan untuk mengembalikan bola. Servis merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan tenis lapangan, dan merupakan tanda bahwa permainan dimulai. Dalam perkembangan selanjutnya servis tidak lagi dianggap sebagai permulaan

permainan, tetapi merupakan bentuk serangan pertama. Dengan demikian servis harus dilakukan sebaik mungkin agar lawan sulit untuk mengembalikan, sehingga menghasilkan point bagi pemain yang melakukan servis. Untuk dapat melakukan teknik servis, diperlukan komponen biomotor yang baik. Adapun komponen biomotor yang diperlukan dalam pertandingan tenis lapangan adalah ketahanan, kekuatan, kecepatan, koordinasi, dan fleksibilitas (Sukadiyanto, 2002: 39). Dengan demikian diperlukan komponen kondisi fisik yang baik untuk dapat menjadi atlet tenis lapangan dan menggunakan teknik servis dengan efektif dan efisien.

Pada saat melakukan teknik servis, kesalahan-kesalahan yang sering terjadi adalah pada posisi lutut dan ayunan lengan, hal tersebut dikarenakan oleh kekuatan otot-otot belum maksimal khususnya otot-otot bagian tungkai, perut dan lengan. Dengan demikian untuk dapat melakukan teknik servis dengan baik diperlukan kekuatan otot-otot tungkai, perut dan lengan yang bagus. Proses mempelajari teknik servis perlu diperhatikan secara teliti dalam pelaksanaannya. Pelatih memiliki peran penting dalam memberikan contoh teknik yang benar kepada atlet yang dibinanya. Agar mendapatkan hasil yang efektif dan efisien, maka perlu disertai dengan bimbingan dan evaluasi terhadap kesalahan yang dilakukan serta diberitahukan cara-cara melakukan gerakan yang benar. Dengan demikian atlet selalu dalam keadaan terkontrol, sehingga atlet memiliki gambaran mengenai teknik servis yang akan dilakukan.

Berdasarkan permasalahan yang diuraikan diatas maka untuk melatih teknik servis yang baik dapat dilatih dengan dua metode latihan diantaranya metode latihan *fixed* dan *moving target* seperti yang dikemukakan oleh

Wojowasito (2007:60) bahwa *target*/sasaran adalah sesuatu yang menjadi tujuan, selanjutnya menurut Wojowasito (2007:287) *fixed*/tetap adalah tidak berubah keadaan atau kedudukannya. Jadi yang dimaksud latihan *fixed target* dalam penelitian ini adalah latihan yang dilakukan petenis dalam memukul bola dengan satu sasaran, menggunakan jumlah bola yang ditentukan dan tidak berubah sasaran selama satu tahap. Adapun kelebihan dalam latihan servis menggunakan *fixed target* yaitu pemain lebih mudah memukul bola ke sasaran yang telah ditentukan dan dapat melatih kepekaan mengendalikan pukulan servis secara fokus dan konsisten.

Sedangkan latihan *moving target*, oleh Wojowasito (2007:60) bahwa *target*/sasaran adalah sesuatu yang menjadi tujuan, selanjutnya menurut Wojowasito (2007:215) *moving*/berpindah adalah beralih atau beranjak ketempat lain. Jadi yang dimaksud dengan latihan *moving target* dalam penelitian ini adalah latihan yang dilakukan petenis dalam memukul bola dengan mengubah sasaran yang berbeda menggunakan jumlah bola yang di tentukan dalam satu tahap. Pada latihan servis dengan *moving target* mempunyai kelebihan yaitu pemain akan terbiasa untuk memukul bola keseluruhan sasaran, sehingga akan meningkatkan imajinasi dan keberanian pemain dalam melakukan pukulan bola keseluruhan arah.

Disamping metode latihan yang diuraikan diatas faktor penting yang harus diperhatikan oleh atlet tenis lapangan dalam melakukan servis yaitu kemampuan koordinasi mata tangan. Koordinasi adalah kemampuan biomotorik yang dalam beroperasinya melibatkan beberapa unsur-unsur kondisi fisik lainnya. Pada keterampilan yang melibatkan objek selain organ tubuh, koordinasi antara mata dengan organ tubuh lain mutlak dibutuhkan. Keterampilannya sendiri biasanya

melibatkan koordinasi antara dua organ tubuh, diantaranya adalah koordinasi mata tangan yang mengkombinasikan antara kemampuan melihat dan keterampilan tangan. Seperti pada saat melempar suatu target tertentu, mata berfungsi sebagai mempersepsikan objek yang dijadikan sasaran lempar berdasarkan besarnya, jaraknya, dan tingginya, sedangkan tangan berdasarkan informasi tersebut akan melakukan lemparan dengan memperkirakan kekuatan yang digunakan agar hasil lemparan tepat pada sasarannya. Menurut Pratama (2017) koordinasi adalah suatu usaha yang penting dilakukan dalam meningkatkan suatu efektifitas, efisiensi dan produktivitas kerja untuk dapat mewujudkan tujuan secara Optimal .

Hal lain dikemukakan Bopa (2009) bahwa dalam koordinasi mata tangan akan menghasilkan timing dan akurasi, timing berorientasi pada ketepatan waktu sedangkan akurasi berorientasi pada ketepatan sasaran ayunan lengan. Koordinasi mata tangan merupakan kombinasi antara mata dan tangan untuk saling berhubungan dalam merespon gerakan yang akan dilakukan dan mengarahkan ke arah yang tepat untuk menyebrangkan bola ke area permainan lawan. Dengan melihat jalannya bola, akan diketahui arah dan posisi jatuhnya bola, sehingga pemain dalam mengambil posisi untuk memukul bola akan tepat antara jatuhnya bola dan panjang raihan dengan raket. Dalam berlatih keterampilan bermain tenis tidak hanya melatih melihat bola yang akan dipukul, tetapi juga sangat penting untuk memperhatikan dimana bola tersebut akan dipukul (Applewhaite dan Mos, 1992: 13). Artinya, tanpa memiliki kemampuan koordinasi yang baik sulit bagi petenis untuk mengembangkan teknik pukulan. Hal ini didukung dengan pendapatnya Sukadiyanto (2011:230) yang mengungkapkan bahwa tanpa kemampuan koordinasi mata tangan yang baik, maka atlet akan kesulitan dalam

melakukan teknik secara selaras, serasi, dan stimulan. Sedangkan menurut (Audia Balfasa et al., 2022) koordinasi mata tangan merupakan salah satu kemampuan kondisi fisik yang berperan penting dalam pukulan servis, karena pada tenis lapangan mengandalkan kemampuan gerak cepat, maksimal yang bersifat mendadak. Atlet tenis lapangan yang memiliki kordinasi buruk tidak akan bisa melakukan gerakan-gerakan secara luwes, maka bola yang dihasilkan tidak akan efisien. Dalam kenyataanya dapat dikatakan bahwa, apabila tidak memiliki koordinasi yang baik antara mata tangan maka akan berpengaruh terhadap ketepatan pada saat melakukan pukulan servis. Karena dalam melakukan servis, kordinasi mata tangan dan anggota tubuh yang lain akan mempengaruhi hasil yang diinginkan.

Dengan ke kedua metode latihan dan memperhatikan koordinasi mata tangan atlet tersebut diharapkan nantinya akan menghasilkan pukulan servis yang maksimal sehingga akan berdampak pada kualitas dan prestasi dari pemain tenis itu sendiri.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut.

1. Salah satu kendala yang menyebabkan kekalahan atlet-atlet tenis lapangan baik atlet tenis Indonesia pada umumnya dan atlet club tenis di Gianyar diantaranya kesulitan dalam melakukan servis.
2. Atlet club tenis lapangan di Gianyar masih memiliki kekurangan dalam melakukan ketepatan servis. Hal ini terlihat pada saat berlatih ketika

melakukan servis atlet hanya melihat kerasnya bola tanpa memikirkan arah tujuan bola.

3. Fasilitas dan sarana latihan yang ada di club tenis lapangan Gianyar masih kurang seperti masih terbatasnya lapangan, bola dan alat-alat yang digunakan dalam latihan maka dari itu pelatih tidak bisa memberikan metode pelatihan yang bervariasi.
4. Metode pelatihan *fixed* dan *moving target* belum pernah diterapkan oleh pelatih club tenis lapangan Gianyar.
5. Kemampuan koordinasi mata tangan atlet club tenis lapangan Gianyar masih lemah dalam melakukan servis sehingga servis yang dihasilkannya kurang maksimal

1.3 Pembatasan Masalah

Idealnya semua masalah yang diidentifikasi harus dikaji agar diperoleh kemampuan servis yang maksimal. Maka dari permasalahan yang diidentifikasi dan dengan mempertimbangkan keterbatasan waktu, biaya, kemampuan, keterampilan, fasilitas, maka perlu dilakukan pembatasan agar pengkajian mencakup masalah-masalah utama yang harus dipecahkan untuk memperoleh hasil yang optimal.

Pada penelitian ini menitikberatkan pada permasalahan bagaimana ketepatan servis pemain tenis Gianyar dapat menguasai dengan maksimal. Maka metode yang digunakan merupakan faktor utama dalam usaha meningkatkan ketepatan servis. Oleh karena itu, dalam penelitian ini dikaji perlakuan dalam proses latihan bermain tenis lapangan berupa metode latihan, yang dibatasi pada

metode latihan *fixed target* dan *moving target* dan koordinasi mata tangan baik koordinasi mata tangan tinggi maun rendah

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang telah diungkapkan pada latar belakang, maka peneliti mengajukan beberapa permasalahan yang menyangkut bagaimana pengaruh metode latihan *fixed dan moving target* terhadap ketepatan servis ditinjau dari mata tangan. Rumusan masalahnya adalah sebagai berikut.

1. Apakah terdapat perbedaan ketepatan servis antara atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *fixed target* dan atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *moving target*?
2. Apakah terdapat pengaruh interaksi antara metode pelatihan dengan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan servis tenis lapangan?
3. Apakah terdapat perbedaan ketepatan servis antara atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *fixed target* dan atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *moving target* pada atlet tenis lapangan yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi?
4. Apakah terdapat perbedaan ketepatan servis antara atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *fixed target* dan atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *moving target* pada atlet tenis lapangan yang memiliki koordinasi mata tangan rendah?

1.5 Tujuan dan Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dipaparkan, tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Menganalisis perbedaan ketepatan servis antara atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *fixed target* dan atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *moving target*
2. Menganalisis pengaruh interaksi antara metode pelatihan dengan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan servis tenis lapangan
3. Menganalisis perbedaan ketepatan servis antara atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *fixed target* dan atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *moving target* untuk atlet tenis lapangan yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi
4. Menganalisis perbedaan ketepatan servis antara atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *fixed target* dan atlet tenis lapangan yang mendapatkan pelatihan dengan metode *moving target* untuk atlet tenis lapangan yang memiliki koordinasi mata tangan rendah

1.6 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat mempunyai manfaat, baik manfaat teoritis maupun manfaat praktis.

a. Manfaat Teoritis

Secara teoritis penelitian ini diharapkan memberikan suatu informasi dalam bentuk ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang pelatihan olahraga yang berkaitan metode pelatihan *fixed target* dan

moving target terhadap ketepatan servis tenis lapangan ditinjau dari koordinasi mata tangan.

b. Manfaat Praktis

Adapun manfaat praktis yang dapat diambil dalam penelitian ini adalah :

1. Bagi peneliti dapat dimanfaatkan sebagai kajian ilmiah dan pertimbangan dalam penelitian selanjutnya.
2. Bagi atlet merupakan pengalaman yang dapat dimanfaatkan untuk melatih ketepatan servis tenis lapangan dengan menggunakan metode pelatihan *fixed target* dan metode *moving target*.
3. Bagi pelatih, dapat menerapkan pelatihan *fixed target* dengan metode pelatihan *moving target* untuk meningkatkan ketepatan servis.
4. Bagi guru/pembina ekstrakurikuler merupakan pengetahuan yang dapat dijadikan dasar untuk melatih siswa tentang ketepatan servis dan dapat dijadikan variasi latihan sehingga latihan tidak monoton.

1.7 Ruang Lingkup dan Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Kabupaten Gianyar pada club tenis yang ada di Gianyar tahun 2023. Materi pelatihan yang digunakan dalam penelitian ini adalah ketepatan servis. Peneliti memilih materi ini karena materi ini merupakan salah satu teknik dasar dari cabang olahraga tenis lapangan yang harus dikuasai dengan baik oleh atlet tenis lapangan.

Variabel dependen dalam penelitian ini adalah ketepatan servis atlet tenis

lapangan club tenis di Kabupaten Gianyar, sedangkan variabel independennya adalah metode latihan. Variabel metode latihan memiliki dua dimensi yaitu metode latihan *fixed target* dan *moving target*. Variabel moderator yakni koordinasi mata tangan juga memiliki dua dimensi yaitu koordinasi mata tangan tinggi dan koordinasi mata tangan rendah.

