

# PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN GERAK DASAR FOREHAND GROUNDSTROKE DAN BACKHAND GROUNDSTROKE BAGI ANAK USIA 8-12 TAHUN MELALUI PENDEKATAN ACTION METHOD DALAM PERMAINAN TENIS

Oleh: ngatman, abdul alim, yudanto

ABSTRAK

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN GERAK DASAR  
BACKHAND GROUNDSTROKE  
BAGI ANAK USIA 8-12 TAHUN MELALUI PENDEKATAN ACTION METHOD  
DALAM PERMAINAN TENIS**

**FOREHAND GROUNDSTROKE DAN**

Drs. Ngatman, M. Pd.  
Dr. Abdul Alim, M. Or.  
Yudanto, S. Pd. Jas., M. Pd.  
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta

## **Abstrak**

Teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* adalah teknik yang paling dominan dipergunakan dalam permainan tenis lapangan, namun teknik tersebut merupakan teknik dasar yang paling sulit untuk dipelajari anak-anak, khususnya anak usia 8-12 tahun. Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa pelatih menemui kesulitan untuk mengajarkan kedua teknik tersebut. Beberapa pelatih mengajarkan/melatihkan teknik *forehand groundstroke* dan *backhand groundstroke* dengan model yang sama untuk segala tingkatan usia petenis (anak-anak, remaja dan dewasa) tanpa memperhatikan tingkat kemampuan gerak dasar yang dimiliki oleh anak didiknya. Tujuan penelitian ini adalah mengembangkan model latihan gerak dasar teknik *forehand* dan *backhand groundstroke* yang sesuai/relevan bagi anak usia 8-12 tahun melalui pendekatan *action method* dalam permainan tenis.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan (*research and development*). Subjek penelitian ini siswa perkumpulan/sekolah tenis usia 8 – 12 tahun di Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berjumlah 25 anak. Pengumpulan data dalam penelitian pengembangan ini menggunakan pentahapan sesuai dengan model pengembangan (*research and development*) *Borg and Gall* dengan 10 langkah dalam model pengembangannya. Pendekatan dalam penelitian pengembangan ini menggunakan pendekatan kuantitatif dan kualitatif (*mixed method*). Instrumen pengumpulan data kuantitatif di dapat dari hasil nilai *pre-tes* dan *post-tes*, sedangkan data kualitatif diambil dari kuisioner dan wawancara.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa telah berhasil dikembangkan: (1) produk modul model latihan gerak dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* bagi anak usia 8-12 tahun berbasis pendekatan taktik (*tactical approach*) memiliki koefisien reliabilitas *antarrater* (ICC) yang tinggi, (2) produk modul pengembangan model latihan gerak dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* dengan koefisien validitas isi (*content validity*) sangat baik, (3) produk modul pengembangan model latihan gerak dasar *forehand* dan *backhand groundstroke* yang efektif diipergunakan untuk meningkatkan kemampuan, motivasi, dan semangat berlatih anak usia 8 - 12 tahun (sesuai diterapkan untuk anak usia pemula). Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai *prototype* untuk pengembangan model-model latihan gerak spesifik dalam permainan tenis pada tingkat usia 13-15 tahun dan 16-18 tahun (usia junior).

**Kata Kunci: Model Latihan Gerak Dasar, Forehand dan Backhand Groundstroke,  
Usia 8-12 Tahun**

iii

Kata Kunci: *Model Latihan Gerak Dasar, Forehand dan Backhand Groundstroke, Usia 8-12 Tahun*