INNOVATIVE: Journal Of Social Science Research
Volume 4 Nomor 1 Tahun 2024 Page 11149-11161
E-ISSN 2807-4238 and P-ISSN 2807-4246
Website: https://j-innovative.org/index.php/Innovative

Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Service Tenis Lapangan Atlet Tenis PTL Gor Agus Salim Kota Padang

Jepri Naldi[1✉], Bambang[2], Suci Nanda Sari[3], Fathurrahman Hafid[4]
(1),(2) Universitas Muhammadiah Sumatera Barat
(3) Universitas Negeri Padang
(4) Institut Seni Indonesia Padang Panjang
Email: naldijefri974@gmail.com[1✉]

Abstrak

Masalah dalam penelitian ini adalah rendahnya keterampilan service Tenis lapangan atlet tenis PTL GOR Agus Salim Padang. Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan pengaruh metode latihan *Drill* terhadap keterampilan *service* Tenis lapangan atlet tenis PTL GOR Agus Salim Padang. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Atlet Tenis lapangan PTL GOR Agus Salim Padang yang berjumlah 16 orang. Sampel diambil dengan teknik *Total Sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 16 orang. Data dikumpulkan dengan melakukan tes service menggunakan *hewitt tennis achievement test*. Data dianalisis dengan menggunakan Uji t atau uji beda *mean*.Hasil penelitian menunjukan bahwa Metode latihan *Drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan *service* atlet didapatkan (t_{hitung} = 7,34 > t_{tabel} = 1,86) dengan peningkatan rata-rata adalah 4,17.
Kata Kunci : *metode latiihan drill, keterampilan servis tenis*

Abstract

The problem in this research is the low tennis service skills of PTL GOR Agus Salim Padang tennis athletes. This research aims to reveal the influence of the Drill training method on the tennis service skills of PTL GOR Agus Salim Padang tennis athletes. This type of research is a quasi-experiment. The population in this study were all 16 PTL GOR Agus Salim Padang tennis athletes. Samples were taken using the Total Sampling technique with a total sample of 16 people. Data was collected by carrying out service tests using the Hewitt tennis achievement test. Data were analyzed using the t test or mean difference test. The results of the study showed that the Drill training method had a significant influence on athletes' service skills (tcount = 7.34 > ttable = 1.86) with an average increase of 4.17
Keyword: *drill training methods, tennis serve skills*

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

PENDAHULUAN

Keterampilan individu yang sangat penting dikuasai dalam permainan tenis lapangan adalah teknik dasar bermain. Teknik dasar yang paling dominan dalam tenis lapangan tersebut adalah *service, forehand* dan *backhand.* Komponen tersebut harus dikuasai atlet agar mudah berlatih serta mengembangkan keterampilan bermain tenis lapangan, dengan tujuan meraih prestasi semaksimal mungkin. Penguasaan keterampilan teknik tentunya harus didukung dengan kondisi fisik yang baik. Tanpa kondisi fisik yang baik, maka penguasaan teknik pun tidak akan maksimal. Karena bagusnya kemampuan fisik dan kemampuan teknik merupakan komponen dasar untuk dapat merealisasikan taktik dan strategi dalam penampilan agar tercapaianya prestasi olahraga khususnya tenis lapangan.

Service merupakan pukulan pembuka dalam permainan tenis. *Service* merupakan proses awal untuk memulai suatu permainan dan termasuk suatu jenis atau teknik yang penting untuk dikuasai, terutama dalam melancarkan serangan. *Service* ini dilakukan didaerah belakang *(baseline)* dan masuk kedaerah *service (service courts)* melewati net. Apabila *service* ini dilakukan dengan baik dan efektif akan menyulitkan bagi lawan untuk mengembalikannya dengan arti akan dapat memberikan keuntungan bagi pihak yang melakukan *service*. Pada tingkat permainan *service* merupakan sasaran utama dalam suatu pertandingan. Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan terlihat banyak kesalahan yang sering dilakukan oleh para atlet ketika melakukan *service* (a) bola yang dipukul sering mengenai net, (b) bola yang dipukul sering keluar dari daerah *service* (c) service tidak tajam dan mudah dikembalikan. Brown (2001:76) menerangkan bahwa "*service* memiliki 50% angka kemenangan dibandingkan dengan pukulan bertahan.

Jika *service* lemah maka lawan akan lebih mudah menyerang dan memiliki kesempatan untuk mendapatkan angka dalam setiap serangan. Oleh karena itu setiap orang akan berusaha untuk mengembangkan dan mematangkan teknik *service* ini". Berdasarkan penjelasan ini, service merupakan suatu keterampilan dasar tenis lapangan yang memiliki peranan yang sangat dominan dalam pertandingan. Pukulan *service* adalah salah satu jenis pukulan dalam permainan tenis lapangan. *Irawadi* (2009:58) meneragkan bahwa "*service* merupakan pukulan yang diawali dengan melambungkan bola terlebih dulu sebelum dipukul. Salah satu tangan memengang raket dan yang lainnya melambungkan bola yang akan dipukul. Setelah dipukul bola harus masuk ke kontak *service* daerah permainan lawan".

Menurut Esgay (1993:26) "*Service* merupakan pukulan yang paling penting, karena kemenangan sebagian besar tergantung dari kemampuan *service* anda". Jadi pukulan *service* sangat penting, karena tanpa pukulan ini, permainan tenis tidak bisa berlangsung. *Service* merupakan pukulan awal untuk memulai permainan sebagaimana lazimnya urutan

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

kegiatan bermain tenis selalu dimulai dengaan pukulan *service*, selanjutnya lawan berusaha mengembalikan bola dengan cara memukul kembali kearah *server*. Kegiatan saling mengembalikan bola terus terjadi sampai salah satu pemain gagal dan bola dinyatakan mati. Setelah itu permainan akan dimulai lagi dengan pukulan *service*. Jika *service* gagal maka *server* (orang yang *service*) akan kehilangan angka poin. Oleh sebab itu *service* tidak boleh gagal jika tidak ingin kehilangan poin.

Service selain merupakan pukulan awal dalam bermain, juga sering senjata untuk mendapatkan poin. Artinya jika lawan tidak dapat mengembalikan *(return)service,* maka *server* akan mendapatkan poin. Dengan memiliki *service* yang baik, peluang untuk memenangkan pertandingan sudah terbuka lebar.

Irawadi (2009:58) menyatakan "kriteria *service* yang baik" antara lain adalah sebagai berikut: 1) *Service* dikatakan baik apabila dilakukan dengan cara-cara yang tidak menyalahi aturan. 2) Bola setelah dipukul masuk kesasaran (jatuh dalam kontak *service* lapangan permainan lawan). 3) Bola mengarah pada kelemahan lawan. 4) Bola jatuh jauh dari jangkauan lawan. 5) Jalan cepat dan ada kalanya berputar. 6) Tidak bisa atau sulit untuk dikembalikan oleh lawan.

Jika dieperhatikan cara pemain melakukan service dan jalan bolanya, ternyata tidak sama. Ada hasil *service* dimana bolanya berputar ke atas dan memantul tinggi.Ada pula jalannya bola lurus cepat dan tajam. Bahkan ada juga bola hasil *service* yang memantul rendah. Lardner (1996:53) mengatakan bahwa "Pada dasarnya macam-macam *service* tersebut dapat dikategorikan kedalam tiga macam, yaitu *Slice service, flat service* dan *American twice service".* Perbedaan dari ketiga jenis *service* tersebut adalah perkenaan bolanya *(throw raket hard at ball).*

Diantara beberapa beberapa macam teknik service yang dijelaskan di atas, maka flat service merupakan teknik *service* yang diajarkan pada proses latihan untuk atlet. Pelaksanaan gerakan dari *service* ini dapat dijelaskan Pelaksanaan *Service* menurut Irawadi (2009:58) menyatakan bahwa "Konsep dasar yang harus diketahui atlet saat melakukan *service"* adalah: a. Masa persiapan, merupakan hal penting agar dapat mengatasi gangguan atau ketegangan dari dalam maupun dari luar pada saat melakukan *service*. b. Ayunan, sangat diperlukan agar bola tersebut dapat dipukul dengan terarah dan *efektif. c.*Kontak bola *(impact,)* dalam *service* terjadi saat bola akan mulai turun. d. Gerak lanjutan *(follow through),* sangat penting dilakukan untuk memberikan control, menjaga keseimbangan dan mengatur arah pengerakkan bola yang dipukul. e. Pegangan *(grip),* merupakan hal yang terpenting saat melakukan *service* walaupun jenis pegangan dalam *service* bermacam-macam.

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

Berdasarkan penjelasan diatas maka setiap atlet harus memiliki konsep dasar agar menghasilkan *service* yang baik, karena *service* yang baik akan dapat menghasilkan angka atau sekaligus juga dapat memenangkan permainan. Oleh karena itu *service* ini sangat penting dipelajari. Pada tahap pertama faktor konsentrasi merupakan hal yang penting diperhatikan, terutama dalam mengatasi gangguan atau ketengangan baik yang datang dari dalam maupun dari luar. Oleh sebab itu menurut Ananda dalam Damrah (2012:59) "perlu memanfaatkan waktu dalam masa persiapan ini sebelum melakukan *service*. Disamping itu konsentrasi perlu didukung dengan sikap awal *service* yang baik.badan lurus dan menghadap searah dengan kaki kiri (kaki yang didepan). Menciptakan keterampilan teknik yang baik di perlukan metode Latihan yang tepat.

Metode Latihan merupakan cara yang sistimatis untuk mencapai tujuan bagi seorang pelatih dalam merealisasikan program dan materi latihan yang dijalankan. Metode yang kurang tepat atau yang salah akan mempengaruhi hasil latihan. Pelatih yang handal akan mampu menerapkan sebuah metode yang sesuai dengan kebutuhan pemain berdasarkan tingkatan kelompok umur dan sebagainya. Selanjutnya sarana dan prasarana latihan sangat mendukung dalam proses latihan dan pertandingan. Sarana yang kurang memadai akan menyebabkan banyak kendala dalam latihan termasuk kendala pelatih untuk menjalankan metode dan program latihan yang akan dijalankan.

Dalam meningkatkan keterampilan *service* tenis diperlukan latihan yang efektif dan efisien. Pentingnya seorang pelatih dalam menentukan metode yang tepat untuk melatih pemain tenis. Banyak pendekatan latihan dan metode latihan yang bisa digunakan untuk mencapai tujuan dari materi latihan, seperti metode latihan global, metode latihan konvesional, metode latihan bermain, metode latihan elementer, metode latihan *Drill* dan metode lainnya. Berdasarkan observasi dan wawancara penulis dengan pelatih klub tenis PTL GOR Agus Salim Padang, pelatih masih menggunakan metode latihan konvensional dalam melatih atlet pemainnnya.

Menurut KONI Pusat dalam Saputro (2013: 30) menjelaskan bahwa metode drill merupakan cara dalam mengajarkan gerakan di mana siswa diinstruksikan melakukan gerakan tertentu berulang-ulang berdasarkan petunjuk yang diberikan oleh guru. Guru mengontrol agar gerakan benar-benar dilakukan siswa sesuai dengan petunjuk yang diberikan. Siswa harus benar-benar memperhatikan bentuk gerakan dan prosedur pelaksanaanya yang diinstruksikan oleh guru/pelatih.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat dijelaskan dan dipertegas kembali bahwa, metode *drill* adalah cara melatih atau mengajar yang berpusat pada guru atau pelatih. Semua kegiatan latihan diorganisasi oleh guru/pelatih dan siswa mempraktikannya sesuai

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

dengan instruksi atau petunjuk dari guru atau pelatih. Menurut Hamdayama (2016: 103) menyatakan bahwa, "metode *drill* disebut juga metode *training*, yaitu suatu cara mengajar/melatih untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu, serta sebagai sarana untuk memelihara kebiasaan-kebiasaan yang baik".

Selanjutnya Majid (2013: 214) mengemukakan bahwa metode *drill* pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang telah dipelajari. Menurut Sabri (2007:60) menjelaskan bahwa prinsip dan petunjuk menggunakan metode *drill* yaitu:

a. Siswa harus diberi pengertian yang mendalam sebelum diadakan latihan.
b. Latihan untuk pertama kali hendaknya bersifat diagnosis, mula-mula kurang berhasil, lalu diadakan perbaikan untuk kemudian bisa lebih sempurna.
c. Latihan tidak perlu lama asal sering dilaksanakan.
d. Harus disesuaikan dengan taraf kemampuan siswa.
e. Proses latihan hendaknya mendahulukan hal-hal yang esensial dan berguna.

Berdasarkan penjelasan dari teori di atas, dapat disimpulkan, sebelum diberikan latihan pemain harus diberikan pemahaman terhadap cara pelaksanaan latihan, pelatih selalu mengontrol setiap kesalahan yang dilakukan oleh pemain dan melakukan koreksi terhadap pemain tersebut. Latihan harus dilakukan dengan terus menerus untuk mendapatkan hasil yang baik dan bentuk latihan juga harus memiliki tujuan yang jelas dan disesuaikan dengan taraf kemampuan pemain.

Kamal Firdaus (2010:20) dalam penelitiannya mengatakan tentang efektifitas metode latihan yaitu: metode *drill* efektif untuk melatih keterampilan gerak karena dapat dengan mudah merancang latihan yang sesuai dengan kebutuhan khusus pemain. Dengan mengulang gerakan pukulan sebanyak mungkin diharapkan dapat meningkatkan keterampilan pukulan *service* seperti yang dikehendaki. Tujuan dan manfaat dari pengulangan gerakan menyatakan bahwa tanpa latihan yang berulang keterampilan terhadap penguasaan teknik dan stabilitas tidak bisa menjadi suatu gerakan yang otomatis.

Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan di atas, dalam jurnalnya metode drill membuktikan dapat meningkatkan keterampilan Teknik *service* pemain tenis. Selanjutnya metode drill ini juga membantu pemain/atlet dalam menciptakan otomatisasi gerakan teknik karena dilakukan berulang-ulang. Penelitian ini juga mengandung kesimpulan tanpa latihan berulang-ulang mustahil seorang pemain mendapatkan stabilitas peguasan gerakan teknik dalam berain tenis.

Menurut Gregory (2014) dalam Jurnalnya menyatakan bahwa pelatih melaporkan bahwa sifat berbasis *drill* untuk pengembangan pemain muda dan banyak pemain dan

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

pelatih terus bekerja dengan pendekatan ini. Namun, keberhasilan bervariasi di seluruh Sembilan klub dan dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti klub, kemauan dan kemampuan untuk mengadopsi konsep-konsep baru. Alnedral (2015:110) menyatakan bahwa, metode *drill* akan sesuai dengan tujuan awal apabila dibuat sesuai dengan prinsip-prinsip latihan. Berdasarkan penjelasan mengenai prinsip latihan dapat dikemukakan bahwa latihan sangat penting untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan individual dalam prestasi.

Menurut Sugiyanto dalam Saputro (2013:31) menyarankan beberapa hal yang perlu dipertimbangkan apabila metode *drill* digunakan yaitu: 1) *Drill* digunakan sampai gerakan yang benar bisa dilakukan secara otomatis atau menjadi terbiasa, serta menekankan dalam keadaan tertentu gerakan itu harus dilakukan. 2) Siswa diarahkan agar berkonsentrasi pada kebenaran pelaksanaan gerakan serta ketepatan penggunaannya. Apabila pelajar tidak meningkat penguasaan geraknya, situasinya perlu dianalisis untuk menemukan penyebabnya dan kemudian membuat perbaikan pelaksaannya. 3) Selama pelaksanaan *drill* perlu selalu mengoreksi agar perhatian tetap tertuju pada kebenaran gerak. Koreksi secara umum pada tahap awal kepada semua siswa bisa memberikan rangsangan dan bisa efektif. Sejalan dengan pelaksanaannya koreksi, diperlukan komentar umum tentang gerakan yang benar. Siswa harus disadarkan akan tujuan yang ingin dicapai melalui *drill*.

Pendapat di atas tersebut menunjukkan bahwa, dalam metode *drill* ada beberapa yang harus diperhatikan yaitu kebenaran gerak sangat penting dalam metode ini, perlu diadakan koreksi untuk menghindari kesalahan gerak. Diantaranya diarahkan agar berkonsentrasi pada kebenaran pelaksanaan gerakan serta ketepatan penggunaannya. Apabila atlet tidak meningkat penguasaan geraknya, situasinya perlu dianalisis untuk menemukan penyebabnya dan kemudian membuat perbaikan pelaksaannya

Menurut Hamdayama (2016:104) mengemukakan bahwa kelebihan dari metode *drill* yaitu: 1) Dapat memperoleh kecakapan motoris. 2)Dapat untuk memperoleh kecakapan mental. Kemudian kekurangan dari metode *drill* yaitu: 1) Menghambat bakat dan inisiatif anak didik karena anak didik banyak dibawa ke penyesuaian, serta diarahkan jauh. 2) Menimbulkan penyesuaian secara statis pada lingkungan. 3) Kadang-kadang latihan yang dilaksanakan secara berulang-ulang merupakan hal yang monoton dan mudah membosankan.

Berdasarkan penjelasan dari para ahli tersebut, dapat diambil pemahaman bahwa metode *drill* dapat menghambat bakat dan inisiatif anak karena latihan sepenuhnya diarahkan oleh pelatih dan sedikit sekali inisiatif anak didik untuk memecahkan masalahnya sendiri. Kemudian dengan latihan *drill* yang dilakukan berulang-ulang akan menjadi bosan dalam situasi latihan tersebut karena pemain harus mampu menyesuaikan latihan yang

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

sepenuhnya diarahkan oleh pelatih.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen semu. Menurut Sukmadinata (2010:207) "eksperimen ini biasa juga disebut eksperimen kuasi. Karena berbagai hal, terutama berkenaan dengan pengontrolan variabel, kemungkinan sukar sekali dapat digunakan eksperimen murni". Pelaksanaan penelitian baik berupa test, maupun pemberian perlakuan dilaksanakan di Lapangan Tenis GOR Agus Salim kota Padang. Karena merupakan sarana dan tempat aktivitas bermain tenis atlet Klub Tenis GOR Agus Salim Kota Padang. Penelitian ini dilakukan sebanyak 18 kali pertemuan, pertemuan pertama untuk *pre test*, 16 kali pertemuan untuk pemberian perlakuan dalam bentuk latihan dan pertemuan terakhir untuk *post test*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet Klub Tenis PTL GOR Agus Salim Kota Padang yang aktif latihan yang berjumlah 16 orang. Sampel yang dibutuhkan dalam penelitian ini adalah seluruh anggota populasi yang terdaftar resmi sebagai atlet Klub Tenis PTL GOR Agus Salim Kota Padang. Dengan demikian, maka pengambilan sampel menggunakan *total sampling (*seluruh populasi dijadikan sampel*)* yang berjumlah 16 orang. Instrumen tes yang digunakan adalah Tes keterampilan *sevice Hewitt tennis achievement*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

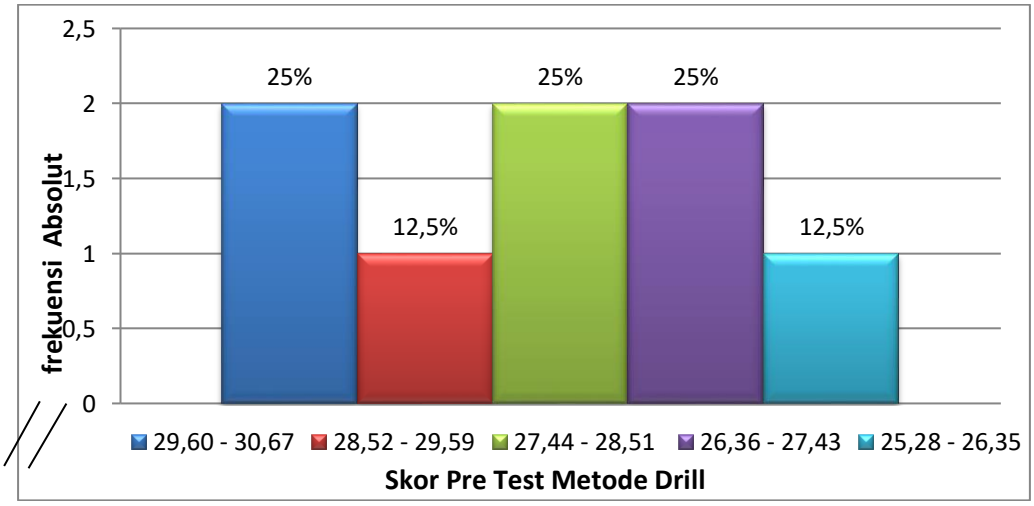
Hasil penelitian yang mencakup deskripsi hasil data dan pembahasan tentang pengaruh metode latihan *Drill* terhadap Keterampilan Service tenis pada atlet PTL GOR Agus Salim Padang. Hasil penelitian akan dideskripsikan sesuai dengan hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini. Berdasarkan hasil data tes awal sebelum diberikan perlakuan dengan metode *Drill*, yang dilakukan terhadap 8 orang atlet, diperoleh Keterampilan Service tenis lapangan dengan skor tertinggi 30,67, skor terendah 25,33, skor rata-rata (mean*)* 28,13, dan simpangan baku (*standar deviasi)* 1,75. Agar lebih jelasnya hasil data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut.

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Data Awal (*Pre Test)* metode *Drill*

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Realtif (Fr)
1.	29,60 - 30,67	2	25
2.	28,52 - 29,59	1	12,5
3.	27,44 - 28,51	2	25
4.	26,36 - 27,43	2	25
5.	25,28 - 26,35	1	12,5
	Jumlah	8	100%

Berpedoman pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil analisis data tes awal (pre *test)* kelompok metode *Drill* skor Keterampilan Service tenis atlet yaitu sebanyak 2 orang atlet (25%) berada pada kelas interval 29,60 - 30,67, sebanyak 1 orang atlet (12,5%) pada kelas interval 28,52 - 29,59, sebanyak 2 orang atlet (25%) pada kelas interval 27,44 - 28,51, selanjutnya juga 2 orang atlet (25%) pada kelas interval 26,36 - 27,43, dan sebanyak hanya 1 orang atlet (12,5%) pada kelas interval 25,28 - 26,35. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 1. Histogram Hasil Data Tes Awal Kelompok Metode *Drill*

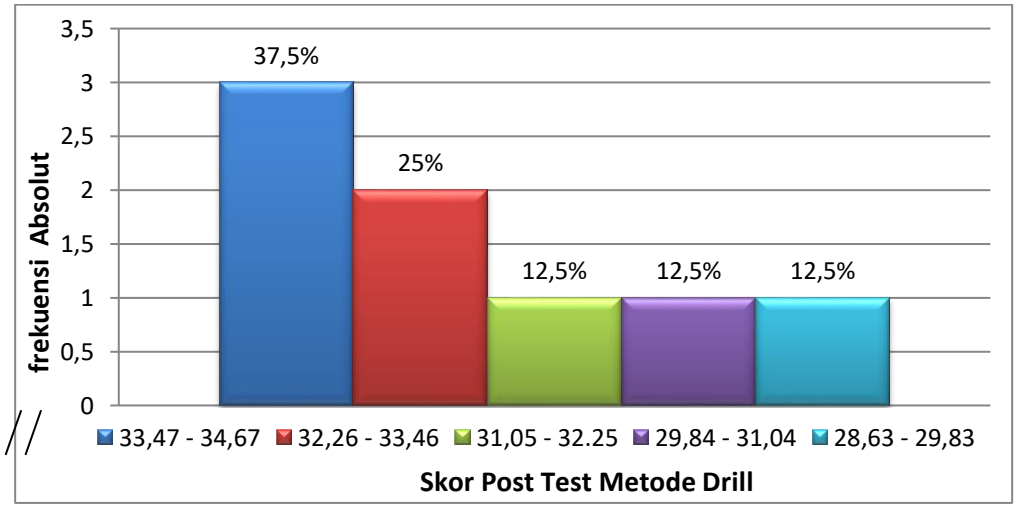
Selanjutnya berdasarkan dari hasil analisis data tes akhir (*post test)* yang dilakukan pada atlet tenis lapangan PTL Gor Agus Salim Padang setelah diberikan perlakuan pada kelompok metode *Drill* ini, ditemukan Keterampilan *Service* tenis yaitu : skor tertinggi 34,67, skor terendah 28,67, skor rata-rata (*mean)* 32,29, dan simpangan baku (*standar deviasi)* 1,94. Agar lebih jelasnya hasil data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Hasil Data Akhir (*Post Test)* Metode *Drill*

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut (Fa)	Frekuensi Realtif (Fr)
1.	33,47 - 34,67	3	37,5
2.	32,26 - 33,46	2	25
3.	31,05 - 32.25	1	12,5
4.	29,84 - 31,04	1	12,5
5.	28,63 - 29,83	1	12,5
	Jumlah	8	100%

Berdasarkan pada tabel di atas, dapat dilihat bahwa hasil analisis data tes akhir (*post test)* kelompok metode *Drill* skor Keterampilan *Service* tenis lapangan yaitu sebanyak 3 orang atlet (37,5%) berada pada kelas interval 33,47 - 34,67, sebanyak 2 orang atlet (25%) pada kelas interval 32,26 - 33,46, seterusnya 1 orang atlet (12,5%) pada kelas interval 31,05 - 32.25. Selanjutnya untuk masing-masing kelas interval 29,84 - 31,04 dan 28,63 - 29,83 juga masing-masing sebanyak 1 orang atlet (25%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut ini:



Gambar 2. Histogram Hasil Data Tes Akhir (Pos Test) Kelompok Metode *Drill*

Setelah uji persyaratan analisis dilakukan dan ternyata semua data variabel peneltiain memenuhi persyaratan untuk dilakukan pengujian statistik lebih lanjut yaitu pengujian hipotesis. Uji statistik yang digunakan adalah t-test yaitu melihat pengaruh dari rata-rata hitung dalam satu kelompok yang sama dengan taraf signifikan 0,05. Hasil tes awal (*pre test)* keterampilan *service* tenis lapangan atlet PTL GOR Agus Salim Padang dengan menggunakan metode *Drill* dengan jumlah sampel 8 orang diperoleh rata-rata hitung (*mean)* yaitu 28,13. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir (*post test)* adalah 32,29. Adapun hasil pengujian hipotesis disajikan dalam tabel berikut ini.

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

Tabel 3. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis I

Metode *Drill*	Mean	t_{hitung}	t_{tabel}	Hasil Uji	Ket
Pre Test	28,13	7,34	1.86	Signifikan	H_0 ditolak dan Ha diterima
Post Test	32,29				

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa t_{hitung} = 7,34 > t_{tabel} = 1.86. Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode *Drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Keterampilan *service* tenis lapangan atlet PTL GOR Agus Salim Padang. Peningkatan Keterampilan Service tenis atlet adalah sebesar 4,17 yaitu dari skor rata-rata *pre test* 28,13 dan *post test* menjadi 32,29.

Berdasarkan masalah dalam penelitian ini yaitu masih banyak terdapat atlet yang belum memiliki Keterampilan Service tenis lapangan yang begitu baik, maka perlu dilakukan latihan untuk meningkatkan Keterampilan Service tenis tersebut dengan pemberian pendekatan latihan atau metode latihan yang diantaranya telah teruji dan memberikan pengaruh secara empiris yaitu: metode *Drill*. Sebelum perlakuan diberikan kepada sampel, terlebih dahulu dilakukan tes awal *(pre test)* untuk memperoleh data awal keterampilan *service* tenis atlet. Berdasarkan hasil tes akhir metode *Drill* dengan sampel berjumlah sebanyak 8 orang atlet, maka diperoleh peningkatan terhadap keterampilan *service* tenis lapangan atlet dari tes awal dan tes akhir yaitu sebesar 4,17 yaitu dari skor rata-rata 28,13 pada tes awal menjadi 32,29 pada tes akhir. Hal ini berarti hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima, dengan kata lain dapat dikatakan bahwa metode *Drill* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Keterampilan *Service* tenis lapangan atlet klub PTL GOR Agus Salim Padang.

Hamdayama (2016:103) menyatakan bahwa, "metode *drill* disebut juga metode *training*, yaitu suatu cara mengajar/melatih untuk menanamkan kebiasaan-kebiasaan tertentu, serta sebagai sarana untuk memelihara kebiasaan-kebiasaan yang baik". Berdasarkan penjelasan ini, dapat dipahami bahwa dalam penerapan latihan dengan metode *Drill* susunan keterampilan dilakukan dengan urutan yang sudah ditentukan dan mempraktikkan setiap keterampilan tersebut sebanyak yang diperlukan atau dalam waktu tertentu, pemain harus menyelesaikan atau menguasai keterampilan pertama terlebih dahulu sebelum pindah ke latihan keterampilan yang lain.

Berdasarkan pendapat di atas, dengan menggunakan pendekatan latihan melalui metode *Drill* dapat memberikan pengaruh atau efek latihan yang cukup besar terhadap keterampilan *service* tenis lapangan atlet. Karena pendekatan latihan dengan metode *Drill* merupakan pilihan yang paling sesuai di dalam belajar merealisasikan gerak, guna untuk

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

meningkatkan keterampilan dasar atlet khususnya atlet tenis lapangan klub PTL GOR Agus Salim Padang. Hal ini sangat baik untuk dapat meningkatkan keterampilan *service* tenis seperti; *service, forehand* dan *backhand*.

Alnedral (2015:110) menyatakan bahwa "metode *drill* akan sesuai dengan tujuan awal apabila dibuat sesuai dengan prinsip-prinsip latihan". Berdasarkan penjelasan tersebut, dapat dipahami bahwa metode latihan yang penulis gunakan dalam penelitian ini yaitu mengenai program latihan yang mengkhususkan pada *drill* sesuai dengan prinsip latihan yang berorientasi pada tujuan utama latihan, serta dapat dikemukakan bahwa latihan sangat penting untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan individual dalam meraih prestasi.

Berdasarkan paparan serta uraian tentang keterampilan *service* tenis lapangan pada penelitian ini maka dalam mempelajari atau latihan dari bahagian teknik sangat dibutuhkan waktu yang relative sesuai dengan tingkat keterampilan yang dipelajari. Hal ini telah dibuktikan dengan metode latihan dalam penelitian ini, yaitu ditemui hasil penelitian dari 8 orang sampel mengalami peningkatan yang signifikan. Dapat diartikan untuk meningkatkan keterampilan *service* tenis melalui metode *Drill* cukup memberikan efek yang baik dan signifikan bagi atlet tenis lapangan klub PTL GOR Agus Salim Padang.

Menurut Sugiyanto dalam Saputro (2013:31) menyarankan beberapa hal yang perlu dipertimbangkan apabila metode *drill* digunakan yaitu:

1. *Drill* digunakan sampai gerakan yang benar bisa dilakukan secara otomatis atau menjadi terbiasa, serta menekankan dalam keadaan tertentu gerakan itu harus dilakukan.
2. Siswa diarahkan agar berkonsentrasi pada kebenaran pelaksanaan gerakan serta ketepatan penggunaannya. Apabila pelajar tidak meningkat penguasaan geraknya, situasinya perlu dianalisis untuk menemukan penyebabnya dan kemudian membuat perbaikan pelaksaannya.
3. Selama pelaksanaan *dril* perlu selalu mengoreksi agar perhatian tetap tertuju pada kebenaran gerak. Koreksi secara umum pada tahap awal kepada semua siswa bisa memberikan rangsangan dan bisa efektif. Sejalan dengan pelaksanaannya koreksi, diperlukan komentar umum tentang gerakan yang benar. Siswa harus disadarkan akan tujuan yang ingin dicapai melalui *drill*.

Berdasarkan hasil temuan dalam penelitian ini, yaitu metode latihan *Drill* memberikan efek yang baik dan nyata terhadap peningkatan keterampilan *service* tenis lapangan pada atlet tenis PTL GOR Agus Salim Padang, Hasil yang baik ini cukup bermanfat serta tidak tertutup kemungkinan untuk dapat diterapkan pelatih pada klub-klub tenis lain di kota Padang. Sesuai dengan paparan ahli di atas, dapat dipahami jika seorang pelatih ingin

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

menerapkan metode *drill* ini perlu kiranya mempertimbangkan saran serta arahan yang baik demi mencapai peningkatan keterampilan *service* tenis atlet. Dalam merealisasikan metode latihan *drill* ini pelatih dituntut untuk selalu mengawasi masing-masing atlet agar realisasi dapat dilakukan secara optimal.

Dapat dipahami bahwa, berdasarkan teori dan temuan penelitian inti dari metode latihan *drill* ini adalah kebenaran gerak yang dilakukan atlet. Untuk itu pelatih dituntut agar melakukan koreksi terhadap kesalahan gerak yang dilakukan atlet. Diantaranya diarahkan agar berkonsentrasi pada kebenaran pelaksanaan gerakan serta ketepatan penggunaannya. Apabila atlet tidak meningkat penguasaan geraknya, situasinya perlu dianalisis untuk menemukan penyebabnya dan kemudian membuat perbaikan pelaksaannya. Pelatih perlu selalu mengoreksi agar perhatian tetap tertuju pada kebenaran gerak dengan mengoreksi secara umum pada tahap awal terhadap semua atlet dengan memberikan rangsangan agar mendapatkan hasil yang efektif.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dikemukakan terdahulu, maka dapat diambil kesimpulan yaitu: Terdapat pengaruh yang signifikan metode latihan *Drill* terhadap Keterampilan *service* Tenis pada atlet PTL GOR Agus Salim Padang, diterima kebenarannya dimana hasil yang diperoleh t_{hitung} 7,34 > t_{tabel} 1,86. Hasil penelitian ini membuktikan bahwa pendekatan dengan memberikan metode latihan *Drill* sangat efektif digunakan dalam meningkatkan keterampilan *service* tenis. Ini bermakna bahwa pelatih harus bisa menerapkan pendekatan dengan metode latihan yang tepat sehingga dalam pelaksanaannya keterampilan *service* tenis atlet lebih dapat untuk ditingkatkan.

DAFTAR PUSTAKA

Alnedral. 2015. *Strategi Pembelajaran PJOK*. Yogyakarta: Andi Ofset.

Bompa, Tudor O. (2009). *Theory and Methodology of Training.* Canada: Mosaic Press.

Bompa, Tudor O. & G. Gregory Haff. (2009). *Perodization, Theory and Methodology of Training*. USA: Human Kinetics.

Brow, Jim. (2001). *Tenis Tingkat Pemula*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada

Damrah. (2004). *Buku Ajar Tenis Lapangan*. Padang: FIK UNP

Departemen Pendidikan Nasional.(2008). *Kamus besar bahasa Indonesia (pusat bahasa).*Jakarta : Gramedia Pustaka Utama.

Fox El, Bower Rw.Foss Ml(1988), *The Psysiological Basis Of Physical Education And Atletics 4 Th Ed, Philadelphia*: Sounders College Publishing.

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid

Hamdayama, Jumanta. 2016. *Metodologi Pengajaran*. Jakarta: Bumi Aksara.

Irawadi, Hendri. (2009). *Cara Mudah Menguasai Tenis*.Padang: Wineka Media Malang

_____(2011). *Kondisi Fisik Dan Pengukurannya*.FIK. UNP. Padang

Kamal Firdaus (2010). *Penguasaan keterampilan pukulan forehand drive bagi petenis pemula PTL club UNP* (Survey Terhadap Proses Penguasaan Keterampilan Pukulan Forehand Drive dengan Memperhatikan Faktor Status Kesegaran Jasmani, Keterampilan Motorik dan Tipe Tubuh). Jurnal : repository.unp.ac.id diakses.13/6/2017.

Koger, Robert. (2007). *latihan Dasar Andal Sepak Bola Remaja*.Jakarta : Saka Mitra Komptensi.

Lardner, Rex. (1996). *Teknik Dasar Tenis*. Semarang: Dahara Prize.

Majid, Abdul. (2013). *Strategi Pembelajaran*. Bandung: Remaja Rosdakarya.

Menpora.(2006). Undang-Undang RI Nomor 3 Tahun 2005. *Tentang SistemKoelahragaan Nasional*. Bandung Citra Umbara

Sabri, Ahmad.(2007).*Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: Quantum Teaching.

Syafruddin.(1999). *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*.FIK. UNP. Padang

_____(2011). *Ilmu Kepelatihan Olahraga*. Padang: UNP Press.

Pasca FIK. (2016). *Buku Panduan Penulisan Tesis*. UNP

Copyright @ Jepri Naldi, Bambang, Suci Nanda Sari, Fathurrahman Hafid