

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani memiliki perbedaan dalam identifikasinya dengan olahraga, namun mempunyai kesamaan yaitu untuk kepentingan jasmani dan rohani. Salah satu jenis olahraga yang diajarkan pada mahasiswa adalah olahraga tenis lapangan. Kegiatan olahraga tenis lapangan dapat dilakukan oleh setiap mahasiswa, dan bermanfaat untuk merangsang pertumbuhan organ-organ tubuh secara menyeluruh dan mencapai perkembangan yang optimal.

Walaupun olahraga tenis lapangan banyak manfaatnya, namun belum semua orang dapat memainkannya karena melatih harus disesuaikan dengan peningkatan prestasi. Salah satu bentuk latihan teknik dasar permainan tenis lapangan yang mendukung keberhasilan dalam salah satu regu atau perorangan olahraga tenis lapangan adalah pukulan *forehand* yakni kemampuan dalam memberikan bola atau memukul bola tiap akan dimulainya atau sementara berlangsung permainan.

Seorang pemain tenis lapangan harus memiliki keterampilan dalam pukulan *forehand*, bila hal itu dimiliki oleh setiap pemain tenis lapangan, maka prestasi olahraga tenis lapangan akan meningkat. Universitas Negeri Gorontalo merupakan salah satu lembaga pendidikan formal yang memiliki suatu fakultas yang lebih mengarah ke keolahragaan, berdasarkan pengamatan peneliti menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa di Jurusan

Pendidikan Kepeleatihan Olahraga belum memahami dengan baik permainan tenis lapangan.

Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga adalah salah satu jurusan yang sudah turut berperan aktif dalam mengembangkan permainan tenis lapangan, namun kenyataan menunjukkan bahwa prestasi olahraga khususnya olahraga tenis lapangan belum dapat bersaing ditingkat daerah maupun nasional. Hal ini disebabkan karena masih kurangnya penguasaan materi mengenai tehnik-tehnik dasar perminan tenis lapangan khususnya pukulan *forehand*.

Permainan tenis lapangan sudah dikenal di kalangan masyarakat terutama yang berada dilingkungan sekolah,tidak terkecuali di sekolah dasar,sebab permainan tenis lapangan sudah sering dilombakan di kejuaraan O2SN daerah maupun nasional dan SDN 5 bulango utaran adalah salah satu sekolah yang turut ikut serta dalam kejuaraan tersebut.

Hasil observasi peneliti di SDN 5 bulango utara selama 2 bulan adalah siswa SDN 5 bulango utara sudah banyak yang mengetahui permainan tenis lapangan dikarenakan disekolah mereka disediakan fasilitas olahraga tenis lapangan khususnya lapangan tenis, oleh sebab itu saya sebagai peneliti tertarik meneliti di SDN 5 bulango utara. Lapangan yang mereka gunakan juga menggunakan ukuran lapangan sebenarnya dan setiap siswa SDN 5 bulango utara bermain tenis lapangan sudah menggunakan raket sebenarnya.

Namun siswa di SDN 5 bulango utara belum semuanya memiliki keterampilan yang sama dalam memaikan permainan tenis lapangan

disebabkan metode latihan yang digunakan belum tepat sehingga belum terlihat peningkatan perestansinya. Berkaitan dengan hal tersebut perlu diperhatikan cara-cara yang dapat dilakukan, salah satunya adalah dengan cara meningkatkan keterampilan pukulan *forehand* dengan cara latihan variasi *push-up*.

Latihan variasi *push-up* adalah salah satu latihan yang sangat cocok digunakan untuk melatih petenis pemula di SDN 5 Bulango Utara, sebab latihan ini menggunakan beban latihan dalam,meningat siswa sekolah dasar adalah siswa yang umurnya berkisar antara 11-13 tahun yang hanya bisa menggunakan latihan dalam atau latihan menggunakan berat badan mereka sendiri.Mengapa latihan ini perlu dilatih pada petenis pemula di SDN 5 Bulango Utara karena variasi *push-up* adalah salah satu latihan yang mengfokuskan pada kekuatan dada dan kekuatan otot lengan, dengan latihan variasi *push-up* diharapkan dapat melatih kekuatan otot lengan pada petenis pemula agar saat melakukan pukulan *forehand* bisa dilakukan dengan baik dan benar.

Diharapkan dengan adanya latihan variasi *push-up* ini dapat meningkatkan ketepatan pukulan *forehand* pada siswa SDN 5 Bulango Utara.

Berdasarkan uraian diatas, maka diadakan penelitian dengan judul **“Pengaruh Latihan Variasi *Push-Up* Terhadap Ketepatan Pukulan *Forehand* Dalam Cabang Olahraga Tenis Lapangan Pada Petenis Pemula Di SDN 5 Bulango Utara”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut: Benarkah dalam meningkatkan ketepatan pukulan *Forehand* sangat dipengaruhi oleh latihan variasi *Push up*?. Apakah dengan penerapan latihan variasi *Push up* akan meningkatkan ketepatan pukulan *Forehand*?. Seberapa besar pengaruh latihan variasi *Push up* terhadap ketepatan pukulan *Forehand* pada petenis pemula di SDN 5 Bulango Utara?

## **1.3 Rumusan Masalah**

Bertitik tolak pada identifikasi masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut: “Apakah terdapat pengaruh latihan variasi *push up* terhadap ketepatan pukulan *forehand* dalam cabang olahraga tenis lapangan pada siswa SDN 5 Bulango Utara?”.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin di capai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *push up* terhadap ketepatan pukulan *Forehand* pada petenis pemula di SDN 5 Bulango Utara.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Manfaat yang hendak dicapai dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi tentang pembinaan olahraga khususnya cabang olahraga tenis lapangan

- b. Memberikan manfaat bagi guru dalam menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam kegiatan latihan atau pembelajaran khususnya cabang olahraga tenis lapangan.
- c. Memberikan sumbangan yang berarti bagi sekolah tempat meneliti dalam upaya pengembangan minat dan bakat serta penggunaan strategi latihan khususnya cabang olahraga tenis lapangan.