

**PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN SERVIS ATLET TENIS LAPANGAN**

*Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian dari Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh
Iraqi Maharani
NIM 2103825

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2025**

LEMBAR HAK CIPTA

**PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP
PENINGKATAN KETERAMPILAN SERVIS ATLET TENIS LAPANGAN**

Oleh :
Iraqi Maharani
2103825

Sebuah Skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.

©Iraqi Maharani
Universitas Pendidikan Indonesia
Maret 2025

Hak Cipta Dilindungi Oleh Undang Undang. Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak ulang, difoto kopi atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Oleh :
IRAQI MAHARANI
2103825

PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP PENINGKATAN KETRAMPILAN SERVIS ATLET TENIS LAPANGAN

Disetujui dan disahkan oleh :
Pembimbing I



Dr. Yadi Sunaryadi, M.Pd

NIP. 196510171992031002

Pembimbing II



Yudi Nurcahya, M.Pd

NIP. 920171219861105101

Mengetahui,
Ketua Program Studi
Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Dr. H. Mulyana, M.Pd

NIP. 197108041998021001

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP PENINGKATAN KETERAMPILAN SERVIS ATLET TENIS LAPANGAN

Iraqi Maharani., Yadi Sunaryadi., Yudi Nurcahya.,

Iraqimaharani@gmail.com

Servis dalam permainan tenis adalah hal yang sangat menentukan jalannya sebuah permainan, dan dalam tenis servis merupakan faktor penentu dalam sebuah permainan, sehingga dibutuhkan suatu koordinasi Ketika melakukan Teknik servis. Salah satu koordinasi yang dibutuhkan dalam servis tenis adalah koordinasi mata tangan. Dalam penelitian ini peneliti akan melihat sejauh mana Pengaruh Koordinasi Mata Tangan Terhadap Peningkatan Keterampilan Servis Atlet Tenis Lapangan. Penelitian ini bertujuan untuk (1) mengetahui pengaruh latihan drill servis dan latihan koordinasi mata tangan terhadap peningkatan keterampilan servis atlet tenis lapangan, (2) mengetahui pengaruh latihan drill servis terhadap peningkatan keterampilan servis tenis lapangan, (3) mengetahui perbedaan pengaruh latihan drill servis dan latihan drill servis dengan latihan koordinasi mata tangan terhadap peningkatan keterampilan servis atlet tenis lapangan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode Eksperimen dengan desain Pre-test Post-test Kontrol grup design. Populasi yang digunakan adalah atlet UKM Tenis Lapangan UPI berjumlah 15 orang. Pengambilan sampel dilakukan dengan Purposive Sampling, dan sampel berjumlah 8 orang, kemudian dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok eksperimen dengan Latihan Koordinasi Mata Tangan dan Drill Servis lalu kelompok kontrol dengan Latihan Drill Servis. Dalam mengukur keterampilan atau ketepatan atlet menggunakan instrument Hewitt tennis achievement test. Hasil penelitian menunjukkan (1) terdapat pengaruh latihan koordinasi mata tangan dan drill servis terhadap peningkatan keterampilan servis atlet tenis lapangan, (2) terdapat pengaruh latihan drill servis terhadap peningkatan keterampilan servis atlet tenis lapangan, (3) terdapat perbedaan pengaruh latihan drill servis dan latihan drill servis dengan latihan koordinasi mata tangan.

Kata Kunci : Servis, Koordinasi Mata Tangan, Keterampilan, Atlet Tenis Lapangan

ABSTRACT

THE EFFECT OF HAND EYE COORDINATION TRAINING ON IMPROVING THE SERVICE SKILLS OF TENNIS COURT ATHLETES

Iraqi Maharani., Yadi Sunaryadi., Yudi Nurcahya.,

Iraqimaharani@gmail.com

The serve in a tennis game is the thing that really determines the course of a game, and in tennis the serve is the determining factor in a game, so a coordination is needed when performing the service technique. One of the coordination needed in tennis serving is hand eye coordination. In this study, researchers will see the extent to which the Effect of Hand Eye Coordination on Improving the Serving Skills of Field Tennis Athletes. This study aims to (1) determine the effect of service drill training and hand eye coordination training on improving the serving skills of field tennis athletes, (2) determine the effect of service drill training on improving field tennis serving skills, (3) determine the difference in the effect of service drill training and service drill training with hand eye coordination training on improving the serving skills of field tennis athletes. The method used in this research is Experiment method with Pre-test Post-test Control group design. The population used is the UPI Field Tennis UKM athletes totaling 15 people. Sampling was done by Purposive Sampling, and the sample amounted to 8 people, then divided into 2 groups, namely the experimental group with Hand Eye Coordination Training and Drill Servis and the control group with Drill Servis Training. In measuring the skills or accuracy of athletes using the Hewitt tennis achievement test instrument. The results showed (1) there is an effect of hand eye coordination training and service drill on improving the service skills of field tennis athletes, (2) there is an effect of service drill training on improving the service skills of field tennis athletes, (3) there are differences in the effect of service drill training and service drill training with hand eye coordination training.

Keywords: Servis, Hand Eye Coordination, Skills, Field Tennis Athletes

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	i
LEMBAR HAK CIPTA.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB 1.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.5 Struktur Organisasi Skripsi.....	4
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA.....	6
2.1 Cabang Olahraga Tennis Lapangan.....	6
2.1.2 Teknik Dasar Tennis Lapangan.....	7
2.2 Servis Tennis Lapangan.....	8
2.3 Ketepatan Servis.....	12
2.4 Koordinasi Mata-Tangan.....	13
2.5 Penelitian yang Relevan.....	18
2.6 Kerangka Berpikir.....	20
2.7 Hipotesis.....	21
BAB III.....	23
METODOLOGI PENELITIAN.....	23
3.1 Metode Penelitian.....	23
3.2 Desain Penelitian.....	23
3.3 Populasi dan Sampel.....	24
3.3.1 Populasi.....	24

3.3.2 Sampel.....	24
3.4 Instrumen Penelitian.....	25
3.5 Prosedur Penelitian.....	27
3.6 Perlakuan Penelitian.....	28
3.6.1 Pelaksanaan Penelitian.....	28
3.6.1.1 Pemanasan.....	29
3.6.1.2 Pendinginan.....	29
3.6.2 Program Latihan.....	29
3.7 Analisis Data.....	30
BAB IV.....	31
TEMUAN DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Hasil Penelitian.....	31
4.1.1 Analisis Deskriptif.....	31
4.1.2 Uji Normalitas Data.....	32
4.1.3 Uji Homogenitas.....	33
4.1.4 Uji Hipotesis.....	33
4.2 Pembahasan.....	35
BAB V.....	39
KESIMPULAN.....	39
5.1 Simpulan.....	39
5.2 Implikasi.....	39
5.2.1 Implikasi Teoritis.....	39
5.2.2 Implikasi Praktis.....	40
5.3 Saran.....	40
DAFTAR PUSTAKA.....	41
LAMPIRAN.....	48

DAFTAR PUSTAKA

- A. Bompa T, O & Buzzicheli, C. (2019). *Periodization: Theory and Methodology of training (sixth Edit) Human Kinetics*.
- Agus, R., & Wibowo, T. (2017). Perbedaan Pengaruh Model Pembelajaran Berganti Dan Backhand Tennis Lapangan Ditinjau Dari Koordinasi Mata-Tangan. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, ISSN : 2442-3874 Vol 3. No.2 Oktober 2017, 3(2), 11–26.
- Aji, G. P. (2016). Pengembangan Alat Ladder Untuk Latihan Koordinasi, Kelincahan dan Power. *SKRIPSI, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Jurusan Pendidikan Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahrgaan, Yogyakarta*, 1–133. <https://eprints.uny.ac.id/44919/>
- Ali, M., Supriono, S., Turiyem, & Syarifah. (2021). Profile of the physical condition of the determinant of the serve and skills on the court tennis service. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 7(2), 258–269. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v7i2.16385
- Amirullah. (2015). *POPULASI DAN SAMPEL (pemahaman, jenis dan teknik) Metode Penelitian Manajemen*.
- Anugrarista, E., & Arisman, A. (2019). Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Mata-tangan Terhadap Keterampilan Smash Bulutangkis. *Jurnal MensSana*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.24036/jm.v4i1.28>
- Asri, N. (2017). Pengaruh Metode Latihan Multiball dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Peningkatan Keterampilan Forehand Drive Tennis Meja. *Journal of Physical Education and Sport Universitas Negeri Semarang*, 6(2), 179–185.
- Bayu Laksana, G., Pramono, H., Baitul Mukarromah, S., & Artikel, S. (2017). Journal of Physical Education and Sports Perspektif Olahraga Petanque dalam Mendukung Prestasi Olahraga Jawa Tengah. *36 Jpes*, 6(1), 36–43.
- Bowo, Y. R. H. (2016). Hubungan Antara Kekuatan Genggaman, Koordinasi Mata-Tangan dan Percaya Diri Dengan Ketepatan Service. *Jurnal Dewantara*, 2(7–12), 179–196.
- Enadarlita, E., & Asvio, N. (2019). Pengaruh Koordinasi Dan Komunikasi Terhadap Efektivitas Organisasi Di Provinsi Jambi. *JMKSP (Jurnal Manajemen, Kepemimpinan, Dan Supervisi Pendidikan)*, 4(1), 34. <https://doi.org/10.31851/jmksp.v4i1.2473>

- Febrian, M., & Wulandari, I. (2023). Hubungan Kekuatan Genggaman Terhadap Ketepatan Servis. *Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan*, 21(3), 534–544. <https://doi.org/10.31851/wahanadidaktika.v21i3.11745>
- Febrianto, D. A., Studi, P., Olahraga, K., Pascasarjana, P., Nusantara, U., & Kediri, U. N. P. (2016). *PENGARUH METODE LATIHAN DAN KOORDINASI MATA-LENGAN TERHADAP KETEPATAN SERVICE (Studi Eksperimen Metode Latihan Massed Practice Dan Distributed Practice pada Atlit Tennis*. 1–13.
- Fernando, D. D. (2021). *Kontribusi Koordinasi Mata Dan Tangan Dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Kemampuan Service Tennis Lapangan Pada Atlet Club Faztec Junior Pekanbaru*. <https://repository.uir.ac.id/11673/>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *Jack Fraenkel How To Design and Evaluate Research in Education, 8 th Edition*.
- Hafidz, A., Pd, S., & Pd, M. (n.d.). *Julianena hafiza*.
- Hermawan, D. A., & Rachman, H. A. (2018). Pengaruh pendekatan latihan dan koordinasi mata tangan terhadap ketepatan shooting peserta ekstrakurikuler basket. *Jurnal Keolahragaan*, 6(2), 100–109. <https://doi.org/10.21831/jk.v0i0.20349>
- Hidayat, A., Anisa Fajar, Sri Enawati, Siti Sarifah, & Yuli Widyastuti. (2022). Penerapan Music Movement Therapy Terhadap Kemampuan Aktivitas Harian Pada Pasien Stroke. *Jurnal Kesehatan Dan Kedokteran*, 1(2), 81–87. <https://doi.org/10.56127/jukeke.v1i2.928>
- Hidayat, R., Dharmadi, M. A., & Kardiawan, I. K. H. (2021). Tingkat Ketepatan Servis Tennis Lapangan Junior Finns Recreation Club Bali. *Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga Undiksha*, 12(3), 24–40.
- Irfan Arifianto, & Raibowo, S. (2020). Model Latihan Koordinasi Dalam Bentuk Video Menggunakan Variasi Tekanan Bola Untuk Atlet Tennis Lapangan Tingkat Yuniior. *STAND: Journal Sports Teaching and Development*, 1(2), 78–88. <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i2.2671>
- Iskandar. (2014). Hubungan Koordinasi Mata-tangan dengan Servis Atas Bola Voli Mahasiswa Putra Penjaskes IKIP-PGRI Pontianak. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 3(2), 146–155. <https://journal.ikipgripta.ac.id/index.php/olahraga/article/view/126>

Khaidir, F., & Aziz, I. (2020). *HUBUNGAN KEKUATAN OTOT LENGAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN DENGAN KETEPATAN SERVIS ATAS ATLET CLUB SULTANIKA PUTRI MINAS*. 2, 129–139.

Kristiyanto. (2019). *No Title*.

Kurdi, K., & Qomarrullah, R. (2020). Hubungan Kecepatan Reaksi Tangan dan Koordinasi Mata Tangan Pada Servis Tennis Lapangan Mahasiswa Universitas Cenderawasih. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 22–27. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.25060>

Kusuma, I. A., YULIANTO, R., & ARDIANZAH, A. (2019). PERBEDAAN PENGARUH METODE PEMBELAJARAN DIRECT DAN INDIRECT TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN SERVIS TENIS LAPANGAN TAHUN 2019 (Studi Eksperimen pada Mahamasiswa Putra semester IV Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Jurusan PKO UTP Surakarta). *Jurnal Ilmiah Spirit*, 19(2), 13–25. <https://doi.org/10.36728/jis.v19i2.949>

Malo, F. A. P., & Nurhidayat. (2021). Survei Kemampuan Pukulan Servis Pada Mahasiswa UKM Tennis Lapangan Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 1(5), 845–854. <https://www.bajangjournal.com/index.php/JIRK/article/download/477/314>

Mangngassai, I. A. M., Syaiful, A., & Marsuki, M. (2020). Hubungan Kekuatan Otot Lengan, Koordinasi Mata Tangan dan Fleksibilitas Pergelangan Tangan Terhadap Ketepatan Long Servis Bulutangkis. *Jurnal Olympia*, 2(2), 7–16. <https://doi.org/10.33557/jurnalolympia.v2i2.1204>

Manurizal, L. (2016). Kontribusi Kekuatan Genggaman dan Kelenturan Pinggang terhadap Ketepatan Service Slice Atlet Tennis PTL UNP. *Kontribusi Kekuatan Genggaman Dan Kelenturan Pinggang Terhadap Ketepatan Service Slice Atlet Tennis PTL UN*, 5(1), 33–40.

Mawarda, H. D., & Nurhidayat. (2021). Keterampilan Servis Flat Tennis Lapangan. *Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi*, 4(2), 110–117.

Mu'ammam, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap ketepatan servis tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 63. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12805>

Mustafa, P. S., Gusdiyanto, H., Victoria, A., Masgumelar, N. K., Lestariningsih, N. D.,

- Maslacha, H., Ardiyanto, D., Hutama, H. A., Boru, M. J., Fachrozi, I., Isaci, E., Rodriquez, S., Prasetyo, T. B., & Romadhana, S. (2020). *No Title*.
- Naldi, J. (2017). *Pengaruh Metode Latihan Drill dan Latihan Bermain terhadap Keterampilan Dasar Tennis Lapangan Atlet Tennis PTL GOR Agus Salim Kota Padang*. 4, 11149–11161. http://repository.unp.ac.id/14327/1/A_06_JEPRI_NALDI_14199024_5374_2017.pdf
- Nugroho, U. (2015). *Analisis Biomekanika Tennis Lapangan Menggunakan Software Dartfish Prosuite*.
- Pratama, L. F., & Wahyudi, A. (2022). Pengaruh Latihan Skipping dan Naik Turun Tangga Terhadap Tinggi Loncatan Pada Atlet Bola Voli Klub Tunas Kabupaten Tegal. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 3(1), 92–96. <https://doi.org/10.15294/inapes.v3i1.54252>
- Rahmawati, I. D. (2017). Manajemen sumber daya olahraga tenis lapangan. *Jurnal PINUS*, 3(1), 25–31. <https://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pinus/article/view/11708/673>
- Ryzki, A., Eri, B., Ishak, A., & Yogi, S. (2021). Jurnal Patriot. *Jurnal Patriot*, 3(March), 71–81. <https://doi.org/10.24036/patriot.v>
- Safari, I., & Saptani, E. (2019). Metode latihan dan koordinasi mata tangan meningkatkan akurasi forehand sidespin service tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 174–181. <https://doi.org/10.21831/jk.v7i2.26788>
- Sakti, B. P. I. (2017). Hubungan koordinasi mata-kaki dan kelincahan dengan keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Lubuklinggau. *Biomatika : Jurnal Ilmiah Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan*, 3(2), 1–7. <http://www.ejournal.unsub.ac.id/index.php/FKIP/article/view/107>
- Stocks, N. (2016). *Pengaruh Pendekatan Pembelajaran dan Motor Educability Terhadap Penguasaan Keterampilan Dasar Tennis Lapangan*. 1–23.
- Tarihoran, D., & Mahmuddin, M. (2020). Kontribusi Latihan Hand Grip Dan Latihan Back-Up Terhadap Servis Slice Pada Atlet Putra Komunitas Tennis Lapangan Unimed. *Jurnal Prestasi*, 4(2), 66. <https://doi.org/10.24114/jp.v4i2.21451>
- Triyono, F. (2015). *Hubungan Antara Koordinasi Mata-Tangan, Kekuatan Otot Perut dan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Servis Atas Bola Voli*.

Ummah, M. S. (2019). PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLA VOLI PUTRI EKSTRAKURIKULER SEKOLAH MENENGAH ATAS NEGERI 1 TEBAS KABUPATEN SAMBAS. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco.2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_PEMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Widodo, W., & Hafidz, A. (2018). Kontribusi Panjang Lengan, Koordinasi Mata Tangan, dan Konsentrasi Terhadap Ketepatan Shooting Pada Olahraga Petanque. *Prestasi Olahraga*, 3(1), 1–6. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/24070>

Zoki, A., & Saputra, Y. D. (2018). Pengaruh Mental Imagery Terhadap Penguasaan Keterampilan Dasar Forehand Groundstroke, Servis Flat, Dan Servis Slice Tennis Lapangan. *BRAVO'S (Jurnal Prodi Pendidikan Jasmani & Kesehatan)*, 6(2), 49–58. <https://doi.org/10.26533/bravos.v6i2.743>