

**PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN *GAME-BASED*
TERHADAP PEMAHAMAN *TACTICAL SKILLS* PADA
PEMAIN TENIS DEWASA**



SKRIPSI

*Diajukan untuk memenuhi sebagian syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga*

Oleh
Tristan Ramadhana Suryaji
NIM 2106417

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
AGUSTUS, 2025

LEMBAR PENGESAHAN

Tristan Ramadhana Suryaji
2106417

PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN *GAME-BASED* TERHADAP PEMAHAMAN *TACTICAL SKILLS* PADA PEMAIN TENIS DEWASA

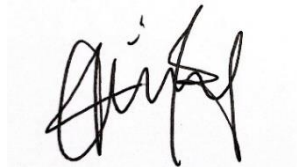
Disetujui dan disahkan oleh Pembimbing Akademik:

Dosen Pembimbing I,



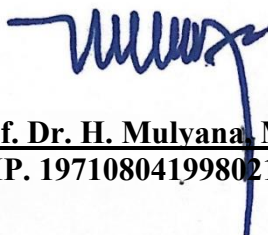
Dr. Yadi Sunaryadi, M.Pd.
NIP. 196510171992031002

Dosen Pembimbing II



Yudi Nurcahya, M.Pd
NIP. 920171219861105101

Mengetahui,
Mengetahui, Ketua Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga



Prof. Dr. H. Mulyana, M.Pd.
NIP. 197108041998021001

LEMBAR HAK CIPTA

PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN *GAME-BASED* TERHADAP PEMAHAMAN *TACTICAL SKILLS* PADA PEMAIN TENIS DEWASA PEMULA

Oleh
Tristan Ramadhana Suryaji

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd.) pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

© Tristan Ramadhana Suryaji
Universitas Pendidikan Indonesia
2025

Hak Cipta dilindungi undang-undang.

Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau Sebagian, dengan dicetak ulang, difotokopi, atau cara lainnya tanpa izin dari penulis.

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN PENDEKATAN *GAME-BASED* TERHADAP PEMAHAMAN *TACTICAL SKILLS* PADA PEMAIN TENIS DEWASA

Tristan Ramadhana Suryaji¹, Yadi Sunaryadi², Yudi Nurcahya³

¹²³Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Pendidikan Indonesia, Bandung, Indonesia

tristansuryaji@upi.edu¹, ydsunaryadi@upi.edu², yudinurcahya@upi.edu³

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan pendekatan *game-based* terhadap pemahaman *tactical skills* pada pemain tenis dewasa Sigma Tenis Club Bandung. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah eksperimen dengan menggunakan desain *One Group Pretest-Posttest Design*. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain tenis yang berlatih di Sigma Tenis Club Bandung sebanyak 15 pemain, sedangkan sampel dalam penelitian ini sebanyak 10 orang dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *total sampling*, yang di mana semua anggota populasi dijadikan sebagai sampel dalam penelitian. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang merujuk pada *Tactical Skills Questionnaire Test*. Berdasarkan pengolahan dan analisis data yang diperoleh menunjukkan nilai hasil rata-rata pengujian performa keterampilan taktik meningkat dari 63.00 menjadi 84.30. Hasil uji *paired sample T- test* pada kedua variabel menunjukkan bahwa nilai sig.(2-tailed) $0,000 < 0,05$. Dengan demikian, H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi dapat disimpulkan bahwa latihan berbasis *Game-Based Approach* secara signifikan meningkatkan *tactical skills* pemain tenis dewasa.

Kata kunci : *Game-Based Approach*; Tenis Lapangan, Keterampilan Taktik

ABSTRACT

THE EFFECT OF GAME-BASED TRAINING APPROACH ON THE UNDERSTANDING OF TACTICAL SKILLS IN ADULT TENNIS PLAYERS

Tristan Ramadhana Suryaji¹, Yadi Sunaryadi², Yudi Nurcahya³

¹²³Sports Coaching Education, Indonesian University of Education, Bandung, Indonesia

tristansuryaji@upi.edu¹, ydsunaryadi@upi.edu², yudinurcahya@upi.edu³

The purpose of this study was to determine the effect of game-based training on the tactical skills understanding of adult tennis players at Sigma Tennis Club Bandung.. The method used in this study was an experiment using a One Group Pretest-Posttest Design. The population in this study were 10 tennis players training at Sigma Tennis Club Bandung, while the sample size was 10 people. The sampling technique used was total sampling, where all members of the population were used as samples in the study. The research instrument used a questionnaire referring to the Tactical Skills Questionnaire Test. Based on data processing and analysis, the average tactical skills performance test score increased from 63.00 to 84.30. The results of the paired sample t-test on both variables showed a sig. (2-tailed) of $0.000 < 0.05$. Thus, H_0 was rejected and H_a was accepted. Therefore, it can be concluded that Game-Based Approach training significantly improves the tactical skills of adult tennis players.

Keywords: Game-Based Approach; Tennis, Tactical Skills

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	i
LEMBAR HAK CIPTA.....	ii
LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI.....	iii
KATA PENGANTAR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
ABSTRAK.....	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang Penelitian	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	5
1.4.2 Manfaat Praktis	6
1.5 Struktur Organisasi Penelitian	7
BAB II.....	8
TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Landasan Teori.....	8
2.1.1 Pengertian Taktik Bermain	8
2.1.1.1 Faktor yang Mempengaruhi Pemahaman Taktik Bermain	10
2.1.2 Pembelajaran dan Pengembangan Taktik dalam Olahraga.....	12
2.1.3 Pendekatan Pembelajaran <i>Game-Based (Game-Based Approach</i> <i>/GBA)</i>	15
2.1.3.1 Pendekatan <i>Game-Based</i> dalam <i>Net/Wall Games</i>	16
2.1.4 <i>Game-Based</i> dalam Konteks Pemain Dewasa	18

2.2 Pengertian dan Hakikat Permainan Tenis Lapangan	20
2.2.1 Sejarah Tenis Lapangan	20
2.2.1.1 Peraturan Permainan Tenis Lapangan.....	23
2.2.2 Hakikat Permainan Tenis Lapangan	24
2.2.3 Elemen Keterampilan dalam Tenis	25
2.2.3.1 Kondisi Fisik (<i>Physical Fitness</i>).....	25
2.2.3.2 Keterampilan Mental (<i>Mental Skills</i>).....	26
2.2.3.3 Keterampilan Taktik (<i>Tactical Skills</i>).....	26
2.2.3.4 Keterampilan Teknik Tenis.....	26
2.3 Penelitian yang Relevan.....	32
2.4 Kerangka Berpikir.....	35
2.5 Hipotesis	37
BAB III	38
METODOLOGI PENELITIAN.....	38
3.1 Metode Penelitian	38
3.2 Desain Penelitian	38
3.3 Populasi dan Sampel	39
3.3.1 Populasi.....	39
3.3.2 Sampel.....	39
3.4 Instrumen Penelitian	40
3.5 Prosedur Penelitian	43
3.6 Program Latihan.....	44
3.7 Analisis Data	47
3.7.1 Uji Normalitas.....	47
3.7.2 Uji Hipotesis (<i>Paired Sample T-Test</i>).....	47
BAB IV	49
HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49
4.1 Hasil	49
4.1.1 Deskripsi Data.....	49
4.1.2 Uji Normalitas.....	50
4.1.3 Uji Hipotesis	51

4.2 Pembahasan.....	52
BAB V	54
SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI	54
5.1 Simpulan	54
5.2 Implikasi	54
5.3 Keterbatasan Penelitian.....	54
5.4 Rekomendasi.....	55
Daftar Pustaka.....	57

Daftar Pustaka

- Abdul, A. (2019). *Teknik Dan Taktik Bermain Tennis Lapangan*. 96.
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2017). KONSEP UMUM POPULASI DAN SAMPEL DALAM PENELITIAN. *Jurnal Pilar*, 14(1), 15–31.
- Amni, H., Sulaiman, I., & Hernawan, H. (2019). Model Latihan Keterampilan Groundstroke Pada Cabang Olahraga Tennis Lapangan. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(2), 91–98.
- Bompa, T. O. (1996). Variations of Periodization of Strenght. *Dept. of Physical Education, Recreation & Athletics*, 58–61.
- Brown, J. (2001). *Tenis Tingkat Pemula*. PT. Raja Grafindo Persada.
- Budi, D. R., Syafei, M., Listiandi, D. A., & Widanita, N. (2022). Bahan Ajar Tennis Lapangan. *Jurnal Universitas Jendral Soedirman*, 1–41.
- Burney, T. H., & Carrington, L. (2014). *The Tennis Drill Book*. Second edition. *Human Kinetics*.
- Crespo, M., Machar, R., & Miley, D. (2003). *Applied Sport Science for High Performance Tennis*.
- Drs. Syahrums, & Drs. Salim. (2014). *Metodologi Penelitian Kuantitatif* (pp. 1–174).
- Fauzi, D., Hanif, A. S., & Siregar, N. M. (2021). The effect of a game-based mini tennis training model on improving the skills of groundstroke forehand drive tennis. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(4), 2325–2331. <https://doi.org/10.7752/jpes.2021.s4311>
- Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). How To Design and Evaluate In Research In Education. In *Вестник Росздрава* (Vol. 4, Issue 1).
- Gillmeister, H. (2017). *Tennis: A Cultural History* (2nd ed.). *Journal of Sport History*.
- Hasnunidah, N. (2017). Metode Penelitian Pendidikan. *Media Akademika*, 117.
- Hewitt, M., & Pill, S. (2020). Exploring pedagogical tensions : Providing practical examples for tennis coaches to navigate a shift to game-based coaching. *Perspectives on Game-Based Coaching*, August 2020, 96–107. <https://doi.org/10.4324/9781003007272-10>
- Hublin, T., Barbaros, P., & Rupčić, T. (2021). The Game-Based Method is More Efficient than the Conventional Training Method in Teaching Tennis to Adult Beginners. *Croatian Journal of Education*, 23(3), 709–729. <https://doi.org/10.15516/cje.v23i3.4503>
- ITF. (2015). *Rules of Tennis*. Roehampton: London.
- Loman, L. (2008). *Petunjuk Praktis Bermain Tennis*. Bandung: Angkasa.
- Palmizal, A. (2011). Pengaruh Metode Latihan Global terhadap Akurasi Ground Stroke Forehand dalam Permainan Tennis. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(2).
- Prasetyono, B. A., & Gandasari, M. F. (2018). MODEL RANGKAIAN TES KETERAMPILAN TENIS LAPANGAN PADA PEMAIN PUTRA KELOMPOK USIA 12-14 TAHUN STKIP Pamane Talino. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4. <http://ojs.unpkediri.ac.id/index.php/pjk>
- Prastawa, W. T., Hadi, H., & Pradipta, G. D. (2022). PENGARUH LATIHAN

- FEEDING TERHADAP HASIL PUKULAN FOREHAND DRIVE DAN BACKHAND DRIVE TENIS LAPANGAN. *Journal of Physical Activity and Sports*, 3(April), 1–8.
- Prof. Dr. Suryana, Ms. (2012). Metodologi Penelitian : Metodologi Penelitian Model Praktis Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif. *Universitas Pendidikan Indonesia*, 1–243. <https://doi.org/10.1007/s13398-014-0173-7.2>
- Riza, A. R. (2015). Pengembangan Model Pembelajaran Voli Forehand Tennis Lapangan. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan*, 01, 20–28.
- Sanchez Mencia, E., Campos-Rius, J., & Borrajo Mena, E. (2025). Design and Validation of a Questionnaire for the Assessment of Tennis Players' Tactical Skills (TST). *Research Quarterly for Exercise and Sport*, April. <https://doi.org/10.1080/02701367.2025.2488847>
- Sukadiyanto. (2005). Prinsip-Prinsip Pola Bermain Tennis Lapangan. *Jurnal Olahraga Prestasi*.
- Syafi'i, M. (2019). LAPORAN MODIFIKASI ALAT TEKNOLOGI TEPAT GUNA PELEMPAR BOLA TENIS (BALL LOUNCHER). December.
- Tennant, M., & Jones, T. (2018). *ITF : Play Tennis Manual 3rd Edition* (3rd ed.). International Tennis Federation. <https://www.itf-academy.com/?academy=103&view=ebook&page=readBook&id=7&language=en>
- Werner, P., Thorpe, R., & Bunker, D. (1996). Teaching Games for Understanding: Evolution of a Model. *Journal of Physical Education, Recreation & Dance*, 67(1), 28–33. <https://doi.org/10.1080/07303084.1996.10607176>
- Zetou, E., Vernadakis, N., Derri, V., Bebetos, E., & Filippou, F. (2014). The Effect of Game for Understanding on Backhand Tennis Skill Learning and Self-efficacy Improvement in Elementary Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152, 765–771. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.09.318>
- Sajoto, M. 1988. *Pembinaan kondisi Fisik dalam Olahraga*. Jakarta : Depdikbud/Dirjen Dikti. P2LPTK.
- Arifin, Zaenal., Soegiyanto dan Nugroho, Prpto. 2012. *Pengaruh Variasi Latihan Forehand Drive Terhadap Kemampuan Melakukan Forehand Drive Tennis Lapangan Bagi Petenis Pemula*. *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Volume 1 Nomor 2