

# PENGARUH PENGATURAN *BLOCK AND RANDOM PRACTICE* TERHADAP HASIL BELAJAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND GROUNDSTROKE* DALAM PERMAINAN TENIS

Desy Ratnasari

Email: [Desyratnasari96@gmail.com](mailto:Desyratnasari96@gmail.com)

Program Studi PJKR, Universitas Pendidikan Indonesia

Pembimbing: Andi Suntoda S, M.Pd.

Email: [andisuntoda@upi.edu](mailto:andisuntoda@upi.edu)

## ABSTRAK

Kesulitan siswa dalam belajar permainan tenis bagi pemula membuat kurangnya partisipasi belajar siswa dalam bermain tenis, untuk mengatasi permasalahan tersebut salah satu caranya adalah dengan menggunakan metode latihan yang tepat. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah metode latihan *block practice* dan *random practice* terhadap hasil belajar *forehand* dan *backhand groundstroke* dalam permainan tenis, dan apakah ada perbedaan pengaruh antara kedua metode tersebut. Metode yang digunakan adalah metode eksperimen dengan desain *Pretest-Posttest Group Design*. Sampel yang digunakan adalah sampel *purposive* yang dipilih melalui kriteria sebanyak 30 orang dengan 15 orang kelompok *block practice* dan 15 orang kelompok *random practice*. Hasil peningkatan terhadap belajar *forehand*, rata-rata skor *block practice* meningkat sebesar 8.60 (Sig. < 0.05) dan rata-rata skor *random practice* meningkat sebesar 5.80 (Sig. < 0.05). Sedangkan pada hasil belajar *backhand*, kedua metode tersebut tidak memberikan peningkatan yang signifikan yaitu rata-rata skor *block practice* adalah 2.53 (Sig. > 0.05) dan rata-rata skor *random practice* -1.46 (Sig. > 0.05). Perbandingan peningkatan hasil belajar *forehand* dan *backhand* antara metode *block practice* dan *random practice* tidak mengalami peningkatan yang signifikan (Sig. > 0.05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa metode *block* dan *random practice* meningkatkan secara signifikan hasil belajar pada pukulan *forehand* namun tidak pada pukulan *backhand*. Di sisi lain perbandingan peningkatan hasil belajar antara kedua metode tersebut tidak menunjukkan hasil yang signifikan baik itu pada pukulan *forehand* maupun *backhand* dalam permainan tenis.

**Kata Kunci:** *Block dan Random Practice*, Hasil Belajar, Permainan tenis

## THE EFFECT OF *BLOCK AND RANDOM PRACTICE SETTINGS* TO LEARNING RESULTS *FOREHAND AND BACKHAND GROUNDSTROKE* IN TENNIS GAMES

Desy Ratnasari

Email: [Desyratnasari96@gmail.com](mailto:Desyratnasari96@gmail.com)

Study Program Physical Education Health and Recreation, Indonesia University Of Education

Advisor: Andi Suntoda S, M.Pd.

Email: [andisuntoda@upi.edu](mailto:andisuntoda@upi.edu)

## ABSTRACT

*Students' difficulties in learning tennis for beginners make the lack of student learning participation in playing tennis, to overcome the problem one of the way is to use the right training method. The purpose of this study was to find out whether the practice of block practice and random practice on forehand and backhand groundstrokes results in tennis games, and whether there is a difference of influence between the two methods. The method used is experimental method with Pretest-Posttest Group Design. Sample that used for this research is purposive sampling that choosed with some criteria, 30 people with 15 for block practice and 15 with random practice. The result of forehand study improvement, average score of blok practice increase to 8.60 (Sig. < 0.05) and average score of random practice increase to 5.80 (Sig. < 0.05). Meanwhile the result of backhand study improvement, both of metode are not giving significant improvement, that average score blok practice is 2.53 (Sig. > 0.05) and average score random practice is -1.46 (Sig. > 0.05). The comparison of the improvement result forehand and backhand study between block practice and random practice method did not increase significantly (Sig.> 0.05). In this case, it can be concluded that the block and random practice method significantly improves learning outcomes on the forehand but not the backhand blows. On the other hand, the comparison of the increasing in learning outcomes between the two methods did not show significant results either on forehand or backhand in the tennis game.*

**Keywords:** *Block and Random Practice, Learning Outcomes, Tennis Game*

Desy Ratnasari, 2018

PENGARUH PENGATURAN *BLOCK AND RANDOM PRACTICE* TERHADAP HASIL BELAJAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND GROUNDSTROKE* DALAM PERMAINAN TENIS

Universitas Pendidikan Indonesia | [repository.upi.edu](http://repository.upi.edu) | [perpustakaan.upi.edu](http://perpustakaan.upi.edu)