

**PENGARUH LATIHAN MINI TENIS LAPANGAN TERHADAP HASIL
PUKULAN *GROUNDSTROKE* PADA *CLUB* TENIS JUNIOR
KABUPATEN SUMEDANG**

Resti Nurfadila¹, Ayi Suherman², Muhammad Nur Alif³.

Abstrak: Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh dari latihan mini tenis lapangan terhadap hasil pukulan *groundstroke* pada *club* tenis junior Kabupaten Sumedang. Jenis penelitian ini adalah penelitian Eksperimen Semu, metode penelitian eksperimen semu ini menggunakan metode *One Group Pre-Test Post-Test Design*. Populasi dari penelitian ini adalah semua anggota *club* tenis junior Kabupaten Sumedang yang aktif. Sampel dalam penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling* yang terdiri dari 15 orang. Instrumen untuk tes yang digunakan adalah *Kemp-Vincent Rally Tennis Test* untuk mengukur tingkat pukulan dalam melakukan *Rally Groundstroke*. Adapun teknik analisis data menggunakan uji *Paired-t Test*, yaitu dengan maksud untuk membandingkan nilai rerata dari hasil *Pre-Test* dan *Post-Test* sebelum dan sesudah perlakuan dengan sampel yang sama. Sebelum uji *Paired-t Test*, terlebih dahulu uji Normalitas dan uji Homogenitas. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisis data statistik uji *Paired-t Test* didapatkan *p value (sig.)* sebesar $(0.001) > (0.05)$, maka terdapat pengaruh yang signifikan. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat pengaruh latihan mini tenis lapangan terhadap hasil pukulan *groundstroke* pada *club* tenis junior Kabupaten Sumedang.

Kata Kunci: *Tenis lapangan, Groundstroke, Mini tenis*

Abstract: *The purpose of this study was to determine the effect of mini field tennis training on the results of groundstroke strokes in junior tennis club of Sumedang Regency. This type of research is Pseudo-Experimental research, this pseudo-experimental research method uses the One Group Pre-Test Post-Test Design method. The population of this study is all active members of the junior tennis club of Sumedang Regency. The sample in this study used Purposive Sampling consisting of 15 people. The instrument for the test used is the Kemp-Vincent Rally Tennis test to measure the level of strokes in performing a Rally Groundstroke. The data analysis technique uses the Paired-t Test, which is with the intention of comparing the average value of the Pre-Test and Post-Test results before and after treatment with the same sample. Before the Paired-t Test, first test Normality test and Homogeneity test. The results showed that the results of statistical data analysis of the Paired-t Test test obtained p value (sig.) of $(0.001) > (0.05)$, so there was a significant influence. Thus, it can be concluded that there is an effect of mini field tennis training on the results of groundstroke strokes at the junior tennis club of Sumedang Regency.*

Keywords: *Tennis Court, Groundstroke, Mini Tennis*

PENDAHULUAN

Tenis lapangan merupakan salah satu dari permainan atau olahraga dengan menggunakan raket yang bertujuan untuk memukul bola melewati jaring yang berada ditengah

¹ Penulis adalah Mahasiswa Jurusan Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

² Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

³ Penulis adalah Staf Edukatif Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia, Indonesia

lapangan. Selain itu, olahraga tenis juga diartikan sebagai permainan bola kecil dengan menggunakan bola dan raket (Suryono, 2016). Olahraga tenis lapangan pada saat ini sangat populer karena banyak diminati oleh masyarakat terutama pada saat diadakannya pertandingan “Tiba-Tiba Tenis” yang digelar oleh VINDES *Sport*, yang menandingkan Raffi Ahmad VS Desta Mahendra yang digelar di Indoor Senayan Jakarta. Tenis juga banyak diminati oleh masyarakat dari mulai kalangan anak-anak, remaja, dan orang tua. Tenis dapat dimainkan secara tunggal maupun ganda serta campuran (Setyawan, 2019). Setiap orang mempunyai tujuan yang berbeda-beda, ada yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan, hobi dan bahkan banyak pula yang berusaha untuk berprestasi. Untuk standar ukuran olahraga tenis lapangan yaitu 23.77 x 8.23 meter untuk lapangan tunggal dan untuk lapangan ganda yaitu 23.77 x 97 meter (Irawan, 2014). Dalam olahraga tenis lapangan, ada beberapa teknik dasar pukulan yang dapat dipelajari dan harus dikuasai, teknik dasar tersebut diantaranya adalah *Service*, *Groundstroke*, *Volley*, dan *Smash*. Teknik dasar ini harus dikuasai karena dalam permainan akan ada saatnya bola harus dipukul dengan menggunakan teknik tersebut (Alim, 2009). Namun pada saat bermain tenis lapangan, teknik yang paling sering digunakan dalam suatu pertandingan adalah teknik dasar *Groundstroke*.

Groundstroke merupakan teknik pukulan yang dipukul setelah bola memantul dari lapangan. Teknik pukulan *groundstroke* dapat dilakukan dari *forehand* dan *backhand*. Teknik tersebut merupakan teknik yang sangat penting yang harus dikuasai pada saat bermain tenis (Ali, 2022). *Groundstroke* juga merupakan salah satu senjata untuk mematikan bola-bola dari lawan. Pukulan ini sering digunakan sebagai pukulan untuk menyerang, karena dalam melakukan permainan atau pertandingan teknik pukulan *groundstroke* merupakan hal yang paling sering dilakukan saat bermain tenis lapangan (Yusuf, 2022). Oleh karena itu, pukulan *groundstroke* sangat perlu dipelajari dan dikembangkan oleh para pemain, terutama pada pemain pemula, khususnya anak-anak yang berusia 4 sampai 10 tahun, kebanyakan jika menggunakan lapangan tenis yang sesungguhnya teknik dan pukulannya kurang baik, namun dengan kemajuan teknologi seperti modifikasi raket yang disesuaikan dengan anak, ukuran lapangan yang disesuaikan dengan ukuran anak (Mini Tenis) yang akan menguntungkan bagi perkembangan olahraga tenis lapangan (Alim, 2019). Dari hasil observasi dan pengamatan di *club* tenis junior Kabupaten Sumedang di peroleh fakta bahwa anak umur 5 sampai 10 tahun dalam teknik pukulan *groundstroke*-nya masih kurang baik, dilihat pada waktu latihan-nya anak umur 5 sampai 10 tahun sudah menggunakan lapangan tenis yang sesungguhnya. Beberapa pemain terlihat sulit dalam mengembalikan bola pada saat memukul pukulan *groundstroke*.

Terdapat penelitian yang telah dilakukan mengenai solusi atau cara-cara untuk meningkatkan kemampuan pukulan *groundstroke*. Penelitian oleh Hasibuan (2019) menggunakan metode “*Precision With Tempo*” untuk meningkatkan kemampuan pukulan. Diperoleh uji *Paired- t test* didapatkan p value (sig) sebesar 0,000 dengan nilai signifikansi $0,000 < 0,05$. Hal tersebut menandakan adanya pengaruh yang signifikan dari model latihan “*Precision With Tempo*”. Untuk penelitian ini peneliti menggunakan metode latihan “Mini Tenis” untuk mendapatkan hasil pukulan yang baik.

Mini tenis merupakan modifikasi dari tenis yang sesungguhnya. Yang dimana lapangan, raket, dan bolanya, serta aturan mainnya yang sangat sederhana sekali. Selain itu mini tenis juga dapat memberikan kesempatan lebih banyak kepada anak-anak untuk mengembangkan keterampilannya (Fadhillah & Ngatman, 2019). Permainan ini cocok untuk anak umur 4 sampai 10 tahun, permainan ini dimainkan dipermukaan datar, jenis raket yang digunakan tidak terlalu besar, mini tenis sangat berguna untuk semua tingkat usia, sebab dapat dipakai sebagai pengenalan terhadap permainan tenis sesungguhnya secara keseluruhan. Lapangan mini tenis memiliki ukuran 10,97m x 23,77m. Meskipun untuk alasan praktisnya satu lapangan tenis dapat dibagi menjadi 4 sampai 6 lapangan mini tenis atau berukuran 6 x

14m setiap lapangan. Idealnya daerah bebas dibelakang lapangan. Berdasarkan paparan di atas dapat diketahui bahwa mini tenis memberikan kemudahan bagi anak umur 5 sampai 10 tahun, karena mini tenis merupakan cara termudah belajar tenis lapangan. Bahkan dalam penelitian Sujarwono, Dwi Chandra (2016) menyatakan bahwa penggunaan latihan mini tenis memberikan dampak terhadap pukulan *groundstroke*.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan mini tenis lapangan terhadap hasil pukulan *groundstroke* pada *club* tenis junior Kabupaten Sumedang. Melalui penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi bagi penelitian selanjutnya mengenai latihan mini tenis lapangan. Sedangkan manfaat dari latihan mini tenis lapangan ini yaitu dapat memberikan pemikiran dan memperluas ilmu pengetahuan tentang pengaruh latihan mini tenis lapangan terhadap hasil pukulan *groundstroke* pada *club* tenis junior Kabupaten Sumedang.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode Kuantitatif. Alasan menggunakan metode kuantitatif karena memerlukan data dan hanya dapat diselesaikan dengan metode kuantitatif yang dapat dikuantifikasi untuk mengartikulasikan fakta yaitu data berupa angka dalam teknik pengumpulan data di lapangan (Djollong, 2014). Jenis dan desain penelitian yang digunakan didalam penulisan ini adalah penelitian Eksperimen. Menurut Kholis (2023), penelitian eksperimen adalah penelitian yang dilakukan untuk mengetahui akibat dari yang ditimbulkan dari suatu perlakuan yang diberikan secara sengaja oleh peneliti. Penelitian ini untuk menjawab pertanyaan apakah tingkat kemampuan teknik pukulan *groundstroke* berpengaruh terhadap mini tenis lapangan. Penulisan ini merupakan penulisan Eksperimen Semu, yang artinya dalam penelitian ini memiliki kekurangan, yaitu tidak adanya kelompok kontrol. Menurut Ali Maksum (2012), *One Group Pre Test-Post Test Design* menggunakan *pre test* sebelum diberikan perlakuan dan sesudah perlakuan *post test*. Dengan menggunakan metode penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan suatu variabel atas kelompok eksperimen dengan mendasarkan pada hasil *pre test* dengan *post test*. Penulisan memiliki definisi variable terikat pada pukulan *groundstroke* dan variable bebas-nya adalah latihan mini tenis.

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/ subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Jadi populasi bukan hanya orang, tetapi juga obyek dan benda-benda alam yang lain. Tetapi meliputi seluruh karakteristik/ sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek itu (Suriani & Jailani, 2023). Populasi dari penelitian ini yaitu pemain di *club* tenis junior Kabupaten Sumedang yang berjumlah 25 orang. Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Firmansyah, 2022). Selanjutnya, teknik *sampling* adalah teknik pengambilan sampel untuk menentukan sampel yang akan digunakan dalam penelitian. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Purposive Sampling* karena *sampling* yang digunakan tidak semua pemain di *club* tenis junior Kabupaten Sumedang namun yang memiliki kriteria umur 5 sampai 10 tahun saja. Jumlah pemain yang diambil untuk dijadikan sampel berjumlah 15 orang, 10 putra dan 5 putri. Seluruh sampel tersebut melakukan *pretest* dan selanjutnya diberi *treatment*.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes *Rally Grounstroke* (*Forehand* dan *Backhand*). Tes keterampilan tenis (*Kemp- Vincent Rally Tennis*) yang terdiri dari *test rally foehand groundstroke* dan *test rally backhand groundstroke*. *Test* ini ditemukan oleh John Kemp dan Marilyn F. Vincent pada tahun 1968. Dalam buku Strand dan Wilson (1993: 92) Tujuan dari model latihan *Kemp-Vincent Rally Tennis* adalah untuk mengukur tingkat keterampilan melakukan pukulan *rally groundstroke* (*forehand* dan *backhand*) dalam situasi bermain tenis, Validitas dan Reliabilitas dari tes ini adalah 0,84 dan 0,94 untuk pemain

pemula dan intermediate, dan untuk pendekatan model *test-retest* validitas dan reliabilitasnya adalah 0,86 dan 0,90 untuk pemain pemula dan intermediate. Adapun prosedur pelaksanaan adalah sebagai berikut: Kedua petenis diasumsikan memiliki kemampuan yang sama berdiri saling berhadapan (Sebagai *Partner*) di seberang net dari garis tengah tempat jatuhnya bola pada saat *servis* untuk siap melakukan *rally groundstroke*. Kedua petenis masing-masing memegang 2 buah bola. Pada saat aba-aba diberikan, salah seorang pemain memberikan bola ke-pemain yang berada disebatang net untuk melakukan pukulan *groundstroke*. Kedua pemain tersebut kemudian melakukan pukulan *rally* selama mungkin agar bola yang dipukul jangan sampai menyangkut ke net atau keluar lapangan daerah tunggal (*Single Area*). Apabila pada saat melakukan *rally* bola menyangkut net atau keluar lapangan daerah tunggal petenis boleh menggunakan bola lain yang dipegang oleh masing-masing petenis.

Penelitian ini dilaksanakan di lapangan tenis Gedung Negara Kabupaten Sumedang pada tanggal 16 Januari – 10 Februari 2024. Dilaksanakan selama 12 kali pertemuan, setiap hari Selasa, Kamis, dan Sabtu. Dalam penelitian ini melibatkan anak di club tenis junior Kabupaten Sumedang, yaitu 10 putra dan 5 putri.

HASIL

Hasil perhitungan *Paired Sample t-Test* dalam penelitian ini dilakukan untuk melihat pengaruh tingkat kemampuan teknik pukulan *Groundstroke* terhadap mini tenis lapangan.

| | | t | df | Sig. (2-tailed) |
|--------|----------------------|---------|----|-----------------|
| Pair 1 | pre test - post test | -23.235 | 29 | 0.001 |

Berdasarkan Tabel dapat disimpulkan bahwa Nilai Sig (0.001) < (0.05), maka dapat disimpulkan HI DITERIMA dan MENOLAK HO, yang berarti dalam penelitian ini terdapat pengaruh tingkat kemampuan teknik pukulan *Groundstroke* terhadap tenis mini lapangan dan terdapat besaran pengaruh tersebut.

| | Zscore: pre test | Zscore: post test |
|------------------------|------------------|-------------------|
| N | 30 | 30 |
| Asymp. Sig. (2-tailed) | .366 | .580 |

Berdasarkan uji normalitas yang dilakukan dengan menggunakan *Kolmogorov-Smirnov*, hasil uji normalitas pada saat *pre-test* yaitu sebesar 0.37, sedangkan pada saat *post-test* sebesar 0.58. Dapat disimpulkan bahwa data *pre-test* dan *post-test* berdistribusi NORMAL karena nilai signifikansi diperoleh > α (0.05).

| Levene Statistic | df1 | df2 | Sig. |
|------------------|-----|-----|------|
| .392 | 1 | 58 | .585 |

Berdasarkan hasil uji homogenitas pada data *pre-test* dan *post-test*, nilai sig (0.59) > α (0.05) sehingga data tersebut bersifat HOMOGEN.

Berdasarkan pengolahan data di atas, dapat disimpulkan bahwa tingkat kemampuan teknik pukulan *Groundstroke* berpengaruh terhadap tenis mini lapangan, dan besaran pengaruh tersebut yaitu (0.001) < (0.05) yang berarti HI DITERIMA dan HO DITOLAK.

PEMBAHASAN

Metode latihan mini tenis ini cocok untuk peningkatan teknik pukulan *Groundstroke*. Hal ini dapat dilihat dari peningkatan hasil skor pukulan *groundstroke* pada anak di club tenis junior Kabupaten Sumedang. Pada saat *Pre-Test* sebesar (0.37), sedangkan pada saat *Post-*

Test mendapatkan peningkatan yaitu sebesar (0.58). jadi dapat disimpulkan bahwa data *Pre-Test* dan *Post-Test* berdistribusi NORMAL karena nilai signifikansi diperoleh $> \alpha$ (0.05).

Seperti dalam penelitian (Ayu & Haryono, 2019) yang menyatakan bahwa teknik pukulan *groundstroke* adalah teknik yang paling sering digunakan, selain itu teknik *groundstroke* merupakan teknik yang paling sulit untuk dipelajari. Tetapi dengan menggunakan metode latihan mini tenis bisa memudahkan anak usia 5 sampai 10 tahun untuk mempelajari teknik pukulan *groundstroke* sehingga dapat peningkatan pada saat memukul pukulan *groundstroke* (Unierzyski & Crespo, 2007). Melalui metode latihan mini tenis, maka kualitas teknik dalam bermain tenis lapangan pada anak umur 5 sampai 10 tahun dapat dikuasai dengan baik. Menurut (Maulidin, Syah, & Wibawa, 2021). Prinsip dasar dalam bermain tenis lapangan adalah memukul bola melewati atas jaring dan masuk ke dalam lapangan permainan lawan. Pada saat memukul bola harus diusahakan agar menyulitkan lawan dalam melakukan pengembalian. Untuk mempersulitkan lawan dalam memukul bola, ada beberapa teknik dasar dalam bermain tenis lapangan salah satunya teknik *groundstroke*.

Menurut (Irjaba, Supriatna, & Sulistyorini, 2022) *Groundstroke* adalah pukulan setelah bola memantul ke lapangan. Sementara itu menurut (Palmizal, 2012) *Groundstroke* adalah pukulan yang dilakukan terhadap bola yang menyentuh tanah (lapangan). Berdasarkan pendapat yang ditemukan diatas maka dapat disimpulkan bahwa *groundstroke* adalah teknik memukul bola yang dilakukan setelah bola jatuh ketanah atau lapangan permainan sendiri. Untuk pegangan tangan kanan, pukulan *stroke* yang dimainkan pada sisi kanan dari tubuh, untuk pegangan tangan kiri, sebaliknya (Hidayat & Alim, 2019).

Permainan tenis lapangan adalah olahraga yang tidak mengenal usia, jenis kelamin, keterbatasan fisik atau cacat fisik dan latar belakang pemain tenis lapangan (Udyoga & Alim, 2020). Olahraga ini bahkan mampu berprestasi dibidang tenis lapangan. Apabila seorang atlet ingin meningkatkan kualitas permainan tenis, maka diperlukan latihan yang teratur dan terstruktur (Putri, Husin, & Hermawan, 2020).

Dalam melakukan latihan, kita juga harus mempunyai tujuan latihan. Tujuan latihan adalah suatu pencapaian yang melalui proses latihan dengan benar dan terstruktur. Penelitian model latihan mini tenis memiliki tujuan, yaitu untuk mengukur tingkat hasil pukulan *groundstroke*.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis data, pengujian hipotesis yang diajukan dan pembahasan yang dilakukan pada penelitian ini, maka dapat diambil kesimpulan bahwa latihan dengan menggunakan metode mini tenis sangat berpengaruh untuk meningkatkan kemampuan pada teknik pukulan *groundstroke* pada anak di Club Tenis Junior Kabupaten Sumedang.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M. (2022). Pengaruh Variasi Latihan Target Terhadap Akurasi Pukulan Forehand Groundstroke Atlet Pickleball Unja. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 2(2), 110–123.
- Alim, A. (2009). Permainan mini tenis untuk pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan di siswa sekolah dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 6(2).
- Alim, A. (2019). *Teknik dan taktik bermain tenis lapangan*. Mentari Jaya.
- Ayu, R. S., & Haryono, S. (2019). Hubungan Kemampuan Kinestetik Dan Kelincahan Dengan Hasil Groundstroke Forehand Tenis. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 4(2), 75–82.
- Djollong, A. F. (2014). Tehnik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 2(1).

- Fadhillah, Z., & Ngatman, N. (2019). Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Forehand Dan Backhand Groundstroke Mini Tenis Siswa Putra Dan Putri Kelas Atas Sdn Sinduadi 1 Kecamatan Mlati Kabupaten Sleman. *Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*, 8(11).
- Firmansyah, D. (2022). Teknik Pengambilan Sampel Umum dalam Metodologi Penelitian: Literature Review. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Holistik (JIPH)*, 1(2), 85–114.
- Hidayat, F., & Alim, A. (2019). Pengaruh Latihan Precision With Tempo Terhadap Akurasi Pukulan Groundstroke Pada Ukm Tenis Lapangan Uny The Effect Of" Precision With Tempo" Exercises On The Accuracy Of Groundstroke Punch Techniques In The Fields Tennis Students Activity Unit Of Yogyakarta State University. *Pend. Kepeleatihan Olahraga-SI*, 8(4).
- Irawan, R. (2014). Hubungan Kelentukan Togok, Daya Ledak Otot Tungkai, Dan Kekuatan Otot Tungkai Terhadap Servis Slice Tenis Lapangan. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 1(2), 118–124.
- Irjaba, D., Supriatna, S., & Sulistyorini, S. (2022). Pengaruh Latihan Metode Drill Fixed Target Terhadap Tingkat Konsisten Pukulan Forehand Groundstroke Pada Pada Atlet Tenis Lapangan Klub Bentar Kabupaten Probolinggo. *Sport Science and Health*, 4(2), 112–118.
- Kholis, R. A. N. (2023). *Desain Penelitian Eksperimen*. Malang: LP2M STAI Nahdlatul Ulama (STAINU).
- Maulidin, M., Syah, H., & Wibawa, E. (2021). Evaluasi Pembinaan Prestasi Tenis Lapangan. *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 5(1), 146–154.
- Palmizal, A. (2012). Pengaruh Metode Latihan Elementer Terhadap Akurasi Ground Stroke Forehand Dalam Permainan Tenis. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 1(1).
- Putri, A. R., Husin, S., & Hermawan, R. (2020). Manajemen Pembinaan Cabang Olahraga Tenis Lapangan Lampung. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(2), 68–74.
- Setyawan, T. (2019). Pengembangan Model Servis Pembelajaran Tenis Lapangan Mahasiswa PJKR IKIP Budi Utomo. *Jendela Olahraga*, 4(2), 70–75.
- Suriani, N., & Jailani, M. S. (2023). Konsep Populasi dan Sampling Serta Pemilihan Partisipan Ditinjau Dari Penelitian Ilmiah Pendidikan. *IHSAN: Jurnal Pendidikan Islam*, 1(2), 24–36.
- Suryono, S. (2016). Pengaruh metode latihan dan persepsi kinestetik terhadap keterampilan groundstrokes tenis lapangan pada siswa SD. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 220–231.
- Udyoga, A., & Alim, A. (2020). Pengaruh Model Latihan Vertical Repeater Terhadap Kemampuan Agility di PAB Tenis Lapangan DIY Tahun 2019. *Pend. Kepeleatihan Olahraga-SI*, 9(1).
- Unierzyski, P., & Crespo, M. (2007). Review of modern teaching methods for tennis. (Análisis de los métodos actuales de enseñanza del tenis). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. doi: 10.5232/ricyde, 3(7), 1–10.
- Yusuf, M. (2022). *Korelasi Power Otot Lengan dan Kekuatan Genggaman: Bagaimana Hubungannya Dengan Ketepatan Pukulan Backhand Slice Tenis Lapangan? Universitas Islam Riau*.