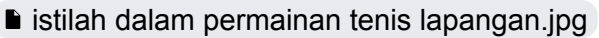


Meta Information

Element	Length	Content
Title	61 ctr	10 Istilah dalam Permainan Tenis Lapangan yang Perlu Dipahami
Description	125 ctr	Apa saja istilah-istilah dalam permainan tenis lapangan yang perlu dipahami oleh pemula? Yuk simak rincian ulasannya di sini.
Slug		istilah-dalam-permainan-tenis-lapangan
Topic		Daftar istilah dalam permainan tenis lapangan
Image		

Market and Demand

Element	Keyword	Demand	Density
Main keyword	istilah dalam permainan tenis lapangan	10	0.9%
Variant Keyword	istilah-istilah dalam permainan tenis lapangan	10	1x
	istilah dalam tenis lapangan	40	1x

Specification

Word count	Plagiarism	Category	SubCategory
889	0%	Hidup aktif	

Content

Olahraga tenis lapangan menjadi salah satu jenis olahraga yang cukup banyak peminatnya. Nah, selain memahami [cara bermain tenis lapangan](#), Anda yang baru saja belajar olahraga ini juga wajib mengenali istilah dalam permainan tenis lapangan.

Lantas, apa saja istilah-istilah dalam permainan tenis lapangan tersebut? Mari simak ulasan selengkapnya dalam artikel berikut ini.

Pengertian Tenis Lapangan

Tenis lapangan adalah olahraga menggunakan raket yang termasuk ke dalam permainan bola kecil.

Olahraga ini dapat dimainkan secara pertandingan tunggal atau beregu pada pertandingan ganda.

Cara bermain tenis lapangan sendiri cukup mudah yaitu dengan cara memukul bola ke area lawan dan melewati net sampai salah satu pihak tidak dapat mengembalikan bola tersebut dan terhitung sebagai skor.

Meskipun sama-sama bernama tenis, namun olahraga tenis lapangan berbeda dengan tenis meja.

Perbedaan tersebut bisa dilihat dari area atau lapangan yang digunakan, raket hingga bola yang dipakai pada permainan.

Bola pada tenis lapangan memiliki ukuran yang lebih besar dan tekstur lapisan yang berbeda.

Kemudian raket pada tenis meja berbentuk seperti dayung kayu dengan permukaan karet, sedangkan tenis lapangan menggunakan raket yang terdapat jaring di dalamnya. .

Sejarah Tenis Lapangan

Ada beberapa perbedaan pendapat yang mengutarakan asal usul sejarah tenis lapangan. Namun, permainan tenis sendiri mulai berkembang dan banyak diminati pada awal abad ke-11 di negara-negara yang ada di benua Eropa.

Saat permainan berlangsung, orang-orang yang bermain sering menyebutkan kata “Tenez” dari Bahasa Perancis yang dapat diartikan sebagai “main” atau “tangkap” dalam Bahasa Indonesia.

Sebelum mulai dikenal dan menyebar di seluruh penjuru dunia, olahraga tenis lapangan awalnya sering dimainkan oleh penduduk Perancis dengan sebutan *jeu de peume*.

Pada saat itu, permainan *Jeu de Peume* mempunyai aturan hingga cara bermain yang kurang lebih sama dengan sistem permainan yang ada di tenis lapangan meskipun belum menggunakan raket yang dipakai pada saat ini.

Hingga pada abad ke-15, ditemukan raket bersenar yang mendukung permainan tenis lapangan.

Sampai di tahun 1868 terdapat sebuah organisasi *England Croquet Club* yang berdiri di Inggris sebagai pelopor komunitas tenis.

Terakhir, di tahun 1877 diadakan kompetisi tenis lapangan pertama yang cukup bergengsi.

Baca Juga: [8 Tips Olahraga yang Baik untuk Pemula, Perhatikan Hal Ini!](#)

Istilah dalam Permainan Tenis Lapangan

Ada beberapa istilah dalam tenis lapangan yang sering diutarakan oleh peminat olahraga satu ini.

Jika Anda masih asing dengan istilah-istilah yang ada, cek penjelasan selengkapnya pada daftar berikut ini.

1. Backhand

Backhand pada tenis lapangan adalah salah satu jenis pukulan yang dilakukan menggunakan tangan sebelah kanan dengan posisi punggung tangan menghadap arah pukulan.

Sehingga ketika memukul, tangan kanan akan berada di sebelah kiri tubuh dan saat menangkis pukulan tangan kanan akan membelakangi arah datangnya bola.

2. Forehand

Berbeda dengan *backhand*, *forehand* adalah pukulan pada tenis lapangan yang menggunakan tangan kanan dan letak tangan berada di samping kanan badan.

Sehingga saat akan menangkis pukulan lawan, area telapak tangan yang menghadap arah datangnya bola.

Teknik *forehand* dan *backhand* adalah dua jenis pukulan dasar yang perlu Anda kuasai agar nantinya bisa dikombinasikan dengan teknik lainnya.

3. Slice

Istilah dalam permainan tenis lapangan selanjutnya ada *slice*. Pukulan *slice* adalah jenis pukulan kombinasi ayunan atas bawah dengan *forehand* atau *backhand*.

Anda bisa memilih akan melakukan pukulan forehand atau backhand kemudian digabungkan dengan gerakan mengayun kepala raket yang sedikit dimiringkan dari atas ke bawah.

4. Groundstroke

Groundstroke adalah istilah dalam permainan tenis lapangan, yaitu pukulan yang dilakukan ketika bola yang datang telah memantul pada lapangan terlebih dahulu.

Untuk menggunakan pukulan ini, Anda bisa memakai teknik *backhand* maupun *forehand* sehingga bola bisa ditangkis dan terlempar ke area musuh.

5. Dropshot

Teknik *dropshot* merupakan istilah dalam permainan tenis lapangan yang dilakukan untuk mengelabui musuh serta memancing agar lawan bergerak maju menggunakan pukulan perlahan dan berada dekat dengan net.

Sama seperti teknik lainnya, pukulan ini bisa dilakukan dengan cara *dropshot forehand* maupun *dropshot backhand*.

Baca Juga: [6 Macam Olahraga yang Banyak Disukai di Indonesia & Manfaatnya](#)

6. Spin

Istilah dalam permainan tenis lapangan selanjutnya yaitu *spin*. Pukulan *spin* adalah teknik pukulan dengan memiringkan raket untuk mengarahkan pergerakan bola yang masuk ke area Anda.

7. Lob

Istilah pukulan *lob* adalah teknik pukulan melambung untuk mengarahkan bola agar jatuh di area belakang lawan.

8. Smash

Teknik smash pada tenis lapangan merupakan gerakan pukulan keras yang menyerang pemain lawan dengan titik pukulan terpusat dan tajam.

Jenis ini sering digunakan untuk memberikan tekanan setelah melakukan beberapa kali umpan.

9. Volley

Gerakan volley adalah pukulan yang dilakukan ketika bola belum memantul di area lapangan namun sudah ditangkis dan umumnya dikombinasikan dengan pukulan smash agar bola bisa kembali dengan pukulan tajam.

10. Passing Shot

Terakhir, istilah dalam permainan tenis lapangan yang paling sering digunakan adalah *passing shot*. Arti *passing shot* adalah gerakan pukulan cepat yang bertujuan untuk membuat lawan lengah.

Itu tadi penjelasan mengenai sejarah hingga kumpulan istilah dalam permainan tenis lapangan yang perlu dipahami.

Menyempatkan diri untuk berolahraga di sela rutinitas yang Anda jalani, seperti bermain tenis lapangan, merupakan hal yang baik demi menjaga tubuh tetap fit.

Namun, jangan lupa untuk memenuhi kebutuhan cairan mengingat tubuh akan mengeluarkan cukup banyak keringat usai olahraga. Jadi, selalu sediakan air putih saat Anda berolahraga, ya!

Pilih saja AQUA botol 600 ml yang memiliki kemasan *traveling-friendly* sehingga praktis untuk dibawa ke mana-mana, tak terkecuali saat bermain tenis lapangan.

AQUA merupakan pilihan air minum yang kemurnian mineralnya terjaga serta terlindungi

AQUA berasal dari sumber mata air pegunungan vulkanis yang menyaring air secara alami oleh batuan vulkanis.

AQUA juga melindungi ekosistem sekitar sumber airnya guna menjaga kealamian mineral pegunungan serta keberlangsungan sumber air.

So, apapun aktivitasnya, pastikan [#AQUADULU](#) ya!

Baca Juga: [8 Cara agar Tidak Malas Olahraga supaya Tubuh Sehat](#)

Referensi

1. Ingin Jago Main Tenis? Ketahui Dulu Istilah Dasar Tenis Berikut Ini - [Buka](#)
2. Permainan Tenis Lapangan, Ini Segala Hal yang Perlu Anda Tahu - [Buka](#)