

# ANALISIS KETERAMPILAN TEKNIK SERVIS TENIS MEJA PADA EKSTRAKURIKULER DI SMP NEGERI 19 PALEMBANG

Hikmah Lestari<sup>1</sup>, Muhsana El Cintami Lanos<sup>2</sup>, Puput Sekar Sari<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Universitas PGRI Palembang

<sup>2</sup>Universitas PGRI Palembang

<sup>3</sup>Universitas PGRI Palembang

E-mail: [hik2mah@gmail.com](mailto:hik2mah@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil dan menganalisis keterampilan servis tenis meja pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang. Penelitian merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Sample penelitiannya adalah berjumlah 15 orang siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja. Hasil dari penelitian ini yaitu keterampilan servis forehand siswa klasifikasi baik sebanyak (3) orang (20%), klasifikasi sedang (9) orang (60%), klasifikasi kurang sebanyak (3) orang (20%). Sedangkan keterampilan servis backhand yaitu siswa klasifikasi baik sekali sebanyak (1) orang (7%), klasifikasi baik sebanyak (4) orang (27%), klasifikasi sedang (8) orang (53%), klasifikasi kurang sebanyak (2) orang (13%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil tingkat keterampilan servis forehand dan backhand tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP PGRI Palembang dapat dikategorikan sedang dengan hasil rata-rata servis forehand 5,5, sedangkan hasil rata-rata servis backhand 4,8.

**Kata Kunci:** Servis; Tenis Meja; Ekstrakurikuler

---

## ABSTRACT

### TABLE TENNIS SERVICE TECHNIQUE ANALYSIS IN EXTRACURRICULAR AT JUNIOR HIGH SCHOOL 19 PALEMBANG

*This study aims to determine the results and analyze table tennis service skills in students who take table tennis extracurricular at SMP Negeri 19 Palembang. This research is a quantitative descriptive research. The research sample was 15 students who took part in table tennis extracurricular activities. The results of this study are the forehand service skills of students with good classification as many as (3) people (20%), moderate classification (9) people (60%), poor classification as many as (3) people (20%). While the backhand service skills are very good classification students as many as (1) people (7%), good classification as many as (4) people (27%), moderate classification (8) people (53%), poor classification as many as (2) people (13%). Thus, it can be concluded that the results of the forehand and backhand service level of table tennis students who participate in table tennis extracurricular activities at SMP Negeri 19 Palembang can be categorized as moderate with an average forehand service of 5.5, while the average result of backhand serving is 4, 8.*

**Keywords :** Service; Table Tennis; Extracurricular

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

## PENDAHULUAN

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak penggemarnya, tidak terbatas pada tingkat usia remaja, tetapi juga anak-anak dan orang tua, pria atau wanita cukup besar peminatnya. Pernyataan ini dikuatkan oleh (Simpson, 2007) “tenis meja adalah suatu cabang olahraga yang tak mengenal batas umur, anak-anak maupun dewasa dapat bermain bersama”. Hal tersebut disebabkan karena olahraga yang satu ini tidak terlalu rumit untuk diikuti. Pada dasarnya olahraga tenis meja merupakan olahraga yang berskala internasional, banyak negara yang ikut berperan dalam olimpiade atau pesta olahraga dunia, bahkan pada tahun 1977 kurang lebih 75 negara ikut bertanding di Bermingham (Inggris). Awal munculnya permainan ini mereka menyebutnya sebagai gossima, flim-flam, atau ping pong (Firmansyah dan Didik, 2019). Istilah tenis meja baru muncul sekitar tahun 1921-1922, saat organisasi yang mewadahi para pemain pingpong aktif kembali. Tenis meja adalah olahraga semua umur dan bisa dianggap sebagai rekreasi maupun sebagai pemacu prestasi. Keduanya bisa dinikmati sekaligus, tetapi untuk memperlakukannya sebagai olahraga perlu dipahami dulu berbagai teknik dan gaya permainan yang ada.

Permainan tenis meja adalah permainan yang dilakukan dengan tempo yang cepat (Asri et al, 2017), Tenis meja atau ping-pong merupakan salah satu olahraga kardio dengan tempo yang cukup cepat. Tenis meja juga memberi banyak manfaat lain, yaitu dalam pertumbuhan fisik, mental dan sosial yang baik (Yulianto, 2015). Tenis meja membutuhkan kelengkapan kondisi fisik agar cepat dalam berlatih dan mampu mendapatkan prestasi lebih tinggi, di samping penguasaan teknik, taktik serta strategi dalam permainan. Menurut Mahendra (2012 : 2) Pembinaan kondisi fisik dalam olahraga apabila seorang atlet ingin berprestasi harus memiliki kondisi fisik seperti kekuatan (strength), daya tahan (endurance), daya ledak otot (muscular power), kecepatan (speed), koordinasi (coordination), kelentukan (flexibility), kelincahan (agility), keseimbangan (balance), ketepatan (accuracy), dan reaksi (reaction), untuk menampilkan kekuatan dan permainan yang bagus dan dapat meraih kemenangan pada tiap permainan.

Permainan tenis meja diawali dengan salah seorang pemain melakukan *service* (servis) atau pukulan awal sesuai gilirannya. Menurut (Sari dalam Nur, 2021), Servis adalah teknik memukul bola untuk memberikan bola pertama ke dalam permainan dengan cara memantulkan memantulkan bola terlebih dahulu ke meja kemudian bola dipukul dengan bet dan bola harus melewati atas net hingga akhirnya memantul di daerah meja lawan. Adapun tinggi net pada permainan tenis meja adalah 15,25 sentimeter. Jika bola hasil servis menyentuh net dan jatuh di area permainan sendiri, maka lawan akan mendapatkan poin. Usai melakukan servis seorang pemain harus menjauhkan tangan serta bagian lengan yang tidak sedang memegang bet dari meja permainan.

Menurut (Nur, 2021) Teknik servis dalam tenis meja ada dua, yaitu pukulan *service forehand* dan pukulan servis *backhand*. Servis *forehand* yaitu servis dengan cara memukul bola dengan bagian depan bet, bola yang akan dipukul berada disebelah kanan pemain yang memegang bet dengan tangan kanan dan sebaliknya bola berada di sebelah kiri badan pemain yang memegang bet menggunakan tangan kiri. Sedangkan servis *backhand* kebalikan dari servis.

*forehand* yaitu bola dipukul dengan bagian belakang bet. Cara melakukan pukulan servis dengan teknik *forehand* topspin, pemain berdiri siap untuk melakukan servis di meja bagian kanan dan menghadap ke sektor kiri meja bidang permainan lawan. Bet dipegang menggunakan tangan kanan, dan berada disebelah kanan badan dengan siku ditekuk 90 derajat. Bola dipegang menggunakan telapak tangan kiri. Lambungkan bola setinggi 16 cm dan pukul bola menggunakan bet. Usahakan tinggi pantulan tidak melebihi net. Sedangkan untuk melakukan servis *backhand* topspin, pemain harus dalam posisi siap dengan berdiri di tengah meja. Tangan kanan memegang bet dan dengan posisi berada di dekat pinggang sebelah kiri. Bola dipegang menggunakan telapak tangan kiri. Lambungkan bola sekitar 16 cm, kemudian pukul bola menggunakan bet dengan ketinggian yang normal sehingga pantulan bola dalam meja lawan tidak terlalu tinggi.

Berdasarkan hasil observasi peneliti di kegiatan Ekstrakurikuler SMP PGRI Sugiharas Trans, terdapat peralatan tenis meja yang lengkap, seperti meja dan bet yang layak dan bahkan dikategorikan masih sangat baik. Hasil wawancara dengan guru olahraga di sekolah yang juga merangkap sebagai pelatih ekstrakurikuler tenis meja di SMP tersebut mengatakan bahwa jadwal latihan ekstrakurikuler tenis meja dilakukan dua kali dalam seminggu, namun untuk prestasi belum terlihat. Setelah ditanyakan kepada siswa ternyata mereka mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja hanya untuk mengisi waktu luang saja, belum ada perhatian khusus terhadap teknik dan taktik yang mereka lakukan. Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengaitkan dengan teori bahwa dalam tenis meja hal sangat penting dan pertama dilakukan adalah servis, servis merupakan penentu awal suatu permainan. Dalam melakukan servis juga terdapat peluang menghasilkan point, untuk itu peneliti tertarik untuk menganalisis keterampilan servis tenis meja pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP SMP Negeri 19 Palembang yang tujuannya nanti data tersebut dapat digunakan oleh guru dalam memberikan materi latihan kepada siswa untuk meningkatkan kemampuan bermain tenis meja di ekstrakurikuler SMP SMP Negeri

*Dipublikasikan Oleh :*

*UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal*

*Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*

19 Palembang, Dimana sebelumnya belum pernah dilakukan tes untuk menganalisis keterampilan servis tenis meja.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Julianena Hafiza dan Abdul Hafidz, 2018, Analisis Ketepatan Servis Backspin Tenis Meja pada Atlet Junior Putra di PTM Sahabat Surabaya. Hasil penelitian menunjukkan kemampuan ketepatan servis backspin tenis meja pada atlet junior putra di PTM sahabat Surabaya yang sampelnya berjumlah 8 orang mempunyai total nilai keseluruhan sebesar 176 dan berkategori sangat tinggi dengan rata-rata skor tes sebesar 22. Selanjutnya penelitian yang dilakukan oleh Fajar Rizka Putra Yulianto, 2015, Study Analisis Keterampilan Teknik Bermain Cabang Olahraga Permainan Tenis Meja. Hasil penelitian Subjek dalam penelitian ini ialah pemain yang telah mempunyai ranking nomor 1 dan nomor 11 di dunia, yang bertanding di kejuaraan grand final men's world cup. Hasil penelitian ini diperoleh sebagai berikut ini : teknik spin (44,179%), teknik Block (4,477%), teknik Chop (26,866%), Push (14,036%), Drive (10,448%). Data diperoleh dari teknik dibagi dengan jumlah teknik dan dikalikan 100% rumus persentase.

Penelitian yang dilakukan oleh Abdul Charis, 2016, Upaya Meningkatkan Kemampuan Servis dalam Latihan Permainan Tenis Meja melalui Media Tarsan pada Siswa Kelas V SDN Margadana 2 Kota Tegal. Hasil Penelitiannya yaitu Pemebelajaran melalui penerapan modifikasi alat pemebelajaran dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa. Pada siklus I didapatkan hasil kategori tuntas 42,86%, sedangkan pada siklus II sebesar 80,95%. Ketiga penelitian di atas memiliki persamaan dengan penelitian yang akan dilakukan peneliti yaitu sama-sama penelitian tentang permainan tenis meja dan menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif dan memiliki perbedaan diantaranya yaitu adalah menganalisis teknik yang berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh peneliti. Diharapkan dari hasil penelitian terdahulu yang relevan dapat digunakan sebagai acuan oleh peneliti.

Adapun teknik keterampilan servis dalam tenis meja memiliki beberapa langkah menurut (Sutarmin,2007), Langkah-langkah keterampilan servis *forehand* terdapat 10 langkah yaitu 1. Posisi kaki kiri didepan (sebaliknya bagi yang kidal), 2. Badan sedikit condong ke depan, 3. Lengan membentuk sudut kecil dengan tubuh lengan bawah mengarah ke bawah, 4. Bola diletakkan pada telapak tangan dengan jari-jari tertutup kecuali ibu jari, 5. Bola dilambungkan ke atas dengan sudut tidak boleh lebih dari 45<sup>0</sup> dari garis vertikal kemudian bola baru dipukul, 6. Pandangan pada pelaksanaan servis melihat ke arah bola yang dilambungkan selanjutnya beralih ke sasaran yang akan dituju, 7. Posisi bet terbuka saat melakukan servis, 8. Ayunan tangan yang memegang bet dilakukan sesaat setelah melambungkan bola ke arah depan dan ke atas untuk memukul bola, 9. Perkenaan (inpect) bola dengan bet bersamaan dengan turunnya bola dari ketinggian. Pada saat membentur bola, komponen ke depan lebih besar dari komponen ke atas agar bola berjalan dengan menuju ke depan dan keras, 10. Gerakan Lanjutan, setelah perkenaan bola teruskan gerakan lengan ke depan samping berehenti di depan kiri atau di depan dahi.

Adapun langkah-langkah keterampilan servis *backhand* terdapat 10 langkah yang tidak jauh berbeda dengan servis *forehand* yaitu, 1. Posisi kedua kaki berdiri paralel dengan meja, 2. Sikap lengan mengarah ke depan, lengan bawah membentuk sudut yang lebih besar, 3. Tangan yang memegang bet lebih dekat dengan ubuh daripada siku, 4. Bola diletakkan pada telapak tangan dengan jari-jari tertutup kecuali ibu jari, 5. Bola dilambungkan ke atas dengan sudut tidak boleh lebih dari 45<sup>0</sup> dari garis vertikal kemudian bola baru dipukul, 6. Pandangan pada pelaksanaan servis melihat ke arah bola yang dilambungkan selanjutnya beralih ke sasaran yang akan dituju, 7. Posisi bet terbuka saat melakukan servis, 8. Ayunan tangan yang memegang bet dilakukan sesaat setelah melambungkan bola ke arah depan dan ke atas untuk memukul bola, 9. Perkenaan (inpect) bola dengan bet bersamaan dengan turunnya bola dari ketinggian. Pada saat membentur bola, komponen ke depan lebih besar dari komponen ke atas agar bola berjalan dengan menuju ke depan dan keras, 10. Gerakan Lanjutan, setelah perkenaan bola teruskan gerakan lengan ke depan samping berehenti di depan kiri atau di depan dahi.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang berjenis deskriptif kuantitatif, menurut Suryabrata (2013: 75), "Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk menginformasikan mengenai status gejala yang ada, yaitu gejala menurut apa adanya pada saat penelitian dilakukan". Maka dari itu penelitian ini menggunakan metode survei yang menggunakan tes keterampilan servis permainan tenis meja. Menurut Sugiyono (2013:203) Teknik pengumpulan data dengan observasi digunakan bila, penelitian berkenaan dengan perilaku manusia, proses kerja, gejala-gejala alam dan bila responden yang di amati tidak terlalu besar. Maka dari itu penelitian ini menggunakan metode survei yang menggunakan tes keterampilan servis permainan tenis meja.

Adapun kegiatan-kegiatan yang dilakukan dalam menganalisis dan mengolah data sebagai berikut :

*Dipublikasikan Oleh :*

*UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal*

*Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*

1. *Editing* yaitu mengecek semua data yang dikumpulkan.
2. Tabulasi yaitu proses pembuatan tabel memasukkan data kedalam bagan tabel dan pemberian nilai terhadap item-item yang perlu diberi nilai.
3. Mengklasifikasi nilai yang diperoleh siswa dalam skala yang telah ditentukan.
4. Mempresentasikan data yang telah dihitung perkategoriya dengan rumus :

$$Dp = \frac{n}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

Dp = deskriptif presen

n = jumlah nilai yang diperoleh

N = jumlah keseluruhan nilai

5. Untuk standar penilaian menggunakan rumus norma penilaian seperti dibawah ini :

**Tabel 1. Norma Penilaian**

| No | Skala       | Batas Skor               | Rentang Skor | Nilai         |
|----|-------------|--------------------------|--------------|---------------|
| 1  | X + 1,8 (S) | .... + 1,8 (....) = .... | ≥            | Baik Sekali   |
| 2  | X + 0,6 (S) | .... + 0,6 (....) = .... | –            | Baik          |
| 3  | X – 0,6 (S) | .... – 0,6 (....) = .... | –            | Sedang        |
| 4  | X – 1,8 (S) | .... – 1,8 (....) = .... | –            | Kurang        |
| 5  |             |                          | ≤            | Kurang Sekali |

Nurhasan, (2001:268)

Catatan :

X = rata-rata

S = Standar Deviasi

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data empiris yang diperoleh di lapangan melalui hasil tes dan pengukuran yang terdiri atas tes keterampilan servis *forehand* tenis meja dan tes keterampilan servis *backhand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang. Selanjutnya dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian, kemudian dilanjutkan dengan pengujian persyaratan analisis yaitu uji normalitas data.

Data tes keterampilan siswa melakukan servis *forehand* tenis meja dan servis *backhand* tenis meja yaitu hasil tes keterampilan servis *forehand* tenis meja pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang yang jumlah sample nya yaitu 15 orang siswa. Tes tersebut menggunakan instrument tes keterampilan servis *forehand* tenis meja yang memiliki sepuluh indikator. Sehingga didapatkan nilai tertinggi yaitu 7, nilai terendah yaitu 4, total nilai yang dihasilkan dari keseluruhan siswa yaitu 82. Hasil tes keterampilan servis *backhand* tenis meja pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang yang jumlah sample nya yaitu 15 orang siswa. Tes tersebut menggunakan instrument tes keterampilan servis *backhand* tenis meja yang memiliki sepuluh indikator. Sehingga didapatkan nilai tertinggi yaitu 6, nilai terendah yaitu 3, total nilai yang dihasilkan dari keseluruhan siswa yaitu 72.

Hasil analisis deskriptif data tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja dan keterampilan servis *backhand* tenismeja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang sebagai berikut :

1. Data tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja rata-rata (*mean*) = 5,5 dari 15 sampel dengan jumlah nilai secara keseluruhan (*sum*) sebanyak 82, Untuk nilai simpangan baku (*standar deviasi*) = 1.06 dengan nilai terbesar (*maximum*) = 7 sedangkan nilai terkecil (*minimum*) = 4 sehingga rentang (*range*) = 3.
2. Data tingkat keterampilan servis *backhand* tenis meja rata-rata (*mean*) = 4,8 dari 15 sampel dengan jumlah nilai secara keseluruhan (*sum*) sebanyak 72, Untuk nilai simpangan baku (*standar deviasi*) = 1.20 dengan nilai terbesar (*maximum*) = 7 sedangkan nilai terkecil (*minimum*) = 3 sehingga rentang (*range*) = 4.

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

Hasil yang telah diperoleh dari penelitian tentang tingkat kemampuan *servis forehand* tenis meja dan tingkat kemampuan *servis backhand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang dituangkan dalam bentuk persentase untuk mendapatkan kategori frekuensi setiap variable yang diperoleh. Sedangkan dalam bentuk grafik batang persentase tentang hasil tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang dapat dilihat pada gambar berikut:

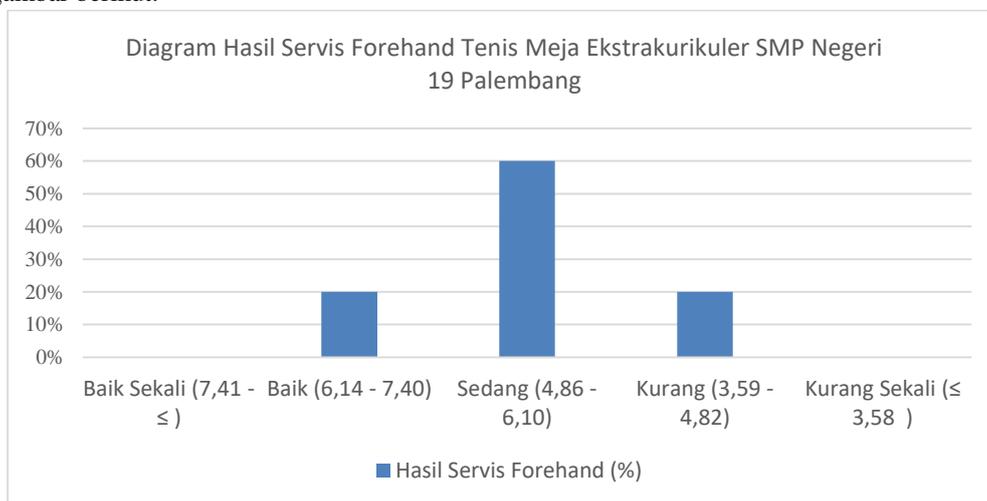
Hasil penelitian tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang, bahwa dari 15 sampel siswa ternyata yang memiliki klasifikasi baik sekali sebanyak (0) orang (0%), klasifikasi baik sebanyak (3) orang (20%), klasifikasi sedang (9) orang (60%), klasifikasi kurang sebanyak (3) orang (20%), dan klasifikasi kurang sekali sebanyak (0) orang (0%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang dapat dikategorikan sedang dengan hasil rata-rata 5,5 (hasil deskriptif data).

**Tabel 2. Persentasi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Servis Forehand**

| Nilai       | Frekuensi | Persen % | Klasifikasi   | Keterangan |
|-------------|-----------|----------|---------------|------------|
| 7,41 - ≤    | 0         | 0%       | Baik Sekali   | 5          |
| 6,14 - 7,40 | 3         | 20%      | Baik          | 4          |
| 4,86 - 6,10 | 9         | 60%      | Sedang        | 3          |
| 3,59 - 4,82 | 3         | 20%      | Kurang        | 2          |
| ≤ 3,58      | 0         | 0%       | Kurang Sekali | 1          |
| Jumlah      | 15        | 100%     |               |            |

Sumber : Dokumentasi Peneliti

Sedangkan dalam bentuk diagram batang persentase tentang hasil tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang dapat dilihat pada gambar berikut:



**Gambar 1. Diagram Hasil Tes Keterampilan Servis Forehand**

Hasil penelitian tingkat keterampilan servis *backhand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang, bahwa dari 15 sampel siswa ternyata yang memiliki klasifikasi baik sekali sebanyak (1) orang (7%), klasifikasi baik sebanyak (4) orang (27%), klasifikasi sedang (8) orang (53%), klasifikasi kurang sebanyak (2) orang (13%), dan klasifikasi kurang sekali sebanyak (0) orang (0%). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa hasil tingkat keterampilan servis *backhand* tenis meja siswa

Dipublikasikan Oleh :

UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal

Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin

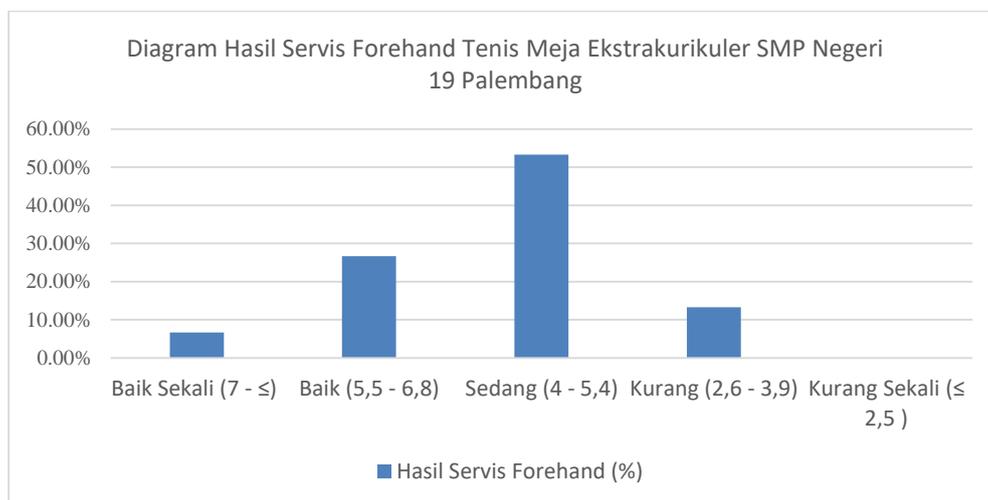
yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang dapat dikategorikan sedang dengan hasil rata-rata 4,8 (hasil deskriptif data).

**Tabel 2. Persentasi Frekuensi Data Hasil Tes Keterampilan Servis *Backhand***

| Nilai     | Frekuensi | Persen % | Klasifikasi   | Keterangan |
|-----------|-----------|----------|---------------|------------|
| 7 - ≤     | 1         | 6,7%     | Baik Sekali   | 5          |
| 5,5 - 6,8 | 4         | 26,7%    | Baik          | 4          |
| 4 - 5,4   | 8         | 53,3%    | Sedang        | 3          |
| 2,6 - 3,9 | 2         | 13,3%    | Kurang        | 2          |
| ≤ 2,5     | 0         | 0%       | Kurang Sekali | 1          |
| Jumlah    | 15        | 100%     |               |            |

Sumber : Dokumentasi Peneliti

Sedangkan dalam bentuk diagram batang persentase tentang hasil tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang dapat dilihat pada gambar berikut:



**Gambar 2. Diagram Hasil Tes Keterampilan Servis *Backhand***

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak penggemarnya, tidak terbatas pada tingkat usia remaja, tetapi juga anak-anak dan orang tua, pria atau wanita cukup besar peminatnya. Pernyataan ini dikuatkan oleh (Simpson, 2007) “tenis meja adalah suatu cabang olahraga yang tak mengenal batas umur, anak-anak maupun dewasa dapat bermain bersama”. Itu artinya olahraga tenis meja memiliki peluang yang besar untuk dikembangkan, apalagi di SMP Negeri 19 Palembang memiliki sarana dan prasarana olahraga tenis meja yang memadai sangat sayang jika hal tersebut tidak dimanfaatkan. Di SMP Negeri 19 Palembang sudah ada kegiatan ekstrakurikuler tenis meja namun untuk prestasi belum terlihat.

Berdasarkan hal tersebut, peneliti mengaitkan dengan teori bahwa dalam tenis meja hal sangat penting dan pertama dilakukan adalah servis, servis merupakan penentu awal suatu permainan. Dalam melakukan servis juga terdapat peluang menghasilkan point. Ada dua macam servis berdasarkan perkenaan bola pada bet yaitu servis *forehand* dan servis *backhand*.

Menelaah gambaran secara konseptual mengenai permainan tenis meja dan keberadaan servis dalam permainan tenis meja artinya keterampilan servis yang baik dapat mempengaruhi prestasi siswa dalam tenis meja. Dengan demikian sejalan dengan dengan hasil observasi yang dilakukan sebelumnya bahwa prestasi siswa pada ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang belum terlihat salah satu faktornya adalah tingkat

*Dipublikasikan Oleh :*

*UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal*

*Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*

keterampilan servis siswa belum baik. Dari pendapat yang dikemukakan dapat dimaknai bahwa keterampilan servis tenis meja mempengaruhi keterampilan siswa dalam bermain tenis meja dan dapat mempengaruhi prestasi yang didapatkan.

## **PENUTUP**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa keterampilan servis forehand dan backhand siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang masuk kategori sedang dengan hasil rata-rata 4,8. Hal ini disebabkan karena kurangnya frekuensi latihan yang dilakukan, kurangnya perhatian yang serius terhadap pencapaian prestasi ekstrakurikuler tenis meja, dan kurangnya variasi latihan servis tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang. Ini mengakibatkan prestasi tenis meja di SMP Negeri 19 Palembang belum terlihat.

Agar hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan untuk meningkatkan keterampilan tenis meja khususnya keterampilan servis dan meningkatkan prestasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler tenis meja, maka dikemukakan saran sebagai berikut 1) siswa harus mampu memperbaiki keterampilan *servis forehand* tenis meja serta meningkatkan keterampilan *servis backhand* tenis meja dengan melakukan latihan tambahan yang lebih fokus, 2) kepada pelatih harus meningkatkan program latihan tenis meja sehingga dapat benar-benar memanfaatkan sarana dan prasarana yang ada untuk meningkatkan keterampilan bermain tenis meja khususnya servis untuk menunjang pencapaian prestasi dan hendaknya lebih memotivasi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler tenis meja, 3) kepada pihak sekolah harus memperhatikan dan berusaha meningkatkan pola pembinaan ekstrakurikuler tenis meja, yaitu dengan cara dibuatkan program kegiatan seperti mengikuti pertandingan dan program latihan yang baik, 4) Kepada Peneliti selanjutnya hendaknya meneliti tentang metode latihan yang tepat untuk meningkatkan keterampilan teknik yang ada di cabang olahraga tenis meja.

## **REFERENSI**

- Abdul Charis, 2016, Upaya Meningkatkan Kemampuan Servis dalam Latihan Permainan Tenis Meja melalui Media Tarsan pada Siswa Kelas V SDN Margadana 2 Kota Tegal. Skripsi, Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.
- Asri, Novri Soegiyanto KS & Siti Baitul Mukarromah. 2017. *Pengaruh Metode Latihan Multiball dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Peningkatan Keterampilan Forehand Drive Tenis*. Journal of Physical Education and Sports Vol 6 (2). <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jpes>.
- Fajar Rizka Putra Yulianto, 2015, Study Analisis Keterampilan Teknik Bermain Cabang Olahraga Permainan Tenis Meja. Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 03 Nomor 01 Tahun 2015, 201-206.
- Firmansyah, Guntur dan Didik Hariyanto. 2019. *Sejarah, Teknik, dan Variasi Latihan Pingpong (Tenis Meja)*. Malang: Media Nusa Kreatif.
- Mahendra, Ika Rudi. Dkk. 2012. *Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Koordinasi Mata Tangan Dalam Pukulan Forehand dan Backhand*. Jurnal of Sport Sciences and Fitness. (Online), Vol I, No 1, ( [http : // journal. unnes. ac. Id / sju / index. Php / jssf](http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf)).
- Nurhasan.2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani, Prinsip-Prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Simpson, P. 2007. *Teknik Bermain Pingpong*. Bandung: Pionir Jaya.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suryabrata, Sumadi. 2013. *Metodelogi Penelitian*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Yulianto, Fajar Rizka Putra. 2015. *Study Analisis Keterampilan Teknik Bermain Cabang Olahraga Permainan Tenis Meja*. Jurnal Kesehatan Olahraga Volume 03 Nomor 01 Tahun 2015, 201-206. (<http://ejournal.unesa.ac.id>)

*Dipublikasikan Oleh :*

*UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal*

*Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin*