

Tingkat Kemampuan Servis Forehand Permainan Tennis Meja Mahasiswa FIKK UNM

Table Tennis Forehand Serve Skill Level of FIKK UNM Students

Muhammad Fadli¹, Fathurrahman², Miftahul Janna³

¹²³Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Negeri Makassar, Indonesia

*Corresponding auhtor, email: muhammadfadli@unm.ac.id

Abstrak

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif. Dalam penelitian ini peneliti bertujuan ingin mengetahui tingkat kemampuan servis forehand. Adapun Sampel dalam penelitian ini pada mahasiswa FIKK UNM, dengan jumlah 20 orang. Dalam pengambilan sampel ini menggunakan total sampling. Analisis dalam penelitian ini dilakukan oleh peneliti bersama pengamat mereflesi hasil observasi terhadap wawancara dan tes servis forehand. Data yang di peroleh dari penelitian ini adalah hasil dari servis forehand pada mahasiswa FIKK UNM. Hasil penelitian menunjukkan bahwa; Hasil penelitian servis forehand pada mahasiswa FIKK UNM berada pada klasifikasi yang cukup dengan persentase sebesar (35,0%). Karena pada dasarnya latihan yang perlu dilakukan dengan pukulan forehand yang intens, servis dan fisik. Karena teknik dasar tenis meja seperti itu, digunakan bersama dengan teknik forehand dan dilakukan untuk mengatur tempo permainan dan memudahkan untuk pukulan dan sangat mempengaruhi tingkat keberhasilan kemampuan teknik dasar servis maupun Kemampuan pukulan mahasiswa. Selain itu juga para mahasiswa harus tetap menjaga fisik dan tubuh, sehingga fisik memiliki kemampuan servis. Karena pada dasarnya servis merupakan salah satu teknik dasar permainan tenis meja yang sangat dibutuhkan dan harus dikuasai oleh setiap permainan tenis meja kerena dengan servis yang baik dan ukuran lapangan yang kecil di butuhkan servis yang tepat, dan akurat.

Kata Kunci: Kemampuan, Servis, Forehand, Permainan, Tennis Meja

Abstract

This research is a quantitative research. In this study, the researcher aims to determine the level of forehand serve ability. The sample in this study was 20 students of FIKK UNM. In this sampling, total sampling was used. The analysis in this study was carried out by researchers together with observers reflecting the results of observations on interviews and forehand serve tests. The data obtained from this study are the results of forehand serves on FIKK UNM students. The results of the study show that; The results of the forehand serve research on FIKK UNM students are in a sufficient classification with a percentage of (35.0%). Because basically the training that needs to be done is intense forehand strokes, service and physical. Because basic table tennis techniques like that, are used together with forehand techniques and are done to regulate the tempo of the game and make it easier to hit and greatly affect the success rate of basic service techniques and student hitting abilities. In addition, students must maintain their physical and body, so that they have physical service abilities. Because basically, service is one of the basic techniques of table tennis that is very much needed and must be mastered by every table tennis game because with a good service and a small court size, a precise and accurate service is needed.

Keywords: Skills, Serve, Forehand, Game, Table Tennis

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani dan olahraga merupakan suatu proses pendidikan yang berorientasi membentuk karakter siswa yang sehat jasmani dan rohaninya untuk meningkatkan kebugaran jasmani, kemampuan gerak, pengetahuan perilaku hidup sehat, sikap sportif, kecerdasan emosi, yang dilakukan secara sistematis melalui serangkaian gerak yang teratur untuk mengembangkan potensi-potensi yang dimiliki seseorang (Palinata et al., 2023). Tenis Meja adalah permainan beregu yang kualitas permainannya ditentukan oleh pemainnya dalam menampilkan permainan. Untuk dapat menampilkan permainan yang baik dan bermutu dibutuhkan teknik yang benar dan tepat dari pemain. Dalam permainan tenis meja terdapat beberapa unsur teknik dasar, seperti; servis, stroke, smash, dan spin. Permainan tenis meja adalah permainan tempo cepat, sehingga waktu untuk memainkan bola sangat terbatas dan bila tidak menguasai teknik dasar yang sempurna akan memungkinkan kesalahan-kesalahan teknik yang besar (Effendy et al., 2020). Teknik dasar permainan tenis meja harus betul-betul dipelajari lebih dahulu guna dapat mengembangkan permainan. Penguasaan teknik dasar permainan tenis meja merupakan salah satu unsur yang menentukan menang atau kalahnya suatu pemain dalam pertandingan, disamping unsur-unsur yang lain seperti unsur kondisi fisik, mental dan lainnya (Bafirman & Wahyuri, 2019).

Hal ini tidak terlepas dari teknik dasar yang ada dalam permainan tenis meja yang meliputi servis, stroke, smash dan spin. Kunci pokok untuk memperoleh kemenangan dalam permainan tenis meja adalah kemampuan melakukan serangan sehingga lawan sulit untuk mengembalikan bola (Fadli, 2026). Teknik yang paling efektif dan banyak digunakan dalam melakukan serangan untuk memperoleh nilai adalah servis yang baik, diantaranya ialah servis forehand (Budi & Arwandi, 2020). Pada saat melakukan teknik servis forehand tentunya membutuhkan pukulan forehand yang bagus. Servis yang bagus bisa menjadi modal serangan kepada tim lawan. Terutama servis forehand untuk menghasilkan poin yang dengan mudah. Servis forehand mempunyai kontribusi atau sumbangan yang cukup dominan dalam mendapatkan poin dalam permainan tenis meja (Safrian, 2022).

FIKK UNM merupakan kampus yang cukup memadai yang dapat menunjang keterampilan mahasiswa dalam permainan tenis meja. Sehingga tidak sedikit mahasiswa yang mengikuti permainan tenis meja tersebut baik putra maupun putri. Hasil observasi permasalahan yang ditemukan peneliti yaitu penguasaan teknik servis forehand dalam permainan tenis meja yang menjadi perhatian khusus sehingga peneliti berusaha untuk memfokuskan permasalahan yang di temukan, kesalahan yang sering dilakukan mahasiswa dalam pelaksanaan servis forehand adalah posisi badan tidak dibungkukan ke depan, lutut tidak ditekuk dan kaki tidak dibuka sejajar dengan bahu, perkenaan bola ke bet tidak tepat, pada saat datangnya bola ke bet gerakan mahasiswa saat melakukan servis forehand kurang dapat dikuasai. Peneliti melihat tidak fokusnya mahasiswa dalam melakukan teknik servis forehand dan mereka hanya melakukan gerakan bebas tanpa memperhatikan seperti sikap persiapan, sikap pelaksanaan dan sikap lanjutan.

Beberapa penelitian terdahulu telah mengkaji hubungan antara kecepatan reaksi dengan pukulan forehand permainan tenis meja dengan minimnya kecepatan reaksi, namun mayoritas masih terbatas pada kecepatan reaksi (Warzuqni et al., 2024). Penelitian Safrian (2022) menemukan bahwa pukulan forehand lebih efektif meningkatkan keterampilan pukulan permainan tenis meja dengan peningkatan rata-rata 45%. Sementara itu, Susanti (2020) mengidentifikasi bahwa hubungan koordinasi mata tangan berkontribusi terhadap peningkatan kemampuan pukulan forehand sebesar 38%.

Namun, kajian spesifik mengenai efektivitas latihan pukulan permainan tenis meja, khususnya pukulan forehand, terhadap peningkatan kemampuan servis forehand masih terbatas dan perlu dikaji lebih mendalam (Tyan, 2021).

Penelitian ini menjadi penting dilakukan mengingat beberapa alasan strategis. Pertama, urgensi identifikasi kemampuan pukulan servis forehand permainan tenis meja. Kedua, potensi permainan tenis meja sebagai olahraga yang menarik melalui integrasi dalam sistem pembelajaran formal. Ketiga, kebutuhan akan perkembangan teknik dasar pada permainan tenis meja melalui peningkatan pukulan servis forehand pada permainan tenis meja.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis tingkat Kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM. Penelitian ini akan mengetahui kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan rekomendasi praktis bagi pelatih tenis meja dalam merancang bentuk latihan pukulan yang tidak hanya mengembangkan aspek fisik tetapi juga secara simultan meningkatkan kemampuan servis forehand. Dengan demikian peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian, berdasarkan hal tersebut yang menjadi pokok pembahasan dalam penelitian adalah ingin mengetahui tingkat Kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. penelitian deskriptif merupakan penelitian yang menggambarkan keadaan yang ada menurut kenyataannya. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi dengan teknik tes dan pengukuran. Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang bermaksud untuk mengetahui tingkat Kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM. Desain penelitian ini merupakan gambaran singkat tentang semua proses yang diperluas dalam perencanaan dan pelaksanaan dalam sebuah penelitian. Menurut Sugiono (2017) instrumen pengumpulan data adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya.

Instrumen merupakan alat ukur untuk mendapatkan data agar suatu penelitian mendapatkan data yang sesuai diharapkan untuk itu dibutuhkan instrumen yang dirancang. Instrumen yang di gunakan adalah instrumen tes servis forehand dengan validasi 0,44 dan koefisien reliabilitas Cronbach's Alpha sebesar 0,75 yang menunjukkan tingkat konsistensi internal yang sangat baik (Rodhi, 2023).

Teknik analisis data yang digunakan adalah statistik deskriptif untuk menggambarkan karakteristik data, termasuk mean, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum dari servis forehand. Seluruh proses analisis data dilakukan menggunakan perangkat lunak SPSS versi 25 untuk memastikan akurasi dan efisiensi dalam pengolahan data kuantitatif.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Hasil penelitian harus dapat menjawab hipotesis dan/atau pertanyaan penelitian dalam pendahuluan. Penelitian ini terdiri dari satu variabel yaitu mengetahui tingkat Kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM yang berjumlah 20 siswa. Semua subjek yang diteliti dilakukan tes kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM. Hasil data yang didapatkan akan diolah dengan bantuan SPSS versi 25 untuk melihat nilai

rata-rata (mean) nilai tengah (median) dan standar deviasi. Kemudian akan ditampilkan dalam tabel frekuensi dan diagram batang dari hasil distribusi frekuensi. Data yang diperoleh di lapangan melalui tes dan pengukuran kemampuan teknik servis forehand selanjutnya dianalisis dengan menggunakan teknik statistik deskriptif. Analisis data deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum data penelitian ini.

Deskripsi data dari hasil penelitian bertujuan untuk memberikan gambaran umum mengenai penyebaran distribusi data kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM Data yang disajikan setelah diolah dari data mentah dengan menggunakan statistik deskriptif, yaitu data rata-rata, simpangan baku, modus, median serta distribusi frekuensi. Rangkuman hasil perhitungan statistik deskripsi tersebut dikemukakan pada table.

Tabel 1. Rangkuman hasil penelitian

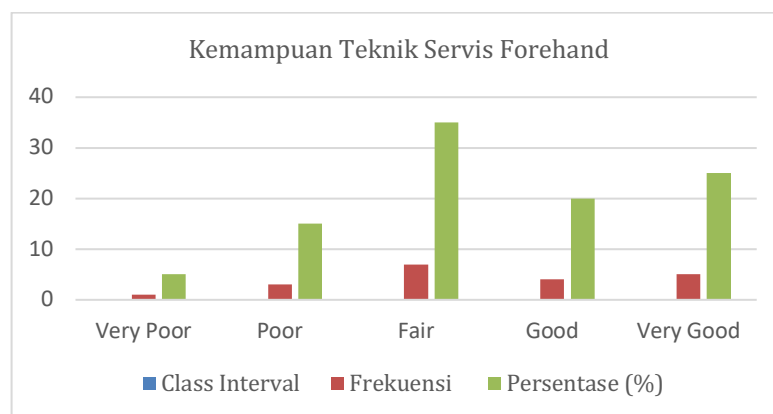
Statistik	Kemampuan Servis Forehand
Sampel (n)	20
Rata-Rata	40.70
Median	42.00
Simpangan Baku (s)	5.796
Varians	33.589
Rentang	18
Minimum	31
Maximum	49

Berdasarkan data hasil penelitian pada data kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM diperoleh nilai minimum 31 dan nilai maksimum 49 dengan rentang 18. Nilai rata-rata sebesar 40.70 memiliki median sebesar 42.00 dengan simpangan baku 5.796, dan varians sebesar 33.589.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi kemampuan teknik servis forehand

Kelas Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
31-34	1	05.0	Kurang Sekali
35-38	3	15.0	Kurang
39-42	7	35.0	Cukup
43-46	4	20.0	Baik
47-49	5	25.0	Baik Sekali
Jumlah	20	100.00	

Berdasarkan table 2 diatas, diketahui 20 orang sampel penelitian, dimana 4 orang (20.0%) mendapat kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM di bawah kelas rata-rata, 7 orang pada kelas rata-rata (35.0%), dan 9 orang (45.0%) di atas kelas rata-rata. Berikut ini disajikan kemampuan servis forehand mahasiswa FIKK UNM dalam bentuk diagram batang pada gambar.



Gambar 1. Kemampuan teknik servis forehand

Dari deskripsi data dan kategori yang telah dikemukakan, diperoleh persentase kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM semua sebaran ada pada kategori yang di atas rata-rata. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan total persentase kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM berkategori cukup 35%.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM berada dalam kategori cukup. Keadaan ini dikarenakan frekuensi kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM masih hampir sama semua. Frekuensi kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM yaitu masih monoton. Frekuensi yang dominan ini menghasilkan kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM memiliki kesempatan untuk meningkatkan kemampuan servis, karena semakin sering melakukan servis maka sangat mempengaruhi tingkat keberhasilan kemampuan teknik dasar servis forehand maupun hasil pukulan. Selain itu juga para mahasiswa harus tetap menjaga fisik dan tubuh, sehingga fisik memiliki kemampuan servis.

Pembahasan

Menguasai servis forehand yang baik, terutama untuk pemain tenis meja, sangat penting untuk kesuksesan bermain dalam memenangkan pertandingan tenis meja. Servis forehand yang dieksekusi dengan baik dapat digunakan untuk melakukan pukulan smash atau spin yang tajam, kuat, dan efektif (Warzuqni et al., 2024). Servis forehand dapat diimplementasikan sebagai pukulan yang ditujukan ke area pertahanan lawan. Dapat dikatakan bahwa servis forehand memiliki tingkat kesulitan yang relatif tinggi, itulah sebabnya keterampilan khusus diperlukan untuk menguasai teknik tenis meja fundamental ini. Posisi bet dan lengan untuk servis forehand dalam tenis meja sangat berbeda dari jenis servis lainnya (Susanti, 2020). Oleh karena itu, keterampilan yang baik dan koordinasi mata-tangan yang tepat diperlukan untuk memastikan bola mengenai tangan secara akurat, mendarat tepat di bet. Secara keseluruhan, teknik pendukung dan posisi tubuh harus selalu tetap seimbang sehingga koordinasi tubuh dapat dipertahankan (Tyan, 2021).

Kemampuan dalam teknik servis forehand juga merupakan ilmu yang secara lahiriah ada didalam diri manusia dan perlunya dipelajari secara mendalam dengan mengembangkan kemampuan yang dimiliki. Kemampuan semua itu bisa dipelajari bukan hanya buat pengetahuan kemampuan saja akan tetapi juga dapat bisa dibuat pembuka inspirasi bagi orang yang mau memikirkannya. Tenis meja harus dimainkan dengan menyenangkan jika kita bermain dari hati tanpa beban dan menikmati permainan ini, prestasi akan lebih cepat datang dari pada kita penuh dengan beban melakukan tugasnya

dilapangan. Hal ini penting sekali untuk sosok pelatih agar mampu mengangkat moral pemain (Kasanrawali, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian, latihan harus mencakup pukulan-pukulan forehand, servis, spin, smash dan pengkondisian fisik (Sudirman et al., 2025). Teknik-teknik dasar permainan tenis meja ini, yang digunakan bersama dengan servis forehand yang tepat, membantu mengatur tempo permainan dan sangat memengaruhi keberhasilan penguasaan teknik-teknik dasar serta hasil permainan. Selain itu, mahasiswa harus menjaga kebugaran fisik mereka untuk melakukan servis forehand secara efektif. Pada intinya, servis forehand adalah teknik permainan tenis meja fundamental yang penting dan harus dikuasai oleh setiap pemain tenis meja, karena servis yang akurat dan tepat sangat penting untuk permainan (Syamsudin, 2024).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan total persentase kemampuan servis forehand permainan tenis meja mahasiswa FIKK UNM berkategori cukup 35%.

REFERENSI

- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan kondisi fisik*.
- Budi, S., & Arwandi, J. (2020). Pengaruh Metode Latihan Multiball Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Dan Backhand Drive Dalam Permainan Tenis Meja. *Jurnal Patriot*, 3(1), 503–513.
- Effendy, D., Sari, M., & Fernando, R. (2020). Implementasi metode bagian dalam meningkatkan keterampilan servis forehand tenis meja. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(2), 79–87.
- Fadli, M. (2026). Pengaruh Latihan Terhadap Kemampuan Pukulan Drive Pada Permainan Tenis Meja. *Jurnal Ilmiah Spirit*, 26(1), 388–396.
- Kasanrawali, A. (2021). *Buku ajar teori dan praktik permainan tenis meja*. Bening Media Publishing.
- Palinata, Y. J., Baun, A., Leko, J. J., & Mae, R. M. (2023). Pendampingan Pembuatan Media Tes Dan Pengukuran Vertical Jump Untuk Keterampilan Smash Bagi Tim Voli Pjkr-Ukaw. *EJOIN : Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 1(4). <https://doi.org/10.55681/ejoin.v1i4.709>
- Rodhi, M. (2023). *Keterampilan Teknik Dasar Servis Forehand Tenis Meja pada Siswa Ekstrakurikuler SMA Al-Falah Kota Jambi*. Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.
- Safrian, R. (2022). Analisis Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Forehand Dan Backhand, Untuk Akurasi Servis Dalam Olahraga Tenis Meja Pada Siswa Sma Negeri 12 Banda Aceh. *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan*, 3(2).
- Sudirman, A., Hasbunallah, A. S., & Rahmi, S. (2025). Pendekatan Model Pembelajaran Berbasis Permainan Dalam Meningkatkan Kemampuan Pukulan Drive Tenis Meja. *JURNAL PENJAKORA*, 12(2), 119–127.
- Sugiono. (2017). Instrumen penelitian metopen. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*.
- Susanti, J. (2020). *Hubungan Koordinasi Mata-Tangan dan Kekuatan Otot Lengan dengan Kemampuan Forehand Drive pada Siswa Ekstrakurikuler Tenis Meja SMA Muhammadiyah Rambah*. Universitas Pasir Pengaraian.
- Syamsudin, N. (2024). *Panduan Teknik Forehand Drive dalam Tenis Meja: Meningkatkan Akurasi dan Konsistensi Pemain Pemula*. Penerbit NEM.
- Tyan, N. A. (2021). Perbandingan Latihan Shadow dengan Latihan Multiball Terhadap Frekuensi Pukulan Forehand dan Backhand Tenis Meja Pada Ekstrakurikuler di SD

- Supriyadi Semarang. *Journal of Physical Activity and Sports (JPAS)*, 2(1). <https://doi.org/10.53869/jpas.v2i1.33>
- Warzuqni, O. R., Erianti, E., Bakhtiar, S., & Sari, D. N. (2024). Hubungan Kecepatan Reaksi Dan Daya Ledak Otot Lengan Dengan Kemampuan Pukulan Forehand Drive Atlet Tennis Meja Segar Table Tennis Club (STTC) Kota Bengkulu. *Jurnal JPDO*, 7(3), 191–198.