



Tingkat Akurasi Servis Forehand Backspin

Jeki Haryanto¹, Murniati², Dessi Novita Sari³

^{1,2} Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Jalan Prof. Dr. Hamka Air Tawar Barat, Padang, 25132, Indonesia.

³ Program Studi Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang. Jalan Prof. Dr. Hamka Air Tawar Barat, Padang, 25132, Indonesia.
E-mail : Jekiharyanto@fik.unp.ac.id¹, murniati.mi3@gmail.com², Dessinovitasari@fik.unp.ac.id³

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat akurasi (ketepatan) servis forehand backspin pada atlet usia dini PTM Punggung Kasiak, sehingga diharapkan hasilnya dapat dijadikan sebagai acuan untuk meningkatkan atau mempertahankan kualitas akurasi servis atlet di klub tersebut maupun di klub-klub lainnya. Servis sangat berguna sebagai modal utama dalam sebuah pertandingan yang sangat berhubungan erat dengan strategi pemain apa yang akan diterapkan untuk menghadapi lawan. Jenis penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif kuantitatif yang mana peneliti hanya berusaha untuk menggali informasi mengenai tingkat akurasi servis forehand backspin pada atlet usia dini. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *sampling jenuh* yang artinya seluruh populasi dijadikan sebagai sample, adapun pengumpulan data dilakukan dengan langsung melakukan tes kepada atlet usia dini PTM Punggung Kasiak di Padang Pariaman, Sumatera Barat. Data yang diperoleh dianalisis dengan teknik statistik deskriptif. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata tingkat akurasi servis forehand backspin atlet usia dini di PTM Punggung Kasiak berada pada kategori cukup/ sedang, yang berarti kemampuan tersebut harus ditingkatkan untuk kemajuan karir mereka kedepannya.

Kata Kunci : Tenis Meja, Akurasi Servis, Forehand Backspin Servis.

Abstract

The purpose of this study was to determine the level of accuracy of forehand backspin service in PTM Punggung Kasiak, so that the results are expected to be used as a reference to improve or maintain the quality of athlete service accuracy at the club or in other clubs. Service is very useful as a main weapon in a match that is very closely related to the player's strategy to be applied to face opponents. This type of research uses the type of quantitative descriptive research in which the researcher only seeks to dig up information about the accuracy of the forehand backspin serve. The sampling technique used in this study is census sampling, which means that the entire population is used as a sample, while the data collection is done by directly conducting tests on 13 early childhood athletes at Punggung Kasiak Table Tennis Club in Padang Pariaman, West Sumatra. The data obtained were analyzed using descriptive statistical techniques. The results showed that the average level of accuracy of the forehand backspin serve in early childhood athletes in this club is in the category of moderate, which mean they have standart service accuracy that should be improve for their future career in table tennis.

Keyword: Table tennis, service accuracy, forehand backspin serve.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktifitas fisik yang seharusnya dilakukan secara rutin oleh semua kalangan usia baik itu anak-anak, remaja maupun orang dewasa, hal ini sangat membantu untuk menjaga imunitas tubuh agar aktifitas keseharian yang akan dijalani tidak terhambat. Usaha peningkatan kinerja tubuh dapat dilakukan dengan berolahraga secara rutin, namun terkadang ada juga yang melakukan olahraga secara terus-menerus tersebut untuk meningkatkan performa tubuhnya sehingga tubuh tidak mengalami penurunan fungsinya secara cepat (Haryanto & Welis, 2019).

Penerbit:

UNP Press, dan Pusat Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampikan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) (CC BY-SA).

“Olahraga power merupakan olahraga yang dominan pada Gerakan-gerakan yang membutuhkan kekuatan dan kecepatan, berlangsung singkat antara 1 sampai 10 menit serta membutuhkan kekuatan dan daya tahan yang tinggi, terdiri dari cabang olahraga permainan atau beregu (team sports) seperti sepak bola, futsal, bola basket, bola voli, bulu tangkis, tenis lapangan, sepak takraw, dan voli pantai” (Muth & Zive, 2019).

Ada banyak pilihan olahraga yang bisa dilakukan untuk tetap menjaga kesehatan maupun untuk tujuan prestasi salah satunya adalah tenis meja. Permainan tenis meja termasuk permainan olahraga bola kecil yang diminati oleh masyarakat Indonesia, Permainan tenis meja atau dulunya disebut dengan pingpong belum diketahui pasti asal usulnya (Sutarmin., 2007). Tenis meja umumnya telah diakui mulai di Inggris meskipun banyak pendapat yang berbeda tentang hal ini (Wang & Chen, n.d.). Di Indonesia tenis meja mulai berkembang tahun 1930 yang dibawa oleh orang Indonesia tepatnya para pengusaha atau pedagang yang datang dari Belanda yang pulang ke tanah air (Sutarmin., 2007). Permainan ini juga sudah banyak dimainkan di kampung-kampung meskipun terkadang hanya dengan menggunakan sarana dan prasarana yang seadanya.

Tenis meja memang paling populer di wilayah Negara Asia dan Eropa, dan akan populer di Amerika Serikat karena tenis meja sudah termasuk kedalam olahraga olimpiade dan terbukti manfaatnya bagi kesehatan dikalangan segala usia dan kemampuan, manfaatnya seperti terdapat pada aspek mental, aspek sosial, aspek emosional, aspek spiritual, aspek praktis, aspek medis, aspek yang berhubungan dengan kesehatan keterampilan dan terakhir aspek yang berhubungan dengan kebugaran keterampilan (Wang & Chen, n.d.). Olahraga tenis meja perlu terus dikembangkan sehingga semakin banyak yang akan bisa memainkan dan ikut berpartisipasi pada cabang olahraga ini termasuk juga pada kalangan pemula ataupun kalangan anak Sekolah Dasar. Model latihan pengenalan Tenis Meja untuk anak Sekolah Dasar dan pemula harus terus dikembangkan agar cabang olahraga ini dapat terus memasyarakat (Purwanto, & Suharyana, 2017). Dalam hal fisiologi permainan tenis meja tergolong olahraga yang menggunakan sistem anaerobik alaktik (menghasilkan energi tanpa asam laktat) yang mana secara penuh dalam pemberian pengerahan tenaga untuk atlet tenis meja (Kondrič et al., 2013).

Ada berbagai macam teknik yang terdapat dalam tenis meja sebagai pembeda dengan cabang olahraga lainnya, salah satunya adalah teknik pukulan (*stroke*). Teknik pukulan tenis meja menurut Malagoli, Di Michele, & Merni (2011) terdiri atas *Service, Push, Top, Top counter top, block, flick, drive, smash, lob, forehand, and backhand*. Semua teknik ini sangat penting dikuasai khususnya pada *service*, karena servis adalah pukulan bola untuk menyajikan bola pertama dalam suatu permainan tenis meja (Sutarmin., 2007). Adapun menurut Katsikadelis, Pilianidis, & Mantzoura (2013) *The serve in table tennis is a unique shot which is closely related to the player's strategy*”. Artinya pada tenis meja servis adalah sebuah pukulan yang unik yang berkaitan erat dengan strategi pemain, baik itu dalam hal mengatur dan membangun serangan maupun dalam bertahan.

Begitu pula menurut Rihtiyana (2014) “servis merupakan tindakan pertama dalam permainan tenis meja dan juga sebagai serangan pertama kali bagi pemain yang melakukan service yang sukar atau sulit diterima oleh pihak lawan dapatlah dipakai suatu senjata untuk mengadakan suatu serangan”. Oleh karena itu, servis merupakan suatu pukulan yang penting digunakan untuk serangan pertama dalam menyajikan sebuah permainan. Jadi latihan servis sangat penting dalam pencapaian atlet tenis meja dalam memenangkan pertandingan. Tanpa mengesampingkan teknik yang lain, pelaksanaan latihan servis perlu dilakukan dengan baik. Dalam melakukan servis tenis meja untuk menghasilkan spin yang kuat, seorang atlet tidak hanya memukul dengan sekuat tenaga, tetapi harus dengan kontrol dan feeling yang baik serta mempunyai koordinasi yang baik pula.

Oleh karena itu dalam memantulkan di bidang meja sendiri dan memantulkan ke meja lawan, diperlukan kemampuan koordinasi yang baik dalam melakukan pukulan dengan sasaran yang diinginkan. Selain penguasaan teknik yang baik dalam permainan tenis meja, ketepatan sasaran merupakan salah satu faktor yang terpenting dalam bermain tenis meja. Ketepatan sasaran yang dimaksud adalah ketepatan penempatan pukulan pada sasaran yang telah ditetapkan. Agar mendapatkan skor, seorang pemain berusaha menempatkan bola tepat pada sasaran dengan laju bola cepat yang jauh dari jangkauan lawan, sehingga sulit mengembalikan bola. Salah satu faktor yang berperan penting dalam ketepatan servis ialah koordinasi. Apabila atlet memiliki koordinasi yang kurang baik, seorang atlet tersebut kurang mampu mengaplikasikan teknik servis dalam pertandingan.



Dari pertandingan antara Ma Long vs Fan Zhen teknik utama dalam permainannya untuk memperoleh poin yaitu “*attack after serve*” (Sung, 2019) dimana ia menggunakan servis sidespin backspin dan memvariasikan dengan servis lainnya. Ini juga dapat diartikan bahwa teknik servis begitu penting dalam permainan tenis meja salah satunya sebagai pengecoh lawan dalam membangun strategi penyerangan untuk meraih kemenangan. Selain itu juga di butuhkan, atlet yang hebat yang dapat membaca situasi aktual lawan dengan cara memberikan servis berputar (Yong, 2011). Maka dari itu, pemberian latihan awal mengenai servis sangat dibutuhkan pada atlet pemula.

Pada dasarnya servis spin terbagi atas 2, yaitu topspin dan backspin. Topspin adalah servis yang arahnya cepat dan melaju berputar arah kedepan sedangkan backspin adalah teknik servis yang mana arahnya berputar ke belakang. Backspin dilakukan dengan cara menggesekkan bola pada bat yang terayun ke bawah, bola cenderung memantul lamban dan bola akan berputar ke belakang dan akan membentuk lintasan datar, setelah menyentuh meja lawan, (Mu'ara'fin, 1995).

Servis backspin lebih sulit dilakukan karena arahnya yang berputar kebelakang, pukulannya yang berposisi pada perkenaan belakang bola dan titik ketepatan pukulan terletak pada ujung bagian bawah bet. Bukan hanya sulit untuk dilakukan oleh *server* tetapi juga sulit diambil dan dikembalikan oleh *reserver*. Dalam hal permasalahan yang terjadi dilapangan saat latihan dilakukan, memang tidak hanya dapat diselesaikan oleh statistic saja, karena memang kenyataannya bahwa olahraga adalah hasil dari interaksi perilaku manusia itu sendiri (Malagoli et al., 2011). Secara realita banyak terdapat kekurangan dalam melakukan servis, terutama paling terlihat pada servis backspin ini, dimana bola yang dihasilkan tidak kuat bergerak mundur sehingga target dan tujuan tidak sesuai keinginan, perkenaan bola yang tidak tepat pada bet saat bola di lambungkan, dan gesekan yang terjadi begitu lemah yang disebabkan oleh karet bet yang tidak memenuhi standar, faktor umur atau konsistensi latihan atlet yang berbeda, kadang kala servis yang dilakukan tidak sampai melewati net, atau memang teknik-teknik lainnya yang kurang tepat sehingga terciptalah servis backspin panjang yang mudah untuk diserang. Hal ini tentu harus dicarikan solusinya agar para pemain tidak melakukannya di pertandingan-pertandingan resmi yang akan berakibat pada kekalahan. Tingkat ketepatan servis backspin harus dilatih terus agar bisa meminimalisir peluang lawan dalam melakukan penyerangan lebih dahulu.

Dalam hal ini sudah banyak penelitian yang mendekati dengan apa yang ingin penulis teliti mengenai servis pada tenis meja, seperti hasil penelitian teknik topspin pendek servis forehand lebih kuat dan lebih stabil dibandingkan dengan servis backhand (Yu et al., 2019) atau penelitian mengenai ketepatan servis backspin pada atlet junior. Tetapi dalam hal ini belum ada yang meneliti mengenai servis forehand backspin pada atlet usia dini. Disinilah penulis tertarik ingin mengetahui lebih lanjut mengenai hal ini dengan melakukan penelitian mengenai tingkat akurasi servis *forehand backspin* pada atlet PTM Pungguang Kasiak Padang Pariaman.

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Tujuan dari penelitian deskriptif yaitu untuk mendeskripsikan, menggambarkan fakta-fakta tanpa ada manipulasi atau hasil penelitian disajikan apa adanya. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 2 Maret 2020 di PTM Pungguang Kasiak Padang Pariaman dan populasi pada penelitian ini yaitu atlet usia dini PTM Pungguang Kasiak Kab. Padang Pariaman dengan rata-rata usia sampel adalah 12 tahun. Teknik pengambilan sampel berupa *sampling jenuh* yaitu teknik dalam menentukan sampel dengan menggunakan seluruh anggota populasi yang ada sebagai sampel (Siyoto & Sodik, 2015). Jadi, sampel pada penelitian ini adalah atlet usia dini laki-laki PTM Pungguang Kasiak Padang Pariaman yang berjumlah 13 orang. Jenis pada penelitian ini adalah primer yaitu data yang langsung diperoleh dari sumber utama (Barlian, 2016). Bentuk tes yang dilakukan berupa tes ketepatan servis (Nurhasan, 2000).

Adapun teknik pengumpulan data ketepatan servis, yaitu :

1. Tujuan : Mengukur ketepatan sasaran

2. Alat dan Perlengkapan: Blangko pengukuran tes, alat tulis, lapangan tenis meja, bet, meteran, bola pingpong dan Selotip.
3. Pelaksanaan
 - a. Teste memegang bet dan bola dengan berdiri pada posisi yang berlawanan dengan meja yang telah di beri skor sebagai daerah sasaran.
 - b. kemudian teste melakukan servis sesuai aba-aba dari tester
 - c. Teste mendapat kesempatan melakukan servis sebanyak 10x kearah sasaran servis.
 - d. Servis yang sah adalah servis sesuai aturan servis dalam permainan.
 - e. Skor : Total skor 10x servis adalah 50, Jika gagal diberi skor (0)Teknik analisis data menggunakan statistik deskriptif. Dalam hal ini dapat menggunakan rumus mean (rata-rata) :

$$M = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

M : Mean

$\sum X$: Jumlah total nilai dalam distribusi

N : Jumlah individu

Untuk mengetahui persentasi jumlah akurasi servis pada masing-masing atlet usia dini dapat menggunakan rumus tabulasi frekuensi :

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

Keterangan:

P : Presentasi nilai akhir

n : Jumlah nilai realita yang diperoleh

N : Jumlah harapan yang diperoleh

Adapun klasifikasi kriteria interpretasi skor sesuai dengan yang dikemukakan oleh Azwar (2010: 109) ditentukan dengan menggunakan kategori berikut ini:

Tabel 1. Norma Kategorisasi Akurasi Servis

NORMA KATEGORI	KATEGORI
$X \leq (\text{Mean} - (1,5 \times \text{SD}))$	Sangat Rendah
$(\text{Mean} - (1,5 \times \text{SD})) > X \leq (\text{Mean} - (0,5 \times \text{SD}))$	Rendah
$(\text{Mean} - (0,5 \times \text{SD})) > X \leq (\text{Mean} + (0,5 \times \text{SD}))$	Cukup
$(\text{Mean} + (0,5 \times \text{SD})) > X \leq (\text{Mean} + (1,5 \times \text{SD}))$	Tinggi
$(\text{Mean} + (1,5 \times \text{SD})) > X$	Sangat Tinggi

Setelah dilakukan tes akurasi servis backspin pada subjek penelitian maka kemampuan para atlet usia dini tersebut akan diklasifikasikan dengan menggunakan norma yang terdapat pada tabel 2 di atas.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil tes akurasi servis forehand backspin yang dilakukan pada atlet usia dini PTM Punggung Kasiak maka diperoleh data 1 orang atlet usia dini (7,7%) tingkat akurasi servis forehand backspinya tergolong dalam kategori sangat rendah, 2 orang (15,38%) tergolong pada kategori

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike](#)

[4.0](#) (CC BY-SA).



rendah, 6 orang (46,15%) tergolong pada kategori cukup, 3 orang (23,07%) tergolong kategori tinggi, dan terakhir 1 orang (7,7%) atlet usia dini memiliki tingkat akurasi servis forehand backspin yang sangat tinggi. Data tes akurasi servis forehand backspin yang diperoleh dapat dilihat pada tabel 3 berikut ini:

Tabel 2. Data Tingkat Akurasi Servis Forehand Backspin

Kategori	Rentang Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat tinggi	$X \leq 20,45$	1	7,7%
Tinggi	$20,45 > X \leq 28,75$	3	23,07%
Cukup	$28,75 > X \leq 37,05$	6	46,15%
rendah	$37,05 > X \leq 45,35$	2	15,38%
Sangat rendah	$45,35 > X$	1	7,7%
TOTAL		13	100 %

Berikut akan digambarkan bagaimana bentuk tingkat akurasi servis forehand backspin dalam bentuk histogram.



Gambar 1. Histogram data tingkat akurasi servis forehand backspin

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menyatakan bahwasanya dari 13 orang atlet usia dini PTM Pungguang Kasiak tingkat akurasi servis forehand backspin mereka rata-rata berada pada tingkat sedang atau cukup, artinya kemampuan mereka secara keseluruhan sudah cukup baik, meskipun ada satu orang yang betul-betul memiliki kemampuan sangat rendah dan sebaliknya ada pula satu orang atlet yang sudah memiliki kemampuan yang luar biasa.

Servis dalam tenis meja merupakan pukulan yang sangat menjadi penentu saat memulai pertandingan. Kualitas ketepatan servis bisa menjadi taktik bagi atlet untuk mendapatkan peluang kemenangan. Berdasarkan data hasil penelitian mengungkapkan rata-rata tingkat ketepatan servis yang dimiliki atlet pemula tersebut berada pada kategori cukup, hal ini mengandung makna bahwa atlet-atlet pemula tersebut sudah mendapatkan latihan yang cukup berarti bagi mereka, hal ini dibuktikan dengan tidak jauhnya servis yang mereka lakukan meleset dari target sasaran yang ada pada item tes ketepatan servis yang peneliti tetapkan. Sebaliknya tingkat ketepatan yang mereka miliki pun

Penerbit:

UNP Press, dan Pusat Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) (CC BY-SA).

juga tidak tergolong luar biasa, karena tidak semua servis yang mereka lakukan pada saat tes berhasil melesat kearah sasaran sesuai dengan yang mereka inginkan.

Masih belum baiknya ketepatan servis yang dimiliki oleh atlet usia dini PTM Punggung Kasiak ini barangkali disebabkan oleh masih kurangnya latihan yang diberikan oleh pelatih kepada atlet. Banyaknya waktu latihan yang diterima oleh atlet akan sangat berpengaruh terhadap kemampuan yang dimiliki oleh atlet. Atlet yang memiliki tingkat akurasi servis yang baik tentulah atlet yang telah banyak mendapatkan latihan-latihan servis bersama pelatihnya dalam jangka waktu yang lama. Semakin lama suatu teknik dilatih maka akan semakin baik pula teknik yang dimiliki oleh pemain tersebut.

Menurut Jamalong (2014) kemampuan teknik yang dimiliki oleh atlet tidak bisa dibentuk secara instan, namun harus melalui berbagai macam tahapan latihan yang diprogram oleh pelatih dan dilakukan terus menerus oleh atlet hingga atlet tersebut bisa mendapatkan kemampuan/keterampilan yang baik. Atlet tidak akan bisa pandai dalam sebuah teknik tanpa adanya latihan yang terprogram dengan baik dalam jangka waktu yang tidak singkat.

Hasil penelitian yang lain juga menunjukkan bahwa sebuah keterampilan dalam tenis meja dapat ditingkatkan dengan menggunakan latihan multiball (latihan bola banyak), latihan bola banyak ini dilakukan dengan cara memberikan bola secara bertubi-tubi kepada atlet yang dalam hal ini bisa dengan cara meminta atlet untuk melakukan servis berkali-kali minimal 50 kali sebelum atlet mendapat istirahat, hal ini bertujuan agar otot merekam gerakan yang dilakukan berkali-kali tersebut. Jika hal semacam itu dapat diberikan oleh pelatih maka ketepatan servis atlet bisa ditingkatkan (Pitro & Donie, 2019)

Tinggi rendahnya akurasi servis forehand backspin atlet usia dini ini, juga dipengaruhi oleh feedback yang diberikan pelatih kepada atlet yang dilatihnya, hal ini tentu akan sangat berpengaruh kepada kualitas latihan yang dialami oleh para atlet di PTM punggung kasiak. Pelatih yang jarang memberikan masukan dan pujian ketika atlet melakukan servis baik yang tepat sasaran maupun yang tidak tepat sasaran tentu akan menghasilkan hasil latihan/belajar yang berbeda (Nanda, 2017)

Sarana dan prasarana latihan juga akan mempengaruhi kualitas latihan servis atlet. Jumlah bola yang sedikit akan mengakibatkan banyaknya waktu latihan servis yang betul-betul dialami oleh pemain menjadi berkurang. Latihan dengan bola banyak memang harus dilakukan di klub-klub tenis meja seharusnya hal ini bertujuan agar kualitas latihan servis menjadi meningkat. Selain itu peralatan untuk mengumpulkan bola juga harus dimiliki oleh sebuah klub tenis meja agar waktu yang dihabiskan untuk mengumpulkan bola setelah salah satu pemain melakukan latihan tidak terlalu lama.

Kualitas bet yang digunakan pemain harus standar, hal ini bertujuan agar latihan yang dilakukan tidak sia-sia. Bet yang dilapisi dengan karet yang tidak standar akan sulit menghasilkan servis yang baik. Putaran bola yang dihasilkan tidak akan begitu berarti jika dibandingkan dengan bad yang kualitas karetnya bagus dan standar. Selain itu ketika ikut berpartisipasi dalam turnamen olahraga resmipun biasanya panitia tidak akan mengizinkan untuk ikut dala even tersebut, karena lawan akan sulit meprediksi putaran bola dan kecepatan bola yang dihasilkan oleh karet bet yang tidak standar (Nur et al., 2018)

Fokus program latihan yang diberikan oleh pelatih harus jelas pada tiap sesi latihan. Pelatih yang baik akan membuat program latihan jangka panjang, menengah, dan pendek bagi para pemainnya. Pada setiap sesi latihan seorang pelatih harus menetapkan dengan jelas apa tujuan latihan yang akan diberikan kepada atlet pada sesi latihan tersebut. Para pemain harus diberi tahu servis apa yang akan dipelajari dan fokus latihan yang akan diberikan apakah terkait dengan keterampilan atau hanya berfokus kepada ketepatan dalam mengarahkan servis. Menurut Hafiza & Hafidz (2018) pelatih sebaiknya juga memberikan perhatian khusus kepada program latihan yang berkaitan dengan ketepatan servis serta faktor-faktor lainnya yang berkaitan dengan ketepatan servis seperti ketenangan atlet dan konsentrasi atlet sebelum dan pada saat melakukan servis.

Salah satu metode yang bisa dilakukan oleh pelatih untuk meningkatkan ketepatan servis adalah dengan metode drill, drill yang banya dan sering diberikan oleh pelatih tentu akan sangat berarti bagi pemain untuk meningkatkan kemampuannya servisnya. Ada dua jenis drill yang bisa diberikan yaitunya drill dengan arah konstan dan drill dengan arah yang berubah-ubah. Tingkat ketepatan servis atlet yang tergolong cukup, artinya tidak banyak yang memiliki ketepatan yang tinggi dan tidak banyak juga yang memiliki tingkat akurasi servis yang rendah. Sedikitnya pemain yang memiliki ketepatan servis yang tinggi dikarenakan metode latihan drill yang kurang. Sebelum

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike](#)



memberikan latihan servis kepada pemain maka pelatih juga harus bisa menilai kemampuan koordinasi yang dimiliki oleh pemain, karena tidak semua pemain memiliki tingkat koordinasi yang baik. Bagi pemain yang memiliki tingkat koordinasi yang baik maka seorang pelatih tenis meja sebaiknya memberikan latihan servis dengan arah sasaran yang berubah-ubah. Hal ini berbeda dengan pemain pemula yang belum memiliki koordinasi yang baik, sehingga drill yang lebih tepat diberikan adalah latihan ketepatan servis dengan arah sasaran yang tetap (Mu'ammam, 2017)

Keakuratan sebuah servis dalam tenis meja akan bisa dicapai oleh pemain jika latihan servis dilakukan secara berulang-ulang dalam jangka waktu yang relatif lama. Untuk mencapai tahapan otomatisasi maka sebuah teknik harus dilatih secara rutin dan serius oleh seorang pemain. Pelatih harus menyusun program jangka panjang bagi pemain dan menetapkan tujuan yang jelas untuk meningkatkan ketepatan servis atlet yang dilatihnya tersebut. Jika pelatih dan pemain melakukan latihan secara sungguh-sungguh untuk meningkatkan akurasi servis atlet maka otomatisasi servis yang akurat akan diperoleh oleh pemain (Rahyubi, 2012)

Pada hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusnedi & Johor (2019) mengungkapkan bahwa ketepatan servis yang dilakukan oleh atlet salah satunya juga dipengaruhi oleh faktor kelentukan pergelangan tangan. Atlet memiliki tingkat kelentukan pergelangan tangan yang berbeda-beda, sehingga menghasilkan akurasi yang berbeda-beda pula. Hubungan kelentukan pergelangan tangan terhadap akurasi servis dalam penelitian ini tergolong sedang, artinya tidak terlalu kuat namun juga tidak berarti bisa diabaikan. Karakteristik sendi anak usia dini biasanya memiliki kelentukan yang lebih baik dibandingkan dengan orang dewasa, hasil penelitian yang menunjukkan tingkat akurasi yang lumayan baik bisa jadi dipengaruhi oleh faktor kelentukan yang dimiliki oleh anak-anak tersebut sehingga tingkat akurasi servisnya tergolong standar/cukup.

Akurasi servis juga erat kaitannya dengan koordinasi mata-tangan, atlet yang memiliki koordinasi mata-tangan yang baik akan sangat membantunya ketika mengarahkan servis sesuai dengan arah yang ia inginkan. Atlet yang memiliki akurasi servis yang tinggi dan rendah pada hasil penelitian ini mungkin salah satu faktornya disebabkan oleh unsur koordinasi mata-tangan yang dimiliki oleh atlet tersebut, sehingga ada yang sulit mengarahkan servis ke daerah yang mereka inginkan dan ada pula yang merasa cukup mudah dengan bantuan koordinasi mata-tangan yang ia miliki (Sutari & Syahara, 2019).

Ketepatan dalam melakukan servis juga didukung oleh konsentrasi dan koordinasi mata-tangan yang baik, adanya konsentrasi yang tinggi menjadi syarat terhadap ketepatan servis. Melatih konsentrasi harus dilakukan oleh pelatih agar anak latih dapat terus mengembangkan kemampuan konsentrasinya. Kemampuan konsentrasi harus terus ditingkatkan bersama-sama dengan koordinasi mata-tangan sehingga ketepatan servis pada saat atlet menghadapi pertandingan dapat diterapkan dengan baik (Haryanto, J., & Amra, F, 2020). Footwork dan kelentukan pergelangan tangan juga merupakan unsur yang mendukung ketepatan dalam olahraga tenis meja, latihan-latihan yang mengarah kepada pengembangan kemampuan footwork dan kelentukan pergelangan tangan tentu akan membantu memperbaiki ketepatan servis atlet (Angraini, J. K., Ridwan, M., Fardi, A., & Haryanto, J, 2020). Atmaja & Tomolius, (2015) menjelaskan bahwa ketepatan servis yang dihasilkan atlet juga ada kaitannya dengan waktu reaksi yang dimiliki pemain. Tingkat akurasi servis yang berada pada kategori sedang dalam penelitian ini bisa juga disebabkan oleh faktor kecepatan waktu reaksi yang juga tidak baik yang dimiliki oleh pemain tenis meja di klub tersebut. Oleh karena itu pemain dan pelatih juga harus memperhatikan variabel tersebut agar ketepatan servis dalam permainan tenis meja dapat dicapai dengan baik.

KESIMPULAN

Servis merupakan suatu seni dalam mengalahkan lawan dalam sebuah pertandingan. Ada banyak strategi servis yang bisa dimainkan oleh atlet tergantung dari bagaimana harapan bola itu dikembalikan oleh lawannya. Variasi servis sudah mengalami perkembangan yang pesat di zaman

Penerbit:

UNP Press, dan Pusat Studi Ilmu Keolahragaan

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](#) (CC BY-SA).

sekarang ini, yang semua itu bertujuan untuk menghibur penonton maupun untuk mengelabui lawan demi terwujudnya suatu kemenangan. Servis forehand backspin merupakan salah satu strategi servis yang bisa digunakan agar lawan tidak melakukan serangan terlebih dahulu, sehingga teknis servis ini perlu dilatih secara serius agar bisa digunakan ketika pertandingan resmi. Banyak faktor yang mempengaruhi akurasi servis yang telah dibahas pada penelitian ini maupun penelitian terdahulu, sedikitnya jumlah sampel pada penelitian serta banyaknya faktor yang mempengaruhi akurasi servis ini menjadi salah satu kelemahan hasil penelitian yang harus diperbaiki pada penelitian yang akan datang.

DAFTAR RUJUKAN

- Angraini, J. K., Ridwan, M., Fardi, A., & Haryanto, J. (2020). Kontribusi Koordinasi Mata Tangan, Kelentukan Pergelangan Tangan Dan Footwork Dengan Ketepatan Backhand Drive. *Sport Science*, 20(2), 107-121.
- Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Padang : Sukabina Press
- Atmaja, N. M. K., & Tomoliyus, T. (2015). Pengaruh metode latihan drill dan waktu reaksi terhadap ketepatan drive dalam permainan tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 56-65.
- Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Padang : Sukabina Press
- Sandu Siyoto, SKM, M. K., & M. Ali Sodik, M. A. (2015). Dasar Metodologi Penelitian Dr. Sandu Siyoto, SKM, M.Kes M. Ali Sodik, M.A. 1. *Dasar Metodologi Penelitian*, 1–109.
- Hafiza, J., & Hafidz, A. (2018). Analisis Ketepatan Servis Backspin Tenis Meja pada Atlet Junior Putra di PTM Sahabat Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 1(1), 1–11.
- Haryanto, J., & Welis, W. (2019). Minat Berolahraga pada Kelompok Usia Middle Age. *Jurnal Performa Olahraga*, 4(2), 214–223.
- Jamalong, A. (2014). Peningkatan Prestasi Olahraga Nasional Secara Dini Melalui Pusat Pembinaan Dan Latihan Pelajar (PPLP) Dan Pusat Pembinaan Dan Latihan Mahasiswa (PPLM). *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 3(2), 156–168. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v3i2.127>
- Katsikadelis, M., Pilianidis, T., & Mantzoura, N. (2013). The interaction between serves and match winning in table tennis players in the London 2012 Olympic Games. *The 13th ITTF Sports Science Congress*.
- Kondrič, M., Zagatto, A. M., & Sekulić, D. (2013). *The Physiological Demands of Table Tennis : A Review*. *May*, 362–370.
- Kusnedi, I., & Johor, Z. (2019). *Kontribusi Kelentukan Pergelangan Tangan dengan Akurasi Service Dalam Permainan Tenis Meja*. 2(6), 1–4.
- Malagoli, I., Di Michele, R., & Merni, F. (2011). Performance indicators in table tennis : a review of the literature. *International Journal of Table Tennis Sciences*.
- Mu'ammam, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap ketepatan servis tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 63. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12805>
- Mu'arafin, S. A. (1995). *Tenis Meja*. 1–115.
- Muth, N. D., & Zive, M. M. (2019). *Sports nutrition for health professionals*. FA Davis.
- Nanda, S. S. (2017). Pengaruh Pemberian Umpan balik (Feedback) Langsung dan Tidak Langsung

Penggunaan artikel akan diatur oleh [Lisensi Creative Commons Attribution - ShareAlike seperti yang saat ini ditampilkan di Creative Commons Attribution - Lisensi Internasional ShareAlike 4.0](#) (CC BY-SA).



- terhadap Kemampuan Groundstroke. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(2), 204–211. <http://performa.ppj.unp.ac.id/index.php/kepel/article/view/59>
- Nur, H. W., Nirwandi, N., & Asmi, A. (2018). Hubungan Sarana Prasarana Olahraga Terhadap Minat Siswa Dalam Pelaksanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Sma N 1 Batipuah Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Menssana*, 3(2), 93–101.
- Nurhasan. (2000). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga* (p. 130).
- Pitro, M. A., & Donie. (2019). Pengaruh Metode Latihan Multiball Terhadap Ketepatan Pukulan Forehand Drive. In *Jurnal Patriot* (Vol. 1, Issue 2). <https://doi.org/10.24036/PATRIOT.V1I2.459>
- Purwanto, D. D., & Suharjana, S. (2017). Pengembangan model pembelajaran pengenalan teknik dasar tenis meja untuk siswa SD kelas atas. *Jurnal keolahragaan*, 5(2), 133-141.
- Rahyubi, H. (2012). Teori-teori belajar dan aplikasi pembelajaran motorik deskripsi dan tinjauan kritis. *Bandung: Nusa Media*.
- Rihtiana, V., & Tomoliyus, T. (2014). Pengembangan Instrumen Penilaian Keterampilan Teknik Forehand Dan Backhand Drive Tenis Meja Pada Atlet Usia Dini. *Jurnal Keolahragaan*, 2(2), 216-227. doi:<https://doi.org/10.21831/jk.v2i2.2627>
- Sung, C. Y. (2019). A Smart Analysis of Technical Skills of Top Male Table Tennis Players. *Smart Science*. <https://doi.org/10.1080/23080477.2019.1651977>
- Sutari, F., & Syahara, S. (2019). Hubungan Kelenturan Pergelangan Tangan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Service Dalam Permainan Tenis Meja. *Jurnal Patriot*, 1(1), 308–319. <https://doi.org/10.1530/EJE-14-0355>
- Sutarmin. 2007. *Terampil Berolahraga Tenis Meja*. Surakarta : Era Intermedia
- Wang, Y., & Chen, G. (n.d.). *Table tennis tournament*. 2–3.
- Yong, Q. (2011). Analysis of rotating dynamics of table tennis. *2011 International Conference on Computer Science and Service System, CSSS 2011 - Proceedings*. <https://doi.org/10.1109/CSSS.2011.5972029>
- Yu, C., Shao, S., & Gu, Y. (2019). The analysis of foot loadings in high-level table tennis athletes during short topspin ball between forehand and backhand serve. *International Journal of Biomedical Engineering and Technology*. <https://doi.org/10.1504/IJBET.2019.103252>