

SURVEI KETERAMPILAN SERVIS *FOREHAND* TENIS MEJA SISWA KELAS X SMA

Desti Aryanti¹, Grafitte Decheline², Alexander Kurniawan³
^{1,2,3}Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Jambi

aryantidesti27@gmail.com¹, grafiti@unja.ac.id², alexander_kurniawan@unja.ac.id³

ABSTRACT

Problems: *It was found that students' forehand serve skills were still suboptimal. Many students failed to apply the technique correctly and appeared to be careless in their execution.* **Purpose:** *This study aims to determine and assess the skill level of class X high school students in performing table tennis forehand serves.* **Methods:** *This research uses a quantitative descriptive method with the object of study being the forehand service skills of high school students in table tennis.* **Results** *Based on the results of the Table Tennis Forehand Service Test Assessment, researchers obtained survey results that were divided into 3 categories, namely: 3 students had average skills, 9 students had good skills, and 18 students had very good skills.* **Conclusion:** *The survey results show that the forehand serve skills of class X high school students in table tennis are in the very good category. Mastery of the forehand serve skill technique is very important in table tennis where the serve is a start in a game, success in a game depends on the start made and the forehand serve can be used as an initial attack in a game that can produce a point if done with the right technique.*

Keywords: *Forehand Serve, Table Tennis, Skills*

ABSTRAK

Permasalahan: Ditemukan bahwa keterampilan servis *forehand* siswa masih suboptimal. Banyak siswa gagal menerapkan teknik dengan benar dan tampak ceroboh dalam pelaksanaannya. Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menentukan dan menilai tingkat keterampilan siswa kelas X SMA dalam melakukan servis *forehand* tenis meja. Metode: Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan objek penelitian berupa keterampilan servis *forehand* siswa SMA dalam tenis meja. Hasil: Berdasarkan hasil Penilaian Tes Servis *Forehand* Tenis Meja, peneliti memperoleh hasil survei yang terbagi menjadi 3 kategori, yaitu: 3 siswa memiliki keterampilan rata-rata, 9 siswa memiliki keterampilan baik, dan 18 siswa memiliki keterampilan sangat baik. Kesimpulan: Hasil survei menunjukkan bahwa keterampilan servis *forehand* siswa kelas X SMA dalam tenis meja berada pada kategori sangat baik. Penguasaan teknik keterampilan servis *forehand* sangat penting dalam tenis meja di mana servis merupakan awal dalam permainan, keberhasilan dalam permainan bergantung pada awal yang dibuat dan servis *forehand* dapat digunakan sebagai serangan awal dalam permainan yang dapat menghasilkan poin jika dilakukan dengan teknik yang tepat.

Kata kunci: *Servis Forehand, Tenis Meja, Keterampilan*

A. Pendahuluan

Olahraga adalah bentuk aktivitas fisik yang biasanya dilakukan untuk meningkatkan kebugaran dan keterampilan. Selain itu, olahraga juga berfungsi sebagai sarana hiburan bagi peserta dan penonton. Olahraga ini dikenal dapat diakses oleh siapa saja tanpa memandang usia. Menurut Azis dkk., (2025) penelitian ini menyatakan bahwa keterampilan servis dan *forehand* sangat penting dalam menentukan kualitas permainan tenis meja siswa yang diteliti. Selain sebagai aktivitas rekreasi, tenis meja juga telah berkembang menjadi olahraga kompetitif yang membutuhkan pelatihan serius dan berkelanjutan (Azis dkk., 2025) (Azis dkk., 2025) Darmawan dkk., (2018)). Salah satu teknik dasar terpenting dalam tenis meja adalah servis *forehand*, yang merupakan pukulan pembuka yang diberikan di awal permainan. Effendy dkk., (2020) menjelaskan bahwa keterampilan servis *forehand* harus dikuasai dengan baik karena menentukan arah awal permainan dan dilakukan dari posisi tubuh yang dekat dengan meja. Banyak siswa belum menerapkan teknik dengan benar dan masih tampak sembarangan dalam

pelaksanaannya. Kesulitan terutama terlihat pada posisi tubuh, khususnya koordinasi antara lengan dan kaki, yang seringkali mengakibatkan arah pukulan yang tidak akurat atau bola keluar dari meja. Zhang dkk., (2024) "Model pendidikan olahraga dalam pendidikan jasmani dapat meningkatkan sikap belajar, motivasi, dan keterlibatan siswa dalam kegiatan olahraga, menyoroti manfaat pendidikan yang lebih luas dari partisipasi olahraga terstruktur."

Menurut Aparicio-Chueca & Muñoz-Vila, (2025). "Tenis meja adalah olahraga yang banyak dimainkan baik untuk tujuan rekreasi maupun kompetitif. Olahraga ini memberikan manfaat dalam aspek fisik, kognitif, emosional, dan sosial. Karena mudah diakses dan disesuaikan, tenis meja cocok untuk orang-orang dari berbagai latar belakang dan usia, dan membantu meningkatkan aktivitas fisik, kesehatan mental, dan interaksi sosial." Ortega-Zayas dkk., (2025). "Tenis meja dikenal karena aksesibilitas, kemampuan beradaptasi, dan manfaat kesehatannya, sehingga cocok untuk pendidikan jasmani (PJ). Olahraga ini mendorong partisipasi, aktivitas fisik,

keterlibatan, dan dapat berkontribusi untuk meningkatkan kesehatan secara keseluruhan di lingkungan sekolah dasar.” Menurut Ilham dkk., (2019), keterampilan dapat dipahami sebagai kemampuan seseorang untuk menyelesaikan tugas atau aktivitas secara akurat dan efektif. Istilah "terampil" mencerminkan perbedaan tingkat kemampuan antar individu. Keterampilan tidak muncul secara spontan; keterampilan diperoleh melalui latihan dan pembelajaran yang berulang dan berkelanjutan selama periode waktu tertentu. (Nurlaela dkk., 2025) “Aktivitas fisik... memiliki pengaruh positif langsung terhadap hasil belajar siswa dalam pendidikan jasmani melalui peningkatan kebugaran dan motivasi. ... Aktivitas teratur dikaitkan dengan keterlibatan fisik dan akademik yang lebih baik”.

Sementara itu, Ma'mun, (2011) menjelaskan bahwa keterampilan adalah ukuran keberhasilan seseorang dalam mencapai tujuan secara efektif dan efisien. Dengan kata lain, semakin tinggi kemampuan individu untuk melakukan suatu aktivitas dengan hasil optimal, semakin tinggi tingkat keterampilannya. Situmorang (2024)

menjelaskan bahwa dalam tenis meja, pertandingan dimulai dengan servis, yang dilakukan dengan memantulkan bola melewati net. Servis tidak hanya menandai dimulainya permainan tetapi juga berfungsi sebagai pukulan awal yang dapat digunakan untuk membangun serangan dan mempersulit lawan untuk mengembalikan bola. Menurut Murniati (2020), teknik dasar dalam tenis meja, baik servis maupun pengembalian bola, pada dasarnya dibagi menjadi dua jenis pukulan utama: *forehand* dan *backhand*. Kedua teknik ini merupakan keterampilan dasar yang harus dikuasai setiap pemain untuk bermain secara efektif. Sunardianta (2018) kemudian menyatakan bahwa tenis meja adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh siapa saja, tanpa memandang usia, dari anak-anak hingga dewasa dan lansia. Permainan ini menekankan akurasi dan kecepatan dalam memukul bola dengan raket.

B. Metode Penelitian

Dalam studi kuantitatif ini, peneliti bertujuan untuk secara objektif mendeskripsikan tingkat keterampilan servis *forehand* tenis meja. Studi ini

tidak berfokus pada pengujian hipotesis, melainkan pada penyajian data deskriptif mengenai kemampuan siswa berdasarkan observasi langsung. Metode yang digunakan adalah survei, di mana data dikumpulkan melalui lembar tes observasi yang telah dirancang sebelumnya dan diisi berdasarkan observasi peneliti selama proses penelitian. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif, yang berfokus pada keterampilan servis *forehand* siswa SMA dalam tenis meja. Serupa dengan Siyoto & Sodik, (2015) menyatakan bahwa penelitian kuantitatif dilakukan melalui prosedur pengumpulan data, salah satunya menggunakan survei untuk memperoleh informasi mengenai keterampilan servis *forehand* dalam tenis meja. Menurut Sari & Antoni, (2020) studi ini menerapkan pendekatan deskriptif untuk menguji keterampilan pukulan *forehand* atlet tenis meja dengan menggunakan instrumen tes praktis dan menganalisis hasilnya melalui evaluasi keterampilan berbasis persentase. Menurut Muridhin dkk., (2025) studi ini menggunakan pendekatan deskriptif untuk

mendeskripsikan kemampuan pukulan *forehand* siswa ekstrakurikuler tenis meja melalui tes keterampilan dan analisis persentase data. Alfani dkk., (2025) “Penelitian ini mengembangkan dan memvalidasi instrumen penilaian keterampilan servis tenis meja yang dapat digunakan untuk mengukur kemampuan servis siswa SMP. Analisis hasil tes di sini juga terkait dengan pengolahan data kuantitatif untuk menentukan tingkat keterampilan servis berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan, yang memberikan gambaran keterampilan servis dalam bentuk nilai kuantitatif.”

Berdasarkan Iqbal dkk., (2025) “Penelitian ini menerapkan metode kuantitatif deskriptif untuk mengevaluasi keterampilan dasar tenis meja siswa, termasuk servis. Data dianalisis secara statistik, dan hasilnya disajikan sebagai distribusi persentase di beberapa kategori keterampilan”. Arikunto, (2010) Sampel didefinisikan sebagai bagian dari populasi yang dianggap mampu mewakili karakteristik seluruh populasi. Dalam penelitian ini, diterapkan pengambilan sampel acak bert stratified, yang melibatkan pemilihan sampel berdasarkan

kelompok atau strata tertentu sesuai dengan kriteria yang telah ditentukan, seperti yang dijelaskan oleh Sugiyono. (2016). Khikmah & Winarno, (2019) menjelaskan bahwa variabel adalah objek atau aspek yang menjadi fokus perhatian dalam suatu penelitian. Dalam konteks penelitian ini, variabel yang diteliti adalah keterampilan servis *forehand* siswa kelas 10 SMA. Panggoa dkk., (2023) "Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis kemampuan teknik dasar bermain tenis meja pada siswa UPT SDN Kumala Makassar. Instrumen penelitian adalah tes keterampilan dasar tenis meja yang meliputi servis, *forehand*, *backhand*, *smash*, dan pengembalian bola pendek. Data dianalisis secara deskriptif kuantitatif untuk menentukan distribusi frekuensi dan persentase penguasaan setiap teknik dasar, termasuk servis dan *forehand*."

Menurut Amin dkk., (2023), populasi didefinisikan sebagai seluruh subjek yang menjadi objek penelitian. Dalam penelitian ini, populasi yang digunakan adalah seluruh siswa kelas 10 SMA, dengan total 200 siswa. Effendy dkk., (2020). "Studi ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan servis *forehand* siswa

dalam tenis meja melalui penerapan metode pembelajaran spesifik, menunjukkan bahwa keterampilan servis *forehand* sebagai teknik dasar dalam tenis meja dapat ditingkatkan secara signifikan melalui siklus pembelajaran." Ekstrakurikuler dkk., t.d. (2023) "Penelitian menunjukkan hubungan yang signifikan antara fleksibilitas pergelangan tangan dan keterampilan servis *forehand* tenis meja, sehingga diperlukan definisi operasional yang jelas tentang keterampilan servis *forehand* sebagai kemampuan teknis spesifik." Safari & Saptani, (2019). "Studi ini meneliti pengaruh metode pelatihan dan koordinasi terhadap akurasi servis sidespin *forehand* dalam tenis meja, menunjukkan bahwa keterampilan servis *forehand* dapat dievaluasi dan ditingkatkan melalui desain pelatihan yang cermat." Putra1 dkk., (2023) "Studi deskriptif ini menjelaskan bagaimana keterampilan *forehand* tenis meja diukur dan dikategorikan, dengan penilaian skor keterampilan dikategorikan dari baik hingga sangat baik."

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Data survei mengenai kemampuan servis *forehand* tenis

meja siswa kelas X SMA, peneliti memperoleh hasil survei yang terbagi menjadi 3 kategori, yaitu: 3 siswa memiliki kemampuan sedang, 9 siswa memiliki kemampuan baik, dan 18 siswa memiliki kemampuan sangat baik. Kemudian data survei yang diperoleh peneliti dimasukkan ke dalam tabel distribusi frekuensi kemampuan servis *forehand* tenis meja siswa kelas X SMA sesuai dengan hasil yang diperoleh di atas.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Keterampilan Pukulan Servis *Forehand* Tenis Meja Siswa Kelas X SMA Negeri 7 Sarolangun

No	Interval	Klasifikasi	Frekuensi	%
1.	0-3	Kurang	0	0%
2.	4-6	Sedang	3	10%
3.	7-8	Baik	9	30%
4.	9-10	Sangat Baik	18	60%
JUMLAH			30	100%

Rumus:

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

1. $P = \frac{3}{30} \times 100\% = 10\%$
2. $P = \frac{9}{30} \times 100\% = 30\%$
3. $P = \frac{18}{30} \times 100\% = 60\%$

Firmando dkk., (2022). Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi tingkat kemampuan servis *forehand* dalam tenis meja di kalangan siswa kelas delapan SMPN 12 Kota Bengkulu. Penelitian ini menggunakan tes servis *forehand* dan *backhand* sebagai instrumen pengumpulan data.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan servis *forehand* siswa diklasifikasikan sebagai cukup, dengan persentase 37%. Berdasarkan tabel dan grafik, hasil survei keterampilan servis *forehand* dalam tenis meja untuk siswa kelas X SMA menunjukkan bahwa 0% berada dalam kategori buruk, 10% dalam kategori sedang, 30% dalam kategori baik, dan 60% dalam kategori sangat baik. Secara keseluruhan, keterampilan servis *forehand* siswa kelas X termasuk dalam klasifikasi sangat baik.

D. Kesimpulan

Berdasarkan data survei, uraian temuan, dan diskusi, dapat disimpulkan bahwa hasil survei mengenai kemampuan servis *forehand* tenis meja siswa kelas X SMA adalah sebagai berikut. Tidak ada siswa yang termasuk dalam kategori buruk (0%). Tiga siswa diklasifikasikan sebagai sedang, mewakili 10%. Sembilan siswa berada dalam kategori baik, mewakili 30%. Delapan belas siswa dikategorikan sebagai sangat baik, mewakili 60% dari total. Secara keseluruhan, survei menunjukkan bahwa kemampuan

servis *forehand* siswa kelas X berada pada tingkat yang sangat baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfani, M. A., Winarno, M. E., & Nurrochmah, S. (2025). Development and validation of a table tennis serve skill assessment instrument for junior high school students: A psychometric approach. *Physical Education and Sports: Studies and Research*, 4(2), 95–102. <https://doi.org/10.56003/pessr.v4i2.525>
- Amin, N. F., Garancang, S., & Abunawas, K. (2023). Konsep umum populasi dan sampel dalam penelitian. *Pilar*, 14(1), 15–31.
- Aparicio-Chueca, P., & Muñoz-Vila, N. (2025). Table Tennis for Health: A Multidimensional Perspective on Its Physical, Emotional, and Social Advantages. *Healthcare (Switzerland)*, 13(18). <https://doi.org/10.3390/healthcare13182352>
- Arikunto, S. (2010). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. (No Title).
- Azis, U., Setiawan, A., Oktriani, S., Studi, P., Jasmani, P., Kesehatan, D., Rekreasi, S., & Tinggi, I. (2025). *Sports Collaboration Journal (SCJ)*. <https://jurnal.unw.ac.id/index.php/SCJ/index>
- Darmawan, A., Oktarina Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, dan, & Tinggi Keguruan dan Ilmu Pendidikan Muhammadiyah Bangka Belitung, S. (2018). *The Influence Of Reciprocal Teaching Style To Students' Achievement Of Forehand Smash In Table Tennis On The Sixth Grade Students At Sd Negeri 3 Simpang RimbA*.
- Effendy, D., Sari, M., Fernando, R., & Muspita. (2020). Implementasi metode bagian dalam meningkatkan keterampilan servis *forehand* tenis meja. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(2), 79–87. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(2\).5145](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(2).5145)
- Ekstrakurikuler, S., Sma, D. I., & Tembilahan, N. (n.d.). =0,796 > r. 10, 44–52.
- Firmando, T., Yarmani, & Pendidikan, O. B. R. (2022). Pendidikan Jasmani/Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu, Jl. WR. Supratman, Kandang Limun, Kec. Muara Bangka Hulu, Sumatera, Bengkulu 38371, Indonesia 123. *Potensi Perkembangan Pariwisata Olahraga (Sport Tourism) Di Kecamatan Enggano, Kabupaten Bengkulu Utara, Provinsi Bengkulu Potency*, 3(2), 288–300. <https://doi.org/10.33369/gymnastics>
- Ilham, I., Oktadinata, A., & Idham, I. (2019). Analisis Keterampilan Passing Bawah Dan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Sma Negeri 2 Kota Sungai Penuh. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 8(1), 56–67.
- Iqbal*, M., Negara, S. K., 2Miskalena,

- I. 4Sukardi P., Universitas Syiah Kuala, I., Fajrial, 3Jul, Universitas Syiah Kuala, I., 6Mansur, 5Amanda Syukriadi, Universitas Syiah Kuala, I., Univesritas Syiah Kuala, I., 7Chintia, Univesritas Syiah Kuala, I., & Univesritas Syiah Kuala, I. (2025). *Analysis of Fundamental Table Tennis Skills Among Physical Education Students : A Descriptive Study of the 2020 Cohort at Universitas Syiah Kuala*. 1(2), 17–21.
- Khikmah, A., & Winarno, M. E. (2019). SURVEI SARANA DAN PRASARANA PENDIDIKAN JASMANI DI MADRASAH TSANAWIYAH (MTs) SE-KECAMATAN KLOJEN KOTA MALANG PADA SEMESTER GANJIL TAHUN 2017. In *Indonesia Journal of Sports and Physical Education* | (Vol. 1, Issue 1).
<http://journal2.um.ac.id/index.php/jospe/index><http://fik.um.ac.id/>
- Ma'mun, A. (2011). Yudha.(2000). *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*.
- Muridhin, M., Mushofi, Y., Afandi, A., Junaidi, A., Yahya, A., & Ernata, Y. (2025). Analysis of Table Tennis *Forehand* Drive Ability in Table Tennis Extracurricular Students. *Jurnal Moderasi Olahraga*, 5(1), 105–114.
<https://doi.org/10.53863/mor.v5i1.1593>
- Murniati, S. (2020). *PENGARUH LATIHAN MULTI BALL TERHADAP AKURASI SERVIS FOREHAND DAN BACKHAND PADA SISWA EKSTRAKULIKULER TENIS MEJA SMP NEGERI 4 TUNGKAL ULU*.
- Nurlaela, Komariah, L., & Rahmat, A. (2025). *No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title*.
- Ortega-Zayas, M. A., Cardona-Linares, A. J., Lecina, M., Ochiana, N., García-Giménez, A., & Pradas, F. (2025). Table Tennis as a Tool for Physical Education and Health Promotion in Primary Schools: A Systematic Review. *Sports*, 13(8), 1–16.
<https://doi.org/10.3390/sports13080251>
- Panggoa, J. T., Fiqhiya, A. M., & Ishak, M. (2023). *Global Journal Sport Science*. 1(April), 256–260.
- Putra1, A. D., Murniati2, S., & Yusradinafi3. (2023). Jurnal cerdas sifa pendidikan. *Keterampilan Teknik Dasar Passing Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola Pada Sekolah Menengah Pertama*, 12, 13–21.
- Rizky Agung Ramadhan, M., Rusli, & Atssam Mappanyukki, A. (2023). Survei Tingkat Kemampuan Vo2Max Pada Atlet Sepakbola Di Lss (Luwu Soccer School). *Jurnal Ilara*, 14(3), 77–83.
- Safari, I., & Saptani, E. (2019). Metode latihan dan koordinasi mata tangan meningkatkan akurasi *forehand* sidespin service tenis meja. *Jurnal Keolahragaan*, 7(2), 174–181.
<https://doi.org/10.21831/jk.v7i2.26788>

- Sari, D. N., & Antoni, D. (2020). Analisis kemampuan *forehand drive* atlet tenis meja. *Edu Sportivo: Indonesian Journal of Physical Education*, 1(1), 60–65. [https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1\(1\).5253](https://doi.org/10.25299/es:ijope.2020.vol1(1).5253)
- Situmorang, A. (2024). *Analisis Keterampilan Servis Isi Forehand Tenis Meja pada atlet Putra Ptmsi Kota Jambi*.
- Siyoto, S., & Sodik, A. (2015). *Dasar Metodologi Pendidikan*. Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
- Sunardianta, R. (2018). Lebih Dekat Mengenal Tenis Meja. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 53(9).
- Zhang, J., Xiao, W., Soh, K. G., Yao, G., Anuar, M. A. B. M., Bai, X., & Bao, L. (2024). The effect of the Sport Education Model in physical education on student learning attitude: a systematic review. *BMC Public Health*, 24(1), 1–15. <https://doi.org/10.1186/s12889-024-18243-0>