

ANALISIS KETERAMPILAN BERMAIN TENIS MEJA PADA SISWA SMA NEGERI 1 JAYA KECAMATAN JAYA KABUPATEN ACEH JAYA TAHUN PELAJARAN 2024/2025

¹⁾ Muhammad Iqbal Muarif; ²⁾ Yudi Ikhwani; ^{3*)} Edi Azwar

^{1,2,3)} Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan rekreasi, FKIP, Universitas Serambi Mekkah,
Aceh, Indonesia

Article Info

***Email Corresponding Author:**
edi.azwar@serambimekkah.ac.id

Keyword:

Keterampilan, Tenis Meja,
Siswa, SMA.

ABSTRACT

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui tingkat Analisis Keterampilan Bermain Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan satu variabel tanpa membuat perbandingan dan menghubungkan dengan variabel lainnya. Subjek dalam penelitian ini adalah Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 125 orang. Menurut Sugiono (12:2005) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Maka sampel dalam penelitian ini adalah Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 25 orang. Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori Sangat Baik 1 siswa (4%), kategori Baik 7 siswa (28%), kategori Sedang, 9 siswa (36%) kategori Kurang, 7 siswa (28%) kategori Sangat Kurang 1 siswa (4 %). Tingkat Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 berada pada Kategori Sedang.

PENDAHULUAN

Zaman kehidupan modern ini, manusia tidak dapat dipisahkan dari olahraga. Tenis merupakan salah satu jenis olahraga yang sangat populer dan banyak digemari di semua lapisan masyarakat. Permainan tenis meja merupakan salah satu jenis olahraga yang semua peralatannya harus memenuhi syarat-syarat yang telah ditentukan. Demikian pula mengenai perlengkapan yang dipakai oleh seorang pemain tenis meja harus dapat mengetahui bagaimana sarana dan prasarana yang memenuhi syarat untuk

digunakan dalam permainan tenis meja. Dalam permainan tenis meja banyak terdapat prinsip-prinsip dasar permainan.

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak penggemarnya, tidak terbatas pada tingkat usia remaja saja, tapi juga anak-anak dan orang tua, pria dan wanita cukup besar peminatnya. Tenis meja juga merupakan olahraga yang telah menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam *olympiade*. Dalam permainan tenis meja harus mempersiapkan diri lebih baik lagi. Persiapan-persiapan yang harus dilakukan menjelang pertandingan diantaranya dengan persiapan latihan teknik, taktik, mental dan juga latihan kondisi fisik.

Keterampilan yang baik merupakan salah satu faktor untuk memenangkan sebuah pertandingan. Dalam perkembangannya yang sangat pesat, parapenggemar olahraga tenis meja dituntut untuk mempelajari dan menganalisa kepesatannya lebih mendalam hingga ke detail-detailnya. Dengan demikian kita akan mengetahui cara-cara terbaru yang akan membawa para pemain meningkatkan mutu Keterampilan menuju kearah keberhasilan. Kita tentu sependapat bahwa tingkat kesempurnaan hanya akan terwujud melalui sistem latihan yang penuh disiplin disertai keteguhan hati dalam meraih kesuksesan.

Tenis meja juga merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah dikenal dan banyak digemari orang, dari usia anak-anak sampai orang dewasa bahkan orang tua. Hal ini membuktikan bahwa tenis meja telah bermasyarakat, bahkan kejuaraan tenis meja yang bersifat umum dan terbuka sering diadakan pada suatu acara tertentu. Perkembangan permainan tenis meja di tanah air atau di Indonesia cukup menggembirakan akhir-akhir ini. Ditinjau dari segi kuantitas hampir seluruh lapisan masyarakat telah mengenal tenis meja dan mampu untuk memainkannya. Dari kejuaraan yang bersifat umum, hampir seluruh daerah selalu mengikutinya. Ini membuktikan bahwa tenis meja Indonesia sudah mampu menempati posisi ditingkatan yang menggembirakan, baik di Asia Tenggara maupun di Asia, bahkan di tingkat dunia. Ini membuktikan Indonesia mempunyai potensi untuk menciptakan atlet tenis meja yang handal. Indonesia baru mengenal tenis meja sejak tahun 1930, dan baru terorganisasi tahun 1958, yaitu berdirinya PTMSI. Sedangkan cara memainkannya dengan menggunakan raket yang dilapisi karet untuk memukul bola celluloid melewati jaring (Muhajir, 2006:26). Hal senada dikatakan oleh Tomolius (2012: 14) bahwa ide

dasar permainan tenis meja adalah menyajikan bola pertama dengan terlebih dahulu memantulkan bola tersebut ke meja penyaji, dan bola harus melewati atas net dan masuk ke sasaran meja lawan dan juga mengembalikan bola setelah memantul di meja dengan menggunakan bet untuk memukul bola, hasil pukulan bolanya lewat di atas net dan masuk ke sasaran meja lawan.

Menurut Tomoliyus (2012:15) menyebutkan bahwa keterampilan gerak mengembalikan bola dapat dilakukan dengan carastroke (pukulan) *forehand* dan *backhand* yang bersifat serangan (*offensive*, menghasilkan bola *topspin*) dan pukulan bersifat bertahan (*defensive*, menghasilkan bola *backspin*). Menurut Hodges, (1993: 64) keterampilan pukulan *forehand* dan *backhand* meliputi teknik pukulan *drive*, *push*, *block*, *chop* dan *service*. Pukulan *forehand* dan *backhand* yang penting dalam permainan tenis meja ada lima macam, yaitu (1) pukulan *drive*, (2) pukulan *push*, (3) pukulan *block*, (4) pukulan *chop*, dan (4) pukulan *service*. Begitu juga Hodges, (1993:64) membagi pukulan *forehand* dan *backhand* meliputi teknik pukulan *drive*, *push*, *block*, *chop* dan *service*.

Berdasarkan pendapat tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa teknik pukulan tenis meja terdiri dari pukulan *forehand* dan *backhand* meliputi *drive*, *push*, *chop*, *blok* dan servis. *Drive* adalah teknik pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap seperti bet tertutup. *Push* adalah teknik memukul bola dengan gerakan mendorong, dengan sikap bet terbuka. *Block* adalah teknik memukul bola dengan gerakan menghentikan bola atau tindakan membendung bola dengan sikap bet tertutup. *Chop* adalah teknik memukul bola dengan gerakan seperti menebang pohon dengan kapak atau disebut juga dengan gerakan membacok. *Service* adalah teknik memukul untuk menyajikan bola pertama di dalam permainan, dengan cara memantulkan terlebih dahulu bola tersebut ke meja server, kemudian harus melewati atas net dan akhirnya memantul ke meja lawan.

Keterampilan permainan tenis Meja yaitu *forehand*, *backhand*, *service*, *smash*. Teknik dasar permainan tenis meja cukup sulit, untuk meningkatkan keterampilan teknik bermain perlu mencari cara agar tercapai prestasi yang maksimal, mahasiswa harus dipersiapkan latihan yang teratur, terarah, permainan tenis meja masih banyak Atlet yang belum mahir melakukan gerakan keterampilan dalam tenis meja, karena pada umumnya permainan tenis meja, cenderung untuk mematikan lawan dengan pukulan. Di

saat bermain, biasanya pemain posisi berdirinya lebih banyak di sebelah kiri meja, karena untuk memudahkan pengambilan bola dari lawan, untuk mendapatkan angka.

Istilah terampil biasanya digunakan untuk menggambarkan tingkat kemampuan seseorang yang bervariasi. Keterampilan (*skill*) merupakan kemampuan untuk mengoperasikan pekerjaan secara mudah dan cermat. Sedangkan menurut Amirullah (2003: 17) istilah terampil juga diartikan sebagai suatu perbuatan atau tugas, dan sebagai indikator dari suatu tingkat kemahiran. Menurut Singer dikutip oleh Amung (2000:61), keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif. Menurut Hottinger (Hari Amirullah, 2003:18), keterampilan gerak berdasarkan faktor-faktor genetik dan lingkungan dapat dibagi dua yaitu: (a) keterampilan *phylogenetic*, adalah keterampilan yang dibawa sejak lahir, yang dapat berkembang seiring dengan bertambahnya usia anak tersebut. (b) keterampilan *ontogenetic*, merupakan keterampilan yang dihasilkan dari latihan dan pengalaman sebagai hasil dari pengaruh lingkungan. Dengan demikian dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa untuk mencapai suatu tingkat keterampilan yang baik, perlu memperhatikan hal sebagai berikut: Pertama, faktor individu/pribadi yaitu kemauan serta keseriusan dari individu itu sendiri berupa motivasi yang besar untuk menguasai keterampilan yang diajarkan. Kedua, faktor proses belajar mengajar menunjuk kepada bagaimana kondisi belajar dapat disesuaikan dengan potensi individu, dan lingkungan sangat berperan dalam penguasaan keterampilan. Ketiga, faktor situasional menunjuk pada metode dan teknik dari latihan atau praktek yang dilakukan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan satu variabel tanpa membuat perbandingan dan menghubungkan dengan variabel lainnya. Penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan (Suharsimi Arikunto, 2006: 234).

Menurut Sugiyono (2012: 119), “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: objek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari kemudian diambil kesimpulan”. Suharsimi Arikunto (2006: 43) “populasi adalah keseluruhan subjek penelitian”. Subjek dalam

penelitian ini adalah Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 125 orang. Menurut Sugiyono (12:2013) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Maka sampel dalam penelitian ini adalah Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 yang berjumlah 25 orang.

Analisis atau pengelolaan data merupakan satu langkah penting dalam penelitian. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan statistik deskriptif kuantitatif dengan persentase. Menurut Sudijono (2009: 34) rumus yang digunakan untuk mencari persentase yaitu:

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

Keterangan:

P : Angka Persentase

F : Frekuensi yang sedang dicari persentasenya

N : Jumlah Responden (anak)

Pengkategorian menggunakan *Mean* dan *Standar Deviasi*. Menurut Azwar dalam Rizal (2023:6959) untuk menentukan kriteria skor dengan menggunakan Penilaian Acuan Norma (PAN) pada tabel berikut:

Tabel 1. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	$M + 1,5 SD > X$	Sangat Baik
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Baik
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

(Sumber: Rizal, 2023)

Keterangan:

M : Nilai rata-rata (*Mean*)

X : Skor

SD : *Standar Deviasi*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian untuk Menganalisis Keterampilan Bermain Tennis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, yang diukur menggunakan tes Keterampilan Bermain Tennis Meja. Hasil analisis dipaparkan sebagai berikut:

1. Tes memantulkan Bola Dengan Bat

Keterampilan bermain tenis meja yaitu mengukur keterampilan memantulkan bola dengan bad. Dengan perolehan skor maksimal 65 dan skor minimal 40, rata-rata (mean) sebesar 55 dan standar deviasi sebesar 6,87.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Keterampilan memantulkan bola Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025

Intereval	Kategori	Frekuensi	Persentase
≥65	Sangat Tinggi	1	4%
58 – 65	Tinggi	11	44%
52-58	Sedang	4	16%
45-52	Rendah	4	16%
≤ 52	Sangat Rendah	5	20%
Jumlah			100%

Sumber : Pengolahan data menggunakan Aplikasi Excel

Tabel di atas menunjukkan Keterampilan memantulkan bola Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori sangat tinggi 1 c (4%), kategori tinggi 11 siswa (44%), kategori sedang, 4 siswa (16%) kategori rendah, 4 siswa (16%) kategori sangat rendah 5 siswa (20%). Kategori Tingkat Keterampilan memantulkan bola dengan bat Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 adalah Sangat Tinggi. Berikut adalah bentuk gambar diagram batangnya.

2. Tes pukulan Forehand

Keterampilan *Forehand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025. Dengan perolehan skor maksimal 63 dan skor minimal 28, rata-rata (mean) sebesar 45,56 dan standar deviasi sebesar 8,88.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Forehand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025

Intereval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	59 ke atas	2	8%
2	50-59	8	32%
3	41-50	6	24%
4	32-41	8	32%
5	32 ke Bawah	1	4%
Jumlah			

Sumber : Pengolahan data menggunakan Aplikasi Excel

Tabel di atas menunjukkan Keterampilan *Forehand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori sangat Baik 2 siswa (8%), kategori Baik 8 siswa (32%), kategori sedang, 6 siswa (24%)

kategori Kurang 8 siswa (32 %), Kategori Sangat Kurang 1 siswa (4%). Tingkat Keterampilan *Forehand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 berada pada kategori Baik.

3. *Pukulan Backhand*

Keterampilan *Backhand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025. Dengan perolehan skor maksimal 61 dan skor minimal 26, rata-rata (mean) sebesar 38,16 dan standar deviasi sebesar 9,19.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Backhand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025

Lari 30 meter putra	Kreteria	Frekuensi	Persentase
≤2.4.0	Baik Sekali	2	8%
4.0 – 4.2	Baik	4	16%
4.3– 4.4	Sedang	7	28%
4.5-4.6	Kurang	12	48%
>4.6	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		25	100%

Sumber : Pengolahan data menggunakan Aplikasi Excel

Tabel di atas menunjukkan Keterampilan *Backhand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori sangat Baik 2 siswa (8%), kategori Baik 4 siswa (16%), kategori kategori sedang, 7 siswa (28%) kategori Kurang 12 siswa (48%). Tingkat Keterampilan *Backhand* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 berada pada Kategori Kurang.

4. *Tes Service*

Komponen Keterampilan *Service* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025. Dengan perolehan skor maksimal 40 dan skor minimal 22, rata-rata (mean) sebesar 30,16 dan standar deviasi sebesar 4,25.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Keterampilan *Service* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025

No	Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	> 2, 65	Sangat baik	1	4%
2	2,41-2,64	Baik	7	28%
3	2,12-2,40	Sedang	11	44%
4	1,96-2,11	Kurang	4	16%
5	< 1,95	Sangat kurang	2	8%
Jumlah			25	100%

Sumber : Pengolahan data menggunakan Aplikasi Excel

Tabel di atas menunjukkan Keterampilan *Service* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori Sangat Baik 1 siswa (4%), kategori Baik 7 siswa (11%), kategori Sedang, 11 siswa (44%) kategori Kurang, 4 siswa (16%) kategori Sangat Kurang 2 siswa (8%). Tingkat Keterampilan *Service* Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 berada pada Kategori Sedang.

Berdasarkan Hasil penelitian Analisis Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, dapat dijelaskan sebagai berikut:

Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori Sangat Baik 1 siswa (4%), kategori Baik 7 siswa (28%), kategori Sedang, 9 siswa (36%) kategori Kurang, 7 siswa (28%) kategori Sangat Kurang 1 siswa (4 %). Tingkat Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 berada pada Kategori Sedang.

Permainan tenis meja atau yang lebih dikenal dengan istilah “pingpong” merupakan suatu cabang olahraga yang unik dan kreatif. Pengertian tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan yang dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari celluloid dan permainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet (Depdiknas, 2023: 3). Begitu juga dikatakan oleh Larry Hodges (2021: 25) Permainan tenis meja adalah suatu permainan dengan menggunakan fasilitas meja dan perlengkapannya serta raket dan bola sebagai alatnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan Hasil penelitian Analisis Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, maka dapat disimpulkan Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025, Berkategori Sangat Baik 1 siswa (4%), kategori Baik 7 siswa (28%), kategori Sedang, 9 siswa (36%) kategori Kurang, 7 siswa (28%) kategori Sangat Kurang 1 siswa (4%). Tingkat

Keterampilan Tenis Meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Jaya Kecamatan Jaya Kabupaten Aceh Jaya Tahun Pelajaran 2024/2025 berada pada Kategori Sedang.

REFERENSI

- Amirullah. 2003. *Alat Evaluasi Keterampilan: Jurnal Nasional Pendidikan Jasmani dan Ilmu Keolahragaan*. Jakarta: Depdiknas.
- Amung Ma'mun, Yudha. M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT. Rineka Cipta
- Depdiknas .2003. Undang-undang RI No.20 tahun 2003.tentang sistem pendidikan nasional.
- Larry Hodges. 2007. *Tenis Meja*.Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Muhajir. (2006). *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Surakarta: Erlangga.
- Rizal, S., Azzarkasyi, M., Firmansyah, J., & Ibrahim. (2023). Perceptions of Science Teachers in Developing Student Learning Outcomes Instruments Online. *Jurnal Penelitian Pendidikan IPA*, 9(9), 6957–6961. <https://doi.org/10.29303/jppipa.v9i9.4161>
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Tomoliyus. (2012). *Panduan kepelatihan tenis meja bagi sekolah dasar*. Yogyakarta: FIK UNY.