



TINGKAT KEMAMPUAN PUKULAN SERVIS TENIS LAPANGAN DI ACEH TENIS CLUB

Muhammad Rizal*¹, Zikrur Rahmat², dan Zulheri Is³

^{1,2,3}Universitas Bina Bangsa Getsempena

Abstrak

Olahraga tenis lapangan merupakan jenis olahraga atau permainan yang dimainkan dengan menggunakan raket untuk memukul bola ke daerah lawan dan dapat dimainkan dengan 2 orang atau permainan tunggal dan 4 orang atau permainan ganda. Ada beberapa teknik pukulan pada permainan bola tenis lapangan yaitu: (a) groundstroke yang terdiri dari groundstroke forehand dan groundstroke backhand, (b) volly juga terdiri dari forehand dan backhand, (c) smash, (d) lob dan (e) servis. Namun ada beberapa teknik pada permainan tenis lapangan yang telah dikembangkan atau dikombinasikan dari beberapa teknik dasar tersebut. Pada penelitian kali ini yang akan dibahas adalah teknik servis yang terdiri dari 3 teknik yaitu slice, flat, dan twist. Metode penelitian ini menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan test dan pengukuran dengan instrumen test dari Hewitt. Hasil dari penelitian ini berdasarkan hasil analisis dekriptif frekuensi data pukulan servis slice menunjukkan nilai Rata-rata sebesar 28 kategaori Kurang, pukulan servis flat menunjukkan nilai Rata-rata sebesar 31 kategori sedang, dan pukulan servis twist menunjukkan nilai Rata-rata sebesar 31 kategori sedang. Dan kemampuaservis rata-rata 30 dengan katagori Sedang.

Kata Kunci: Pukulan Servis, Tenis Lapangan, Aceh Tenis Club

Abstract

Tennis court is a type of sport or game that is played using a racket to hit the ball into the opponent's area and can be played with 2 people or single games and 4 people or doubles games. There are several hitting techniques in tennis ball games, namely: (a) groundstroke which consists of forehand groundstroke and backhand groundstroke, (b) volleyball also consists of forehand and backhand, (c) smash, (d) lob and (e) serve. However, there are several techniques in court tennis that have been developed or combined from some of these basic techniques. In this study, what will be discussed is the service technique which consists of 3 techniques, namely slice, flat, and twist. This research method uses survey methods and data collection techniques in this study using tests and measurements with test instruments from Hewitt. The results of this study based on the results of descriptive analysis of the frequency of slice service data showing an average value of 28 under categories, flat service strokes showing an average value of 31 medium categories, and twist service strokes showing an average value of 31 medium categories. And the average serviceability is 30 in the Medium category. and the serve twist shows an average value of 31 in the medium

*correspondence Address

E-mail: intankemalasari00@gmail.com

category. And the average serviceability is 30 in the Medium category. and the serve twist shows an average value of 31 in the medium category. And the average serviceability is 30 in the Medium category.

Keywords: *Serving Strike, Tennis Court, Aceh Tennis Club*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu kegiatan aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang memberikan efek kegembiraan bagi yang melakukannya. Dengan berolahraga secara rutin dan sesuai kemampuan tubuh, seseorang dapat merasakan manfaat berolahraga diantaranya memperlancar peredaran darah sehingga menjadikan tubuh menjadi bugar karena metabolisme dalam tubuh dapat berjalan dengan lancar, meningkatkan kinerja otak sehingga dalam melakukan kegiatan sehari-hari kita bisa lebih produktif. Menurut Kosasih dalam (Budi D.R, 2021) menyatakan bahwa "Olahraga adalah kegiatan untuk memperkembangkan kekuatan fisik dan jasmani supaya badannya cukup kuat dan tenaganya cukup terlatih, menjadi tangkas untuk melakukan perjuangan hidupnya ". Tidak ada batasan umur bagi mereka yang mau melakukan olahraga selagi tubuh mereka mampu melakukannya secara berulang-ulang guna mendapatkan hasil yang baik. Kegiatan olahraga bermacam-macam bentuknya yang dapat dilakukan secara individu maupun beregu/ tim, menjadikan olahraga sebagai salah satu kebutuhan dan sarana yang dapat menghubungkan masyarakat Indonesia dengan negara-negara lain yang ada di penjuru dunia. Olahraga adalah perjuangan melawan diri sendiri dan melawan orang lain (Dr. Yasriuddin & Dr. Wahyudin, 2017). Melawan orang lain yang dimaksudkan adalah berhubungan dengan orang lain yang belum pernah kita temui sebelumnya, sehingga dalam berhubungan dengan orang lain dapat menjadikan pengalaman berharga untuk bisa mendapatkan ilmu baru yang nantinya dapat berguna untuk mengembangkan diri.

Berdasarkan (UU RI, 2005), olahraga dibagi menjadi tiga kelompok, yaitu olahraga pendidikan, olahraga prestasi dan olahraga rekreasi. Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan, yang dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun informal melalui kegiatan intrakurikuler dan/ atau ekstrakurikuler. Olahraga pendidikan dimulai pada usia dini, yang dibimbing oleh practitioner/ dosen olahraga dan dapat dibantu oleh tenaga keolahragaan yang disiapkan. Olahraga rekreasi dilakukan sebagai bagian proses pemulihan kembali kesehatan dan kebugaran. Olahraga rekreasi dapat dilaksanakan oleh setiap orang, satuan

pendidikan, lembaga, perkumpulan, atau organisasi olahraga. Olahraga rekreasi bertujuan(a) memperoleh kesehatan, kebugaran jasmani, dan kegembiraan,(b) membangun hubungan sosial; dan/ atau,(c) melestarikan dan meningkatkan kekayaan budaya daerah dan nasional. Olahraga prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa(Dr. Yasriuddin &Dr. Wahyudin, 2017). Olahraga prestasi dilakukan oleh setiap orang yang memiliki bakat, kemampuan, dan potensi untuk mencapai prestasi, dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Berdasarkan ruang kegiatannya, Olahraga dapat dibagi menjadi beberapa jenis, antara lain, Olahraga in - door yaitu dimana cabang olahraga yang dimainkan dapat dilakukan di dalam ruangan saja dan tidak memerlukan tempat yang terbuka. Contohnya bilyard, tenis meja, bowling, squash, senam, fitness, dan sebagainya. Olahraga out - door yaitu dimana cabang olahraga yang dimainkan hanya dapat dilakukan diluar ruangan dan membutuhkan tempat yang terbuka. Contohnya golf, lari, lompat jauh, voli pantai, sepak bola, pacuan kuda, kasti/ softball, dan sebagainya. dan Olahraga semi in - door dan out - door yaitu dimana cabang - cabang olahraga yang dimainkan dapat dilakukan didalam ataupun diluar ruangan. Contohnya tenis lapangan, bola handbasket, renang, badminton, voli, dan sebagainya.

Menurut Abdoellah dalam (Dayani et al., 2020) tenis merupakan salah satu macam olahraga yang mempergunakan bola kecil dan setiap pemainnya memakai raket sebagai alat pemukul bola. Prinsip dasar dalam bermain tenis adalah memukul bola melewati atas net dan masuk ke dalam lapangan permainan lawan(Zulvid & Arwandi, 2019). Pada saat memukul bola harus diusahakan agar menyulitkan lawan dalam pengembaliannya. Untuk mempersulit lawan dalam memukul bola, ada beberapa teknik dasar yaitu(a) groundstrokes terdiri dari forehand dan backhand,(b) volley juga terdiri dari forehand dan backhand,(c) servis,(d) lob dan smash. Namun demikian dalam permainan tenis masih ada beberapa teknik lain yang merupakan pengembangan atau kombinasi dari teknik- teknik dasar tersebut.

Macam gerak dalam permainan tenis adalah gerak siklus dan non siklus. Gerak siklus adalah gerak yang dilakukan pada saat berlari mengejar bola, sedang gerak non siklus adalah gerak pada saat memukul bola. Berdasarkan teknik- teknik dasar tersebut, masing- masing memiliki gerak dasar yang berbeda- beda. Gerak dasar dari groundstrokes adalah gerakan mengayun(swing) volley gerakan memblok(block/ punch)

servis dan smash adalah gerakan melempar(*trhoving*) dan lob adalah mengangkat(Setyawan & Irwansyah, 2019). Untuk mengetahui macam gerak dalam permainan tenis ditentukan oleh volume, intesitas dan gaya permainannya. Volume adalah kerja yang dilakukan pemain selama aktivitas gerak yang berkaitan dengan lama permainan, kecepatan bola, kejegan dalam memukul bola, dan penguasaan lapangan yang relatif luas (Amni et al., 2019).

Menurut Crespo dalam (Gatot Margisal Utomo & Daru Cahyono, 2020) Pada saat belajar teknik servis, ada beberapa hal yang harus diperhatikan antara lain gerakan yang sederhana, gerakan lanjutan, menjaga keseimbangan dan menggunakan pegangan grip yang sesuai. Pada tahap awal pembelajaran, grip yang benar, posisi kaki dan pada saat mengayunkan raket harus sinkron supaya dapat menghasilkan pukulan yang baik. Teknik servis perlu dipelajari dan dilatih secara intens karena teknik ini merupakan pembuka suatu permainan tenis lapangan.

Pada saat dilakukannya observasi di Aceh Tennis Club terdapat sebagian atlet inferior yang terlihat kurang baik dalam hal melakukan teknik servis. Dilihat dari tingkat konsistensi bola masuk, arah bola, kecepatan maupun variasi dalam melakukan teknik servis. Menurut pelatih yang menangani di klub tersebut menceritakan bahwa jarang dilakukan proses berlatih khusus pada teknik servis dikarenakan oleh banyak faktor seperti jam latihan yang kurang, fasilitas lapangan yang minim dan lain lain. Maka dari itu perlu dilakukan penelitian dengan judul " Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Tenis Lapangan Di Aceh Tennis Club ". Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan servis tenis lapangan di Aceh Tennis Club.

Setiap individu mempunyai kapasitas masing- masing untuk melakukan beragam aktivitas pekerjaan yang dilakukan sehari- hari. Sebuah penilaian atas apa yang dapat dilakukan seseorang yang terletak pada kemauan, kesanggupan, kecakapan dalam diri individu untuk mengerjakan sesuatu.

Kemampuan(*capacities*) seseorang akan turut serta menentukan perilaku dan hasilnya. Yang dimaksud kemampuan atau *capacities* ialah bakat yang melekat pada seseorang untuk melakukan suatu kegiatan secara fisik atau internal yang ia peroleh sejak lahir, belajar, dan dari pengalaman (FIK-UNP et al., 2018).

Menurut Soelaiman dalam(Jatra et al., 2020) kemampuan adalah sifat yang dibawa lahir atau dipelajari yang memungkinkan seseorang yang dapat menyelesaikan pekerjaannya, baik secara internal ataupun fisik. Setiap atlet olahraga, meskipun

dimotivasi dengan baik, tetapi tidak semua memiliki kemampuan untuk dapat bermain dengan baik. Kemampuan dan keterampilan memainkan peranan utama dalam perilaku dan kinerja individu. Keterampilan adalah kecakapan yang berhubungan dengan tugas yang di miliki dan dipergunakan oleh seseorang pada waktu yang tepat.

Tenis lapangan merupakan permainan yang sangat populer, hingga ke mancanegara. Permainan ini cukup sulit dilakukan karena memiliki karakteristik yang berbeda dengan permainan yang menggunakan raket lainnya. Bermain tenis tidaklah seperti belajar naik sepeda, karena jika telah melakukannya sekali tidak berarti sudah dapat melakukannya lagi di waktu dan situasi yang berbeda. Butuh latihan yang kontinyu sehingga feeling bola dan raket yang dikombinasikan dengan ayunan, pukulandan sebagainya dapat dicapai(Dharmadi, Kanca, 20175). Tennis merupakan suatu permainan yang memerlukan kecepatan kaki, ketepatan yang terkendali, stamina, antisipasi, ketepatan hati(determination) dan kecerdikan(Gatot Margisal Utomo & Daru Cahyono, 2020). Sedangkan menurut Roetert, Kovacs, Knudson, et al dalam (Zulvid & Arwandi, 2019) permainan tennis telah berubah secara dramatis dalam 30 tahun terakhir ini, fakta yang jelas dalam lapangan adalah perubahan teknik dan strategi. Pemain ultramodern sering memukul dengan kecepatan tinggi yang agresif untuk mengalahkan lawan- lawan mereka.

Menurut Sukadiyanto dalam (Amni et al., 2019) Prinsip dasar dalam bermain tennis adalah memukul bola melewati atas net dan masuk ke dalam lapangan permainan lawan. Pada saat memukul bola harus diusahakan agar menyulitkan lawan dalam pengembaliannya. Arena bermain lapangan tennis menurut (Dewi Angraini, 2020) bentuknya persegi- panjang dengan ukuran,77 cadence dengan lebar lapangan,23 cadence untuk permainan tunggal. Untuk permainan ganda panjangnya sama, hanya lebarnya lain, yakni,97 cadence. Panjangnya dibagi menjadi dua di tengah- tengah oleh jaring(net). Net ini digantung pada kabel baja dan dibentangkan antara dua tiang besi yang tingginya,067 cadence dan berdiri sejauh,4 cm di luar garis samping kanan/ kiri lapangan main untuk permainan ganda. Tinggi net di tengah- tengah,4 cm. Garis belakang dari masing- masing bagian lapangan disebut birth dan dua pasang garis samping ialah sidelines lapangan tennis; yang sebelah dalam untuk permainan tunggal dan sebelah luar untuk permainan ganda. Daerah lapangan antara sidelines untuk permainan tunggal dan sidelines untuk permainan ganda disebut " alley ". Dua garis sejajar dengan net yang masing- masing jauhnya,47 cadence dari net disebut garis servis; tiap garis servis dibagi tengah- tengah oleh garis yang melintang di bawah net, sehingga bagian lapangan tennis

antara net dan garis servis yang disebut square, masing- masing dibagi menjadi dua kotak servis, kanan dan kiri(Dr. Yasriuddin & Dr. Wahyudin, 2017). Bagian lapangan tenis antara garis servis dan garis belakang disebut backcourt. Garis pendek yang panjangnya,2 cm dan membagi tengah - tengah garis belakang namanya centre mark. Garis- garis yang membagi- bagi lapangan tenis, lebarnya,1 cm; hanya birth boleh lebih lebar, sampai,2 cm. Di belakang birth harus ada daerah kosong sekurang- kurangnya,4 cadence panjang dan daerah kosong di samping kanan- kiri lapangan main harus sekurang- kurangnya,66 cadence lebar.

Pengarahan teknik dasar yang benar sejak dini diperlukan agar teknik dapat dikuasai dengan baik. Pada saat melakukan teknik servis, kesalahan- kesalahan yang sering terjadi adalah pada posisi lutut dan ayunan lengan, hal tersebut dikarenakan oleh kekuatan otot- otot belum maksimal khususnya otot- otot bagian tungkai, perut dan lengan. Pelatih memiliki peran penting dalam memberikan contoh teknik yang benar kepada anak latih. Agar mendapatkan hasil belajar yang efektif dan efisien, maka perlu disertai dengan bimbingan dan evaluasi terhadap kesalahan yang dilakukan serta diberitahukan cara- cara melakukan gerakan yang benar.

Servis dalam permainan tenis lapangan ada beberapa macam servis yang bisa digunakan sesuai pendapat(Kurdi & Qomarrullah, 2020) “ ada tiga macam jenis servis yaitu slice, twist, dan flat ”.

Untuk dapat melakukan servis yang baik, ditentukan juga oleh teknik pegangan atau grip yang tepat. Terdapat beberapa macam teknik dalam teknik pegangan atau grip. MenurutB. Yudhoprasetyo dalam(Setyawan & Irwansyah, 2019) ada tiga cara grip(pegangan) untuk melakukan pukulan yakni memegang di Amerika bagian timur(eastern grip), cara memegang di Eropa(international grip), dan cara memegang di Amerika sebelah barat(western grip). Penjelasan tentang teknik- teknik pegangan atau grip sebagai berikut.

Menurut(Gatot Margisal Utomo & Daru Cahyono, 2020) servis merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan tenis lapangan, dan merupakan tanda bahwa permainan dimulai. Sedangkan menurut Crespo dalam(Gatot Margisal Utomo & Daru Cahyono, 2020) unsur- unsur penting dalam tahap awal membangun servis yang baik adalah(a) gerak sederhana,(b) gerak kontinyu,(c) keseimbangan dan penempatan bola yang baik,(d) pegangan(grip) yang benar(dimulai dengan eastern forehand grip menuju international grip). Jelas bahwa ritme pada servis merupakan kriteria penting untuk memastikan gerak servis yang lancar. Pada tahap- tahap awal membangun servis, grip

dan posisi badan yang benar harus dilatihkan, bersama dengan pola ayunan ritmis “ dua-duanya ke bawah, dua-duanya ke atas “. Maksudnya bahwa kedua lengan(lengan pemegang raket dan bola) bergerak secara sinkron. Seiring perkembangan pemain, unsur-unsur lain biasanya diperkenalkan pada servis(a) grip(b) Penggunaan pergelangan tangan untuk mengontrol penempatan,(c) Putaran.(Crespo, 199876). Berikut adalah tahapan dalam melakukan servis menurut Alim dalam(Agustiyanto, 2016)

Dalam hampir semua kegiatan manusia sehari-hari, baik dalam kegiatan fisik maupun non fisik kondisi fisik seseorang sangat berpengaruh. Dalam konteks yang lebih khusus yaitu dalam kegiatan olahraga, maka kondisi seseorang sangat mempengaruhi bahkan menentukan gerak penampilannya. Kondisi fisik ditinjau dari segi faalnya adalah kemampuan seseorang dapat diketahui sampai sejauh mana kemampuannya sebagai pendukung aktivitas menjalankan olahraga. Menurut Suharto dalam(Irfandi et al., 2021) kondisi fisik terdiri dari kondisi fisik umum dan kondisi fisik khusus.

1) Kondisi fisik umum

Kondisi fisik umum merupakan kemampuan dasar untuk mengembangkan kemampuan prestasi tubuh yang terdiri dari komponen kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan kelentukan. Menurut Frohner yang dikutip oleh Suharto(2012) latihan-latihan yang beraneka ragam untuk mengembangkan kemampuan prestasi tubuh dan merupakan dasar untuk meningkatkan kemampuan kondisi fisik khusus.

2) Kondisi fisik khusus

Kondisi fisik khusus merupakan kemampuan yang langsung dikaitkan dengan kebutuhan suatu cabang olahraga tertentu. Kemampuan kondisi fisik khusus menunjukkan kekhususan suatu cabang olahraga, karena kebutuhan terhadap kemampuan ini akan berbeda antara satu cabang olahraga dengan cabang olahraga yang lain (Irfandi et al., 2021).

Proses latihan kondisi fisik perlu diberikan sejak anak masih menginjak usia muda. Menurut Herwin fondasi untuk memulai latihan sepakbola dan sebagai dasar pembentukan fisik awal. Latihan fisik pada umur awal ini merupakan latihan yang sifatnya masih umum yang dilakukan melalui latihan teknik dan secara alami akan mempengaruhi sistem dalam tubuh pemain usia.

Dalam latihan kondisi fisik, dapat dibedakan menjadi dua macam program latihan. Pertama, program latihan peningkatan kondisi fisik baik perkomponen maupun secara keseluruhan. Hal ini dilaksanakan bila berdasarkan tes awal pemain yang bersangkutan

belum berada dalam status kondisi fisik yang diperlukan untuk pertandingan-pertandingan yang dilakukannya. Kedua, program latihan mempertahankan kondisi fisik, yaitu program latihan yang disusun sedemikian rupa sehingga dengan program tersebut diharapkan akan berada dalam status kondisi puncak sesuai dengan kondisi fisik yang dibutuhkan untuk cabang olahraga yang bersangkutan dalam suatu turnamen atau pertandingan tertentu (M. Sajoto, dalam Sarwita & Is, 2020).

Pencapaian hasil yang maksimal dalam latihan kondisi fisik perlu memperhatikan beberapa komponen-komponen antara lain

1) Intensitas Latihan

Intensitas latihan merupakan ukuran kesungguhan dalam melakukan latihan yang betul dalam pelaksanaannya. Jadi apabila seorang atlet melakukan latihan secara bersungguh-sungguh dengan segala kemampuannya, berarti dapat menjalankan intensitasnya 100% (maksimal)

2) Volume Latihan

Volume, jumlah repetisi, waktu Interval Istirahat selama 2 - 3 menit bila beban dibawah 85 dari kemampuan maksimal, dan 3 - 5 menit jika beban lebih besar dari 85, 3) Frekuensi latihan sebanyak 3 - 4 kali per minggu.

3) Durasi

Durasi adalah lamanya latihan yang diperlukan. Waktu latihan sebaiknya adalah pendek tetapi berisi dan padat dengan kegiatan-kegiatan yang bermanfaat. Selain itu setiap latihan juga harus dilakukan dengan usaha yang sebaik-sebaiknya dan dengan kualitas atau mutu yang tinggi. Untuk latihan menendang bola ini lama latihan keseluruhan adalah 6 minggu.

4) Frekuensi Latihan.

Frekuensi adalah berapa kali suatu latihan setiap minggunya, cepat atau lambatnya suatu latihan dilakukan setiap setnya, untuk program latihan menendang bola menggunakan alat bantu cone untuk latihan Knee-tuck Jump dan gawang yang tingginya 40 cm, latihan ini menggunakan frekuensi 3 kali dalam setiap minggunya.

5) Ritme

Ritme adalah irama dari suatu latihan. Ritme juga merupakan sifat irama latihan yang berhubungan dengan tinggi rendahnya tempo dan berat ringannya suatu latihan dalam satu set latihan.

METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu penelitian yang berusaha menggambarkan dan menginterpretasikan objek sesuai dengan apa adanya. Penelitian ini menggambarkan tingkat kemampuan pukulan servis tenis lapangan di Aceh Tennis Club. Pada penelitian deskriptif ini penulis menggunakan metode survei sebagai alat bantu untuk memperoleh data. Pengumpulan data diperoleh dengan menggunakan tes dan pengukuran. Hasil dari pengumpulan data diolah dan dianalisis dengan menggunakan statistik deskriptif yang dituangkan dalam bentuk pengkategorian. Di dalam penelitian ini penulis ingin mengetahui seberapa tinggi tingkat kemampuan pukulan servis di Aceh Tennis Club. Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh atlet junior usia 12-16 tahun klub tenis lapangan Aceh Tennis Club. Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur tingkat kemampuan pukulan servis atlet Aceh Tennis Club dengan menggunakan tes tenis Hewitt.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan servis tenis lapangan di Aceh Tennis Club Banda Aceh. Untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan servis dibutuhkan data. Oleh karena itu, data diperoleh dari hasil tes Hewitt yang telah dilaksanakan oleh atlet junior Aceh Tennis Club yang berjumlah 15 untuk dapat memperoleh data tingkat kemampuan pukulan servis tersebut. Berikut disajikan deskripsi data variabel penelitian:

1. Kemampuan Pukulan Servis Keseluruhan Atlet Aceh Tennis Klub

Kemampuan pukulan servis diukur menggunakan tes tenis Hewitt. Hasil analisis statistik deskriptif untuk kemampuan pukulan servis keseluruhan pada atlet junior di Aceh Tennis Club menunjukkan rata-rata sebesar 30, nilai tengah (median) sebesar 96; modus sebesar 97, standar deviasi sebesar 10,5, nilai minimal sebesar 66, dan nilai maksimal sebesar 104. Untuk mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan pukulan servis tenis lapangan di Aceh Tennis Club Banda Aceh dilakukan kategorisasi. Terdapat lima kategori yaitu Grade A (sangat tinggi), Grade B (tinggi), Grade C (sedang), Grade D (rendah), dan Grade F (sangat rendah).

Tabel 1. Kategori Tingkat Kemampuan Pukulan Servis

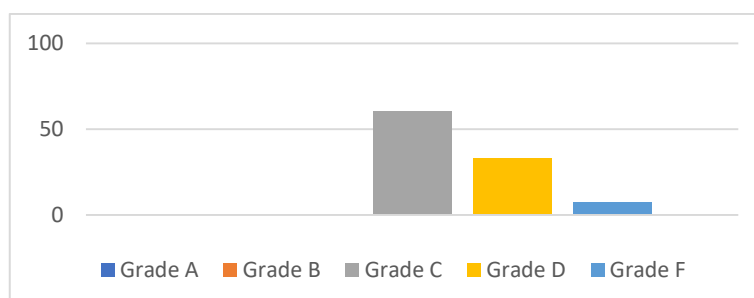
Grade	Service Placement
F	<i>Junior varsity and varsity tennis</i> 20-24
D	25-29
C	30-39
B	40-45
A	46-60

Berdasarkan analisis data hasil persentase tingkat kemampuan pukulan servis yang dicapai atlet tenis lapangan Aceh Tennis Club dapat dilihat dalam tabel di bawah ini. Untuk mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan pukulan servis yang dicapai keseluruhan atlet tenis lapangan di Aceh Tennis Club Banda Aceh, dilakukan pengkategorian data. Terdapat lima kategori yaitu Grade A (sangat tinggi), Grade B (tinggi), Grade C (sedang), Grade D (rendah), dan Grade F (sangat rendah). Berikut disajikan hasil data kemampuan pukulan servis berdasarkan pada kategori yang sudah ditentukan.

Tabel 2. Data Kategorisasi Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Keseluruhan Atlet Aceh Tennis Club

Kriteria Skor	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
20-24	1	7	Grade F (Sangat Rendah)
25-29	5	33	Grade D (Rendah)
30-39	9	60	Grade C (Sedang)
40-45	0	0	Grade B (Tinggi)
46-60	0	0	Grade A (Sangat Tinggi)
Jumlah	15	100	

Berdasarkan tabel presentase kategorisasi hasil data kemampuan pukulan servis keseluruhan atlet Aceh Tennis Club Banda Aceh, dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 1. Diagram Presentase Kategorisasi Kemampuan Pukulan Servis Seluruh Atlet Junior.

Berdasarkan daftar distribusi frekuensi tersebut di atas, diketahui bahwa dari keseluruhan 15 atlet di Aceh Tennis Club Banda Aceh, sebesar 60% (9 orang) atlet

kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade C (Sedang), sebesar 7% (1 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade D (rendah) , 33% (5 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade F (sangat rendah), dan 0 (0 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya tidak masuk pada kategori Grade A dan B. Dimana score rata-rata 30 berada pada kategorisasi Grade C (sedang).

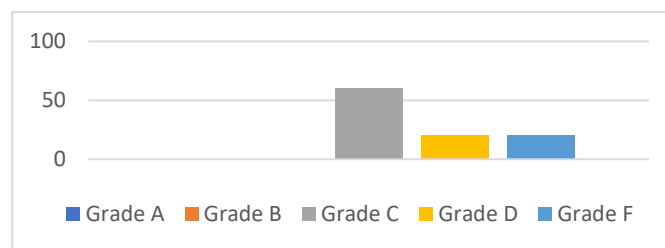
2. Pukulan Servis Slice

Hasil analisis test servis *slice* yang dilakukan oleh Atlet Tennis Lapangan Aceh Tennis Club Tahun 2022 menghasilkan Servis score Tertinggi = 32 , score terendah = 22. Dan hasil rata-rata 28. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 3. Data Kategorisasi Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Slice

Kriteria Skor	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
20-24	3	20	Grade F (Sangat Rendah)
25-29	3	20	Grade D (Rendah)
30-39	9	60	Grade C (Sedang)
40-45	0	0	Grade B (Tinggi)
46-60	0	0	Grade A (Sangat Tinggi)
Jumlah	15	100	

Berdasarkan tabel presentase kategorisasi hasil data kemampuan pukulan servis keseluruhan atlet Aceh Tennis Club Banda Aceh, dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 2. Diagram Presentase Kategorisasi Kemampuan Pukulan Servis Slice

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut diatas, diketahui bahwa dari kemampuan keseluruhan atlet junior yang berjumlah 15 atlet sebesar 60% (9 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade C (Sedang), sebesar 20% (3 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade D (rendah) , 20% (3 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade F (sangat rendah), dan 0 (0 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya tidak masuk pada kategori Grade A dan B. dari hasil rata-rata kemampuan pukulan servis keseluruhan atlet

junior di Aceh Tennis Club Banda Aceh sebesar 28 Dimana score rata-rata 28 berada pada kategorisasi Grade D (Rendah).

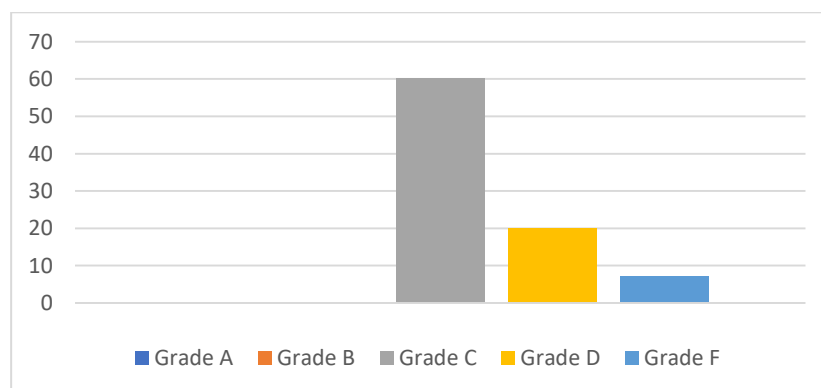
3. Pukulan Servis Flat

Hasil analisis test *Servis Flat* yang dilakukan oleh Atlet Tennis Lapangan Aceh Tennis Club Tahun 2022 menghasilkan Servis score Tertinggi = 35 , score terendah = 23. Dan hasil rata-rata 31. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 4. Data Kategorisasi Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Flat

Kriteria Skor	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
20-24	1	7	Grade F (Sangat Rendah)
25-29	3	20	Grade D (Rendah)
30-39	11	73	Grade C (Sedang)
40-45	0	0	Grade B (Tinggi)
46-60	0	0	Grade A (Sangat Tinggi)
Jumlah	15	100	

Berdasarkan tabel presentase kategorisasi hasil data kemampuan pukulan *Servis Flat* atlet Aceh Tennis Club Banda Aceh, dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 3. Diagram Presentase Kategorisasi Kemampuan Pukulan Servis Flat

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut diatas, diketahui bahwa dari kemampuan *Servis Flat* atlet junior yang berjumlah 15 atlet sebesar 73% (11 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade C (Sedang), sebesar 20% (3 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade D (rendah) , 7% (1 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade F (sangat rendah), dan 0 (0 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya tidak masuk pada kategori Grade A dan B. dari hasil rata-rata kemampuan pukulan *Servis Flat* atlet junior di Aceh Tennis Club Banda Aceh sebesar 31. Dimana score rata-rata 31 berada pada kategorisasi Grade D (Rendah).

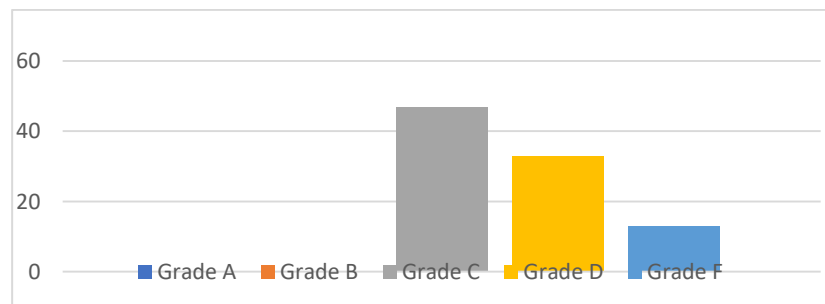
4. Pukulan servis *twist*

Hasil analisis test *Servis Twist* yang dilakukan oleh Atlet Tenis Lapangan Aceh Tenis Club Tahun 2022 menghasilkan *Servis score* Tertinggi = 40 , score terendah = 20. Dan hasil rata-rata 31. Setelah data terkumpul, maka dilakukan pengkategorian yang dapat dilihat pada tabel berikut

Tabel 5. Data Kategorisasi Tingkat Kemampuan Pukulan *Servis Twist*

Kriteria Skor	Frekuensi	Presentase (%)	Kategori
20-24	2	13	Grade F (Sangat Rendah)
25-29	5	33	Grade D (Rendah)
30-39	7	47	Grade C (Sedang)
40-45	1	7	Grade B (Tinggi)
46-60	0	0	Grade A (Sangat Tinggi)
Jumlah	15	100	

Berdasarkan tabel presentase kategorisasi hasil data kemampuan pukulan *Servis Twist* atlet Aceh Tenis Club Banda Aceh, dapat dilihat dalam bentuk diagram sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram Presentase Kategorisasi Kemampuan Pukulan *Servis Twist*

Berdasarkan distribusi frekuensi tersebut diatas, diketahui bahwa dari kemampuan *Servis Twist* atlet junior yang berjumlah 15 atlet sebesar 7% (1 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade B (Tinggi), sebesar 47% (7 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade C (Sedang), sebesar 33% (5 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade D (rendah), 13% (2 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya berada pada kategori Grade F (sangat rendah), dan 0 (0 orang) atlet kemampuan pukulan servisnya tidak masuk pada kategori Grade A. dari hasil rata-rata kemampuan pukulan *Servis Twist* atlet junior di Aceh Tenis Club Banda Aceh sebesar 31. Dimana score rata-rata 31 berada pada kategorisasi Grade C (Sedang).

4.1 Pembahasan Hasil Penelitian

Pembahasan hasil penelitian ini memberikan penafsiran yang lebih lanjut mengenai hasil analisis data yang telah dikemukakan diatas. Berdasarkan analisis

deskripsi persentase yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa rata-rata tingkat kemampuan pukulan servis keseluruhan atlet di Aceh Tennis klub Banda Aceh pada Grade C (Sedang) yaitu score sebesar 30. kemudian berdasarkan analisis deskripsi bagi atlet junior diketahui bahwa dari rata-rata kemampuan pukulan servis *Servis Slice* Dimana score rata-rata 28 berada pada kategorisasi Grade D (Rendah). *Servis Flat* Dimana score rata-rata 31 berada pada kategorisasi Grade D (Rendah).

Servis Twist Dimana score rata-rata 31 berada pada kategorisasi Grade C (Sedang).

Pencapaian tingkat kemampuan pukulan servis tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor di antaranya adalah faktor fisik, faktor teknik dan faktor psikologis.

1. Faktor Fisik

Dalam melakukan pukulan servis faktor fisik juga mempengaruhi akan tingkat kemampuan melakukan pukulan servis. Kekuatan otot pada setiap segmen serta koordinasi mata dengan lengan saat memukul bola pada gerakan servis juga sangat perlu diperhatikan karena harmonisasi gerakan servis sangat mempengaruhi ketepatan, laju dan arah bola yang dipukul. Karenanya untuk mempermudah penguasaan teknik servis yang baik diperlukan kemampuan fisik yang baik juga. Sehingga kemampuan dalam melakukan servis juga dapat mempengaruhi dalam menunjang meraih poin dalam game.

2. Faktor Teknik

Selain faktor fisik, faktor penguasaan teknik servis dapat mempengaruhi tingkat keberhasilan servis. Terdapat tiga macam teknik servis yaitu *servis flat*, *servis twist* dan *servis slice*. Ketiga macam servis tersebut memiliki karakteristik, keunggulan dan kelemahan masing-masing. Penguasaan dari ketiga jenis *servis* ini berpengaruh pada tingkat keberhasilan servis karena masing-masing jenis servis memiliki keunggulan sehingga dengan menguasai ketiga jenis servis akan memberikan keuntungan dalam game untuk meraih poin demi poin untuk menjadi pemenang.

3. Faktor Psikologis

Hasil analisis tingkat kemampuan pukulan servis yang didapat dari atlet junior di Aceh Tennis Club dengan rentan usia 12-16 tahun dapat dikatakan bahwa sampel tersebut belum terbiasa bertanding dan belum memiliki mental yang lebih baik seperti petenis pemula lainnya. Tingkat mental yang belum baik dari sampel mempengaruhi tingkat kemampuan pukulan servis sehingga rata-rata tingkat kemampuan pukulan servis secara keseluruhan yang dicapai masuk dalam kategori Sedang yaitu dengan score rata-rata

kemampuan keseluruhan atlet junior Aceh Tennis Club Banda Aceh dalam melakukan pukulan servis sebesar 30 dengan kategori Grade C (Sedang).

SIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan pada tingkat kemampuan pukulan servis keseluruhan atlet Kemampuan pukulan servis diukur menggunakan tes tenis Hewitt. Hasil analisis statistik deskriptif untuk kemampuan pukulan servis keseluruhan pada atlet junior di Aceh Tennis Club menunjukkan rata-rata sebesar 30, nilai tengah (median) sebesar 96; modus sebesar 97, standar deviasi sebesar 10,5, nilai minimal sebesar 66, dan nilai maksimal sebesar 104. Untuk mengetahui sejauh mana tingkat kemampuan pukulan servis tenis lapangan di Aceh Tennis Club berdasar kan hasil rata rata dengan score 30 termasuk dalam kategori Grade C (sedang)

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang sudah dikemukakan, ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Bagi atlet perlu lebih tekun dan giat lagi dalam berlatih karna mayoritas atlet mempunyai koordinasi dan kemampuan servis yang sangat kurang, agar dapat meningkatkannya perlu latihan yang rutin dan bersungguh- sungguh.
2. Bagi pelatih hendaknya memperhatikan faktor-faktor yang mempengaruhi pencapaian melakukan pukulan servis atlet, sehingga pemberian latihan dapat mencapai hasil yang maksimal. Akan lebih baik untuk jumlah pelatih juga ditambah, karena akan lebih fokus dan lebih efektif ketika latihan. Selain itu pelatih harus dapat memahami karakteristik masing- masing atlet supaya atlet dapat berlatih dengan senang dan pelatih dapat lebih mengetahui kelemahan yang harus diperbaiki dan kelebihan yang harus ditingkatkan.
3. Bagi peneliti selanjutnya dapat dilakukan penelitian dengan variabel yang lain, sehingga variabel tentang tingkat kemampuan pukulan servis dapat teridentifikasi lebih banyak lagi.

DAFTAR PUSTAKA

- Amni, H., Sulaiman, I., & Hernawan, H. (2019). Model Latihan Keterampilan Groundstroke Pada Cabang Olahraga Tenis Lapangan. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(2). <https://doi.org/10.17509/jtikor.v4i2.18968>
- Budi D.R. (2021). Membangun Prestasi Atlet Tenis Lapangan Melalui Pendekatan Psikologis. *Didik Rilastiyo Budi*.
- Dayani, H., Yenes, R., Masrun, & Setiawan, Y. (2020). Studi Minat Mahasiswa Terhadap Olahraga Tenis Lapangan. *Introduction to Survey Sampling*, 2(3).
- Dewi Angraini, A. F. (2020). Pengaruh Latihan Highes Rally Forehand Dan Latihan Feeding Forehand Terhadap Kemampuan Forehand Drive Tenis Lapangan Atlet Kota Pariaman Tenis Club. *Jurnal Patriot Volume 2 Nomor 2, Tahun 2020*, 2(2).
- Dr. Yasriuddin, M. P., & Dr. Wahyudin, M. P. (2017). *TENIS LAPANGAN*. <http://eprints.unm.ac.id/10212/1/Naskah%20BUKU%20TENIS%20LAPANGAN%20%28Kirim%20Percetakan%29.pdf>
- FIK-UNP, E., Syampurma, H., & FIK-UNP, Y. (2018). KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT LENGAN TERHADAP HASIL TEKNIK ANGKATAN SNATCH ATLET ANGKAT BESI DI SASANA HBT (HIMPUNAN BERSATU TEGUH) PADANG. *Jurnal MensSana*, 3(2). <https://doi.org/10.24036/jm.v3i2.74>
- Gatot Margisal Utomo, & Daru Cahyono. (2020). ANALISIS GERAK TEKNIK DASAR DALAM MELAKUKAN PUKULAN SERVIS PADA ATLET TENIS LAPANGAN USIA 13-15 TAHUN DI SEMEN INDONESIA TENIS AKADEMI. *Journal STAND : Sports Teaching and Development*, 1(1). <https://doi.org/10.36456/j-stand.v1i1.2329>
- Sarwita, T., & Is, Z. (2020). RELATIONSHIP OF BALANCE AND LEG MUSCLE STRENGTH WITH THE ABILITY OF STRAIGHT KICKS IN PENCAK SILAT ATHLETES FOSTERED BY DISPORA ACEH BESAR IN 2020. *Jurnal Ilmiah Teunuleh*, 1(2). <https://doi.org/10.51612/teunuleh.v1i2.30>
- UU RI. (2005). Undang-Undang No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. In *Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 26 Tahun 1985 Tentang Jalan*.
- Zulvid, F., & Arwandi, J. (2019). Latihan Footwork Berpengaruh Terhadap Kemampuan Groundstroke Tenis Lapangan. *PATRIOT*, 1(3).
- Irfandi, I., Rahmat, Z., & Munzir. (2021). Analisis Survei Kemampuan Kondisi Fisik Atlet Pencak Silat Usia 14-17 Perguruan Tunas Nusantara Se-Aceh. *Journal Coaching Education Sports*, 2(1). <https://doi.org/10.31599/jces.v2i1.528>