



Analisis Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Tenis sebagai Dasar Pengembangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani pada Klub Tenis Junior Manonjaya

Resty Agustriyani^{*1}, Abdul Narlan², Nuriska Subekti³, Tegar Maesabudi Pratama⁴

^{1,2,3,4}Universitas Siliwangi

✉ restyagustriyani@unsil.ac.id

Article Info

Article History

Received : 28-08-2025

Revised : 13-09-2025

Accepted : 13-09-2025

Kata Kunci : tenis, kemampuan servis, atlet junior, Klub Tenis Manonjaya.

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat kemampuan pukulan servis tenis pada atlet junior Klub Tenis Manonjaya tahun 2024. Latar belakang penelitian didasari oleh pentingnya penguasaan teknik servis sebagai keterampilan dasar dalam tenis yang berperan besar terhadap pencapaian poin dalam pertandingan. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan teknik survei. Populasi penelitian berjumlah 20 atlet, dengan sampel 12 atlet junior (8 putra dan 4 putri) berusia 10–14 tahun yang dipilih menggunakan purposive sampling. Instrumen penelitian berupa tes tenis Hewitt, yaitu tes keterampilan servis sebanyak 10 kali percobaan yang dinilai berdasarkan akurasi penempatan bola. Analisis data menggunakan statistik deskriptif persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata kemampuan servis atlet adalah 40% dengan median 40,5, modus 41, nilai minimum 37, nilai maksimum 43, dan standar deviasi 2,88. Sebanyak 67% atlet masuk kategori tinggi (Grade B), sedangkan 33% lainnya berada pada kategori sedang (Grade C). Kesimpulan penelitian ini adalah kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya tergolong baik, meskipun masih terdapat atlet yang memerlukan pembinaan lebih lanjut. Penelitian ini merekomendasikan perlunya latihan yang lebih terarah dalam aspek fisik, teknik, dan mental bertanding agar kualitas servis atlet dapat meningkat secara konsisten.

Keywords: tennis, service ability, junior athletes, Manonjaya Tennis Club.

This study aims to determine the level of tennis service skills among junior athletes at the Manonjaya Tennis Club in 2024. The background of this study is based on the importance of mastering service techniques as a basic skill in tennis that plays a major role in scoring points in a match. The research method used is quantitative descriptive with a survey technique. The research population consisted of 20 athletes, with a sample of 12 junior athletes (8 boys and 4 girls) aged 10–14 years selected using purposive sampling. The research instrument was the Hewitt tennis test, which consisted of 10 service skill trials assessed based on ball placement accuracy. Data analysis used descriptive percentage statistics. The results showed that the average service ability of the athletes was 40% with a median of 40.5, a mode of 41, a minimum value of 37, a maximum value of 43, and a standard deviation of 2.88. A total of 67% of athletes were in the high category (Grade B), while the other 33% were in the medium category (Grade C). The conclusion of this study is that the service ability of junior athletes at the Manonjaya Tennis Club is relatively good, although there are still athletes who need further training. This study recommends the need for more focused

PENDAHULUAN

Tenis lapangan merupakan salah satu cabang olahraga yang memiliki perkembangan cukup pesat di Indonesia. Popularitas tenis tidak hanya terlihat di tingkat nasional melalui penyelenggaraan turnamen, tetapi juga di tingkat daerah dengan berdirinya berbagai klub tenis yang membina atlet sejak usia dini (Pradana, 2012). Pembinaan yang dilakukan secara sistematis di klub-klub tersebut berperan penting dalam mencetak atlet potensial yang mampu berprestasi di berbagai ajang kompetisi, baik lokal, regional, maupun nasional. Di sisi lain, perkembangan tenis di Indonesia juga didorong oleh meningkatnya minat masyarakat terhadap olahraga ini sebagai bentuk rekreasi maupun prestasi.

Dalam permainan tenis, penguasaan teknik dasar menjadi faktor yang sangat menentukan performa seorang atlet. Teknik dasar yang harus dikuasai meliputi forehand, backhand, volley, lob, smash, dan servis (Depipesei dkk., 2024). Penguasaan teknik dasar tenis secara menyeluruh menjadi fondasi utama yang menentukan kualitas performa seorang atlet dalam pertandingan. Di antara teknik-teknik tersebut, servis memiliki peran yang sangat vital. Servis tidak hanya menjadi tanda dimulainya sebuah permainan, tetapi juga merupakan kesempatan pertama bagi pemain untuk mengendalikan jalannya pertandingan. Servis yang baik mampu menjadi senjata andalan untuk meraih poin langsung (ace), sementara servis yang lemah justru memberi keuntungan bagi lawan untuk melakukan serangan balik.

Lebih jauh lagi, servis sering disebut sebagai keterampilan paling sulit sekaligus paling menentukan dalam tenis. Hal ini karena servis merupakan satu-satunya pukulan yang sepenuhnya berada dalam kendali pemain, tanpa dipengaruhi oleh pukulan lawan (Basuki & Kusuma, 2025). Seorang pemain memiliki dua kesempatan untuk melakukan servis; kegagalan dalam kedua kesempatan tersebut berarti kehilangan poin. Oleh karena itu, kemampuan melakukan servis dengan baik dan konsisten sangat menentukan performa dalam pertandingan. Efektivitas servis menjadi salah satu indikator penting keberhasilan seorang atlet tenis. Servis yang konsisten dan tepat sasaran akan meningkatkan kepercayaan diri pemain serta menekan peluang lawan untuk menyerang. Sebaliknya, kelemahan pada servis akan membuat pemain berada dalam posisi bertahan sejak awal permainan. Dengan demikian, penguasaan teknik servis harus menjadi prioritas dalam pembinaan atlet, terutama pada tingkat junior yang masih berada dalam tahap pembentukan dasar keterampilan (Kristiyanto, 2015).

Klub Tenis Junior Manonjaya merupakan salah satu wadah pembinaan olahraga tenis di Kabupaten Tasikmalaya. Klub ini aktif melakukan latihan rutin

dan sering mengirimkan atletnya untuk mengikuti berbagai turnamen, baik tingkat daerah maupun antarwilayah. Banyaknya atlet junior yang tergabung di klub ini menunjukkan adanya minat yang tinggi terhadap tenis di kalangan remaja (Seff, 2016). Namun demikian, meskipun aktivitas latihan dan partisipasi dalam kompetisi berjalan baik, belum tersedia data terukur mengenai kemampuan teknik dasar, khususnya servis, yang dimiliki para atlet. Ketiadaan data tersebut menjadi hambatan bagi pelatih dalam merancang program latihan yang lebih terarah. Tanpa adanya evaluasi berbasis data, sulit untuk mengetahui sejauh mana perkembangan kemampuan atlet, apa saja kelemahan yang perlu diperbaiki, dan strategi latihan seperti apa yang paling sesuai (Atiq dkk., 2022). Oleh karena itu, diperlukan suatu kajian yang secara khusus mendeskripsikan tingkat kemampuan servis atlet junior di klub tersebut. Hasil penelitian semacam ini diharapkan dapat memberikan gambaran nyata mengenai kondisi keterampilan atlet, sekaligus menjadi dasar bagi perbaikan pola latihan.

Penelitian mengenai tingkat kemampuan servis pada atlet junior Klub Tenis Manonjaya menjadi penting mengingat fase junior adalah masa pembentukan teknik dasar. Kesalahan yang dibiarkan pada tahap ini dapat berakibat pada terbentuknya pola pukulan yang salah dan sulit diperbaiki di kemudian hari. Sebaliknya, penguasaan teknik servis yang baik sejak usia muda akan menjadi modal berharga bagi atlet untuk meningkatkan prestasi di masa depan (Helmi, 2021). Dengan mengetahui tingkat kemampuan servis yang dimiliki atlet saat ini, klub dapat merumuskan strategi latihan yang lebih efektif, termasuk variasi jenis servis seperti flat dan slice yang sering digunakan dalam pertandingan.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini dilakukan dengan tujuan mendeskripsikan tingkat kemampuan pukulan servis tenis pada pemain Klub Tenis Junior Manonjaya. Hasil penelitian diharapkan tidak hanya memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu keolahragaan, tetapi juga memiliki manfaat praktis bagi pelatih, atlet, serta pihak klub dalam meningkatkan kualitas pembinaan. Dengan adanya data empiris mengenai kemampuan servis, diharapkan program latihan dapat disusun lebih sistematis, terukur, dan berorientasi pada peningkatan prestasi atlet di masa mendatang.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan teknik survei sebagaimana dijelaskan oleh Arikunto (2013), yakni penelitian yang bertujuan menggambarkan keadaan objek secara faktual dan sistematis berdasarkan data yang diperoleh di lapangan. Metode ini dipilih karena sesuai untuk menganalisis kemampuan servis atlet tenis junior dalam bentuk angka-angka yang kemudian dideskripsikan dalam kategori tertentu. Populasi penelitian adalah seluruh atlet junior yang tergabung di Klub Tenis Manonjaya, berjumlah 20 orang. Dari jumlah tersebut, peneliti menentukan sampel sebanyak 12 atlet junior dengan rincian 8 putra dan 4 putri berusia 10-14 tahun. Teknik

penentuan sampel menggunakan purposive sampling, yakni pemilihan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu yang sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam hal ini, kriteria yang digunakan adalah usia atlet yang masih dalam kategori junior serta keaktifan mereka dalam mengikuti program latihan di klub.

Instrumen penelitian yang digunakan adalah tes tenis Hewitt. Tes ini merupakan salah satu instrumen standar yang banyak digunakan dalam penelitian tenis lapangan untuk mengukur kemampuan servis. Pelaksanaan tes dilakukan dengan memberikan kesempatan sebanyak 10 kali servis kepada setiap atlet. Setiap pukulan servis dinilai berdasarkan akurasi mengenai target yang telah ditentukan, dengan skor berkisar antara 0 hingga 6 poin. Skor maksimal yang dapat diperoleh seorang atlet adalah 60 poin, jika seluruh pukulannya tepat mengenai target dengan sempurna. Data yang terkumpul kemudian dianalisis menggunakan statistik deskriptif persentase. Analisis ini dilakukan untuk mengetahui distribusi kemampuan servis para atlet dalam kategori tertentu. Kategori rentang skor dalam penelitian ini dipilih karena telah diadaptasi dari penelitian Rizal, Rahmat, dan Is (2023) yang terbukti empiris serta disesuaikan dengan karakteristik instrumen tes Hewitt yang memiliki skor maksimum 60, sehingga dapat dijadikan acuan yang valid dalam mendeskripsikan tingkat kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya. Berdasarkan klasifikasi yang dikembangkan oleh Rizal, Rahmat, dan Is (2023), hasil tes dikelompokkan ke dalam lima kategori, yaitu: sangat rendah (20–24), rendah (25–29), sedang (30–39), tinggi (40–45), dan sangat tinggi (46–60). Dengan pengelompokan ini, peneliti dapat dengan mudah mendeskripsikan sejauh mana tingkat kemampuan servis yang dimiliki oleh atlet junior Klub Tenis Manonjaya.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bagian ini dipaparkan hasil penelitian mengenai tingkat kemampuan pukulan servis tenis pada atlet junior Klub Tenis Manonjaya. Data diperoleh melalui pelaksanaan tes tenis Hewitt, di mana setiap atlet diberikan kesempatan sebanyak sepuluh kali melakukan servis ke arah target yang telah ditentukan. Setiap hasil pukulan kemudian dinilai dengan skor 0–6 sesuai dengan akurasi penempatan bola. Hasil skor total yang diperoleh masing-masing atlet menjadi data dasar yang selanjutnya dianalisis secara deskriptif. Pengolahan data dilakukan dengan bantuan program Microsoft Excel untuk meminimalkan kesalahan perhitungan dan mempermudah penyajian hasil. Analisis yang digunakan adalah statistik deskriptif, sehingga data yang diperoleh tidak dimanipulasi atau dibandingkan dengan kelompok lain, melainkan digambarkan apa adanya sesuai kondisi lapangan. Melalui analisis ini diperoleh ukuran-ukuran statistik seperti nilai rata-rata, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum yang memberikan gambaran menyeluruh tentang kemampuan servis atlet junior.

Dengan pendekatan ini, hasil penelitian mampu menunjukkan distribusi tingkat kemampuan servis para atlet dalam kategori yang telah ditentukan sebelumnya, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi. Pengelompokan ini menjadi penting karena dapat memudahkan interpretasi hasil, sekaligus memberikan informasi praktis bagi pelatih untuk mengevaluasi dan meningkatkan kualitas latihan atlet junior (Amirulloh dkk., 2015). Sebelum masuk pada pembahasan kategori kemampuan servis,

terlebih dahulu dipaparkan hasil pengolahan data secara deskriptif. Analisis statistik deskriptif dilakukan untuk memberikan gambaran umum mengenai kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya. Ukuran statistik seperti rata-rata, median, modus, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum digunakan untuk mengetahui kecenderungan data, sebaran nilai, serta perbedaan kemampuan antar atlet. Dengan penyajian ini, pembaca dapat memahami gambaran awal tingkat kemampuan servis sebelum dilakukan klasifikasi ke dalam kategori tertentu. Berikut adalah hasil pengukuran statistiknya:

Tabel 1. Statistik Deskriptif Hasil Tes Kemampuan Servis Atlet Junior Klub Tenis Manonjaya

Statistik	Nilai
Rata-rata (Mean)	40
Median	40,5
Modus	41
Standar Deviasi	2,88
Nilai Minimum	37
Nilai Maksimum	43

Berdasarkan Tabel 1, dapat dilihat bahwa nilai rata-rata kemampuan servis atlet junior adalah 40, yang menunjukkan bahwa secara umum para atlet mampu melakukan servis pada kategori tinggi. Nilai median sebesar 40,5 menunjukkan bahwa setengah dari atlet memperoleh skor di bawah 40,5 dan setengah lainnya di atas angka tersebut, sehingga distribusi data relatif seimbang. Nilai modus sebesar 41 mengindikasikan bahwa skor yang paling sering muncul dari hasil tes adalah 41, sehingga banyak atlet yang memiliki kemampuan mendekati rata-rata.

Selanjutnya, nilai standar deviasi sebesar 2,88 menggambarkan bahwa variasi kemampuan servis antar atlet relatif kecil. Dengan kata lain, perbedaan tingkat keterampilan servis antar individu tidak terlalu jauh. Sementara itu, skor minimum sebesar 37 dan maksimum sebesar 43 menunjukkan rentang nilai yang diperoleh para atlet, yang berarti terdapat selisih enam poin antara atlet dengan kemampuan servis terendah dan tertinggi. Secara keseluruhan, hasil analisis ini memperlihatkan bahwa kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya cukup homogen dengan kecenderungan berada pada kategori tinggi. Hal ini menunjukkan adanya pola latihan yang seragam dan terstruktur, meskipun tetap diperlukan peningkatan agar lebih banyak atlet yang mampu mencapai skor mendekati kategori sangat tinggi.

Setelah dilakukan analisis statistik deskriptif untuk mengetahui kecenderungan nilai kemampuan servis atlet, langkah selanjutnya adalah mengelompokkan hasil tersebut ke dalam kategori tertentu. Kategori ini disusun berdasarkan klasifikasi penilaian yang mengacu pada rentang skor kemampuan servis, yaitu sangat rendah, rendah, sedang, tinggi, dan sangat tinggi (Sadzali dkk., 2022). Pengelompokan kemampuan servis ke dalam kategori sangat rendah hingga sangat tinggi memungkinkan penilaian keterampilan atlet dilakukan secara objektif dan terstandar, sehingga memudahkan dalam evaluasi maupun perencanaan program latihan. Dengan adanya pengelompokan ini, kemampuan servis

setiap atlet tidak hanya ditampilkan dalam bentuk angka, tetapi juga dalam bentuk klasifikasi mutu yang lebih mudah dipahami.

Penyajian dalam bentuk tabel distribusi kategori ini bertujuan untuk menunjukkan sebaran jumlah atlet pada tiap tingkatan kemampuan. Melalui distribusi ini, dapat diketahui berapa banyak atlet yang sudah memiliki kemampuan servis baik (kategori tinggi), berapa yang masih perlu peningkatan (kategori sedang), serta apakah terdapat atlet dengan kemampuan sangat tinggi atau sebaliknya masih rendah. Dengan demikian, tabel distribusi memberikan gambaran yang lebih konkret mengenai kondisi kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya secara keseluruhan

Tabel 2. Tabel distribusi kategori kemampuan servis

Kategori	Skor	Frekuensi	Persentase
Sangat Rendah	20-24	0	0%
Rendah	25-29	0	0%
Sedang	30-39	4	33%
Tinggi	40-45	8	67%
Sangat Tinggi	46-60	0	0%

Berdasarkan hasil pengolahan data, diperoleh gambaran umum mengenai tingkat kemampuan pukulan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya. Dari total 12 atlet yang menjadi sampel penelitian, sebagian besar menunjukkan keterampilan yang cukup baik. Hasil analisis menunjukkan bahwa mayoritas atlet berada pada kategori tinggi (Grade B) dengan jumlah 8 orang atau sebesar 67% dari keseluruhan sampel. Hal ini mengindikasikan bahwa sebagian besar atlet sudah memiliki penguasaan teknik servis yang relatif baik, sehingga mampu melakukan pukulan dengan akurasi dan konsistensi yang cukup memadai. Sementara itu, sebanyak 4 orang atlet (33%) masuk ke dalam kategori sedang (Grade C). Artinya, meskipun kemampuan servis mereka masih berada dalam level yang dapat diterima, namun kualitasnya belum sebaik rekan-rekan lain yang sudah berada pada kategori tinggi. Atlet dalam kategori sedang ini memerlukan perhatian lebih dari pelatih, terutama terkait aspek teknik dasar dan konsistensi pukulan, agar mampu meningkatkan performa servis ke level yang lebih baik.

Tidak terdapat atlet yang masuk ke dalam kategori sangat tinggi (Grade A), rendah (Grade D), maupun sangat rendah (Grade E). Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun kemampuan servis para atlet tergolong cukup baik secara umum, namun masih ada ruang yang cukup besar untuk ditingkatkan. Apabila para atlet mendapatkan pembinaan yang lebih terarah, baik melalui peningkatan kualitas fisik, penguasaan variasi teknik servis, maupun pembentukan mental bertanding, bukan tidak mungkin kemampuan mereka dapat meningkat hingga mencapai kategori sangat tinggi (Aprilo, 2024). Secara keseluruhan, data ini memperlihatkan bahwa rata-rata kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya berada pada level yang kompetitif, namun belum sepenuhnya optimal. Oleh karena itu, hasil penelitian ini dapat dijadikan bahan evaluasi untuk memperbaiki program latihan di klub, khususnya dalam hal teknik pukulan servis yang menjadi salah satu kunci keberhasilan dalam pertandingan tenis.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya secara umum berada pada kategori cukup baik, dengan sebagian besar atlet

(67%) masuk ke dalam kategori tinggi. Temuan ini memberikan indikasi bahwa program latihan yang selama ini dijalankan di klub sudah berjalan efektif dan mampu menghasilkan perkembangan positif dalam keterampilan servis para atlet. Namun demikian, masih terdapat 33% atlet yang berada pada kategori sedang, yang menunjukkan adanya variasi keterampilan antarindividu. Perbedaan ini wajar terjadi karena kemampuan servis dipengaruhi oleh berbagai faktor, baik internal maupun eksternal, yang berbeda pada setiap atlet.

Salah satu faktor utama yang memengaruhi kualitas servis adalah kondisi fisik. Servis dalam tenis membutuhkan kombinasi kekuatan otot lengan, kecepatan ayunan raket, koordinasi antara tubuh bagian atas dan bawah, serta fleksibilitas untuk menghasilkan pukulan yang kuat dan akurat. Atlet yang memiliki kekuatan fisik memadai biasanya lebih mudah menghasilkan servis dengan kecepatan tinggi dan daya dorong yang besar, sedangkan atlet dengan kondisi fisik kurang optimal cenderung menghasilkan pukulan yang lemah atau tidak konsisten (Moentafea dkk., 2024). Oleh karena itu, pembinaan fisik seperti latihan kekuatan otot lengan, bahu, dan punggung perlu diberikan secara rutin dan terprogram.

Selain fisik, faktor teknik juga sangat menentukan. Servis bukan hanya sekadar memukul bola ke arah lawan, tetapi memerlukan penguasaan gerakan dasar yang benar serta variasi pukulan. Atlet yang mampu menguasai lebih dari satu jenis servis, seperti servis flat yang cepat dan keras serta servis slice yang menyulitkan lawan karena perputarannya, memiliki keunggulan kompetitif yang lebih tinggi dalam pertandingan. Penguasaan variasi teknik ini tidak hanya meningkatkan efektivitas permainan, tetapi juga memberi kepercayaan diri bagi atlet karena memiliki beberapa pilihan strategi ketika menghadapi lawan yang berbeda.

Faktor lainnya adalah psikologis. Dalam tenis, kondisi mental memiliki peranan yang tidak kalah penting dibandingkan fisik dan teknik. Servis sering menjadi pukulan yang penuh tekanan karena menentukan jalannya poin sejak awal. Atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi, konsentrasi yang baik, serta mental bertanding yang kuat, biasanya lebih mampu melakukan servis dengan konsisten meskipun dalam situasi pertandingan yang menegangkan. Sebaliknya, atlet dengan mental yang belum matang sering kali melakukan kesalahan servis (fault) atau kehilangan fokus ketika menghadapi lawan yang lebih unggul. Penelitian sebelumnya oleh Mursalin, Ihsan, & Yasriuddin (2019) juga menegaskan bahwa aspek psikologis berpengaruh signifikan terhadap kualitas servis seorang atlet.

Dalam konteks ini, peran pelatih menjadi sangat krusial. Pelatih tidak hanya berperan dalam memberikan instruksi teknik, tetapi juga bertanggung jawab dalam menyusun program latihan yang terstruktur, seimbang, dan berorientasi pada kebutuhan individu atlet (Candra dkk., 2025). Latihan fisik yang sistematis akan membantu meningkatkan kekuatan otot, sedangkan latihan teknik yang bervariasi akan memperkaya keterampilan servis atlet. Lebih dari itu, pelatih juga perlu merancang latihan mental melalui simulasi pertandingan (game internal), di mana atlet dilatih untuk berkompetisi dalam suasana yang mendekati kondisi nyata di lapangan (Kusuma & Rindaningsih, 2024).

Hal ini penting agar atlet terbiasa menghadapi tekanan, sekaligus mengasah mental bertanding mereka sejak dini.

Dengan memperhatikan ketiga faktor tersebut—fisik, teknik, dan psikologis—serta peran aktif pelatih, maka kualitas servis atlet junior dapat ditingkatkan secara signifikan (Putra dkk., 2025). Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar evaluasi bagi Klub Tenis Junior Manonjaya untuk menata kembali program latihan mereka. Jika pembinaan dilakukan secara konsisten, terukur, dan berkesinambungan, bukan tidak mungkin para atlet junior di klub ini akan mampu meningkatkan kualitas servisnya hingga mencapai kategori sangat tinggi, serta memiliki daya saing lebih baik dalam turnamen di tingkat yang lebih luas.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa kemampuan pukulan servis tenis pada atlet junior Klub Tenis Manonjaya tahun 2024 secara umum sudah berada pada kategori tinggi, yang menunjukkan efektivitas program latihan dalam membentuk keterampilan dasar servis sejak usia dini. Temuan penting lainnya adalah adanya variasi tingkat kemampuan antar atlet, di mana sebagian besar telah berada pada kategori tinggi, namun masih ada sepertiga atlet yang berada pada kategori sedang, sehingga membutuhkan pola pembinaan yang lebih individual. Kondisi ini menegaskan bahwa keberhasilan program latihan tidak hanya ditentukan oleh intensitas latihan, tetapi juga dipengaruhi oleh faktor fisik, teknik, dan mental bertanding yang belum sepenuhnya berkembang merata di antara atlet. Dengan demikian, penelitian ini menekankan bahwa peningkatan kualitas latihan yang berfokus pada pembinaan menyeluruh—fisik, teknik, dan mental merupakan kunci untuk mendorong kemampuan servis atlet menuju level yang lebih tinggi dan berdaya saing dalam kompetisi. Fakta ini mengisyaratkan bahwa terdapat perbedaan tingkat keterampilan di antara atlet yang perlu mendapat perhatian lebih lanjut. Atlet dengan kategori sedang kemungkinan masih menghadapi kendala dalam aspek fisik, teknik, maupun mental, sehingga perlu pembinaan yang lebih intensif dan terarah. Dengan demikian, hasil penelitian ini tidak hanya menunjukkan pencapaian yang cukup baik, tetapi juga memberikan gambaran jelas mengenai aspek yang masih perlu ditingkatkan dalam proses latihan. Secara keseluruhan, kesimpulan penelitian ini menegaskan pentingnya peningkatan kualitas latihan secara menyeluruh, baik dalam hal kekuatan fisik, penguasaan variasi teknik servis, maupun pembentukan mental bertanding. Jika aspek-aspek tersebut dapat dibina secara konsisten dan berkesinambungan, maka kemampuan servis atlet junior Klub Tenis Manonjaya berpotensi meningkat ke kategori yang lebih tinggi. Hal ini pada akhirnya akan mendukung pencapaian prestasi atlet dalam kompetisi tingkat daerah, nasional, bahkan internasional di masa yang akan datang.

SARAN

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut. Pertama, para atlet diharapkan dapat meningkatkan disiplin dan konsistensi dalam mengikuti program latihan, karena keduanya menjadi kunci utama dalam mencapai perkembangan keterampilan yang optimal. Kedua, pelatih disarankan untuk memberikan perhatian yang seimbang terhadap aspek fisik, teknik, dan mental dalam program latihan.

Ketiga, pihak klub perlu mengadakan pertandingan internal secara rutin sebagai sarana bagi atlet untuk mengasah mental bertanding, melatih pengelolaan emosi, dan meningkatkan kepercayaan diri. Keempat, bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang dapat memengaruhi kemampuan servis, seperti analisis biomekanika pukulan, pengaruh program latihan tertentu, atau keterkaitan kondisi fisik spesifik dengan kualitas servis. Dengan adanya kesimpulan dan saran ini, diharapkan penelitian dapat memberikan manfaat nyata, baik sebagai bahan evaluasi bagi pelatih dan klub dalam meningkatkan kualitas pembinaan, maupun sebagai referensi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berfokus pada pengembangan keterampilan tenis lapangan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amirulloh, K. R., Kania, R. N., & Burhanudin, B. (2015). *Aktivitas Komunikasi Interpersonal Pelatih dan Atlet Softball Kota Cilegon*. Universitas Sultan Ageng Tirtayasa.
- Aprilo, I. (2024). *Tenis Lapangan: Sejarah, Teknik, dan Strategi Modern*. Penerbit NEM.
- Atiq, A., Henjilito, R., Syafii, I., Putro, R. A., Alfian, M., Alamsyah, R., Mustofa, A. S., Lutfiadi, A. I., Muhlisin, M., & Pradana, A. J. A. (2022). *Strategi dan Pola Latihan Fisik Atlet Pemula*. Pontianak: Pustaka Rumah Aloy.
- Basuki, M. S., & Kusuma, D. W. Y. (2025). *Analisis Kemampuan Teknik Pukulan Servis Tenis Lapangan Pada Klub New Armada Di Magelang*. *Bookchapter Olahraga dan Kesehatan*, 1, 20–44.
- Candra, O., Parulian, T., Yolanda, F., Novrandani, S., & Darmawan, D. V. (2025). *Holistik dengan Mengintegrasikan Latihan Kondisi Fisik, Psikologi Olahraga, dan Karakter*. *Journal Of Human And Education (JAHE)*, 5(1), 782–792.
- Depipesei, A., Sinaga, B., Lumbantobing, J. H. A., Silalahi, P. A., & Nurkadri, N. (2024). *Mengenal Lebih Dekat Cabang Olahraga Tenis Lapangan: Sejarah, Aturan, dan Teknik Dasar*. *AR-RUMMAN: Journal of Education and Learning Evaluation*, 1(2), 328–334.
- Helmi, R. (2021). *Peranan Dinas Pemuda Dan Olahraga Pemerintah Daerah Kota Pekanbaru Dalam Pembinaan Atlet Sejak Usia Dini*. Universitas Islam Riau.
- Kristiyanto, A. (2015). *Pengembangan model latihan teknik servis bawah, servis atas dan cekis dalam bolavoli*. *Jurnal Penjaskesrek*, 2(2), 22–50.
- Kusuma, E. T., & Rindaningsih, I. (2024). *Manajemen Kepelatihan dalam Membangun Mental Juara pada Atlet*. *Jurnal Pendidikan Islam*, 1(4), 17.
- Moentafea, L., Putra, A. J., & Yusradinafi, Y. (2024). *Hubungan Daya Ledak Otot Lengan dan Koordinasi Matatangan dengan Ketepatan Servis Atas Pada Atlet Putra Bola Voli Club Putra Jaya Kerinci*. *Cerdas Sifa Pendidikan*, 13(2), 145–157.
- Pradana, A. R. (2012). *Pusat Pelatihan dan Gelanggang Olahraga Tenis Berstandar Internasional di Yogyakarta*. UAJY.
- Putra, F. Z., Saputra, E., & Putra, C. P. (2025). *Strategi Pelatih dalam Meningkatkan Prestasi Atlet Bulutangkis PB Starka di Kabupaten Kerinci*. *SPRINTER: Jurnal Ilmu Olahraga*, 6(1), 127–135.
- Sadzali, M., Akkase, A., & Alamsyah, N. F. (2022). *Survei Tingkat Kemampuan Dasar Servis Panjang Pada Permainan Bulutangkis Siswa Kelas Viii Smp 27 Makassar*. *Jurnal Marathon*, 1(1), 29–44.
- Seff, F. (2016). *Tingkat Keberhasilan Groundstroke Forehand Dan Backhand Pemain Tim Nasional Tenis Lapangan Indonesia Pada Pertandingan Davis Cup Antara Indonesia Vs Vietnam Maret 2016 Di Solo*. UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA.

Resty Agustriyani*, Abdul Narlan, Nuriska Subekti, Tegar Maesabudi Pratama
Analisis Tingkat Kemampuan Pukulan Servis Tenis sebagai Dasar Pengembangan Pembelajaran Pendidikan Jasmani pada Klub Tenis Junior Manonjaya
DOI Artikel: doi.org/10.46306/jurinotep.v4i2.187