

STUDI LITERATUR MODEL PEMBELAJARAN PUKULAN DRIVE TENIS MEJA

Andriansah

Email: aan43112@gmail.com

Universitas Islam Indragiri

Article Info

Article history:

Received 07 ,12 2025

Revised 07 ,20, 2025

Accepted 07 ,31, 2025

Keywords:

Table Tennis

Drive Shot

sports learning

multiball,

training model

ABSTRACT (10 PT)

Penelitian ini merupakan telaah pustaka terhadap sepuluh artikel ilmiah yang membahas model pembelajaran pukulan drive dalam permainan tenis meja, khususnya untuk pemain pemula. Tujuan utama dari studi ini adalah untuk mengidentifikasi efektivitas model latihan drive, termasuk pendekatan multiball, dalam meningkatkan keterampilan teknik pukulan forehand dan backhand drive. Metode yang digunakan adalah analisis deskriptif berbasis literature review, dengan sumber data dari berbagai penelitian eksperimen, survei, dan pengembangan model (R&D). Hasil analisis menunjukkan bahwa masih banyak atlet, baik anak-anak maupun remaja, yang belum menguasai teknik pukulan drive dengan benar. Model pembelajaran yang menggabungkan pendekatan visual, interaktif, dan berbasis teknologi terbukti efektif dalam meningkatkan akurasi, kekuatan, serta penguasaan teknik dasar tenis meja. Penelitian ini merekomendasikan penggunaan metode latihan sistematis dan alat bantu audiovisual dalam pembelajaran olahraga, khususnya untuk guru, pelatih, dan penggiat olahraga pendidikan.

Corresponding Author:

aan43112@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Tujuan pendidikan adalah untuk meningkatkan perkembangan mental siswa sehingga mereka dapat mandiri melalui interaksi antara guru dan siswa. Menurut Rukmana dkk. (2021), pendidikan dapat didefinisikan secara luas sebagai suatu unit tindakan yang memfasilitasi pembelajaran dan pengembangan. Keterampilan yang dimiliki siswa sejak lahir dan lingkungan yang membentuk bakat mereka adalah dua faktor yang saling memengaruhi dan menentukan bagaimana mereka tumbuh dan berkembang. (Suwanto, 2024).

Olahraga terdiri dari dua kata: sport dan sport. Olah berarti tindakan, perilaku, atau perbuatan, sedangkan raga berarti tubuh dan mencakup makna melakukan tindakan sendiri dengan menggunakan tubuh. Dengan demikian, dapat didefinisikan secara sederhana sebagai aktivitas fisik atau gerakan tubuh. Dalam upaya untuk menjaga kesehatan fisik dan mental, orang-orang berpartisipasi dalam olahraga secara teratur. Tindakan tidak sadar yang

dilakukan dalam kehidupan sehari-hari, seperti membersihkan, mengepel, dan menaiki tangga, termasuk dalam deskripsi aktivitas olahraga. Namun, kegiatan sehari-hari ini tidak cukup untuk mencapai keadaan kesehatan fisik dan spiritual. Diperlukan olahraga teratur untuk mencapai keadaan tubuh dan jiwa yang sehat. (Wardi et al., 2024).

Tenis meja menurut Kementerian Pendidikan Nasional (2003:3) adalah permainan yang memanfaatkan alat pemukul yang biasa disebut bat dan meja sebagai arena yang dipisahkan oleh jaring (net). Permainan ini memakai bola kecil dari seluloid. Menurut Tomoliyus (2012:2), layanan dan pengembalian bola dapat dilakukan dengan pukulan forehand dan backhand. Pukulan drive, pukulan push, pukulan block, pukulan chop, dan pukulan service adalah lima jenis utama pukulan forehand dan backhand yang sangat krusial dalam tenis meja. Drive adalah pukulan yang memiliki energi terendah, menurut Alex Kertamanah (2003:7). Pukulan drive yang menjadi dasar bagi berbagai tipe pukulan serangan sering disebut juga dengan istilah angkatan. Teknik dasar dari serangan pukulan disebut sebagai pukulan drive. Salah satu gerakan yang sangat krusial dalam strategi pertahanan adalah drive (adar BakhshBaloch, 2017).

Tenis meja dapat berfungsi dengan baik jika latihan dimulai sejak dini. Hal ini memberi anak-anak waktu dan kesempatan untuk berlatih lebih banyak, yang diyakini dapat membantu mereka berkembang menjadi pemain tenis meja yang baik yang dapat menguasai semua dasar-dasarnya. Tanpa mengabaikan metode lain, salah satu dasar tenis meja yang paling penting adalah teknik memukul. (Burhanuddin Kharis, 2021).

Partisipasi otot tidak diragukan lagi diperlukan untuk pelaksanaan kemampuan motorik agar proses gerakan yang dimaksudkan dapat berlangsung. Menurut Widiastuti, keterampilan motorik "menuntut koordinasi dan kontrol bagian atau seluruh tubuh yang dapat dilakukan melalui proses pembelajaran". Definisi tersebut membawa kita pada kesimpulan bahwa keterampilan motorik adalah kemampuan untuk mengoordinasikan dan mengatur gerakan anggota tubuh untuk mencapai tujuan tertentu melalui penggunaan otot. Pukulan drive merupakan salah satu keterampilan dasar yang perlu dipelajari oleh setiap pemain tenis meja. (Pranata & Edho Widiastuti, 2018)

Bahkan pada kelompok pemula, beberapa atlet masih memiliki keterampilan drive yang kurang baik dalam hal latihan drive. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya atlet yang tidak melakukan pukulan drive, yang mengakibatkan bola keluar dari meja (lapangan permainan) atau terbawa masuk ke net. Sebagai tugas akhir (tesis), penulis mengangkat isu menarik

tentang bagaimana melakukan penelitian pengembangan untuk membantu atlet tenis meja meningkatkan keterampilan pukulan drive mereka.

Pembuatan model latihan drive tenis meja kategori pemula untuk klub merupakan salah satu tujuan penelitian yang telah disebutkan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengumpulkan data yang komprehensif mengenai penggunaan model latihan drive. Penelitian ini menggunakan metodologi penelitian pengembangan Research & Development (R&D) Borg and Gall. Subjek penelitian adalah tiga puluh atlet tingkat pemula.(Samsuddin Siregar, 2020).

Saat bermain tenis meja, keterampilan pukulan forehand dan backhand dapat ditingkatkan dengan menggunakan strategi latihan yang efisien dan berhasil serta dengan berlatih dalam jangka waktu yang lama. Oleh karena itu, untuk mencapai keterampilan yang diinginkan, diperlukan metode yang tepat. Latihan dengan metode multiball memerlukan pukulan forehand dan backhand yang konstan. Berdasarkan pernyataan ini, tujuan analisis ini adalah untuk mengamati jurnal literatur yang berfokus pada dampak latihan multiball terhadap hasil keterampilan pukulan forehand dan backhand drive dalam kegiatan ekstrakurikuler tenis meja. Dengan menggunakan desain meta-analisis, metode analisis ini meneliti sepuluh tinjauan melalui penggunaan survei, eksperimen, dan meta-analisis.

2. METODE

Menurut boote & Beile (2005), Literature review adalah kegiatan ilmiah yang mengevaluasi dan mensintesis hasil-hasil penelitian sebelumnya secara kritis untuk membangun kerangka konseptual yang kuat dalam studi baru.

Penelitian ini menggunakan metode literature review atau studi pustaka, yaitu pendekatan yang dilakukan dengan menelaah, menganalisis, dan mensintesis berbagai sumber ilmiah yang relevan dengan topik penelitian. Literatur yang dikaji meliputi jurnal nasional dan internasional, artikel ilmiah, serta dokumen penelitian terdahulu yang membahas tentang model pembelajaran pukulan drive dalam olahraga tenis meja, khususnya pada pemain pemula.

Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan cara mencari, memilih, dan mereview 10 artikel ilmiah yang dipublikasikan dalam rentang waktu tertentu dan telah melalui proses peer-review. Analisis data dilakukan secara deskriptif-kualitatif dengan mengidentifikasi

kesamaan, perbedaan, temuan utama, dan kontribusi setiap artikel terhadap pengembangan teknik pukulan drive dalam pembelajaran olahraga.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

TABEL ARTIKEL

NO	JUDUL DAN PENULIS	PERMASALAHAN	METODE	HASIL DAN PEMBAHASAN
1	Model Pembelajaran Pukulan Forehand Drive Tennis Meja Untuk SD Kelas Atas (Fatmawati et al., 2023)	Memperkenalkan tenis meja dengan model pembelajaran modifikasi untuk siswa SD kelas atas.	Penelitian dan pengembangan (R&D) Borg & Gall.	Model pembelajaran forehand drive dinilai baik dan layak diterapkan menurut 42 ahli.
2	Pengaruh Latihan Multiball terhadap Hasil Keterampilan Pukulan Drive (Burhanuddin Kharis & Dony Andrijanto, 2021)	Peningkatan keterampilan forehand dan backhand drive melalui metode latihan yang efisien.	Latihan multiball secara berulang dan kontinu.	Multiball efektif tingkatan keterampilan forehand dan backhand drive secara signifikan.
3	Model Latihan Drive Tennis Meja Kategori Pemula Untuk Klub (Edho Pranata & Widiastuti, 2018)	Menyusun model latihan drive untuk atlet pemula klub tenis meja.	Penelitian pengembangan (R&D) Borg & Gall.	Model latihan terbukti efisien dan menunjukkan perbedaan signifikan pada pre-test dan post-test.
4	Efektivitas Model Pembelajaran Berbasis Permainan (Samsuddin Siregar & Nono Hardinoto, 2020)	Evaluasi efektivitas pembelajaran berbasis permainan pada keterampilan forehand drive.	Eksperimen, desain randomized control group pretest-posttest.	Kedua kelompok pembelajaran menunjukkan peningkatan signifikan.
5	Pengaruh Latihan Drill Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Drive (Egi Ginanjar Saputra et al., 2019)	Rendahnya ketepatan backhand drive pada siswa.	Pre-eksperimen dengan desain pretest-posttest.	Terdapat peningkatan signifikan pada ketepatan pukulan backhand drive ($p < 0,05$).
6	Motivasi dan Ketepatan Forehand Drive pada Peserta Didik MTsN 6 Banjar (Sahra Wardi et al., 2024)	Identifikasi motivasi dan akurasi forehand drive siswa ekstrakurikuler.	Deskriptif kuantitatif dengan proporsional sampling.	Mayoritas siswa memiliki motivasi baik hingga sangat baik terhadap forehand drive.

7	Analisis Keterampilan Servis Isi Forehand Atlet PTMSI Jambi (Situmorang & Amelia Rosita, 2024)	Pengembangan kemampuan servis isi forehand pada atlet putra PTMSI.	Wawancara, dokumentasi, analisis data statistik dan tabel.	Latihan servis terstruktur terbukti penting dan efektif sebagai dasar strategi pertandingan.
8	Pembelajaran Pukulan Drive Melalui Pendekatan Resiprokal (Witri Suwanto, 2024)	Menerapkan metode resiprokal pada pembelajaran pukulan drive.	Penelitian tindakan kelas dua siklus (perencanaan, observasi, refleksi).	Pembelajaran resiprokal menunjukkan peningkatan pemahaman dan hasil belajar siswa.
9	Pengaruh Model Pembelajaran Kooperatif Terhadap Hasil Belajar Drive (Ni Putu Dwi Sucita et al., 2023)	Menguji pengaruh model pembelajaran kooperatif tipe STAD terhadap hasil belajar drive.	Eksperimen dengan desain pretest–posttest control group.	Model kooperatif STAD berpengaruh positif terhadap hasil belajar drive siswa.
10	Peningkatan Forehand Drive melalui Media Audio Visual (Roiyatul Ruqayah et al., 2025)	Upaya meningkatkan keterampilan forehand drive dengan media audiovisual di SMA.	Eksperimen dengan desain pretest–posttest one-group.	Media audiovisual efektif meningkatkan kemampuan dan motivasi belajar siswa dalam pukulan forehand.

Berdasarkan hasil pengamatan, dapat disimpulkan bahwa rendahnya kemampuan siswa dalam melakukan pukulan backhand drive sebagian besar disebabkan oleh ketidakmampuan mereka dalam memahami dan menggunakan teknik tersebut dengan tepat. Peneliti telah menetapkan bahwa cara terbaik untuk melakukan teknik pukulan backhand drive adalah: (1) Cara memegang bat, (2) Posisi siap, (3) Gerakan memukul, (4) Gerakan lanjutan, dan (5) Posisi gerakan akhir. Tidak dapat dipungkiri bahwa pukulan backhand drive yang dihasilkan akan lebih baik lagi apabila kelima komponen gerakan tersebut dapat dilakukan dengan benar. (Saputra et al., 2019).

Adapun beberapa hasil penelitian dari beberapa artikel adalah Berdasarkan hasil penelitian ini, dibuatlah sebuah model pembelajaran pukulan forehand drive. Model ini diujicobakan pada kelompok kecil yang terdiri dari 15 siswa kelas atas di SDN 04 Pagi Cakung Barat dan pada uji coba kelompok besar yang terdiri dari 30 siswa kelas atas di SDN 08 Pagi Cakung Barat. Model ini dipelajari untuk kelas-kelas sekolah dasar atas. (Fatmawati et al., 2023).

Dibawah ini adalah beberapa hasil dari artikel yang mengangkat judul yang menyerupai dengan judul yang saya ambill dalam journal review ini, Keterampilan teknik servis forehand

dasar 10 orang berdasarkan hasil analisis data. Empat orang memiliki persentase 40% dalam kategori sangat baik, yaitu berkisar antara 9 sampai 10; tiga orang memiliki persentase 30% dalam kategori baik, yaitu berkisar antara 7 sampai 8; dua orang memiliki persentase 20% dalam kategori cukup, yaitu berkisar antara 5 sampai 6; dan dua orang memiliki persentase 20% dalam kategori kurang, yaitu berkisar antara 5 sampai 6. Dapat dikatakan bahwa bakat teknik servis forehand tenis meja dasar siswa ekstrakurikuler SMA Al-Falah termasuk dalam kisaran sangat baik.(Handoko, 2021).

Dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pukulan drive untuk tenis meja Model pembelajaran pukulan drive tenis meja berhasil meningkatkan teknik, akurasi, kontrol tubuh, dan internalisasi gerakan. Teknik teknologi (latihan), ilmiah (inquiri), visual (video), dan interaktif (timbang balik) membentuk strategi pembelajaran holistik dan secara signifikan memengaruhi perkembangan siswa.

4. KESIMPULAN

Dari hasil kajian terhadap 10 artikel dalam literature review ini, disimpulkan bahwa mayoritas model dan metode pembelajaran yang digunakan terbukti memberikan dampak signifikan terhadap peningkatan keterampilan pukulan drive, baik forehand maupun backhand, dalam tenis meja. Sebanyak 8 dari 10 artikel menyatakan secara eksplisit bahwa pendekatan yang diterapkan efektif dan berpengaruh positif berdasarkan hasil analisis atau uji statistik, sedangkan 2 artikel lainnya bersifat deskriptif tanpa menunjukkan data signifikansi secara langsung.

Beberapa metode yang terbukti signifikan antara lain:

- Latihan multiball
- Model drill dan R&D
- Pembelajaran berbasis permainan
- Pendekatan resiprokal dan kooperatif
- Media pembelajaran audio visual

Dengan demikian, 80% artikel mendukung efektivitas metode pembelajaran dalam meningkatkan keterampilan pukulan drive. Hal ini menegaskan pentingnya pengembangan strategi latihan yang tepat, variatif, dan inovatif untuk mendukung proses pembelajaran tenis meja, khususnya bagi pelatih, guru, dan praktisi olahraga.

Berdasarkan data yang Anda berikan, simpulan berikut ini khusus untuk empat kelompok: pelajar, mahasiswa, guru, dan masyarakat umum:

a) Pelajar (dari sekolah dasar hingga sekolah menengah atas)

Melalui keterlibatan aktif dengan guru, pendidikan menumbuhkan kemandirian dan perkembangan mental (Rukmana et al., 2021; Suwanto, 2024). Selain aktivitas rutin sehari-hari, olahraga teratur, seperti tenis meja, sangat penting untuk menjaga kesehatan fisik dan mental (Wardi et al., 2024). Dalam tenis meja, keterampilan dasar seperti forehand dan backhand (terutama drive) sangat penting untuk menghasilkan poin secara efisien melawan lawan yang bertahan (Depdiknas, 2003; Alex Kertamanah, 2003). Telah dibuktikan bahwa pelatihan awal, seperti pendekatan multiball, sangat meningkatkan kontrol dan akurasi pukulan. (Hasibuddin & Hasan, 2022).

b) Mahasiswa (Calon Pelatih / Olahragawan)

Analisis jurnal dan penelitian eksperimental telah menunjukkan efektivitas dan efisiensi latihan multibola dalam menumbuhkan kebiasaan motorik yang positif. Desain R&D studi (Borg & Gall) menawarkan landasan metodologis yang solid untuk menciptakan model latihan drive bagi pemula. Untuk mengurangi kesalahan dan meningkatkan kontrol, penting untuk memahami lima komponen teknik: pegangan, postur siap, gerakan memukul, kelanjutan, dan tindak lanjut (Saputra et al., 2019). Pendekatan metodis terhadap pelatihan ini menawarkan landasan ilmiah dan berguna untuk penelitian olahraga dan profesi kepelatihan. (Ruqayah.R & Zulni, 2025)

c) Guru & Pelatih

Pemahaman teknis dan kemandirian mental siswa. Pemahaman teknik gerakan mengemudi dapat dipercepat dengan penggunaan strategi pengajaran seperti coba-coba (pembelajaran berbasis penyelidikan), alat bantu audiovisual, dan umpan balik timbal balik. Di sekolah dasar dan menengah pertama, model pelatihan mengemudi—terutama multiball dan pembinaan—telah dievaluasi secara efektif melalui pengajaran, yang menunjukkan peningkatan signifikan dalam kemahiran siswa. Untuk melacak kemajuan siswa secara tepat, guru harus mendukung penilaian sistematis, evaluasi, dan latihan berulang.

d) Masyarakat Umum

Pendidikan tidak hanya mencakup pemberian pengetahuan, tetapi juga mencakup pembinaan pertumbuhan mental dan fisik anak secara menyeluruh, yang mana olahraga teratur dan lingkungan sekitar sangat penting. Selain aktivitas fisik sederhana yang rutin,

tenis meja merupakan olahraga yang dapat diakses oleh semua usia dan membantu menjaga kebugaran, fokus, dan refleksi. Metode pukulan dorong sederhana, efisien, dan merupakan titik awal yang baik untuk metode yang lebih rumit. Agar anak-anak dan remaja tumbuh sehat, disiplin, dan mandiri, masyarakat mendorong mereka untuk berlatih secara teratur sejak usia muda dengan menggunakan teknik seperti multiball.

REFERENSI

Adar BakhshBaloch, Q. (2017). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Drive Permainan Tennis Meja. *11*(1), 92–105.

Article, O. (2023). *TABLE TENNIS FOREHAND DRIVE LEARNING MODEL FOR UPPER CLASS Universitas Negeri Jakarta* , wati_fatma16@yahoo.com Universitas Negeri Jakarta , nofims@unj.ac.id Universitas Negeri Jakarta , hernawan.fikunj@gmail.com. *2*(1), 30–42.

Burhanuddin Kharis, D. A. (2021). Pengaruh latihan Multiball terhadap Hasil Keterampilan Pukulan Drive Forehand dan Backhand pada Ekstrakurikuler Tennis Meja. *Https://Ejournal.Unesa.Ac.Id/Index.Php/Jurnal-Pendidikan-Jasmani/Issue/Archive*, *9*(1), 487–494.
Handoko, A. (2021). Jurnal Pion. *Jurnal Pion*, *1*(1), 34–43.

Hasibuddin, M., & Hasan, M. S. (2022). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan Dan Kecepatan Reaksi Tangan Terhadap Kemampuan Pukulan Forehand Drive Dalam Permainan Tennis Meja Pada Atlet BKMf Tennis Meja Universitas Negeri Makassar. *JOCCA: Journal of Sport Education, Coaching, and Health Volume*, *2*(1), 46–61.

Meja, T., & Visual, M. A. (2025). *Drive Tennis Meja Melalui Media Audio Visual*. *7*(1), 75–84.
Pranata, & Edho Widiastuti. (2018). Model Latihan Drive Tennis Meja Kategori Pemula Untuk Klub. *Jurnal Seger*, *1*(1), 21–30.

Samsuddin Siregar, N. H. (2020). Efektivitas Model Pembelajaran Berbasis Permainan Dalam Meningkatkan Keterampilan Forehand Drive Mahasiswa. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, *19*(1), 54–62.
Saputra, E. G., Muhtar, T., & Supriyadi, T. (2019). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Drive Permainan Tennis Meja. *SpoRTIVE*, *4*(1), 381–390.
Suwanto, W. (2024). 3318-3325. *4*, 3318–3325.

Wardi, S., Hamid, A., & Arifin, R. (2024). Motivasi Dan Tingkat Ketepatan Forehand Drive Pada Peserta Didik Ekstrakurikuler Tennis Meja Mtsn 6 Banjar I N F O a R T I K E L Abstrak. *Jurnal Ilmiah Penjas*, *10*(2), 2775–7609.