

Sosialisasi Instrumen Tes dan Pengukuran Kemampuan Pukulan *Drive* dalam Permainan Tenis Meja

Akbar Sudirman^{1*}, Reza Mahyuddin¹, Muflih Wahid Hamid¹, Hasbunallah¹, M.Adam Mappaompo¹

¹Universitas Negeri Makassar

*Corresponding Email: akbar.sudirman@unm.ac.id

Artikel Info

Submisi:
20 Mei 2025
Penerimaan:
31 Mei 2025
Terbit:
2 Juni 2025

Keywords:

Sosialisasi;
instrumen tes; *drive*
stroke, tenis meja

ABSTRAK

Kegiatan PKM ini bertujuan untuk mensosialisasikan dan memperkenalkan instrumen tes serta metode pengukuran kemampuan pukulan *drive* dalam permainan tenis meja kepada mahasiswa PJKR FIKK UNM. Dalam konteks pendidikan olahraga, kemampuan dalam melakukan evaluasi teknik secara objektif sangat dibutuhkan. Sayangnya, masih banyak mahasiswa yang belum mengenal instrumen baku untuk menilai keterampilan bermain tenis meja, khususnya pukulan *drive*. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah ceramah, demonstrasi, praktik, dan evaluasi. Data hasil observasi dan evaluasi selama kegiatan menunjukkan pemahaman materi 85% peserta mampu menjelaskan kembali komponen instrumen tes, indikator penilaian, dan prosedur pelaksanaannya. Kemampuan praktik 80% peserta mampu menerapkan instrumen tes secara mandiri dalam praktik simulasi di lapangan. Tanggapan peserta 90% peserta menyatakan bahwa instrumen ini sangat membantu dalam mengevaluasi kemampuan teknik dasar. Nilai rata-rata kemampuan forehand *drive* mahasiswa peserta pelatihan adalah 12 poin. Kegiatan ini diharapkan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran teknik tenis meja secara menyeluruh.

Pendahuluan

Tenis meja adalah permainan yang ditandai dengan adanya bola yang dipukul secara bolak balik di atas meja. Permainan tenis meja merupakan olahraga yang menuntut kecepatan, koordinasi, dan keterampilan teknik (Salim, 2022). Oleh karena itu seorang pemain tenis meja tentunya harus didukung oleh unsur kondisi fisik utamanya kecepatan dan koordinasi.

Salah satu teknik dasar yang wajib dikuasai oleh setiap pemain adalah pukulan *drive*. Pukulan ini digunakan dalam permainan untuk menyerang dengan bola cepat dan datar. Begitu sangat pentingnya peran pukulan ini dikuasai oleh atlet tenis meja, sehingga untuk menguasai teknik pukulan *drive* tentunya dibutuhkan Latihan yang spesifik, beban Latihan yang progresif, dan perlunya berbagai variasi dalam Latihan (Bompa, 2009). Latihan merupakan suatu proses pembinaan secara sistematis yang

dilakukan dalam jangka panjang, berkesinambungan, dan bertujuan untuk meningkatkan kemampuan serta prestasi atlet (Harsono, 2018). Latihan tentunya secara umum memperhatikan unsur-unsur multidimensi seperti fisik, teknik, taktik, mental, dan strategi pemulihan (*recovery*) (Sukadiyanto & Muluk, 2011).

Sementara dalam proses pembelajaran, penting bagi mahasiswa pendidikan jasmani untuk tidak hanya menguasai teknik bermain, tetapi juga memiliki kemampuan melakukan evaluasi keterampilan tersebut secara objektif (Winarno.M.E, 2013). Masalah utama yang sering dihadapi dalam pengajaran tenis meja adalah kurangnya instrumen yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain secara kuantitatif. Evaluasi keterampilan pukulan *drive* seringkali bersifat subjektif, tergantung pada penilaian

visual pelatih atau dosen. Oleh karena itu, diperlukan sosialisasi instrumen tes yang valid, reliabel, dan mudah digunakan, agar proses evaluasi menjadi lebih terstandarisasi dan objektif (Sugiyono, 2019). Sehingga melalui kegiatan PKM ini tentunya memiliki tujuan untuk memperkenalkan instrument tes dan pengukuran kemampuan pukulan *drive* dalam permainan tenis meja.

Metode

Kegiatan ini menggunakan pendekatan edukatif-partisipatif, yang menggabungkan metode ceramah, demonstrasi, dan praktik langsung. Kegiatan dilaksanakan dalam bentuk sosialisasi instrument tes teknik dasar tenis meja, khususnya pukulan *drive*, yang disertai evaluasi kemampuan peserta melalui instrumen tes teknik. Subjek dalam kegiatan PKM ini adalah mahasiswa FIKK UNM jurusan PJKR yang berjumlah 25 orang. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 5 Mei 2025 di kampus FIKK UNM tepatnya di gor tenis meja. Kegiatan ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan:

1. Ceramah dan Diskusi

Memberikan penjelasan mengenai pentingnya evaluasi keterampilan dan instrumen pengukuran yang sesuai. Pada tahap ini pula dijelaskan mengenai terkait bagaimana pelaksanaan tes serta norma penilaian dari instrument tersebut.

2. Demonstrasi Instrumen Tes

Menunjukkan cara penggunaan alat ukur dan kriteria penilaian teknik pukulan *drive*. Pada tahap ini mahasiswa dipilih satu orang untuk dijadikan sebagai sampel untuk melakukan uji coba tes kemampuan pukulan *drive*.

3. Praktik Langsung Mahasiswa

Mahasiswa diminta untuk melakukan pukulan *drive* menggunakan bola ke arah papan target, yang sudah dibagi ke dalam dua zona penilaian, yaitu *zona midle* dan *zona baseline*. Setiap mahasiswa diberikan kesempatan untuk melakukan *drive* sebanyak 20 kali dengan ketentuan sebagai berikut: 10 kali pukulan *drive* mahasiswa mengarahkan ke sasaran *midle*, setelah itu

10 bola berikutnya pukulan *drive* akan di arahkan ke sasaran *baseline*. Setiap bola yang masuk di area sasaran, maka dihitung 1 poin (Sudirman, 2024).

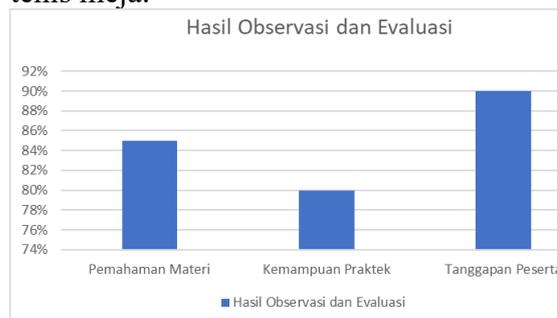
4. Evaluasi

Dilakukan *pre-test* dan *post-test* pemahaman, serta observasi langsung keterampilan mahasiswa menggunakan instrumen tes. Mahasiswa peserta kegiatan akan dilakukan tes langsung kemampuan pukulan *drivenya* satu persatu.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan sosialisasi dilakukan dengan melibatkan 25 mahasiswa jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar. Kegiatan dilaksanakan dalam dua sesi, yaitu sesi pemaparan materi (teori dan pengenalan instrumen tes) serta sesi praktik lapangan (simulasi penggunaan instrumen).

Data hasil observasi dan evaluasi selama kegiatan menunjukkan pemahaman materi 85% peserta mampu menjelaskan kembali komponen instrumen tes, indikator penilaian, dan prosedur pelaksanaannya. Kemampuan praktik 80% peserta mampu menerapkan instrumen tes secara mandiri dalam praktik simulasi di lapangan. Tanggapan peserta 90% peserta menyatakan bahwa instrumen ini sangat membantu dalam mengevaluasi kemampuan teknik dasar, khususnya pukulan *drive* serta dapat dijadikan rujukan bagi mahasiswa yang hendak melakukan penelitian sebagai pemenuhan tugas akhir penyelesaian studi, khususnya terkait *variable forehand drive* tenis meja.



Gambar 2. Grafik hasil Observasi dan Evaluasi

Data hasil tes kemampuan *forehand drive* mahasiswa peserta pelatihan dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Hasil tes *forehand drive* mahasiswa PJKR FIKK UNM

No	Peserta	Forehand Drive		Poin
		Midle	Baseline	
1	Teste 1	8	6	14
2	Teste 2	6	5	11
3	Teste 3	7	4	11
4	Teste 4	5	5	10
5	Teste 5	7	7	14
6	Teste 6	8	9	17
7	Teste 7	6	10	16
8	Teste 8	7	5	13
9	Teste 9	8	3	11
10	Teste 10	7	5	12
11	Teste 11	4	3	7
12	Teste 12	6	3	9
13	Teste 13	7	4	11
14	Teste 14	6	3	9
15	Teste 15	7	7	14
16	Teste 16	6	7	13
17	Teste 17	3	7	10
18	Teste 18	6	7	13
19	Teste 19	5	3	8
20	Teste 20	6	8	14
21	Teste 21	6	3	9
22	Teste 22	7	7	14
23	Teste 23	5	4	9
24	Teste 24	6	6	12
25	Teste 25	4	5	9
Rata-rata forehand drive				11,6

Nilai rata-rata kemampuan *forehand drive* mahasiswa peserta pelatihan adalah 11,6 poin atau bisa dibulatkan menjadi 12 poin. Dari hasil ini terlihat bahwa variasi kemampuan peserta sebagai peserta uji coba cukup beragam, menunjukkan bahwa instrumen tes dapat membedakan kemampuan secara objektif. Hasil sosialisasi membuktikan bahwa penggunaan instrumen tes pukulan *drive* mampu memberikan gambaran yang terukur terhadap kemampuan teknik peserta. Instrumen ini dinilai mudah diterapkan, baik dalam lingkungan sekolah, klub, maupun sesi pelatihan mandiri.

Instrumen ini memiliki keunggulan seperti objektivitas tinggi melalui penilaian berdasarkan skor pada target memberikan hasil yang terukur. Reliabilitas ketika dicoba beberapa kali, hasilnya cenderung stabil untuk setiap individu. Praktis karena Instrumen tidak memerlukan alat canggih,

cukup meja tenis, bet, bola, dan marking target. Namun, ditemukan pula beberapa tantangan dalam penerapannya seperti beberapa peserta mengalami kesulitan mengontrol kecepatan bola yang diterima karena pemberian bola kepada peserta masih dilakukan manual oleh seorang pengumpan.

Dari sisi implementasi, sosialisasi ini berhasil membuka wawasan peserta mengenai pentingnya evaluasi terstruktur dan terukur dalam olahraga, tidak hanya mengandalkan pengamatan subjektif. Hal ini sangat penting terutama di tingkat pembinaan usia dini dan pelatihan dasar. Secara umum, kegiatan ini memberikan kontribusi positif terhadap peningkatan kualitas pelatihan teknik dasar dalam tenis meja, serta mendukung proses pembelajaran yang lebih ilmiah dan berorientasi pada data.

Dokumentasi pelaksanaan kegiatan tes kemampuan pukulan *forehand drive* tenis meja dapat dilihat pada gambar 2 berikut:



Gambar 2. Dokumentasi pelaksanaan tes kemampuan *forehand drive*

Kesimpulan

Sosialisasi instrumen tes dan pengukuran kemampuan pukulan *drive* dalam permainan tenis meja memberikan hasil yang positif dan relevan untuk diterapkan dalam konteks pelatihan dan pendidikan olahraga. Instrumen yang disosialisasikan terbukti dapat mengukur kemampuan teknik pukulan *drive* secara objektif, praktis, dan dapat diandalkan. Peserta kegiatan menunjukkan pemahaman yang baik terhadap materi, serta mampu mengaplikasikan instrumen dalam praktik lapangan. Antusiasme peserta juga menandakan adanya kebutuhan akan alat evaluasi teknik yang lebih terstruktur. Dengan adanya instrumen ini, proses

pembinaan atlet, khususnya pada tahap awal dan menengah, dapat dilakukan secara lebih sistematis dan ilmiah. Instrumen ini juga dapat menjadi acuan dalam menyusun program latihan berdasarkan data kemampuan teknik individu. Serta dapat dijadikan sebagai bahan rujukan bagi mahasiswa yang hendak menyelesaikan tugas akhir study, khususnya topik yang berkaitan dengan forehand *drive* tenis meja.

Ucapan Terimakasih

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam pelaksanaan kegiatan sosialisasi ini, khususnya kepada mahasiswa PJKR FIKK UNM yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan sosialisasi dan praktik lapangan. Kepada pimpinan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan izin dan fasilitas tempat untuk kegiatan berlangsung. Kepada rekan sejawat yang telah memberikan masukan selama penyusunan dan pelaksanaan kegiatan.

Semoga kegiatan ini dapat memberikan manfaat nyata bagi pengembangan olahraga tenis meja baik ditingkat pendidikan (pembelajaran) maupun di berbagai tingkat pembinaan untuk sebuah prestasi.

Daftar Pustaka

- Bompa, T. O. (2009). *Periodization Theory and Methodology of Training* (P. Michael S. Bahrke (ed.)). Human Kinetics.
https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=2f9QDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PR1&dq=bompa+tudor&ots=rxO0Synbur&sig=9XCZTIGHvpACJa0hFg78Exe0LzI&redir_esc=y#v=onepage&q=bompa+tudor&f=false
- Harsono. (2018). *Kepelatihan Olahraga Teori dan Metodologi* (A. Kamsyah (ed.)). PT. Remaja Rosdakarya Offset.
- Salim, A. (2022). *Buku Pintar Tenis Meja*. <https://nuansa.co/product/buku-pintar-tenis-meja/>
- Sudirman, A. (2024). Pengaruh Latihan Plyometrik Terhadap Kemampuan

Pukulan Forehand Topspin Dalam Permainan Tenismeja Pada Mahasiswa FIK UNM. *Journal Physical Health Recreation (JPHR)*, 4(2), 489–493.
<https://doi.org/10.55081/JPHR.V4I2.2398>

- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (Sutopo (ed.); Kedua). Alfabeta Bandung.
- Sukadiyanto, & Muluk, D. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Lubuk Agung.
<https://onsearch.id/Record/IOS7274.slims-7358>
- Winarno.M.E. (2013). Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani. In *Universitas Negeri Malang (UM PRESS)*. IKIP Malang.
<http://lib.um.ac.id/wp-content/uploads/2018/02/Metodologi-Penelitian.pdf>