

## PENDEKATAN MODEL PEMBELAJARAN KONVENSIONAL DALAM MENINGKATKAN KEMAMPUAN PUKULAN DRIVE TENIS MEJA PADA MAHASISWA FIKK UNM

Akbar Sudirman<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Universitas Negeri Makassar

[<sup>1</sup>akbar.sudirman@unm.ac.id](mailto:akbar.sudirman@unm.ac.id)

**Abstract**

*This study aims to determine the extent to which the conventional learning model influences the improvement of table tennis forehand drive stroke ability in FIKK UNM students. The location of this study was conducted on the FIKK UNM campus, specifically at the Tennis Center (GOR). This research is a quantitative research using an experimental method with a one-group pretest-posttest design without involving a control group. The experimental group used a conventional learning model approach in general. The subjects of the study were students enrolled in the table tennis course in the 2024/2025 academic year, even semester, at FIKK UNM. The sampling technique was carried out using random sampling with the criteria of students who had no experience playing table tennis professionally, from this sampling technique, 17 students were determined as samples in this study. Measurement of table tennis drive stroke ability was carried out before (pretest) and after (posttest) the treatment to observe changes that occurred using a forehand drive stroke ability test instrument. There is a difference in the increase in the ability of forehand drive strokes in table tennis games before and after treatment for 14 meetings, where the average pretest value of 10.71 becomes 13.06, there is an increase in the average value of 2.35. The results of the t-test (paired sample t-test) of the experimental group of game-based learning models of FIKK UNM students can be obtained  $t_{count} = 16,000 > t_{table} = 1.746$  (sig. value  $0.000 < \alpha = 0.05$ ). So the hypothesis  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted, thus it is concluded that the research hypothesis is accepted that there is a significant influence from the initial test to the final test of the ability of forehand drive strokes in table tennis games in the experimental group with a conventional learning model approach in FIKK UNM students. The learning model with a conventional approach is effective in improving the basic technical abilities of table tennis, especially forehand drive strokes, in students. Therefore, the conventional learning model should be used as a basic method in the process of learning basic table tennis techniques.*

**Keywords:** *Conventional Model, Drive Shot, Table Tennis, Students*

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengaruh model pembelajaran konvensional dalam meningkatkan kemampuan pukulan forehand drive tenis meja pada mahasiswa FIKK UNM. Lokasi pada penelitian ini dilakukan di kampus FIKK UNM tepatnya di GOR Tenismeja. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen dengan desain one group pretest-posttest design tanpa melibatkan kelompok control. Kelompok eksperimen menggunakan pendekatan model pembelajaran konvensional pada umumnya. Subjek penelitian adalah mahasiswa yang terdaftar dalam mata kuliah tenis meja tahun akademik 2024/2025 semester genap di FIKK UNM. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara random sampling dengan kriteria mahasiswa yang belum memiliki pengalaman bermain tenis meja secara profesional, dari teknik sampling tersebut ditetapkan sebanyak 17 orang mahasiswa sebagai sampel dalam penelitian ini. Pengukuran kemampuan pukulan drive tenis meja dilakukan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) perlakuan untuk mengamati perubahan yang terjadi dengan menggunakan instrument test kemampuan pukulan *forehand drive*. Terlihat perbedaan peningkatan kemampuan pukulan forehand drive dalam permainan tenismeja sebelum dan setelah perlakuan selama 14 kali pertemuan dimana nilai rata-rata pretest 10,71 menjadi 13,06 terdapat peningkatan nilai rata-rata sebesar 2,35. Hasil uji-t (paired sample t test) kelompok eksperimen model pembelajaran berbasis permainan mahasiswa FIKK UNM, dapat diperoleh nilai  $t_{hitung} = 16,000 > t_{tabel} = 1,746$  (nilai sig.  $0,000 < \alpha = 0,05$ ). Maka hipotesis  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima yaitu ada pengaruh yang signifikan dari tes awal ke tes akhir kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenismeja pada kelompok eksperimen dengan pendekatan model pembelajaran konvensional pada mahasiswa FIKK UNM. Model pembelajaran dengan pendekatan secara konvensional efektif untuk meningkatkan kemampuan teknik dasar tenis meja khususnya pukulan forehand drive pada mahasiswa. Oleh karena itu hendaknya model pembelajaran secara konvensional dapat dijadikan sebagai metode dasar dalam proses pembelajaran teknik dasar tenis meja.

**Kata Kunci:** Model Konvensional, Pukulan Drive, Tenis Meja, Mahasiswa

Submitted: 2026-04-01	Revised: 2026-04-12	Accepted: 2026-04-26
-----------------------	---------------------	----------------------

## PENDAHULUAN

Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat (Sisdiknas, 2003). Pendidikan didefinisikan secara sederhana sebagai upaya manusia untuk menumbuhkan dan mengembangkan potensi pembawaan mereka secara fisik dan spiritual sesuai dengan nilai-nilai yang ada di masyarakat dan kebudayaan mereka.

Peserta didik merupakan bagian penting dari sistem pendidikan karena tujuan utamanya adalah membantu siswa mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan juga dianggap sukses ketika siswa dapat mencapai masa depan (Arifin, 2022). Tujuan utama Pendidikan nasional tahun 2025 adalah meningkatkan komitmen bersama terhadap pentingnya pendidikan sebagai pilar daya saing bangsa, meningkatkan partisipasi aktif dari semua pihak (pemerintah, pendidik, peserta didik, keluarga, dan masyarakat) dalam membangun pendidikan, dan mewujudkan pendidikan yang berkualitas tinggi dan inklusif untuk seluruh rakyat Indonesia. Dalam mewujudkan tujuan pendidikan nasional tersebut, maka olahraga pendidikan memiliki peran besar didalamnya.

Olahraga pendidikan merupakan komponen penting dari sistem pendidikan yang bertujuan untuk membentuk manusia secara fisik, mental, dan sosial. Di sekolah formal, olahraga bukan hanya kegiatan fisik saja tapi juga mengajarkan siswa nilai-nilai seperti disiplin, kerja sama, sportivitas, tanggung jawab, dan pengendalian diri. Dengan mengikuti aktivitas fisik yang terprogram, peserta didik tidak hanya meningkatkan kebugaran dan keterampilan motorik mereka, tetapi mereka juga membangun karakter yang positif yang mereka gunakan dalam kehidupan sehari-hari (Prianto, 2021). Oleh karena itu, untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, yaitu mencerdaskan kehidupan bangsa dan mengembangkan orang Indonesia yang sehat secara fisik dan mental, olahraga pendidikan menjadi alat strategis.

Pembaruan dalam praktik olahraga pendidikan diperlukan karena perkembangan zaman yang semakin kompleks. Sangat penting bagi guru pendidikan jasmani di sekolah untuk membuat pembelajaran menarik, menyenangkan, dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Oleh karena itu, olahraga pendidikan tidak hanya dapat menjadi rutinitas, tetapi juga dapat meningkatkan minat, keinginan, dan kesadaran siswa untuk berolahraga sepanjang hayat (Rani et al., 2025).

Pendidikan jasmani merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari pendidikan keseluruhan karena pendidikan jasmani menggunakan aktivitas jasmani sebagai pokok dari proses pembelajaran. Secara psikologis pendidikan yang menggunakan fisik sangat penting bagi perkembangan dan kemajuan peserta didik, dengan demikian belajar pendidikan jasmani sangat penting. Belajar sebagai proses yang aktif, *learning by doing*. Belajar dengan jalan melakukannya. Tidak ada belajar tanpa aktivitas, baik aktivitas fisik maupun mental (Bangun, 2016).

Mahasiswa olahraga memiliki peran penting bagi perkembangan dan kemajuan pendidikan olahraga di tanah air ini karena mereka merupakan bagian yang tak terpisahkan baik dari segi unsur pendidikan maupun dari sisi prestasi. Mahasiswa olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar dipersiapkan sebagai calon-calon pendidik di tingkat satuan pendidikan dasar sampai tingkat satuan pendidikan menengah atas. Disamping itu mahasiswa dapat mengembangkan potensi dalam dirinya sehingga bisa terlibat dalam olahraga prestasi baik sebagai atlet maupun sebagai pelatih.

Perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi dewasa ini, olahraga turut memberikan sumbangan yang besar dalam perwujudan manusia Indonesia, yang sehat jasmani dan rohani khususnya perkembangan olahraga di tanah air. Salah satu arah dari perkembangan olahraga adalah peningkatan prestasi berbagai cabang olahraga. Peranan olahraga di Indonesia makin lama kian berkembang dan menjadi penting, hampir semua provinsi di Negara kita ini termasuk Sulawesi Selatan sendiri, sebab selain berperan dalam membangun manusia yang sehat jasmani dan rohani juga mengharumkan nama daerah sendiri.

Peningkatan prestasi olahraga itu sendiri adalah sesuatu hal yang dipermasalahkan sepanjang olahraga itu dikenal sebagai kebutuhan hidup manusia. Peningkatan olahraga bersifat dinamis progresif, setiap fase waktu tertentu berubah dan cenderung maju serta meningkat seiring lajunya perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Maksud dan tujuan pembinaan serta peningkatan prestasi ini dapat digunakan sebagai penentu arah dalam upaya mengaktualisasikan aktivitas atlet, sehingga dapat terwujud keseimbangan antara mental, intelegensi dan skill. Selain itu, perlu adanya ketahanan fisik sebagai penunjang program peningkatan prestasi secara nasional dan internasional.

Terjadinya persaingan olahraga di dunia telah melahirkan semangat untuk mengadakan kajian di dalam bidang ini, kiranya melalui kajian ilmiah akan mengungkapkan permasalahan prestasi tersebut. Kajian ilmiah tentang bidang olahraga telah melahirkan bentuk latihan efektif untuk mengembangkan kemampuan fisik. Walaupun semua bentuk latihan memberikan pengaruh, tetapi tingkat efektifitas sebuah bentuk latihan dalam kurun waktu tertentu sangat perlu di perhatikan. Dasar dari alasan ini karena kompetensi yang diikuti oleh seorang atlet terkadang beberapa kali dalam setiap tahunnya. Dengan demikian latihan-latihannya harus dilakukan seefektif dan seefisien mungkin.

Pencapaian prestasi yang optimal bagi atlet tentunya tidak bisa terlepas dari peran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan ditingkat satuan pendidikan sebagai dasar bagi setiap atlet untuk terlibat didalam kepelatihan olahraga yang ditekuninya. Dalam kehidupan sehari-hari kita jumpai berbagai macam cabang olahraga, diantaranya tenis meja. Permainan tenis meja merupakan suatu bentuk permainan yang menggunakan meja dengan ukuran tertentu sebagai lapangan, net dan alat pemukul ( bat ) serta bola (Sudirman et al., 2024a). Pada permainan ini terdapat berbagai macam pukulan dengan teknik berseni dan teknik bertaktis. Selain itu permainan tenis meja memiliki daya tarik tersendiri sehingga cukup banyak orang yang menggemarnya.

Tenismeja merupakan mata kuliah wajib yang disajikan dalam kurikulum Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Makassar. Oleh karena sifatnya yang wajib maka perlu adanya inovasi didalam menyajikan mata kuliah ini agar setiap mahasiswa dapat mencapai ketuntasan dalam memprogramkan mata kuliah ini. Pencapaian ketuntasan yang merupakan salah satu indikator penilaian adalah kemampuan setiap mahasiswa dalam menguasai teknik dasar yang ada dalam cabang olahraga Tenismeja.

Beberapa teknik dasar yang ada mulai dari yang paling dasar sampai pada tingkat lanjutan diantaranya pegangan, posisi badan, pukulan (servis, push, drive, spin, chop, blok, flick), dan posisi kaki (Apriyanto, 2012). Waktu yang tersedia melalui perkuliahan sangat terbatas untuk menguasai setiap teknik dasar dalam permainan tenis meja, sehingga perlu adanya metode sebagai dasar utama untuk mencapai setiap kompetensi yang diharapkan dalam capaian pembelajaran. Upaya untuk memudahkan bagi setiap mahasiswa dalam menguasai teknik dasar tersebut berupa penerapan model pembelajaran yang efisien, efektif, kreatif, edukatif, dan menyenangkan yakni dengan model pembelajaran konvensional. Model pembelajaran ini dikemas dengan belajar Teknik dasar tenis meja dengan memberikan variasi dalam bentuk drill-drill baik secara berpasangan maupun secara berkelompok.

Model pembelajaran konvensional dalam olahraga adalah pendekatan yang berpusat pada guru (*teacher-centered*), di mana instruktur mendominasi proses pembelajaran melalui metode ceramah, demonstrasi, dan latihan fisik terstruktur (*drill*). Fokus utamanya adalah penguasaan keterampilan gerak teknis secara langsung, seringkali dengan hafalan gerakan dan kepatuhan tinggi dari siswa (Kesuma et al., 2021). Pola pembelajaran konvensional atau sering disebut dengan pendekatan pembelajaran klasik adalah sebuah pola pembelajaran yang menekankan pada otoritas pendidik dalam pembelajaran. Pola pembelajaran ini merupakan pola pembelajaran yang masih banyak dikritik saat ini. Namun demikian, pola pembelajaran ini masih menjadi pola pembelajaran yang paling banyak dipakai para pendidik (Syafnidawaty, 2020).

Pendekatan konvensional dapat dimaklumi sebagai pembelajaran yang lebih banyak berpusat pada guru, komunikasi lebih banyak satu arah dari guru ke peserta didik, metode

pembelajaran lebih pada penguasaan konsep-konsep bukan kompetensi. Meskipun banyak terdapat kekurangan, model pembelajaran konvensional ini masih diperlukan, mengingat model ini cukup efektif dalam memberikan pemahaman kepada para murid pada awal-awal kegiatan pembelajaran (Syafnidawaty, 2020)

Karakteristik utama model konvensional berpusat pada Guru menjelaskan, memperagakan teknik, dan memperbaiki kesalahan siswa secara langsung dengan menggunakan metode *Drill* dan *Demonstrasi*, siswa mengulangi satu gerakan teknik tertentu berkali-kali untuk mencapai otomatisasi. Misalnya pukulan drive tenis meja secara berulang-ulang dengan menggunakan bola banyak.

Dari beberapa teknik dasar yang ada dalam permainan tenismeja pukulan Forehand drive merupakan salah satu teknik yang memiliki peran yang sangat penting dalam permainan tenis meja (Moh et al., 2015). Forehand drive merupakan jenis pukulan pembuka untuk membangun serangan dan mematikan pergerakan lawan untuk meraih suatu poin dalam suatu reli. Mengingat bahwa waktu yang sangat terbatas dalam mengikuti perkuliahan dan banyaknya Teknik dasar yang lain yang menjadi tuntutan capaian pembelajaran bagi setiap mahasiswa. Oleh karena itu diperlukan model pembelajaran yang tepat untuk bisa terampil dalam melakukannya.

Melalui dasar pemikiran tersebut peneliti berpendapat bahwa model pembelajaran konvensional dapat memberikan dampak yang signifikan dalam penguasaan teknik dasar forehand drive dalam permainan tenismeja, sehingga fokus utamanya peneliti tertarik untuk membuktikannya melalui penelitian yang ilmiah dan data akurat dengan mengembangkan model pembelajaran dengan muatan demonstrasi dan drill-drill yang sesuai dengan karakter dari pukulan forehand drive itu sendiri. Sehingga melalui hasil penelitian ini nantinya dapat memberikan gambaran yang jelas terkait sejauhmana dan sampai dimana efek kebermaknaan dari model pembelajaran dengan pendekatan secara konvensional terhadap kemampuan pukulan forehand drive dalam permainan tenismeja.

#### **METODE(Tahoma, 10 pt.Spasi 1,15)**

Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan desain one group pretest-posttest design tanpa melibatkan kelompok kontrol. Kelompok eksperimen menggunakan pendekatan model pembelajaran konvensional. Subjek penelitian adalah mahasiswa yang terdaftar dalam mata kuliah tenis meja tahun akademik 2024/2025 semester genap di FIKK UNM. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara random sampling dengan kriteria mahasiswa yang belum memiliki pengalaman bermain tenis meja secara profesional, dari teknik sampling tersebut ditetapkan sebanyak 17 orang mahasiswa sebagai sampel dalam penelitian ini. Pengukuran kemampuan pukulan drive tenis meja dilakukan sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) perlakuan untuk mengamati perubahan yang terjadi. Perlakuan yang diberikan berupa penerapan model pembelajaran berbasis permainan selama 6 minggu dengan frekuensi 3 kali seminggu sebanyak 16 kali pertemuan.

Penerapan model pembelajaran konvensional yang dimaksud dalam penelitian ini adalah pada tahap awal mahasiswa kelompok eksperimen diberikan pretest kemampuan pukulan drive. Selanjutnya pada sesi latihan selama 14 kali pertemuan beberapa tahapan materi yang diberikan mulai dari tahapan penjelasan dan demonstrasi, pada tahap ini penjelasan tentang Teknik dasar termasuk posisi badan, pegangan, posisi kaki, ayunan, perkenaan bola, dan gerakan lanjutan. Selanjutnya tahapan latihan drill tanpa bola bertujuan untuk menciptakan otomatisasi gerak, membentuk pola ayunan lengan, dan meningkatkan koordinasi motorik. Tahapan berikutnya adalah drill berulang dengan menggunakan bola, latihan drill pada tahap ini dilakukan secara berpasangan dengan memvariasikan arah bola ( lurus dan menyilang pada sisi meja). Fokus utama pada tahap ini adalah konsistensi, ayunan, akurasi, kontrol, dan timing.

Pada tahap akhir mahasiswa diberikan posttest untuk melihat efektivitas model latihan yang diberikan. Adapun instrumen yang digunakan adalah test kemampuan pukulan *forehand drive*. Pelaksanaannya *testee* berdiri dibelakang meja berhadapan dengan sisi meja yang merupakan

daerah sasaran (*mid-court/ baseline*) untuk menentukan nilai pukulan seorang *testee*. Pengumpan mengambil posisi di samping sisi meja, pengumpan menyiapkan dua puluh (20) buah bola untuk *testee*. Sementara pencatat nilai mengambil tempat di samping sisi meja yang lain. Sebelum tes dimulai semua petugas dan *testee* telah berada pada posisinya masing-masing. Pengumpan mengumpan bola dengan menggunakan bet dari arah berlawanan dengan *testee*. Kemudian selanjutnya *testee* menyambut bola setelah melenting dengan pukulan *forehand drive* dan mengarahkan bola ke daerah sasaran (*mid-court/ baseline*), 10 bola pertama *testee* mengarahkan pukulan *forehand drive* ke sasaran *mid-court*, 10 bola berikutnya *testee* mengarahkan pukulan *forehand drive* ke sasaran *baseline*, pencatat nilai mencatat nilai pukulan *testee* dengan syarat pukulan di hitung satu (1) jika bola jatuh di daerah sasaran (*mid-court/ baseline*) dan apabila bolanya jatuh di luar sasaran maka di hitung nol (0). Hal ini dilakukan berturut-turut sebanyak dua puluh (20) kali setiap *testee* dengan 10 bola pertama sasaran *mid-court* dan 10 bola berikutnya sasaran *baseline*. Pukulan dinyatakan tidak sah bila bola divoli, bola tidak menyebrang/ tersangkut di net dan keluar dari area lapangan, *testee* memukul bola setelah bola memantul lebih dari 1 kali (*Martin Sklorz, 1973*) dalam (Sudirman et al., 2024b).

Analisis data penelitian menggunakan Uji T Berpasangan (Paired Sample T-Test) karena data hasil penelitian terdistribusi normal dan memenuhi asumsi lainnya. Uji ini membandingkan rata-rata skor pretest dan posttest untuk melihat ada tidaknya perbedaan yang signifikan (Sugiyono, 2019).

**HASIL DAN PEMBAHASAN (Tahoma, 10 pt.Spasi 1,15)**

Hasil penerapan model pembelajaran konvensional dalam meningkatkan kemampuan pukulan drive tenis meja mahasiswa FIKK UNM dapat diamati. Data tersebut dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui gambaran secara umum data penelitian. Analisis data mengenai pendekatan model pembelajaran konvensional terhadap variable yang menjadi objek dalam penelitian ini yaitu kemampuan pukulan forehand drive tenis meja mahasiswa FIKK UNM dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Rekapitulasi data kemampuan pukulan forehand drive kelompok eksperimen

Descriptive Statistics							
Test	N	Range	Min	Max	Sum	Mean	Std. Deviation
Pretest Kelompok Eksperimen	17	11	6	17	182	10.71	3.098
Posttest Kelompok Eksperimen	17	10	8	18	222	13.06	2.968

Data kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenismeja melalui pendekatan model pembelajaran konvensional tes awal (*pretest*) dari 17 jumlah sampel diperoleh kemampuan pukulan *forehand drive* dengan total nilai sebesar 182, nilai rata-rata 10.71 dengan hasil standar deviasi 3.098 sedangkan range 11 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 6 dan nilai maksimal 17.

Data kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenismeja melalui pendekatan model pembelajaran konvensional tes akhir (*posttest*) dari 17 jumlah sampel diperoleh kemampuan pukulan *forehand drive* dengan total nilai sebesar 222, nilai rata-rata 13.06 dengan hasil standar deviasi 2.968 sedangkan range 10 diperoleh dari selisih data antara nilai minimal 8 dan nilai maksimal 18.

Pada table 1 terlihat perbedaan peningkatan kemampuan pukulan forehand drive dalam permainan tenismeja sebelum dan setelah perlakuan selama 14 kali pertemuan dimana nilai rata-

rata pretest 10,71 menjadi 13,06 terdapat peningkatan nilai rata-rata sebesar 2,35. Selanjutnya data di uji normalitas untuk menentukan data berdistribusi normal atau tidak sebagai uji prasyarat sebelum lanjut ke analisis statistik selanjutnya.

Tabel 2. Hasil analisis uji normalitas data pretest dan posttest kelompok eksperimen

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Pre-Test Model Pembelajaran Konvensional	.121	17	.200*	.957	17	.571
Post-Test Model Pembelajaran Konvensional	.096	17	.200*	.968	17	.779

\*. This is a lower bound of the true significance.  
a. Lilliefors Significance Correction

Sampel dalam penelitian ini adalah ukuran kecil (kurang dari 50), maka yang menjadi pedoman adalah Shapiro-Wilk. Hasil pengujian normalitas data *pretest* kelompok model pembelajaran konvensional terhadap kemampuan pukulan *forehand drive* diperoleh nilai signifikan Shapiro-Wilk sebesar  $0,571 > 0,05 = \alpha$ , hal ini menunjukkan bahwa data *pretest* kelompok model pembelajaran konvensional berdistribusi normal. Sementara data *posttest* kelompok model pembelajaran konvensional terhadap kemampuan pukulan *forehand drive* diperoleh nilai signifikan Shapiro-Wilk sebesar  $0,779 > 0,05 = \alpha$ , hal ini menunjukkan bahwa data *posttest* kelompok model pembelajaran konvensional berdistribusi normal.

Selanjutnya uji hipotesis, data hasil penelitian menunjukkan distribusi normal sehingga data di analisis secara parametrik menggunakan Uji t dilakukan untuk untuk melihat perbedaan rata-rata kedua kelompok data yang saling berhubungan atau berpasangan, dalam hal ini data pretest dan *posttest* kelompok eksperimen dengan pendekatan model pembelajaran konvensional dalam meningkatkan kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada mahasiswa FIKK UNM. Uji t yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji *paired sample t test*. Taraf signifikan yang digunakan adalah  $\alpha = 0,05$  dengan kriteria pengujiannya adalah  $H_0$  diterima bila  $t_{hitung} \leq t_{tabel}$  (nilai sig  $> \alpha$ ) dan  $H_0$  ditolak bila  $t_{hitung} > t_{tabel}$  (nilai sig  $< \alpha$ ) (Sugiyono, 2019).

Tabel 3. Hasil analisis uji *paired sample t test* kelompok eksperimen

Variabel penelitian	Mean			$t_{hitung}$	$t_{tabel}$	df	sig.	$\alpha$
	Pretest	Posttest	Range					
Kelompok Eksperimen model pembelajaran konvensional	10.71	13.06	2,35	16,000	1,746	16	0,000	0,05

Berdasarkan tabel 3 hasil uji-t (*paired sample t test*) kelompok eksperimen model pembelajaran konvensional mahasiswa FIKK UNM, dapat diperoleh nilai  $t_{hitung} = 16,000 > t_{tabel} = 1,746$  (nilai sig.  $0,000 < \alpha = 0,05$ ). Maka hipotesis  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima, dengan demikian disimpulkan bahwa hipotesis penelitian diterima yaitu ada pengaruh yang signifikan dari tes awal ke tes akhir kemampuan pukulan *forehand drive* dalam permainan tenis meja pada kelompok eksperimen dengan pendekatan model pembelajaran konvensional pada mahasiswa FIKK UNM.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan model pembelajaran secara konvensional memberikan dampak positif terhadap peningkatan kemampuan pukulan drive dalam permainan

tenis meja. Hal ini dapat dijelaskan melalui beberapa aspek. Model pembelajaran konvensional menempatkan mahasiswa dalam situasi belajar secara sistematis, aktif, dan interaktif. Proses pembelajaran yang dikemas dalam beberapa tahapan, mulai dari hal yang sifatnya sederhana sampai pada materi yang lebih kompleks. Sehingga mampu memberikan kesempatan pada setiap mahasiswa dalam menyesuaikan diri terhadap setiap teknik yang disajikan secara drill. Dalam konteks pembelajaran pukulan drive, pendekatan model pembelajaran konvensional dirancang dengan menekankan pengulangan gerak secara alami sehingga teknik dasar pukulan drive dapat terbentuk menjadi lebih baik.

### **SIMPULAN (Tahoma, 10 pt.Spasi 1,15)**

Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa pendekatan model pembelajaran konvensional efektif dalam meningkatkan kemampuan pukulan drive dalam permainan tenis meja. Hal ini ditunjukkan melalui meningkatnya kemampuan pukulan drive tenis meja mahasiswa kelompok eksperimen setelah diberikan perlakuan dalam berbagai tahapan-tahapan yang disajikan dalam bentuk penjelasan, demonstrasi, dan drill-drill yang divariasikan selama proses pembelajaran. Hal ini pula didukung oleh data dan telah dibuktikan secara statistik.

### **DAFTAR PUSTAKA (Tahoma, 10 pt )**

- Apriyanto, D. (2012). *Mengenal tenis Meja - - Google Buku*.  
[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=5A19DQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA4&dq=teknik+dasar+tenis+meja&ots=2EHsUyRx4M&sig=DOTsnIzGs-zNukfF4au2-GadtIU&redir\\_esc=y#v=onepage&q=teknik dasar tenis meja&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=5A19DQAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA4&dq=teknik+dasar+tenis+meja&ots=2EHsUyRx4M&sig=DOTsnIzGs-zNukfF4au2-GadtIU&redir_esc=y#v=onepage&q=teknik dasar tenis meja&f=false)
- Arifin, Z. (2022). Manajemen Peserta Didik sebagai Upaya Pencapaian Tujuan Pendidikan. *Dirasat: Jurnal Manajemen Dan Pendidikan Islam*, 8(1), 71–89.  
<https://doi.org/10.26594/DIRASAT.V8I1.3025>
- Bangun, S. Y. (2016). Peran Pendidikan Jasmani dan Olahraga pada Lembaga Pendidikan di Indonesia. *Publikasi Pendidikan*, VI, 6(3). <http://ojs.unm.ac.id/index.php/>
- Kesuma, I. N. A. A., Yoda, I. K., & Hidayat, S. (2021). Pengaruh Model Pembelajaran dan Motivasi Terhadap Hasil Belajar PJOK pada Siswa SMP. *JURNAL PENJAKORA*, 8(1), 62–70.  
<https://doi.org/10.23887/PENJAKORA.V8I1.31091>
- Moh, N., Atmaja, K., & Tomoliyus, I. T. (2015). PENGARUH METODE LATIHAN DRILL DAN WAKTU REAKSI TERHADAP KETEPATAN DRIVE DALAM PERMAINAN TENIS MEJA. *Jurnal Keolahragaan*, 3(1), 56–65. <https://doi.org/10.21831/jk.v3i1.4969>
- Prianto, D. A. (2021). *Kajian Ilmu Keolahragaan Ditinjau Dari Filsafat Ilmu* (T. C. Mutohir & M. Pramono (eds.)). Zifatama Jawara.  
[https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=UAIhEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA135&dq=olahraga+pendidikan+menurut+para+ahli&ots=C2C6HDxrxl&sig=hmYXOpb0HOHJxV3jMd0c3Iq-Iz8&redir\\_esc=y#v=onepage&q=olahraga pendidikan menurut para ahli&f=false](https://books.google.co.id/books?hl=id&lr=&id=UAIhEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA135&dq=olahraga+pendidikan+menurut+para+ahli&ots=C2C6HDxrxl&sig=hmYXOpb0HOHJxV3jMd0c3Iq-Iz8&redir_esc=y#v=onepage&q=olahraga pendidikan menurut para ahli&f=false)
- Rani, C., Pratiwi, D. E., Hidayat, Y. A., Humaira, S. S., & Suyono, S. (2025). Keberhasilan Praktik Bermain pada Pembelajaran Penjas di SD Negeri 105287 dalam Menciptakan Pembelajaran yang Aktif dan Kreatif. *ALACRITY: Journal of Education*, 5, 75–84.  
<https://doi.org/10.52121/ALACRITY.V5I1.538>
- Sisdiknas, U.-U. R. N. 20 T. 2003. (2003). *Pengertian Pendidikan Menurut Ahli - Pendidikan Guru Sekolah Dasar*. <https://pgsd.upy.ac.id/2018/06/06/pengertian-pendidikan/>
- Sudirman, A., Ridwan, A., Negeri Makassar, U., Selatan, S., Jl P Pettarani, I. A., Rappocini, K., & Makassar, K. (2024a). Pengaruh Latihan Drill terhadap Kemampuan Pukulan Topspin dalam Permainan Tenismeja pada Mahasiswa FIKK UNM. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(3), 624–633.  
<https://doi.org/10.55081/JURDIP.V5I3.3392>

- Sudirman, A., Ridwan, A., Negeri Makassar, U., Selatan, S., Jl P Pettarani, I. A., Rappocini, K., & Makassar, K. (2024b). Pengaruh Latihan Drill terhadap Kemampuan Pukulan Topspin dalam Permainan Tenismeja pada Mahasiswa FIKK UNM. *Jurnal Dunia Pendidikan*, 5(3), 624–633. <https://doi.org/10.55081/JURDIP.V5I3.3392>
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D* (ed.); Kedua). Alfabeta Bandung.
- Syafnidawaty. (2020). *Model Pembelajaran Konvensional - Universitas Raharja*. <https://raharja.ac.id/model-pembelajaran-konvensional/>