

# PENGARUH METODE LATIHAN DRILL TERHADAP KETEPATAN PUKULAN BACKHAND DRIVE PERMAINAN TENIS MEJA

1. Egi Ginanjar Saputra (Egiginanjarsaputra07@gmail.com)
2. Dr. Tatang Muhtar, M.Si (tatangmuhtar@upi.edu)
3. Tedi Supriyadi (tedisupriyadi@upi.edu)

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurachman No. 211 Sumedang

## ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan pukulan drive terutama pukulan backhand sehingga tidak tepat sasaran. Oleh karena itu siswa-siswinya mempunyai masalah dalam permainan tenis meja. Mereka kurang paham atau bisa cara melakukan pukulan backhand drive yang baik dan benar. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh dari Latihan Drill terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Drive Permainan Tenis Meja Siswa SDN Cijelag Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah pre eksperimen dengan desain penelitian *Pre-test Post-test Design*. Penelitian ini dilaksanakan di satu sekolah dasar dengan satu kelompok yang diberikan *treatment*. Hasil dari penelitian ini yaitu diperoleh rata-rata peningkatan pada kelompok *treatment*, yaitu yang awalnya sebesar 10,7 menjadi meningkat sebesar 12,3. hasil uji beda rata-rata didapatkan *P-value* sebesar 0,0. Itu artinya  $P\text{-value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan kemampuan ketepatan pukulan backhand drive.

**Kata Kunci :** Teknik pukulan drive permainan tenis meja.

## PENDAHULUAN

Pendidikan di Indonesia ternyata telah mengalami perubahan. Perubahan-perubahan itu terjadi karena telah dilakukan berbagai usaha pembaharuan dalam pendidikan. Akibat pengaruh itu pendidikan semakin mengalami kemajuan. Sejalan dengan kemajuan tersebut, maka pendidikan di sekolah-sekolah telah menunjukkan perkembangan yang sangat pesat. Perkembangan itu terjadi karena terdorong adanya pembaharuan tersebut, sehingga di dalam pengajaran pun guru selalu ingin menemukan metode pembelajaran yang dapat memberikan semangat belajar bagi semua siswa.. Kondisi ideal generasi muda

berikutnya, sebagai individu yang sedang tumbuh, dan karenanya perlu diberi kesempatan untuk tumbuh secara proporsional, terarah, dan optimal Nawawi, Ahmad, and Jurusan (2011).

Dalam satuan pembelajaran guru sebagai salah satu komponen dalam proses belajar mengajar merupakan pemegang peran yang sangat penting. Guru bukan hanya sekedar penyampai materi saja, tetapi lebih dari itu guru dapat dikatakan sebagai sentral pembelajaran. Kinerja dan kompetensi seorang guru telah menjadi poin penting untuk didiskusikan karena fakta itu dapat menjadi aspek hukum dalam merancang dan mengembangkan kinerja dan kompetensi guru Ismail (2010).

Untuk mencapai itu diperlukan suatu upaya dalam rangka meningkatkan mutu pendidikan pengajaran salah satunya adalah dengan menerapkan suatu metode yang baik dalam hal ini penerapan metode *drill* khususnya pada pembelajaran permainan Tenis Meja *teknik pukulan Backhand Drive* pada pembelajaran penjas. Kurikulum sebagai alat pendidikan tidak hanya sebagai dokumen yang siap dipakai, akan tetapi bagaimana dokumen tersebut dikembangkan pada program perencanaan dan diimplementasikan dalam kegiatan yang lebih praktis oleh guru Sanjaya and Wina (2015).

Menurut Kanca (2018) Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang di dalamnya didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Pendidikan fisik dimulai dari usia yang sangat dini, untuk merangsang pembentukan pertumbuhan organik, motorik, intelektual dan emosional. Pendidikan anak usia dini adalah usia penting untuk membekali anak-anak menghadapi perkembangan masa depan. Anak-anak membutuhkan stimulasi atau pembelajaran observasional serta pengetahuan tentang hal-hal yang akan diperlukan dalam hidupnya Husdarta (2015). Olahraga merupakan aktivitas yang sangat penting untuk mempertahankan dan menjaga kebugaran seseorang Khobir et al. (2018). Oleh karena itu, peranan metode pengajaran ialah sebagai alat untuk menciptakan proses belajar mengajar yang kondusif. Dengan metode ini diharapkan tumbuh berbagai kegiatan belajar siswa. Seperti menurut Ginanjar and Agi (2019). Dalam proses pendidikan jasmani sudah ditentukan dan memiliki tujuan yang dilaksanakan dan ingin dicapai, seperti yang telah dijelaskan di atas bahwa kompetensi siswa yaitu tujuan yang ingin di capai. Sehubungan dengan mengajar guru, dengan kata lain terciptalah interaksi edukatif antara guru dengan siswa. Dalam interaksi ini guru berperan sebagai penggerak atau pembimbing, sedangkan siswa berperan sebagai penerima atau yang dibimbing. Proses interaksi ini akan berjalan dengan baik jika siswa lebih aktif dibandingkan dengan gurunya. Oleh karenanya, metode mengajar

dengan baik adalah metode yang dapat menumbuhkan kegiatan belajar siswa dan sesuai dengan kondisi pembelajaran. Untuk mencapai servis yang tepat dan sulit diterima lawan diperlukan metode yang tepat. Penggunaan metode yang tepat bagi atlet pemula tenis meja dalam melakukan servis akan mempermudah proses latihan untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Salah satu metode latihan yang digunakan dalam meningkatkan servis tenis meja adalah metode drill. Metode drill tersebut akan dibedakan menjadi dua jenis latihan yaitu drill arah konstan dan drill arah sasaran berubahubah. Kedua metode tersebut masing-masing memiliki karakteristik yang berbeda yang belum diketahui pengaruh dalam meningkatkan ketepatan servis tenis meja bagi atlet pemula Sleman di PTM Punglor Mu'ammarr (2017).

Permainan tenis meja dari mulai anak-anak dan orang tua, pria ataupun wanita cukup besar peminatnya, hal ini disebabkan karena olahraga yang satu ini tidak rumit untuk diikuti. Dalam permainan ini diperlukan bet yang digunakan untuk memukul bola, dan bola merupakan objek yang dipukul. Pada dasarnya permainan ini sama halnya dengan permainan yang lain dimana dalam awal permainannya diawali dengan pelaksanaan servis terlebih dahulu. Setiap bentuk teknik dasar pukulan oleh seorang pemain dengan keras dan akurat ke bidang permainan lawan menjadi satu daya tarik tersendiri yang tidak dapat dipisahkan dari olahraga permainan ini.

Permainan tenis meja merupakan salah satu permainan yang cukup digemari di SD Negeri Cijelag Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang terutama di kelas atas. Hal ini dapat dengan jelas terlihat dari antusiasnya mereka mengikuti pembelajaran penjasokes khususnya dalam mengikuti materi tenis meja. Namun begitu, rasa antusias mereka dalam mengikuti materi tenis meja tidak dapat dijadikan suatu jaminan bahwa mereka dapat bermain tenis meja dengan baik dan benar., terlebih lagi dalam melakukan teknik pukulan backhand drive cenderung bola yang mereka pukul tidak tepat sasaran dalam bidang permainan lawan. Menurut Zagatto, Kondric, Knechtle, Nikolaidis, and Sperlich (2018) Table tennis is a racket sport characterised by an intermittent movement profile, including short rallies interspersed with short breaks. Hal tersebut tentu saja dapat dilihat bahwa masih rendahnya kemampuan pukulan backhand drive yang mereka miliki. Menurut hasil pengamatan ditemukan bahwa, rendahnya kemampuan pukulan backhand drive pada siswa lebih disebabkan oleh kurang mengerti dan pahamiannya dalam cara melakukan teknik pukulan backhand drive yang baik dan benar. Adapun cara melakukan teknik pukulan backhand drive yang baik dan benar menurut peneliti yakni meliputi : (1) Cara memegang bet, (2) Sikap siap, (3) Gerakan memukul, (4) Gerakan lanjutan, (5) Sikap akhir gerakan. Apabila kelima bagian gerakan pukulan backhand drive ini dapat

dilakukan dengan baik dan benar, maka sudah dipastikan pukulan backhand drive yang dihasilkan pun akan semakin baik.

Masalah rendahnya kemampuan pukulan backhand drive siswa tersebut tidak dapat dibiarkan sampai berlarut-larut, hal ini dikarenakan apabila hal tersebut terjadi maka akan berdampak negatif terhadap perolehan nilai siswa dalam mata pelajaran penjasokes. Sehingga seorang guru mampu mencari titik lemah atau solusi untuk dapat meningkatkan pukulan backhand drive khususnya dalam permainan tenis meja. Pukulan backhand adalah pukulan bola dengan posisi telapak tangan yang memegang bet atau raket menghadap kebelakang, atau posisi punggung tangan yang memegang bet atau raket menghadap ke depan Lestari and Sutisyana (2017). Dalam permasalahan ini, salah satu cara yang dapat digunakan untuk mengatasi masalah rendahnya pukulan backhand drive pada siswa SD Negeri Cijelag Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang adalah dengan menerapkan metode bermain dengan metode latihan *drill*. Menurut (Hutama et al., 2018). Drive adalah pukulan dengan ayunan panjang sehingga menghasilkan pukulan yang keras dan datar. Dan apakah ada pengaruh dalam ketepatan pukulan backhand drive dalam permainan tenis meja oleh siswa SD Negeri Cijelag Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang. Dalam proses pembelajarannya, sehingga peneliti terdorong untuk membuat skripsi penelitian dengan judul : “Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Pukulan Backhand Drive dalam Permainan Tenis Meja”.

## **METODE PENELITIAN**

### **Desain Penelitian**

Dalam suatu penelitian diperlukan bentuk desain penelitian yang benar sesuai dengan tujuan dan metode penelitian. Desain penelitian meliputi proses pengamatan serta memilih pengukuran-pengukuran variabel, memilih prosedur dan teknik sampling, alat-alat untuk menyimpulkan data serta rumus-rumus statistika untuk mengolah data dan menganalisis data. Atas dasar hal tersebut, maka penulis menggunakan pretest dan posttest design sebagai desain penelitiannya. Model eksperimen ini melalui tiga langkah yaitu: Memberikan pretest untuk mengukur variabel terikat (hasil belajar) sebelum perlakuan dilakukan Fitriani and Bahri (2019).

Suatu pendekatan metode penelitian kuantitatif/eksperimen menurut Yusuf (2017) adalah “Apabila data yang di kumpulkan berupa data kuantitatif atau jenis data lain atau sebaliknya”. Tujuan dari metode eksperimen untuk menyelidiki ada tidaknya hubungan sebab akibat, berapa besar hubungan sebab akibat tersebut dengan cara memberikan perlakuan-perlakuan tertentu pada

kelompok eksperimental. Metode penelitian eksperimen menurut Arikunto (2010) menjelaskan bahwa metode penelitian eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Jenis penelitian eksperimen diakui menjadi metode yang baik untuk memberikan pengalaman belajar bagi mahasiswa melalui aktivitas meneliti Tisngati, Martini, Meifiani, and Apriyani (2019). Penelitian eksperimental dapat mengubah teori-teori yang telah usang. Percobaan ini dilakukan untuk menguji hipotesis dan menemukan hubungan-hubungan kausal yang baru. Akan tetapi, walaupun hipotesis dapat diuji dengan metode percobaan, tetapi penerimaan ataupun penolakan hipotesis bukanlah merupakan penemuan suatu kebenaran yang mutlak.

Metode eksperimen hanya merupakan penemuan suatu akhir atau tujuan yang diinginkan dalam penelitian. Metode eksperimen hanya merupakan suatu cara untuk mencapai tujuan. Karena itu, maka sering kali ada kritik-kritik terhadap metode eksperimen karena interpretasi yang hasil dari percobaan.

### Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SDN Cijelag. Pemilihan lokasi ini diharapkan dapat memberikan kemudahan untuk mengenal berbagai komponen-komponen di dalam sekolah mulai dari tempat atau lokasi penelitian dan mengenal lingkungan yang berhubungan dengan siswa sebagai sumber penelitian. SDN Cijelag ini terletak di desa Cijelag Kecamatan Tomo Kabupaten Sumedang.

### Temuan dan Pembahasan

Peneliti melakukan *pretest* atau data awal pada tanggal 4 Maret 2019 yang dilaksanakan di sekolah SDN Cijelag tepat di pertigaan jalan Kadipaten-Ujung Jaya. Pada pelaksanaan *pretest* diikuti oleh 30 siswa. Penelitian ini dilaksanakan 12 kali pertemuan dengan dilakukannya *pretest* untuk melihat data awal setiap siswa serta diberikannya *treatment/perlakuan* selama 10 pertemuan. Sedangkan pada pelaksanaan *posttest* yang sama dengan diikuti 30 siswa, pelaksanaan yang tidak jauh berbeda dengan pelaksanaan *pretest* yang dilaksanakan pada tanggal 30 Maret 2019.

**Tabel 1. Data Test Awal (Pretest) dan Tes Akhir (Posttest) pada kelompok Ekperimen**

No	Nama	Pre-test	Post-test
1.	Adelia Parahita	11	14
2.	Akmal Ghifary	13	15

3.	Angellya Desemby	12	15
4.	Cikko Lio Dwi Saputra	11	13
5.	Danny Sobarudin	10	11
6.	Kahfi Adnan Maulana	11	11
7.	Keysa Yolanda Islamay	10	13
8.	Marsya Latifa Khaerunisa	11	13
9.	Mochamad Haikal Wialdy	10	12
10.	Mutia Agustina	12	14
11.	Repan Pirmansah	13	14
12.	Riskanandika	11	11
13.	Salsabila Aurellia Zahra	10	11
14.	Santi Pebrianti	12	14
15.	Kartika	11	12
16.	Aries Rismawan	10	12
17.	Deni Ramdani	11	13
18.	Eli Sulastini	13	14
19.	Fajri Febriansah	11	12
20.	Habibi Ahmad	10	11
21.	Ikhsan Muhammad Dillah	9	10
22.	Tesya Laura Herliani	5	8
23.	Muhamad Solehudin	5	10
24.	Magalih Trisna Putra	10	10
25.	Muhammad Fajar Sidiq	11	12
26.	Natilah	13	14
27.	Naufal Ilham	7	10
28.	Rahmat Ramdani	11	12
29.	Reihan Ardiansyah	14	15
30.	Rudi	13	14
Jumlah		321	370

Rata-rata	10,7	12,33
-----------	------	-------

Berdasarkan tabel 4.1.1.1, dapat dilihat bahwa skor tertinggi tes awal dalam kelompok eksperimen adalah 14, sedangkan skor terendahnya adalah 5. Dari 30 siswa yang melaksanakan tes awal, terdapat satu siswa yang mendapat skor tertinggi, dan dua siswa yang mendapat skor terendah. Jumlah skor *pre-test* dari kelompok eksperimen yaitu sebesar 321 dengan rata-rata yaitu sebesar 10,7. Sedangkan untuk nilai *post-test* kelompok eksperimen yaitu sebesar 370 dengan rata-rata yaitu sebesar 12,33. Dalam hasil penilaian *post-test* terdapat tiga siswa yang mendapatkan nilai tertinggi 15, sedangkan nilai skor terendah didapatkan oleh satu orang yaitu dengan skor nilai 8.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas Data Pretest dan Posttest**

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test		Pretest	Posttest
N		30	30
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	10,70	12,33
	Std. Deviation	2,103	1,788
Most Extreme Differences	Absolute	,236	,158
	Positive	,143	,107
	Negative	-,236	-,158
Kolmogorov-Smirnov Z		1,294	,864
Asymp. Sig. (2-tailed)		,070	,444

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

Dari Tabel 4.1.3.1 dapat diketahui bahwa hasil uji normalitas data nilai *pretest* yaitu sebesar 0,70 itu artinya  $P\text{-value} < 0,05$ . Dengan demikian data *pretest* pada kelas eksperimen berdistribusi normal. Sedangkan untuk data nilai *posttest* pada kelas didapatkan hasil  $p\text{-value}$  sebesar 0,444. Itu artinya  $P\text{-value} > 0,05$ . Dengan demikian data nilai *posttest* berdistribusi normal. Setelah melakukan uji normalitas,

**Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas Data Pretest dan posttest  
Test of Homogeneity of Variances**

Nilai			
Leve ne Stati stic	df1	df2	Sig.
,017	1	58	,897

Berdasarkan Tabel 4.1.4.1 dapat diketahui hasil uji homogenitas data akhir memiliki nilai signifikan sebesar 0,897. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai sig lebih besar dari  $\alpha=0,05$ , sehingga  $H_0$  diterima. Dan antara kedua hasil data *posttest* dapat diterima. Jadi untuk data akhir *posttest* ialah homogen.

**Tabel 4. Hasil Uji Homogenitas Data Pretest dan Posttest**

		Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pair 1	Nilai - Kelompok	10,017	1,961	,253	9,510	10,523	39,557	59	,000

Dari Tabel 4.1.5.1 dapat diketahui bahwa hasil uji beda rata-rata didapatkan *P-value* sebesar 0,0. Itu artinya  $P\text{-value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan kemampuan ketepatan pukulan backhand drive.

## PEMBAHASAN

Dari data-data penelitian yang telah dianalisis, diperoleh temuan yaitu rata-rata skor tes awal = 10,7, ini menunjukkan kemampuan awal siswa tentang materi yang diujikan masih sangat rendah karena umumnya siswa belum mempelajarinya. Dalam mengerjakan tes awal ini siswa pada dasarnya membuat wacana ini hanya dengan cara menerka saja. Setelah diberikan perlakuan berupa metode latihan drill, diadakan tes akhir dengan rata-rata = 12,33. Terjadinya peningkatan hasil tes ini, karena siswa membuat wacana berdasarkan pengetahuan yang telah dipelajarinya dari perlakuan pembelajaran yang telah diberikan.



Berdasarkan hasil dari pelaksanaan analisis data uji normalitas menggunakan teknik statistika menghasilkan data hasil uji normalitas data nilai *pretest* yaitu sebesar 0,7 itu artinya  $P\text{-value} < 0,05$ . Dengan demikian data *pretest* pada kelas eksperimen berdistribusi normal. Sedangkan untuk data nilai *posttest* pada kelas didapatkan hasil  $p\text{-value}$  sebesar 0,444. Itu artinya  $P\text{-value} > 0,05$ . Dengan demikian data nilai *posttest* berdistribusi normal. Selain uji normalitas, juga dilakukan uji homogenitas.

Berdasarkan hasil dari pelaksanaan analisis data uji homogenitas menggunakan teknik statistika yaitu menghasilkan hasil uji homogenitas data akhir memiliki nilai signifikan sebesar 0,897. Hal tersebut menunjukkan bahwa nilai sig lebih besar dari  $\alpha=0,05$ , sehingga  $H_0$  diterima. Dan antara kedua hasil data *posttest* dapat diterima. Jadi untuk data akhir *posttest* ialah homogen. Setelah dilakukan uji homogenitas selanjutnya dilakukan uji paired.

Setelah melakukan analisis data uji paired menggunakan teknik statistika yaitu hasil uji beda rata-rata didapatkan  $P\text{-value}$  sebesar 0,0. Itu artinya  $P\text{-value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak. Dengan demikian dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan kemampuan ketepatan pukulan backhand drive.

## **SIMPULAN**

Dari kegiatan pembelajaran dengan analisis data yang dibahas diatas dapatlah dipahami bahwa pada pembelajaran dengan metode latihan drill untuk meningkatkan ketepatan pukulan backhand drive siswa dapat pengalaman belajar yang lebih mendalam sehingga memperoleh hasil belajar yang lebih baik.

## **REFERENSI**

- Arikunto, s. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*.
- Fitriani, A., & Bahri, A. (2019). PENGARUH PENERAPAN METODE MODELING THE WAY TERHADAP HASIL BELAJAR KETERAMPILAN MENYUSUN PARAGRAF BAHASA INDONESIA MURID KELAS III SDN 7 LETTA KECAMATAN BANTAENG KABUPATEN BANTAENG. *JKPD: Jurnal Kajian Pendidikan Dasar*4(1), 632-643.
- Ginjar, & Agi. (2019). *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*.
- Husdarta. (2015). PENDIDIKAN JASMANI OLAHRAGA USIA DINI. *jurnal pendidikan anak*, 4, 1.
- Hutama, Oka, G., Putranto, Dedy, Walton, & Prayogo, E. (2018). PENGARUH MEDIA BET PAPAN TERHADAP KEMAMPUAN PUKULAN FOREHAND PADA PERMAINAN TENIS MEJA DI KELAS VIII SMPN 1 KELAPA. *SPARTA*, 1(1), 1-11.

- Ismail, M. I. (2010). Kinerja dan kompetensi guru dalam pembelajaran. *Lentera Pendidikan: Jurnal Ilmu Tarbiyah dan Keguruan* 13(1), 44-63.
- Kanca, I. N. (2018). *Menjadi Guru Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Di Abad 21* (Vol. 1).
- Khobir, Tasriful, Supriyadi, Supriyadi, Purnami, & Sri. (2018). SURVEI MINAT PESERTA EKSTRAKURIKULER TENIS MEJA DI SMP NEGERI KOTA MALANG. *Jurnal Sport Science*, 5(2).
- Lestari, P., & Sutisyana, A. (2017). KONTRIBUSI KEMAMPUAN BACKHAND DAN FOREHAND DRIVE KEDINDING TERHADAP KEMAMPUAN BERMAIN TENIS MEJA MAHASISWA PJKR FKIP UNIVERSITAS BENGKULU. *KINESTETIK*, 1(1).
- Mu'ammarr, M. (2017). Pengaruh metode latihan drill dan koordinasi terhadap ketepatan servis tenis meja. *jurnal keolahragaan*, 5(1), 63-70.
- Nawawi, Ahmad, & Jurusan. (2011). Pentingnya Pendidikan Nilai Moral bagi Generasi Penerus. *urnal kependidikan: insania* 16(2), 119-134.
- Sanjaya, & Wina. (2015). *Perencanaan dan desain sistem pembelajaran: Kencana*.
- Tisngati, U., Martini, M., Meifiani, N. I., & Apriyani, D. C. N. (2019). Karakteristik dan Peluang Menggunakan Desain Faktorial 4 Faktor pada Penelitian Eksperimen di STKIP PGRI Pacitan. *Prosiding Silogisme* 1(1).
- Yusuf, A. M. (2017). Metode Penelitian
- Zagatto, A. M., Kondric, M., Knechtle, B., Nikolaidis, P. T., & Sperlich, B. (2018). Energetic demand and physical conditioning of table tennis players. A study review. *Journal of Sports Sciences*, 36(7), 724-731. doi:10.1080/02640414.2017.1335957