

MENINGKATKAN HASIL BELAJAR *SERVICE FOREHAND* TENIS MEJA DENGAN MEJA MODIFIKASI

Asep Akbaruddin (asepakbaruddin@stkipsubang.ac.id)

Sumbara Hambali (sumbara@stkippasundan.ac.id)

Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Subang

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar *service forehand* tenis meja dengan menggunakan meja modifikasi. Metode penelitian menggunakan *classroom action research*. Subjek penelitiannya adalah siswa kelas VII-B di SMPN 2 Rengasdengklok. Banyak siklus dalam penelitian ini adalah dua siklus, masing-masing siklus terdiri dari dua pertemuan. Hasil penelitian yang telah dilakukan pada siklus I diperoleh bahwa hasil belajar *service forehand* menunjukkan nilai rata-rata sebesar 67.71 dengan persentase kelulusan siswa mencapai 62.86% dari total 35 orang siswa. Sedangkan pada siklus II terjadi peningkatan rata-rata nilai hasil belajar yaitu sebesar 77.41 dengan persentase kelulusan siswa mencapai 85.71% dan sisanya 14.29% belum mencapai KKM. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa hasil belajar *service forehand* tenis meja pada siswa kelas VII-B di SMPN 2 Rengasdengklok dapat ditingkatkan dengan menggunakan media modifikasi.

Kata kunci: Hasil belajar, *Service forehand*, Tenis Meja, Media Modifikasi

PENDAHULUAN

Olahraga permainan tenis meja merupakan salah satu materi yang diberikan dalam pembelajaran pendidikan jasmani di sekolah formal. Artinya bahwa tujuan dari permainan tenis meja yang diberikan di sekolah harus relevan dengan tujuan pendidikan jasmani pada umumnya. Pendidikan jasmani memang salah satu mata pelajaran wajib di setiap jenjang pendidikan, yang diharapkan pelajaran ini mampu berkontribusi dalam mengembangkan aspek keterampilan, pengetahuan, mental dan sosialnya (Hambali, 2018). Dikatakan bahwa beberapa materi yang diajarkan pada pendidikan jasmani seperti olahraga permainan bola basket, bolavoli, sepakbola, kasti, tenis meja, *rounders*, atletik, senam, beladiri, renang, dan berbagai aktivitas gerak lainnya seperti lokomotor, nonlokomotor dan manipulatif (Rizal, Rusmana, & Erwin, 2020; Lengkana & Sofa, 2017).

Tenis meja merupakan salah satu jenis permainan olahraga yang memang sudah dikenal luas dikalangan masyarakat, dan memiliki cukup banyak penggemar dikalangan masyarakat luas (Rachman, Sulaiman, & Rumini, 2017). Permainan ini lebih dikenal dengan sebutan pingpong oleh banyak kalangan, karena karakteristik dari permainannya yang ketika bola memantul ke meja dan dipukul oleh bet berbunyi ping dan pong. Tenis meja adalah jenis olahraga permainan yang unik dan kreatif, dimana alas permainannya menggunakan meja yang ditengahnya diberikan net, menggunakan bola kecil terbuat dari *celluloid* dan bet sebagai pemukulnya (Santosa, 2016). Pendapat lain mengatakan bahwa tenis meja merupakan olahraga rekreasi maupun prestasi yang dapat dilakukan oleh semua umur (Putra, 2013). Salah satu karakteristik lain dari permainan tenis meja adalah pertandingannya yang dilakukan di dalam

gedung, dimainkan oleh dua orang atau empat orang (Kosasih, 2008). Intinya adalah bahwa permainan tenis meja ini sudah menjadi bagian materi yang harus diberikan di sekolah.

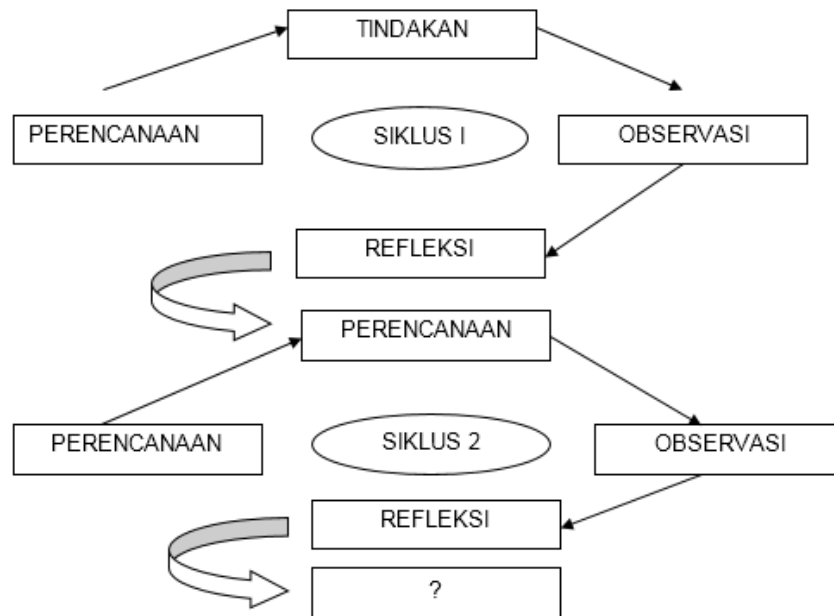
Beberapa teknik dasar yang perlu dikuasai dalam permainan tenis meja adalah seperti pukulan *forehand*, *backhand*, *smash* dan *service*. Terutama teknik *service* ini perlu dikuasai dengan baik, karena teknik ini merupakan modal awal untuk bisa menambah poin dan memenangkan pertandingan (Iskandar, 2011). *Service* ini juga yang menandakan bahwa permainan tenis meja dimulai dan para pemain mendapatkan poin atau tidak (Faruq, 2009). Pelaksanaan *service* dapat dilakukan dengan cara *forehand* ataupun *backhand*, tetapi yang banyak dilakukan adalah *service forehand*. Maka dari itu, teknik ini perlu sekali diberikan ketika siswa mendapatkan materi pelajaran tenis meja.

Namun di beberapa sekolah, terdapat kendala yang memang sampai sekarang menjadi problematika hampir di banyak sekolah tentang mengajarkan permainan tenis meja ini, yaitu diantaranya adalah masih terkendalanya fasilitas yang kurang seperti meja, ini membuat para guru berpikir ulang untuk mengajarkan permainan tenis meja. Meja ini merupakan media paling penting pada saat bermain tenis meja, karena digunakan untuk memantulkan bola (Yulianto, Purnomo, & Yunitanigrum, 2016). Hal ini kiranya yang menjadikan kendala buat guru pendidikan jasmani dalam mengajarkan permainan tenis meja, karena medianya terutama meja kurang tersedia (Mujib, 2019). Beberapa faktor lain dalam terhambatnya pelaksanaan pembelajaran tenis meja adalah faktor cuaca yang tidak menentu, membuat proses pembelajaran sedikit terganggu, hal ini yang membuat kemampuan hasil belajar siswa masih kurang baik. Terutama bagi siswa ditingkat SMP umumnya belum memiliki keterampilan yang baik, sehingga teknik ini harus mendapat prioritas utama dalam pembelajarannya (Jumadi, Simanjuntak, & Hidasari, 2017).

Dalam hal ini perlu kiranya ada inovasi dari para guru pendidikan jasmani untuk mengatasi permasalahan tersebut, karena bagaimanapun permasalahannya pembelajaran harus tetap dilaksanakan secara maksimal. Maka dari itu, disini penulis ingin mencoba membuat suatu modifikasi media pembelajaran yang digunakan dalam permainan tenis meja, seperti meja dan bet yang digunakan. Dengan begitu, diharapkan hasil belajar siswa terutama teknik *service forehand* dapat lebih optimal.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *classroom action research* menggunakan desain dari Kemmis & Mc. Taggart dengan tahapan setiap siklusnya sebagai berikut: 1) *Planning*, 2) *Acting*, 3) *Observing*, 4) *Reflection*, dan apabila target belum tercapai pada siklus I akan dilakukan pada siklus selanjutnya dengan tahapan yang sama.



Gambar 1. Desain *Action Research* Kemmis & Mc. Taggart (Arikunto, 2012)

Subjek penelitian adalah siswa SMPN 2 Rengasdengklok kelas VII yang berjumlah 35 orang, terdiri dari 15 orang putra dan 20 orang putri. Instrumen yang digunakan adalah tes *service forehand* tenis meja, penilaian menekankan pada penilaian proses gerakannya. Target keberhasilan pada penelitian ini adalah 80% siswa mampu melakukan gerakan *service forehand* tenis meja dengan baik atau memenuhi KKM. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan menampilkan tabel frekuensi dan persentase.

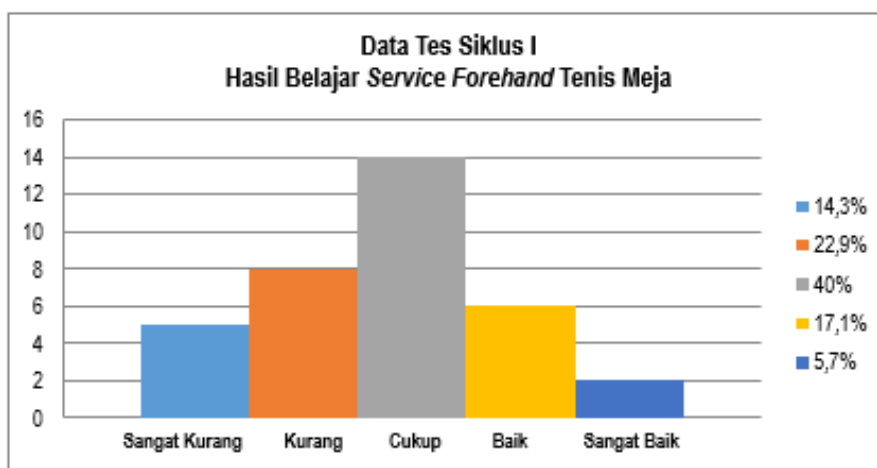
HASIL DAN PEMBAHASAN

Siklus 1

Hasil penelitian pada siklus 1 menunjukkan bahwa pada dasarnya pembelajaran tenis meja dengan menerapkan beberapa modifikasi pada proses belajarnya membuat siswa merasa tertarik dan semangat untuk melaksanakan pembelajaran. Untuk hasil belajar menggunakan tes *service forehand* tenis meja dapat dilihat pada tabel dan grafik dibawah ini:

Tabel 1
Hasil Tes *Service Forehand* Tenis Meja Siklus 1

No	Rentang Skor	Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	3 – 4	50	5	14,3%	Sangat Kurang
2	5 – 6	60	8	22,9%	Kurang
3	7 – 8	70	14	40%	Cukup
4	9 – 10	80	6	17,1%	Baik
5	11 – 12	90	2	5,7%	Sangat Baik
Jumlah			35	100%	



Gambar 2. Diagram Hasil Tes *Service Forehand* Tenis Meja Pada Siklus 1

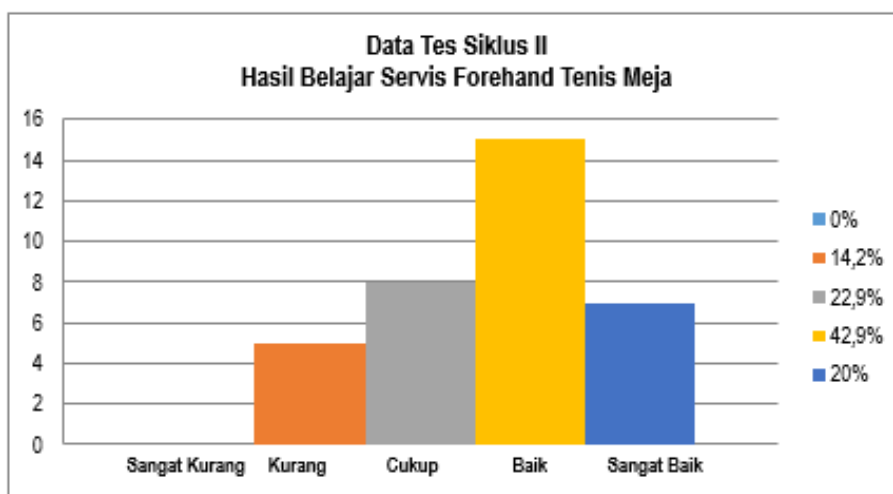
Berdasarkan data pada tabel dan diagram tersebut dapat dilihat bahwa pada siklus 1 terdapat 22 orang yang sudah memenuhi KKM yaitu sebanyak 62,86% yang sudah lulus dan sisanya 13 orang atau 37,14% yang belum lulus atau belum memenuhi KKM. Hal ini berarti proses tindakan yang dilakukan pada siklus 1 masih belum memenuhi target kriteria keberhasilan tindakan yang ditargetkan, oleh karena itu penulis merasa penelitian ini harus diteruskan ke siklus selanjutnya.

Siklus 2

Setelah hasil dari siklus 1 diketahui, maka selanjutnya penulis melaksanakan tindakan pada siklus 2. Pada siklus 2 terdapat beberapa hasil peningkatan yang didapat para siswa pada saat proses pembelajaran berlangsung, diantaranya adalah siswa lebih memahami konsep gerakan yang diberikan, karena guru sudah memberikan penjelasan pada setiap tugas gerak yang diberikan, guru lebih bisa mengontrol kelas, sehingga siswa lebih terkontrol, aktif dan produktif dalam melaksanakan berbagai tugas yang diberikan. Hal ini kiranya yang membuat hasil belajar *service forehand* siswa mengalami peningkatan, data hasilnya dapat dilihat pada tabel dan gambar berikut ini:

Tabel 2
Hasil Tes *Service Forehand* Tenis Meja Siklus 2

No	Rentang Skor	Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
1	3 – 4	50	0	0%	Sangat Kurang
2	5 – 6	60	5	14,2%	Kurang
3	7 – 8	70	8	22,9%	Cukup
4	9 – 10	80	15	42,9%	Baik
5	11 – 12	90	7	20%	Sangat Baik
Jumlah			35	100%	

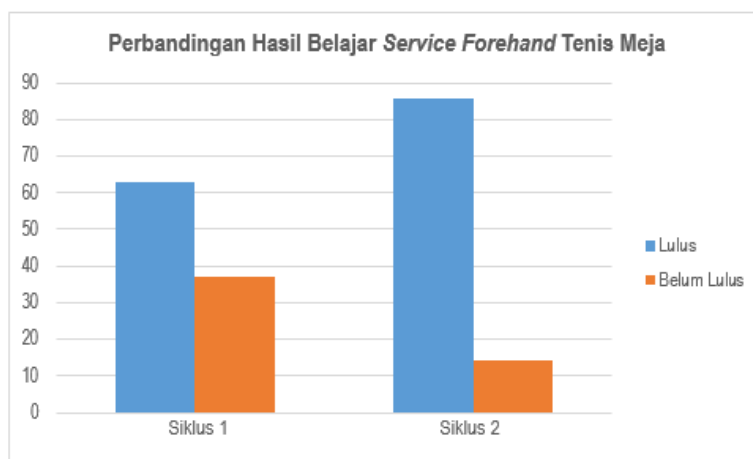


Gambar 3. Diagram Hasil Tes *Service Forehand* Tenis Meja Pada Siklus 2

Berdasarkan hasil tes yang dilakukan pada siklus 2, dapat diketahui bahwa terjadi peningkatan hasil belajar *service forehand* tenis meja yang dilakukan oleh siswa. Pada siklus ini terdapat 30 orang siswa atau 85,7% yang sudah lulus memenuhi KKM, sedangkan 5 orang sisanya atau 14,3% belum memenuhi KKM. Dari data tersebut dapat diketahui bahwa target capaian atau kriteria keberhasilan dari penelitian ini telah terpenuhi. Data peningkatan akan lebih terlihat pada tabel dan gambar diagram berikut ini:

Tabel 3
Hasil Tes *Service Forehand* Tenis Meja Siklus 1 dan Siklus 2

No	Nilai	Siklus I		Siklus II		Keterangan
		F	%	F	%	
1	≥ 70	22	62,9	30	85,7	Lulus
2	< 70	13	37,1	5	14,9	Belum Lulus
Jumlah		35	100	35	100	



Gambar 4. Diagram Hasil Tes *Service Forehand* Tenis Meja Pada Siklus 1 & 2

Berdasarkan tabel dan diagram tersebut dapat dilihat bahwa terjadi peningkatan pada siklus 2, yang tadinya hanya baru 22 orang atau 62,9% yang memenuhi KKM menjadi 35 orang atau 85,7% yang sudah memenuhi KKM. Hal ini tidak terlepas dari peran guru yang telah menerapkan modifikasi media pembelajaran pada saat proses belajar berlangsung. Peralatan yang dimodifikasi akan menambah kesan menarik bagi siswa untuk mempelajari materi yang diberikan (Sobarna & Hambali, 2020). Dengan modifikasi media pembelajaran, diharapkan siswa juga banyak menemukan hal yang baru sehingga termotivasi untuk bergerak lebih aktif (Mujib, 2019). Media yang dimodifikasi salah satunya adalah dengan penggunaan meja belajar yang ada di kelas (Muhtar & Lengkana, 2019). Sebagaimana disebutkan bahwa penggunaan meja dapat disusun satu persatu atau sesuai kebutuhan, satu rentetan meja dapat digunakan oleh dua atau lebih siswa (Yulianto et al., 2016). Ini menandakan bahwa inovasi dan kreatifitas seorang guru sangat diperlukan, jangan terlalu terpaku pada fasilitas standar atau sebenarnya. Pelaksanaan modifikasi sangat diperlukan guru pendidikan jasmani, ini digunakan sebagai alternatif atau solusi dalam mengatasi permasalahan pada proses pembelajaran dan modifikasi adalah implementasi yang terintegrasi pada aspek pendidikan (Saputra, 2015).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang didapat di lapangan, dapat disimpulkan bahwa dengan menerapkan modifikasi media pembelajaran pada pembelajaran *service forehand* tenis meja dapat meningkatkan hasil belajar siswa kelas VII di SMPN 2 Rengasdengklok. Hal ini menandakan bahwa dengan memodifikasi media pembelajaran, hasil belajar siswa dapat meningkat dan proses pembelajaran menjadi lebih menarik, sehingga mampu menambah motivasi belajar siswa. Seorang guru harus mampu mengidentifikasi berbagai permasalahan yang ada pada saat melakukan pengajaran, sehingga nantinya akan mengambil solusi yang tepat bagi keberlangsungan kegiatan belajar mengajar.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Faruq, M. M. (2009). *Meningkatkan Kebugaran Jasmani Melalui Permainan dan Olahraga Bola Voli*. Jakarta: Grasindo.
- Hambali, S. (2018). PENERAPAN MODIFIKASI MEDIA DALAM PEMBELAJARAN SERVIS FOREHAND TENIS MEJA. *Motion: Journal Research Of Physical Education*, 9(1), 22–31.
- Iskandar, R. Y. (2011). *Seri Olahraga Anak Bulutangkis*. Depok: CIF.
- Jumadi, R. D., Simanjuntak, V. G., & Hidasari, F. P. (2017). PENGARUH METODE TEAM GAME TOURNAMENT TERHADAP KEMAMPUAN HASIL SERVIS FOREHAND TENIS MEJA SISWA SMPN. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 6(3), 1–9.
- Kosasih. (2008). *Pendidikan Jasmani Untuk SMP*. Senajaya: Gelora Aksara Pratama.
- Lengkana, A. S., & Sofa, N. S. N. (2017). Kebijakan Pendidikan Jasmani dalam Pendidikan. *Jurnal Olahraga*, 3(1), 1–12.
- Muhtar, T., & Lengkana, A. S. (2019). *Pendidikan jasmani dan olahraga adaptif*. UPI Sumedang Press.
- Mujib, M. S. (2019). PENGARUH MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN MENGGUNAKAN BED KAYU DAN LANTAI TERHADAP KETRAMPILAN FORHAND DAN BACKHAND TENIS MEJA SISWA KELAS V SD NEGERI 1 GROGOL. *Jurnal Simki Techsain*, 3(4), 1–8.
- Putra, S. E. (2013). Upaya meningkatkan hasil belajar servis backhand dalam permainan tenis meja melalui media dinding. *Jurnal Olympica*, 1(1), 1–16.
- Rachman, I., Sulaiman, & Rumini. (2017). Pengembangan Alat Pelontar Bola Tenis Meja (Robodril IR-2016) Untuk Latihan Drill Teknik Pukulan Drive Dan Spin. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 50–56.
- Rizal, R. M., Rusmana, R., & Erwin. (2020). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Forehand Tenis Meja Menggunakan Media Modifikasi. *Jurnal Master Penjas Dan Olahraga*, 1(1), 55–64.
- Santosa, T. (2016). Pengembangan alat bantu return board untuk forehand topspin tenis teja. *Jurnal Pedagogik Keolahragaan*, 2(2), 30–48.
- Saputra, I. (2015). MODIFIKASI MEDIA PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 14(2), 35–41. <https://doi.org/https://doi.org/10.24114/jik.v14i2.6112>
- Sobarna, A., & Hambali, S. (2020). Meningkatkan keterampilan lompat jauh gaya jongkok siswa SD memalui pembelajaran Kids atletik. *Premiere Educandum: Jurnal Pendidikan Dasar Dan Pembelajaran*, 10(April), 72–80. <https://doi.org/10.25273/pe.v10i1.6189>
- Yulianto, D., Purnomo, E., & Yunitanigrum, W. (2016). PENINGKATAN TEKNIK DASAR FOREHAND TENIS MEJA MENGGUNAKAN MODIFIKASI MEJA PADA KELAS X A. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 5(2), 1–14.