



## **PENINGKATAN HASIL BELAJAR TENIS MEJA MELALUI PENDEKATAN PERMAINAN BOUNCING BALL SISWA SMP**

**Putra Budi Kurniawan** ✉

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan,  
Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### **Info Artikel**

*Sejarah Artikel:*

Diterima April 2013

Disetujui Mei 2013

Dipublikasikan Juli 2013

*Keywords:*

*approach, bouncing ball,  
increasing*

### **Abstrak**

*Permainan tenis meja merupakan permainan yang masih dianggap sulit bagi siswa SMP dan minat siswa masih rendah dalam pembelajaran. Permasalahan dalam penelitian ini adalah adakah peningkatan hasil belajar tenis meja melalui pendekatan permainan bouncing ball pada siswa kelas VII SMP N 1 Kragan?. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja melalui pendekatan bouncing ball bagi siswa Sekolah Menengah Pertama dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas. Dalam pelaksanaannya siklus I satu kali pertemuan dan siklus II dilaksanakan 1 kali pertemuan. Subjek penelitian ini adalah kelas VII SMP Negeri 1 Kragan, Kecamatan Kragan, Kabupaten Rembang. Instrumen yang digunakan dalam pengambilan data diperoleh dari hasil pengamatan pada saat pembelajaran, tes unjuk kerja dan tes tertulis siswa. Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil belajar pada siklus I yang dapat memenuhi KKM sebanyak 47% dari jumlah keseluruhan siswa dan pada siklus II meningkat menjadi 87,5% dari jumlah keseluruhan siswa. Berdasarkan hasil penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penerapan bermain tenis meja dengan pendekatan permainan bouncing ball dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa kelas VII SMP Negeri 1 Kragan. Diharapkan bagi guru Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Pertama untuk menggunakan permainan bouncing ball pembelajaran.*

### **Abstract**

*Table tennis is a game which is difficult for junior high school students . The problem in this research is there any increasing in learning through a bouncing ball I on 7th of SMP N 1 Kragan?. This research aims to improve learning through a bouncing ball approach for junior high school students in the learning of Physical Education, Sport and Health. This research uses classroom action research. In the implementation of the first cycle and second cycle of meetings held 1 meeting. The subjects were class VII SMP Negeri 1 Kragan, Kragan ,Rembang. The Instruments in data collection obtained from observations at learning, performance test and written test. The results of the percentage of completion on the first cycle can achieve KKM on 47% of the total number of students and in the second cycle increased to 87.5%. Based on the above results, it can be concluded that the implementation of a table tennis ball with bouncing ball game approach can improve learning outcomes in 7th grades student of SMP Negeri 1 Kragan. Physical Education teachers are expected to use bouncing ball in teaching.*

© 2013 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 2 FIK Unnes

Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229

E-mail: [poetra\\_boedi@yahoo.com](mailto:poetra_boedi@yahoo.com)

ISSN 2252-6773

## PENDAHULUAN

Minimnya sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang dimiliki sekolah-sekolah, kurangnya minat peserta didik, serta aturan baku yang sulit dipahami oleh siswa menuntut seorang guru pendidikan jasmani untuk lebih kreatif dalam melaksanakan proses pembelajaran. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran penjas yang diberikan. Banyak hal-hal sederhana yang dapat dilakukan oleh guru pendidikan jasmani untuk kelancaran jalannya pendidikan jasmani.

Observasi yang telah dilakukan oleh peneliti yang dikuatkan dengan wawancara, mendapatkan bahwa pembelajaran permainan tenis meja yang berdasarkan aturan permainan yang didasarkan pada aturan *ITTF*, kurang sesuai dengan karakteristik psikomotorik anak usia Sekolah menengah Pertama. Permainan Tenis Meja dengan peraturan yang baku, ketika diterapkan pada anak usia sekolah menengah pertama yang berdasarkan tingkat pertumbuhannya, menjadikan proses pembelajaran berjalan kurang efektif. Selain itu pembelajaran yang monoton dan mengacu pada aturan baku yang tidak didukung ketersediaan sarana prasarana menjadikan tujuan pembelajaran tidak akan tercapai.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul "Peningkatan Hasil Belajar Tenis

Meja Melalui Pendekatan Permainan *Bouncing Ball* pada Siswa Kelas VII SMP N 1 Kragan".

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas. Desain penelitian terdiri dari empat komponen yaitu perencanaan tindakan, pelaksanaan tindakan, pengamatan/observasi, dan refleksi.

Penelitian Tindakan Kelas ini dilaksanakan mulai bulan 18 Maret 2013 sampai selesai. Penelitian Tindakan Kelas dilaksanakan di SMP Negeri 1 Kragan, Kabupaten Rembang. Subjek Penelitian Tindakan Kelas ini adalah siswa-siswi kelas VII SMP Negeri 1 Kragan tahun ajaran 2012/2013 yang berjumlah 32 anak.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam penelitian ini terdapat tiga aspek yang diamati hasil dan perkembangannya, yaitu aspek afektif, kognitif, dan psikomotor.

### 1. Pengamatan Aspek Afektif

Pengamatan perilaku siswa pada siklus I, persentase rata-rata siswa mencapai 74,4% yang dinyatakan dengan kriteria baik, ini menunjukkan siswa sudah mengerti terhadap tujuan pembelajaran yang ingin dicapai. Dengan demikian, pada siklus II masih perlu di tingkatkan dari apa yang sudah diterapkan oleh siswa, akan tetapi guru harus tetap selalu memberikan motivasi yang dapat mendorong siswa lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini yang mengharuskan peneliti untuk melanjutkannya pada siklus II.

Setelah dilakukan pembelajaran pada siklus II dengan materi yang sama yaitu permainan tenis meja, persentase rata-rata siswa mencapai 93,8% dinyatakan sangat baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah paham terhadap tujuan pembelajaran yang dilaksanakan.

### 2. Pengamatan Aspek Kognitif

Melihat dari hasil penilaian terhadap pemahaman siswa pada siklus I, pengetahuan dipertahankan.

Hal ini yang mendorong peneliti untuk melanjutkannya pada siklus II.

Setelah dilakukan pembelajaran pada siklus II dengan materi yang sama yaitu permainan tenis meja persentase rata-rata siswa terhadap pembelajaran tenis meja mencapai 100% yang juga dinyatakan dengan kriteria sangat baik, ini menunjukkan bahwa siswa sudah paham terhadap pembelajaran tenis meja.

### 3. Pengamatan Aspek Psikomotor

Melihat dari hasil pengamatan keterampilan psikomotor pada siklus I, teknik dasar siswa dalam melakukan permainan bouncing ball persentase rata-rata siswa mencapai 31,3% yang dinyatakan dengan kriteria cukup. Hal ini menunjukkan bahwa siswa masih merasa kesulitan dan belum siap dalam memainkan modifikasi pembelajaran

siswa terhadap modifikasi permainan sepak bola, persentase rata-rata siswa mencapai 100% yang dinyatakan dengan kriteria sangat baik. Hal ini menunjukkan pengetahuan siswa terhadap pembelajaran permainan tenis meja sudah sangat baik. Dengan demikian, pada siklus II perlu adanya motivasi yang dapat mendorong siswa untuk memahami pengetahuan yang mereka miliki lagi belajar supaya nilai yang sudah didapat bisa

tenis meja. Dengan demikian, pada siklus II perlu adanya motivasi yang dapat mendorong siswa lebih menguasai. Hal ini yang mendorong peneliti untuk melanjutkannya pada siklus II.

Setelah dilakukan pembelajaran pada siklus II dengan materi yang sama yaitu modifikasi tenis meja, persentase rata-rata siswa terhadap pembelajaran tenis meja mencapai 78,13% yang dinyatakan baik. Hal ini menunjukkan bahwa siswa sudah mendapatkan peningkatan dalam melaksanakan model pembelajaran modifikasi permainan tenis meja dengan peningkatan angka yang besar. Dengan demikian terjadi peningkatan antara siklus I dan siklus II.

Berikut adalah tabel prosentase peningkatan hasil belajar dari ketiga aspek pada siklus I dan siklus II.

Tabel 4.18 Prosentasesiklus I dansiklus II

Siklus	Aspekpsikomotor	Aspekafektif	Aspekkognitif
Pertama	31,25%	46,9%	100%
Kedua	78,13%	93,8%	100%

Dari hasil ketiga aspek diatas didapatkan data hasil belajar pada siklus I siswa yang sudah memenuhi KKM sebanyak 15 siswa atau 47% dari jumlah keseluruhan siswa, sedangkan pada siklus II hasil belajar siswa meningkat menjadi 28 siswa atau 87,5% dari jumlah keseluruhan siswa.

## SIMPULAN DAN SARAN

Pembelajaran Penjasorkes dengan modifikasi permainan tenis meja dapat diterima oleh siswa dan dapat diterapkan di siswa SMP Negeri 1 Kragan, kecamatan Kragan, kabupaten Rembang. Permainan ini dapat mencakup semua aspek baik afektif, kognitif, dan psikomotor.

- 1) Hasil akhir pengamatan perilaku siswa (afektif) dengan pencapaian sebesar 93,8% yang masuk ke dalam kriteria sangat baik.
- 2) Hasil akhir pengamatan pemahaman siswa (kognitif) dengan pencapaian sebesar 100% yang masuk ke dalam kriteria sangat baik.
- 3) Hasil akhir pengamatan keterampilan siswa (psikomotor) dengan pencapaian sebesar 78,1% yang masuk ke dalam kriteria sangat baik.
- 4) Hasil belajar siswa yang memenuhi KKM sebanyak 28 siswa atau 87,5% dari jumlah keseluruhan siswa yang masuk kedalam kriteria sangat baik.

Dengan begitu, maka pembelajaran tenis meja melalui pendekatan permainan *bouncing ball* sudah memenuhi tujuan penelitian yaitu meningkatkan hasil belajar tenis meja siswa dan

hasil penelitian ini dapat digunakan dalam pembelajaran tenis meja untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja siswa SMP Negeri 1 Kragan, kecamatan Kragan, kabupaten Rembang.

Dari hasil penelitian ini diharapkan guru dapat terus meningkatkan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dengan memberikan berbagai model pembelajaran dengan metode bermain agar siswa merasa tertarik pada olahraga yang sedang diajarkan guru.

## SARAN

Saran yang dapat disampaikan penyusun berkaitan dengan hasil penelitian, antara lain adalah :

- a. Peningkatan pembelajaran tenis meja melalui pendekatan permainan *bouncing ball* dalam penelitian ini dapat digunakan sebagai alternatif penyampaian materi pembelajaran tenis meja untuk siswa SMP.
- b. Penggunaan metode pembelajaran ini diharapkan sesuai dengan tujuan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- c. Bagi guru penjas di sekolah dapat mengembangkan model-model pembelajaran tenis meja yang lebih menarik untuk digunakan dalam pembelajaran tenis meja di sekolah.
- d. Bagi siswa, setelah mengikuti pembelajaran tenis meja dengan pendekatan permainan *bouncing ball* diharapkan lebih berminat

- untuk mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.
- e. Bagi sekolah, agar mencukupi sarana dan prasarana serta alat-alat olahraga sehingga kegiatan pembelajaran berjalan dengan lancar.
- f. Bagi pembaca untuk dapat mengambil hasil yang mungkin dapat menjadi masukan dan tambahan pengetahuan dalam tenis meja.
- Tatang Muhtar dan Wahyu Sulisty. 2003. *Tenis Meja (Mata Kuliah Pilihan 1)*. Jakarta: Universitas Terbuka

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Damiri, dan Nurlan Kusmaedi. 1992. *Olahraga Pilihan Tenis Meja*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan
- Alex Kertamanah. 2003. *Teknik & Taktik Dasar Permainan Tenis Meja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Hodges, Larry. 2002. *Tenis Meja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada
- Max Darsono. 2000. *Belajar dan Pembelajaran*. Semarang: CV IKIP Semarang Press
- Moch. Fahmi Abdulaziz. 2011. *Korelasi antara Koordinasi Mata dan Tangan, dan Kelentukan Pergelangan tangan terhadap Ketepatan Servis Forehand Topspin Tenis Meja*. Semarang: Universitas Negeri Semarang