

**MOTIVASI PEMBELAJARAN DALAM MENGATASI SARANA DAN PRASARANA
CABANG OLAHRAGA TENIS MEJA DI SD NEGERI 7 SIGLI**

hs9822@gmail.com

Hendra Saputra, Muhammad Yahya, Nurmasiyah

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Universitas Jabal Ghafur

ABSTRAK

Kata Kunci: Pengukuran, Gerak Dasar Lokomotor

Penelitian ini berjudul : “Motivasi Pembelajaran dalam Mengatasi Sarana dan Prasarana Cabang Olahraga Tenis Meja di SD Negeri 7 Sigli”. Bertujuan untuk Untuk mengetahui model pembelajaran yang mampu meningkatkan minat siswa terhadap pembelajaran cabang olahraga tenis meja di SD Negeri 7 Sigli dan untuk mengetahui tingkat atau pengaruh model pembelajaran tersebut terhadap keaktifan siswa dalam pelaksanaan pembelajaran cabang olahraga tenis meja. Untuk menjawab tujuan tersebut maka dalam Penelitian ini dilakukan penelitian PTK, Dimana sebelum diberikan perlakuan atau penerapan model pembelajaran tenis meja dengan model media meja pantul (*bouncing table*), terlebih dahulu dilakukan tes awal bermain tenis meja kepada siswa, dengan tes Black Board dengan melakukan pukulan rally ke dinding meja yang di lipat sebanyak 3 kali percobaan pertiga menit, selanjutnya dilaksanakan penelitian PTK dari siklus satu hingga siklus dua, Menurut peneliti dan kolaborator (pendamping) penelitian dihentikan pada siklus dua karena model tersebut telah mampu meningkatkan KKM siswa hingga 95 %. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah sebanyak 20 siswa. Terdapat peningkatan hasil belajar tenis meja pada permainan tenis meja yang dimulai dari tes awal hingga siklus 1 dan siklus 2. Hasil tes awal tercatat 3 siswa (15%) dinyatakan lulus dan 17 siswa (85%) dinyatakan tidak lulus, dengan nilai terendah 50 dan nilai tertinggi 70 dengan nilai rata-rata kelas yaitu 60 , setelah diberikan siklus 1 maka terjadi peningkatan yaitu tercatat 13 siswa (65%) dinyatakan lulus dan 7 siswa (35%) dinyatakan tidak lulus atau tidak tuntas, dengan nilai terendah 60 dan nilai tertinggi 70 dengan nilai rata-rata kelas 68,08. Pada pelaksanaan kedua atau siklus 2 telah terjadi suatu peningkatan yang sangat signifikan yaitu tercatat seluruh siswa atau 19 siswa (95%) dinyatakan lulus, dengan nilai terendah 75 dan nilai tertinggi 90 dengan nilai rata-rata kelas 78,05.

Kata Kunci: Pengukuran, Gerak Dasar Lokomotor

Pendahuluan

Pendidikan adalah pembelajaran pengetahuan atau keterampilan yang diturunkan dari generasi ke generasi, dan pembelajaran sering dilakukan di bawah bimbingan orang lain agar pengetahuan dapat ditingkatkan tentang segala hal. Tentunya pendidikan harus memiliki sarana dan prasarana belajar, apa saja sarana penunjang belajar, sebelumnya apa

itu lembaga dan prasarana pendidikan? dan alat bantu pengajaran lainnya di sekolah. Suatu sekolah akan lebih mudah melaksanakan proses pembelajaran jika luas dan prasarannya memadai atau memenuhi batas standar, namun masih banyak sekolah yang belum terwujud pelaksanaan sarana dan prasarana yang lebih baik, terutama sekolah yang terletak di pedalaman atau jauh dari kota, yang

sangat berpengaruh terhadap terselenggaranya pendidikan yang baik dan terjamin.

Karena banyak sekolah yang tidak memiliki tempat yang tepat untuk mengamalkan ilmu sebagaimana yang seharusnya dilakukan oleh banyak orang. Namun, ini harus menjadi pelajaran bahwa ke depan kita harus lebih bersyukur membawa ilmu, dan tentunya minimnya sarana dan prasarana belajar jangan dijadikan alasan untuk tidak belajar terutama pada pelajaran PJOK di sekolah yang sangat banyak membutuhkan sarana prasarana pendukung pembelajaran. Salah satunya yang paling mencolok secara umum adalah cabang olahraga tenis meja. Walaupun ada namun tidak mencukupi atau tidak sesuai dengan jumlah siswa atau pemakai, bahkan walaupun ada namun tidak memenuhi syarat ketentuan yang berlaku dari Top Organisasi Tenis Meja yakni PTMSI (Persatuan Tenis Meja Seluruh Indonesia). Karena berdasarkan pengamatan penulis banyak lapangan tenis meja yang dibuat secara gampal atau seadanya oleh para tehnisi atau tukang kayu secara tradisional.

Sehingga menjadi sebuah bahan kajian yang mendasar tentang bagaimana upaya untuk mengatasi hal ini. Banyak cara atau contoh yang harus dilaksanakan dalam penyelenggaraan pendidikan yang masih banyak kesenjangan sarana dan prasarana yaitu kesadaran diri untuk mencapai pendidikan walaupun kita memiliki kesenjangan sarana dan prasarana. Alat apa yang harus kita gunakan untuk memastikan kesinambungan pembelajaran tenis meja di sekolah meskipun ada kesenjangan dalam kesempatan pelatihan dan infrastruktur.

Berikut adalah beberapa cara untuk mengatasi masalah tersebut yaitu: Pertama, kita sebagai penyelenggara pendidikan harus memiliki niat untuk menyiapkan infrastruktur untuk pendidikan generasi selanjutnya, maka kita juga harus siap berkorban demi pendidikan yang kita

terima. Kedua, menulis surat kepada pemerintah tentang pengenalan infrastruktur pendidikan, sehingga kami dapat menyediakan sarana dan prasarana yang layak dan lebih aman dengan bantuan pemerintah di masa depan. Ketiga, guru hendaknya mencari cara lain untuk melaksanakan pembelajaran dengan mempertimbangkan atau mengubah metode pengajaran di luar ruangan, yang dapat disebut out-in-learning melalui diskusi. Keempat, guru juga harus lebih kreatif mengadopsi cara lain dalam mengelola pembelajaran, memperbanyak latihan, seperti diskusi dalam kelompok terbatas atau menggunakan metode pembelajaran untuk pembelajaran selanjutnya melalui bermain, agar siswa juga lebih paham dan memahami situasi dengan lebih baik, sehingga lebih semangat dalam belajar.

<https://www.kompasiana.com/utarimalau0944/625675de92cb5a36265d2b37/kurangnya-sarana-dan-prasarana-pendidikan-bagaimana-cara-mengatasinya>. (Diakses 12 Mei 2023).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada sekolah SD Negeri 7 Sigli sebagai tempat penulis PPL, maka terkait dengan pembelajaran tenis meja tidak dapat berjalan dengan baik, berbagai hambatan ditemukan, disamping dukungan pimpinan dan pengembangan yang dilakukan oleh guru PJOK belum terlaksana dengan baik ditambah lagi fasilitas atau lapangan tenis meja yang dapat dikategorikan belum berada pada kondisi baik dan memenuhi syarat. Sehingga berbagai ketimpangan yang mewujudkan keterpurukan proses belajar mengajar dapat terjadi di sekolah dengan permasalahan tersebut.

Tercapainya prestasi yang maksimal perlu diperlukan adanya pemanfaatan seluruh sarana prasarana yang ada secara optimal. Sedangkan dalam upaya pemenuhan terkait untuk sarana dan prasarana di SMA Negeri 1 Trienggadeng berusaha memenuhi hal-hal yang

diperlukan dalam proses pembinaan olahraga. (Muhammad & Yahya, 2022).

Mendasari kutipan di atas, maka dengan demikian dapat dikatakan dengan sangat jelas bahwa sarana prasara sangat dibutuhkan dalam kegiatan belajar, sehingga untuk menggeatsi hal tersebut para guru harus berinovasi untuk merancang sebuah model pembelajaran yang dapat menanggulangi permasalahan sarana prasarana olahraga tenis meja di sekolah. Dengan demikian penulis telah menetapkan judul penelitian ini yakni : **“Motivasi Model Pembelajaran Pokok Bahasan Tenis Meja Terhadap Pencapaian Kurikulum PJOK Siswa SD Negeri 7 Sigli Tahun Ajaran 2023/2024”**.

TEORI

Sarana Olahraga

Istilah sarana adalah terjemahan dari “facilities” yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu :

1) Peralatan/ apparatus

Peralatan adalah sesuatu yang digunakan untuk olahraga, contoh : palang tunggal, palang sejajar, gelang-gelang, kuda-kuda dan lain-lain.

2) Perlengkapan/ device

- Suatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misal : net, bendera, garis batas dan lain-lain.
- Suatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya ; bola, raket, pemukul dan lain-lain.

Di dalam pembelajaran pendidikan jasmani, bahwa untuk sarana olahraga sederhana dapat digunakan untuk pelaksanaan materi pelajaran pendidikan jasmani yang tentunya dalam bentuk permainan, misalnya bola plastic, bola kasti, bola tennis, kardus bekas, potongan bambu dan lain-lain. Pada prasarana yang dipakai dalam kegiatan olahraga pada masing- masing cabang olahraga memiliki ukuran yang standard. Akan tetapi bila

cabang olahraga tersebut dipakai sebagai materi pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, sarana yang digunakan bisa dimodifikasi, disesuaikan dengan kondisi sekolah dan karakteristik siswa.

2.1.2 Prasarana Olahraga

Secara umum prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranyasuatu (usaha atau pembangunan). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah dan memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen, salah satu sifat tersebut adalah susah untuk dipindahkan. Berdasarkan definisi tersebut maka dapat disebut beberapa contoh dari prasarana olahraga ialah ; lapangan bola basket gedung olahraga, lapangan atletik, lapangan sepak bola dan lain-lain Gedung olahraga merupakan prasarana multi fungsi yang dapat digunakan sebagai prasarana pertandingan bola voli, prasarana pertandingan bulu tangkis dan lain-lain.

Sedangkan stadion atletik didalamnya termasuk lapangan lompat jauh, lapangan lempar cakram, lintas lari dan lain-lain. Seringkali stadion atletik dipakai sebagai prasarana pertandingan sepak bola yang memenuhi syarat pula. Contohnya stadion utama Gelora Bung Karno Jakarta. Semua yang disebutkan di atas adalah contoh-contoh sarana olahraga dengan ukuran standart, tetapi pendidikan jasmani seringkali hanya dilakukan di halaman sekolah atau di sekitar taman. Hal ini disebabkan karena kondisi sekolah- sekolah saat sekarang hanya sedikit yang memiliki prasarana dengan ukuran standart. Pengertian prasarana bukan hanya terbatas pada hal-hal yang terkait dengan arena kegiatan olahraga saja, tetapi segala sesuatu di luar sarana yang ikut memperlancar jalannya aktifitas olahraga juga disebut prasarana (Soepartono,2000: 43).

Tujuan sarana dan prasarana diadakan adalah untuk memberikan kemudahan dalam pencapaian tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dan program lain dalam pendidikan jasmani.

2.2. Pemeliharaan Sarana Prasarana Olahraga

Tujuan pemeliharaan atau peralatan dalam kegiatan olahraga adalah untuk menentukan dan meyakinkan bahwa alat-alat dalam keadaan aman dan memuaskan untuk digunakan dalam kegiatan-kegiatan tersebut (Abror Hisyam, 1991: 31).

2.2.1 Prinsip-prinsip dalam pemeliharaan

- 1) Kebijakan dan tata cara memelihara sarana olahraga harus direncanakan untuk memperpanjang umur peralatan sedemikian rupa sehingga mungkin akan menghasilkan modal kembali yang maksimal.
- 2) Pemeliharaan hendaknya direncanakan untuk menjamin keselamatan bagi semua orang yang menggunakan alat-alat. Penggunaan alat-alat yang sudah usang, tidak aman dan berbahaya tidak dibenarkan.
- 3) Hanya orang-orang yang berhak (qualified) hendaknya diberi kedudukan sebagai pemimpin, kepala tata usaha.
- 4) Alat-alat hendaknya diawasi secara periodic untuk memperoleh dan mencapai keselamatan dan kondisi alat-alat, karena dapat diperbaiki dengan cepat.
- 5) Perbaikan dan pemulihan kembali kondisi peralatan dibenarkan apabila alat-alat atau bahan yang diperbaiki atau dibangun dengan biaya yang murah.
- 6) Menutupi dan melindungi peralatan yang layak akan menolong dan menjamin pemeliharaan secara ekonomis dan aman untuk pemakaian selanjutnya (Abror Hisyam, 1991: 32)

2.2.2 Cara Penyimpanan Dan Pengaturan Sarana dan Prasarana Olahraga

Ada beberapa cara untuk melindungi sarana dan alat olahraga, yaitu sebagai berikut :

- 1) Pakaian dan tekstil hendaknya dilindungi dari air dan kekeringan secepatmungkin karena basah dalam waktu 24 jam dapat menyebabkan lapuk.
- 2) Alat-alat yang berwarna memerlukan perlakuan penting dalam penyimpanan, karena dalam waktu tidak lama, banyak warna alam, persinggungan warna yang berlawanan terutama apabila basah, dapat menyebabkan warna hilang.
- 3) Bahan dari wool dan tekstil yang mengandung wool disarankan tahan ngengat.
- 4) Mengontrol suhu ruang tempat penyimpanan barang dari pabrik.
- 5) Barang buatan dari pabrik harus dilindungi dari binatang mengerat dan kerusakan yang disebabkan oleh zat-zat asam yang mengenai barang-barang tersebut.
- 6) Barang-barang buatan harus dilindungi besi logam untuk mencegah karat, karena itu bahan-bahan dari kayu, plastik dan bahan lain yang tahan karat harus digunakan.
- 7) Barang-barang dari tekstil berwarna hendaknya disimpan di tempat yang jauh dari sinar matahari.
- 8) Semua pakaian dilipat rapi atau dibungkus, dan disimpan dalam peti atau kotak yang tertutup.

2.3. Alat-alat Olahraga

- 1) Bahan kulit, helm, pelindung kaki, perisai, sarung tangan dan barang-barang lain disimpan di rak, digantung disimpan di tempat yang tingkat keringnya cukup rata-rata.
- 2) Melindungi alat-alat dari bahan plastik menjadi penting karena sifat khususnya tidak boleh kena pukulan atau oli.
- 3) Melindungi alat-alat olahraga dari karat harus disimpan di tempat kering dengan ventilasi yang sesuai dengan suhu dikontrol, untuk penunjang umur, alat-alat dari karet tidak ditempatkan

dilantai semen atau tidak bersinggungan dengan oli atau lemak.

- 4) Sesudah alat dari kulit, karet dan plastik sudah dibersihkan beberapa alat dari logam dicat atau dipernis adalah penting sebelum disimpan.
- 5) Bola dari kulit atau karet baik dipompa maupun yang tidak dipompa hendaknya disimpan di tempat yang dingin, kering dan baik ventilasinya. Tempat penyimpanan harus menghindari persinggungan dengan cat, oli atau lemak.
- 6) Bola yang dipompa dikosongkan 1 atau 2 pounds dan bila mungkin disimpan dalam peti khusus (Soemargo dalam Abror Hisyam, 1991: 31-35).

2.4 Pengawasan Dan Klasifikasi Menggunakan Sarana Dan Prasarana Olahraga

Pengawasan terhadap sarana prasarana olahraga dilakukan secara terus menerus selama periode penggunaan alat dalam pelaksanaan kegiatan, selain pengawasan juga perlu dilakukan klasifikasi sebelum dan sesudah penggunaan sarana dan parasarana. Perbaikan kadang perlu dilakukan di tempat (on the spot) oleh petugas atau orang yang berpartisipasi dalam program penggunaan. Baru kemudian setelah dipakai, perbaikan kembali oleh petugas yang berwenang, tempat perlengkapan atau worksho Perbaikan dan Penyimpanan Seragam dan Alat Olahraga Standar Sarana dan Prasarana olahraga untuk Sekolah Dasar Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengadaan Sarana dan Prasarana Olahraga di Sekolah.

2.5. Hakikat Permainan Tenis Meja

Menurut Salim (2008: 14) tenis meja adalah sebuah permainan yang sederhana. Gerakan-gerakan yang dilakukan dalam olahraga ini adalah dengan konsisten memukul, mengarahkan dan menempatkan bola ke meja lawan. Gerakan ini dilakukan untuk dengan harapan pihak lawan tidak dapat mengembalikan bola. Sedangkan Soetomo

(1981:541) menuturkan bahwasanya permainan tenis meja merupakan salah satu permainan yang menggunakan meja sebagai tempat untuk memantulkan bola yang dipukul oleh seorang pemain dan harus dapat melewati net dan memantul ke meja lawan, selanjutnya bola tersebut dapat dikembalikan oleh lawan dan tetap harus memantul dan melewati net, permainan tenis meja ini dapat dimainkan oleh satu orang, ganda, maupun campuran.

Dari beberapa pendapat ahli diatas, dapat disimpulkan, tenis meja adalah suatu permainan yang dimainkan oleh satu orang, dua orang maupun campuran, dengan menggunakan bet, meja, dan bola sebagai alat, dengan cara memantulkan bola yang dipukul agar bisa melewati net, dan diharapkan lawan tidak dapat mengembalikan bola tersebut.

Beberapa sumber mengatakan bahwa tenis meja adalah olahraga yang berasal dari Inggris, dengan nama "gossima" dan "whiff-whaff". Pada jaman dahulu, permainan ini dimainkan oleh angkatan bersenjata Inggris yang berkedudukan di India. Tenis meja sendiri mulai berkembang di Inggris dan Eropa pada abad ke 19. Pada abad ke 19, permainan tenis meja diberi nama "gossima" atau "pingpong". Nama pingpong sendiri berasal dari bunyi yang dihasilkan pada saat perkenaan bola pada raket. Pada jaman dulu bola tenis meja terbuat dari karet yang ringan dan dilapisi dengan kulit yang dirajut. Pada akhir 1880, barulah bola karet yang dilapisi rajutan kulit tadi diganti dengan bola celluloid. Pada tanggal 15 Januari 1926, dibentuklah suatu organisasi tenis meja yang diprakarsai oleh Dr. Georg Lehman dari Inggris yang bernama Internasional Table Tennis Federation (ITTF) dengan presidennya yang pertama bernama Hon Ivor

Montagu dari Inggris. Tenis meja sendiri baru dikenal di Indonesia pada tahun 1930. Pada masa itu permainan tenis meja

hanya dilakukan di balai-balai pertemuan Belanda sebagai permainan rekreasi. Hanya beberapa dari pribumi yang bisa ikut bermain tenis meja.

Pada tahun 1939 tokoh petensi meja mendirikan PPPSI (Persatuan Ping Pong Seluruh Indonesia). Pada saat melakukan kongres di Surakarta pada tahun 1958 PPPSI berganti nama menjadi PTMSI (Persatuan Tenis Meja Seluruh Indonesia). Tahun 1960 PTMSI telah masuk menjadi anggota federasi tenis meja Asia, yaitu TTFA (Table Tennis Federatin of Asia). Perkembangan tenis meja di Indonesia cukup cepat, dapat dilihat dari banyaknya pertandingan yang diadakan seperti pada PORDA, POMDA, PON,

PORSENI untuk tingkat sekolah, serta pertandingan lain yang diadakan oleh komunitas petenis meja itu sendiri.

2.6. Sarana dan Prasarana Permainan Tenis Meja

a. Meja

Permukaan meja, juga dinamakan permukaan permainan harus berbentuk persegi panjang dengan ukuran panjang 274cm, lebar 152,5 cm, harus datar rata-rata air, sejajar dengan lantai dan tingginya 76 cm. Permukaan permainan juga harus meliputi tepi atas daripada meja, tidak termasuk sisi meja yang ada di bawah tepi atas. Permukaan permainan harus dapat memantulkan secara merata sebuah bola yang dijatuhkan dari atas permukaan meja setinggi 30 cm kembali ke atas setinggi 23 cm. Permukaan permainan harus berwarna gelap merata dan pudar ditambah garis putih selebar 2 cm sepanjang tiap sisi meja. Garis pada tepi meja yang panjangnya 274 cm dinamakan garis tepi (side lines) sedangkan garis-garis tepi meja yang panjangnya 152,5 cm dinamakan garis ujung (end lines). Permainan ganda, meja permainan dibagi menjadi dua bagian yang diberi garis putih yang selebar 3 mm, paralel dengan garis lurus sepanjang kedua bagian meja.

b. Seperangkat jaring (NET)

Lapangan permainan tenis meja terbagi menjadi 2 bagian sama besar, yang terbagi oleh sebuah jaring yang dipasang vertikal sejajar dengan garis tepi sepanjang 137cm dihitung dari garis sisi kanan dan kiri. Panjang jaring beserta tali penggantungnya adalah 183cm, jaring berdiri tegak setinggi 15,25cm diatas permukaan meja, dan posisi jaring harus rapat menyentuh permukaan meja.

Jaring digantungkan dengan tali yang ujungnya dikaitkan pada tiang jaring yang tingginya masing-masing 15,25cm. Lubang jaring pada net terbuat dari bahan yang lemas seperti tirai halus, berwarna, tidak lebih kecil dari 7,5mm dan tidak lebih besar dari 12,5mm. Bagian atas pada jaring harus berwarna putih dan menggantung pada tali penggantungnya dengan lebar tidak boleh lebih dari 15mm. Jaring dipasang dengan tali secara horizontal dalam keadaan tidak terlalu tegang namun juga tidak longgar dan dapat dilewati bola dengan baik serta terpasang dengan kondisi tidak kendur, artinya secara nyata terlihat sangat koko dan diyakini tidak akan mengganggu jalannya bola bila tersangkut atau saat melewati dan menyentuk ujung net bola tidak tertahan.

METODE PENELITIAN

Terkait dengan permasalahan yang diteliti, yakni tentang medifikasi pembelajaran tenis meja untuk menanggulangi kekurangan sarana prasaran olahraga, sehingga penelitian ini harus dalam konteks Penelitian Tindakan Kelas (PTK) karena bertujuan untuk mengembangkan sebuah model pembelajaran tenis meja yang akan dimedifikasi yang model memantulkan bola ke dinding atau media meja pantul (*bouncing table*), sehingga nantinya akan diketahui seberapa besar pengaruhnya terhadap hasil belajar tenis meja di sekolah SMP Negeri 1 Peukan Baro melalui modifikasi pembelajaran ini.

Penelitian diawali dengan kegiatan observasi awal. Observasi awal bertujuan

untuk mengamati, mengobservasi permasalahan-permasalahan yang terkait dengan pembelajaran PJOK pada umumnya dan pada khususnya pembelajaran aktivitas permainan tenis meja. Peneliti melakukan observasi awal pada September 2023 di SD Negeri 7 Sigli (proposal). Sedangkan yang menjadi fokus observasi awal yang meliputi setting sekolah, pelaksana pembelajaran, sarana dan alat pembelajaran.

Untuk memudahkan sistem pencatatan yang terkait dengan permasalahan, peneliti juga membuat dan menggunakan format-format observasi sesuai dengan perfokus masalah. Semua data hasil observasi tersebut di catat dalam lembar observasi dan dijadikan bahan lampiran dalam penelitian ini. Data-data yang terkait dengan fokus penelitian yang diamati selanjutnya dijadikan dasar-dasar pembuatan perencanaan dan tindakan penelitian.

3.3.2. Perencanaan Tindakan

Langkah dan kegiatan yang dilakukan pada perencanaan tindakan adalah sebagai berikut:

a. Menjalin Kerjasama dan Kesepahaman dengan Observer

Dalam penelitian ini, peneliti menyampaikan maksud dan tujuannya kepada guru PJOK di SD Negeri 7 Sigli yaitu dalam konteks skripsi bermaksud untuk belajar menemukan permasalahan dan sekaligus memecahkan permasalahan yang terkait pembelajaran PJOK, khususnya memperbaiki proses pembelajaran aktivitas permainan tenis. Maksud dan tujuan ini berhubungan dengan penulisan skripsi, sebagai syarat menyelesaikan *study*.

Hasil Penelitian

Kemampuan awal yang bertujuan untuk mengetahui secara awal tingkat penguasaan teknik dasar yang dapat dicapai siswa terutama untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat penguasaan siswa

dalam melakukan teknik dasar tenis meja dalam permainan tenis meja. Hal ini merupakan syarat yang harus diketahui oleh peneliti dan kolaborator dalam menentukan kesepakatan tentang penetapan kemampuan dasar siswa sebelum diberi program latihan yang dibantu dengan modifikasi media pembelajaran yakni modifikasi media meja pantul (*bouncing table*).

Langkah penelitian diawali dengan pelaksanaan kegiatan observasi awal dan tes awal pada siswa SMP Negeri 1 Peukan Baro untuk mengetahui kondisi awal terhadap pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja sebelum pelaksanaan pembelajaran tenis meja diberikan dengan model pembelajaran yang telah ditentukan sebelumnya. Untuk lebih jelasnya mengenai hasil tes awal bermain tenis meja yang diberikan kepada seluruh sampel penelitian yakni dengan menggunakan tes *Black Board* yakni masing-masing testee (orang coba) melakukan pukulan relly dengan papan terlipat selama tiga kali percobaan nilai yang diambil adalah nilai rata-rata dari ketiga kali tes tersebut. Adapun hasil tes awal sebagai berikut: nilai terendah 50, nilai tertinggi 73 dan nilai rata-rata 61,00.

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 56-61 dengan prosentase 55%, sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada interval 60-67 dengan prosentase 10% dengan ketentuan siswa yang belum mampu melakukan gerakan *tenis meja* pada permainan tenis meja sebanyak 17 siswa (85%) atau belum mencapai nilai KKM yaitu 65. Sedangkan jumlah siswa yang sudah mencapai nilai ketuntasan sebanyak 3 siswa (15%). Maka dapat diambil kesimpulan bahwa pada interval 50-55 sebanyak 3 siswa (kurang dari nilai KKM atau belum tuntas), pada interval 56-61 sebanyak 11 siswa (kurang dari nilai

KKM atau belum tuntas), pada interval 62-67 sebanyak 2 siswa (cukup atau tuntas), pada interval 68-73 sebanyak 4 siswa (cukup atau tuntas). Frekuensi terbesar terdapat pada interval 56-61 dengan prosentase 55%, sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada interval 62-67 dengan prosentase 10%.

4.2. Siklus Pertama

Pada penelitian ini, tahapan dan struktur kegiatan yang disusun mulai dari refleksi awal berupa menetapkan kondisi awal harus diidentifikasi dan dikelompokkan seperti kemampuan menguasai materi tehnik dasar tenis meja pada permainan tens meja dengan memperhatikan materi pembelajaran.

Selanjutnya setelah mengetahui hasil kemampuan siswa sejak awal, kemudian disusun perencanaan program berupa tindakan, observasi dan refleksi yang sudah diterapkan kepada siswa hingga menghasilkan penyusunan pembelajaran yang diharapkan dan dapat memperoleh perkembangan hasil belajar dalam pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja yang diharapkan.

Pada proses akhir, tindakan dan refleksi yang digunakan untuk mengetahui letak kesalahan penerapan program perencanaan dan kekurangan yang muncul dianalisis untuk mengetahui hubungan penerapan strategi, pemberian materi, penerapan metode, dan pemanfaatan media dalam pembelajaran. Selanjutnya apabila berbagai kesalahan dan penerapan program teridentifikasi dan diketahui dalam penerapan pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja, maka hasil identifikasi tersebut digunakan sebagai bahan untuk menyusun perencanaan tahap berikutnya.

Proses analisis tahapan dalam siklus penelitian ini, terletak pada proses penyusunan konsep dasar penelitian tindakan yang dilakukan. Dengan demikian setiap tahapan siklus yang

digunakan menjadi acuan untuk menuntun tahapan siklus berikutnya secara terstruktur. Oleh sebab itu, bentuk pengambilan keputusan yang berhubungan dengan penetapan kondisi awal, perencanaan program, tindakan, observasi, dan refleksi dapat digunakan sebagai bekal dalam penyusunan perencanaan pada siklus besar berikutnya, maka segala kesalahan yang dianggap tidak sesuai dapat dihilangkan sehingga menghasilkan kesimpulan tindakan yang saling mendukung dan membantu penyusunan program siklus kecil selanjutnya. Secara komprehensif tahapan penelitian ini dilakukan berdasarkan pada tahapan siklus.

Kemampuan awal yang bertujuan untuk mengetahui secara awal tingkat penguasaan teknik dasar keterampilan yang dapat dicapai siswa terutama untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat penguasaan siswa dalam melakukan pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja yang diajarkan dalam modifikasi media pembelajaran meja pantul. Hal ini merupakan syarat mutlak yang harus diketahui oleh peneliti dan kolaborator dalam menentukan kesepakatan tentang penetapan kemampuan dasar siswa sebelum diberi modifikasi media meja pantul.

Pada kesempatan ini tindakan yang dilakukan adalah mengidentifikasi bentuk, jenis, dan proses pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja secara tepat. Hal ini dituntut kepada siswa agar yang bersangkutan dapat melakukan pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja secara baik, serta dapat diarahkan untuk menghayati gerakan sebagai dampak yang ingin dicapai untuk memperbaiki atau meningkatkan kemampuan siswa dalam pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja yang berhubungan dengan pembentukan modifikasi media.

a. Perencanaan Tindakan

Tujuan yang diharapkan : 1) siswa dapat melakukan gerakan tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja secara benar, 2) siswa dapat menjelaskan cara tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja dengan benar.

b. Pelaksanaan Tindakan

Peneliti dan kolaborator memulai pembinaan dengan meningkatkan hasil belajar tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja dengan memberi pengertian dalam mencapai hasil optimal dengan lebih banyak pengulangan dan perbaikan dengan diskusi sesama siswa. Peneliti mengadakan pembinaan hasil belajar tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja pada siklus pertama ini dengan 3 (tiga) kali pertemuan, dimana terus melakukan diskusi dengan kolabor tentang kemajuan siswa dan mencatat semua perilaku siswa di lapangan.

Pada pertemuan pertama siswa lebih diutamakan pada pengenalan dan pemahaman terhadap apa yang akan dilakukan dalam pembelajaran tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja . Guru memberikan pengarahan tentang kontrak pembelajaran yang akan lebih banyak pada aplikasi dan memberitahukan ada sedikit perbedaan dalam pembelajaran kali ini. Pertemuan ini diadakan di ruangan untuk pembelajaran pada permainan tenis meja dan siswa lebih banyak mendengar arahan pelatih tentang kontrak pembelajaran. Dalam pertemuan ini dilakukan tes awal sebelum diberikan modifikasi media, hal ini dilakukan untuk mengetahui perubahan yang terjadi dari awal sampai akhir pertemuan. Apakah terdapat peningkatan hasil belajar tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja saat sebelum dan sesudah diberikan modifikasi media.

Berdasarkan tabel di atas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa frekuensi terbesar terdapat pada interval 62-67 dengan prosentase 50%, sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada interval 74-79 dengan prosentase 5% dengan ketentuan siswa yang belum mampu melakukan gerakan tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja sebanyak 6 siswa (30%) yaitu belum mencapai nilai KKM yaitu 65. Sedangkan jumlah siswa yang sudah mencapai nilai ketuntasan sebanyak 14 siswa (70%).

Dengan demikian ditinjau dari tes awal telah terjadi peningkatan dari tes awal 30% menjadi 70% pada tindakan siklus 1. Berdasarkan aspek penilaian pada siklus 1 sudah ada peningkatan namun belum mencapai ketuntasan kelas yaitu 100% dari jumlah siswa, sehingga peneliti melanjutkan ke siklus berikutnya.

Maka dapat diambil kesimpulan bahwa pada interval 56-61 sebanyak 4 siswa (kurang dari nilai kkm atau belum tuntas), pada interval 62-67 sebanyak 10 siswa (cukup atau tuntas), pada interval 68-73 sebanyak 5 siswa (cukup atau tuntas), pada interval 74-79 sebanyak 1 siswa (baik atau tuntas). Frekuensi terbesar terdapat pada interval 62-67 dengan prosentase 50%, sedangkan frekuensi terkecil terdapat pada interval 74-79 dengan prosentase 5%.

c. Hasil Observasi

Pengamatan yang dilakukan kolaborator selama berlangsungnya pembelajaran memberikan hasil sebagai berikut: 1) Masih ada siswa yang belum menguasai gerakan tehnik dasar tenis meja pada permainan tenis meja secara benar, 2) Masih ada siswa yang belum sempurna saat pelaksanaan gerak (posisi tubuh tidak di putar ke depan dan kebelakang) pada permainan tenis meja dengan benar.

:

Pembahasan

Kemajuan siswa yang mengikuti materi pembelajaran teknik dasar tenis meja pada permainan tenis meja, peneliti dan kolaborator telah menemukan jawaban yang menjadi bahan penelitian. Bagaimana modifikasi media *bouncing table* mampu meningkatkan hasil belajar teknik dasar tenis meja.

Hasil ujian tes akhir menunjukkan siswa sudah memiliki konsep tentang pembelajaran teknik dasar tenis meja pada permainan tenis meja dan juga membangkitkan rasa percaya dirinya, serta mampu belajar secara mandiri, memiliki motivasi tinggi untuk maju, menjadi komunitas belajar dengan saling membantu dalam usaha untuk meningkatkan keterampilan gerak, serta mampu menilai tingkat kemajuannya sendiri. Perlu diketahui bahwa standar ketuntasan yang ditetapkan untuk kemampuan teknik dasar tenis meja kriteria ketuntasan minimalnya adalah 65. Jadi apabila menurut data yang ada maka untuk hasil belajar dengan materi teknik dasar tenis meja pada permainan tenis meja adalah 100% siswa telah memenuhi standar KKM dan semua mengalami peningkatan.

Menurut peneliti dan kolaborator, penelitian berhenti sampai disini dan tidak dilanjutkan ke siklus berikutnya, karena permasalahannya sudah terjawab melalui penelitian *kaji tindak*. Setelah selesai pembelajaran pada siklus kedua ini, para kolaborator mengutarakan hasil pengamatan mereka kepada peneliti, kemudian peneliti dan kolaborator mengadakan diskusi untuk membicarakan program aksi selanjutnya, agar hasil yang telah dicapai dapat dipertahankan dan dapat ditingkatkan kearah yang lebih baik.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan, bahwa terdapat peningkatan hasil belajar

permainan tenis meja yang dimulai dari tes awal hingga siklus 1 dan siklus 2. Hasil tes awal tercatat 3 siswa (15%) dinyatakan lulus dan 17 siswa (85%) dinyatakan tidak lulus, dengan nilai terendah 50 dan nilai tertinggi 70 dengan nilai rata-rata kelas yaitu 60, setelah diberikan siklus 1 maka terjadi peningkatan yaitu tercatat 13 siswa (65%) dinyatakan lulus dan 7 siswa (35%) dinyatakan tidak lulus atau tidak tuntas, dengan nilai terendah 60 dan nilai tertinggi 70 dengan nilai rata-rata kelas 68,08. Pada pelaksanaan kedua atau siklus 2 telah terjadi suatu peningkatan yang sangat signifikan yaitu tercatat seluruh siswa atau 19 siswa (95%) dinyatakan lulus, dengan nilai terendah 75 dan nilai tertinggi 90 dengan nilai rata-rata kelas 78,05.

5.1.2. Dengan demikian upaya meningkatkan permainan tenis meja melalui variasi tindakan menggunakan modifikasi media *bouncing table* dapat meningkatkan hasil belajar permainan tenis meja pada siswa SD Negeri 7 Sigli Kabupaten Pidie tahun ajaran 2022/2023.

5.1.3. Pemberian media pembelajaran dapat menjadikan siswa berpikir lebih kreatif dan berani dalam mengeksplorasikan berbagai gerakan yang sukar sehingga ia merasakan atau menurutnya bahwa gerakan yang ia lakukan telah terasa benar dan tepat, sehingga ia akan merasa puas dalam belajar yang dilaksanakan oleh guru PJOK.

5.2. Saran

Selanjutnya juga terkait dengan hasil penelitian PTK yang telah dilaksanakan di lapangan tersebut, maka peneliti selanjutnya akan dapat memberikan beberapa saran yakni :

- 5.2.1. Para Guru PJOK atau pelatih dalam menyampaikan materi hendaknya tidak terpaku kepada salah satu media pembelajaran. Hendaknya disesuaikan dengan materi pembelajaran yang akan disampaikan dengan pemilihan media pembelajaran yang tepat yang disesuaikan dengan karakteristik siswa. Artinya disini adalah para guru hendaknya tidak bosan-bosan mencari alternatif yang tepat untuk mengatasi kekurangan sarana prasarana olahraga di sekolah baik itu olahraga tenis meja secara khusus maupun olahraga yang lainnya pada umumnya, yang mana cabang olahraga tersebut merupakan mata pelajaran di sekolah
- 5.2.2. Para guru PJOK hendaknya menjalankan pembelajaran tenis meja dengan memberikan pengalaman yang nyata pada siswa dalam memacu perkembangan pembelajaran permainan tenis meja baik itu dalam pembelajaran yang bersifat ranah atau aspek kognitif, afektif maupun psikomotorik, yang menggunakan berbagai media dari berbagai sumber dan jenis serta sesuai dengan model pembelajaran yang tepat, akurat, praktis, ekonomis dan berdampak pada seluh ranah pembelajaran.
- 5.2.3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu guru Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi (PJOK) kiranya mampu untuk segera memperbaiki dan memberikan sebuah model atau media pembelajaran yang tepat dalam proses belajar mengajar di lingkungan sekolah baik yang bersifat hari aktif sekolah maupun diluar jam pelajaran atau kegiatan ekstra kurikuler sekolah.

Daftar Pustaka

- Abror Hisyam Erlan dkk (2014). Peningkatan Pembelajaran Pukulan Forehand Dalam Permainan Tenis Meja Melalui Motivasi Alat Pembelajaran, Universitas Tanjungpura. FKIP
- Bahagia. Y (2017). Media Dan Alat Pembelajaran Penjas. Bandung : FPOK
- Budiana. & Hidayat. Y. (2014). Modul Permainan Tenis Meja. Bandung: prodi PJKR Handbook ITTF
- Hamalik. O. (2008). Proses Belajar Mengajar. Bandung: PT bumi Aksara Juliantine dkk (2012). Belajar dan Pembelajaran Penjas. Bandung: FPOK
- Hambali S (2018).Penggunaan Media Motivasi Dalam Pembelajaran Servis Forehand Tenis Meja, Jurnal Speed Volume 1 no 1
- K. M. N dan Tomoliyus (2015). Pengaruh Metode Latihan Drill Dan Waktu Reaksi Terhadap Ketepatan Drive Dalam Permainan Tenis Meja, Jurnal Keolahragaan, volume 3 no 1, hlm 56-65
- Kementerian dan Kebudayaan.(2013). Kurikulum 2013 Kompetensi Dasar
- Kunandar (2008). Langkah Mudah Penelitian Tindakan Kelas Sebagai Pengembangan Profesi Guru. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Kertamanah (2003) Implentasi Pendekatan Taktis Untuk Meningkatkan Keterampilan Bermain Tenis Meja, Universitas Pendidikan Indonesia.
- Muhammad, M., & Yahya, M. (2022).

- Pembinaan Prestasi Cabang Bulu Tangkis Pada Siswa Kelas X SMAN 1 Trienggadeng Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2022. *Real Riset*, 4(2), 250–260. <https://doi.org/10.47647/jrr>
- Nurhidayat. R.A (2017). Implentasi Pendekatan Taktis Untuk Meningkatkan Keterampilan Bermain Tenis Meja, Universitas Pendidikan Indonesia. FPOK <http://aturanpermainan.blogspot.co.id/2016/10/teknik-pukulan-dalam-tenis-meja-lengkap-dengan-gambar-dan-penjelasan.html>
- Purwanto (2016). Evaluasi Hasil Belajar. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Romi Pebriana, 2019 Penerapan Modifikasi Pembelajaran Untuk Mengembangkan Hasil Belajar Aktivitas Permainan Tenis Meja <https://www.google.com/search?client=firefox-b-e&q=arti+kata+sarana+dan+prasaran>
<https://kbbi.lektur.id/modifikasi>
- Salim (2008) Pengaruh Minat Terhadap Motivasi Belajar Chest Pass. Pontianak : PJKR <https://repository.uir.ac.id/4946/5/bab2.pdf>
http://etheses.iainkediri.ac.id/3676/3/92101519001_bab2.pdf
- Soepartono,(2000). Motivasi Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Jurnal UNIMED, volume 14 no 2, hlm 35-41
- Soetomo dan Muslich. M (2009). Melaksanakan PTK Itu Mudah. Jakarta: Bumi Askara
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 tahun 2003 Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Sumber Skripsi dan Jurnal:Atmaja. <https://www.google.com/search=perlengkapan+tenis+meja&oq=perlengkapan+tenis+meja>