

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara umum yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, gaya hidup sehat, dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah memegang peranan yang sangat penting bagi peserta didik, yaitu memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang dilakukan secara sistematis.

Mata Pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan berdasarkan Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (Depdiknas, 2006: 119) terdiri dari beberapa aspek diantaranya:

Permainan dan olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non-lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan beladiri, serta aktivitas lainnya ...

Tenis meja merupakan salah satu aspek pendidikan dan jasmani, olahraga dan kesehatan yang tercantum dalam kurikulum. Dalam perkembangan olahraga dewasa ini, tenis meja menjadi salah satu nomor olahraga yang dilombakan dalam Olimpiade Olahraga Siswa Nasional (OOSN) baik pada tingkat Kabupaten, Provinsi, maupun tingkat nasional. Bahkan Olahraga tenis meja adalah olahraga yang telah menjadi salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam Olimpiade dan mendapat perhatian khusus di dunia internasional.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka pembinaan harus dilaksanakan sejak usia muda. Pembelajaran tenis meja di sekolah dasar tidak boleh melupakan kondisi perkembangan anak didik sesuai peserta didik sekolah dasar. Pembelajaran tenis meja di sekolah dasar lebih menekankan pada gerak dasar.

Namun selama ini, pilihan utama para guru penjas adalah aktivitas penjas yang lebih condong ke arah cabang-cabang permainan yang terfokus pada aktivitas pembelajaran teknis sehingga seringkali terkesan membosankan. Pada akhirnya materi kurang diminati peserta didik. Pada akhirnya guru sendiri kurang tertarik pada aktivitas pembelajaran.

Dalam tenis meja ada dua tenaga yang paling mendasar yaitu tenaga pukulan membentur bola yang lebih dikenal dengan sebutan memukul, dan yang satunya lagi adalah tenaga pergesekan yang lebih dikenal dengan sebutan menggesek bola. Selain bola yang tinggi dekat net, dapat dipukul secara ringkas, memukul bola-bola yang lain harus dilengkapi dengan gesekan. Kenyataan menunjukkan bahwa dalam permainan tenis meja, latihan memukul bola dengan teknik yang benar belum terlaksana dengan baik. Oleh karena itu perlu adanya pembinaan terhadap peserta didik agar dapat melakukan pukulan-pukulan yang benar sehingga dapat meningkatkan mutu permainan yang dilakukannya.

Kendala yang dialami dalam pembelajaran pukulan tenis meja di SDN 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan diantaranya adalah kendala yang bersifat internal. kendala tersebut merupakan kendala yang muncul dari diri peserta didik itu sendiri. Cara memukul bola banyak jenis dan macamnya, tetapi bagaimanapun memukul bola adalah cara yang dilakukan untuk mengembalikan bola agar bisa melewati net/jarring. Memukul bola ini dilakukan dengan suatu teknik yang berkaitan dengan cara memegang bet, bagaimana sikap tubuh waktu memukul bola, bagaimana posisi kedua kaki pada saat gerakan lengan waktu memukul bola agar bola dapat melalui net dan jatuh pada bidang meja lawan dengan kecepatan bola sesuai dengan yang diinginkan dan bagaimana mempersiapkan pukulan berikutnya dari bola yang datang dari pukulan lawan.

Melihat kondisi tersebut maka salah teknik dasar yang paling mudah dikenalkan pada peserta didik SD adalah teknik dasar memukul *forehand*. Namun demikian pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* juga memerlukan sebuah strategi pembelajaran yang tepat agar tujuan meningkatkan gerak dasar tenis meja dapat berhasil.

Berdasarkan uraian di atas, dalam membina dan meningkatkan aktivitas pengembangan kemampuan daya gerak peserta didik sekolah dasar terhadap pukulan tenis meja, guru Penjas perlu mendesain bentuk-bentuk gerakan manipulatif seperti melempar, memukul bola yang sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar.

Selain kondisi di atas, berdasarkan pengamatan terhadap pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan di kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan dengan materi pukulan *forehand* tenis meja, diperoleh data :

**Tabel 1.1**  
**Data Awa Hasil Tes Pukulan *Forehand* tenis meja Kelas V**

No.	Nama	Aspek yang dinilai																Jml Skor	Nilai	Ket	
		Sikap awal				Gerakan Backwing				Gerakan Swing ke depan				Sikap Akhir/ gerak lanjutan						Tuntas	Tidak Tuntas
		1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4				
1.	Asep Maulana			√				√				√				√		12	75,0	√	
2.	Dian Budi yana	√						√				√				√		10	62,5		√
3.	Budi Wibowo			√				√				√				√		11	68,8		√
4.	Cahaya Aditya				√			√				√				√		12	75,0	√	
5.	Ela Indriani		√					√				√				√		9	56,3		√
6.	Haerul			√				√		√						√		10	62,5		√
7.	Irginopa Perdiana				√			√				√				√		12	75,0	√	
8.	Intan Permatasari		√					√				√				√		9	56,3		√
9.	Nirmala Sari		√					√				√				√		9	56,3		√
10.	Pina Aniyana			√				√		√						√		10	62,5		√
11.	Risa Listiyanti			√				√				√				√		11	68,8		√
12.	Linda Komala		√					√				√				√		9	56,3		√
Jumlah Ketuntasan																				<b>3</b>	<b>9</b>
Persentase Ketuntasan																				<b>25%</b>	<b>75%</b>

Dari nilai-nilai peserta didik tersebut didapat sekitar dari 25 % dari 12 jumlah peserta didik masih ada yang belum lulus/tuntas pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya pada materi pukulan *forehand* tenis meja. Adapun nilai KKM yakni 70.

Adapun Kriteria Ketuntasan Minimal pada SD Negeri 2 Suganangan sebagai berikut.

**Tabel 1.2**  
**Kriteria Ketuntasan Minimal Pendidikan Jasmani Kelas V**

STANDAR KOMPETENSI KOMPETENSI DASAR INDIKATOR	KRITERIA KETUNTASAN MINIMAL			KKM (%)
	KRITERIA PENETAPAN KETUNTASAN			
	Kompleksitas	Daya dukung	Intake peserta didik	
1. Mempraktikkan berbagai variasi gerak dasar ke dalam permainan dan olahraga dengan peraturan yang dimodifikasi dan nilai-nilai yang terkandung didalamnya. 1.2 Mempraktikkan teknik dasar salah satu olahraga perorangan da beregu (buku tangkis, tenis meja, dan tenis) dengan kontrol yang baik serta nilai semangat, sportivitas, kerjasama, percaya diri dan kejujuran..				70
<ul style="list-style-type: none"> <li>Mempraktikkan teknik sikap awal, gerakan backswing, swing ke depan, dan sikap akhir atau gerakan lanjutan pada tenis meja,</li> </ul>	70	72	70	70

Beberapa faktor penyebab rendahnya pencapaian KKM diantaranya: (1) pada sikap awal cara memegang bet, peserta didik belum dapat melakukannya dengan baik, dan badan kaku (2) pada backswing peserta didik tidak memutar badan dan lengan ke belakang, (3) pada gerakan swing ke depan, bet tidak diarahkan miring ke depan, (4) pada sikap akhir peserta didik tidak kembali ke posisi siap. Di samping itu agar pembelajaran dapat menyenangkan perlu kiranya merancang pembelajaran yang dikemas dengan memanipulasi gerak dalam sebuah permainan.

Kendala lainnya adalah kendala yang bersifat eksternal yaitu permasalahan yang muncul dari luar diri peserta didik. Kendala tersebut diantaranya: (1) guru lebih memfokuskan pada pematangan kemampuan dominan pukulan *forehand*

tenis meja yaitu jarak kecepatan, (2) guru lebih banyak memberikan drill tanpa ada perbaikan, (3) guru kurang menguasai materi pelajaran pendidikan jasmani, dan (4) metode pembelajaran kurang bervariasi.

Keempat hal tersebut dapat menyebabkan timbulnya masalah antara lain: (1) suasana belajar kurang menyenangkan, (2) metode pembelajaran pendidikan jasmani tidak menarik, dan (3) materi pembelajaran atletik tidak disukai karena melelahkan. Dari ke tiga penyebab itu, setelah didiskusikan dengan beberapa orang guru pendidikan jasmani, bahwa yang paling mungkin menjadi penyebab adalah model pembelajaran pendidikan jasmani tidak menarik dan tidak bervariasi sehingga peserta didik kurang menyenangi pembelajaran dan pada akhirnya tujuan pembelajaran kurang berhasil.

Melihat kondisi tersebut maka salah teknik dasar yang paling mudah dikenalkan pada peserta didik SD adalah teknik dasar memukul *forehand*. Namun demikian pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* juga memerlukan sebuah strategi pembelajaran yang tepat agar tujuan meningkatkan gerak dasar tenis meja dapat berhasil.

Berdasarkan asumsi tersebut, maka penulis merasa tertarik untuk meneliti bagaimana meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui permainan bola bervariasi peserta didik kelas V SD Negeri 2 Sukanan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang serta identifikasi masalah tersebut, maka dapat dirumuskan rumusan masalah yaitu: “Bagaimana pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* melalui permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Sukanan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan ?” Dari rumusan masalah tersebut dikembangkan dalam pertanyaan penelitian sebagai berikut.

1. Bagaimana perencanaan pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui Permainan bola bervariasi pada peserta

didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan?

2. Bagaimana kinerja guru untuk meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui Permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan?
3. Bagaimana aktivitas peserta didik dalam pembelajaran untuk meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui Permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan?
4. Bagaimana hasil belajar gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui Permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan?

### C. Pemecahan Masalah

Secara umum pembelajaran permainan bola bervariasi bertujuan mengembangkan kualitas fisik dan kedua dan mengembangkan kualitas non fisik.

Khusus pengembangan kualitas fisik, maka berdasarkan masalah yang terjadi dalam pembelajaran pukulan *forehand* tenis meja, permainan bola bervariasi diharapkan dapat meningkatkan kualitas gerak dasar memukul bola, reaksi bergerak dan daya tahan peserta didik dalam permainan pukulan *forehand* tenis meja. Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa faktor utama dari kondisi fisik yang dominan pada pukulan *forehand* tenis meja adalah gerak dasar memukul dengan alat. Sedangkan melalui pembelajaran permainan bola bervariasi yang bertujuan meningkatkan akurasi dan reaksi gerak, maka aktivitas belajar peserta didik menjadi lebih menyenangkan dalam mengikuti pembelajaran pukulan *forehand* tenis meja. Dalam pelaksanaannya dilakukan beberapa tahap yaitu:

#### 1. Tahap Persiapan

Guru merencanakan dan mempersiapkan segala sesuatu yang diperlukan untuk pelaksanaan tindakan. Pertama, mempersiapkan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP). Kedua, menentukan media yang akan

digunakan. media yang diperlukan antara lain, bola kasti, bola tenis meja, bet, meja tenis yang disusun berdasarkan indikator:

- a. Merumuskan tujuan pembelajaran/Indikator
- b. Mengembangkan dan mengorganisasikan materi, media
- c. Merencanakan skenario kegiatan pembelajaran
- d. Merencanakan prosedur, jenis dan menyiapkan alat
- e. Tampilan dokumen rencana perbaikan pembelajaran

## 2. Tahap Pelaksanaan

Dalam tahap pelaksanaan ini guru menggunakan pedoman penilaian kinerja guru dengan indikato:

- a. Pra Pembelajaran
- b. Membuka Kegiatan Pembelajaran
- c. Mengelola Inti pembelajaran.
- d. Mendemonstrasikan kemampuan khusus dalam pembelajaran Penjas,
- e. Melaksanakan evaluasi proses dan hasil belajar, Kesan umum kinerja guru

## 3. Tahap Aktivitas Siswa

Selain itu aktivitas siswa juga diobservasi dengan berpedoman pada indikator aktivitas siswa sebagai berikut:

- a. Motivasi
- b. Disiplin
- c. Sportivitas

## 4. Tahap Hasil Belajar

Untuk mengukur tingkat keberhasilan dilakukan evaluasi pada awal dan akhir pelaksanaan tindakan dengan menggunakan tes gerak dasar *Smash* bola voli berdasarkan aspek yang dinilai sebagai berikut:

- a. Sikap awal
- b. *backswing*
- c. swing ke depan
- d. gerakan akhir

#### **D. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah penelitian dan pemecahan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui perencanaan pembelajaran dalam meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan.
2. Untuk mengetahui kinerja guru dalam meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan.
3. Untuk mengetahui aktivitas peserta didik dalam meningkatkan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan.
4. Untuk mengetahui hasil peningkatan gerak dasar pukulan *forehand* tenis meja melalui permainan bola bervariasi pada peserta didik Kelas V SD Negeri 2 Suganangan Kecamatan Cipicung Kabupaten Kuningan.

#### **E. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian tindakan kelas ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis maupun secara teoritik. Secara khusus manfaat penelitian tindakan diuraikan sebagai berikut.

1. Bagi Peserta didik
  - a. Dapat memotivasi minat peserta didik agar lebih aktif dalam mengikuti pembelajaran tenis meja khususnya pukulan *forehand*.
  - b. Dapat meningkatkan kemampuan gerak dasar pukulan *forehand*.
2. Bagi Guru
  - a. Mengembangkan profesionalisme guru penjasokes dalam melaksanakan pembelajaran di sekolah dasar.



- b. Meningkatkan dan memperbaiki proses pembelajaran gerak dasar pukulan *forehand* dengan menciptakan berbagai model pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan.
3. Bagi Peneliti
    - a. Untuk dapat memahami penelitian tindakan kelas sebagai upaya pengembangan profesionalisme atau kemampuan penulis.
    - b. Untuk meningkatkan pengalaman dan pemahaman penulis.
  4. Bagi Lembaga Sekolah Dasar
    - a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi dalam rangka menunjang Kurikulum Tingkat Satuan Pendidikan (KTSP)
    - b. Sebagai masukan dalam rangka efektivitas dan efisiensi pembinaan, pengelolaan sumber belajar dalam pelaksanaan pendidikan.
  5. Bagi Lembaga UPI Kampus Sumedang

Hasil yang didapatkan dari penelitian ini diharapkan menjadi referensi serta sebagai bahan perbandingan dalam penelitian-penelitian selanjutnya yang mengambil tema tenis meja, khususnya guru Penjaskes dan Olahraga.
  6. Bagi peneliti lainnya

Penelitian ini dapat memberikan manfaat sebagai bahan perbandingan untuk peneliti-peneliti lainnya dalam rangka memperkaya temuan-temuan dan hasil penelitian dalam bidang kajian yang serupa.

#### **F. Batasan Istilah**

Agar tidak terjadi kesalahan penafsiran terhadap istilah dari judul penelitian ini, maka penulis rumuskan pengertiannya dalam batasan istilah sebagai berikut:

**Gerak dasar** merupakan pola gerak yang inheren yang membentuk dasar-dasar untuk ketrampilan gerak yang kompleks yang meliputi gerak lokomotor, gerak non lokomotor dan gerak manipulatif. Furqon dalam (Elgisha, 2011: 1).

**Pukulan *forehand*** adalah pukulan dimana waktu memukul bola posisi telapak tangan yang memegang bet/raket menghadap ke depan. Pukulan *forehand*

merupakan pukulan yang paling kuat, selain itu tenaga yang digunakan biasanya lebih maksimal daripada pukulan *backhand*.

**Permainan bola bervariasi** adalah permainan menggunakan beragam jenis bola yang dimanfaatkan untuk latihan gerak dilakukan dengan lomba maupun latihan khusus baik secara berkelompok maupun individual. (Modifikasi Penulis)

**Tenis meja adalah** suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan yang dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari celluloid dan pemainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet (Depdiknas, 2003 : 3).

