

Permainan Tonnis Untuk Meningkatkan Aktivitas dan Hasil Belajar Bermain Tenis

Bambang Supriyatno
SMP Negeri 1 Tengaran, Kab. Semarang
e-mail: bamprie1965@gmail.com

Info Artikel

Sejarah Artikel

Diterima: 16 Mei 2020

Revisi: 19 Juli 2020

Disetujui: 1 Agustus 2020

Dipublikasikan: Agustus 2020

Keyword

Permainan Tonnis

Aktivitas belajar

Hasil Belajar

Abstract

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah Melalui permainan tonnis untuk meningkatkan aktivitas dan hasil bermain tenis pada siswa kelas VII B semester 1 tahun pelajaran 2019/2020. Sedangkan tujuan umum dalam penelitian ini adalah meningkatkan aktivitas dan hasil bermain tenis siswa kelas VII B semester 1 Tahun pelajaran 2019/2020. Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas (PTK) subyek penelitian ini adalah siswa kelas VII B dengan jumlah siswa adalah 34 siswa. Permainan tonnis dapat membantu siswa dalam meningkatkan aktivitas belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya materi tenis. Tindakan penelitian dengan penerapan bermain tonnis untuk meningkatkan hasil bermain tenis dalam kelompok dapat dikatakan berhasil, karena adanya penguasaan teknik dasar dan peraturan permainan tonnis serta tindakan dan kemauan untuk bergerak. Pemilihan metode belajar yang tepat dengan permainan tonnis dapat menimbulkan respon positif dan sangat membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan bermain tenis.

Artikel ini dapat diakses secara terbuka dibawah lisensi CC-BY-SA



Pendahuluan

Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu pelaksanaan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan bukan hanya mengembangkan seluruh potensi siswa. Secara lengkap, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani dan keterampilan berfikir kritis, stabilitas emosional melalui olahraga, keterampilan sosial, penalaran dan tindakan moral melalui aktivitas jasmani dan olahraga.

Pendidik juga dapat melakukan dengan metode lain seperti berpikir kritis, pemecahan masalah, interaktif dan inkuiri, seperti dalam pembahasan ini menggunakan metode pemecahan masalah dengan menggunakan pendekatan penggabungan permainan badminton dan tenis yang kemudian disebut permainan tonnis. Fenomena ini merupakan sebuah masalah akibat peralatan yang ada di dalam olahraga badminton dan tenis begitu mahal sehingga mengurangi minat untuk materi permainan olahraga bola kecil yaitu badminton dan tenis lapangan.

Melihat kondisi hasil belajar siswa tersebut upaya yang dilakukan salah satunya adalah pembelajaran dengan menggabungkan kedua permainan tersebut menjadi satu yang dikombinasikan cara bermainnya. Dengan bermain tonnis ini diharapkan siswa dapat meningkatkan aktivitas belajarnya, sehingga terjadi proses yang terkesan dan penguatan terhadap materi yang diberikan di sekolah dengan harapan siswa mampu meningkatkan hasil belajar atau prestasi siswa.

Terkait dengan latar belakang di sini adalah materi pembelajaran badminton dan tenis sering disebut orang olahraga untuk golongan orang yang mampu secara ekonominya. Materi pembelajaran tennis meliputi teknik dasar, peraturan permainan dan peralatan yang digunakan.

Metode Penelitian

Pada bagian metode penelitian ini dijelaskan tentang tahapan-tahapan yang akan dilaksanakan pada penelitian tindakan kelas ini. Berikut adalah tahapan-tahapan yang dilaksanakan sebagai berikut:

A. Setting

Penelitian ini dilakukan di SMPN 2 Tenganan, Kabupaten Semarang. Adapun penelitian ini dilaksanakan pada semester I tahun pelajaran dimulai 2019/ 2020

B. Subyek Penelitian

Subyek penelitian ini adalah kelas VII B SMP Negeri 2 Tenganan Tahun pelajaran 2019/ 2020 yang berjumlah 34 siswa. Alasan penulis melakukan penelitian tindakan kelas ini adalah rendahnya motivasi siswa dalam mengikuti pelajaran olahraga, khususnya permainan dengan bola kecil. Sedangkan pelaksanaan dalam kegiatan sebanyak 3 kali pertemuan. Pelaksanaan penelitian ini siswa dibagi dalam 6 kelompok yang masing-masing kelompok terdiri dari 6 anak dengan rincian kelompok putra dan kelompok putri, yaitu pra siklus, siklus I dan siklus II.

C. Teknik dan Alat Pengumpulan Data

Teknik yang digunakan adalah Butir tes unjuk kerja / psikomotor dan kriteria kualitas gerak, Lembar kerja siswa untuk melakukan rangkaian teknik dasar tennis, Pertanyaan kuisisioner diberikan setelah tindakan pada pra siklus tes pengetahuan dan pedoman wawancara. Lembar pengamatan/observasi yang diisi oleh guru. Pengamatan dilakukan untuk mencatat sikap / tingkah laku siswa selama proses. Pemberian *tally* (*v*) dilakukan untuk menentukan kondisi atau tingkah laku siswa dalam kelompoknya berdasarkan panduan yang telah ditetapkan.

D. Analisis Data

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Hasil tes unjuk kerja / psikomotor yaitu mencakup cara memegang paddle, ayunan tangan cara memukul bola forehand dan backhand, servis dan smes Kemudian hasilnya dianalisis secara deskriptif komparatif dengan melihat kriteria kualitas gerak dengan butir-butir kriteria yang ditentukan. Kemudian hasil nilai tes dibandingkan antar siklus dengan indikator kinerja yang sama.
2. Kuisisioner untuk mengetahui pendapat para siswa sebelum dan sesudah tindakan pada siklus I dan siklus II. Hasilnya dianalisis secara deskriptif.
3. Hasil tes kognitif tentang pengetahuan tentang permainan tennis dianalisis secara deskriptif.
4. Hasil wawancara juga dianalisis secara deskriptif

Bambang Supriyatno (permainan tennis untuk meningkatkan)

5. Hasil pengamatan tingkah laku atau sikap (afektif) oleh kolaborator dianalisis secara deskriptif untuk mengetahui aktivitas atau keadaan siswa selama proses pembelajaran dalam penelitian

E. Indikator Keberhasilan

Indikator keberhasilan dalam penelitian ini adalah adanya efektifitas bermain tonnis dengan keterampilan bermain tenis siswa kelas VII B semester 1 tahun pelajaran 2019/2020 SMP Negeri 2 Tengarani adalah sebagai berikut :

1. Nilai siswa dari tes unjuk kerja menguasai teknik dasar tonnis meningkat dari rata-rata nilai 50 menjadi 51 ke atas.
2. Siswa mempunyai pikiran, perasaan ataupun pendapat yang positif terhadap pembelajaran permainan tonnis pada penelitian tindakan kelas dengan target rerata hasil kuisioner di atas 75 %
3. Hasil wawancara menunjukkan lebih dari 75 % siswa terfasilitasi atau merasa terbantu dalam mengikuti olahraga permainan tonnis.
4. Berdasarkan hasil pengamatan, menunjukkan lebih dari 75 % siswa antusias gembira dan aktif dengan kelompoknya karena mereka tahu bagaimana menguasai teknik dasar permainan tonnis secara runtut dan dapat melakukan permainan tonnis dengan peraturan.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian tindakan dilakukan dengan mengambil subyek siswa kelas VII B SMP Negeri 2 Tengarani semester I tahun pelajaran 2019/ 2020. Kondisi awal sebelum diterapkan pendekatan dengan bermain tonnis ini adalah para siswa sebagian sudah mengenal atau melihat permainan badminton dan tenis sejak duduk di kelas VII. Siswa tidak menunjukkan sikap, perasaan dan pikiran yang positif terhadap pembelajaran permainan dengan menggunakan bola kecil seperti badminton ataupun tenis karena kebanyakan para siswa tidak memiliki raket. Sebagian besar siswa tampak bingung, ada yang merasa malas, bingung, tengok kanan kiri karena tidak tahu harus bagaimana untuk bermain tonnis. Oleh karena itu untuk memulai pembelajaran bermain tonnis ini membutuhkan metode yang tepat untuk memberikan motivasi kepada anak bahwa bermain tonnis itu mudah dan tidak memberatkan.

Tennis adalah permainan yang menekankan pada kemampuan dan kecepatan dalam memukul bola, karena permainan tennis adalah bermain dengan kombinasi mengejar dan memukul bola dengan paddle. Dalam permainan tennis dicobakan pada kelas VII B, ada 34 anak yang terdiri dari dibagi dalam 2 kelompok putra dan 2 kelompok putri.

Pada pendekatan bermain tonnis ini para siswa dikondisikan bahwa sebenarnya anak-anak ini akan melakukan pembelajaran permainan dengan menggunakan bola kecil. Pada pelaksanaan ini masuk pada pra siklus, dimana pendekatan bermain tonnis merupakan target pengenalan permainan baru yang mengkombinasikan dari badminton dan tenis. Dari bermain tonnis ini akan dapat diamati bagaimana sikap siswa terhadap materi pembelajaran permainan dengan menggunakan bola kecil.

Pra Siklus dilaksanakan 1 kali pertemuan dengan alokasi waktu 3 x 40 menit. Pada pertemuan pertama ini (1 x 40 menit) siswa menerima penjelasan dan praktik bermain tonnis

Bambang Supriyatno (permainan tonnis untuk meningkatkan)

yang dikelompokkan antara putra dan putri. Pada tahap bermain tennis ini setiap siswa dilibatkan untuk bermain tennis dengan kemampuan atau penguasaan teknik dasar masing-masing dengan menggunakan skor akhir 15 untuk setiap setnya.

Pada tahap ini diamati sikap siswa yang terdiri dari : 1) Adanya kemauan untuk mengejar dan memukul bola, 2) Adanya keberanian, 3) Menaati peraturan yang disepakati, 4) Adanya kesungguhan dan sportif. Dalam pelaksanaan ini anak-anak antusias dalam bermain dan asyik untuk memukul bola dan mengumpulkan point. Guru menekankan pada ketepatan dalam memukul bola agar masuk di area dalam lapangan dan melewati net.

Langkah-langkah yang dilakukan adalah :

- 1) Penjelasan dan contoh cara memukul forehand dan backhand melewati atas net.
- 2) Penugasan kepada siswa untuk melakukan servis dan memukul bola.
- 3) Guru memberikan motivasi kepada setiap anak dalam bermain tennis.
- 4) Guru memberitahukan skor yang diperoleh.
- 5) Pada akhir pertemuan guru menyampaikan koreksi hasil latihan.

Aktivitas yang dilakukan pada pra siklus adalah mengedarkan angket kuisioner dan wawancara kepada siswa. Blangko kuisioner mengungkap untuk mendapatkan informasi tentang pendapat anak dengan jawaban ya atau tidak yang terdiri dari 5 butir soal. Hasil yang diperoleh dari angket kuisioner yang melibatkan 34 anak menunjukkan bahwa dari jumlah anak kelas VII I yaitu 32 anak, memberikan informasi bahwa rata-rata memberikan respon yang positif. Di dalam angket kuisioner tersebut dapat diinformasikan bahwa dari jumlah 5 butir pertanyaan yang diajukan ternyata jumlah yang menjawab Ya ada sejumlah 150 dan Tidak 10 responden (siswa). Dengan demikian dapat dihitung dengan angka bahwa jumlah 32 anak dengan 5 butir soal yang diharapkan akan memberikan jawaban Ya 100 % atau semuanya ternyata data yang didapat adalah sebagai berikut :

Jumlah responden (siswa) ada 34 dan dengan jumlah butir pertanyaan 5. Jika dijumlahkan akan mencapai angka target maksimal 100 % adalah $32 \times 5 = 160$. Dengan data tersebut di atas yang menjawab Ya ada 150 maka tercapai angka 87,8 % dan yang Tidak ada 10 yaitu 12,2 %. Data tersebut masih masuk informasi yang baik bahwa target perolehan angka adalah 75 % dari KKM 75 %. Data tersebut di atas menunjukkan bahwa ada respon yang baik dalam perilaku siswa dalam pelaksanaan pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya materi bermain tennis.

Pada tahap siklus I, aktivitas yang dilakukan adalah :

- a. Pemanasan dengan pola bermain tennis tanpa peraturan sebenarnya selama 10 menit.
- b. Pengulangan materi teknik dasar tennis yang menekankan pada
 - Cara memegang paddle.
 - Ayunan tangan untuk pukulan forehand dan backhand.
 - Pandangan mata ke arah sasaran.
 - Pukulan servis dan smes.
- c. Penjelasan tentang permainan tennis yang meliputi :
 - Cara memegang paddle.
 - Ayunan tangan untuk pukulan forehand dan backhand.

Bambang Supriyatno (permainan tennis untuk meningkatkan)

- Pandangan mata ke arah sasaran.
 - Pukulan servis dan smes.
- d. Penjelasan tentang permainan tonnis yang meliputi :
- Cara memegang paddle.
 - Ayunan tangan untuk pukulan forehand dan backhand.
 - Pandangan mata ke arah sasaran.
 - Pukulan servis dan smes.
- e. Penjelasan tentang pertandingan tonnis dengan peraturan yang sebenarnya dan dicatat skor yang diperoleh menggunakan 2 set kemenangan / two winning set.

Hasil data yang diperoleh pada siklus I melalui wawancara dengan anak menunjukkan bahwa jumlah siswa adalah 34 anak dengan butir soal sebanyak 7 pertanyaan, yang memberikan jawaban Ya ada 228 responden (siswa) dan yang menjawab Tidak ada 10 responden (siswa), dengan demikian dapat dihitung dengan angka prosentase sebagai berikut :

Jumlah siswa ada 34 , jumlah soal ada 7 butir maka jika dikalikan akan diperoleh angka 34×7 yaitu 238 yang disebut dengan angka 100 %, sedangkan angka di atas menunjukkan bahwa jawaban Ya ada 228 responden maka diperoleh angka prosentase 95,80 %, sedangkan yang Tidak ada 10 responden maka diperoleh angka sebesar 4,20%.

Pada hasil test pengetahuan (kognitif) dengan jumlah siswa adalah 34 siswadidapatkan hasil sebagai berikut:

Butir soal	Betul	Salah
Apakah yang dimaksud dengan tonnis ?	33	3
Tennis adalah gabungan dari permainan.....dan	36	0
Permulaan permainan tennis dimulai dengan	36	0
Raket tennis yang digunakan disebut	36	0
Pandangan mata pada saat memukul bola adalah	34	2
Sebutkan teknik dasar tennis !	35	1
Teknik ayunan tangan saat memukul bola ada	36	0
Jelaskan sikap siap atau posisi berdiri pada permainan tennis !	36	0
Apakah yang dimaksud dengan pukulan forehand groundstroke ?	36	0
Apakah yang dimaksud dengan servis dalam permainan tennis?	36	0
Jumlah	354	6

Dari data tersebut di atas dapat diperoleh informasi dari jumlah responden adalah 34 siswa dengan 10 butir pertanyaan yang berisi tes pengetahuan (kognitif) tentang permainan tennis, dengan perhitungan $34 \text{ responden} \times 10 \text{ butir soal} = 340$, maka hal dapat dikatakan target maksimal adalah 100 %. Dari data yang diperoleh bahwa jawaban Ya ada 354 reponden dan Tidak ada 6 responden. Maka jawaban Ya dapat dihitung dengan angka prosentase adalah 98,33 % dan Tidak 1,67 %. Hal ini dapat dikatakan bahwa penguasaan teori oleh siswa telah mencapai target di atas 75 %, dengan demikian antusias anak masih cukup tinggi dalam

Bambang Supriyatno (permainan tonnis untuk meningkatkan)

mengikuti pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pokok bahasan tenis yang dirubah menjadi tonnis.

Pada pelaksanaan siklus II, kegiatan yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Latihan dasar atau pendahuluan untuk melatih kepekaan perasaan terhadap bola dan alat pemukul (sense of ball and paddle), sehingga pada akhirnya dapat memukul bola sesuai dengan arah yang dikehendaki.
2. Latihan pukulan untuk meningkatkan kemampuan pukulan dapat dilakukan dengan metode drill, reli, match play dan metode bermain atau game situation.
3. Latihan groundstroke atau pukulan voli.
4. Latihan groundstroke dan kecepatan gerak.

Pada siklus II catatan skor / nilai dalam setiap set / game yang diperoleh dibandingkan dengan hasil catatan skor / nilai yang diperoleh pada siklus I. Kemudian hasil pada siklus II dimasukkan ke dalam lembar data untuk diolah sesuai dengan karakter penilaian atau rubrik penilaian yang telah disiapkan dengan jumlah responden (siswa) adalah 34 anak. Hasil perolehan data tes unjuk kerja adalah sebagai berikut :

Kualitas gerak	Nilai 1	Nilai 2	Nilai 3	Nilai 4	Jumlah
1. Pukulan servis	0	8	16	10	34
2. Pukulan forehand dan backhand	0	9	9	16	34
3. Pukulan smes	0	2	25	7	34
4. Ketepatan sasaran pukulan	0	10	15	9	34

Data tersebut di atas menunjukkan bahwa kualitas gerak yang diperoleh siswa ditentukan oleh penguasaan materi siswa pada siklus I dan II. Dalam hal ini penilaian dilakukan dengan mempraktekkan aktivitas bermain tonnis dengan metode perlombaan yang menjadi tolok ukur adalah skor / nilai yang diperoleh siswa dalam setiap set / game,, yaitu antara 13 – 15.

Hasil Tes unjuk kerja (psikomotor) adalah sebagai berikut:

Kualitas Gerak	Nilai 1	Nilai 2	Nilai 3	Nilai 4
Ayunan lengan pukulan servis	0	8	18	8
Ketepatan sasaran pukulan hasil servis	0	9	9	16
Ayunan lengan pukulan forehand dan backhand	0	2	25	7
Ayunan pukulan smes	0	15	15	4
Jumlah skor yang diperoleh	0	34	67	35
Jumlah skor maksimal	34	68	102	136
Prosentase perolehan (%)	0	50	65,68	25,73

Simpulan

Penelitian Tindakan kelas ini telah dilaksanakan dalam dua siklus dengan tujuan untuk mengetahui apakah melalui permainan tonnis untuk meningkatkan aktivitas dan hasil bermain tenis pada siswa kelas VII B semester 1 tahun pelajaran 2019/2020.

Bambang Supriyatno (permainan tonnis untuk meningkatkan)

Berdasarkan hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa Permainan tonnis dapat membantu siswa dalam meningkatkan aktivitas belajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan khususnya materi tenis. Tindakan penelitian dengan penerapan bermain tonnis untuk meningkatkan hasil bermain tenis dalam kelompok dapat dikatakan berhasil, karena adanya penguasaan teknik dasar dan peraturan permainan tonnis serta tindakan dan kemauan untuk bergerak. Pemilihan metode belajar yang tepat dengan permainan tonnis dapat menimbulkan respon positif dan sangat membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan bermain tenis.

Daftar Pustaka

- Belka, David E. 1994. *Teaching Children Games, Becoming a master Teacher*. United State of America : Human Kinetics Publishers, Inc
- Griffin. Linda L. 1997. *Teaching Sport Cocepts and Skill, A Tactical Games Approach*. United State of America : Human Kinetics Publishers, Inc
- Khomsin. 2011. *Makalah Pembinaan Olahraga Usia Dini Melalui Model Multilateral*. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNNES Semarang.
- Moh. Uzer. 1996 . *Strategi Belajar Mengajar* . Bandung: Bandung Offset
- Purwodarminto. 1997. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustakaa.
- Sri Wahyuni. 2010. *Buku Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan untuk kelas VII SMP dan MTs*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional
- Drs.Tri Nurharsono,M.Pd dan Sri Haryono,S.Pd. M.Or . 2005. *Permainan Tonnis*. Semarang: FIK UNNES Semarang