

PERBANDINGAN HASIL BELAJAR TEKNIK DASAR PUKULAN PADA PERMAINAN TENIS MEJA ANTARA YANG LANGSUNG MENGUNAKAN NET DENGAN YANG TANPA MENGUNAKAN NET TERLEBIH DAHULU

Indra Safari

Abstrak

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengkaji antara hasil belajar langsung menggunakan net dengan yang tanpa menggunakan net terlebih dahulu terhadap peningkatan penguasaan teknik dasar pukulan pada permainan tenis meja bagi pemula. Untuk memecahkan permasalahan tersebut penulis menggunakan metode eksperimen, sedangkan data yang diperoleh adalah melalui eksperimen lapangan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa SDN Muhammadiyah III Bandung, sedangkan untuk sampelnya yaitu siswa kelas 4 s/d 6 (putera dan yang termasuk dalam kategori umur pemula).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa walaupun secara perhitungan statistic kedua cara pembelajaran tersebut tidak ada perbedaan yang berarti (signifikan), tetapi secara fakta di lapangan dengan frekuensi tiga kali dalam seminggu dengan cara pembelajaran tanpa menggunakan net terlebih dahulu memberikan perbedaan dalam perbedaan mean, yaitu yang langsung menggunakan net (0 – 89,0) sedangkan yang tanpa menggunakan net terlebih dahulu (0 – 93,0) dengan taraf nyata 0,05.

Kata Kunci: *teknik dasar, menggunakan net dan tanpa menggunakan net*

LATAR BELAKANG MASALAH

Olahraga tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan berdasarkan kelompok umur juga dengan perbedaan keterampilannya, kelompok pemula mempertandingkan kelompok umur di bawah 12 tahun, kelompok kadet mempertandingkan kelompok umur di bawah 15 tahun, kelompok junior mempertandingkan kelompok umur di bawah 17 tahun. Anak-anak di sekolah dasar merupakan atau termasuk ke dalam kelompok pemula yaitu, anak yang berusia di bawah 12 tahun.

Tenis Meja merupakan cabang olahraga cukup populer baik sebagai olahraga kesehatan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi maupun sebagai olahraga pendidikan, bahkan di negara-negara tertentu tenis meja sudah menjadi cabang olahraga yang dapat dijadikan sebagai mata pencaharian atau olahraga profesional, seperti di beberapa negara Eropa misalnya Swedia, Inggris.

Dalam hal inipembinaan sedini mungkin dan perlu jua ditemukan suatu sistem cara pemberian materi yang efektif, efisien dan sistematis. Mengingat siswa yang akan kita berikan latihan merupakan anak di bawah umur yang masih kurang di dalam mengartikan suatu perintah atau petunjuk dalam proses belajar mengajar. Metode dasar dalam pengajaran keterampilan gerak berdasarkan didaktik umum, terdapat tiga bentuk metoda dasar dalam mengajarkan keterampilan gerak kepada siswa, yaitu : jumlah pertemuan, penguasaan gerak dan penyempurnaan gerak.

Dalam pembelajaran olahraga tenis meja siswa mendapatkan latihan pengenalan, sebelum mendapatkan latihan teknik yang berisikan aneka bentuk latihan keterampilan. Berdasarkan hasil pengamatan penulis di lapangan, maka terlihat ada dua cara pembelajaran teknik dasar pukulan yang biasa digunakan oleh pelatih atau guru yaitu :

1. Belajar teknik dasar pukulan tenis meja dengan langsung menggunakan net.
2. Belajar teknik dasar pukulan tenis meja tanpa menggunakan net terlebih dahulu.

RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, permasalahan penelitian ini adalah “Bagaimanakah perbandingan hasil belajar teknik dasar pukulan antara belajar langsung menggunakan net dengan belajar tanpa menggunakan net terlebih dahulu.

TUJUAN PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbandingan hasil belajar teknik dasar pukulan antara belajar langsung menggunakan net dengan belajar tanpa menggunakan net terlebih dahulu.

TINJAUAN PUSTAKA

Permainan tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan alat pemukul yang sering di sebut bet (alat pemukul yang terbuat dari kayu, kemudian dilapisi dengan karet). Pada mulanya permainan tenis meja merupakan suatu hiburan ringan bagi masyarakat, namun dari mana asal mulanya permainan tenis meja ini belum diketahui secara pasti yang jelas banyak Negara-negara pada jaman dahulu yang telah melakukan olahraga tenis meja.

Permainan tenis meja menurut Nurlan Kusmaedi (1996) sama halnya dengan cabang olahraga lainnya, yang mana untuk dapat bermain tenis meja harus mempelajari teknik dasarnya terlebih dahulu. Teknik dasar pada permainan tenis meja pada intinya menjadi 4 teknik gerakan yaitu : 1) *Grip*, 2) *Stance*, 3) *Stroke* dan 4) *Footwork*.

Belajar memegang bet yang benar harus diterapkan sedini mungkin karena apabila pegangan betnya salah, maka kesalahan yang sudah menjadi kebiasaan akan sulit untuk diperbaiki. Dengan demikian cara memegang bet dengan benar sangat penting. *Stance* merupakan bagian teknik yang sangat penting untuk dapat bermain tenis meja, teknik *stance* merupakan suatu teknik koordinasi antara gerakan tangan dan gerakan kaki, *stance* pada permainan tenis meja terbagi menjadi : 1) *Square Stance*, 2) *Side Stance*, 3) *Open Stance*. Untuk menjadi pemain tenis meja yang berprestasi, seorang pemain tenis meja harus memiliki suatu pukulan yang baik dan sulit untuk dikembalikan oleh lawan. Mengenai jenis-jenis pukulan, Nurlan (1995) menjelaskan, terdapat beberapa teknik pukulan dalam permainan tenis meja antara lain : 1) *Push*, 2) *Drive*, 3) *Block*, 4) *Chop*, 5) *Service*, 6) *Counter Hitting*, 7) *Top Spin*, 8) *Drop Shot*, 9) *Chopped Smash*, 10) *Looped Drive*, 11) *Flick*. Soetomo (1981) menjelaskan bahwa gerakan kaki yang baik merupakan hal penting untuk dapat melakukan teknik pukulan. Adapun cara perpindahan tempat untuk bergerak ini dapat dilakukan sambil berjalan, berlari, atau melompat. Gerakan kaki yang baik bukan hanya sekedar untuk bergerak dengan lincah dan cepat saja, tetapi juga penempatan titik berat badan, sikap badan dan irama gerakan badan sehingga berakibat dapat dilakukannya permainan itu dengan sempurna

PROSEDUR PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah metode eksperimen, Suharsimi (1993) mengemukakan dalam hal ini dilihat perbedaan pencapaian hasil belajar antara kelompok eksperimen 1 (O1 – O3) dengan kelompok eksperimen 2 (O2 – O4). Kelompok eksperimen 1 adalah kelompok yang diberi latihan langsung menggunakan net dan kelompok eksperimen 2 adalah kelompok yang diberi latihan tanpa menggunakan net terlebih dahulu.

Dalam penelitian ini, dilibatkan sebanyak 30 orang siswa putera, terdiri dari 15 orang kelompok eksperimen 1 dan 15 orang kelompok eksperimen 2, dengan usia rata-rata 13-14 tahun dan mempunyai tinggi badan antara 152-157 cm, dengan demikian usia dan tinggi badan subjek yang terlibat dalam eksperimen ini bersifat homogen.

HASIL PENELITIAN

Dari hasil pengolahan dan analisis data melalui perhitungan statistik tersebut maka akan diperoleh jawaban mengenai diterima atau ditolaknya hipotesis dan menjawab permasalahan yang ada. Adapun langkah dan hasil dari pengolahan data penulisan ini adalah sebagai berikut.

1. Menghitung skor rata-rata dari kedua kelompok.
2. Menghitung simpangan baku dari kedua kelompok.

Tabel 1

Hasil Perhitungan Rata-Rata dan Simpangan Baku Kelompok Eksperimen 1 dan Kelompok Eksperimen 2 Tes A

Kelompok	Nilai Rata-Rata	Simpangan Baku
Eksperimen 1	89,0	11,59

Eksperimen 2	93,0	6,75
--------------	------	------

Tes B

Kelompok	Nilai Rata-Rata	Simpangan Baku
Eksperimen 1	12,0	1,75
Eksperimen 2	9,0	1,93

3. Uji normalitas dari kedua kelompok. Uji normalitas yang digunakan adalah dengan uji Lilifors.

Tabel 2

Hasil uji normalitas proses belajar langsung menggunakan net dan tanpa menggunakan net terlebih dahulu

Tes A

Kelompok	Lo	Lt	Kesimpulan
Eksperimen 1	0,1552	0,2200	Normal
Eksperimen 2	0,1569	0,2200	Normal

Tes B

Kelompok	Lo	Lt	Kesimpulan
Eksperimen 1	0,1623	0,2200	Normal
Eksperimen 2	0,1651	0,2200	Normal

4. Uji homogenitas varians.

Tabel 3

Hasil uji homogenitas proses belajar langsung menggunakan net dan tanpa menggunakan net terlebih dahulu

Tes A

Kelompok	Fhitung	Ttabel	Varians
Kedua Kelompok	2,95	2,48	Tidak homogen

Tes B

Kelompok	Fhitung	Ttabel	Varians
Kedua Kelompok	1,21	2,48	Homogen

5. Uji Beda dan Signifikasinya.

Tabel 4

Hasil Uji Signifikansi proses belajar langsung menggunakan net dan tanpa menggunakan net terlebih dahulu

Tes A

Kelompok	T hitung	T tabel	Kesimpulan
Dua kelompok yang dibandingkan	-1,154	-2,14	Tidak Signifikan

Tes B

Kelompok	T hitung	T tabel	Kesimpulan
Dua kelompok yang dibandingkan	4,53	2,05	Signifikan

Berdasarkan pengamatan penulis di lapangan bahwa proses belajar yang melalui latihan langsung menggunakan net memberikan peningkatan yang berarti (0 – 5) terhadap penguasaan keterampilan olahraga tenis meja, khususnya dalam mempelajari teknik dasar pukulan bagi siswa kelas 4 sampai dengan kelas 5 SD Muhammadiyah III Bandung.

Demikian pula dengan proses belajar yang melalui latihan tanpa menggunakan net terlebih dahulu memberikan peningkatan yang berarti (0 – 5) terhadap penguasaan keterampilan olahraga tenis meja, khususnya dalam mempelajari teknik dasar pukulan bagi siswa kelas 4 sampai dengan kelas 5 SD Muhammadiyah III Bandung.

Berdasarkan hasil pengolahan data yang penulis lakukan didapat hasil rata-rata kelompok menggunakan net sebesar 89,0 dan kelompok tanpa menggunakan net sebesar 93,0. Dengan menggunakan uji t, didapat t hitung lebih kecil yaitu -1,154 dari t tabel yaitu -2,14. Pada taraf nyata = 0,05. Dengan demikian kesimpulan hipotesis penulis ditolak secara perhitungan statistik, namun dilihat dari perbedaan kemajuan proses belajar di lapangan antara yang langsung menggunakan net dan tanpa menggunakan net terlebih dahulu ada perbedaan.

Berdasarkan hasil pengolahan data tes B, yang penulis lakukan didapat hasil rata-rata 12,0 untuk kelompok yang langsung menggunakan net dan kelompok tanpa menggunakan net sebesar 9,0. Dengan menggunakan uji t, didapat t hitung lebih besar yaitu 4,53 dan t tabel 2,05.

Berdasarkan analisis data penulis, dapat ditarik kesimpulan menurut hasil tes A, bahwa antara proses belajar teknik dasar pukulan pada permainan tenis meja antara yang langsung menggunakan net dan yang tanpa menggunakan net terlebih dahulu tidak signifikan, namun secara faktual di lapangan ke dua proses belajar tersebut ada perbedaannya. Kemudian untuk hasil tes B, antara proses belajar teknik dasar pukulan pada permainan tenis meja antara yang langsung menggunakan net dan yang tanpa menggunakan net terlebih dahulu ada perbedaannya atau signifikan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa untuk belajar tenis meja khusus untuk pemula, sebagai metoda pembelajarannya dapat mempergunakan proses belajar yang tanpa menggunakan net terlebih dahulu.

Berdasarkan analisis data maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut.

1. Proses belajar yang melalui latihan langsung menggunakan net memberikan peningkatan yang berarti (0 – 5) terhadap penguasaan keterampilan olahraga tenis meja, khususnya dalam mempelajari teknik dasar pukulan bagi siswa kelas 4 sampai dengan kelas 5 di SD Muhammadiyah III Bandung.
2. Proses belajar yang melalui latihan tanpa menggunakan net terlebih dahulu memberikan peningkatan yang berarti (0 – 5) terhadap penguasaan keterampilan olahraga tenis meja, khususnya dalam mempelajari teknik dasar pukulan bagi siswa kelas 4 sampai dengan kelas 5 di SD Muhammadiyah III Bandung.
3. Berdasarkan analisis data hasil tes bahwa secara perhitungan statistik proses belajar tanpa menggunakan net terlebih dahulu tidak signifikan untuk tes A namun secara hasil proses belajar di lapangan perbedaan kemajuan belajar untuk kedua kelompok itu ada perbedaannya. Sedangkan berdasarkan hasil tes B setelah dihitung berdasarkan statistik memberikan pengaruh atau perbedaan yang berarti (signifikan). Sehingga dapat diperjelas bahwa proses belajar tanpa menggunakan net terlebih dahulu dapat dipergunakan sebagai alternatif dalam cara pembelajaran tenis meja untuk pemula.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Jaya, dkk (1976). *Teknik Bermain Tenis Meja*. Bandung
- Arikunto, Suharsimi, (1983). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. PT. Bina Aksara. Jakarta
- Brian Burn, (1979). *The Science Of Table Tennis*. Pelham Book. London.
- Johnny Leach, (1974). *Table Made Tennis Easy*. Wilshire Books.
- Nana Sudjana, (1987). *Tuntunan Penyusunan Karya Ilmiah*. Sinar Baru. Bandung
- Nurlan Kusmaedi, (1995). *Tenis Meja*. Diklat FPOK IKIP Bandung.

BIODATA PENULIS

Indra Safari adalah Dosen Program Studi S1 Penjas PGSD UPI Kampus Sumedang