



UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENIS MEJA MELALUI METODE TERBIMBING DAN DEMONSTRASI PADA SISWA KELAS VII UPT SMP NEGERI 7 SATAP

Mahamuddin

UPT SMPN 7 Satap Seko

Email: muddinmaha5@gmail.com

Orcid Id: <https://orcid.org/0000-0003-4524-7659>

Article received : 2020-12-15

Review process : 2020-12-24

Article published : 2020-12-25

Abstract

The purpose of this study was to improve student learning outcomes in table tennis learning in class VII students of UPT SMP Negeri 7 Satap Seko. Through guided learning methods and demonstrations. This research is a CAR Classroom Action Research. The research was conducted in two cycles and each cycle consisted of planning, acting, observing and reflecting. The research subjects were students of grade VII, totaling 28 students 16 boys and 12 girls. The data sources came from teachers and students. The technique of collecting data is by using observation and documentation techniques. The results showed that through guided learning methods and demonstrations, it could improve student learning outcomes from cycle I and cycle II. It can be seen that the increase occurred in the first cycle of student activity and motivation and student learning outcomes increased, although not optimal. The implementation of cycle II causes student activity and motivation, and student learning outcomes or student learning completeness increases by 21.42% from cycle I of 64.29% and cycle II to 85.71%. Students' abilities for psychomotor, affective and cognitive also increased by 20.59 students' classical average achievement of 74.29 in the sufficient category in the first cycle, to 94.88 in the excellent category in the second cycle Thus guided learning methods and demonstrations can support a very high quality learning.

Keywords: *Learning Outcomes, Learning and Demonstration, Table Tennis.*

Abstrak

Tujuan penelitian ini ialah untuk meningkatkan hasil belajar siswa dalam pembelajaran tenis meja pada siswa kelas VII UPT SMP Negeri 7 Satap Seko. Melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi. Penelitian ini merupakan Penelitian Tindakan Kelas PTK. Penelitian dilaksanakan dalam dua siklus dan setiap siklusnya terdiri dari perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi dan refleksi. Subjek penelitian ialah siswa kelas VII, yang berjumlah 28 siswa/i 16 siswa laki-laki dan 12 siswa perempuan. Sumber data berasal dari guru dan siswa. Teknik pengumpulan data ialah dengan menggunakan teknik observasi dan dokumentasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi, dapat meningkatkan hasil belajar siswa dari siklus I dan siklus II. Dapat dilihat peningkatan terjadi pada siklus I aktivitas dan motivasi siswa dan hasil belajar siswa meningkat, walaupun belum optimal. Pelaksanaan siklus II menyebabkan aktivitas dan motivasi siswa, dan hasil belajar siswa atau ketuntasan belajar siswa meningkat sebesar 21,42% dari siklus I sebesar 64,29% dan siklus II menjadi 85,71%. Kemampuan siswa untuk psikomotorik, afektif dan kognitif juga mengalami peningkatan sebesar 20,59 capaian rata-rata klasikal siswa 74,29 dengan kategori cukup pada siklus I, menjadi 94,88 dengan kategori baik sekali pada siklus II. Dengan demikian metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi dapat mendukung suatu pembelajaran yang sangat berkualitas.

Kata Kunci: *Hasil Belajar, Terbimbing dan Demonstrasi, Tenis Meja*



Pendahuluan

Pendidikan merupakan salah satu kegiatan yang sangat penting untuk menciptakan generasi penerus bangsa yang berkualitas. Pendidikan yang berkualitas ialah pendidikan yang mampu mengembangkan setiap potensi yang dimiliki oleh peserta didik. Hal ini berdasarkan undang-undang Republik Indonesia No.12 Tahun 2012 Bab 1 Pasal 1 bahwa pendidikan ialah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensinya untuk memiliki kecerdasan, keagamaan, kepribadian dan akhlak yang mulia, serta keterampilan dirinya yang dibutuhkan masyarakat, bangsa dan negara. Pentingnya pendidikan ini menjadi dasar agar pendidik dapat meningkatkan pengetahuannya dan keterampilan peserta didik melalui proses pembelajaran yang bermakna.

Pendidikan jasmani sebagai salah satu bidang pengajaran di sekolah, yang mengandung dua kata, yaitu Pendidikan dan Jasmani. Kata pendidikan mempunyai arti yaitu usaha untuk menyiapkan peserta didik melalui kegiatan pengajaran dan bimbingan. Jasmani ialah tubuh atau badan manusia sebagai organisme yang hidup dengan segala daya dan kemampuannya. Bila ditinjau dengan seksama pendidikan jasmani mengandung dua ide yang pertama, suatu usaha pendidikan melalui aktivitas jasmani demi tercapainya kualitas jasmani yang diinginkan. Kedua suatu usaha pendidikan dengan menggunakan aktivitas yang ditetapkan. Aplikasi dari gagasan pertama terlihat dalam kegiatan untuk peningkatan kemampuan kemampuan organ-organ tubuh kesehatan dan kemampuan gerak (psikomotor). Kedua ialah manfaat gerak atau aktivitas dalam pendidikan jasmani sebagai alat untuk mencapai tujuan. Menurut Sudjana (2011:22) mengelompokkan tujuan pendidikan berdasarkan pada tiga jenis ranah yang melekat pada diri peserta didik yaitu: 1) Ranah proses berpikir kognitif (*cognitive*); 2) Ranah nilai atau sikap afektif (*affective*) dan 3) Ranah keterampilan psikomotorik (*psycomotor*).

Guru sebaiknya menggunakan metode yang dapat menunjang kegiatan belajar mengajar, sehingga dapat dijadikan sebagai alat yang efektif untuk mencapai tujuan pengajaran. Pemilihan metode pembelajaran harus tepat, sehingga tujuan pembelajaran dapat tercapai. Dimana metode pembelajaran merupakan suatu cara atau menciptakan situasi yang merangsang siswa agar dapat menyerap pelajaran demi tercapainya tujuan yang telah ditetapkan. Karena itu metode pembelajaran merupakan komponen yang tidak bisa dipisahkan dari mengajar, karena ia berfungsi untuk menyampaikan materi pelajaran untuk mencapai tujuan pembelajaran. Sehingga metode yang digunakan dalam proses pembelajaran ini adalah metode terbimbing dan demonstrasi.

Terbimbing atau bimbingan adalah suatu proses bantuan yang diberikan dari pembimbing kepada siswa agar siswa tersebut dapat memahami dirinya, menerima dirinya, mewujudkan pengembangan kemampuan secara optimal sehingga dapat menyesuaikan diri dengan lingkungannya. Menurut Nurhayati (2011:79) Terbimbing di sini artinya proses belajar mengajar yang dibimbing berdasarkan petunjuk dan penjelasan dari guru.

Demonstrasi merupakan suatu gambaran, gerakan yang dilakukan oleh guru atau siswa untuk memberikan contoh maupun gambaran gerakan-gerakan yang harus diikuti oleh siswa dalam kegiatan belajar pendidikan jasmani. Oleh karenanya demonstrasi sangat diperlukan dalam pelaksanaan proses belajar mengajar pendidikan jasmani terutama bagi siswa dan bagi siswa yang baru belajar atau yang belum mengenal bentuk gerakan yang harus dilakukannya. Menurut Istarani (2014:58) metode demonstrasi ialah metode mengajar dengan cara memperagakan, kejadian, aturan atau urutan melakukan suatu kegiatan, baik secara langsung maupun melalui penggunaan media pengajaran yang relevan dengan pokok bahasan yang sedang disajikan, demonstrasi ialah metode pembelajaran yang digunakan untuk



memperlihatkan sesuatu proses atau cara kerja suatu benda yang berkenaan dengan bahan pelajaran. Hardini dan Purpitasari (2012:27) berpendapat metode demonstrasi ialah metode mengajar dengan menggunakan peragaan untuk meeperjelas suatau pengertian atau untuk memperlihatkan bagaimana berjalannya suatu proses pembentukan tertentu pada siswa. Sedangkan menurut Roestiyah (2012:83) mendefinisikan metode demonstrasi sebagai cara mengajar dimana seorang instruktur atau tim guru menunjukkan, memperlihatkan suatu proses.

Dari beberapa pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa, metode demonstrasi merupakan cara mengajar dengan menunjukkan peragaan atau contoh. Metode demonstrasi berfungsi untuk memperjelas suatu proses gambaran gerakan yang diajarkan oleh guru. Menurut Anurrahman (2011:34) pembelajaran ialah sebagai suatu sistem yang bertujuan untuk membantu proses belajar siswa, yang berisi serangkaian peristiwa yang dirancang, disusun sedemikian rupa untuk mendukung dan mempengaruhi terjadinya proses belajar siswa yang bersifat internal.

Permainan tenis meja adalah permainan dengan menggunakan fasilitas meja beserta peralatannya serta raket dan bola sebagai alatnya. Permainan tenis meja menurut Tomoliyus (2012:1) ialah menyajikan bola pertama dengan terlebih dahulu memantulkan bolah tersebut ke meja penyaji, dan bola harus melewati net dan masuk kesasaran meja lawan dan juga mengembalikan bola setelah memantul di meja dengan menggunakan bet untuk memukul bola, hasil pukulan bola harus lewat diatas net dan masuk ke sasaran meja lawan. Sedangkan menurut Andrijanto, (2013:566) mengartikan tenis meja ialah merupakan salah satu cabang olahraga permainan dengan menggunakan bola kecil yang dimainkan oleh 2 regu yang masing-masing regu bermain di meja yang dibatasi oleh net. Sunarto (2010:39) berpendapat bahwa tenis meja ialah permainan bola tangkis di atas meja yang dimainkan oleh dua atau empat orang dengan menggunakan bet (raket kayu yang dilapisi karet) dan bola sebesar jeruk nipis. Di tengah-tengah meja terbentang tegak lurus net yang memisahkan bidang permainan pemain.

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan bahwa tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang dapat dimainkan oleh dua atau empat orang dengan menggunakan bet yang digunakan untuk memukul bola di atas meja melewati net yang dikaitkan pada dua tiang di tengah meja untuk membagi meja menjadi dua area. Dalam permainan tenis meja terdapat beberapa peralatan yang dibutuhkan dalam melakukan permainan ini. Menurut Permatasari (2017:9), ada beberapa peralatan permainan tenis meja, yaitu: 1) Lapangan (meja); 2) Net (jaring); 3) Raket (bet) dan 4) Bola.

Hasil belajar berupa perubahan yang terjadi pada ranah kognitif, afektif dan psikomotor. Ketiga ranah tersebut menjadi objek penilaian hasil belajar. Diantara ketiga ranah itu, ranah kognitiflah yang banyak dinilai oleh para guru di sekolah karena berkaitan dengan kemampuan para siswa dalam menguasai isi bahan pengajaran. Untuk dapat meningkatkan hasil pembelajaran tenis meja, maka penguasaan teknik dasar dalam permainan tenis meja perlu dikuasai oleh setiap pemain. Menujrut Sudjana (2011:22) hasil pembelajaran ialah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah menerima pengalaman belajarnya. Susanto memaknai hasil belajar sebagai perubahan- perubahan yang terjadi pada diri siswa baik yang menyangkut aspek kognitif, afektif, maupun psikomotor. Prinsipnya hasil pembelajar tersebut adalah tolak ukur yang didapat ketika melaksanakan proses belajar.

Berdasarkan pengamatan, observasi atau hasil survey singkat di UPT SMP Negeri 7 satap seko, telah terlihat bahwa hasil pembelajaran permainan tenis meja ada yang baik, sedang, namun masih lebih banyak lagi yang sangat kurang baik. Seperti yang tertera pada data yang telah peneliti lihat dari guru mata pelajaran penjas di UPT SMP Negeri 7 satap



seko, bahwa untuk Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) 75 untuk siswa kelas VII.UPT SMP Negeri 7 satap seko dari 28 siswa yang memenuhi KKM (75) hanya 12 siswa (42,86%) yang belum mencapai KKM (75)16 siswa (57,14%) penulis menganalisa penyebab kurangnya keberhasilan dalam proses pembelajaran tenis meja siswa kelas VII.UPT SMP Negeri 7 satap seko dengan hasil observasi saya yaitu: 1) Metode pembelajaran yang digunakan tidak menarik dan membosankan. Contohnya metode ceramah, metode ini merupakan metode yang paling praktis dan tidak membutuhkan banyak alat bantu. Kekurangan metode ceramah ini yaitu, proses belajar membosankan dan siswa mengantuk. 2) Minat siswa terhadap olahraga tenis meja rendah, karena siswa tidak dikenalkan dengan baik tentang olahraga tenis meja dan tidak diberikan metode pembelajaran yang tepat.

Dari hasil observasi tersebut, penulis merasa perlu untuk mengadakan perbaikan pembelajaran tenis meja, dengan mengefektifkan kegiatan belajar mengajar terutama dalam memilih metode pembelajaran yang tepat. Dalam hal ini peneliti menerapkan metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi. Guru memberikan arahan dan bimbingan tentang cara-cara bermain tenis meja diantaranya bagaimana seharusnya siswa memegang bad dalam permainan tenis meja, siswa mempraktekkan cara memegang bad dan guru berkeliling untuk memberikan contoh yang benar, demikian juga tentang cara-cara pukulan dalam permainan tenis meja. Selanjutnya siswa mempraktekkan atau mendemonstrasikan, gerakan-gerakan yang telah diajarkan oleh guru dengan bermain tenis meja di lapangan tenis meja, siswa mencari pasangan bermain.

Berdasarkan kejadian diatas, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian ini dengan judul yaitu: Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tenis Meja Melalui Metode Terbimbing dan Demonstrasi Pada Siswa Kelas VII UPT SMP Negeri 7 Satap. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja melalui metode terbimbing dan demonstrasi pada siswa kelas VII UPT SMP Negeri 7 Satap.

Metode

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini ialah penelitian tindakan kelas (PTK). Dengan penelitian tindakan kelas peneliti dapat mencermati suatu objek dalam hal ini adalah siswa, menggunakan pendekatan atau melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja. Melalui tindakan yang sengaja dilakukan yang bertujuan untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja dalam bentuk rangkaian siklus kegiatan. Dengan demikian perkembangan dalam setiap kegiatan dapat terpantau dengan baik. Penelitian ini akan dilakukan di UPT SMP Negeri 7 Satap Seko yang terletak di Desa Embonatana Kec. Seko Kabupaten Luwu Utara Provinsi Sulawesi Selatan. Subyek dalam penelitian tindakan kelas ini ialah siswa kelas VII UPT SMP Negeri 7 Satap Seko yang berjumlah 28 orang dalam satu kelas yang terdiri dari 16 orang laki - laki dan 12 orang perempuan. Adapun populasi dalam penelitian ini ialah siswa kelas VII.UPT SMP Negeri 7 SatapSeko. Maka populasi dalam penelitian ini berjumlah 28 orang siswa yang terdiri dari satu kelas siswa / siswi UPT SMP Negeri 7 SatapSeko. Mengingat sumber data yang diperlukan dalam penelitian ini, penulis menetapkan semua populasi dijadikan sampel (sampel penuh) ialah sebanyak 28 orang siswa/ siswi dalam satu kelas.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer berupa data dari hasil observasi langsung kegiatan pelaksanaan tindakan dan data sekunder yaitu berupa nilai hasil belajar siswa. Jadi sumber data dalam penelitian tindakan kelas diperoleh dari kejadian-kejadian atau kegiatan-kegiatan yang dilakukan siswa kelas VII UPT SMP Negeri 7 Satap dalm proses pembelajaran serta aktivitas siswa selama kegiatan pembelajaran tenis meja.

Instrumen penelitian ialah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam menggumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik dan dengan



arti yang lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Instrumen yang di gunakan adalah pengukuran kinerja psikomotorik, afektif dan kognitif. Lembar observasi mengukur indikator pukulan meliputi cara memegang bet, pukulan forehand, pukulan backhand dan servis, sikap meliputi semangat, percaya diri dan disiplin, serta kognitif meliputi soal-soal tentang pembelajaran tenis meja. Pengumpulan data yang dilakukan dalam penelitian tindakan kelas ini menggunakan 3 cara diantaranya: observasi, penugasan dan dokumentasi.

Dalam penelitian ini, data yang diperoleh dari hasil belajar siswa dianalisis dengan menggunakan teknik analisis dengan menggunakan teknik analisis deskriptif dan dengan menggunakan ketuntasan belajardan mean (rata-rata). Dengan demikian nilai ketuntasan belajar siswa diperoleh melalui rumus sebagai berikut :

Tes untuk kerja (Psikomotor) menurut Kusmawati (2015:128-130) yaitu :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Pengamatan sikap (Afektif) :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Tes pengetahuan (kognitif) :

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100$$

Nilai tes psikomor + Nilai tes afektif + Nilai tes kognitif

Penelitian Tindakan Kelas ini terdiri dari dua siklus kegiatan yang masing- masing siklus terdiri atas empat rangkaian kegiatan utama, yaitu: 1) perencanaan (*planning*), 2) tindakan (*action*), 3) pengamatan (*observasi*), dan 4) refleksi (*reflection*) yang dapat digambarkan skema sebagai berikut:

Dalam kegiatan Penelitian Tindakan Kelas yang dilakukan peneliti terkait dengan upaya meningkatkan hasil belajar tenis meja melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi pada siswa kelas VII.UPT SMP Negeri 7 Satap Sekoyang terdiri dari dua siklus dengan kegiatan sebagai berikut:

Siklus I

a. Tahap Perencanaan(*Planning*)

1. Mengidentifikasi masalah
2. Menganalisa dan merumuskan masalah
3. Merancang motode pembelajaran
4. Mendiskusikan penerapan motode pembelajaran
5. Menyusun RPP
6. Menyiapkan alat pembelajaran
7. Menyusun kelompok
8. Merencanakan tugas pembelajaran

b. Tahap Tindakan (*Action*)

1. Melaksanakan langkah-langkah sesuai perencanaan
2. Menerapkan motode pembelajaran denganbimbingan
3. Melakukan pengamatan terhadap setiap langkah-langkah kegiatan sesuai rencana.
4. Memperhatikan alokasi waktu yang ada dengan banyaknya kegiatan yangdilakukan.
5. Mengantisipasi dengan melakukan solusi apabila menemui kendala saat melakukan tahaptindakan.

c. Tahap Pengamatan (*Observasi*)

1. Cara siswa memegang bat



2. Posisi tangan dalam melakukan pukulan *forehand*
 3. Posisi tangan dalam melakukan pukulan *backhand*
 4. Cara siswa melakukan servis
- d. Tahap Refleksi (*Reflection*)
Hasil pengamatan dibahas bersama guru kolaborasi perlu penambahan metode lagi atau penambahan pembelajaran.

Siklus II

- a. Tahap Perencanaan (*Planning*)
 1. Pengevaluasian hasil dari refleksi, mendiskusikan dan mencari upaya perbaikan untuk diterapkan pada pembelajaran berikutnya.
 2. Mendata masalah dan kendala yang dihadapi saat pembelajaran.
 3. Merancang perbaikan II berdasarkan refleksi siklus I
- b. Tahap Tindakan (*Action*)
 1. Melakukan analisis pemecahan masalah
 2. Melaksanakan tindakan pembelajaran yang kedua dengan memaksimalkan melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi.
- c. Tahap Pengamatan (*Observasi*)
 1. Melakukan pengamatan terhadap pelaksanaan pembelajaran tenis meja dengan bimbingan guru.
 2. Mencatat perubahan yang terjadi dan mendiskusikan masalah yang dihadapi melalui perubahan:
 - Cara siswa memegang bat
 - Posisi tangan dalam melakukan pukulan *forehand*
 - Posisi tangan dalam melakukan pukulan *backhand*
 - Cara siswa melakukan servis.
 3. Dari hasil perubahan tersebut didiskusikan masalah-masalah yang muncul dalam tindakan.
- d. Tahap Refleksi (*Reflection*)
 1. Merefleksikan proses pembelajaran yang dilakukan
 2. Merefleksikan hasil dari permainan tenis meja yang dilakukan siswa.
 3. Menganalisa temuan dan hasil akhir penelitian
 4. Menyusun rekomendasi

Hasil dan Pembahasan

Hasil Pra Tindakan

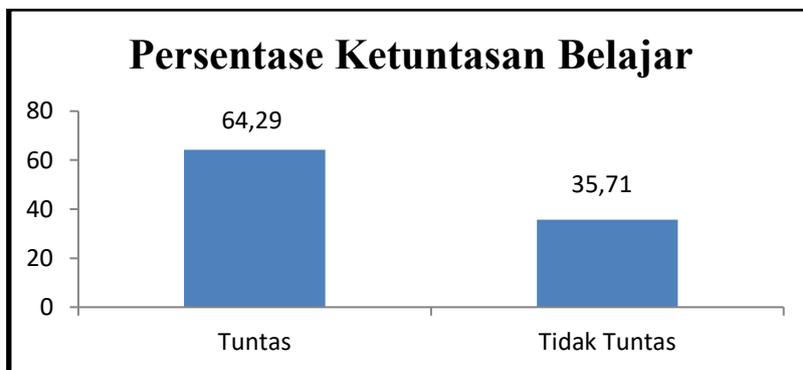
Pratindakan dilakukan dengan bertujuan untuk mengetahui kemampuan siswa sebelum dilakukan tindakan dengan melakukan survei hasil belajar siswa dalam pembelajaran tenis meja. Hasil belajar dari survei awal menunjukkan, siswa yang mendapat nilai di bawah KKM (75) sebanyak 16 siswa atau sebesar 57,14% yang berarti lebih dari 50% siswa belum tuntas belajar. Dan yang tuntas belajar 12 siswa berarti siswa yang tuntas belajar sebesar 42,86%. Belum tercapainya ketuntasan belajar tersebut disebabkan karena : 1) kurang antusiasnya siswa dalam mengikuti olahraga tenis meja, 2) kurangnya bimbingan guru dalam pembelajaran tenis meja, dan 3) kurang dalam mendemonstrasikan dan memberikan contoh gerakan dalam permainan tenis meja.

Siklus I

Hasil unjuk kerja siklus I merupakan data awal diterapkannya pembelajaran tenis meja dengan menggunakan metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi, meliputi penilaian performan siswa, di lapangan. Secara umum, hasil belajar siswa dapat dilihat pada tabel berikut.

**Tabel 1:** Ketuntasan belajar siswa

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tuntas	18	64,29 %
Tidak Tuntas	10	35,71 %
Jumlah	28	100 %

**Gambar 1:** Diagram ketuntasan belajar siklus I

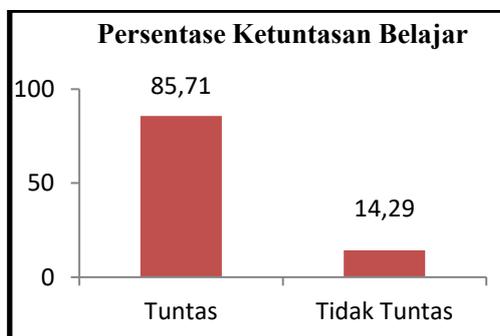
Data pada tabel dan gambar 1, menunjukkan bahwa hasil ketuntasan belajar siswa pada mata pelajaran pendidikan jasmani materi tenis meja dengan menggunakan metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi pada siklus I diperoleh 18 siswa (64,29%) dalam kategori tuntas dan 10 siswa (35,71%) dalam kategori tidak tuntas.

Siklus II

Hasil unjuk kerja secara umum hasil unjuk kerja kemampuan belajar siswa dalam materi tenis meja dapat dilihat pada tabel siklus II sebagai berikut :

Tabel 2: Ketuntasan Belajar Siswa Siklus II

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Tuntas	24	85,71 %
Tidak Tuntas	4	14,29 %
Jumlah	28	100 %

**Gambar 2:** Diagram ketuntasan belajar siswa siklus II

Pada tabel 2. diatas menunjukkan bahwa hasil ketuntasan belajaran siswa pada mata pelajaran penjas materi tenis meja melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi

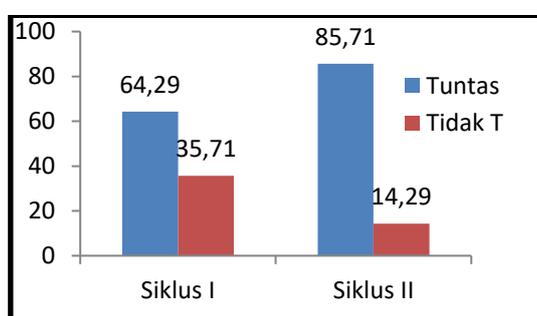


pada siklus II diperoleh 24 siswa (85,71%) dalam kategori tuntas. Sedangkan 4 siswa (14,29%) dalam kategori tidak tuntas.

Pencapaian ketuntasan belajar dari kedua siklus dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3: Capaian Ketuntasan Belajar
Capaian

No.	Kategori	Ketuntasan (%)	
		Siklus I	Siklus II
1.	Tuntas	64,29%	85,71%
2.	Tidak Tuntas	35,71%	14,29%
	Jumlah	100%	100%



Gambar 3: Diagram capaian ketuntasan belajar Siklus I dan II

Data dilihat dalam tabel 4.7 ketuntasan belajar siswa pada siklus I siswa yang tuntas 64,29% sedangkan tidak tuntas sebesar 35,71%. Pada siklus II siswa yang tuntas belajar sebesar 85,71% sedangkan yang tidak tuntas mengalami penurunan hingga sebesar 14,29%. Adanya peningkatan ketuntasan belajar sebesar 21,42%, target ketuntasan belajar siswa yang ditentukan oleh peneliti 80% dapat tercapai. Dengan demikian ada peningkatan yang signifikan terhadap keaktifan siswa dalam pembelajaran tenis meja sesuai dengan metode pembelajaran yang diberikan guru peneliti. Berikut diagram peningkatan ketuntasan belajar penjas materi tenis meja melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi pada siswa.

Simpulan

Dari hasil penelitian siklus I dan siklus II, maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi pada pembelajaran penjas materi tenis meja untuk siswa kelas VII.UPT SMP Negeri 7 Satap Seko Kec. Seko Kabupaten Luwu Utara Provinsi Sulawesi Selatan. Dapat meningkatkan antusias siswa dan suasana pembelajaran menjadi menyenangkan, karena siswa merasa diberi bimbingan dan arahan setiap tahap pembelajaran, sehingga aktivitas siswa dalam mengikuti pembelajaran tenis meja menjadi lebih baik.

Hal tersebut berdampak pada meningkatnya hasil belajar siswa, peningkatan hasil belajar siswa terjadi pada siklus I setelah diterapkannya metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi kedalam pembelajaran tenis meja pada siswa. Peningkatan ketuntasan belajar siswa dengan jumlah siswa tuntas pada siklus I ada 18 siswa (64,29) pada siklus II menjadi 24 siswa (85,71) dari jumlah total siswa 28 pada proses pembelajaran tenis meja melalui metode pembelajaran terbimbing dan demonstrasi, sehingga terjadi peningkatan



ketuntasan belajar dari siklus I dan siklus II sebesar 21,42%. Kemampuan siswa untuk aspek psikomotorik, afektif, kognitif juga mengalami peningkatan sebesar 20,59% dari siklus I capaian skor rata – rata kemampuan siswa 74,29 dan pada siklus II jumlah skor meningkat menjadi 94,88.

Daftar Rujukan

- Arikunto, Suharsimi. 2019. *Prosedur Penelitian Tindakan Kelas*. Editor Suryani. Cetakan 3. PT Bumi Aksara. Jakarta
- Anurrahman. 2011. *Belajar dan Pembelajaran*. Bandung : Alfabeta Jakarta
- Dahlan, Matius. Dkk. 2012. Upaya Meningkatkan Forehand Stroke dan Backhand Stroke Tennis Meja Melalui Koordinasi Mata – Tangan pada Siswa Kelas VI SD Negeri Poring Tahun 2012/2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi*. Volume 1, No. 1, Hal. 50 – 54.
- Dewi Permatasari. 2017. *Buku Pintar Tennis Meja*. Jakarta : Anugrah
- Kusumawati, Mia. 2015. *Penelitian Pendidikan PENJASORKES*. Bandung : CV. Alfabeta.
- Mardiana, dkk. 2014. *Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Nurhayati. 2011. *Bimbingan Konseling dan Psikoterapi Inovatif*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Roestiyah. 2012. *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta PT. Rineka Cipta
- Rosdiana. 2012. *Perencanaan Pembelajaran Dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Sudjana. 2011. *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: PT Remaja Rosdakarta
- Sunarto. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pusat Perbukuan Kementerian Pendidikan Nasional.
- Tomoliyus. 2012. *Pengembangan Instrumen Kemampuan Ketepatan Forehand, Backhand Drive dalam Permainan Tennis Meja*.
- UU RI. 2005. Undang – Undang Republik Indonesia Nomor. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. 2007. Jakarta: Biro Humas dan Hukum Kementerian Negara Pemudahan Olahraga Republik Indonesia.