

## PENGARUH PENGGUNAAN VIDEO PEMBELAJARAN TERHADAP HASIL BELAJAR *FOREHAND* DAN *BACKHAND* TENIS MEJA MELALUI MODIFIKASI PANTULAN DINDING DI SEKOLAH MENENGAH KEJURUAN KESEHATAN KADER BANGSA

I Bagus Endrawan<sup>1</sup>, Aang Oktavianus<sup>2</sup>

Universitas Bina Darma, Palembang, Sumatera Selatan, Indonesia<sup>1,2</sup>

Email: [bagus.endrawan@binadarma.ac.id](mailto:bagus.endrawan@binadarma.ac.id)<sup>1</sup>

### Abstrak

Permasalahan yang ditemukan dalam pembelajaran tenis meja adalah kondisi meja untuk permainan tenis meja sudah tidak layak. Tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh yang signifikan penggunaan video pembelajaran terhadap hasil belajar peserta didik materi pukulan *forehand* dan *backhand* di SMK Kader Bangsa Palembang. Jenis penelitian ini adalah quasi eksperimen dengan desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas XI Farmasi SMK Kader Bangsa Palembang yang berjumlah 30 Orang yang terdiri dari 26 perempuan dan 4 laki-laki. Hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_a$  dapat diterima atau  $t_{hitung} > t_{tabel}$  ( $22,37 > 1,721$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat terdapat pengaruh penggunaan video pembelajaran terhadap hasil belajar peserta didik materi pukulan pantulan dinding *forehand* dan *backhand* di SMK Kader Bangsa Palembang.

**Kata Kunci:** Video Pembelajaran, Tenis meja

### Abstract

*The problem found in learning table tennis is that the condition of the table for the game of table tennis is not feasible. The aim of this research is to find out the significant effect of using learning videos on student learning outcomes for forehand and backhand strokes at SMK Kader Bangsa Palembang. This type of research is quasi-experimental with the research design used is One Group Pretest-Posttest Design. The subjects in this study were students of class XI Pharmacy SMK Kader Bangsa Palembang, totaling 30 people consisting of 26 women and 4 men. The results of research and data analysis, it can be concluded that the hypothesis  $H_a$  can be accepted or  $t_{count} > t_{table}$  ( $22.37 > 1.721$ ). This, it can be concluded that there is an effect of using learning videos on student learning outcomes for forehand and backhand wall bouncing materials at SMK Kader Bangsa Palembang.*

**Keywords:** Learning Video, Table Tennis



Ciptaan disebarluaskan di bawah [Lisensi Creative Commons Atribusi-BerbagiSerupa 4.0 Internasional](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

## PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu upaya dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia, sehingga pemerintah kita menjadikan olahraga sebagai sarana Pembangunan Nasional. Hal ini dapat dilihat dalam UU Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pada Pasal 21 ayat 3 dan 4 dijelaskan: Pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan, serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi melalui jalur keluarga, jalur pendidikan, dan jalur masyarakat yang berbasis pada pengembangan olahraga untuk semua orang yang berlangsung sepanjang hayat.

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaraan, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas serta disiplin dapat memperat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa,

memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa. Untuk itu perlu adanya pengenalan dan pembinaan olahraga sejak dini. Salah satu usaha pemerintah yaitu dengan memasukkan pelajaran olahraga menjadi salah satu mata pelajaran wajib di sekolah.

Tenis meja merupakan olahraga yang dimainkan di dalam gedung (*indoor game*) oleh dua atau empat pemain. Pada permainan ini digunakan bet dari kayu yang dilapisi karet untuk memukul bola melewati net yang membentang di atas meja dan dikaitkan pada dua tiang net. Seperti permainan lainnya, permainan tenis meja diawali dengan melakukan servis. Namun pada permainan tenis meja, bola yang diservis harus terlebih dahulu menyentuh bidang permainan server. Setelah bola memantul melewati net, bola akan jatuh dibidang permainan lawan untuk selanjutnya bola dipukul oleh penerima langsung kembali jatuh kebidang permainan server dan seterusnya.

Berdasarkan hasil observasi awal peneliti disaat peneliti melaksanakan PPL di SMK Kesehatan Kader Bangsa ditemui permasalahan dalam pembelajaran olahraga. Terdapat 1 lapangan tenis meja, dimana kondisi lapangan tenis meja masih layak. Terdapat hanya 4 bet dan 5 bola yang disediakan, sehingga tidak mencukupi dari jumlah siswa sebanyak 30 siswa yang menyebabkan siswa terlalu lama menunggu bergantian bermain tenis meja yang menjadikan siswa menjadi bosan. Selain itu, siswa kurang antusias terhadap permainan tenis meja yang disebabkan karena model pembelajaran yang diajarkan kurang menarik dan monoton. Sehingga pembelajaran tenis meja kurang optimal, oleh karena itu seorang guru pendidikan jasmani harus menguasai berbagai model pembelajaran yang kreatif dan inovatif untuk menarik minat siswa dalam belajar.

Berdasarkan hasil uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul: "Pengaruh Penggunaan Video Pembelajaran Terhadap Hasil Belajar *Forehand* dan *Backhand* Tenis Meja Melalui Modifikasi Pantulan Dinding di SMK Kesehatan Kader Bangsa". Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah penerapan video pembelajaran melalui modifikasi pantulan dinding dapat mempengaruhi hasil belajar *forehand* dan *backhand* tenis meja pada siswa di SMK Kesehatan Kader Bangsa"? Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh penggunaan video pembelajaran melalui modifikasi pantulan dinding terhadap hasil belajar *forehand* dan *backhand* tenis meja di SMK Kesehatan Kader Bangsa.

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak berikut ini: secara Teoritis, sebagai salah satu referensi bagi guru olahraga dalam memberikan materi pembelajaran pukulan *forehand* dan *backhand* tenis meja di sekolah. Secara Praktis, bagi guru yaitu sebagai acuan untuk meningkatkan hasil kemampuan *forehand* dan *backhand* siswa melalui modifikasi pantulan dinding dalam pembelajaran tenis meja. Bagi siswa yaitu dapat meningkatkan keterampilan tenis meja khususnya teknik dasar servis. Dan bagi sekolah yaitu dengan adanya penelitian ini, pihak sekolah harus lebih mengoptimalkan prestasi belajar siswa khususnya dalam pembelajaran tenis meja.

## METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian quasi eksperimen. Menurut Arikunto (2006: 3), penelitian *eksperimen* adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang mengganggu. Dalam penelitian ini terdapat dua variabel yaitu satu variabel bebas dan satu variabel terikat. Variabel bebas (X) dalam penelitian ini adalah video pembelajaran sedangkan untuk variabel terikatnya (Y) adalah hasil belajar pukulan *forehand* dan *backhand* tenis meja peserta didik SMK Kesehatan Kader Bangsa.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Alasan pemilihan pola desain eksperimen ini dilakukan karena sangat erat kaitannya dengan masalah yang diteliti sesuai dengan pendapat dari Sugiyono (2008: 110) pada desain eksperimen ini terdapat *pre-test* (sebelum diberi perlakuan) dan *post test* (setelah perlakuan). Dengan demikian hasil perlakuan dapat diketahui lebih akurat, karena dapat membandingkan dengan keadaan sebelum diberi perlakuan dan sesudah diberikan perlakuan. Dari keadaan ini akan mempermudah dan memberikan keterangan secara jelas tentang pengaruh *treatment* yang diberikan kepada sampel.

Subjek penelitian menurut Suharsimi Arikunto (2016: 26) memberi batasan subjek penelitian sebagai benda, hal atau orang tempat data untuk variabel penelitian melekat, dan yang di permasalahan. Dalam sebuah penelitian, subjek penelitian mempunyai peran yang sangat strategis karena pada subjek penelitian, itulah data tentang variabel yang penelitian amati. Pada penelitian kualitatif responden atau subjek penelitian disebut dengan istilah informan, yaitu orang memberi informasi tentang data yang diinginkan peneliti berkaitan dengan penelitian yang sedang dilaksanakan. Adapun subjek dalam penelitian ini adalah kelas XI Farmasi yang berjumlah 30 peserta didik.

Instrumen dalam penelitian ini Instrumen menurut Arikunto (2010: 203) adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasil yang lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah. Tes yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah kemampuan servis tenis meja, yaitu tes servis yang disesuaikan dengan Kompetensi Dasar peserta didik SMA. Instrumen tes ini akan menggunakan rubrik penilaian yang sesuai dengan rencana pembelajaran (RPP) yang ada di SMK Kesehatan Kader Bangsa. Berikut instrumen yang disesuaikan dengan RPP di sekolah.

Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan analisis Uji-t (*t-test*). Berdasarkan data yang diperoleh, teknik pengolahan data menggunakan uji-t yaitu dengan membandingkan nilai rerata dari hasil *pretest* – *posttest* (sebelum dan sesudah perlakuan) dengan sampel yang sama dimaksud untuk mengetahui pengaruh semua variabel bebas terhadap variabel terikat. (Arikunto, 2006: 299).

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Hasil Penelitian

Berdasarkan tes akhir yang dilakukan, maka diperoleh data hasil yang diinginkan. Dari data yang telah didapat maka langkah selanjutnya adalah menentukan rentang, banyak kelas, panjang kelas dan kemudian membuat daftar distribusi frekuensi dan diagram batang.

#### a. Range

$R = \text{Data terbesar} - \text{Data terkecil}$

$$R = 75,5 - 64,5 = 11$$

#### b. Jumlah kelas

$$K = 1 + 3.3 \log (n)$$

$$K = 1 + 3.3 \log (22)$$

$$K = 1 + 4,42$$

$$K = 5,42 \text{ dibulatkan } 5$$

#### c. Panjang kelas ( $C_i$ )

$$C_i = \frac{R}{K}$$

$$C_i = 11 : 5 = 2,2$$

### Pembahasan

Dengan taraf uji yang digunakan adalah satu pihak dan signifikansi dengan taraf  $\alpha = 0,05$  dan  $D_k = N - 1 = 22 - 1 = 21$ , sedangkan untuk  $t_{\text{tabel}}$  dapat dilihat dalam lampiran distribusi nilai  $t$  maka diperoleh  $t_{\text{tabel}} = 1,721$  (dalam lampiran distribusi nilai  $t$ ). Dari data di atas dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_a$  dapat diterima atau  $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$  ( $22,37 > 1,721$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat terdapat pengaruh penggunaan video pembelajaran terhadap hasil belajar peserta didik materi pukulan *forehand* dan *backhand* tenis meja di SMK Kader Bangsa Palembang

### KESIMPULAN

Dari hasil penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa hipotesis  $H_a$  dapat diterima atau  $t_{\text{hitung}} > t_{\text{tabel}}$  ( $22,37 > 1,721$ ). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat terdapat pengaruh penggunaan video pembelajaran terhadap hasil belajar peserta didik materi pukulan *forehand* dan *backhand* di SMK Kesehatan Kader Bangsa Palembang.

### DAFTAR PUSTAKA

- AgusMargono. 2006. *Teoridan Agus Mukholid. (2007). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta timur: Yusdistira
- Agus Salim. (2007). *Buku Pintar Tenis Meja*. JEMBAR
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Ardika Y., Kanca N., Sudarmada N. (2015). Pengaruh circuit training terhadap kelincahan dan daya ledak otot tungkai. Singaraja : E-Journal IKOR Universitas Pendidikan Ganesha Jurusan Ilmu Keolahragaan.
- Arikuto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Depdiknas. (2001). *Materi Pelatihan Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan SD/Pembina dan Pelatih Klub Olahraga Usia Dini SD*. Jakarta : Depdiknas.
- Depdiknas. (2006). *Model Silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran*. Jakarta : BSNP.
- Hamalik, Oemar, 2007. *Manajemen Pengembangan Kurikulum*, Bandung: PT. Remaja Rosda Karya.
- Sugiyono. (2006). *"Statistika untuk Penelitian"*. Bandung : Alfabeta.
- Sugiyono. (2007). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Alfabeta. Bandung.
- Sujarwadi dan Dwi Sarjiyanto. (2010) *Pendidikan Jasmani Olah Raga dan Kesehatan untuk SMP*. Kementrian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Sutarmin, (2007), *Terampil Berolahraga Tenis Meja*, Surakarta: Era Intermedia.