

PENINGKATAN PEMBELAJARAN PUKULAN FOREHAND DALAM PERMAINAN TENIS MEJA MELALUI MODIFIKASI ALAT PEMBELAJARAN

U. Erlan, Eka Supriatna, Edi Purnomo
Penjaskesrek FKIP Universitas Tanjungpura
Email : u.erlan_pjs@yahoo.co.id

Abstract: Learning Games Table Tennis Forehand Blow Through Modification Tool Learning In Primary School Grade V students. This study saw an increase table tennis forehand game modification tools through fifth grade students learning in elementary school. population is 120 students, drawn 20% of the total population that is 24 people, using research methods class action research. Data collection techniques obtained by testing motor skills forehand individually using the observation instrument assessment rubric. Data collection tool table tennis, table tennis ball, whistle, duct tape, chalk, and alata written form. Data processing formulas used "formula in the classical analysis of the percentage of completeness". The results showed an increase in predicate very good forehand. 1). The results of the initial test 45.83% Less category. 2). The results of the first cycle of learning of 58.33% in the low category. 3) the second cycle, mastery of classical, ie stroke technique at 100% graduation rate riteria 'Very Good, Because Achieving Graduation Target Of 70%.

Keywords: Learning Table Tennis Forehan

Abstrak: Pembelajaran Pukulan Forehand Permainan Tenis Meja Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SD. penelitian ini melihat peningkatan pukulan forehand permainan tenis meja melalui modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD. jumlah populasinya 120 siswa, diambil 20% dari jumlah populasi yaitu 24 orang, metode penelitian menggunakan penelitian tindakan kelas. Teknik pengumpulan data diperoleh dengan cara melakukan tes keterampilan gerak pukulan forehand secara individu menggunakan instrumen observasi rubrik penilaian. Alat pengumpul data lapangan tenis meja, bola tenis meja, peluit, lakban, kapur tulis, formulir dan alata tulis. pengolahan data rumus yang digunakan “ Rumus analisis presentase ketuntasan secara klasikal”. Hasil menunjukkan peningkatan pukulan forehand predikat sangat baik. 1). Hasil tes awal 45,83% kategori Kurang. 2). Hasil belajar siklus I sebesar 58,33% berada pada kategori kurang. 3) siklus II, penguasaan materi klasikal, yaitu teknik pukulan sebesar 100%, tingkat kelulusan riteria ‘Sangat Baik, karena mencapai target kelulusan 70%.

Kata kunci : Pembelajaran Pukulan Forehand Tenis Meja.

Didalam proses pembelajaran diharapkan seorang guru dapat menciptakan interaksi yang baik antara dirinya dengan siswa dan antara siswa dengan siswa secara maksimal, hal ini sangat penting untuk menghidupkan suasana dalam belajar. Pembelajaran diartikan sebagai suatu proses yang memungkinkan timbulnya atau berubahnya suatu tingkah laku sebagai hasil dari terbentuknya respon utama, dengan syarat bahwa perubahan atau munculnya tingkah laku baru itu bukan disebabkan oleh

adanya kematangan atau adanya perubahan sementara melainkan karena semua hal yang telah dipelajarinya (Hamalik, 2003: 63).

Permainan tenis meja atau yang lebih dikenal dengan istilah “pingpong” merupakan suatu cabang olahraga yang unik dan kreatif. Pengertian tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan yang dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari celluloid dan permainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet (Depdiknas, 2003: 3)

Permainan tenis meja merupakan salah satu materi yang terdapat dalam kurikulum yang diajarkan dan diberikan di sekolah dasar, dalam tenis meja siswa harus menguasai gerak dasar salah satunya *forehand*. Untuk mendapatkan keterampilan tersebut tidak terlepas dari bagaimana guru bisa menerapkan media pembelajaran modifikasi yang tepat.

Forehand adalah salah satu gerak dasar tenis meja yang pertama dikenalkan kepada pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan tenis meja. Dalam pelaksanaan pembelajaran *forehand* tenis meja di SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas banyak menemui kendala diantaranya tidak tercapai kriteria ketuntasan minimal (KKM) sebesar 70%.

Dalam rangka mencapai tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, guru harus mampu menjabarkan tujuan dan materi pembelajaran. Kemampuan profesional seorang guru meliputi kemampuan merencanakan, mengembangkan tujuan materi, penggunaan media pembelajaran, alat-alat bantu dan penelitian serta alokasi waktu yang dibutuhkan untuk proses pembelajaran.

Salah satu media pembelajaran yang diterapkan guru adalah dengan modifikasi alat pembelajaran dimana siswa diharapkan lebih aktif dalam belajar pukulan *forehand*.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk mencoba mengadakan pembelajaran tentang pembelajaran *forehand* tenis meja dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas.

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan diatas, maka masalah penelitian ini adalah adakah peningkatan pembelajaran pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja melalui modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas?

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar pukulan *forehand* tenis meja melalui modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas.

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut : 1) Bagi Penulis : Dengan mengadakan penelitian ini, secara langsung peneliti dapat mempraktekkan ilmu yang diperoleh selama diperguruan tinggi. Pengalaman yang diperoleh selama melakukan penelitian ini dapat menjadi masukan atau ilmu yang sangat berharga. 2) Bagi Pihak Lembaga : Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi pihak sekolah dalam upaya peningkatan pembelajaran permainan tenis meja. 3) Bagi Pembaca : Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadikan referensi dan dapat digunakan sebagai bahan acuan jika meneliti tentang objek yang sama sekaligus sebagai sumber pemikiran.

Penelitian ini memiliki batasan-batasan: 1) Penelitian menitik beratkan pada Peningkatan Pembelajaran Pukulan *Forehand* Dalam Permainan Tenis Meja Melalui Modifikasi Alat Pembelajaran Pada Siswa Kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas, 2) Lokasi penelitian adalah SMP Negeri 1 Jelimplo Kalimantan Barat dan 3)

Objek penelitian adalah peserta didik kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas dengan jumlah 24 siswa.

Menghindari pemaknaan yang kurang sesuai terhadap istilah-istilah dalam penelitian ini, maka perlu didefinisikan beberapa istilah sebagai berikut: 1) Pembelajaran diartikan sebagai suatu proses yang memungkinkan timbulnya atau berubahnya suatu tingkah laku sebagai hasil dari terbentuknya respon utama, dengan syarat bahwa perubahan atau munculnya tingkah laku baru itu bukan disebabkan oleh adanya kematangan atau adanya perubahan sementara melainkan karena semua hal yang telah dipelajarinya (Hamalik, 2003: 63). 2) Napitupulu (1982: 57) secara umum pukulan *forehand* dan *backhand* yang penting dalam permainan tenis meja ada lima macam, yaitu (a) pukulan drive, (b) pukulan push, (c) pukulan block, (d) pukulan chop, dan (e) pukulan service. 3) Permainan tenis meja atau yang lebih dikenal dengan istilah “pingpong” merupakan suatu cabang olahraga yang unik dan kreatif. Pengertian tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan yang dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil yang terbuat dari celluloid dan permainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet (Depdiknas, 2003: 3). 4) Soeparno (1987: 2), menyebutkan bahwa alat pembelajaran adalah alat yang dipakai untuk menunjang berlangsungnya proses belajar mengajar. Dengan kata lain alat pembelajaran adalah perangkat kerasnya. Jadi, alat pembelajaran adalah perangkat keras yang belum diisi program atau memang tidak diisi program. 5. Modifikasi diartikan sebagai perubahan dari keadaan lama menjadi keadaan baru. Perubahan itu dapat berubah bentuk, isi, fungsi, cara penggunaan, dan manfaat tanpa sepenuhnya menghilangkan karakteristik semula (Lutan, 1988:118). 6. Lutan (1988:110) menyatakan : modifikasi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani diperlukan, dengan tujuan agar : a) Siswa memperoleh kepuasan dalam mengikuti pelajaran, b) Meningkatkan kemungkinan keberhasilan dalam berpartisipasi, c) Siswa dapat melakukan pola gerak secara benar.

Modifikasi alat pembelajaran dapat mempermudah siswa dalam melakukan rangkaian pembelajaran gerak dasar yang diajarkan dalam setiap materi pembelajaran Pendidikan Jasmani.

Begitu pula yang terjadi dalam proses pembelajaran gerak dasar *forehand* dalam tenis meja, dengan menggunakan bad yang dimodifikasi secara kreatif dan bentuk yang lebih sederhana, maka siswa akan merasa tertarik dalam melaksanakan proses pembelajaran yang dilakukan. Selain itu, siswa dapat dengan mudah memahami dan menguasai rangkaian gerak dasar yang diajarkan karena mereka tidak merasa terbebani dengan menggunakan bad yang lebih sederhana. Oleh karena itu, dengan menggunakan modifikasi alat pembelajaran tenis meja berupa bad modifikasi dapat membantu siswa dalam proses memperbaiki mutu hasil pembelajaran siswa itu sendiri dalam melaksanakan keterampilan gerak dasar *forehand* dalam tenis meja.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan pada semester 2 tahun ajaran 2013/2014, lokasi Penelitian Tindakan Kelas ini berlangsung di SD Negeri 7 Maklebar kabupaten Sambas. Bahan penelitian adalah Lapangan tenis meja, bola tenis meja, peluit, lakban atau kapur tulis, formulir dan alat tulis. Objek penelitian ini adalah siswa kelas V (lima) SD Negeri 7 Maklebar kabupaten Sambas yang berjumlah 24 orang.

Penelitian ini menggunakan model Penelitian Tindakan Kelas. Penelitian ini terdiri dari 2 siklus karena sudah cukup mewakili data yang diperlukan untuk mengukur tingkatan ketuntasan belajar siswa. Penelitian ini masing-masing siklus melalui 4 tahap yaitu: (1) Perencanaan (*plan*), (2) pelaksanaan tindakan (*action*), (3) pengamatan (*observation*), dan (4) refleksi (*reflection*). Setelah melakukan refleksi yang mencakup analisis dan penilaian terhadap proses serta hasil tindakan direncanakan tindakan baru untuk siklus berikutnya.

Berikut adalah prosedur pelaksanaan penelitian pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas, yaitu :

1. Tes awal

Tes awal tersebut bertujuan untuk mengetahui sejauh mana keterampilan awal siswa dalam bermain tenis meja sebelum diberi tindakan.

2. Siklus I (2 x pertemuan)

- a. Pertemuan ke-1 pemberian materi bagaimana cara melakukan gerakan melangkah kaki, gerak dasar *forehand* tenis meja dan memukul bola secara berpasangan dengan menggunakan alat pembelajaran (bad dan bola) yang telah dimodifikasi, yaitu berupa bad tenis meja yang terbuat dari papan dan bola bekel.
- b. Pertemuan ke-2 pemberian materi bagaimana cara melakukan gerak dasar *forehand* dan memukul bola mandiri ketembok dengan menggunakan alat pembelajaran yang telah dimodifikasi berupa bad tenis meja yang terbuat dari papan dan bola bekel, kemudian dilanjutkan dengan tes akhir dari siklus pertama

3. Siklus II (2x pertemuan)

- a. Pertemuan ke-1 pemberian materi bagaimana cara melakukan gerak dasar *forehand* tenis meja secara keseluruhan mulai dari pegangan bad, gerakan langkah kaki dan keterampilan gerak dasar *forehand* tenis meja dengan menggunakan alat pembelajaran (bad dan bola) yang telah dimodifikasi, yaitu bad tenis meja yang terbuat dari kayu dengan permukaan bad dilapisi karet ban dan bola bekel.
- b. Pertemuan ke-2 adalah tes siklus ketiga tujuannya untuk mengetahui sejauh mana keterampilan siswa setelah diberikan materi keterampilan gerak dasar *forehand* tenis meja secara keseluruhan mulai dari cara memegang bad, gerakan langkah kaki saat melakukan gerak dasar *forehand* dari sikap awal hingga gerak lanjutan.

4. Observasi

Observasi dilaksanakan bersamaan dengan waktunya pelaksanaan tindakan latihan. Dengan menggunakan format observasi yang telah disiapkan dalam bentuk lembaran observasi. Lembar observasi digunakan untuk mengobservasi keberadaan suatu benda atau kemunculan aspek-aspek keterampilan yang diamati.

5. Refleksi

Refleksi meliputi kegiatan analisa hasil latihan dan sekaligus menyusun rencana perbaikan pada siklus berikutnya. Hasil analisis kemudian diinterpretasikan untuk mendapatkan gambaran mengenai dampak tindakan terhadap peningkatan hasil latihan

pukulan forehand. Pada tahap ini juga dipaparkan semua kelebihan dan kekurangan yang ada selama tindakan pada siklus pertama. Kelebihan akan tetap dipertahankan dan ditingkatkan, sedangkan kekurangannya akan diperbaiki pada siklus kedua. Mengkaji hasil penelitian dari siklus 2 yaitu pada materi peningkatan kemampuan pukulan forehand dengan tingkat ketuntasan secara klasikal yang berlaku di SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas sebesar 75%, maka penelitian dihentikan dan jika pada siklus 2 tidak mencapai target 75% maka penelitian harus dilanjutkan dengan siklus 3 sampai target peningkatan kemampuan pukulan forehand mencapai 75%.

Data dalam penelitian ini diperoleh dengan cara melakukan tes keterampilan gerak pukulan *forehand* siswa secara individu dengan menggunakan instrumen penilaian gerak pukulan *forehand* yang telah disediakan

Untuk menentukan teknik analisis data, peneliti menggunakan analisis deskriptif. Untuk menentukan ketuntasan individual, peneliti menggunakan rumus oleh Nurhasan (2001:120), sebagai berikut:

$$NA = \frac{SHT}{SMI} \times NI$$

Keterangan:

NA	:	Nilai Akhir
SHT	:	Skor Hasil Tes
SMI	:	Skor Maksimum Ideal (48)
NI	:	Nilai Ideal (dalam skala 100%)

Untuk menentukan ketuntasan secara klasikal, menggunakan rumus dari Depdikbud (1994:17), sebagai berikut:

$$KB = \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Keseluruhan Siswa}} \times 100\%$$

Keterangan:

KB	:	Ketuntasan Belajar
----	---	--------------------

Untuk menentukan ketuntasan belajar, maka dilakukan penskoran dan mencantuman standar keberhasilan belajar. Sistem penilaian Pendidikan Jasmani dengan menggunakan sistem belajar tuntas (*mastery learning*), yaitu siswa berhasil bila mencapai 65% penguasaan materi sehingga indikator pencapaian penguasaan dalam penelitian ini ditentukan pada pencapaian materi secara klasikal 75%. Apabila pencapaian ketuntasan klasikal minimal 75% sudah tercapai, maka penelitian dihentikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Berdasarkan data tes awal pukulan forehand dalam permainan tenis meja dapat dilihat dalam lampiran, kemudian dapat dikelompokkan kategori hasil belajar siswa pada tabel di bawah ini.

Tabel 1.
Presentase Ketuntasan Hasil Belajar Teknik Dasar
Pukulan Forehand Dalam Permainan Tennis Meja Pada Tes Awal

No.	Kategori	Jumlah siswa	Presentase $KB = \frac{F}{N} \times 100\%$	Akumulasi ketuntasan	T/TT
1.	Sangat baik	0	0,00%	0,00%	11 siswa tuntas
2.	Baik	2	8,33%	8,33%	
3.	Cukup	9	37,50%	37,50%	
4.	Kurang	8	33,34%	-	13 siswa tidak tuntas
5.	Sangat kurang	5	20,83%	-	
Total		24	100 %	45,83 %	

Dari data tes awal, maka ketuntasan belajar siswa secara klasikal untuk materi teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja adalah 45,83%, dengan penghitungan, yaitu:

$$\begin{aligned}
 KB &= \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Keseluruhan Siswa}} \times 100\% \\
 &= \frac{11}{24} \times 100\% \\
 &= 45,83\%
 \end{aligned}$$

Secara umum dapat disimpulkan bahwa tes awal pada siswa putra kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas, untuk penguasaan materi secara klasikal, yaitu teknik pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja "Kurang", karena hanya mampu mencapai 45,83%, sedangkan kriteria ketuntasan secara klasikal adalah 75%. Oleh karena itu, peneliti melakukan penelitian tindakan kelas yaitu pembelajaran pukulan *forehand* melalui modifikasi alat pembelajaran pada siklus I.

Berdasarkan data hasil belajar dan tes dalam upaya peningkatan pembelajaran pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran pada siklus I dapat dilihat dalam lampiran, kemudian dapat dikelompokkan kategori hasil belajar siswa pada tabel di bawah ini.

Tabel 2.
Presentase Ketuntasan Hasil Belajar Teknik Dasar
Pukulan Forehand Dalam Permainan Tennis Meja Siklus I

No.	Kategori	Jumlah siswa	Presentase $KB = \frac{F}{N} \times 100\%$	Akumulasi ketuntasan	T/TT
1.	Sangat baik	0	0,00%	0,00%	14 siswa tuntas
2.	Baik	3	12,50%	12,50%	
3.	Cukup	11	45,83%	45,83%	
4.	Kurang	6	25,00%	-	10 siswa tidak tuntas
5.	Sangat kurang	4	16,67%	-	
Total		24	100 %	58,33 %	

Dari data Penelitian Tindakan Kelas siklus I, maka ketuntasan belajar siswa secara klasikal untuk materi teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja adalah 58,33%, dengan penghitungan, yaitu:

$$\begin{aligned} KB &= \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Keseluruhan Siswa}} \times 100\% \\ &= \frac{14}{24} \times 100\% \\ &= 58,33\% \end{aligned}$$

Secara umum dapat disimpulkan bahwa Penelitian Tindakan Kelas siklus I pada siswa putra kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas, untuk penguasaan materi secara klasikal, yaitu teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja "Kurang", karena hanya mampu mencapai 58,33%, sedangkan kriteria ketuntasan secara klasikal adalah 75%. Oleh karena itu, peneliti menerapkan pembelajaran lanjutan pada siklus II.

Berdasarkan data hasil belajar dan tes dalam upaya peningkatan pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran pada siklus II dapat dilihat dalam lampiran, kemudian dapat dikelompokkan kategori hasil belajar siswa pada tabel di bawah ini.

Tabel 3.
Presentase Ketuntasan Hasil Belajar Teknik Dasar
Pukulan Forehand Dalam Permainan Tenis Meja Pada Siklus II

No.	Kategori	Jumlah siswa	Presentase $KB = \frac{F}{N} \times 100\%$	Akumulasi ketuntasan	T/TT
1.	Sangat baik	2	8,33%	8,33%	24 siswa tuntas
2.	Baik	5	20,83%	20,83%	
3.	Cukup	17	70,84%	70,84%	
4.	Kurang	-	-	-	0 siswa tidak tuntas
5.	Sangat kurang	-	-	-	
Total		24	100%	100%	

Dari data Penelitian Tindakan Kelas siklus II, maka ketuntasan belajar siswa secara klasikal untuk materi teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja adalah sebesar 100%, dengan penghitungan, sebagai berikut:

$$\begin{aligned} KB &= \frac{\text{Jumlah Siswa Tuntas}}{\text{Jumlah Keseluruhan Siswa}} \times 100\% \\ &= \frac{24}{24} \times 100\% \\ &= 100\% \end{aligned}$$

Dengan demikian, secara umum dapat disimpulkan bahwa Penelitian Tindakan Kelas siklus II pada siswa putra kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas, untuk penguasaan materi secara klasikal, yaitu teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran, telah berhasil karena mampu mencapai 100%, sedangkan kriteria ketuntasan secara klasikal adalah 70%. Dengan telah tercapainya hasil tersebut, maka penelitian ini dihentikan. Hal ini

dikarenakan batas minimal penguasaan materi secara klasikal oleh siswa putra kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kab. Sambas, yaitu 70%, telah tercapai.

Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data pada tes awal siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas, untuk penguasaan materi keterampilan secara klasikal, yaitu teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja, adalah sebesar 45,83%, dengan tingkat kelulusan termasuk kriteria ‘Kurang’, karena belum mampu mencapai target minimum kelulusan secara klasikal, yaitu 70%, sehingga dilakukan penelitian tindakan kelas.

Berdasarkan hasil analisis data pada siklus I pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kab. Sambas, untuk penguasaan materi keterampilan secara klasikal, yaitu teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran, adalah sebesar 58,33%, dengan tingkat kelulusan termasuk kriteria ‘Kurang’, karena belum mampu mencapai target minimum kelulusan secara klasikal, yaitu 70%, sehingga peneliti melanjutkan penelitian menuju siklus II.

Sedangkan hasil analisis data siklus II pada siswa putra kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kab. Sambas, untuk penguasaan materi keterampilan secara klasikal, yaitu teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran, adalah sebesar 100%, dengan tingkat kelulusan termasuk kriteria ‘Sangat Baik’, karena telah mampu mencapai target minimum kelulusan secara klasikal, yaitu 70%.

Melihat dari hasil penelitian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa hasil belajar siswa meningkat dari 58,33% dengan kriteria kelulusan ‘Kurang’ menjadi 100% dengan kriteria kelulusan ‘Sangat Baik’, untuk materi pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kabupaten Sambas.

Tabel 4.

Persentase Ketuntasan Belajar Siswa

Secara Klasikal Materi pukulan forehand dalam permainan tenis meja		
Tes Awal	Siklus I	Siklus II
45,83%	58,33%	100%

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan, sebagai berikut: 1) Hasil tes awal teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja memiliki presentase secara klasikal sebesar 45,83% dan berada pada kategori ‘Kurang’, karena belum mampu mencapai target ketuntasan minimum secara klasikal, yaitu 70%, sehingga dilakukan penelitian tindakan kelas. 2) Hasil belajar siswa pada siklus I untuk materi teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran memiliki presentase secara klasikal sebesar 58,33% dan berada pada kategori ‘Kurang’, karena belum mampu mencapai target ketuntasan minimum secara klasikal, yaitu 70%, sehingga peneliti melanjutkan penelitian menuju siklus II. Pada siklus II, penguasaan materi keterampilan secara klasikal, yaitu teknik pukulan forehand dalam permainan tenis meja dengan modifikasi alat pembelajaran, adalah sebesar 100%, dengan tingkat kelulusan termasuk kriteria ‘Sangat Baik, karena telah mampu mencapai

target minimum kelulusan secara klasikal, yaitu 70%. 3) Pada siklus II, terjadi peningkatan yang efektif setelah siswa diberikan pembelajaran pukulan forehand secara keseluruhan dengan modifikasi alat pembelajaran. Hal ini berarti bahwa pembelajaran tersebut mempunyai manfaat yang efektif untuk meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja pada siswa kelas V SD Negeri 7 Maklebar Kab. Sambas. 4) Peningkatan presentase pada siklus II membuktikan bahwa siswa mempunyai respon yang positif terhadap materi pembelajaran yang diberikan. Hal ini berakibat terjadinya kompetensi yang terarah dari siswa sehingga merangsang adanya kesadaran dan kemauan untuk meningkatkan prestasi siswa.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian tindakan kelas pada siswa kelas V SD Negeri 7 maklebar Kabupaten Sambas, maka dapat di kemukakan sebagai berikut : (1) siswa diharapkan agar selalu memperhatikan anjuran guru dan melaksanakan latihan dengan baik guna meningkatkan prestasi cabang olahraga tertentu; (2) siswa di harapkan lebih disiplin dalam segi waktu, tidak terlambat datang kelapangan, sehingga waktu latihan tidak terbuang percuma; (3) pembelajaran pukulan forehand di berikan dalam penelitian ini, mampu memberikan manfaat yang efektif terhadap keterampilan bermain tenis meja, maka di sarankan kepada guru agar memberikan pembelajaran kepada siswa; (4) diharapkan pengguna populasi atau sampel dalam jumlah yang lebih besar dan divariasikan dengan kelompok kontrol bagi peneliti yang meneliti penelitian serupa, untuk mengetahui hasil penelitian yang lebih baik lagi.

DAFTAR RUJUKAN

- Arikunto, Suharsimi. 1996. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta : Rineka Cipta
- Arikunto Suharsimi, 2002. "*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*". Jakarta. Renika Cipta.
- Arikunto Suharsimi, 2007. "*Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*". Jakarta. Renika Cipta.
- Depdikbud, 1994. *Penelitian Kesegaran Jasmani Dengan Tes ACSPFT*. Jakarta: Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Departemen Pendidikan Nasional, 2003. *Pembelajaran Olahraga Pilihan*.
- Kartono. 1996. *Metodologi Penelitian*. Bandung: Pioner Jaya.
- Lutan. 1988. *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori Dan Metode*. Jakarta : P2LPTK Dirjen Dikti Depdikbud.
- Napitupulu. 1982, *Permainan Tenis Meja*, Jakarta, Mutiara Jakarta
- Nurhasan. 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani: Prinsip-prinsip dan Penerapannya*. Jakarta: Diknas Diknasnem Ditjen Olahraga.

Sanjaya. 2010. *Penelitian Tindakan Kelas*. Bandung : Alfabeta

Soeparno. 1987. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta : Cipta Angkasa

Tim Dosen FKIP. 2007. *Pedoman penulisan karya ilmiah Fakultas Keguruan dan ilmu pendidikan universitas tanjungpura Pontianak*. FKIP UNTAN : Edukasi Press.

Wiriaatmadja. 2005. *Penelitian Tindakan Kelas*. Jakarta: PT. Gramedia.