

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND*  
DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN MENGGUNAKAN  
ALAT MODIFIKASI BET PADA SISWA KELAS IV SDN 1  
LEGOKSAYEM KECAMATAN WANAYASA  
KABUPATEN BANJARNEGARA**

**TUGAS AKHIR SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



**Oleh:  
Sarno  
NIM 17604227029**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2019**

**UPAYA MENINGKATKAN KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND*  
DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN MENGGUNAKAN  
ALAT MODIFIKASI BET PADA SISWA KELAS IV SDN 1  
LEGOKSAYEM KECAMATAN WANAYASA  
KABUPATEN BANJARNEGARA**

Oleh:

Sarno  
NIM 17604227029

**ABSTRAK**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui peningkatan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem dengan menggunakan alat modifikasi bet.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas. Subyek penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem tahun pelajaran 2019/2020 sebanyak 10 siswa. Teknik pengumpulan data menggunakan tes keterampilan pukulan *backhand*, observasi dan dokumentasi. Teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif kuantitatif.

Hasil penelitian melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis pada siklus I nilai rata-rata sebesar 84. Persentase ketuntasan dalam kategori tuntas sebanyak 90%, siswa yang belum tuntas hanya 10%. Hasil telah sesuai dengan kriteria keberhasilan tindakan.

Kata Kunci: keterampilan pukulan *backhand*, alat modifikasi bet, tenis meja

## SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Sarno

NIM : 17604227029


Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAs : Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan Backhand dalam Permainan Tenis Meja dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet pada Siswa Kelas IV SDN I Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara.

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri\*). Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 24 Oktober 2019

Yang menyatakan,



Sarno  
NIM: 17604227029

LEMBAR PERSETUJUAN

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dengan judul

**Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan *Backhand* Dalam Permainan  
Tenis Meja Dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet Pada Siswa  
Kelas IV SDN 1 Legoksayem Kec. Wanayasa,  
Kab. Banjarnegara Tahun 2019/2020"**

disusun oleh

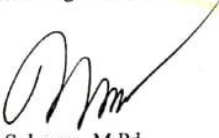
Sarno,  
NIM 17604227029

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan


Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, *24. oktober*.....2019

Mengetahui  
Ketua Progam Studi

  
Dr. Subagyo, M.Pd  
NIP.195611071982031003

Disetujui,  
Dosen Pembimbing

  
Nur Rohmah Muktiani, M.Pd  
NIP.197310062001122001

LEMBAR PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

UPAYA MENINGKATKAN KETRAMPILAN PUKULAN *BACHAND*  
DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN MENGGUNAKAN  
ALAT MODIFIKASI RET PADA SISWA KELAS IV SD  
NEGERI 1 LEGOKSAYEM KEC. WANAYASA  
KAB. BANJARNEGARA TAHUN 2019/2010

disusun oleh


SARNO

NIM 17604227029

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi  
Pendidikan Guru Sekolah Dasar Penjas (PGSD Penjas) Fakultas Ilmu  
Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

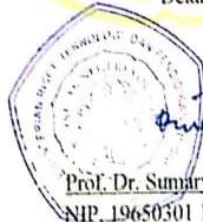
Pada tanggal 30 Oktober 2019

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Nur Rohmah Muktiani, M.Pd Ketua Penguji/Pembimbing		21/11 2019
Ahmad Rithaudin S.Pd.Jas..M.Or. Sekretaris		21/11 2019
Dr.Subagyo,M.Pd Penguji		21/11 2019

Yogyakarta, November 2019

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta  
Dekan,



Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes  
NIP. 19650301 199001 1 0018

## HALAMAN MOTTO

*“Jangan pernah menyerah pada kesulitan, karena di dalam kesulitan pasti akan ada jalan keluar yang terbaik untuk kita. maka kesulitan itu, kita jadikan sebagai inspirasi untuk bisa bangkit dari kesulitan itu sendiri.”*

*( SARNO )*

*“Pendidikan merupakan perlengkapan paling baik untuk hari tua.”  
Orang-orang hebat di bidang apapun bukan baru bekerja karena mereka terinspirasi, namun mereka menjadi terinspirasi karena mereka lebih suka bekerja. Mereka tidak menyia-nyiakan waktu untuk menunggu inspirasi.”*

*( Ernes newman )*

*“Sesuatu yang belum dikerjakan, seringkali tampak mustahil, kita baru yakin kalau kita telah berhasil melakukannya dengan baik.”*

*(Evelin Underhill)*

## HALAMAN PERSEMBAHAN

Sebuah karya ini ku persembahkan untuk :

1. Orang tuaku tercinta, Bapak Sahuri, dan Ibu Sitah yang telah mengajari arti hidup, dan memberi dukungan dan memberikan kasih sayang sehingga saya dapat menjalani hidup dengan semangat untuk meraih cita-cita menjadi seorang sarjana. Karena tanpa doa dari kedua orang tua saya tidak akan bisa seperti sekarang ini, terima kasih bapak dan ibu, kebaikan kalian dan ketulusan hati kalian merawat saya selama ini takkan terbalaskan oleh apapun di dunia ini.
2. Keluarga Adikku yang aku sayang Sardi, dan keluarga kakakku Surono, yang selalu memberikan semangat dan dukungan untukku untuk meraih cita-cita, tanpa dukungan keluarga dan sahabat saya, mungkin tidak akan bisa seperti sekarang ini.
3. Rekan-rekanku dari mahasiswa PKS UNY dari Kab Banjarnegara yang telah membantu dalam penyusunan tugas akhir (skripsi) ini.
4. Dan rekan-rekan guru SD Negeri 1 Legoksayem Kec. Wanayasa, Kab. Banjarnegara, yang telah membantu memberi dukungan dan semangat dalam penyusunan tugas akhir ( skripsi) ini.
5. Guru SDku Alm. Y.Paiman S, S.Pd. dan Setiyo Rini, S.Pd.SD yang telah memberi dukungan dan motivasi untuk terus belajar demi meraih masa depan yang lebih baik. Tanpa dukungan dari kalian mungkin saya tidak seperti sekarang ini.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan *Backhand* dalam Permainan Tenis Meja dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet pada Siswa Kelas IV SDN 1 Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara” dapat disusun sesuai harapan.

Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan terimakasih kepada yang terhormat:

1. Nur Rohmah Muktiani, S.Pd.,M.Pd., Dosen Pembimbing TAS yang telah banyak memberikan semangat, dorongan dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Nur Rohmah Muktiani, M.Pd., Ahmad Rithaudin, M.Or., dan Dr. Subagyo, M.Pd. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap TAS ini.’
3. Bapak Dr. Guntur M.Pd., Ketua Jurusan POR FIK dan Bapak Dr. Subagyo, M.Pd., selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya TAS ini.’
4. Bapak Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan TAS.
5. Kepala sekolah, guru dan staf SDN 1 Legoksayem yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian TAS ini.
6. Orang tuaku yang selalu memberikan dukungan dan semangat dalam menyelesaikan TAS ini.
7. Semua pihak secara langsung maupun tidak langsung yang tidak dapat disebutkan disini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan TAS ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT dan TAS ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, 24 Oktober 2019

Penulis,

Sarno  
NIM. 17604227029

## DAFTAR ISI

HALAMAN Sampul .....	i
ABSTRAK .....	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN .....	v
HALAMAN MOTTO .....	vi
HALAMAN PERSEMBAHAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Diagnosis Permasalahan Kelas .....	4
C. Fokus Masalah .....	4
D. Rumusan Masalah .....	5
E. Tujuan Penelitian .....	5
F. Manfaat Hasil Penelitian .....	5
<b>BAB II LANDASAN PUSTAKA .....</b>	<b>7</b>
A. Kajian Pustaka .....	7
1. Pendidikan Jasmani.....	7
2. Permainan Tenis Meja.....	8
a. Pengertian Permainan Tenis Meja .....	8
b. Alat dan Fasilitas Permainan Tenis Meja.....	9
c. Teknik Bermain Tenis Meja .....	12
3. Keterampilan Pukulan <i>Backhand</i> .....	14
a. Pengertian Keterampilan Pukulan <i>Backhand</i> .....	14
b. Tahapan Pukulan <i>Backhand</i> .....	16
4. Modifikasi Bet dalam Permainan Tenis Meja.....	19
5. Karakteristik Usia Anak Sekolah Dasar.....	21
B. Hasil Penelitian yang Relevan .....	22
C. Kerangka Berpikir .....	25
D. Pertanyaan Penelitian .....	27

<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>28</b>
A. Desain Penelitian Tindakan.....	28
B. Waktu Penelitian .....	29
C. Deskripsi Tempat Penelitian .....	29
D. Subjek dan Karakteristiknya .....	31
E. Skenario Tindakan .....	32
F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	35
G. Kriteria Keberhasilan Tindakan .....	38
H. Teknik Analisis Data .....	38
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>40</b>
A. Hasil Penelitian .....	40
1. Deskripsi Awal Keterampilan Pukulan <i>Backhand</i> .....	40
2. Deskripsi Tindakan .....	41
a. Perencanaan Tindakan ( <i>Planning</i> ).....	42
b. Pelaksanaan Tindakan ( <i>Actuating</i> ).....	43
c. Pengamatan ( <i>Observing</i> ).....	44
d. Refleksi .....	47
B. Pembahasan .....	49
C. Temuan Penelitian .....	53
D. Keterbatasan Penelitian.....	56
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>57</b>
A. Simpulan .....	57
B. Implikasi .....	57
C. Saran .....	58
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>59</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Lembar Observasi Partisipasi Siswa .....	36
Tabel 2. Lembar Observasi Sikap Siswa.....	37
Tabel 3. Kategori Partisipasi dan Sikap Siswa.....	39
Tabel 4. Hasil Kategorisasi Partisipasi Siswa Siklus I.....	45
Tabel 5. Hasil Kategorisasi Sikap Siswa Siklus I .....	46
Tabel 6. Persentase Ketuntasan Pembelajaran Keterampilan Passing Bawah Menggunakan Modifikasi Bola pada Siklus I.....	48

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Meja Tenis Meja .....	11
Gambar 2. Tahap Persiapan Pukulan <i>Backhand</i> .....	16
Gambar 3. Gerakan Pukulan <i>Backhand</i> .....	17
Gambar 4. Tahap Akhir Pukulan <i>Backhand</i> .....	17
Gambar 5. Kerangka Berpikir Penelitian .....	26
Gambar 6. Siklus Penelitian Tindakan.....	28
Gambar 7. Alat Modifikasi Bet.....	33
Gambar 8. Grafik Kategorisasi Partisipasi Siswa pada Siklus I .....	45
Gambar 9. Grafik Kategorisasi Sikap Siswa pada Siklus I.....	47
Gambar 10. Grafik Persentase Ketuntasan Keterampilan Pukulan <i>Backhand</i> Siklus I .....	48
Gambar 11. Proses Pelaksanaan Penelitian dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet.....	52

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Silabus PJOK Kelas IV .....	62
2. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).....	65
3. Instrumen Penelitian.....	74
4. Hasil Olahdata Penelitian .....	80
5. Contoh Hasil Penilaian Siswa .....	89
6. Dokumentasi Foto Penelitian .....	99
7. Surat Permohonan Izin Penelitian .....	100
8. Surat Izin Penelitian .....	101
9. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	102

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Permainan tenis meja yang diajarkan di sekolah mempunyai tujuan agar siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang olahraga tenis meja itu sendiri serta dapat mengembangkan sikap sportif dan berpartisipasi aktif. Selain itu, diharapkan dapat mencetak atlet berprestasi dalam permainan tenis meja. Untuk mewujudkan tujuan tersebut, siswa harus memiliki keterampilan diantaranya teknik pukulan. Teknik pukulan merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan tenis meja, disamping dasar yang lain yang harus dikuasai oleh siswa dalam bermain tenis meja. Pembelajaran keterampilan dasar pukulan sangat penting karena dapat melatih siswa agar memiliki kemampuan dan keterampilan dasar pukulan dalam permainan tenis meja dengan baik.

Teknik dalam tenis meja yang sering dilakukan dan harus dikuasai adalah pukulan *backhand*. Pukulan *backhand* adalah sebuah pukulan dimana punggung tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan (Sutono, 2010: 44). Pembelajaran pukulan *backhand* dalam permainan bola tenis meja sebaiknya dikemas sedemikian rupa, agar siswa tertarik untuk lebih berperan aktif mengikuti pembelajaran, sehingga tujuan pembelajaran akan tercapai. Permasalahan yang sering muncul untuk tingkat siswa SD dalam bermain tenis meja adalah tidak berjalanya permainan dikarenakan siswa tidak mampu mengembalikan bola

terhadap lawan mainnya. Hal ini merupakan akibat kurangnya keterampilan melakukan gerakan atau teknik dasar dalam permainan tenis meja.

Berdasarkan hasil pengamatan pada siswa kelas IV di SDN 1 Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara menunjukkan bahwa proses pembelajaran pendidikan jasmani khususnya dalam permainan tenis meja mengalami beberapa kendala. Kendala tersebut diantaranya: fasilitas ruangan untuk latihan tenis meja belum memadai. Peralatan tenis meja yang tersedia di sekolah juga masih terbatas. Misalnya Jumlah peralatan bet saat pelaksanaan latihan tenis meja masih masih terbatas untuk satu orang memegang satu, sehingga saat latihan untuk siswa yang belum memegang bet hanya duduk menunggu giliran dan tidak bisa latihan sendiri sebelum temannya selesai.

Kendala lainnya dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV di SDN 1 Legoksayem yaitu sebagian besar siswa belum memiliki keterampilan pukulan *backhand* yang baik. Hal ini terlihat dari banyaknya siswa yang belum mencapai standar KKM sebanyak 70%. Kondisi tersebut disebabkan adanya kesalahan teknik yang seringkali ditunjukkan siswa saat melakukan pukulan *backhand* seperti teknik memegang bat, teknik siap sedia (*stance*), teknik gerakan kaki (*foot work*), ayunan tangan atau lengan saat melakukan pukulan *backhand* itu sendiri. Guru olahraga juga merangkap menjadi guru kelas. Selain itu, kurangnya dukungan masyarakat pada anak dalam bermain tenis meja juga menjadi kendala dalam pembelajaran tenis meja.

Fenomena yang terjadi sebagaimana yang telah diuraikan di atas perlu menjadi perhatian utama guru untuk menemukan solusi terbaik dalam rangka memperbaiki proses pembelajaran khususnya tenis meja, sehingga siswa memiliki keterampilan dasar pukulan *backhand* yang lebih baik. Guru seharusnya mampu memfasilitasi proses belajar, bahan ajar yang baik, suasana yang menyenangkan, menarik, dan memberikan kesan bermakna sangat dibutuhkan untuk mencapai sebuah pembelajaran yang berkualitas. Hal ini dikarenakan dengan kualitas pembelajaran yang baik sangat mendukung tercapainya tujuan yang diharapkan.

Pembelajaran tenis meja yang dilakukan sebelumnya di SDN 1 Legoksayem belum menggunakan alat modifikasi pembelajaran. Memodifikasi merupakan suatu hal yang sangat penting agar tujuan pembelajaran dapat tercapai dengan baik. Modifikasi pembelajaran diperlukan di SDN 1 Legoksayem mengingat banyaknya kendala dalam pembelajaran tenis meja khususnya pada keterampilan pukulan *backhand*. Dalam penelitian ini, penulis mencoba memberikan solusi menggunakan alat modifikasi bet untuk meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem.

Modifikasi bet dalam penelitian ini dengan menggunakan papan (triplek). Media papan sangat efektif dalam pembelajaran. Hal ini diperkuat dengan pendapat Febryanto, dkk (2014: 56) yang menyatakan bahwa permainan papan sangat bermanfaat bagi anak diantaranya: meningkatkan interaksi sosial, mengasah keterampilan, mengenalkan pelajaran hidup, dan kemampuan pemecah masalah. Oleh karena itu dengan perpaduan media dan permainan papan dapat

menghasilkan media pembelajaran yang berisikan pesan atau informasi serta dapat merangsang pikiran dan perasaan siswa selama pembelajaran. Media papan ini termasuk alat permainan, maka siswa akan termotivasi dalam melakukan permainan, walaupun yang sebenarnya mereka lakukan adalah kegiatan belajar sambil bermain. Oleh karena itu, dengan media tersebut diharapkan dapat memotivasi siswa dan memudahkan siswa dalam belajar pukulan *backhand*, sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand*.

## **B. Diagnosis Permasalahan Kelas**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka diagnosis permasalahan kelas dapat dijabarkan sebagai berikut:

1. Fasilitas ruangan dan peralatan untuk latihan tenis meja belum memadai seperti bet.
2. Sebagian besar siswa belum memiliki keterampilan pukulan *backhand* yang baik.
3. Guru olahraga merangkap menjadi guru kelas, sehingga pembelajaran menjadi kurang maksimal.

## **C. Fokus Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah diuraikan sebelumnya, maka penelitian ini difokuskan pada: sebagian besar siswa belum memiliki keterampilan pukulan *backhand* yang baik.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu: Apakah melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada tidaknya peningkatan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara dengan menggunakan alat modifikasi bet.

#### **F. Manfaat Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkaitan, manfaat dari penelitian ini yaitu:

1. Manfaat secara teoritis
  - a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.
  - b. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang berhubungan dengan masalah-masalah mengenai keterampilan pukulan *Backhand* dalam permainan tenis meja bagi siswa SD.

## 2. Manfaat secara praktis

- a. Bagi guru, penelitian ini memberikan informasi terkait upaya peningkatan keterampilan pukulan *backhand* siswa dengan menggunakan alat modifikasi bet, sehingga guru dapat mengusahakan pengajaran yang sama agar dapat menguasai materi pembelajaran dan dapat terus meningkatkan prestasinya dalam bermain tenis meja.
- b. Bagi siswa, penelitian ini dapat memberikan motivasi dan meningkatkan keterampilan pukulan *Backhand* dalam permainan tenis meja.
- c. Bagi penulis, penelitian ini sangat bermanfaat untuk memperluas pengetahuan dan wawasan baru tentang tenis meja khususnya keterampilan pukulan *backhand*.

## **BAB II**

### **LANDASAN PUSTAKA**

#### **A. Kajian Pustaka**

##### **1. Pendidikan Jasmani**

Sukintaka (dalam Suherman, 2011: 7) mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani merupakan proses interaksi antara siswa dengan lingkungan melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju Indonesia seutuhnya. Pendapat yang lain dikemukakan oleh Rosdiani (2013: 137) bahwa pendidikan jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis. Dengan pendidikan jasmani maka pertumbuhan fisik anak menjadi lebih maksimal, namun tidak menghilangkan esensi dan tujuan pendidikan jasmani itu sendiri. Lebih lanjut Rosdiani (2013: 143) mengungkapkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan agar siswa memiliki kemampuan antara lain: a) mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya mengembangkan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih, b) meningkatkan pertumbuhan fisik dan psikis yang lebih baik, 3) meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

Sementara Lutan (2010: 1) mendefinisikan pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak. Selain belajar dan dididik melalui gerak untuk mencapai tujuan pengajaran, dalam pendidikan jasmani itu anak diajarkan untuk bergerak, melalui pengalaman itu akan terbentuk perubahan

dalam aspek jasmani dan rohaninya. Lebih lanjut dijelaskan bahwa tujuan pendidikan jasmani adalah bersifat mendidik, sehingga prosesnya aktivitas jasmani harus merupakan wahana atau pengalaman belajar. Pengalaman yang didapat melalui pendidikan jasmani akan berpengaruh terhadap pertumbuhan dan perkembangan siswa yang menuju kearah yang lebih baik.

Berdasarkan uraian sebelumnya, maka dapat diketahui bahwa pendidikan jasmani merupakan alat untuk mencapai tujuan pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis, memfasilitasi siswa untuk berinteraksi dan menumbuhkembangkan nilai-nilai yang ada dalam pendidikan jasmani serta meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.

## **2. Permainan Tenis Meja**

### **a. Pengertian Permainan Tenis Meja**

Menurut Sumarno, dkk. 2003: 216), tenis meja adalah adalah suatu olahraga raket/bet yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) dan dimainkan oleh empat orang (untuk ganda) kadang orang menyebutnya “ping-pong”. Pendapat yang lain dikemukakan oleh Salim (2008: 9) bahwa tenis meja merupakan sebuah permainan yang sederhana. Gerakan-gerakan yang dilakukan dalam olahraga ini adalah konsisten memukul, mengarahkan dan menempatkan bola ke meja lawan dan diharapkan pihak lawan tidak dapat mengembalikan bola. Pada awalnya permainan ini menggunakan bola karet, kemudian menggunakan gabus dan karet tiruan. Sementara Margajaya (2008: 1), mendefinisikan tenis meja

adalah olahraga permainan yang menggunakan meja sebagai tempat untuk memantulkan bola. Bola yang dipukul harus melewati net yang dipasang pada bagian tengah lapangan. Permainan ini berlaku untuk putra dan putri dengan bentuk tunggal (*single*), ganda (*double*), dan ganda campuran (*mix double*),

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat diketahui bahwa permainan tenis meja adalah olahraga permainan yang menggunakan meja sebagai tempat untuk memantulkan bola yang dimainkan oleh dua orang (untuk tunggal) dan dimainkan oleh empat orang (untuk ganda). Tenis meja sering disebut juga dengan “ping pong”.

#### **b. Alat dan Fasilitas Permainan Tenis Meja**

Untuk menunjang permainan tenis meja diperlukan alat dan fasilitas. Sumarno, dkk. 2003 : 216) menjelaskan sarana dan prasarana tenis meja antara lain sebagai berikut:

##### 1) Meja

Meja tenis harus mempunyai daya lenting yang sama, tidak kurang dari 22 cm atau lebih dari 25 cm ketika bola standar (bola yang dijadikan ukuran) dijatuhkan dari 30,5 cm di atas permukaan meja. Permukaan tersebut harus berwarna gelap dan hijau pilihan. Bagian tepi diberi garis putih berukuran 2 cm. Meja tenis memiliki panjang 2,74 meter dan lebar 1,52 meter, tinggi meja dari permukaan lantai 76 cm.

## 2) Net/Jaring

Net pada tenis meja mempunyai panjang 1,83 dan tinggi 15,25 cm. Di tengah-tengah meja tenis terdapat dua pancang yang dijepitkan pada meja yang berfungsi untuk membentangkan net. Net / jarring pada tenis meja pada dasarnya sama dengan net yang digunakan pada tenis lapangan, hanya ukurannya yang berbeda.

## 3) Raket/Bat

Raket/Bat yang digunakan terdiri dari berbagai ukuran, bentuk atau berat. Ujungnya terbuat dari kayu, tebal, rata dan keras serta pegangannya berwarna. Bat terdiri dari dua bagian yaitu kayu dan karet. Tebal kayu 2 mm dan tebal karetnya 4 mm.

## 4) Bola

Bola yang digunakan berbentuk bulat dengan diameter 40 mm, beratnya 25 gram, berwarna orange atau putih yang terbuat dari bacelluloid atau plastic. Ditengah biasanya terdapat logo atau gambar yang gunanya untuk mengetahui arah perputaran bola.

Pendapat yang hampir sama diungkapkan oleh Sutarmin (2007: 22) bahwa alat dan fasilitas yang digunakan dalam permainan tenis meja adalah sebagai berikut:

- 1) Meja terbuat dari kayu berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 274 cm, lebar 152,5 cm, tebal meja 3cm, lebar garis 1 cm dan tinggimeja dari lantai 76 cm.



Gambar 1. Meja Tenis Meja  
(Sutarmin, 2007: 22)

- 2) Jaring (net) yang digunakan berwarna hijau tua dan pada bagian pinggir atasnya harus dilengkapi pita putih dengan lebar 15 mm, panjang jaring (net) 183 cm, dan tinggi 15,25 cm.
- 3) Bola berbentuk bulat, terbuat dari bahan celluloid atau plastik, berwarna putih atau pudar, diameternya 37,2 mm atau 38,2 mm, dengan berat 2,40 gram atau 5,50 gram.
- 4) Bet atau Raket terbuat dari kayu sama tebal, latar dan kayu, permukaan berwarna gelap dan pudar, bila daun pemukul dilapisi dengan karet berbintik dan menonjol keluar dan tebal seluruhnya tidak lebih dari 4 mm.
- 5) Pakaian pemain yang digunakan tidak boleh berwarna putih atau warna muda dan tidak diperbolehkan memakai celana panjang. Pemain harus memakai sepatu olahraga.

- 6) Ruang permainan harus berada di daerah bebas dengan ukuran, ke belakang sepanjang 3 meter, ke samping lebar 1,5 meter, dan ke atas setinggi 4 meter

Berdasarkan uraian sebelumnya menunjukkan bahwa alat dan fasilitas yang diperlukan dalam permainan tenis meja cukup banyak. Pada dasarnya alat dan fasilitas dalam permainan tenis meja antara lain meja tenis, jarring/net, bola, bet/raket, pakaian pemain dan ruangan permainan. Setiap alat dan fasilitas memiliki syarat dan kriteria tertentu mengenai ukuran dan beratnya.

### **c. Teknik Bermain Tenis Meja**

Ada beberapa macam teknik pukulan dasar tenis meja yang semua teknik tersebut sangat mendukung dalam permainan. Menurut Damiri dan Kusmaedi (2002: 30) pada pokoknya teknik dasar permainan tenis meja dapat dibedakan menjadi: 1) pegangan (*Grip*), 2) sikap atau posisi bermain (*Stance*), 3) jenis-jenis pukulan (*Stroke*), 4) kerja kaki (*Footwork*). Pendapat yang sama juga dikemukakan oleh Utama (2004: 2) keterampilan permainan tenis meja antara lain: 1) pegangan (*grip*), 2) sikap atau posisi bermain (*stance*), 3) jenis-jenis pukulan (*stroke*), 4) kerja kaki (*footwork*). Menurut Sutarmin (2007: 14), dalam permainan tenis meja, teknik-teknik khusus sering kali membedakan cara bermain seorang pemain dengan pemain lainnya. Teknik-teknik tersebut meliputi teknik dasar seperti memegang bet, juga teknik lanjutan seperti memukul bola, menerima dan melakukan *smash*.

Teknik pukulan merupakan salah satu teknik dasar dalam tenis meja disamping teknik dasar yang lain yang harus dikuasai oleh pemain tenis meja. Menurut Hodges (2007: 64), terdapat beberapa teknik dasar pukulan pada permainan tenis meja yakni sebagai berikut:

1) *Push Stroke*, adalah pukulan mendorong yang dilakukan untuk menghadapi *backspin*. Pukulan ini biasanya dilakukan untuk menghadapi *service backspin* atau serangan yang tidak menyenangkan, baik untuk alasan taktik atau karena *push stroke* merupakan cara konsisten untuk menghadapi *backspin*. 2) *Block*, adalah pukulan yang dilakukan tanpa mengayunkan bet, tetapi hanya menahan bet tersebut. *Block* termasuk pukulan paling sederhana untuk mengembalikan pukulan yang keras. *Block* lebih sederhana dari pukulan, untuk itu kebanyakan pelatih mengajarkan *block* dulu dari pada pukulan. 3) *Choop*, adalah mengembalikan pukulan *backspin* yang sifatnya bertahan. Kebanyakan pemain yang menggunakan *choop* (*chooper*) mundur sekitar 5 hingga 15 kaki dari meja mengembalikan bola rendah dengan *backspin*. 4) *Service*, adalah pukulan pertama tanda dimulainya permainan tenis meja. 5) *Loop*, adalah pukulan bertahan secara total yang digunakan untuk menghadapi *smash*. *Lob* yang baik pada dasarnya merupakan *loop* tinggi dapat setinggi 15 kaki atau lebih di udara. Mempunyai *topspin* atau *sidespin* yang kuat dan tepat mendarat di atas meja. *Smash* adalah pukulan yang keras dan mempunyai fungsi mematikan lawan.

Pendapat yang lebih lengkap dijelaskan oleh Kertamanah (2003: 7) yang mengungkapkan bahwa ada beberapa jenis pukulan dalam tenis meja diantaranya *drive, push, block, smash, hit, service, service return, half volley* (serangan kilat), *side slip shot, loop, flick, drop shot, dan short cut*. Menurut Sutarmin (2007: 27), pukulan (*stroke*) dalam permainan tenis meja ada berbagai teknik pukulan yakni sebagai berikut:

1) *Drive* adalah pukulan yang dilakukan dengan cara bola di pukul dengan gerakan dari bawah serong ke atas. Posisi bet dalam keadaan tertutup. Pukulan ini dapat dilakukan untuk menyerang lawan dan

mengontrol bola, pukulan *drive* juga dapat dilakukan secara *forehand* maupun *backhand*.

- 2) *Push* adalah pukulan yang dilakukan dengan cara bola didorong dengan bet dan posisi bet terbuka. Pada waktu melakukan pukulan *push* tubuh harus dalam posisi berdiri dengan sempurna. Pukulan *push* dapat dilakukan secara *forehand* maupun *backhand*.
- 3) *Chop* adalah pukulan yang dilakukan dengan cara seperti menebang pohon, tangan yang memegang bet berada di atas bola yang akan dipukul. Bet dikenakan bola bagian belakang dan arah pukulan ke bawah. Pukulan *chop* dapat dilakukan secara *forehand* maupun *backhand*.
- 4) *Block* adalah pukulan yang dilakukan dengan cara bola ditutup dengan bet. Usahakan bola yang *diblock* harus kembali ke meja lawan. *Block* biasanya digunakan ketika lawan menggunakan pukulan *spin*. *Block* dapat dilakukan secara *forehand* maupun *backhand*.

Berdasarkan uraian sebelumnya dapat diketahui bahwa ada beberapa macam teknik pukulan dasar tenis meja. Teknik pukulan dasar tenis meja antara lain: 1) pegangan (*grip*), 2) sikap atau posisi bermain (*stance*), 3) jenis-jenis pukulan (*stroke*), 4) kerja kaki (*footwork*).

### **3. Keterampilan Pukulan *Backhand***

#### **a. Pengertian Keterampilan Pukulan *Backhand***

Menurut Ma'mun dan Yudha (2000: 57), keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam suatu tujuan dengan efisien dan efektif. Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut. Sutarmin (2007: 21) mengemukakan bahwa pukulan *backhand* adalah pada waktu memukul bola, posisi telapak tangan yang memegang bat menghadap ke belakang, atau posisi punggung tangan yang

memegang bat menghadap ke depan. Sementara Hodges (1996: 1) mendefinisikan pukulan *backhand* yaitu dimana setiap pukulan yang dilakukan dengan bat yang gerakan kearah kiri siku untuk pemain yang menggunakan tangan kanan, dan kanan bagi pemain yang menggunakan tangan kiri. Sutono (2010: 44) mengungkapkan bahwa pukulan *backhand* adalah sebuah pukulan dimana punggung tangan yang memegang raket dihadapkan ke depan.

Pendapat lainnya dikemukakan oleh Muhtar dan Sulistyono (2009: 67) bahwa gerakan pukulan *backhand* adalah sikap permulaan lengan yang memegang bet ditarik mendekati tubuh, dengan sedikit di bawah bahu kiri sudut bet terbuka. Kaki kiri di depan kaki kanan sedikit. Saat perkenaan bola mencapai pantulan tertinggi. Saat ini berat badan mulai dipindahkan dari kaki belakang ke kaki depan. Sikap akhir dilanjutkan sampai dengan lurus. Pada tahap ini sikap bet yang terbuka makin nampak, berat badan sepenuhnya bertumpu pada kaki depan. Lebih lanjut dijelaskan oleh beliau bahwa pukulan *backhand* dilakukan jika bola berada disebelah kiri badan. Cara melakukannya pertama rendahkan posisi tubuh lalu gerakkan tangan ke arah pinggang sebelah kiri jika tidak kidal, dengan sudut siku 90°. Gerakkan tangan dan bet kearah depan, jaga siku agar tetap 90° dan bet tetap lurus. Posisi kaki kiri tetap berada sedikit di depan kaki kanan agar tidak terlambat dalam permainan yang cepat.

Berdasarkan uraian sebelumnya menunjukkan bahwa keterampilan pukulan *backhand* adalah keberhasilan pemain dalam melakukan gerakan memukul bola, posisi telapak tangan yang memegang bet menghadap ke

belakang, atau posisi punggung tangan yang memegang bet menghadap ke depan dengan cepat dan benar.

#### **b. Tahapan Pukulan *Backhand***

Untuk melakukan pukulan dengan dorongan backhand terdapat tahapan yang harus dilakukan oleh pemain. Menurut Hodges (2007:35), terdapat 3 tahapan dalam melakukan pukulan backhand sebagai berikut.

##### 1) Tahap Persiapan

Sikap tubuh dan kedua kaki berdiri sejajar dengan meja, tungkai kanan berada didepan. Lengan atas tidak terlalu lurus ke bawah juga tidak mengarah horizontal ke depan tetapi menyerang. Lengan bawah membentuk sudut kecil dengan lengan atas, posisi bat/raket terbuka selama melakukan pukulan.



Gambar 2. Tahap Persiapan Pukulan Backhand  
(Sumber: Hodges, 2007: 35)

##### 2) Gerakan Pukulan

Gerakan memukul dilakukan dari belakang ke depan dari kiri ke kanan dan atas ke bawah dengan lengan direntangkan. Untuk melakukan gerakan pukulan ini perhatian dipusatkan terutama pada lengan bawah. Perkenaan bat pada

bola, ini tergantung pada kecepatan permainan yang dilakukan, bola yang datangnya pelan dipukul ketika mencapai titik tertinggi, tetapi apabila datangnya bola cepat dipukul sebelum mencapai titik tertinggi.



Gambar 3. Gerakan Pukulan Backhand  
(Sumber: Hodges, 2007: 36)

### 3) Tahap Akhir Gerakan Lengan

Setelah bat/raket mengenai bola, gerakan diteruskan secara relaks sehingga bat/raket berada di depan badan.



Gambar 4. Tahap Akhir Pukulan Backhand  
(Sumber: Hodges, 2007: 37)

Pendapat yang hampir sama juga dikemukakan oleh Sutarmin (2007: 21) bahwa cara melakukan pukulan backhand adalah sebagai berikut.

1) Sikap awal gerakan lengan

Lengan atas tidak terlalu lurus ke bawah, juga tidak mengarah horizontal ke depan tetapi menyerong. Lengan bawah membentuk sudut kecil dengan lengan atas, posisi bet terbuka selama melakukan pukulan

2) Gerakan memukul dilakukan dari arah belakang kedepan dan dari kiri ke kanan.

3) Sikap akhir gerakan lengan

Setelah bet mengenai bola, gerakan diteruskan secara rileks sehingga bet berada di depan badan. Perkenaan bola dengan bet tergantung pada kecepatan permainan yang dilakukan. Bola yang datangnya pelan dipukul ketika mencapai titik tertinggi, tetapi apabila datangnya cepat di pukul sebelum mencapai titik tertinggi. Untuk lebih jelasnya lihatlah gambar berikut ini :

Berdasarkan penjelasan sebelumnya menunjukkan bahwa pada dasarnya terdapat 3 tahapan dalam melakukan pukulan backhand dalam permainan tenis meja. Tahapan tersebut meliputi tahap persiapan, tahap gerakan pukulan dan tahap akhir. Masing-masing tahapan memiliki aturan tersendiri. Apabila tahapan-tahapan tersebut dilakukan dengan baik, maka menghasilkan pukulan *backhand* yang baik pula.

#### **4. Modifikasi Bet dalam Permainan Tenis Meja**

Hal-hal yang paling dirasakan para guru pendidikan jasmani dalam melaksanakan tugasnya sehari-hari adalah hal-hal yang berkaitan dengan sarana serta prasarana. Seorang guru pendidikan jasmani yang kreatif akan mampu menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran pendidikan jasmani yang diberikan. Oleh karena itu, modifikasi sangat penting dalam mencapai tujuan pembelajaran. Menurut Kristiyanto (2010: 68), modifikasi adalah penyederhanaan dilakukan dengan melakukan penyesuaian ukuran lapangan dan peralatan dengan ukuran fisik anak.

Suharta (2007: 36) mengungkapkan bahwa modifikasi dalam olahraga penting untuk dikembangkan dengan beberapa alasan tujuan dari modifikasi permainan adalah a) dapat mengembangkan pola gerak yang benar; b) menciptakan situasi yang menyenangkan; c) mengembangkan lebih banyak lagi aktivitas; d) meningkatkan partisipasi anak dalam berolahraga. Suherman dan Bahagia (2000: 15) juga mengemukakan bahwa pembelajaran permainan dan olahraga yang dimodifikasi harus sesuai dengan prinsip *Developmentally Appropriate Practice* (DAP). Beberapa keuntungan yang akan diperoleh melalui pemberian permainan dan olahraga secara DAP diungkapkan dalam istilah *physically educated person* (seseorang yang terdidik fisiknya).

Dalam penelitian ini penulis memodifikasi bet dalam permainan tenis meja. Modifikasi bet diadaptasi dari penelitian Putra (2017: 4). Bet yang digunakan pada modifikasi berbahan dasar *plywood* dan berjenis triplek, triplek jenis ini merupakan kayu olahan yang relatif kuat dibandingkan kayu olahan lainnya, triplek terbagi atas 2 yaitu *soft wood* dan *hard wood*, dalam penelitian ini kayu yang digunakan adalah jenis *plywood soft wood* karena dari segi berat kayu jenis *plywood softwood* lebih ringan daripada jenis *hard wood* sehingga pada saat pembelajaran siswa tidak terbebani oleh beratnya bet. Kemudian triplek dilapisi dengan kain sintetis berjenis *polyester*, kain jenis ini tidak meresap air dan menjadikannya bahan yang lebih awet, kemudian triplek dan kain sintetis direkatkan dengan menggunakan bahan perekat yaitu lem, lem ini lebih mudah dibersihkan pada saat kain sintetis rusak akibat pemakaian dan dilepas kembali untuk dipasang kain sintetis yang baru, lem ini harganya juga sangat terjangkau.

Bet yang terbuat dari papan mempunyai banyak manfaat bagi perkembangan anak. Hal ini sesuai dengan pendapat Febryanto, dkk (2014: 13) bahwa manfaat permainan papan bagi anak ada 4 hal: 1) Meningkatkan interaksi sosial, 2) mengasah keterampilan, 3) mengenalkan pelajaran hidup, 4) kemampuan pemecah masalah. Perpaduan media dan permainan papan dapat menghasilkan media pembelajaran yang berisikan pesan atau informasi serta dapat merangsang pikiran dan perasaan siswa selama pembelajaran. Karena media ini termasuk alat permainan maka siswa akan termotivasi dalam melakukan permainan, walaupun yang sebenarnya mereka lakukan adalah kegiatan belajar

sambil bermain. Lebih lanjut dijelaskan bahwa media papan adalah suatu alat yang dibuat berbentuk papan digunakan untuk menyampaikan pesan serta dapat merangsang pikiran serta minat siswa dalam mencapai tujuan pembelajaran. Dengan demikian, diharapkan dengan alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem.

## **5. Karakteristik Anak Usia Sekolah Dasar**

Masa usia sekolah dasar sering disebut sebagai masa intelektual atau masa keserasian bersekolah kira-kira usia 9 sampai dengan 13 tahun. Pada masa keserasian bersekolah ini secara relative, anak-anak lebih mudah dididik daripada masa sebelum dan sesudahnya (Yusuf, 2004: 24). Sementara Alim (2009:83) mengemukakan bahwa karakteristik anak usia sekolah dasar adalah senang bermain, senang bergerak, senang bekerja dalam kelompok, senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung.

Karakteristik siswa SD menurut Djumidar (2006: 103) dapat dilihat dari sudut perkembangan fisik antara lain: a) Koordinasi tangan, kaki dan mata mengarah pada gerakan yang utuh, merangkaikan gerak yang satu dengan yang lain. b) Ketahanan, kekuatan, dan kecepatan meningkat. c) Memiliki badan yang mulai kokoh. d) Gerakan-gerakannya cermat. f) Senang perlombaan. Dilihat dari perkembangan mental antara lain: a) lingkup perhatiannya lebih luas. b) Mulai menganalisis hasil pengamatannya. c) Kemampuan berfikir meningkat. d) Mampu mengidentifikasi cirri-ciri daripada benda, dan peristiwa makhluk hidup. e)

Membanding-bandingkan dirinya dengan yang lain. f) Emosinya tinggi. g) Ingin dianggap seperti orang dewasa.

Sementara Desmita (2009: 35-36) mengungkapkan bahwa anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda. Ia senang bermain, senang bergerak, senang berkerja dalam kelompok, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Oleh sebab itu, guru hendaknya mengembangkan pembelajaran yang mengandung unsur permainan, mengusahkan siswa berpindah atau bergerak, bekerja atau belajar dalam kelompok, serta memberikan kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran.

## **B. Hasil Penelitian yang Relevan**

1. Penelitian Akhiruyanto (2010) tentang "Model pendekatan mini tenis dalam pembelajaran pukulan *forehand drive* untuk perkuliahan tenis lapangan".

Penelitian tersebut merupakan penelitian eksperimen. Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa model pembelajaran pukulan *forehand drive* dengan pendekatan mini tenis pada mata kuliah tenis lapangan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keberhasilan pukulan *forehand drive* hal ini dapat dilihat dari peningkatan nilai yang signifikan. Nilai rata-rata sebelum diberikan suatu perlakuan adalah 9,52 dan nilai tersebut masuk dalam kriteria kurang dan cukup sedang nilai rata-rata setelah diberikan suatu perlakuan adalah 34,94 dan nilai tersebut masuk dalam kriteria baik dan baik sekali.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama memberikan perlakuan. Perbedaannya yaitu pada jenis penelitian dan perlakuan yang diberikan. Jenis penelitian sebelumnya merupakan penelitian eksperimen dengan perlakuan model pendekatan mini tenis, sedangkan dalam penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan perlakuan menggunakan alat modifikasi bet. Perbedaan lainnya terletak pada subyek, tempat dan waktu penelitian.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Tohaya (2013) yang berjudul "Upaya meningkatkan hasil belajar tenis meja melalui media dinding pada siswa kelas V SDN 02 Jetakkidul Kecamatan Wonopringgo Kabupaten Pekalongan Tahun Pelajaran 2012/2013".

Penelitian tersebut merupakan penelitian tindakan kelas untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja melalui media dinding. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pembelajaran melalui penerapan modifikasi alat pembelajaran, dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa kelas V SD Negeri 02 Jetakkidul. Dari hasil analisis yang diperoleh terjadi peningkatan yang sangat signifikan dari siklus I dan siklus II. Hasil belajar pada siklus I dalam kategori tuntas adalah 42,86% dan pada siklus II terjadi peningkatan hasil belajar siswa dalam kategori tuntas sebesar 80,95%.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama penelitian tindakan kelas menggunakan alat modifikasi pembelajaran. Perbedaannya terletak pada objek penelitian. Pada penelitian sebelumnya pada

hasil belajar tenis meja secara umum dan menggunakan media dinding, sedangkan dalam penelitian ini pada keterampilan pukulan *backhand* tenis meja dengan menggunakan alat modifikasi bet. Perbedaan lainnya terletak pada subyek, tempat dan waktu penelitian.

3. Penelitian Anwar (2013) tentang “Kemampuan ketepatan pukulan *backhand* dan *forehand* siswa peserta ekstrakurikuler tenis meja di SDN 2 Karangasem Kecamatan Kertanegara Purbalingga”.

Penelitian tersebut merupakan penelitian deskriptif. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa kemampuan ketepatan pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja peserta ekstrakurikuler tenis meja di SD Negeri 2 Karangasem dalam skor kategori sangat tinggi 2 orang 7,14%, kategori tinggi 8 orang 28,57%, kategori sedang 6 orang 21,43%, kategori rendah 12 orang 42,86%, dan kategori sangat rendah 0 orang 0%. Sedangkan kemampuan ketepatan pukulan *backhand* dalam skor kategori sangat tinggi 2 orang 7,14%, kategori tinggi 7 orang 25%, kategori sedang 8 orang 28,57%, kategori rendah 10 orang 35,72%, dan kategori sangat rendah 1 orang 3,57%.

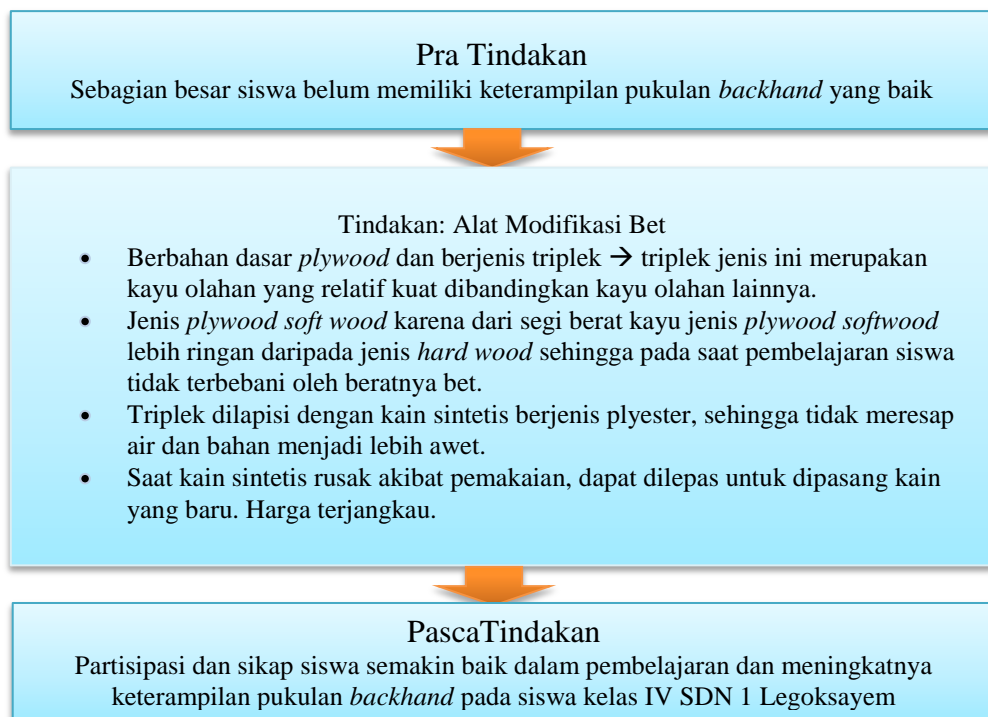
Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama tentang kemampuan *backhand* dalam permainan tenis meja. Perbedaannya yaitu jenis penelitian. Pada penelitian sebelumnya hanya mendeskripsikan objek yang diteliti, sedangkan dalam penelitian ini tidak hanya mendeskripsikan objek yang diteliti tetapi juga memberikan tindakan (perlakuan) menggunakan alat modifikasi bet. Perbedaan lainnya terletak pada subyek, tempat dan waktu penelitian.

### C. Kerangka Berpikir

Permainan tenis meja bermanfaat bagi siswa SD diantaranya memberikan pengetahuan tentang olahraga tenis meja, dapat mendukung perkembangan fisik anak, mengembangkan sikap sportif dan partisipasi aktif, dan mencetak atlet berprestasi dalam permainan tenis meja. Oleh karena itu, siswa diajarkan dan dilatih agar memiliki kemampuan dan keterampilan teknik dasar pukulan dalam permainan tenis meja. Salah satu keterampilan teknik pukulan yang diajarkan adalah pukulan *backhand*. Permasalahan yang sering muncul untuk tingkat siswa SD dalam bermain tenis meja adalah tidak berjalanya permainan dikarenakan siswa tidak mampu mengembalikan bola terhadap lawan mainnya. Siswa kelas IV di SDN 1 Legoksayem juga mengalami sejumlah permasalahan dalam permainan tenis meja. Hal ini mengakibatkan kurangnya keterampilan dalam melakukan pukulan *backhand*.

Dalam penelitian ini mencoba memberikan solusi dengan menggunakan alat modifikasi bet dalam permainan tenis meja. Bet yang digunakan pada modifikasi berbahan dasar *plywood* dan berjenis triplek, triplek jenis ini merupakan kayu olahan yang relatif kuat dibandingkan kayu olahan lainnya. dalam penelitian ini kayu yang digunakan adalah jenis *plywood soft wood* karena dari segi berat kayu jenis *plywood softwood* lebih ringan daripada jenis *hard wood* sehingga pada saat pembelajaran siswa tidak terbebani oleh beratnya bet. Kemudian triplek dilapisi dengan kain sintesis berjenis *polyester*, kain jenis ini tidak meresap air dan menjadikannya bahan yang lebih awet.

Perpaduan media dan permainan papan dapat menghasilkan media pembelajaran yang berisikan pesan atau informasi serta dapat merangsang pikiran dan perasaan siswa selama pembelajaran. Karena media ini termasuk alat permainan maka siswa akan termotivasi dalam melakukan permainan, walaupun yang sebenarnya mereka lakukan adalah kegiatan belajar sambil bermain. Dengan demikian, diharapkan penggunaan alat modifikasi bet ini dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* pada siswa kelas IV di SDN 1 Legoksayem. Untuk lebih jelasnya kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dibuat skema sebagai berikut:



Gambar 5. Kerangka Berpikir Penelitian

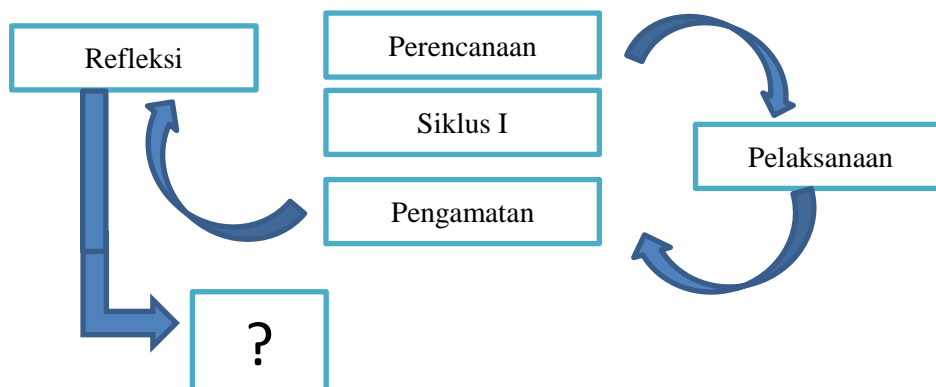
#### **D. Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan penelitian relevan dan kerangka berpikir yang telah disusun sebelumnya, maka pertanyaan dalam penelitian ini yaitu “Apakah melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara?”.

### BAB III METODE PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian Tindakan

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas (PTK). Menurut Hopkins (dalam Trianto, 2012: 15) mengemukakan bahwa penelitian Tindakan Kelas sebagai suatu studi yang sistematis [penelitian] yang dilakukan oleh pelaku pendidikan dalam upaya meningkatkan mutu pembelajaran melalui tindakan yang terencana dan dampak dari tindakan (aksi) yang telah dilakukan. Hal ini berarti PTK merupakan penelitian yang dilakukan pada sebuah kelas untuk mengetahui akibat tindakan yang diterapkan pada sebuah kelas atau pada suatu subyek penelitian di kelas tersebut. Model yang digunakan dalam penelitian ini adalah model yang dipaparkan oleh Arikunto (2006: 9). Model ini dipilih karena hasil penelitian dengan menggunakan model ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk memperbaiki atau meningkatkan keterampilan pukulan backhand siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem.



Gambar 6. Siklus Penelitian Tindakan (Arikunto, 2006: 16)

Gambar 6 menunjukkan bahwa tahapan setiap siklus terdiri dari tahapan perencanaan, pelaksanaan, pengamatan dan refleksi. Jika pada siklus pertama mengalami beberapa hambatan dan kesulitan, maka ditentukan rencana siklus kedua. Kegiatan siklus pertama dilakukan seperti siklus pertama namun ada beberapa tambahan tindakan yang akan memperbaiki hambatan dan kesulitan pada siklus pertama. Jika masih terdapat kesulitan dan hambatan, maka dilanjutkan ke siklus berikutnya sampai terjadinya peningkatan dalam proses pembelajaran tersebut.

## **B. Waktu Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan pada semester ganjil tahun pelajaran 2019/2020 yaitu pada bulan September 2019 pada minggu ke-2.

## **C. Deskripsi Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilaksanakan di SDN 1 Legoksayem dalam pembelajaran pendidikan jasmani siswa kelas IV semester ganjil tahun pelajaran 2019/2020. SDN 1 Legoksayem beralamat di Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara Provinsi Jawa Tengah. Alasan penelitian dilakukan di sekolah tersebut karena kurangnya keterampilan pukulan *backhand* dan sebagian besar siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem belum memenuhi KKM pada materi keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja.

SD Negeri Legoksayem dalam mendukung pendidikan memiliki visi yaitu “Mewujudkan siswa santun dalam perilaku, bermutu dalam kreasi, unggul dalam prestasi”. Dalam mewujudkan visi sekolah tersebut, berbagai pembenahan dilakukan dengan: a) Pembenahan sarana dan prasarana; b) Pembenahan Administrasi; c) Pembenahan mental guru, karyawan, dan siswa; d) Pembenahan mutu proses pembelajaran; e) Pembenahan kreatifitas, inovasi guru, karyawan, dan siswa; dan f) Optimalisasi peran komite.

Untuk mencapai visi sekolah tersebut di atas perlu didukung dengan suatu misi berupa kegiatan jangka panjang dengan arah yang jelas dan sistematis. Berikut misi SD Negeri 1 Legoksayem yang dirumuskan berdasarkan visi sekolah.

- a. Mendidik dan membekali siswa agar memiliki kepribadian, santun, soleh dan berakhlak mulia
- b. Menggali memupuk dan mengembangkan potensi serta bakat peserta didik agar dapat berprestasi optimal.
- c. Menumbuh kembangkan kebiasaan membaca dan belajar sebagai suatu kebutuhan guna mencapai kualitas manusia
- d. Membekali siswa dengan ketrampilan, pengetahuan, dan wawasan yang luas serta peka terhadap perubahan jaman.

- e. Memupuk sikap kreatif, inisiatif dan inovatif guna mengekspresikan kemampuan guru, karyawan, dan siswa.
- f. Membina siswa yang lebih unggul sebagai tutor sebaya dalam proses belajar mengajar.
- g. Menjalin kerja sama yang baik dengan orang tua dan masyarakat sekitar dalam setiap kegiatan sekolah

Dalam rangka mewujudkan misi tersebut, sekolah berusaha menerapkan peraturan yang ketat sesuai dengan kedudukan masing-masing dan menjalin komunikasi yang baik untuk menjamin hubungan kerja yang harmonis. Kemudian tujuan SD Negeri 1 Legoksayem antara lain: a) Terdepan, terbaik, dan terpercaya dalam hal ketakwaan terhadap Tuhan Yang Maha Esa. b) Terdepan, terbaik, dan terpercaya dalam pengembangan potensi, kecerdasan, dan minat. c) Terdepan, terbaik, dan terpercaya dalam perolehan nilai Ujian Sekolah dan Ujian Nasional. d) Terdepan, terbaik, dan terpercaya dalam persaingan masuk jenjang SMP dan Mts. e) Terdepan, terbaik, dan terpercaya dalam berbagai kompetisi akademik dan non akademik. f) Terdepan, terbaik, terpercaya dalam persaingan secara global. g) Terdepan, terbaik, dan terpercaya dalam pelayanan.

#### **D. Subjek dan Karakteristiknya**

Subyek dalam penelitian ini adalah siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem tahun pelajaran 2019/2020 sebanyak 10 orang, Siswa kelas IV SDN 1

Legoksayem sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yakni 6 siswa laki-laki dan 4 siswa perempuan. Siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem sangat menyukai pembelajaran dengan media/modifikasi pembelajaran, sehingga pemberian tindakan berupa alat modifikasi bet sebagai upaya meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja sangatlah tepat.

#### **E. Skenario Tindakan**

Adapun skenario tindakan dalam penelitian ini dijelaskan sebagai berikut.

##### 1. Perencanaan

Pada tahap perencanaan ini, peneliti menyusun skenario pembelajaran yang terdiri dari:

- a. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan tema permainan bola kecil/tenis meja.
- b. Menyusun lembar observasi untuk mengetahui keaktifan siswa selama pembelajaran tenis meja khususnya pukulan *backhand*.
- c. Menyusun lembar tes keterampilan pukulan *backhand*.
- d. Membuat alat modifikasi bet.

Bet yang digunakan pada modifikasi berbahan dasar *plywood* dan berjenis triplek, triplek jenis ini merupakan kayu olahan yang relatif kuat dibandingkan kayu olahan lainnya, triplek terbagi atas 2 yaitu *soft wood* dan *hard wood*, dalam penelitian ini kayu yang digunakan adalah jenis *plywood soft wood* karena dari segi berat kayu jenis *plywood softwood* lebih ringan daripada jenis *hard wood*

sehingga pada saat pembelajaran siswa tidak terbebani oleh beratnya bet. Kemudian triplek dilapisi dengan kain sintetis berjenis *polyester*, kain jenis ini tidak meresap air dan menjadikannya bahan yang lebih awet, kemudian triplek dan kain sintetis direkatkan dengan menggunakan bahan perekat yaitu lem KKK, lem ini lebih mudah dibersihkan pada saat kain sintetis rusak akibat pemakaian dan dilepas kembali untuk dipasang kain sintetis yang baru, lem ini harganya juga sangat terjangkau



Gambar 7. Alat Modifikasi Bet

- e. Menyiapkan fasilitas dan peralatan pembelajaran tenis meja yang dibutuhkan antara lain: bet yang dimodifikasi, bola tenis meja, meja, *stopwatch* dan skor *sheet*.
2. Pelaksanaan Tindakan

Pada tahap ini, peneliti melakukan proses pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dengan menggunakan alat modifikasi bet dengan skenario pembelajaran sesuai RPP yang telah disusun sebelumnya. Alokasi waktu dilakukan selama 2 x 35 menit. Pelaksanaan tindakan dilakukan melalui tahap pendahuluan, kegiatan inti dan penutup. Pada tahap pendahuluan dimulai dengan

berdoa, presensi, apersepsi, memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran. Pada tahap kegiatan inti dilakukan beberapa langkah sebagai berikut.

- a. Pemanasan dengan peregangan statis, jogging dan dinamis.
- b. Guru mendemonstrasikan teknik *backhand* dengan bantuan siswa.
- c. Siswa mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru.
- d. Siswa diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru.
- e. Siswa diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demonstrasikan oleh guru yaitu teknik memegang bet dengan pegangan *backhand*.
- f. Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik.
- g. Guru mengatur siswa menjadi 4 kelompok.
- h. Guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap kelompok.
- i. Siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya
- j. Siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali melakukan teknik pegangan *backhand* seterusnya dilakukan secara bergantian sampai semua anggota kelompok melakukan dan yang lain menjadi pengamat.
- k. Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan.

Pada tahap penutup, dilakukan pendinginan, evaluasi proses pembelajaran (refleksi) dan menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran yang telah dilakukan.

### 3. Observasi,

Mengamati kegiatan pembelajaran yang sudah diberi tindakan dengan lembar pengamatan yang sudah dibuat sebelumnya. Lembar observasi untuk mengetahui partisipasi dan sikap siswa selama pembelajaran tenis meja.

### 4. Refleksi

Tahapan untuk memproses data yang didapat saat melakukan pengamatan, data akan diproses, dianalisis, dan disintesis. Dalam hal ini refleksi digunakan untuk mengevaluasi atau memperbaiki tindakan sebelumnya. Apabila hasil belajar telah sesuai indikator keberhasilan yang telah ditetapkan, maka perlakuan siklus dihentikan, tapi jika hasil belum mencukupi indikator yang ditetapkan maka diteruskan dengan siklus berikutnya.

## **F. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

### 1. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Tes keterampilan pukulan *backhand*, tes digunakan untuk mendapatkan data mengenai keterampilan pukulan *backhand* pada siswa.
- b. Observasi, digunakan untuk mengumpulkan data tentang aktivitas siswa selama kegiatan belajar mengajar saat permainan dalam pembelajaran.

c. Dokumentasi, digunakan untuk mengumpulkan data tentang profil sekolah, data siswa, RPP dan foto kegiatan pembelajaran tenis meja dengan media papan kayu.

## 2. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen dalam penelitian ini dijelaskan sebagai berikut.

### a. Tes keterampilan pukulan *backhand*

Tes keterampilan pukulan *backhand* dalam penelitian ini mengacu dari penelitian Nurhasan (dalam Susilo, 2013: 65).

### b. Lembar Observasi

Lembar observasi dalam penelitian ini disesuaikan dengan instrumen penilaian pada Kurikulum 2013. Instrumen lembar observasi dalam penelitian ini meliputi lembar observasi partisipasi siswa dan lembar observasi sikap siswa. Adapun lembar observasi dalam penelitian ini disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 1. Lembar Observasi Partisipasi Siswa

Indikator	Skor Penilaian		
	3	2	1
Perhatian			
Ketertarikan			
Kemampuan			
Perbuatan			

Keterangan skala:

Nilai 3 : Indikator yang dinilai sering dilakukan siswa

Nilai 2 : Indikator yang dinilai jarang dilakukan siswa

Nilai 1 : Indikator yang dinilai tidak pernah dilakukan siswa

Penilaian skor partisipasi siswa yakni:

$$\text{Partisipasi siswa} = \frac{\text{jumlah skor yang diperoleh siswa}}{\text{Jumlah skor maksimal (12)}} \times 100$$

Tabel 2. Lembar Observasi Sikap Siswa

Komponen	Alternatif Jawaban	
	Ya	Tidak
A. Karakterisasi		
B. Mengorganisasi nilai		
C. Sikap menganggap yang dikerjakan berdasarkan nilai		
D. Sikap menanggapi pembelajaran		
E. Sikap respon diri siswa		

Keterangan:

Ya : Skor 1

Tidak : Skor 0

Penilaian skor sikap siswa yakni:

$$\text{sikap siswa} = \frac{\text{jumlah jawaban Ya}}{\text{Jumlah skor maksimal (20)}} \times 100$$

Instrumen penelitian ini dikutip dari penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurhasan (dalam Susilo, 2013: 65) dan dan instrumen penilaian dalam Kurikulum 2013. Dalam penelitian Nurhasan telah dinyatakan teruji valid dan reliabel. Reliabilitas tes dan validitas tes tenis meja ini sudah diketahui, reliabilitas dilaporkan sebesar 0.738 dan validitas 0.615, sehingga peneliti dapat langsung menggunakan instrumen tersebut untuk penelitian.

### G. Kriteria Keberhasilan Tindakan

Prosentase indikator pencapaian keberhasilan penelitian adalah kriteria ketuntasan nilai untuk pelajaran penjasorkes sebesar  $\geq 75$  dan 85% dari jumlah siswa sudah melebihi Kriteria Ketuntasan Minimal tersebut. (Djamarah, 2006: 105).

### H. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif, yaitu suatu metode penelitian yang bersifat menggambarkan kenyataan atau fakta sesuai dengan data yang diperoleh dengan tujuan untuk mengetahui peningkatan keterampilan pukulan *backhand* permainan tenis meja yang dicapai siswa selama proses pembelajaran dengan menggunakan alat modifikasi bet. Adapun langkah analisis data dalam penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Menentukan nilai rata-rata kelas

$$\text{Rata-rata nilai siswa} = \frac{\sum \text{nilai semua siswa}}{\sum \text{siswa}}$$

2. Menentukan tingkat tuntas belajar klasikal

$$\text{Ketuntasan klasikal} = \frac{\sum \text{siswa yang mendapat nilai} \geq 75}{\sum \text{siswa yang mengikuti tes}} \times 100$$

3. Menentukan nilai keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan bola voli

$$\text{Nilai} = \frac{\sum \text{skor perolehan}}{\sum \text{skor maksimal}} \times 100 \quad (\text{Arikunto S, 2006: 306-307})$$

4. Menentukan kategori partisipasi dan sikap siswa dalam melakukan pukulan *backhand* permainan tenis meja.

Untuk menentukan kategori keaktifan siswa dalam melakukan pukulan *backhand* permainan tenis meja dalam penelitian ini mengacu pada Tohaya (2013: 33). Adapun kategori partisipasi dan sikap siswa tersebut disajikan pada tabel berikut.

Tabel 3. Kategori Partisipasi dan Sikap Siswa

Nilai	Penafsiran
86-100	Partisipasi/Sikap Siswa Baik Sekali
71-85	Partisipasi/Sikap Siswa Baik
56-70	Partisipasi/Sikap Siswa Cukup Baik
41-55	Partisipasi/Sikap Siswa Kurang Baik
$\leq 40$	Partisipasi/Sikap Siswa Tidak Baik

## **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

### **A. Hasil Penelitian**

#### **1. Deskripsi Awal Keterampilan Pukulan *Backhand***

Subjek dalam penelitian tindakan ini adalah siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem yang terlibat dalam proses belajar mengajar pendidikan jasmani. Jumlah siswa dalam penelitian ini sebanyak 10 siswa. Hasil observasi awal menunjukkan bahwa sebagian besar siswa belum memiliki keterampilan pukulan *backhand* yang baik. Kondisi tersebut disebabkan adanya kesalahan teknik yang seringkali ditunjukkan siswa saat melakukan pukulan *backhand* seperti teknik memegang bat, teknik siap sedia (*stance*), teknik gerakan kaki (*foot work*), ayunan tangan atau lengan saat melakukan pukulan *backhand* itu sendiri.

Berdasarkan hasil dokumentasi awal pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem memperoleh nilai rata-rata sebesar 68.4. Nilai rata-rata tersebut masih dibawah standar KKM yang ditentukan yaitu 75. Persentase ketuntasan hasil pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem juga belum optimal. Diketahui bahwa sebagian besar siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem belum mendapatkan nilai sesuai standar KKM yakni sebanyak 7 siswa (70%). Sementara siswa yang mendapat nilai sesuai KKM hanya 3 siswa (30%). Hal ini berarti hasil

pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem sebagian besar belum tuntas (Sumber: Dokumentasi SD Negeri 1 Legoksayem, 2019).

Permasalahan pembelajaran yang telah diuraikan sebelumnya perlu diadakan perbaikan untuk peningkatan keterampilan pukulan *backhand* pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem. Dalam proses pembelajaran diperlukan pembelajaran yang menarik, fasilitas pembelajaran yang mendukung dan dapat memberikan kesan bermakna sangat dibutuhkan untuk mencapai sebuah pembelajaran yang berkualitas. Untuk mengatasinya dapat ditempuh dengan modifikasi pembelajaran.

Dalam penelitian ini memberikan solusi dengan memberikan tindakan berupa modifikasi bet. Modifikasi bet dalam penelitian ini dengan menggunakan papan (triplek). Media papan sangat efektif dalam pembelajaran. Dengan modifikasi bet ini diharapkan dapat memotivasi siswa dan memudahkan siswa dalam belajar pukulan *backhand*, sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* pada kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem.

## **2. Deskripsi Tindakan**

Siklus I dalam penelitian ini terdiri atas empat tahap meliputi perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi.

**a. Perencanaan Tindakan (*Planning*)**

Pada tahap perencanaan ini, bertujuan untuk merencanakan penelitian tindakan yang akan dilakukan untuk meningkatkan keterampilan pukulan *backhand*. Berikut rencana tindakan yang dilakukan peneliti dalam pelaksanaan tindakan siklus I:

- f. Menyusun Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dengan tema permainan bola kecil/tenis meja.
- g. Menyiapkan lembar observasi untuk mengetahui partisipasi dan sikap siswa selama pembelajaran tenis meja khususnya pukulan *backhand*.
- h. Menyusun lembar tes keterampilan pukulan *backhand*.
- i. Membuat alat modifikasi bet yakni berbahan dasar *plywood* dan berjenis triplek. Kemudian triplek dilapisi dengan kain sintetis
- j. Menyiapkan fasilitas dan peralatan pembelajaran tenis meja yang dibutuhkan antara lain: bet yang dimodifikasi, bola tenis meja, meja, *stopwatch* dan skor *sheet*.

Selanjutnya sebelum melakukan pengambilan data, peneliti melakukan hal-hal antara lain: 1) *Briefing* dan memberi pengarahan kepada kolaborator dalam hal ini dibantu oleh guru di SD Negeri 1 Legoksayem. 2) Penataan ruangan untuk pembelajaran secara kelompok. 3) Menyiapkan perangkat pembelajaran berupa Lembar Tes Hasil Belajar, Lembar observasi, RPP dan Silabus.

## **b. Pelaksanaan Tindakan (*Actuating*)**

Pelaksanaan tindakan dilakukan selama 2 kali pertemuan @ 2 x 35 menit. Kegiatan pelaksanaan pada siklus I dimulai dari kegiatan pendahuluan. Kegiatan pendahuluan yang dilakukan yaitu berbaris. Kemudian guru melakukan presensi dan melakukan apersepsi dengan menanyakan pengalaman siswa saat bermain tenis meja khususnya mengenai pukulan *backhand*. Ada beberapa siswa yang berani mengemukakan pendapatnya mengenai pengalaman bermain tenis meja. Selanjutnya guru memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.

Pada kegiatan inti, baik pada pertemuan pertama maupun kedua pada dasarnya sama yakni guru dan siswa melakukan pemanasan dengan peregangan statis, jogging dan dinamis. Kemudian guru mendemonstrasikan teknik *backhand* dengan bantuan siswa. Sementara siswa mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru. Siswa tampak tertarik saat guru mendemonstrasikan teknik *backhand*. Selanjutnya siswa diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang didemonstrasikan oleh guru. Siswa juga diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang didemonstrasikan oleh guru yaitu teknik memegang bet dengan pegangan *backhand*.

Setelah selesai, guru mengatur siswa menjadi 4 kelompok. Guru juga membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap kelompok. Siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya. Siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali melakukan teknik pegangan *backhand* seterusnya dilakukan secara bergantian sampai semua

anggota kelompok melakukan dan yang lain menjadi pengamat. Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan.

Pada pertemuan kedua, ditekankan pada pemantapan latihan keterampilan pukulan *backhand* melakukan penilaian secara berulang sebanyak 3 kali sesuai dengan lembar penilaian. Dari hasil penilaian tersebut, dipilih skor terbaik. Pada tahap penutup, dilakukan pendinginan, berbaris, evaluasi proses pembelajaran dan menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran yang telah dilakukan. Terakhir berbaris dan membubarkan barisan siswa.

### **c. Pengamatan (*Observing*)**

Pada pelaksanaan tindakan siklus I, peneliti melakukan pengamatan terhadap partisipasi dan sikap siswa selama proses pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja. Peneliti mengamati proses pembelajaran berdasarkan instrumen penelitian yang sebelumnya telah disusun. Partisipasi siswa meliputi indikator perhatian, ketertarikan, kemampuan dan perbuatan. Sementara sikap siswa meliputi indikator karakterisasi, mengorganisasi nilai, sikap menganggap yang dikerjakan berdasarkan nilai, sikap menanggapi pembelajaran dan sikap respon diri siswa.

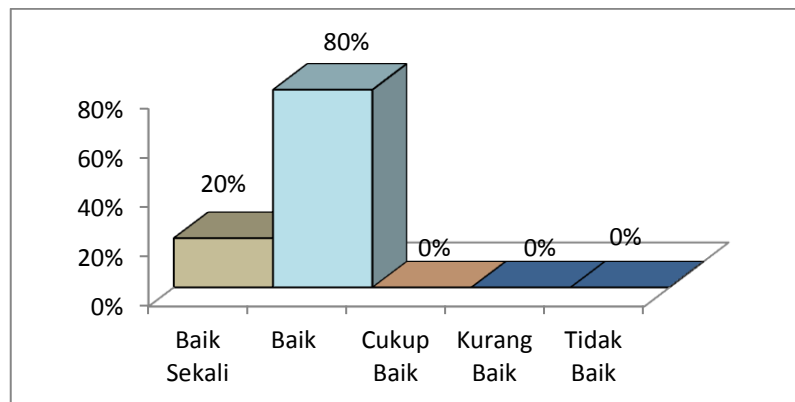
Hasil pengamatan partisipasi siswa pada siklus I, diperoleh skor rata-rata sebesar 80,8. Sementara hasil pengamatan sikap siswa pada siklus I diperoleh skor rata-rata sebesar 85,5. Dengan demikian, adanya modifikasi bet semakin muncul

partisipasi dan sikap siswa dalam pembelajaran siklus I pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem. Hasil kategorisasi partisipasi siswa pada siklus I disajikan pada tabel berikut.

Tabel 4. Hasil Kategorisasi Partisipasi Siswa Siklus I

No	Kriteria	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	86-100	Baik Sekali	2	20,0%
2	71-85	Baik	8	80,0%
3	56-70	Cukup Baik	0	0,0%
4	41-55	Kurang Baik	0	0,0%
5	$\leq 40$	Tidak Baik	0	0,0%
Jumlah			10	100,0%

Tabel 4 menunjukkan bahwa partisipasi siswa pada saat siklus I sebagian besar dalam kategori baik yakni sebanyak 8 siswa (80%). Sisanya dalam kategori baik sekali sebanyak 2 siswa (20%). Untuk kategori cukup baik, kurang baik dan tidak baik tidak ada. Untuk lebih jelasnya, data kategorisasi partisipasi siswa pada siklus I dapat dibuat grafik sebagai berikut.



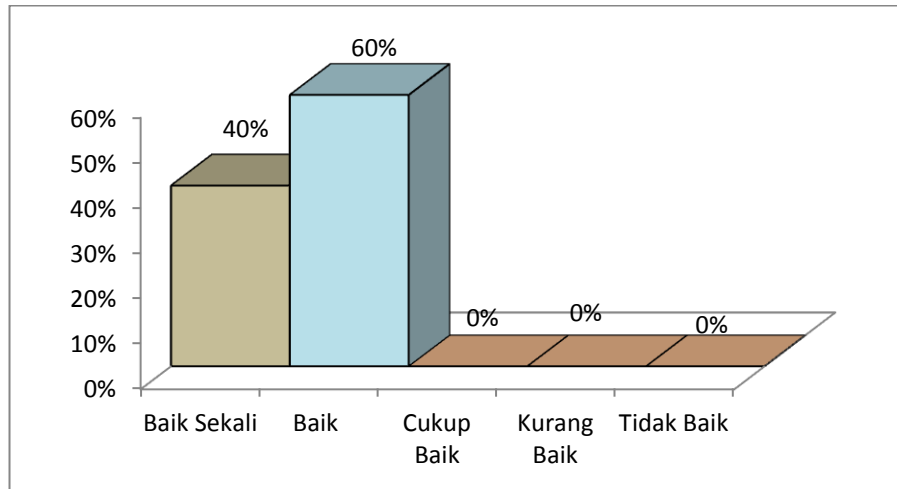
Gambar 8. Grafik Kategorisasi Partisipasi Siswa Pada Siklus I

Gambar di atas menunjukkan bahwa sebagian besar partisipasi siswa dalam kategori baik (80%). Kondisi tersebut sangat mendukung dalam proses pembelajaran keterampilan pukulan *backhand*. Selanjutnya hasil pengamatan sikap siswa pada siklus I selengkapnya dapat disajikan pada tabel 5.

Tabel 5. Hasil Kategorisasi Sikap Siswa Siklus I

No	Kriteria	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	86-100	Baik Sekali	4	40,0%
2	71-85	Baik	6	60,0%
3	56-70	Cukup Baik	0	0,0%
4	41-55	Kurang Baik	0	0,0%
5	≤ 40	Tidak Baik	0	0,0%
Jumlah			Jumlah	10

Tabel 5 dapat diketahui bahwa sikap siswa pada saat siklus I dengan menggunakan modifikasi bet dalam kategori baik sebanyak 6 siswa (60%). Sisanya dalam kategori baik sekali sebanyak 4 siswa (40%). Hal ini berarti sebagian besar sikap siswa dalam kategori baik. Untuk lebih jelasnya, data kategorisasi sikap siswa pada siklus I dapat dibuat grafik sebagai berikut.



Gambar 9. Grafik Kategorisasi Sikap Siswa Pada Siklus I

Gambar 9 menunjukkan bahwa sebagian besar sikap siswa pada siklus I dalam kategori baik (60%). Hasil tersebut mengalami peningkatan dibandingkan sikap siswa sebelum menggunakan modifikasi bet. Dengan demikian, penggunaan modifikasi bet dalam permainan tenis meja dapat meningkatkan partisipasi dan sikap siswa.

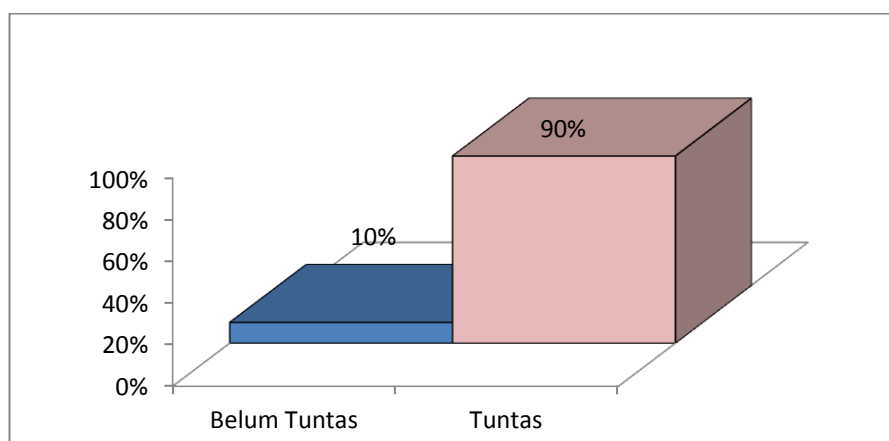
#### d. Refleksi

Tahap akhir dari tindakan siklus I adalah refleksi. Hasil analisis tes keterampilan pukulan *backhand* melalui modifikasi bet pada siklus I diperoleh nilai rata-rata sebesar 84,0. Nilai tersebut telah mencapai standar KKM. Hasil persentase ketuntasan hasil pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* melalui modifikasi bet pada siswa kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem pada siklus I dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 6. Persentase Ketuntasan Keterampilan Pukulan *Backhand* Menggunakan Modifikasi Bet pada Siklus I

No	Kriteria	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	< 75	Belum Tuntas	1	10,0%
2	≥ 75	Tuntas	9	90,0%
Jumlah			10	100,0%

Berdasarkan hasil siklus I tersebut menunjukkan bahwa siswa yang belum tuntas sebanyak 1 siswa (10%), sedangkan yang tuntas sebanyak 9 siswa (90%). Data tersebut dapat dibuat grafik sebagai berikut.



Gambar 10. Grafik Persentase Ketuntasan Keterampilan Pukulan *Backhand* Siklus I

Gambar di atas dapat terlihat bahwa sebagian besar siswa telah mencapai nilai KKM sebanyak 90%. Hasil tersebut telah memenuhi kriteria keberhasilan tindakan. Sebagaimana diketahui sebelumnya, peneliti menetapkan kriteria bahwa pemberian tindakan dikatakan berhasil jika kriteria ketuntasan nilai untuk pelajaran penjasorkes sebesar  $\geq 75$  dan 85% dari jumlah siswa sudah melebihi

Kriteria Ketuntasan Minimal tersebut. Hasil keterampilan pukulan *backhand* melalui modifikasi bet pada siklus I yang mencapai kriteria KKM sebesar 90,0% (9 siswa), sehingga telah memenuhi kriteria tersebut.

Hasil refleksi secara umum, menunjukkan bahwa proses pembelajaran pada Siklus I sudah lebih baik dibandingkan pembelajaran biasanya tanpa menggunakan modifikasi bet. Dengan penggunaan modifikasi bet, dapat memotivasi siswa dan memudahkan siswa dalam belajar pukulan *backhand*, sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand*. Selain itu, hasil akhir pada siklus I telah memenuhi kriteria keberhasilan, sehingga siklus dapat dihentikan dan tidak perlu dilanjutkan pada siklus II.

## **B. Pembahasan**

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem. Nilai rata-rata keterampilan pukulan *backhand* setelah dilakukan upaya melalui alat modifikasi bet pada siklus I sebesar 84,0. Hasil persentase ketuntasan juga menunjukkan bahwa keterampilan pukulan *backhand* setelah dilakukan upaya melalui alat modifikasi bet sebagian besar tuntas sebanyak 9 siswa (90%).

Hasil penelitian ini menguatkan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Tohaya (2013). Hasil penelitiannya juga menyimpulkan bahwa pembelajaran melalui penerapan modifikasi alat pembelajaran, dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa kelas V SD Negeri 02 Jetakkidul. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan pendapat Suharta (2007: 36) bahwa modifikasi dalam olahraga penting untuk dikembangkan dengan beberapa alasan tujuan dari modifikasi permainan adalah a) dapat mengembangkan pola gerak yang benar; b) menciptakan situasi yang menyenangkan; c) mengembangkan lebih banyak lagi aktivitas; d) meningkatkan partisipasi anak dalam berolahraga. Dengan modifikasi dalam pembelajaran jasmani, maka hasil pembelajaran menjadi lebih maksimal.

Seorang guru pendidikan jasmani memang diharapkan dapat lebih kreatif dalam pembelajaran dengan cara menciptakan sesuatu yang baru, atau memodifikasi yang sudah ada tetapi disajikan dengan cara yang semenarik mungkin, sehingga anak didik akan merasa senang mengikuti pelajaran pendidikan jasmani yang diberikan. Hal ini sesuai dengan pendapat Kristiyanto (2010: 68) bahwa modifikasi adalah penyederhanaan dilakukan dengan melakukan penyesuaian ukuran lapangan dan peralatan dengan ukuran fisik anak. Kondisi di sekolah yang berbeda-beda baik secara fasilitas, dana maupun karakteristik anak, mengharuskan guru olahraga untuk lebih kreatif dengan melakukan alat modifikasi pembelajaran, sehingga dapat mencapai tujuan pembelajaran.

Dalam penelitian ini membuktikan bahwa melalui modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand*. Modifikasi bet yang dilakukan dalam penelitian ini terbuat dari papan. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menguatkan pendapat Febryanto, et al (2014: 13) bahwa modifikasi pembelajaran yang terbuat dari papan mempunyai banyak manfaat bagi perkembangan anak antara lain: 1) Meningkatkan interaksi sosial, 2) mengasah keterampilan, 3) mengenalkan pelajaran hidup, 4) kemampuan pemecah masalah. Perpaduan media dan permainan papan dapat menghasilkan media pembelajaran yang berisikan pesan atau informasi serta dapat merangsang pikiran dan perasaan siswa selama pembelajaran. Karena media ini termasuk alat permainan maka siswa akan termotivasi dalam melakukan permainan, walaupun yang sebenarnya mereka lakukan adalah kegiatan belajar sambil bermain.

Penggunaan modifikasi bet juga sesuai dengan pendapat Desmita (2009: 35-36) bahwa anak-anak usia sekolah ini memiliki karakteristik yang berbeda dengan anak-anak yang usianya lebih muda. Ia senang bermain, senang bergerak, senang berkerja dalam kelompok, dan senang merasakan atau melakukan sesuatu secara langsung. Penggunaan papan mengandung unsur permainan, sehingga sangat tepat digunakan pada siswa SD. Hal ini dikarenakan sesuai dengan karakteristik siswa SD yang masih senang dengan pembelajaran yang mengandung unsur permainan dan pemberian kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran.

Adanya peningkatan keterampilan pukulan *backhand* juga tidak terlepas dari proses pembelajaran yang telah berlangsung. Guru dalam menyampaikan materi

dilakukan dengan tidak terlalu cepat sehingga mudah dimengerti siswa, guru membuat catatan waktu dan menyediakan jam untuk mengatur jalannya kegiatan pembelajaran, sehingga waktunya sesuai dengan jumlah jam yang telah ditetapkan pada jadwal. Guru juga lebih memprioritaskan waktu terhadap langkah-langkah pembelajaran dengan tepat. Guru menjelaskan kembali dan membiasakan siswa dalam penggunaan modifikasi bet dengan melakukan pendampingan secara lebih intens. Hal ini menjadikan hasil belajar yang dihasilkan semakin meningkat dan sesuai dengan standar ketuntasan minimal. Berikut ini merupakan dokumentasi proses pelaksanaan penelitian yang dilakukan peneliti.



Gambar 11. Proses Pelaksanaan Penelitian Dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet

Saat proses pelaksanaan penelitian dengan menggunakan modifikasi bet juga dapat meningkatkan partisipasi dan sikap siswa dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand*. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa pengamatan partisipasi siswa pada saat siklus I sebesar 85,5. Persentase kategorisasi juga menunjukkan bahwa pada siklus I, partisipasi siswa sebagian

besar dalam kategori baik yakni sebanyak 8 siswa (80%). Sisanya dalam kategori baik sekali sebanyak 2 siswa (20%). Peningkatan skor rata-rata dan persentase kategorisasi partisipasi siswa melalui modifikasi bet dalam penelitian ini menguatkan pendapat Suharta (2007: 36) bahwa modifikasi dalam olahraga penting untuk dikembangkan dengan beberapa alasan tujuan dari modifikasi permainan diantaranya dapat mengembangkan lebih banyak lagi aktivitas dan meningkatkan partisipasi anak dalam berolahraga.

Selain meningkatnya partisipasi, penggunaan modifikasi bet dalam penelitian ini juga dapat meningkatkan sikap siswa. Hasil pengamatan sikap siswa menunjukkan bahwa pada saat siklus I sebesar 85,5. Hasil persentase kategorisasi sikap siswa juga menunjukkan pada saat siklus I sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 6 siswa (60%). Sisanya dalam kategori baik sekali sebanyak 4 siswa (40%). Hasil tersebut tentunya mendukung keberhasilan pembelajaran keterampilan pukulan *backhand*.

Berdasarkan uraian di atas, maka dapat diketahui bahwa melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem. Oleh karena itu, guru olahraga perlu melakukan modifikasi pembelajaran secara kreatif agar pembelajaran menjadi lebih optimal dan mencapai tujuan pembelajaran.

### **C. Temuan Penelitian**

Hasil temuan dalam penelitian ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

## **1. Adanya Peningkatan Nilai Rata-Rata dan Persentase Ketuntasan Keterampilan Pukulan *Backhand* Melalui Alat Modifikasi Bet**

### **a. Nilai Rata-Rata**

Melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem. Hal ini terbukti dengan adanya peningkatan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan keterampilan pukulan *backhand*. Nilai rata-rata keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem setelah dilakukan tindakan penggunaan alat modifikasi bet pada siklus I sebesar 84. Nilai rata-rata pada siklus I tersebut telah sesuai dengan kriteria keberhasilan tindakan yakni untuk pelajaran penjasorkes sebesar  $\geq 75$ .

### **b. Persentase Ketuntasan Berdasarkan KKM**

Melalui alat modifikasi bet juga dapat meningkatkan persentase ketuntasan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem. Berdasarkan Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) ditetapkan sebelumnya sebesar  $\geq 75$ . Dari kriteria tersebut, maka dapat dijelaskan bahwa siswa dikatakan tuntas apabila memiliki nilai  $\geq 75$ . Namun sebaliknya, siswa dikatakan belum tuntas apabila memiliki nilai  $< 75$ . Peningkatan persentase ketuntasan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem setelah menggunakan alat modifikasi bet pada siklus I yakni sebagian besar dalam kategori tuntas sebanyak 90%, sedangkan siswa yang belum tuntas hanya 10%. Hasil pada siklus I tersebut telah

sesuai dengan kriteria keberhasilan tindakan yakni nilai untuk pelajaran penjasorkes minimal 85% dari jumlah siswa yang hadir sudah melebihi Kriteria Ketuntasan Minimal ( $KKM \geq 75$ ).

## **2. Adanya Partisipasi dan Sikap Siswa yang Baik dalam Pembelajaran**

### **Keterampilan Pukulan *Backhand* Melalui Alat Modifikasi Bet**

Melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan partisipasi dan sikap siswa dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem.

#### **a. Partisipasi Siswa**

Partisipasi siswa yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi indikator perhatian, ketertarikan, kemampuan dan perbuatan. Partisipasi siswa diukur sesuai teknik instrumen penilaian pada kurikulum 2013. Perolehan skor rata-rata partisipasi siswa dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem pada siklus I sebesar 80. Peningkatan partisipasi siswa juga terlihat dari persentase kategorisasi. Persentase partisipasi siswa pada saat siklus I meningkat menjadi sebagian besar dalam kategori baik sebanyak 80% dan berada dalam kategori baik sekali sebanyak 20%. Kondisi tersebut sangat mendukung proses pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja.

#### **b. Sikap Siswa**

Melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan sikap siswa dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan

tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem. Sikap siswa yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi indikator karakterisasi, mengorganisasi nilai, sikap menganggap yang dikerjakan berdasarkan nilai, sikap menanggapi pembelajaran dan sikap respon diri . Sikap siswa diukur sesuai teknik instrumen penilaian pada kurikulum 2013. Perolehan skor rata-rata sikap siswa dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem pada siklus I sebesar 85.5. Peningkatan sikap siswa juga terlihat dari persentase kategorisasi. Sikap siswa dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem dengan menggunakan modifikasi bet sebagian besar menjadi dalam kategori baik sebanyak 60%, sisanya dalam kategori baik sekali sebanyak 40%. Hasil tersebut menunjukkan adanya peningkatan sikap siswa yang semakin baik, sehingga dapat mendukung proses pembelajaran keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

Peneliti berusaha agar pelaksanaan pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar. Namun demikian, terdapat keterbatasan dalam pelaksanaan penelitian ini antara lain: 1) keterbatasan waktu dalam pembelajaran memungkinkan hasil menjadi belum optimal, 2) kondisi tempat pada waktu penelitian, 3) kondisi siswa yang tegang pada waktu melakukan tes pukulan *backhand* dimungkinkan dapat mempengaruhi hasil.

## **BAB V**

### **SIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa melalui alat modifikasi bet dapat meningkatkan keterampilan pukulan *backhand* dalam permainan tenis meja pada siswa kelas IV SDN 1 Legoksayem Kecamatan Wanayasa Kabupaten Banjarnegara. Hal ini dibuktikan dengan adanya peningkatan nilai rata-rata dan persentase ketuntasan pembelajaran. Setelah dilakukan tindakan penggunaan alat modifikasi bet pada siklus I diperoleh nilai rata-rata sebesar 84. Sementara persentase ketuntasan pada siklus I yakni sebagian besar dalam kategori tuntas sebanyak 90%, sedangkan siswa yang belum tuntas hanya 10%. Hasil pada siklus I tersebut telah sesuai dengan kriteria keberhasilan tindakan yakni nilai untuk pelajaran penjasorkes minimal 85% dari jumlah siswa yang hadir sudah melebihi Kriteria Ketuntasan Minimal ( $KKM \geq 75$ ).

#### **B. Implikasi**

Alat modifikasi bet yang terbuat dari papan sangat sesuai dengan karakteristik anak usia SD. Anak usia SD memiliki karakteristik senang dengan pembelajaran yang mengandung unsur permainan dan pemberian kesempatan untuk terlibat langsung dalam pembelajaran. Penggunaan papan pada bet mengandung unsur permainan, sehingga dapat menarik, memotivasi dan memudahkan siswa dalam pembelajaran teknik pukulan *backhand*. Penggunaan

alat modifikasi bola juga dapat meningkatkan partisipasi dan sikap siswa dalam pembelajaran jasmani, sehingga pada akhirnya berimplikasi pada meningkatnya keterampilan pukulan *backhand* pada siswa dalam permainan tenis meja.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, maka dapat diberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi guru disarankan untuk melanjutkan penggunaan alat modifikasi bet dalam pembelajaran keterampilan pukulan *backhand*, karena terbukti dapat meningkatkan partisipasi dan sikap siswa serta keterampilan pukulan *backhand*.
2. Bagi sekolah disarankan dapat memfasilitasi guru dalam penggunaan alat modifikasi pembelajaran, sehingga dapat meningkatkan kualitas pembelajaran khususnya pada pembelajaran jasmani.
3. Bagi calon pendidik, hendaknya lebih kreatif dalam membuat atau menggunakan alat modifikasi pembelajaran sesuai dengan karakteristik siswa dan kondisi lingkungan sekolah, sehingga pembelajaran dapat lebih efektif dan efisien serta dapat tercapai tujuan pembelajaran.
4. Peneliti selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian sejenis.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akhiruyanto, A. (2010). Model Pendekatan Mini Tenis dalam Pembelajaran Pukulan *Forehand Drive* untuk Perkuliahan Tenis Lapangan. *Jurnal Penelitian Pendidikan* Vol 27 No. 1, hal 1-6.
- Alim, A. (2009). Permainan Mini Tenis Untuk Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan Di Siswa Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia* (Nomor 2 Tahun 2009). Hlm. 62.
- Anwar, S. (2013). Kemampuan Ketepatan Pukulan *Backhand* dan *Forehand* Siswa Peserta Ekstrakurikuler Tenis Meja di SDN 2 Karangasem Kecamatan Kertanegara Purbalingga. *Skripsi*. FIK UNY.
- Damiri, A dan Kusmaedi, N. (2002). *Olahraga Pilihan Tenis Meja*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Desmita. (2009). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Djamarah, S.B. (2006). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Djumidar, A. W. (2006). *Materi Pokok Dasar-Dasar Atletik dalam Bermain*. Jakarta: PT Raja Graindo Persada.
- Febryanto, et al. (2014). Keawetan Lima Jenis Bambu terhadap Serangan Rayap dan Bubuk Kayu Kering. *Jurnal Ilmu dan Teknologi Kayu Tropis*. Vol 12 No. 2, hal 146-156.
- Hodges, L. (2007). *Table Tennis: steps to success*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada.
- Kristiyanto, A. (2010). *Penelitian Tindakan Kelas (PTK) dalam Pendidikan Jasmani dan Kepelatihan Olahraga*. Surakarta: UNS Press.
- Kertamanah, A. (2003). *Teknik dan Taktik Dasar Permainan Tenis Meja*. Jakarta: PT RajaGrafindo Persada
- Lutan, R. (2010). *Perencanaan Pembelajaran Penjaskes*. Jakarta: Depdikbud.
- Ma'mun, A dan Yudha. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Margajaya, R. (2008). *Tenis Meja*. Jakarta: Geneca Exact.

- Maryamah. (2012). Upaya Peningkatan Kemampuan Servis Bawah pada Permainan Bola Voli Mini dengan Menggunakan Model Pembelajaran secara Bertahap pada Siswa Kelas V SDN 1 Ngadiwarno Kecamatan Sukorejo Kabupaten Kendal Tahun Pelajaran 2011/2012. *Skripsi*. Semarang: FIK Universitas Negeri Semarang.
- Muhtar, T dan Sulisty, W. (2009). *Tenis Meja*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Putra, A.I. (2017). Pengembangan Bet Tennis Meja menggunakan Triplek dan Kain Sintetis pada SMP Negeri di Kota Tebing Tinggi. *Skripsi*. FIK Universitas Negeri Medan.
- Rosdiani, D. (2013). *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Salim, A. (2008). *Buku Pintar Tennis Meja*. Bandung: Nuansa.
- Suharta, A. (2007). *Pendekatan Pembelajaran Bola Voli Mini*. Jurnal IPTEK Olahraga Vol 9 No.2, hal 134-153.
- Suherman, A. (2011). *Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bekerjasama dengan Direktorat Jenderal Olahraga.
- Suherman dan Bahagia. (2000). *Prinsip-Prinsip Pengembangan dan Modifikasi Cabang Olahraga*. Jakarta: Depdiknas.
- Sumarno, dkk. (2003). *Olahraga Pilihan I*. Jakarta: Pusat Penerbitan Universitas Terbuka Depdiknas.
- Susilo, I.K. (2013). Kemampuan Pukulan Forehand dan Backhand Tennis Meja Peserta Ekstrakurikuler SD Negeri Tugurejo Kecamatan Tempuran Kabupaten Magelang. *Skripsi*. FIK UNY.
- Sutarmin. (2007). *Terampil berolahraga Tennis Meja*. Surakarta: Era Intermedia.
- Sutono, I.R. (2010). *Ensiklopedia Olahraga Permainan Bola Kecil*. Semarang: PT Bengawan Lima.
- Tohaya. (2013). Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tennis Meja melalui Media Dinding pada Siswa Kelas V SDN 02 Jetakkidul Kecamatan Wonopringgo

Kabupaten Pekalongan Tahun Pelajaran 2012/2013. *Skripsi*. FIK Universitas Negeri Semarang.

Trianto. (2012). *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif-Progresif*. Jakarta: Prenada Media Group.

Utama, A.M.B. (2004). Kemampuan Bermain Tennis Meja, Studi Korelasi Antara Kelincahan dan Kemampuan Pukulan dengan Kemampuan Bermain Tennis Meja. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: FIK UNY.

Yusuf, S. (2004). *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

## SILABUS

Kelas : IV  
Semester : 1 dan 2  
Tahun Program : 2017/2018

- KI 1: Menerima dan menjalankan ajaran agama yang dianutnya.  
 KI 2: Menunjukkan perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, santun, peduli, dan percaya diri dalam berinteraksi dengan keluarga, teman, dan guru dan tetangganya serta cinta tanah air.  
 KI 3: Memahami pengetahuan faktual dan konseptual dengan cara mengamati, mencoba berdasarkan rasa ingin tentang dirinya, makhluk ciptaan Tuhan dan kegiatannya, dan benda-benda yang dijumpainya di rumah, di sekolah dan tempat bermain.  
 KI 4: Menyajikan pengetahuan faktual dan konseptual dalam bahasa yang jelas, sistematis, logis dan kritis, dalam karya yang estetis, dalam gerakan yang mencerminkan anak sehat, dan dalam tindakan yang mencerminkan perilaku anak beriman dan berakhlak mulia.

Alokasi waktu: 4 jam pelajaran/minggu

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
3.1 Memahami prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *) 4.1 mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola besar sederhana dan atau tradisional *)	Sepakbola: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Menendang bola</li> <li>• Menghenti kan bola</li> </ul> Bolavoli: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Passing bawah</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi tentang gerak menendang dan menghentikan bola dengan bertagak bagian kaki dan posisi.</li> <li>• Siswa mencoba dan melakukan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan sepakbola.</li> <li>• Siswa mendapatkan umpan balik dari diri sendiri, teman dalam kelompok, dan guru.</li> <li>• Siswa memperagakan hasil belajar tentang variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif permainan sepakbola dalam bentuk permainan sederhana dan atau tradisional dihandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran</li> <li>• Siswa menerima dan mempelajari kartu tugas (<i>task sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas gerak variasi pola gerak passing bawah dengan permainan bola yang tepat.</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas ajar sesuai dengan target waktu yang ditentukan guru untuk mencapai ketuntasan belajar pada setiap</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
	<p>Bolabasket:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melempar Bola</li> <li>• Menangkap Bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• materi pembelajaran.</li> <li>• Siswa menerima umpan balik dari guru.</li> <li>• Siswa melakukan pengulangan pada materi pembelajaran yang belum tercapai ketuntasannya sesuai umpan balik yang diberikan.</li> <li>• Siswa mencoba tugas variasi pola gerak passing bawah dengan perkemanan bola yang tepat dalam bentuk permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul>
<p>3.2 Memahami prosedur variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau</p>	<p>Tenis meja</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melakukan pukulan backhand dalam permainan Tennis Meja.</li> <li>• Cara melakukan</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mendapatkan pasangan sesuai dengan yang ditentukan guru melalui permainan.</li> <li>• Siswa bersama pasangan menerima dan mempelajari lembar kerja (<i>student work sheet</i>) yang berisi perintah dan indikator tugas variasi pola gerak melempar dan menangkap bola dengan berbagai arah dan posisi.</li> <li>• Siswa berbagi tugas siapa yang pertama kali menjadi "pelaku" dan siapa yang menjadi "pengamat". Pelaku melakukan tugas gerak satu persatu dan pengamat mengamati, serta memberikan masukan jika terjadi kesalahan (tidak sesuai dengan lembar kerja).</li> <li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Siswa mencoba tugas variasi pola gerak melempar dan menangkap bola dengan berbagai arah dan posisi ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul>

Kompetensi Dasar	Materi Pembelajaran	Kegiatan Pembelajaran
<p>4.2. Mempraktikkan variasi pola gerak dasar lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional. *</p>	<p>pukulan bachand dalam permainan tenis meja.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mampu memantulkan bola ke papanantulu.</li> <li>• Mampu melakukan pukulan bachand dengan berpasangan.</li> </ul> <p>Rounders:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Melambungkan Bola</li> <li>• Melempar Bola</li> <li>• Menangkap Bola</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa mencoba variasi pola gerak pukulan bachand ke papan pantul.</li> <li>• Siswa berganti peran setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Siswa mampu melakukan pukulan bachand dengan berpasangan yang sudah di tentukan oleh guru.</li> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran</li> </ul> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Siswa menyimak informasi dan peragaan materi lempang variasi pola gerak melambungkan bola, melempar bola, menangkap bola ke berbagai arah, berbagai pegangan, dan posisi.</li> <li>• Siswa membagi diri ke dalam delapan kelompok sesuai dengan materi (materi menjadi nama kelompok, contoh kelompok melambungkan bola, kelompok melempar bola, dan seterusnya). Di dalam kelompok ini setiap siswa secara bergilang-gilang mempraktikkan gerak sesuai dengan nama kelompoknya.</li> <li>• Setiap anggota kelompok berkunjung ke kelompok lain untuk mempelajari dan "mengajari" materi dari dan ke kelompok lain setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Setiap anggota kelompok kembali ke kelompok masing-masing untuk mempelajari dan "mengajari" materi dari dan ke kelompoknya sendiri setelah mendapatkan aba-aba dari guru.</li> <li>• Siswa menerima umpan balik secara individual maupun klasikal dari guru.</li> <li>• Siswa mencoba tugas variasi pola gerak permainan rounders ke dalam permainan sederhana dan atau tradisional dilandasi nilai-nilai disiplin, percaya diri, sungguh-sungguh, dan kerja sama.</li> <li>• Hasil belajar siswa dinilai selama proses dan di akhir pembelajaran.</li> </ul>

## RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN

(RPP)

<b>Satuan Pendidikan</b>	: SD NEGERI 1 LEGOKSAYEM
<b>Kelas/Semester</b>	: IV / 1 (Ganjil )
<b>Mata Pelajaran</b>	: Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan
<b>Tema/Topik</b>	: Permainan Bola Kecil/ Tenis Meja
<b>Waktu</b>	: 2 Pertemuan (4 x 35 menit)

### A. Kompetensi Inti :

1. Menghargai dan menghayati ajaran agama yang dianut.
2. Menghargai dan menghayati perilaku jujur, disiplin, tanggung jawab, peduli (toleransi, gotong royong) santun, percaya diri, dalam berinteraksi secara efektif dengan lingkungan sosial dan alam dalam jangkauan pergaulan dan keberadaannya.
3. Memahami pengetahuan (faktual, konseptual, dan prosedural) berdasarkan rasa ingin tahunya tentang ilmu pengetahuan, teknologi, seni, budaya terkait fenomena dan kejadian tampak mata.
4. Mencoba, mengolah, dan menyaji dalam ranah konkret (menggunakan, mengurai, merangkai memodifikasi, dan membuat) dan ranah abstrak (menulis, membaca, menghitung, menggambar, dan mengarang) sesuai dengan yang dipelajari di sekolah dan sumber lain yang sama dalam sudut pandang/teori.

### B. Kompetensi Dasar :

<b>Kompetensi Dasar</b>	<b>Indikator Pencapaian Kompetensi</b>
3.2 Memahami variasi gerak dasar <i>lokomotor, non-lokomotor, dan manipulatif</i> sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau	3.2.1 Mampu menjelaskan prosedur dalam permainan tenis meja
	3.2.2 Menjelaskan prosedur kombinasi gerak dasar pukulan dalam permainan tenis meja
	3.2.3 Menjelaskan prosedur pukulan

tradisional*	backhand dalam permainan tenis meja
--------------	-------------------------------------

4.2 Mempraktik kan variasi gerak dasar <i>lokomotor</i> , <i>non-lokomotor</i> , dan <i>manipulatif</i> sesuai dengan konsep tubuh, ruang, usaha, dan keterhubungan dalam permainan bola kecil sederhana dan atau tradisional*	4.2.1 Mampu memantulkan bola sebanyak 25 x dalam waktu 30 detik 4.2.2 Mampu memantulkan bola ke papan sebanya sebanyak 25 x dalam waktu 30 detik. 4.2.3 Mampu melakukan pukulan backhan dengan cara berpasangan
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### C. Tujuan Pembelajaran

- 3.2.1 Mampu menjelaskan prosedur dalam permainan tenin meja
- 3.2.2 Menjelaskan prosedur kombinasi gerak dasar pukulan dalam permainan tenis meja
- 3.2.3 Menjelaskan prosedur pukulan backhand dalam permainan tenis meja
  
- 4.2.1 Mampu memantulkan bola sebanyak 25 x dalam waktu 30 detik
- 4.2.2 Mampu memantulkan bola ke papan sebanya sebanyak 25 x dalam waktu 30 detik.
- 4.2.3 Mampu melakukan pukulan backhan dengan cara berpasangan

### D. MATERI PEMBELAJARAN

- 1. Reguler
  - Melakukan pukulan backhand dalam permainan tenis meja

- Cara melakukan pukulan backhand dalam permainan tenis meja
  - Mampu memantulkan-mantulkan bola ke atas.
  - Mampu memantulkan bola ke papan pantu.
  - Mampu melakukan pukulan backhand dengan berpasangan
2. Remedial
- Kegiatan eksplorasi ( melakukan uji coba gerakan pukulan backhand )
3. Pengayaan
- Guru mengadakan program pengayaan dengan cara penugasan kepada peserta didik untuk mengumpulkan gambar gerakan pukulan Backhand dan mempraktekan gambar yang dibawa dalam awal kegiatan belajar olahraga.

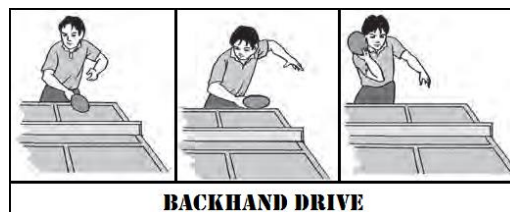
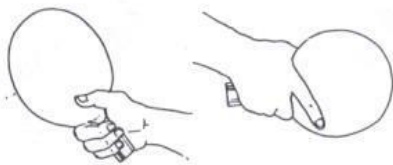
#### E. METODE PEMBELAJARAN

- Metode : Demonstrasi, tanya jawab dan diskusi  
 Pendekatan : Saintifik (mengamati, menanya, mengumpulkan informasi, mengasosiasi, dan mengkomunikasikan)

#### F. MEDIA/ALAT, DAN SUMBER BELAJAR

- Media/Alat : 1. Alat, bet, bola, meja, pluit, stop watch..  
 Sumber Belajar : *Buku Guru dan Buku Siswa Kelas 4, Tema 9: Kayanya Negeriku. Buku Tematik Terpadu Kurikulum 2013 (Revisi 2017). Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.*

Contoh Gambar teknik pegangan dan bermain dengan teknik backhand.




#### G. Metode Pembelajaran.

1. Pendekatan: saintifik (*scientific*)
2. Tanya Jawab
3. Demonstrasi

4. Metode: penugasan

#### H. Kegiatan Pembelajaran.

KEGIATAN	DISKRIPSI	WAKTU
<b>Pendahuluan</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Berbaris, berdoa, presensi, dan apersepsi</li><li>• Memberikan motivasi dan menjelaskan tujuan pembelajaran.</li></ul>	<b>15 menit</b>
<b>Inti</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Pemanasan dengan peregangan statis, jogging dan dinamis.</li><li>• Guru mendemonstrasikan teknik shakehand dengan bantuan siswa.</li><li>• Peserta didik mengamati gerakan yang dilakukan oleh guru</li><li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk bertanya tentang gerakan yang di demonstrasikan oleh guru</li><li>• Peserta didik diberi kesempatan untuk mencoba gerakan yang di demontrasikan oleh guru yaitu teknik memegang bad dengan pegangan shakehand sebagai berikut:</li></ul> <div data-bbox="564 1470 1129 1711" style="text-align: center;"><p><b>BACKHAND DRIVE</b></p></div>	<b>45 menit</b>

	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Strategi pelaksanaan dengan menggunakan model resiprokal/timbal-balik</li> <li>• Guru mengatur siswa menjadi 4 kelompok</li> <li>• Guru membagikan bahan ajar, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak kepada setiap kelompok.</li> <li>• Siswa mempelajari tugas gerak dan indikator keberhasilannya</li> </ul> <p>Siswa membagi tugas, siapa yang pertama kali</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• melakukan teknik pengangan shakehand seterusnya dilakukan secara bergantian sampai semua anggota kelompok melakukan dan yang lain menjadi pengamat</li> <li>• Siswa melaksanakan tugas gerak, dan menampilkan gerak sesuai dengan indikator yang telah ditentukan.</li> </ul>	

	<p>Berbaris Peserta didik dibariskan 2 - 4 bersaf, peserta didik yang lah kanan</p> <p><b>Presensi</b> Mengecek kehadiran peserta didik dan menanyakan kesehatan peserta didik secara umum</p> <p>Berdoa Peserta didik dipimpin berdoa sesuai dengan kepercayaan dan agama masing-masing</p> <p><b>Apersepsi</b> Guru membuka pelajaran untuk membangkitkan motivasi peserta didik dengan cara: Mengajukan pertanyaan yang terkait dengan materi yang akan dipelajari guna mengetahui seberapa jauh kompetensi awal peserta didik pada materi yang akan dipelajari sekaligus untuk mengaitkan materi pengetahuan sebelumnya dengan materi yang akan dipelajari Menjelaskan tujuan pembelajaran dan cakupan materi yang akan dipelajari</p> <p><b>Pemanasan</b> Menugaskan peserta didik untuk melakukan penguluran (<i>Stretching</i>) yang dimulai dari gerakan kepala menuju ke arah kaki, dengan hitungan masing-masing bagian item gerakan 2 x 8 hitungan. Diupayakan gerakan pemanasan lebih banyak difokuskan pada pemanasan di pinggul dan kaki dengan menggunakan game, caranya: Peserta didik dibagi menjadi 2 kelompok untuk melakukan permainan betengan karena permainan betengan banyak menggunakan aktivitas kaki.</p> <p>Kegiatan inti (35 menit)</p> <p><b>Mengamati</b> Mengamati penjelasan konsep dan contoh teknik <i>stroke</i>, <i>teknik footwork</i> dengan cara: Peserta didik dibariskan dua bersaf, baris memungkinkan masing-masing dari mereka dapat disajikan oleh guru. Peserta didik diminta untuk mengamati dan mencatat ditemukan pada gerakan tersebut.</p> <p><b>Menanya</b> Mempertanyakan teknik dasar <i>memegang bet/grip</i> Pada akhir episode penjelasan gerak dan demonstrasi menanya pada guru terkait dengan kejelasan dan prasarat kemampuan.</p> <p><b>Mengeksplorasi</b> Mempraktikkan atau latihan teknik dasar sesuai k</p>	
--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

	<p>Arena dibagi menjadi 4. Masing-masing wilayah disediakan 2 bola dan 1 meja. Di masing-masing wilayah, peserta melakukan eksplorasi tujuan dan cara yang tepat untuk <i>memegang bet</i>. Cara yang digunakan adalah tiap kelompok didiskusikan dan diketahui tujuan, prosedur, dan persyaratannya. Setelah itu, masing-masing kelompok mempresentasikan cara <i>memegang bet, stance, stroke, footwork</i> dengan tujuan, prosedur, dan persyaratannya, dan seterusnya. Banyaknya cara <i>memegang bet, stance, stroke, footwork</i> berwujud berupa macam cara <i>memegang bet, stance, stroke, footwork</i> dan atau dipresentasikan ke kelompok lain.</p> <p>Berikut adalah contoh bentuk <i>memegang bet, stance, stroke, footwork</i> oleh tiap-tiap kelompok:</p> <p>Peserta didik <i>memegang bet</i> seperti berjabat tangan.</p> <p>Peserta didik <i>melakukan stance</i> teknik siap serempak menunggu bola/pada saat memukul bola dengan cara berdiri.</p> <p>Peserta didik <i>melakukan stroke</i> adalah pukulan dengan cara berdiri.</p> <p>Peserta didik <i>melakukan footwork</i> adalah teknik gerakan kaki arah pergerakannya ke samping kanan dan kiri.</p> <p><b>Mengasosiasi</b></p> <p>Menganalisa hasil temuan kelompok menggunakan lembar pengamatan tetap bekerja dalam kelompok masing-masing. Setelah selesai pengamatan dan lembar penilaian <i>memegang bet, stance, stroke, footwork</i> diminta dilakukan ulang oleh masing-masing anggota kelompok dari guru. Cara dan hasil yang ditulis dalam format kelompok. Lembar pengamatan yang sudah diisi oleh masing-masing kelompok, selanjutnya diminta untuk mengisi format berikut.</p>	
<p><b>Penutup</b></p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Pendinginan, berbaris, tugas-tugas, evaluasi proses pembelajaran, berdoa dan bubar. Melakukan refleksi dengan tanya jawab kepada peserta didik.</li> <li>• Menarik kesimpulan dari hasil pembelajaran.</li> </ul>	<p><b>15 menit</b></p>

#### E. Sumber Belajar

- Ruang terbuka yang rindang, datar dan aman
- Bola,

- Buku teks
- Media
- Buku Siswa Kurikulum 2013

**F. Penilaian**

1. Teknik penilaian:
  - Tes unjuk kerja (keterampilan):

Lakukan teknik dasar memegang bad dan servis

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas unjuk kerja peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 5

Jumlah skor yang diperoleh

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

- Pengamatan sikap (sikap):

Selama proses pembelajaran guru mengamati sikap yang muncul pada saat anak melakukan aktivitas di dalam kelas. Sikap yang diharapkan selama proses pembelajaran, yaitu mentaati aturan permainan, kerjasama dengan teman satu tim dan menunjukkan perilaku sportif, keberanian, percaya diri dan menghargai teman

Keterangan:

Berikan tanda cek ( √ ) pada kolom yang sudah disediakan, setiap peserta ujian menunjukkan atau menampilkan perilaku yang diharapkan. Tiap perilaku yang di cek

( √ ) mendapat nilai 1

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

- Kuis/*embedded test* (pengetahuan):

Jawab secara lisan atau peragaan dengan baik, pertanyaan-pertanyaan mengenai konsep gerak dalam permainan tenis meja.

Keterangan:

Penilaian terhadap kualitas jawaban peserta ujian, dengan rentang nilai antara 1 sampai dengan 4

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

- Nilai akhir yang diperoleh siswa =

$\frac{\text{Nilai tes unjuk kerja (keterampilan) + nilai observasi (sikap) + nilai kuis (pengetahuan)}}{3} =$
----------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## 2. Rubrik Penilaian

### RUBRIK PENILAIAN UNJUK KERJA TEKNIK DASAR PERMAINAN TENIS MEJA

Aspek Yang Dinilai	Kualitas Gerak			
	1	2	3	4
<i>Melakukan Teknik Memegang bad dengan teknik shakehand</i> 1. Bagai mana posisi memegang bad dengan teknik salaman? 2. bagaiman saat melakukan teknik backhand?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 15				

**RUBRIK PENILAIAN  
SIKAP/PERILAKU DALAM PERMAINAN TENIS MEJA**

PERILAKU YANG DIHARAPKAN	CEK (√)
1. Bekerja sama dengan teman satu tim	
2. Keberanian dalam melakukan gerakan/tidak ragu-ragu	
3. Mentaati peraturan	
4. Menghormati wasit dan pemain/sportif	
5. Menunjukkan sikap bersungguh-sungguh dalam bermain	
JUMLAH	
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 5	

**RUBRIK PENILAIAN  
PEMAHAMAN KONSEP GERAK DALAM PERMAINAN TENIS MEJA**

Pertanyaan yang diajukan	Kualitas Jawaban			
	1	2	3	4
1. Bagai mana posisi memegang bad dengan teknik salaman? 2. bagaimana saat melakukan teknik shakehand?				
JUMLAH				
JUMLAH SKOR MAKSIMAL: 8				


Legoksayem 12 .september .2019

Mengetahui,  
Kepala SD Negeri 1 Legoksayem



**W. A. N. I. S. Pd. SD**  
NIP 19720926199803 2008

Mahasiswa



**Sarno**  
NIM : 17604227029

## INSTRUMEN

### TES KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND*

- a. Tujuan  
Untuk mengetahui keterampilan pukulan *backhand* siswa dalam permainan tenis meja di SDN 1 Legoksayem.
- b. Alat dan perlengkapan terdiri atas:
  - 1) Sebuah *stopwatch*
  - 2) Lima buah bola tenis meja
  - 3) Sebuah bet
  - 4) Sebuah meja tenis meja yang dilipat (*back board*)
  - 5) Sebuah kotak karton berukuran 10 x 5 x 3 cm yang dapat ditempelkan dengan pines pada sudut samping kiri belakang meja.
  - 6) Dinding untuk sandaran bagian meja tenis meja
  - 7) Blangko dan alat tulis untuk mencatat hasil tes.
- c. Tanda garis  
Sebuah garis dari pita selebar 2 cm, dibuat pada bagian meja yang didirikan tegak lurus, sejajar dengan bagian meja yang horizontal dan berjarak 15 cm dari permukaan meja.
- d. Petugas:
  - 1) Seorang pengambil waktu yang memberikan aba-aba “Ya” dan “Stop”.
  - 2) Seorang penghitung jumlah pantulan yang sah selama 30 detik dan sekaligus mencatat hasilnya.
  - 3) Sekurang-kurangnya seorang pembantu untuk mengambil bola yang tidak dikuasai oleh testi.
- e. Pelaksanaan tes:

Testi berdiri dibelakang atau lanjutan bagian meja yang horizontal dengan sebuah bet dan sebuah bola di tangan. Pada aba-aba “Ya”, testi menjatuhkan bola di atas meja dan kemudian memukul bola ke bagian yang didirikan tegak lurus terhadap bagian meja yang horizontal. Testi berusaha memantulkan bola sebanyak-banyaknya dalam waktu 30 detik. Apabila testi tidak dapat menguasai bola, ia dapat mengambil bola yang tersedia di kotak, menjatuhkannya di meja dan melanjutkan usaha memantulkan bola sebanyak-banyaknya dalam siswa waktu yang tersedia. Seorang pembantu mengambil bola yang tidak dikuasai testi untuk memasukkannya kembali ke dalam kotak. Pantulan dinyatakan tidak sah apabila:

  - 1) Bola divoli
  - 2) Testi bertekan dengan tangannya yang bebas pada meja waktu memukul bola

- 3) Bola mengenai bagian meja yang tegak di bawah garis
- 4) Melakukan pukulan servis pada waktu mulai tes
- 5) Memukul bola setelah bola memantul lebih dari satu kali pada meja yang horizontal
- 6) Memukul bola lebih dari satu kali dengan kaki bertumpu di samping meja

Testor berdiri dekat dengan meja dan menghitung jumlah pukulan yang sah selama 30 detik dan mencatatnya. Kepada testi diberikan kesempatan 3 kali dengan istirahat selama 10 detik setiap selesai melakukan tes.

f. Penilaian:

Skor dari setiap trial adalah jumlah pantulan yang sah selama 30 detik. Sekor tes adalah jumlah yang terbanyak dari tiga trial tersebut.

Catatan: Pada waktu aba-aba “Stop”, sudah diberikan, tetapi bola sudah dipukul dan pantulan bola sah, maka tetap dihitung.

### LEMBAR PENILAIAN

#### TES KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND*

NO	NAMA	TES 1	TES 2	TES 3	NILAI TERBAIK	Keterangan Tuntas/Tidak Tuntas
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						

Skor maksimal ideal = 25

**LEMBAR OBSERVASI  
PARTISIPASI SISWA**

No	NAMA SISWA	L/P	KRITERIA PENGAMATAN SISWA				JML SKO R	NA	KE T
			Perhatian	Tertarik	Kemauan	Perbuata			
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									

**SKOR MAXIMUM 12**

RUMUS PENILAIAN :					
JUMLAH NILAI PEROLEHAN	X 100 = NA				
SKOR MAXIMUM					
Tuntas	: siswa	0			
Belum Tuntas	: siswa	0			
Sum (Nilai Total)	:				
Nilai Rata-Rata	:				
Nilai Tertinggi	:				
Nilai Terendah	:				

Keterangan:

T : Tuntas

BT : Belum Tuntas

Catatan Kolaborator:

.....

.....

.....

.....

.....

Kolabor

.....  
NIP.

**LEMBAR OBSERVASI  
SIKAP SISWA**

Hari/tgl observasi :  
Siklus :  
Nama Observer :

No	A. Karakterisasi	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
1	Nilai-nilai sangat berkembang dalam diri tiap siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
2	Tingkah laku siswa menjadi lebih konsisten dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
3	Kesediaan menyesuaikan diri siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
4	Keteraturan pribadi siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
5	Keteraturan sosial dan emosi jiwa siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
No	B. Mengorganisasi Nilai	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
6	Sikap dari sebagian siswa yang konsisten dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
7	Adanya tingkah laku yang tercermin dari sebagian besar siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
No	C. Sikap yang Menganggap Apa yang Dikerjakan Berdasarkan Nilai	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
8	Siswa memiliki komitmen terhadap tugas yang diberikan guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
9	Melalui bentuk tindakan siswa menerima pembelajaran pukulan <i>backhand</i> yang diberikan guru		
10	Siswa memilih kesukaan dari beberapa alternatif tindakan dari guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		

No	A. Sikap Menanggapi	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
11	Siswa menikmati dalam mengikuti proses pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
12	Siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
13	Siswa melaksanakan tugas dari guru secara suka rela dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
14	Siswa menunjukkan sikap setuju dengan merespon pembelajaran pukulan <i>backhand</i> yang disampaikan oleh guru		
15	Siswa berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
No	B. Sikap Respon Diri	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
16	Perhatian siswa yang lebih serius dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
17	Kemauan dari siswa dalam menerima penjelasan dari guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
18	Semangat dari siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
19	Kemauan dari siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		
20	Siswa menyadari akan pentingnya penjelasan dari guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		

**Skor maksimal 20**

**Rumus penilaian:**

**JUMLAH JAWABAN YA X 100 = NA**

**SKOR MAKSIMAL**

## DATA TES KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND*

### SIKLUS I

Data Tes Keterampilan Pukulan <i>Backhand</i> (Siklus I)						
Siswa	Hasil				Konversi	Kategori
	Tes 1	Tes 2	Tes 3	Terbaik	Nilai	
1	20	22	23	23	92	Tuntas
2	22	25	24	25	100	Tuntas
3	19	19	21	21	84	Tuntas
4	17	15	18	18	72	Belum Tuntas
5	21	19	20	21	84	Tuntas
6	20	20	19	20	80	Tuntas
7	18	18	20	20	80	Tuntas
8	19	17	20	20	80	Tuntas
9	22	22	23	23	92	Tuntas
10	18	19	19	19	76	Tuntas
					84.0	Tuntas

Keterangan:

$$\text{Nilai} : \frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor maksimal ideal (25)}} \times 100$$

Tuntas :  $\geq 75$

Belum Tuntas :  $< 75$

## UJI DESKRIPTIF

### TES KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND*

```
FREQUENCIES VARIABLES= Siklus_I  
  /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE SUM  
  /ORDER=ANALYSIS.
```

#### Frequencies

Statistics		Siklus_I
N	Valid	10
	Missing	0
Mean		84.0000
Median		82.0000
Mode		80.00
Std. Deviation		8.43274
Minimum		72.00
Maximum		100.00
Sum		840.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

#### Frequency Table

		Siklus_I			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	72.00	1	10.0	10.0	10.0
	76.00	1	10.0	10.0	20.0
	80.00	3	30.0	30.0	50.0
	84.00	2	20.0	20.0	70.0
	92.00	2	20.0	20.0	90.0
	100.00	1	10.0	10.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

**UJI KATEGORISASI**  
**TES KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND***

**Frequencies**

		Statistics
		Siklus_I
N	Valid	10
	Missing	0

**Frequency Table**

		Siklus_I			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Tuntas	9	90.0	90.0	90.0
	Belum Tuntas	1	10.0	10.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

### DATA OBSERVASI PARTISIPASI SISWA

Siswa	Data Observasi Partisipasi Siswa Siklus I						
	Aspek Pengamatan				Total Skor	Nilai	Kategori
	Perhatian	Tertarik	Kemauan	Perbuatan			
1	3	2	2	3	10	83	Baik
2	3	3	3	2	11	92	Baik Sekali
3	3	3	3	2	11	92	Baik Sekali
4	2	3	2	2	9	75	Baik
5	3	3	2	2	10	83	Baik
6	3	2	2	2	9	75	Baik
7	3	2	2	2	9	75	Baik
8	2	3	2	2	9	75	Baik
9	3	2	2	2	9	75	Baik
10	3	3	2	2	10	83	Baik
						81	Baik

**UJI DESKRIPTIF  
DATA OBSERVASI PARTISIPASI SISWA**

```
FREQUENCIES VARIABLES= Partisipasi_Siswa_Siklus_I
  /STATISTICS=STDDEV MINIMUM MAXIMUM MEAN MEDIAN MODE SUM
  /ORDER=ANALYSIS.
```

**Frequencies**

Statistics		
		Partisipasi_Siswa _Siklus_I
N	Valid	10
	Missing	0
Mean		80.8000
Median		79.0000
Mode		75.00
Std. Deviation		6.94102
Minimum		75.00
Maximum		92.00
Sum		808.00

**Frequency Table**

Partisipasi_Siswa_Siklus_I					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	75.00	5	50.0	50.0	50.0
	83.00	3	30.0	30.0	80.0
	92.00	2	20.0	20.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

**UJI KATEGORISASI  
DATA OBSERVASI PARTISIPASI SISWA**

**Frequencies**

**Statistics**

		Partisipasi_Siswa _Siklus_I
N	Valid	10
	Missing	0

**Frequency Table**

**Partisipasi\_Siswa\_Siklus\_I**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	2	20.0	20.0	20.0
	Baik	8	80.0	80.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

### DATA OBSERVASI SIKAP SISWA

Siswa	Data Observasi Sikap Siswa Siklus II																				Total Skor	Nilai	Kategori					
	Aspek A					Aspek B					Aspek C					Aspek D								Aspek E				
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20								
1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	18	90	Baik Sekali					
2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	100	Baik Sekali					
3	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	18	90	Baik Sekali					
4	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	15	75	Baik					
5	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	18	90	Baik Sekali					
6	1	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	17	85	Baik					
7	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	16	80	Baik					
8	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	17	85	Baik					
9	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	15	75	Baik					
10	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	17	85	Baik					
																					85.5		Baik					

**UJI DESKRIPTIF  
DATA OBSERVASI SIKAP SISWA**

**Frequencies**

		Statistics
		Sikap_Siswa_Siklus_I
N	Valid	10
	Missing	0
Mean		85.5000
Median		85.0000
Mode		85.00 <sup>a</sup>
Std. Deviation		7.61942
Minimum		75.00
Maximum		100.00
Sum		855.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

**Frequency Table**

Sikap_Siswa_Siklus_I					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	75.00	2	20.0	20.0	20.0
	80.00	1	10.0	10.0	30.0
	85.00	3	30.0	30.0	60.0
	90.00	3	30.0	30.0	90.0
	100.00	1	10.0	10.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

**UJI KATEGORISASI  
DATA OBSERVASI SIKAP SISWA**

**Frequencies**

Statistics		
		Sikap_Siswa_Siklus_I
N	Valid	10
	Missing	0

**Frequency Table**

Sikap_Siswa_Siklus_I					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Baik Sekali	4	40.0	40.0	40.0
	Baik	6	60.0	60.0	100.0
	Total	10	100.0	100.0	

**LEMBAR PENILAIAN**  
**TES KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND***

NO	NAMA	TES 1	TES 2	TES 3	NILAI TERBAIK	Keterangan Tuntas/Tidak Tuntas
1	Danna	20	22	23	23	
2	Awan Maulana	22	25	24	25	
3	Ridho	19	19	21	21	
4	Fara F	17	15	18	18	
5	Isna	21	19	20	21	
6	Maratus	20	20	19	20	
7	Oktavia	18	18	20	20	
8	Usman Latif	19	17	20	20	
9	Dimas Raditi	22	22	23	23	
10	Jihan	18	19	19	19	

Skor maksimal ideal = 25

**LEMBAR OBSERVASI  
PARTISIPASI SISWA**

No	NAMA SISWA	L/P	KRITERIA PENGAMATAN SISWA				JML	NA	KET
			Perhatian	Tertarik	Kemauan	Perbuatan	SKOR		
1			3	2	2	3	10	83	
2			3	3	3	2	11	92	
3			3	3	3	2	11	92	
4			2	3	2	2	9	75	
5			3	3	2	2	10	83	
6			3	2	2	2	9	75	
7			3	2	2	2	9	75	
8			2	3	2	2	9	75	
9			3	2	2	2	9	75	
10			3	3	2	2	10	83	
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									

**SKOR MAXIMUM 12**

RUMUS PENILAIAN :									
Jumlah Nilai Perolehan		X 100 = NA							
SKOR MAXIMUM									
Tuntas	: skwa	0	10						
Belum Tuntas	: skwa	0	-						
Sum (Nilai Total) :									
Nilai Rata-Rata	:	81							
Nilai Tertinggi	:	92							
Nilai Terendah	:	75							

Keterangan:  
T : Tuntas  
BT : Belum Tuntas

Catatan Kolaborator:  
.....  
.....  
.....  
.....

Kolabor

  
Rahyona SPd

NIP. 1962 03 23 1984 05 1 001

Siswa (1)

**LEMBAR OBSERVASI  
SIKAP SISWA**

Hari/tgl observasi : September 2019  
Siklus : I  
Nama Observer : Rahyeno S.Rd

No	A. Karakterisasi	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
1	Nilai-nilai sangat berkembang dalam diri tiap siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
2	Tingkah laku siswa menjadi lebih konsisten dalam pembelajaran servis bawah	✓	
3	Kesediaan menyesuaikan diri siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
4	Keteraturan pribadi siswa dalam pembelajaran servis bawah		✓
5	Keteraturan sosial dan emosi jiwa siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
No	B. Mengorganisasi Nilai	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
6	Sikap dari sebagian siswa yang konsisten dalam pembelajaran servis bawah	<del>✓</del>	✓
7	Adanya tingkah laku yang tercermin dari sebagian besar siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
No	C. Sikap yang Menganggap Apa yang Dikerjakan Berdasarkan Nilai	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
8	Siswa memiliki komitmen terhadap tugas yang diberikan guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	
9	Melalui bentuk tindakan siswa menerima pembelajaran servis bawah yang diberikan guru	✓	
10	Siswa memilih kesukaan dari beberapa alternatif tindakan dari guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	

Siswa (1)

No	D. Sikap Menanggapi Kriteria Penilaian Pengamatan	Jawaban	
		Ya	Tidak
11	Siswa menikmati dalam mengikuti proses pembelajaran servis bawah	✓	
12	Siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran servis bawah	✓	
13	Siswa melaksanakan tugas dari guru secara suka rela dalam pembelajaran servis bawah	✓	
14	Siswa menunjukkan sikap setuju dengan merespon pembelajaran servis bawah yang disampaikan oleh guru	✓	
15	Siswa berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran servis bawah	✓	
No	E. Sikap Respon Diri Kriteria Penilaian Pengamatan	Jawaban	
		Ya	Tidak
16	Perhatian siswa yang lebih serius dalam pembelajaran servis bawah	✓	
17	Kemauan dari siswa dalam menerima penjelasan dari guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	
18	Semangat dari siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
19	Kemauan dari siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
20	Siswa menyadari akan pentingnya penjelasan dari guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	

Skor maksimal 20

Rumus penilaian:

$\frac{\text{JUMLAH JAWABAN YA}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100 = \text{NA}$

SKOR MAKSIMAL

Siswa (4)

**LEMBAR OBSERVASI  
SIKAP SISWA**

Hari/tgl observasi : September 2019  
Siklus : I  
Nama Observer : Rahyono S.Pd.

No	A. Karakterisasi	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
1	Nilai-nilai sangat berkembang dalam diri tiap siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
2	Tingkah laku siswa menjadi lebih konsisten dalam pembelajaran servis bawah	✓	
3	Kesediaan menyesuaikan diri siswa dalam pembelajaran servis bawah		✓
4	Keteraturan pribadi siswa dalam pembelajaran servis bawah		✓
5	Keteraturan sosial dan emosi jiwa siswa dalam pembelajaran servis bawah		✓
No	B. Mengorganisasi Nilai	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
6	Sikap dari sebagian siswa yang konsisten dalam pembelajaran servis bawah	✓	
7	Adanya tingkah laku yang tercermin dari sebagian besar siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
No	C. Sikap yang Menganggap Apa yang Dikerjakan Berdasarkan Nilai	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
8	Siswa memiliki komitmen terhadap tugas yang diberikan guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	
9	Melalui bentuk tindakan siswa menerima pembelajaran servis bawah yang diberikan guru	✓	
10	Siswa memilih kesukaan dari beberapa alternatif tindakan dari guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	

Siswa (4)

No	D. Sikap Menanggapi	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
11	Siswa menikmati dalam mengikuti proses pembelajaran servis bawah		✓
12	Siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran servis bawah	✓	
13	Siswa melaksanakan tugas dari guru secara suka rela dalam pembelajaran servis bawah		✓
14	Siswa menunjukkan sikap setuju dengan merespon pembelajaran servis bawah yang disampaikan oleh guru	✓	
15	Siswa berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran servis bawah	✓	
No	E. Sikap Respon Diri	Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan	Ya	Tidak
16	Perhatian siswa yang lebih serius dalam pembelajaran servis bawah	✓	
17	Kemauan dari siswa dalam menerima penjelasan dari guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	
18	Semangat dari siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
19	Kemauan dari siswa dalam pembelajaran servis bawah	✓	
20	Siswa menyadari akan pentingnya penjelasan dari guru dalam pembelajaran servis bawah	✓	

Skor maksimal 20

Rumus penilaian:

$\frac{\text{JUMLAH JAWABAN YA}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100 = \text{NA}$

Siswa (9)

**LEMBAR OBSERVASI  
SIKAP SISWA**

Hari/tgl observasi : September 2015  
Siklus : 7  
Nama Observer : Rahyono S.Pd.

No	A. Karakterisasi		Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan		Ya	Tidak
1	Nilai-nilai sangat berkembang dalam diri tiap siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓	
2	Tingkah laku siswa menjadi lebih konsisten dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓	
3	Kesediaan menyesuaikan diri siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓	
4	Keteraturan pribadi siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓	
5	Keteraturan sosial dan emosi jiwa siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓	
No	B. Mengorganisasi Nilai		Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan		Ya	Tidak
6	Sikap dari sebagian siswa yang konsisten dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>			✓
7	Adanya tingkah laku yang tercermin dari sebagian besar siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓	
No	C. Sikap yang Menganggap Apa yang Dikerjakan Berdasarkan Nilai		Jawaban	
	Kriteria Penilaian Pengamatan		Ya	Tidak
8	Siswa memiliki komitmen terhadap tugas yang diberikan guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>			✓
9	Melalui bentuk tindakan siswa menerima pembelajaran pukulan <i>backhand</i> yang diberikan guru		✓	
10	Siswa memilih kesukaan dari beberapa alternatif tindakan dari guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>			✓

Siswa (9)

No	D. Sikap Menanggapi Kriteria Penilaian Pengamatan	Jawaban	
		Ya	Tidak
11	Siswa menikmati dalam mengikuti proses pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
12	Siswa merasa senang dalam mengikuti pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
13	Siswa melaksanakan tugas dari guru secara suka rela dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
14	Siswa menunjukkan sikap setuju dengan merespon pembelajaran pukulan <i>backhand</i> yang disampaikan oleh guru	✓	
15	Siswa berpartisipasi secara aktif dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
No	E. Sikap Respon Diri Kriteria Penilaian Pengamatan	Jawaban	
		Ya	Tidak
16	Perhatian siswa yang lebih serius dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
17	Kemauan dari siswa dalam menerima penjelasan dari guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓
18	Semangat dari siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
19	Kemauan dari siswa dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>	✓	
20	Siswa menyadari akan pentingnya penjelasan dari guru dalam pembelajaran pukulan <i>backhand</i>		✓

Skor maksimal 20

Rumus penilaian:

$\frac{\text{JUMLAH JAWABAN YA}}{\text{SKOR MAKSIMAL}} \times 100 = \text{NA}$

SKOR MAKSIMAL

## Dokumentasi Foto Penelitian





KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI, DAN PENDIDIKAN TINGGI  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Jln. Kolombo No.1 Yogyakarta Telp:(0274) 550307, Fax: (0274) 513092  
psw,560, 282,299,291

Nomor : 07.46/UN.34.16/PP/2019  
lampiran : 1 eks  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Kepada Yth.  
Kepala SD Negeri 1 Legoksayem  
Di Tempat

Diberitahukan dengan hormat, bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon kepada Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa :

Nama : Sarno  
NIM : 17604227029  
Prodi : PGSD PENJAS /S1  
Dosen Pengampu : Nur Rohmah Muktiani, M.Pd..  
NIP. : 19731006 200112 2 001

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Tanggal : 29 Juli sd 29 Oktober 2019  
Tempat : SD Negeri 1 Legoksayem  
Judul Skripsi : Upaya Meningkatkan Ketrampilan Pukulan *Back Hand* dalam Permainan Tenis Meja dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Legoksayem.

Demikian permohonan ini kami sampaikan atas terkabulnya permohonan ini kami ucapkan banyak terima kasih.

Yogyakarta, 25 Juli 2019



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.  
NIP. 19640707 198812 1 001

Tembusan :  
1. Dosen Pembimbing/Pengampu  
2. Mhs. ybs



PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA  
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAH RAGA  
SEKOLAH DASAR NEGERI 1 LEGOKSAYEM  
Alamat : Desa Legoksayem Kec. Wanayasa Banjarnegara 53457

SURAT IZIN PENELITIAN  
NOMOR : 800/88/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :

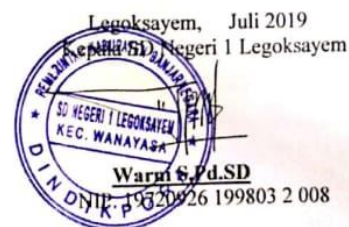
Nama : Warni, S.Pd.SD  
N I P : 19720926 199803 2008  
Pangkat/Gol. : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala Sekolah SD Negeri 1 Legoksayem  
Unit Kerja : SD Negeri 1 Legoksayem  
Alamat : Desa Legoksayem Rt.001 Rw.001. Kec. Wanayasa  
Kab. Banjarnegara 53457

Dengan ini memberikan izin kepada :

Nama : Sarno  
NIM : 17604227029  
Program Studi : PGSD Penjas  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Untuk melaksanakan kegiatan penelitian dengan judul "Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan *Backhand* Dalam Permainan Tenis Meja Dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet Pada Siswa Kelas IV SDN 1 Legoksayem, Kec. Wanayasa, Kab. Banjarnegara Semester I Tahun Pelajaran 2019/2020"

Demikian surat keterangan ini di buat untuk di gunakan sebagaimana mestinya.





PEMERINTAH KABUPATEN BANJARNEGARA  
DINAS PENDIDIKAN KEPEMUDAAN DAN OLAHRAGA  
SEKOLAH DASAR NEGERI 1 LEGOKSAYEM  
Alamat : Desa Legoksayem Kec. Wanayasa Banjarnegara 53457

SURAT KETERANGAN  
NOMOR : 800/89/2019

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Warni, S.Pd.SD  
N I P : 19720926 199803 2008  
Pangkat/Gol. : Pembina, IV/a  
Jabatan : Kepala Sekolah SD Negeri 1 Legoksayem  
Unit Kerja : SD Negeri 1 Legoksayem  
Alamat : Desa Legoksayem Rt.001 Rw.001, Kec. Wanayasa  
Kab. Banjarnegara 53457

Dengan ini memberikan izin kepada :

Nama : Sarno  
NIM : 17604227029  
Program Studi : PGSD Penjas  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Instansi/Perguruan Tinggi : Universitas Negeri Yogyakarta

Bahwa nama mahasiswa tersebut telah melaksanakan kegiatan penelitian di SD Negeri 1 Legoksayem pada bulan Juli sampai dengan bulan Oktober 2019 dengan judul **"Upaya Meningkatkan Keterampilan Pukulan *Backhand* Dalam Permainan Tenis Meja Dengan Menggunakan Alat Modifikasi Bet Pada Siswa Kelas IV SDN 1 Legoksayem, Kec. Wanayasa, Kab. Banjarnegara Semester 1 Tahun Pelajaran 2019/2020"**.

Demikian surat keterangan ini di buat untuk di pergunakan sebagaimana mestinya.

Legoksayem, Oktober 2019  
Kepala SD Negeri 1 Legoksayem



Warni, S.Pd.SD  
NIP: 19720926 199803 2 008