

LAPORAN PENELITIAN  
TAHUN ANGGARAN 2012

**PENINGKATAN PEMBELAJARAN TENIS MEJA MELALUI  
PENDEKATAN BERMAIN MAHASISWA PRODI PJKR FIK  
UNY**



OLEH:  
Hadwi Prihartanto, M.Sc  
NIP. 19600410 198903 1 002

Penelitian ini dibiayai dengan Dana DIPA UNY Tahun 2012  
Nomor: 1155.d/UN34.16/PL/2012, tanggal 1 Juni 2012

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
TAHUN 2012

# PENINGKATAN PEMBELAJARAN TENIS MEJA MELALUI PENDEKATAN BERMAIN UNTUK MAHASISWA PRODI PJKR FIK UNY

## ABSTRAK

*Oleh:*

**Hadwi Prihartanto, M.Sc dan A.M. Bandi Utama, M.Pd.**

Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan pembelajaran Tenis Meja melalui pendekatan bermain Prodi PJKR FIK UNY tahun ajaran 2012.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas dari Kemmis *et al*, 1982; dan Burns, 1999, dengan melalui siklus tindakan yang terdiri dari perenungan, perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Populasi penelitian adalah mahasiswa kelas A dan B Prodi PJKR FIK UNY yang menempuh mata kuliah Olahraga Pilihan Tenis meja pada semester IV tahun ajaran 2012 sejumlah 18 mahasiswa.

Hasil penelitian menunjukkan adanya peran serta secara aktif mahasiswa PJKR FIK UNY dalam mengikuti pembelajaran olahraga pilihan tenis meja melalui pendekatan bermain. Pembelajaran dengan pendekatan bermain mampu menciptakan pembelajaran yang menggembirakan, menyenangkan, dan penuh semangat belajar sehingga mampu membawa mahasiswa untuk berprestasi lebih baik dari pada sebelumnya. Hal ini dapat ditandai dengan adanya peningkatan tingkat partisipasi mahasiswa yang optimal, suasana pembelajaran yang kondusif, serta memperkaya kasanah model pembelajaran di prodi PJKR FIK UNY.

**Kata kunci:** *tenis meja, tindakan kelas, pembelajaran, bermain.*

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### Hasil Siklus ke-I

Pada siklus ke-I, peneliti dan dosen pengamat *merencanakan* untuk mempersiapkan materi pembelajaran, yaitu: (1) Bermain I: memantulkan bola ke udara, memantulkan bola ke tembok atau diinding, memantulkan bola ke lantai. Baik dimainkan sendiri maupun berpasangan. (2) Bermain II: memukul bola ke lantai memantul ke dinding terus menerus, baik sendiri maupun berpasangan. (3). Bermain III bermain dengan posisi meja melintang atau memanjang dengan peraturan yang sederhana baik tunggal maupun ganda. (4). Bermain IV: bermain tunggal dan ganda. Hal ini dipakai sebagai materi pembelajaran olahraga pilihan tenis meja. Berikut tabel hasil siklus pertama:

Tabel 3. Indikator Keterlibatan Mahasiswa dalam Pembelajaran pada Siklus ke-I

Indikator Keterlibatan Mahasiswa Dalam Pembelajaran	Jumlah Mahasiswa	Target yang Ingin Di capai		Hasil Penelitian	
		Jumlah	%	Jumlah	%
Pegangan bet (grip)	18	18	100	18	100
Kemampuan mengontrol bola		18	100	17	94,4
Kemampuan push strokes		18	100	18	100
Kemampuan drive strokes)		15	83,3	12	80,0
Kemampuan block strokes		18	100	16	88,8
Kemampuan service strokes		18	100	18	100
Kemampuan bermain tenis meja		15	83,3	18	100
Jumlah mahasiswa aktif		18	100	18	100

Sumber: Hasil Analisis Data Penelitian, 2012.

Dari tabel 3, terlihat bahwa hasil penelitian mendekati dari hasil yang ingin dicapai. Data indikator keterlibatan mahasiswa dalam pembelajaran diperoleh jumlah mahasiswa dapat memegang bet (grip) sejumlah 18 orang mahasiswa (100%), yang mampu melakukan gerakan mengontrol bola sejumlah 18 mahasiswa (100%), yang mampu melakukan gerakan *push strokes* sejumlah 18 mahasiswa (100%), yang mampu melakukan gerakan *drive strokes* sejumlah 12 mahasiswa (66.7%), yang mampu melakukan gerakan *service strokes* sejumlah 18 mahasiswa (100%), yang mampu

melakukan permainan tenis meja sejumlah 18 mahasiswa (100%), Jumlah mahasiswa aktif 18 orang (100%).

## **B. Pembahasan**

. Hasil penelitian tindakan kelas melalui satu siklus sudah mendekati dari hasil yang ingin dicapai. Dari catatan peneliti dan dosen pendamping hal tersebut dikarenakan karena hampir kebanyakan mahasiswa aktif mengikuti pembelajaran olahraga pilihan tenis meja dan sebagian telah memiliki wawasan permainan tenis meja yang memadai hal ini mungkin karena merupakan cabang olahraga pilihan.

Keaktifan mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran ini tampak dalam melakukan bentuk bermain mulai dari memantulkan bola ke udara, ke dinding, ke lantai atau kombinasinya baik sendiri maupun berteman atau bertanding. Juga Nampak pada saat bermain sederhana dengan posisi meja melintang maupun membujur baik tunggal, ganda, atau lebih.

Melalu pendekatan bermain ini mahasiswa mampu menunjukkan kemampuannya untuk mengalahkan segala tantangan dari dirinya sendiri, kawan, lawan, maupun lingkungannya pada saat bermain dalam pembelajaran olahraga pilihan tenis meja.

Pada akhir perkuliahan mahasiswa sudah mampu melakukan permainan tenis meja secara sederhana baik tunggal maupun ganda dengan menerapkan peraturan yang berlaku sesuai dengan peraturan PTMSI.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil refleksi dan pembahasan terhadap penelitian tindakan kelas di atas, dapat disimpulkan bahwa pendekatan bermain sebagai bagian materi pembelajaran olahraga pilihan tenis meja dapat meningkatkan proses pembelajaran di Prodi PJKR FIK UNY. Setelah memberikan pendekatan bermain sebagai bagian materi pembelajaran terlihat peningkatan keterampilan yang benar. Dengan demikian metode yang diterapkan yaitu pendekatan bermain dalam proses pembelajaran dapat memenuhi target yang diinginkan.

#### **B. Saran-saran**

Pendekatan bermain sebagai bagian materi pembelajaran cukup sesuai diberikan dalam pembelajaran olahraga pilihan tenis meja karena mampu menampilkan suasana kelas yang menyenangkan sekaligus dinamis yang dapat membantu proses pembelajaran. Selain itu mahasiswa mampu melakukan gerakan berulang-ulang dalam suasana senang. Oleh sebab itu, disarankan dalam pembelajaran gerak, menggunakan pendekatan bermain

## DAFTAR PUSTAKA

- Achmad Damiri dan Nurlan Kusmaedi. (1992). *Olahraga Pilihan Tenis Meja*. Jakarta: Depdikbud.
- Alex Kartamanah. (1993). *Olahraga Tenis Meja 1*. Bandung: Pionir Jaya
- \_\_\_\_\_. (1993). *Olahraga Tenis Meja 2*. Bandung: Pionir Jaya.
- A.M. Bandi Utama. (2010). *Bermain Dalam Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FIK UNY
- Arma Abdoellah. (1988). *Evaluasi dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud.
- Burn, Brian. (1979). *The Science of Table Tennis*. London: Pelham Books Ltd.
- McNiff, J. (1992). *Action research for professional development: Concise advise for new action esearchers*.
- Mosston, Muska. (1986). *Teaching Physical Education*. Ohio: Charles E. Merrill Publishing.
- Saifudin Azwar. (1987). *Test Prestasi Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Prestasi Belajar*. Yogyakarta: Liberty.
- Soejoko Hendromartono. (1992). *Olahraga Pilihan Renang*. Jakarta: Depdikbud.
- Soemitro. (1992). *Permainan Kecil*. Jakarta : Depdikbud.
- Sukintaka. (1998). *Teori Bermain untuk Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: FPOK.
- Suwarsih Madya. (1994). *Panduan Penelitian Tindakan*. Yogyakarta: Lemlit IKIP
- McTaggart, R. (1991) *Action Research: A Short Modern History*. Geelong, Victoria, Australia: Deakin University.
- Tjipto Utomo dan Kees Ruijter. (1990). *Peningkatan dan Pen.didikan* Jakarta: Gramedia.
- Wahjoedi. (2001). *Landasan Evaluasi Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Rajagrafind
- Winarno Surachmad. (1976). *Metodologi Pengajaran Nasional*. Bandung : CV.Jemars.