

## **JUDUL PENELITIAN:**

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

**Hadwi Prihartanto, M.Sc.**

**AM Bandi Utama, M.Pd.**

## **ABSTRAK .**

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 pilhan 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.

## **PENDAHULUAN**

Hasil akhir dari program studi PJKR adalah calon guru pendidikan jasmani di sekolah menengah yang memiliki kemampuan di bidang akademik dan profesi yang handal. Seperti yang tertuang dalam kurikulum PJKR yang menyatakan bahwa tujuan prodi PJKR adalah mempersiapkan tenaga kependidikan yang memiliki kemampuan akademis dan atau professional dalam bidang pendidikan jasmani yang mampu memadukan penguasaan bidang ilmu keguruan, olahraga, pendidikan, serta memiliki kepribadian dan keterampilan professional dalam melaksanakan fungsi pendidikan dan pengajaran”.

Mata kuliah Olahraga Pilihan Tenis Meja adalah salah satu mata kuliah yang harus ditempuh oleh mahasiswa prodi PJKR di semester empat sebagai bekal mahasiswa dalam menyiapkan diri sebagai calon guru penjas di sekolah menengah. Mata kuliah ini mempunyai bobot 1 sks praktik yang mensyaratkan mahasiswa untuk kuliah sekali pertemuan perminggu selama seratus menit per tatap muka. Materi ajar mata kuliah ini

adalah secara keseluruhan adalah penguasaan keterampilan bermain tenis meja, peraturan permainan, perwasitan, dan penyelenggaraan pertandingan tenis meja. Keterampilan bermain tenis meja meliputi penguasaan teknik permainan tenis meja secara sederhana antara lain : teknik pegangan bet, mengontrol bola, teknik pukulan, sikap siap, olah kaki, bermain tunggal dan ganda. Kelulusan mahasiswa ditentukan oleh hasil evaluasi proses, tes dan pengukuran, tugas-tugas, dan presensi minimal 75% kehadiran kuliah.

Keberhasilan dalam suatu pembelajaran ditentukan oleh beberapa faktor antara lain lain, mahasiswa, dosen ,metode pembelajaran, sarana dan prasarana, lingkungan, dan suasana pembelajaran. Pembelajaran mata kuliah Olahraga Pilihan Tenis Meja pun tidak terlepas dari faktor- faktor tersebut dalam keberhasilan pembelajarannya, kesungguhan dan partisipasi mahasiswa sangat diperlukan agar berhasil dalam menempuh mata kuliah ini, peran dosen juga berpengaruh terhadap keberhasilan mata kuliah ini dalam hal menyampaikan materi, metode pembelajaran, dan memfasilitasi mahasiswa. Banyak hambatan yang dialami oleh para mahasiswa dalam menempuh mata kuliah ini diantaranya: baru pertama kali kenal dengan olahraga ini, susah menyesuaikan antara karet pemukul dan bola, serba cepat dan tepat dalam bermain, suasana pembelajaran yang kurang kondusif, penerangan kelas yang kurang, pembelajaran yang membosankan karena drilling terus menerus dan sebagainya. Salah satu pendekatan pembelajaran dengan suasana yang menggembirakan dan menyenangkan adalah bermain.

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) bersifat partisipatori dan kolaboratif, yang dilakukan karena ada kepedulian bersama terhadap situasi pembelajaran kelas yang perlu ditingkatkan. Dosen bersama mahasiswa mengungkapkan kepedulian akan peningkatan situasi tersebut, saling menjajagi apa yang dipikirkan, dan bersama-sama berusaha mencari cara untuk meningkatkan situasi pembelajaran. Dosen bersama kolaborator (sejawat yang berkomitmen) menentukan fokus strategi peningkatannya. Dengan kata lain dosen dan kolaborator secara bersama-sama (1) **menyusun rencana** tindakan bersama-sama, (2) **bertindak** dan (3) **mengamati** secara individual dan bersama-sama dan (4) **melakukan refleksi** bersama-sama pula. Kemudian bersama-sama **merumuskan kembali rencana berdasarkan informasi yang lebih lengkap dan lebih kritis** (Kemmis *et al*, 1982; Burns, 1999).

Tujuan dari penelitian ini adalah terciptanya pembelajaran mata kuliah Olahraga Pilihan Tenis Meja yang kondusif melalui pendekatan bermain yang ditandai dengan meningkatnya nilai rata- rata kelulusan, perhatian dan partisipasi mahasiswa tinggi,

menambah kekayaan model pembelajaran dalam pendidikan jasmani. Meskipun untuk belajar bermain tenis meja dapat diberikan pada anak usia dini namun kenyataannya banyak mahasiswa yang belum dapat bermain tenis meja bahkan perturan bermain pun belum mengerti.. Berdasarkan pengamatan, wawancara dan tes awal, dapat diketahui dari 8 mahasiswa mengenai keterampilan bermain tenis meja dan penguasaan peraturan permainan tenis meja dapat dilihat pada tabel 1 berikut ini:

**Tabel 1: Hasil Tes dan Wawancara Kemampuan Tenis Meja Mahasiswa Prodi PJKR Tahun 2012**

<b>NO.</b>	<b>KEMAMPUAN TENIS MEJA</b>	<b>JUMLAH</b>
1.	Kemampuan bermain dengan benar	2
2.	Penguasaan peraturan permainan tenis meja	2
3.	Mampu melakukan perwasitan dengan benar	1
4.	Belum dapat memegang bet dengan teknik yang benar	6
5.	Belum dapat mengontrol bola dengan baik	6
6.	Belum tahu peraturan penilain games 11 dalam tenis meja	5

### **Perumusan Masalah**

Dalam penelitian tindakan ini, permasalahan yang akan diteliti mencakup upaya-upaya peningkatan efektivitas proses pembelajaran olahraga pilihan tenis meja mahasiswa yang mencakup proses persiapan pembelajaran atau perencanaan proses pembelajaran, implementasi atau pelaksanaan proses pembelajaran, dan evaluasi pembelajaran tenis meja. Permasalahan dalam penelitian tindakan ini dibatasi dan dirumuskan sebagai berikut: “Apakah melalui pendekatan bermain dapat meningkatkan proses pembelajaran matakuliah tenis meja”?

### **Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk meningkatkan kualitas pembelajaran matakuliah olahraga pilihan tenis meja mahasiswa PJKR FIK UNY, dalam arti :

1. Meningkatkan partisipasi mahasiswa.
2. Meningkatkan partisipasi aktif dosen dalam proses pembelajaran.
3. Meningkatkan motivasi belajar mahasiswa.
4. Gaya belajar mandiri dan kerjasama bertambah.

5. Memberikan contoh variasi teknik dalam permainan tenis meja sehingga termotivasi untuk mengikuti proses pembelajaran dan agar tujuan pembelajaran dapat tercapai.

### **Manfaat Hasil Penelitian**

Hasil penelitian ini secara khusus dapat bermanfaat untuk dosen maupun mahasiswa dalam memperbaiki proses pembelajaran matakuliah olahraga pilihan tenis meja melalui pendekatan bermain. Secara lebih luas hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh dosen dan mahasiswa yang mengikuti perkuliahan dengan karakteristik keterampilan gerak yang kompleks. Dengan kata lain dapat diseminisasikan dan diimplementasikan pada mata kuliah yang lain yang memiliki karakteristik penguasaan keterampilan teknik gerakan yang kompleks.

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **Hakikat Pembelajaran**

Hakikat pembelajaran adalah proses interaksi edukatif antara siswa dengan lingkungannya, seperti interaksi dengan guru, materi, metode, sarana dan prasarana, media pembelajaran, lingkungan sosial dsb. Faktor- faktor tersebut selalu berhubungan dan saling mempengaruhi dalam proses pembelajaran. Winarno Surachmad (1976:14) menyatakan bahwa proses interaksi edukatif ditandai dengan adanya siswa, guru, materi, tujuan, dan ikatan emosional. Sedang Sukintaka (1998:80) menyatakan bahwa dasar- dasar interaksi edukatif terdiri dari: tujuan, bahan, pelajar, guru, metode, dan situasi pembelajaran. Interaksi edukatif baik apabila faktor- faktor tersebut berfungsi sebagaimana mestinya.

Hakikat bermain adalah aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sungguh- sungguh, sukarela, dan menyenangkan. Seperti yang dikemukakan oleh Sukintaka (1998:24) bermain merupakan aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh- sungguh untuk memperoleh rasa senang dari aktivitas tersebut.

Pembelajaran tenis meja juga melibatkan aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sungguh- sungguh untuk mencapai tujuan pembelajarannya. Melalui pendekatan bermain dengan sendirinya tujuan pembelajaran akan mudah dicapai karena mahasiswa akan melakukan aktivitas jasmani dengan sukarela, sungguh-

sebenarnya, dalam suasana yang menyenangkan. Belajar adalah aktivitas yang menunjukkan terjadinya kemampuan-kemampuan baru yang relatif tetap karena adanya usaha untuk berubah dan beradaptasi. Proses belajar terjadi karena interaksi individu dengan lingkungannya. Dalam bidang pendidikan guru berperan meningkatkan proses belajar sehingga tercapai tujuan pendidikan.

Dengan memperhatikan keadaan dan kepentingan peserta didik, maka guru harus mengusahakan terjadinya interaksi edukatif, yaitu interaksi antara guru dengan anak didik yang didasarkan atas nilai-nilai dan norma-norma pendidikan yang terarah pada tercapainya tujuan pendidikan. Sehubungan dengan hal tersebut di atas proses belajar mengajar perlu memperhatikan masukan instrumental yang meliputi kurikulum, program, materi, sarana dan prasarana, fasilitas, metode dan penilaian. Praktik mengajar mempunyai tujuan, yaitu agar mampu menguasai keterampilan gerak dengan teknik yang benar serta sesuai dengan peraturan yang ada. Untuk itu, seorang guru harus menguasai bahan pembelajaran yang akan diajarkan. Dalam mencapai tujuan akhir dari pembelajaran tenis meja, tidak boleh dilupakan bahwa proses pembelajaran tetap di dalam ruang lingkup pendidikan.

### **Hakikat Pembelajaran Tenis Meja**

Salah satu prinsip pembelajaran pendidikan jasmani adalah dimulai dari gerakan yang sederhana menuju gerakan yang kompleks atau sukar. Demikian pula dalam pembelajaran tenis meja hendaknya dimulai dari gerakan atau teknik yang sederhana/mudah menuju gerakan yang kompleks/sukar. Penguasaan keterampilan dalam tenis meja dimulai dari cara memegang bet (*grip*). Ada dua jenis cara memegang bet yang lazim yaitu dengan cara jabat tangan dan pegangan pena.

Keterampilan selanjutnya adalah sikap siap atau cara berdiri dalam permainan tenis meja untuk selalu siap mengantisipasi datang bola yang relatif singkat baik dengan sikap pukulan *forehand* ataupun sikap pukulan *backhand*.

Selanjutnya adalah mengontrol bola dengan tujuan agar peserta didik mampu menguasai peralatan yang digunakan dalam permainan tenis meja seperti bet dengan berbagai sifat mengenai karet pemukul terhadap pantulan bola, menguasai sifat bola tenis meja dengan berbagai kecepatan, putaran, pantulan, sudut datang dan pergi, warna, serta sifat permukaan meja tenis meja.

Keterampilan selanjutnya yang dikuasai peserta didik adalah berbagai macam teknik pukulan seperti: *push stroke*, *service stroke*, *drive stroke*, *loop*, *cut*, *smash stroke* yang dilakukan dengan sikap *forehand* maupun *backhand*.

Selanjutnya adalah belajar penguasaan gerak olah kaki dengan berbagai variasi langkah ke kanan, kiri, belakang, dan ke depan. Penguasaan gerak olah kaki sangat penting karena datangnya bola secara cepat dari berbagai sudut lapangan yang memerlukan kesiapan sikap tubuh yang benar untuk membuat pukulan yang benar pula.

Materi yang berikutnya adalah bermain tunggal maupun ganda dengan menerapkan berbagai teknik dan taktik bertahan maupun menyerang agar mampu mencetak kemenangan dalam bermain tersebut.

Rencana siklus I terdiri dari tindakan pendekatan bermain pada pegangan (*grip*), gerakan mengontrol bola, gerakan *push stroke*, *drive strokes*, dan *block strokes*, serta bermain tenis meja sederhana, seperti dalam tabel berikut ini.

**Tabel 1. Rencana siklus I**

No	Tindakan Kelas	Prosentase Hasil (%)				
		BS	B	C	K	KS
1	Memberikan kesempatan mahasiswa untuk dapat melakukan teknik pegangan ( <i>grip</i> ) jabat tangan dan pegangan pena sekaligus melakukan aktivitas memukul-mukul bola dengan variasi pegangan tersebut.					
2	Memberikan kesempatan mahasiswa untuk dapat mengontrol bola dengan berbagai variasi pantulan baik dengan <i>forehand</i> atau <i>backhand</i>					
3	Melakukan teknik gerakan pukulan <i>push stroke</i> dengan berbagai variasi lurus, silang, jauh, dekat baik <i>forehand</i> maupun <i>backhand</i>					
4	Melakukan gerakan teknik pukulan <i>forehand drive</i> dengan berbagai variasinya					
5	Melakukan gerakan teknik <i>forehand block stroke</i> dengan berbagai variasinya					
6	Melakukan permainan tunggal dan ganda untuk menerapkan teknik, taktik, dan perturan permainan					

Keterangan

**BS = Baik Sekali, B = Baik, C = Cukup, K = Kurang, KS= Kurang sekali**

### Hakikat Penelitian Tindakan Kelas

Penelitian Tindakan Kelas (PTK) sangat mendukung program peningkatan kualitas pembelajaran di sekolah yang muaranya adalah peningkatan kualitas

pendidikan. Hal ini, karena dalam proses pembelajaran, guru adalah praktisi dan teoretisi yang sangat menentukan. Peningkatan kualitas pembelajaran, merupakan tuntutan logis dari perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan seni (Ipteks) yang semakin pesat.

Menurut Kemmis (1992): *Action research as a form of self-reflective inquiry undertaken by participants in a social (including educational) situation in order to improve the rationality and justice of (a) their on social or educational practices, (b) their understanding of these practices, and (c) the situations in which practices are carried out.* Adapun McNeill (2002) menyatakan: *action research is a term which refer to a practical way of looking at your own work to check that it is you would like it to be. Because action research is done by you, the practitioner, it is often referred to as practitioner based research; and because it involves you thinking about and reflecting on your work, it can also be called a form of self-reflective practice.*

PTK didefinisikan sebagai suatu bentuk kajian yang bersifat reflektif oleh pelaku tindakan. Tindakan tersebut dilakukan untuk Meningkatkan kemantapan rasional dari tindakan-tindakan mereka dalam melaksanakan tugas sehari-hari, memperdalam pemahaman terhadap tindakan-tindakan yang dilakukan, serta memperbaiki kondisi di mana praktik-praktik pembelajaran tersebut dilakukan. Untuk mewujudkan tujuan-tujuan tersebut, PTK dilaksanakan dalam proses berdaur (*cyclical*) yang terdiri dari empat tahapan, *planing, action, observation/evaluation, dan reflection.*

PTK merupakan proses pengkajian suatu masalah pada suatu kelas melalui system daur ulang dari berbagai kegiatan.

***Merencanakan → Melakukan Tindakan → Mengamati dan menilai  
→ Merefleksikan → Merencanakan → Melakukan Tindakan → Mengamati  
dan Menilai → Merefleksikan → dan seterusnya.***

### **Bagan 01 Daur Ulang dalam Penelitian Tindakan Kelas**

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian tindakan kelas melalui siklus dari perenungan, perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi.

## **Populasi Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas, dimana peneliti terlibat langsung sebagai pelaku atau dosen peneliti dan dosen pendamping (dosen pengamat). Penelitian ini dilakukan pada mahasiswa kelas A dan B Prodi PJKR sejumlah 18 mahasiswa. Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi keterlibatan mahasiswa dalam bertanya, keterlibatan mahasiswa dalam menjawab pertanyaan, keterlibatan mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan, dan keterlibatan mahasiswa dalam mengerjakan tugas mingguan. Alat bantu yang digunakan untuk mengumpulkan data penelitian adalah: 1) daftar *checklist*, 2) *feedback record*, 3) daftar nilai tugas mingguan.

## **Analisis Data**

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif. Proses pengolahan dan analisis data deskriptif mengacu pada pengolahan data Hopkins (1993), antara lain 1). deskripsi data, 2) validasi data, 3) interpretasi data. Jalannya penelitian meliputi tahapan sebagai berikut:

*Tahap Persiapan.* Pada tahap ini dilakukan penyediaan bahan-bahan dan alat-alat belajar seperti silabus, SAP, diktat, presensi, bahan belajar berupa jenis-jenis pendekatan bermain.

*Tahap Pelaksanaan.* Tahap ini terdiri atas: 1) *planning*, dosen peneliti merencanakan sistem dan strategi pembelajaran yang tepat dalam menerapkan proses pembelajaran sesuai dengan rencana, 2) *acting*, dosen peneliti menerapkan proses pembelajaran sesuai dengan yang telah direncanakan, 3) *observing*, tahap ini dosen mencatat hal-hal yang terjadi selama proses pembelajaran, dan dosen pengamat juga mencatat segala aktivitas mahasiswa maupun dosen peneliti dalam memberikan informasi, dan 4) *reflecting*, pada tahap ini dosen peneliti, dosen pengamat, serta tiga orang wakil mahasiswa duduk satu meja untuk membahas sistem pembelajaran yang telah dilakukan dan mencari solusi yang tepat untuk periode berikutnya demi terwujudnya tujuan penelitian (McNiff, 1998; Greenwood and Levin, 1998).

*Tahap Akhir.* pada tahap ini seluruh data-data yang terkumpul pada setiap siklus ditampilkan secara deskriptif dan dibahas faktor-faktor penghambat pada masing-masing siklus, sehingga diperoleh siklus yang tepat dan berkompeten dalam

meningkatkan keterlibatan belajar mahasiswa pada matakuliah Olahraga Pilihan Tenis meja di prodi PJKR FIK UNY.

### Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah pedoman observasi yang dibuat sendiri oleh peneliti. Pedoman observasi mencakup aktivitas mahasiswa dan dosen dalam proses pembelajaran setelah memperoleh materi melalui media audio visual yang mencakup keterlibatan mahasiswa dalam bertanya, keterlibatan mahasiswa dalam menjawab pertanyaan, keterlibatan mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan, keterlibatan mahasiswa dalam mengerjakan tugas mingguan minat, dorongan atau motivasi dalam beraktivitas, diskusi, dan berkolaborasi dengan seluruh anggota yang terlibat dalam proses pembelajaran olahraga pilihan tenis meja.

### Teknik Analisa Data

Data yang telah dikumpulkan harus dianalisis. Analisis hanya bersifat kualitatif. Jika ada data kuantitatif, analisisnya paling banyak menggunakan statistik deskriptif dengan penyimpulan lebih mendasarkan diri pada nilai rata-rata dan simpangan baku amatan atau persentase amatan. Hasil analisis data kualitatif dikonsultasikan dengan makna kualitatif yang mencerminkan struktur dasar terhadap jawaban masalah penelitian. Hasil analisis kuantitatif, selanjutnya dikonsultasikan pada pedoman konversi. Teknik analisa data menggunakan pedoman konversi nilai absolut skala lima, data hasil belajar, pedoman konversinya adalah sebagai berikut: 0 – 39,9 :Sangat kurang, 40,0 – 54,9 :Kurang, 55,0 – 69,9 : Cukup, 70,0 – 84,5:Baik, 85,0 – 100 : Sangat baik

**Tabel 2. Rancangan Tindakan Materi Pembelajaran melalui Pendekatan Bermain**

No	Siklus	Materi Pembelajaran	Topik Pembelajaran
1	Siklus I	Bermain I: a. Pantul bola ke udara perorangan dan berteman b. Pantul bola ke lantai/meja c. Pantul bola ke dinding dengan variasinya	1. Teknik pegangan ( <i>grip</i> ) 2. <i>Ball Control</i> baik <i>forehand</i> maupun <i>backhand</i>
2	Siklus I	Bermain II: a. Dorong bola arah lurus di dinding/lantai b. Dorong bola lurus di meja c. Dorong bola diagonal di meja	1. <i>Forehand push stroke</i> 2. <i>Backhand push stroke.</i>
3	Siklus I	Bermain III:	1. <i>Forehand drive stroke</i>

		a. Pukul bola ke lantai memantul ke dinding b. Pukul bola diagonal meja	2. <i>Backhand drive stroke</i>
4	Siklus I	Bermain IV: a. Pukul bola diagonal b. Pukul bola lurus	1. <i>Forehand drive and block stroke</i> 2. <i>Backhand drive and block stroke</i>
5	Siklus I	Bermain VI: a. Bermain Tunggal b. Bermain ganda	1. Taktik bermain tunggal, serang dan bertahan 2. Taktik bermain ganda, serang dan bertahan

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 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 6, 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%).

## **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 memadahi 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.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **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.

### **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. <http://www.jeanmcneiff.com/booklet1.html>
- 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.

**SEMINAR HASIL PENELITIAN**

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



**Oleh: Drs. Hadwi Prihartanto, M.Sc.  
Drs.A.M. Bandi Utama, M.Pd.  
Ermawan Susanto, M.Pd.**

**PENDIDIKAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2012**

