

Penerapan Media Dinding dan Media Multiball Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Meja Di SDN 05 Sijuk

Dini Pebriani¹, Dian Budiana², Gano Sumarno³

^{1,2,3}Universitas Pendidikan Indonesia, Jawa Barat, Indonesia
Jl. Dr. Setiabudi No. 229, Isola, Kec. Sukasari, Kota Bandung, Jawa Barat 40154
Email: dinipebriani@upi.edu

ABSTRAK

Penelitian ini di latarbelakangi oleh dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti di SD 05 Sijuk dan penelitian terdahulu tentang tenis meja, menarik perhatian penulis untuk meneliti “penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis di SDN 05 Sijuk, dengan maksud untuk mengetahui pengaruh penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja siswa. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest- posttest design. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi SDN 05 Sijuk. Sampel dalam penelitian ini adalah 28 orang siswa dengan teknik Stratified sampling. Instrument yang di gunakan dalam penelitian ini menggunakan instrumen berbasis kinerja permainan tenis meja. Hasil penelitian menunjukkan t hitung 3,389 dan t tabel 2,052 (df.27) dan nilai signifikansi (Sig) sebesar 0,02. Oleh karena t hitung $3.389 > t$ tabel 2,052, dan nilai signifikansi $0,02 < 0,05$. Maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (H_a) yang berbunyi “ada pengaruh penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja di SDN 05 Sijuk”, diterima. Artinya penerapan media dinding dan media multiball memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja di SDN 05 Sijuk.

Kata kunci: Media Dinding, Media Multiball, Tenis Meja, Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Meja

ABSTRACT

This research was motivated by the results of observations made by researchers at SD 05 Sijuk and previous research on table tennis, attracting the author's attention to research "the application of wall media and multiball media to improve basic movement skills in playing tennis at SDN 05 Sijuk, with the aim of finding out the effect application of wall media and multiball media to improve students' basic movement skills in playing table tennis. The research method used in this research is the experimental method. The research design used in this research is one group pretest-posttest design. The population used in this research were students of SDN 05 Sijuk. The sample in this research was 28 students using a stratified sampling technique. The instrument used in this research was a table tennis game performance-based instrument. he research results show that t count is 3.389 and t table 2.052 (df.27) and the significance value (Sig) is 0.02. Because t count is $3.389 > t$ table 2.052, and the significance value is $0.02 < 0.05$. then the results This shows there is a significant difference. Thus the alternative hypothesis (H_a) which states "there is an influence of the application of wall media and multiball media on improving basic movement skills in playing

table tennis at SDN 05 Sijuk", is accepted. This means that the application of wall media and multiball media has an influence on improving basic movement skills in playing table tennis at SDN 05 Sijuk.

Keywords: Wall Media, Multiball Media, Table Tennis, Basic Movement Skills For Playing Table Tennis

PENDAHULUAN

Permainan tenis meja dimainkan dengan menggunakan fasilitas meja dan perlengkapannya serta raket dan bola sebagai alatnya. Seperti yang dikatakan Muhajir (dalam Nurhadi. 2022) "Tenis meja adalah suatu permainan yang menggunakan meja sebagai lapangan dibatasi oleh jaring (net) yang menggunakan bola kecil terbuat dari bahan celluloid dan permainannya menggunakan pemukul atau yang disebut bet". Pendapat lain dari Salim dalam (Budiman, 2019:3) mengungkapkan "tenis meja atau pingpong 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".

Dalam permainan tenis meja sebaiknya peserta didik mengetahui hal-hal yang dipunyai dalam permainan tenis meja. Sehubungan dengan dengan hal itu di perlukan keterampilan dasar yang baik dan benar selain didukung pula oleh faktor-faktor lainnya. Seperti yang dikatakan Achmad Damiri dan Nurlan Kusmaedi dalam (Budiman, 2019:32) "pada pokoknya teknik dasar permainan tenis meja dapat dibedakan menjadi ; (a) Grip, (b) Stance, (c) Stroke dan (d) Footwork". Penguasaan teknik-teknik tersebut memerlukan latihan yang teratur, terukur, dan berlangsung terus menerus dan berkelanjutan. Dari pendapat diatas penulis ingin menerapkan latihan media dinding dan multiball untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain tenis meja.

Fakta dilapangan yang di dapat melalui ovservasi yang dilakukan penulis di SDN 5 Sijuk pada kegiatan pembelajaran tenis meja ditemukan tidak sedikit siswa saat bermain tenis meja dinilai kurang menguasai teknik dasar pukulan backhand. Kesalahan-kesalahan yang sering terulang seperti, pukulan servise nya yang sering tidak melewati net atau menyangkut, kemudian drive nya yang tidak akurat dan sering lewat dari lapangan lawan (keluar). Banyak penelitian terdahulu yang meneliti tentang tenis meja, seperti pnelitian yang dilakukan Nurhadi (2022) adapun tujuan penelitian penelitian ini adalah untuk melihat hasil penerapan metode yang digunakan dan untuk mengetahui peningkatan hasil belajar

keterampilan bermain tenis meja melalui penerapan modifikasi alat pembelajaran menggunakan dinding pantul. Penelitian lain yang dilakukan Santosa (2016) penelitian ini bertujuan Tujuan dalam penelitian ini: 1) menghasilkan sebuah produk alat bantu return board. 2) membantu atlet dan pelatih dalam meningkatkan kemampuan pukulan forehand topspin tenis meja, Hasil penelitian ini menyimpulkan: (1) produk pengembangan alat bantu return board dapat digunakan untuk meningkatkan pukulan forehand topspin tenis meja. Pada atlet pemula memiliki efektivitas 53% dan kelompok lanjut memiliki efektivitas 32%; (2) produk alat bantu return board dapat digunakan sebagai sarana latihan bagi atlet tenis meja tingkat junior, pemula, dan senior; (3) produk alat bantu return board dapat digunakan sebagai sarana memotivasi atlet dalam berlatih dengan mengukur kemampuan pukulan forehand topspin masing-masing atlet.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan peneliti di SD 05 Sijuk dan penelitian terdahulu tentang tenis meja yang di sebutkan di penjelasan diatas, menarik perhatian penulis untuk meneliti “Penerapan Media Dinding Dan Media Multiball Terhadap Peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Di SDN 05 Sijuk”. Berdasarkan latar belakang yang telah disebutkan, maka masalah yang dikaji dalam penelitian ini dapat dirumuskan “Apakah melalui penerapan media dinding dan media multiball dapat meningkatkan Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Meja di SDN 05 Sijuk”. Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Meja di SDN 05 Sijuk

METODE PENELITIAN

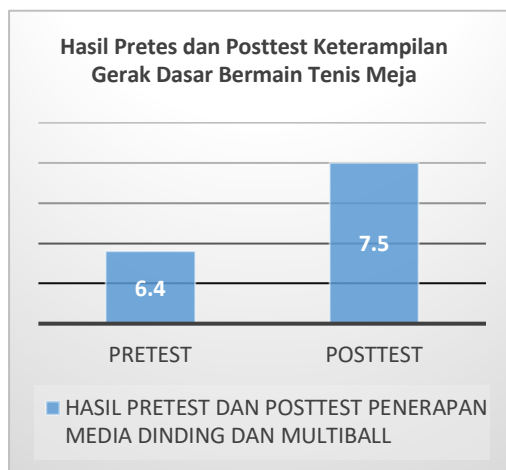
Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah one group pretest- posttest. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi SDN 05 Sijuk kelas 4, 5 dan 6 yang berjumlah 28 siswa. Dikarenakan populasi pada penelitian ini terdapat beberapa kelas yang berbedamaka di gunakan teknik sampling Stratified sampling. Menurut Arikunto (dalam Rizki, 2022) menjelaskan bahwa “Apabila subjek kurang dari 100, lebih baik diambil semuanya, sehingga dari penelitian merupakan penelitian populasi. Selanjutnya jika jumlah

subjek besar dari 100, maka diambil 10% - 15% atau 20% - 25% lebih". Jadi jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 28 orang siswa.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Penelitian ini akan menganalisis data yang dikumpulkan sebelum dan sesudah memberikan program latihan atau perlakuan (penerapan media dinding dan media multiball) kepada sampel untuk meningkatkan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja. Data tersebut terdiri dari tes awal, tes akhir, dan selisih antara tes awal dan tes akhir. Tes awal dilakukan sebelum diberikan treatment untuk mengukur kemampuan awal siswa, sedangkan tes akhir dilakukan setelah diberikan treatment untuk mengukur kemampuan akhir siswa.



Gambar 1. Hasil Pretes dan Posttest Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Meja

Untuk mengetahui hasil dari penelitian ini harus mengolah dan menganalisis data dengan cara menguji normalitas, uji homogenitas, dan uji hipotesis. Berikut hasil pada penghitungan normalitas *Shapiro-Wilk*

Tabel 1. Hasil Normalitas

	Statistic	df	Sig.
Pretest	0.937	28	0.093
Posttest	0.949	28	0.189

dapat dilihat bahwa nilai (Sig) Pretest $0,093 > 0,05$ dan nilai (Sig) Posttest $0,189 > 0,05$, dapat disimpulkan bahwa semua data memiliki nilai (Sig.) $> 0,05$ maka data

berdistribusi normal. Selanjutnya, ketika uji normalitas sudah dilakukan peneliti melanjutkan uji homogenitas.

Tabel 2. Uji Homogenitas

Test of Homogeneity of Variances

<i>Levene Statistic</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig.</i>
2.656	1	54	0.109

Berdasarkan tabel tersebut hasil uji homogenitas terdapat bahwa data tersebut homogen dengan nilai sig. 0,109 lebih besar dari 0, 05. Uji-t digunakan untuk menguji hipotesis berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan peneliti. Apabila hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan maka penerapan media dinding dan media multiball memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja. Kesimpulan penelitian dinyatakan signifikan jika nilai t hitung > t tabel dan nilai sig lebih kecil dari 0,05 (Sig < 0.05). Berdasarkan hasil analisis diperoleh data pada tabel sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Pre-Test dan Post-Test Keterampilan Gerak Dasar Bermain Tenis Meja

Kelompok	Rata-rata	t hitung	t tabel	df	Sig
Pretest	6,46	3.389	2.052	27	0.02

Dari hasil uji-t dapat dilihat bahwa t hitung 3.389 dan t tabel 2.052 (df. 27) dengan nilai signifikansi (Sig) sebesar 0, 02. Oleh karena t hitung 3.389 > ttabel 2.052, dan nilai signifikansi 0, 02 < 0,05, maka hasil ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan. Dengan demikian hipotesis alternatif (Ha) yang berbunyi “ada pengaruh penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja di SDN 05 Sijuk”, diterima. Artinya penerapan media dinding dan media multiball memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja.

Uji-t digunakan untuk menguji hipotesis berdasarkan hasil pre-test dan post-test yang dilakukan peneliti. Apabila hasil analisis menunjukkan perbedaan yang signifikan maka penerapan media dapat dilihat bahwa nilai (Sig) Pretest 0,093>0.05 dan nilai (Sig) Posttest 0.189 > 0.05, dapat disimpulkan bahwa semua data memiliki nilai (Sig.) > 0.05 maka data berdistribusi normal. Selanjutnya, ketika uji normalitas sudah dilakukan peneliti melanjutkan uji homogenitas.

Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan dasar bermain tenis meja. Dari data pengujian hipotesis menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan gerak dasar bermain tenis meja pada siswa SDN 05 Sijuk setelah di beri perlakuan latihan melalui program yang sudah dirancang sebanyak 16 kali pertemuan yang disesuaikan dengan pendapat (Juliantine, Dkk, 2007) “menyatakan bahwa sebagai percobaan untuk mendapatkan hasil yang baik bisa pula dilakukan dalam frekuensi latihan 3 kali/minggu, sedangkan lamanya latihan paling sedikit 4-6 minggu.”

Hasil penghitungan telah membuktikan bahwa penerapan media dinding dan media multiball memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan gerak dasar bermain tenis meja. Hal ini sependapat dengan penelitian Defliayanto (2019) dalam Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani mengungkapkan adanya peningkatan yang sangat berarti dalam penerapan pembelajaran servis forehand dan backhand melalui media dinding pada mahasiswa penjas. Fatmala (2015) dalam penelitiannya juga berpendapat bahwa Latihan multiball memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan drive tenis meja.

Jadi dapat di simpulkan bahwa penerapan media dinding dan media multiball memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan gerak dasar bermain tenis meja.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti, mulai dari Pretest, posttest, sampai analisis data, peneliti menyimpulkan bahwa ada pengaruh yang signifikan penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja di SDN 05 Sijuk dengan nilai T hitung $3.389 > T$ tabel 2.052, dan nilai signifikansi $0,02 < 0,05$ sehingga (H_a) yang berbunyi “ada pengaruh penerapan media dinding dan media multiball terhadap peningkatan keterampilan gerak dasar bermain tenis meja di SDN 05 Sijuk”, diterima.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, M Jamil. (2023). Pengaruh Metode Latihan Multiball dan Shadow Terhadap Kemampuan Ketepatan Forehand Drive Pada Permainan Tenis Meja Di tinjau Dari Koordinasi Mata Tangan (Tesis). Yogyakarta. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Abduljabar, B. & Darajat, J. (2014). Aplikasi Statistika dalam Penjas. Bandung: CV. Bintang Warliartika.
- Ali, M. (2011). Memahami Riset Perilaku dan Sosial. CV Pustaka Cendikia Utama
- Arikunto,S. (2002). Suatu Pendekatan Praktik. Jakarta: Rineka Cipta.
- Budiman, T. (2019). Pengaruh Model Self-Regulated Learning dalam Pembelajaran Permainan Tenis Meja Terhadap Self- Esteem (Skripsi). Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia
- Budiwanto. S. (2017). Metodologi Penelitian dalam Keolahragaan. Malang: UM Penerbit dan Percetakan.
- Cantona Rizky, S. (2018). Implementasi Pembelajaran Teaching Game For Understanding (TGFU) Terhadap Hasil Belajar Bermain Futsal (Skripsi). Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia.
- Defliyanto. (2019). Penerapan Media Dinding dalam Meningkatkan Service Forehand Backhand pada Pembelajaran Tenis Meja. Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani, 3 (1).
- Deriyanto. (2018). Persepsi Mahasiswa Universitas Tribhuwana Tungga Dewi Malang terhadap Pengguna Aplikasi Tiktok. Jurnal Ilmu Sosial Dan Ilmu Politik.
- Hodges, L. (2007). Steps to Success Tenis Meja Tingkat Pemula. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hutasuhut. (1988). Tenis Meja. Padang: Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan.
- Jaya, Belly S. (2019). Penerapan model TGFU dalam permainan sepakbola di sekolah dasar pada siswa kelas V di SDN 03 Sijuk (Skripsi). Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia
- Juliantine, dkk. (2015). Model-Model Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani. Bandung: CV. Bintang Warliartika.
- Kertamanah, A. (2003). Teknik dan Taktik Dasar Permainan Tenis Meja. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Mahendra, A. (2015). Filsafat Pendidikan Jasmani Dasar-Dasar Pembelajaran Penjas di Sekolah Dasar. Bandung: CV. Bintang Warliartika
- Nurhadi, A. (2022). Meningkatkan Hasil Belajar Keterampilan Bermain Tenis Meja Menggunakan Dinding Pantul Kelas V SD Negeri 002 Babulu. Jurnal Inovasi Pendidikan Dasar 67 Vol 2, No. 1.
- Nursyahidah Farida. (2015). Penelitian Eksperiment. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, Volume 6, No. 1,
- Ramadhan, M Fikri, B. (2020). Pengaruh Model Self-Regulated Learning Dalam Pembelajaran Permainan Tenis Meja Terhadap Self- Esteem (Skripsi). Bandung. Universitas Pendidikan Indonesia
- Rizki, Bagjani. E. (2022). Pelaksanaan Pendidikan Jasmani Dan Olahraga Dan Kesehatan (PJOK) Di SMP Negeri 1 Kapur IX. Jurnal pendidikan dan olahraga.
- Santosa, T. (2016). Pengembangan Alat Bantu Return Board Untuk Forehand Topspin Tenis Meja. Jurnal Pedagogik Keolahragaan, Volume 02, No 02,
- Salim, A. (2008). Buku Pintar Bermain Tenis Meja. Bandung. Nuansa.

- Sugiyono. (2016). *Metodologi Penelitian Kombinasi Bandung*: Alfabeta
- Sugiyono. (2017). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sutarmin. (2007). *Terampil Berolahraga Tennis Meja*. Solo: Era Intermedia.
- Tomoliyus. (2017). *Sukses Melatih Keterampilan Dasar Permainan Tennis Meja dan Penilaian*. Yogyakarta : CV. Sernu Untung.