

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti dapat mengemukakan kesimpulan sebagai berikut :

1. Sebelum diberi tindakan dengan penerapan model pembelajaran kooperatif tipe TGT, teknik dasar servis *forehand* tenis meja siswa rendah, hal ini dilihat dari hasil observasi awal dengan nilai rata-rata 49,74
2. Setelah diberi tindakan siklus I melalui model pembelajaran kooperatif tipe TGT, teknik dasar servis *forehand* tenis meja siswa meningkat meskipun belum mencapai target, hal ini dilihat dari hasil evaluasi siklus I dengan nilai rata-rata 60,42 dengan peningkatan sebesar 10,68 atau 21,47 % dari hasil observasi awal. Selanjutnya pada siklus II peningkatan teknik dasar servis *forehand* melampaui indikator kinerja yang telah ditetapkan dengan nilai rata-rata 76,04 peningkatan sebesar 15,62 atau 25,85 %.
3. Dengan menerapkan model pembelajaran kooperatif tipe TGT pada pembelajaran penjas orkes khususnya materi teknik dasar servis *forehand* permainan tenis meja, maka teknik dasar servis *forehand* tenis meja siswa kelas VII b SMP N 3 Telaga Biru meningkat hingga 93,75 % dari jumlah siswa 16 orang yang dijadikan obyek penelitian.

## 5.2 Saran

Model pembelajaran kooperatif tipe TGT telah terbukti dapat meningkatkan pembelajaran penjas orkes khususnya pada materi teknik dasar servis *forehand* permainan tenis meja. Berdasarkan hal ini peneliti menyarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Dalam kegiatan pembelajaran penjas orkes, guru diharapkan menjadikan model pembelajaran kooperatif tipe TGT sebagai suatu alternatif untuk meningkatkan hasil pembelajaran.
2. Dalam proses pelaksanaan pembelajaran penjas orkes hendaknya guru banyak melakukan pendekatan untuk memberikan motivasi sehingga terbentuk rasa percaya diri pada siswa.
3. Guru penjas orkes diharapkan dapat menggunakan model pembelajaran kooperatif tipe TGT dalam penelitian peningkatan profesi guru.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Amri dan Tatik Elisah, 2011. *Strategi Pembelajaran Sekolah Terpadu*. Jakarta: PT.Prestasi Pustakaraya.
- Chandra. Shodikin dan Sanoesi, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas VII*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Dwi. S dan Sujarwadi. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VIII SMP/MTs*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Hamzah, Fengki. 2009. *Meningkatkan Kemampuan Menggiring Bola Basket Melalui Model Pembelajaran Kooperatif Tipe STAD Pada Siswa Kelas Xa SMK Pertanian Limboto Kabupaten Gorontalo*. SKRIPSI. Gorontalo. Program S1 Universitas Negeri Gorontalo.
- Hartomo dan Widyastuti, 2010. *Buku Pegangan Guru Olah Raga seri Permainan Bola Kecil*. Semarang: Aneka Ilmu.
- Hiola, Yahya. 2012. *Meningkatkan Kemampuan Teknik Dasar Lemparan Samping Permainan Softball Melalui Strategi Pembelajaran Kooperatif Tipe Jigsaw Pada Siswa Kelas Xa SMK pertanian Limboto Kabupaten Gorontalo*, SKRIPSI. Gorontalo. Program S1 Universitas Negeri Gorontalo.
- Jaya. S. dan Marjuki, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas V*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Juari, Wagino dan Sukiri, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SD/MI Kelas VI*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Kusnanto. 2010. *Bermain Tenis Meja*. Semarang : Aneka Ilmu.
- Maufur.Fauzi.Hasan. 2010. *Sejuta Jurus Mengajar Mengasikkan*. Semarang: Sindur Press.
- Muniarsih, Shopian dan Istianingsih. 2010. *101 Tips Belajar Efektif dan Menyenangkan*. Semarang: PT. Sindur Press
- Nugraha, 2012. *Peningkatan kemampuan menulis karanangan, deskripsi menggunakan media fotografi*. Jurnal. Univ. Pendidikan Indonesia.
- Rahyubi. Heri, 2012. *Teori-Teori Belajar dan Aplikasi Pembelajaran Motorik* Bandung: Nusa Media.

- Rosdiani, Dini. 2012. *Model Pembelajaran Langsung dalam Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan* Bandung: Alfabeta.
- Sujarwadi dan Sarjiyanto, 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk Kelas VII SMP/MTs*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Sutono IR, 2010. *Ensiklopedia Olahraga Permainan Bola Kecil*, Semarang :PT. Bengawan Ilmu.
- Sutrisno. Budi dan Khafadi Moh.B. 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas VIII*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- ..... 2010. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan Untuk SMP/MTs Kelas IX*. Kementerian Pendidikan Nasional. Jakarta
- Tomoliyus, 2012. *Panduan Kepelatihan Tenis Meja Bagi Siswa Sekolah Dasar*. Disajikan dalam rangka pembinaan club olahraga sekolah dasar se Indonesia Tahap II di Yokyakarta, 29 April – 4 Mei 2012.
- Trianto. 2010. *Mendesain Model Pembelajaran Inovatif – Progresif*. Jakarta : Prenada Media Group.
- Windi. Amelia 2010, *Hubungan Kelentukan Pergelangan Tangan dengan Akurasi Servis Backhand topspin Tenis Meja Pada Atlet Putra SMA Negeri Olahraga Pekan Baru*. Jurnal Penjaskesrek. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau. Diakses 03-07-2013.

**Lampiran 1**

**JADWAL PELAKSANAAN KEGIATAN  
PENELITIAN TINDAKAN KELAS**

<b>No</b>	<b>Hari / Tanggal</b>	<b>Jam</b>	<b>Kegiatan</b>	<b>Ket.</b>
1	Rabu, 27 Maret 2013	08.30	Observasi awal	
2	Rabu, 1 Mei 2013	14.30	Tindakan 1	Siklus I
3	Jumat, 3 Mei 2013	14.30	Tindakan 2	
4	Senin, 6 Mei 2013	14.30	Evaluasi	
5	Jumat 10 Mei 2013	14.30	Tindakan 1	Siklus II
6	Sabtu 11 Mei 2013	14.30	Tindakan 2	
7	Senin 13 Mei 2013	14.30	Evaluasi	

**Guru Mitra**

**Roy S. Wungguli**

Telaga Biru, 25 Maret 2013  
**Peneliti**

**Haris D.Harun**  
NIM. 831409 101

## Lampiran 2

HASIL PENGAMATAN KEGIATAN GURU  
OBSERVASI AWAL

No	Kegiatan	Dilaksanakan		Ket.
		Ya	Tidak	
a	Pendahuluan			
	1. Membimbing siswa bersaf	✓		
	2. Membimbing siswa berdoa,	✓		
	3. Mengabsensi siswa	✓		
	4. Membimbing siswa melakukan pemanasan	✓		
b	Kegiatan inti			
	5. Menjelaskan tujuan pembelajaran dan aspek-aspek yang berhubungan dengan teknik dasar servis <i>forehand topspin</i> serta proses pelaksanaan pengambilan data.	✓		
	6. Mempraktikkan teknik dasar servis <i>forehand</i> dengan tepat dan benar.	✓		
	7. Memberikan tugas gerak kepada siswa.	✓		
	8. Melakukan pengamatan terhadap teknik dasar servis <i>forehand topspin</i> siswa.	✓		
c	Penutup			
	9. Mengarahkan siswa untuk bersaf	✓		
	10. Membimbing siswa melakukan pendinginan	✓		

No	Kegiatan	Dilaksanakan		Ket.
		Ya	Tidak	
	11. Menyimpulkan hasil pengamatan dan menyampaikan kegiatan selanjutnya.	✓		
	12. Membimbing siswa berdoa	✓		
	13. Memubarkan siswa.	✓		

Telaga Biru, 29 Maret 2013  
Guru Mitra

Roy S. Wungguli

### Lampiran 3

#### HASIL PENGAMATAN KEGIATAN SISWA OBSERVASI AWAL

Mata Pelajaran : Penjas Orkes

Kelas/ Semester: VII b/ Genap

Materi : Permainan tenis meja (servis *forehand*)

No	Nama	Aspek yang dinilai / Skor						Skor max/ Jlh	NA	Ket
		1	2	3	4	5	6			
		4	4	4	4	4	4			
1	Abd. Rah. Ahmad	3	3	3	2	2	2	15	62,50	C
2	Aldianto Hatama	3	2	2	2	3	2	14	58,33	K
3	Alyun Konini	3	2	1	2	2	1	11	45,83	K
4	Dodi Ahmad	3	2	1	2	2	2	12	50,00	K
5	Fikran Husain	3	2	3	2	3	2	15	62,50	C
6	Jein Ngabito	3	2	2	2	2	2	13	54,17	K
7	Moh. R. Mobonggi	3	3	2	1	2	2	13	54,17	K
8	Moh.S. Mahajani	2	2	2	2	2	1	11	45,83	K
9	Rafli A. Musa	2	1	2	1	1	2	9	37,50	SK
10	Taufik Mobonggi	2	2	2	2	2	1	11	45,83	K
11	Fatria Kai	3	2	2	2	2	2	13	54,17	K
12	Fitri Karim	2	2	1	1	2	1	9	37,50	SK
13	Maryam S.Antu	3	2	2	1	2	2	12	50,00	K
14	Pratiwi Nusi	2	2	2	1	2	2	11	45,83	K
15	Rosmalinda Bakari	3	2	1	2	2	2	12	50,00	K
16	Ucin Ibrahim	2	2	2	1	2	1	10	41,67	K
Jumlah		42	33	30	26	33	27	191	<b>796</b>	
Rata – rata		2,63	2,06	1,88	1,63	2,06	1,69	11,94	<b>49,74</b>	K

#### A. Aspek yang dinilai

1. Teknik memegang bet (shakehand Grip)
2. Sikap siap saat servis *forehand* (posisi side stance)
3. Teknik melambungkan bola
4. Gerak lengan saat memukul bola servis
5. Posisi bet saat memukul bola servis
6. Sikap badan setelah memukul bola servis (squad stance)

#### B. Kriteria Penilaian

Skor 4 = sangat tepat, ,

Skor 2= kurang tepat

Skor 3 = tepat

Skor 1 = tidak tepat.



**C. Pedoman Penialaian**

$$NA = \frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

**D. Klasifikasi Nilai**

85 – 100 = Sangat Baik (SB)

75 – 84 = Baik (B)

60 – 74 = Cukup (C)

40 – 59 = Kurang (K)

0 – 39 = Sangat Kurang (SK)

Guru Mitra

Telaga Biru, 29 Maret 2013  
Peneliti

Roy S. Wungguli

Haris D.Harun  
NIM. 831409 101

Mengetahui  
Kepala SMP N 3 Telaga Biru

Imran Hadjarati, S.Pd.  
NIP. 19601122 198111 1 001

## Lampiran 4

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) SIKLUS 1

**Nama sekolah** : SMP Negeri 3 Telaga Biru

**Kelas / Semester** : VII / Genap

**Mata Pelajaran** : Penjas Orkes

**Alokasi Waktu** : 4 x 40 menit (2x pertemuan )

#### A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya

#### B. Kompetensi Dasar

- 6.2 . Mempraktikan teknik dasar **salah satu** permainan dan olahraga bola kecil beregu dan perorangan serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian\*\*)

#### C. Indikator

- \* Melakukan teknik memegang bat (*shakehand grip*) dan servis *forehand* permainan tenis meja dengan koordinasi yang baik.

#### D. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik memegang bet (pegangan jabat tangan / *shakehand grip* ) dengan benar dan tepat secara berkelompok dan individu.
2. Siswa dapat melakukan servis *forehand* topspin dengan benar dan tepat secara berkelompok dan mandiri.

#### E. Materi Pembelajaran

Permainan Tenis Meja (Servis *Forehand*)

## **F. Sumber / Alat**

- \* Buku PENJAS ORKES Kelas VII (Tujuh) Sujarwadi & Dwi Sarjianto
- \* Buku PENJAS ORKES Kelas VII (Tujuh) Shodikin Chandra & Sanusi
- \* Lapangan / Ruangan datar, Meja Tennis, Bet, Rangkaian Net, Bola Ping-pong, Stopwatch dan Stopwatch.

## **G. Metode/Model Pembelajaran**

Pembelajaran kooperatif tipe TGT

## **H. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

### **❖ Pertemuan Pertama**

#### **a. Pendahuluan (15 menit)**

- Bersaf (formasi 2 saf, siswa yang tinggi di sebelah kanan).
- Berdoa, berhitung.
- Apersepsi.
- Pemanasan (siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis).

#### **b. Kegiatan Inti (50 menit)**

- Guru menjelaskan konsep dan memberi contoh teknik dasar memegang bet, posisi awal badan (*side stance*) dan cara melambungkan bola untuk servis *forehand topspin* permainan tenis meja serta model pembelajaran kooperatif tipe TGT.
- Guru membagi siswa menjadi 4 kelompok heterogen, masing-masing beranggotakan 4 orang.

- Guru membagikan bahan ajar kepada masing-masing kelompok, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak.
  - Siswa membaca, memahami materi yang akan dipelajari di dalam kartu tugas dan belajar dalam tim mereka untuk menguasai materi.
  - Guru membimbing siswa mempraktikkan atau latihan teknik dasar sesuai konsep dan contoh.
  - Siswa mempraktikkan teknik dasar memegang bet, posisi awal badan (*side stance*) dan cara melambungkan bola untuk servis *forehand* permainan tenis meja dalam tim masing-masing, setiap anggota membantu anggota lainnya untuk menguasai materi.
- c. Penutup (15 menit)
- Guru mengarahkan siswa untuk bersaf dan melakukan pendinginan.
  - Guru dan siswa melakukan evaluasi dan refleksi terhadap apa yang telah dicapai dan belum dicapai baik secara individu maupun tim sesuai dengan tujuan yang ditetapkan.
  - Guru dan siswa membuat kesimpulan dari seluruh proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.
  - Guru menyampaikan tugas gerak yang akan dipraktikkan pada pertemuan berikutnya.
  - Absensi
  - Berdoa dan bubar.

### ❖ **Pertemuan ke dua**

#### a. Pendahuluan (15 menit)

- Bersaf (formasi 2 saf, siswa yang tinggi di sebelah kanan).
- Berdoa, Berhitung, Apersepsi dan Pemanasan.

#### b. Kegiatan Inti (40 menit).

- Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik ayunan lengan / bet, posisi dan perkenaan bet pada bola serta sikap badan setelah melakukan servis.
- Siswa mempraktikkan teknik dasar sesuai konsep dalam tim masing-masing, setiap anggota membantu anggota lainnya untuk menguasai teknik dasar teknik ayunan lengan / bet, posisi dan perkenaan bet pada bola serta sikap badan setelah melakukan servis dengan baik dan tepat.

#### c. Penutup (25 menit)

- Guru memberikan tes unjuk kerja untuk mengukur peningkatan teknik dasar servis *forehandtopspin* tenis meja secara individu sekaligus untuk menambah skor/poin bagi masing-masing tim dalam bentuk games tournamen (pertandingan dalam bentuk permainan) akademik.
- Guru mengarahkan siswa untuk bersaf dan melakukan pendinginan.
- Guru dan siswa melakukan refleksi terhadap apa yang telah dicapai dan belum dicapai baik secara individu maupun tim sesuai dengan tujuan yang ditetapkan.
- Guru dan siswa membuat kesimpulan.
- Absensi, Berdoa dan Bubar.

## I. Penilaian

Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Instrumen	KKM
Melakukan teknik dasar memegang bet dan servis <i>forehand</i> dengan koordinasi yang baik.	Tes Praktik	Tes Kinerja	Tunjukkan teknik dasar servis <i>forehand</i> topspin permainan tenis meja dengan baik dan tepat!	75

### a. Rubrik Penilaian

Aspek Yang Dinilai	Kwalitas Gerak
	1 - 4
1. Teknik memegang bet pegangan <i>shakehand</i> 2. Sikap badan servis <i>forehand</i> dalam posisi <i>side stance</i> 3. Teknik melambungkan bola untuk servis 4. Gerak lengan saat memukul bola servis <i>forehand</i> topspin 5. Posisi bet saat memukul bola servis <i>forehand</i> topspin 6. Sikap badan setelah memukul bola servis, posisi <i>squard stance</i>	
Skor Maksimal	24

Ket.

Skor 4 = sangat tepat

Skor 3 = tepat

Skor 2 = kurang

Skor 1 = tidak tepat

## b. Pedoman Penilaian

$$\text{Nilai Siswa} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

## c. Klasifikasi penilaian

85 – 100 = Sangat Baik (SB)

75 – 84 = Baik (B)

60 – 74 = Cukup (C)

40 – 59 = Kurang (K)

0 – 39 = Sangat Kurang (SK)

Guru Mitra

Telaga Biru, 26 April 2013  
Peneliti

Roy S. Wungguli

Haris D. Harun  
NIM. 831409 101

Mengetahui  
Kepala SMP N 3 Telaga Biru

Imran Hadjarati, S.Pd.  
NIP. 19601122 198111 1 001

## Lampiran 5

## HASIL PENGAMATAN KEGIATAN GURU

## Siklus I

No	Kegiatan	Dilaksanakan		Ket.
		Ya	Tidak	
A	Pendahuluan			
	1. Membimbing siswa bersaf	✓		
	2. Membimbing siswa berdoa,	✓		
	3. Mengabsensi siswa	✓		
	4. Apersepsi	✓		
	5. Membimbing siswa melakukan pemanasan	✓		
b	Kegiatan inti			
	6. Guru menjelaskan konsep dan memberi contoh teknik dasar memegang bet, posisi awal badan (side stance) dan cara melambungkan bola untuk servis <i>forehand</i> topspin permainan tenis meja serta model pembelajaran kooperatif tipe TGT.	✓		
	7. Membagi siswa dalam bentuk kelompok heterogen,	✓		
	8. Membagikan bahan ajar kepada masing-masing kelompok, yang berisi deskripsi tugas dan indikator tugas gerak.	✓		



No	Kegiatan	Dilaksanakan		Ket.
		Ya	Tidak	
C	9. Guru membimbing siswa dalam proses pembelajaran	✓		
	10. Guru membimbing siswa melakukan game tournament akademik	✓		
	Penutup			
	11. Guru mengarahkan siswa untuk bersaf dan melakukan pendinginan.	✓		
	12. Guru melakukan evaluasi dan refleksi.	✓		
	13. Guru membuat kesimpulan	✓		
	14. Guru menyampaikan tugas gerak yang akan dipraktikkan pada pertemuan berikutnya.	✓		
	15. Absensi	✓		
	16. Membimbing siswa berdoa	✓		
	17. Memubarkan siswa.	✓		

Telaga Biru, 3 Mei 2013  
Guru Mitra

Roy S. Wungguli

## Lampiran 6

### HASIL EVALUASI KEGIATAN SISWA

#### Siklus I

Mata Pelajaran : Penjas Orkes

Kelas/Semester : VII b/Genap

Materi : Permainan tenis meja (servis *forehand*)

No	Nama	Aspek yang dinilai / Skor						Skor max/ Jlh	NA	Ket
		1	2	3	4	5	6			
		4	4	4	4	4	4			
1	Abd. Rah. Ahmad	4	3	3	2	2	3	17	70,83	C
2	Aldianto Hatama	3	2	3	3	2	2	15	62,50	C
3	Alyun Konini	3	3	2	2	2	1	13	54,17	K
4	Dodi Ahmad	4	2	3	2	2	2	15	62,50	C
5	Fikran Husain	4	3	2	2	3	2	16	66,67	C
6	Jein Ngabito	3	3	3	2	2	2	15	62,50	C
7	Moh. R. Mobonggi	3	3	2	2	3	2	15	62,50	C
8	Moh.S. Mahajani	2	2	3	2	3	2	14	58,33	K
9	Rafli A. Musa	3	2	2	2	2	2	13	54,17	K
10	Taufik Mobonggi	2	3	2	2	2	2	13	54,17	K
11	Fatria Kai	3	3	2	3	3	2	16	66,67	C
12	Fitri Karim	4	3	2	2	3	2	16	66,67	C
13	Maryam S.Antu	3	3	2	2	2	2	14	58,33	K
14	Pratiwi Nusi	2	3	2	3	2	2	14	58,33	K
15	Rosmalinda Bakari	3	2	3	2	3	2	15	62,50	C
16	Ucin Ibrahim	2	2	2	2	2	1	11	45,83	K
Jumlah		48	42	38	35	38	31	232	<b>967</b>	
Rata – rata		3,00	2,63	2,38	2,19	2,38	1,94	14,50	<b>60,42</b>	C

#### A. Aspek yang dinilai

1. Teknik memegang bet (shakehand Grip)
2. Sikap siap saat servis *forehand* (posisi side stance)
3. Teknik melambungkan bola
4. Gerak lengan saat memukul bola servis *forehand* topspin
5. Posisi bet saat memukul bola servis *forehand* topspin
6. Sikap badan setelah memukul bola servis (squad stance)

#### B. Kriteria Penilaian

Skor 4 = sangat tepat,

Skor 3 = tepat,

Skor 2 = kurang tepat

Skor 1 = tidak tepat.

**C. Pedoman Penilaian**

$$NA = \frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

**D. Klasifikasi Nilai**

85 – 100 = Sangat Baik (SB)

75 – 84 = Baik (B)

60 – 74 = Cukup (C)

40 – 59 = Kurang (K)

0 – 39 = Sangat Kurang (SK)

Guru Mitra

Roy S. Wungguli

Telaga Biru, 6 Mei 2013  
Peneliti

Haris D.Harun  
NIM. 831409 101

Mengetahui  
Kepala SMP N 3 Telaga Biru

Imran Hadjarati, S.Pd.  
NIP. 19601122 198111 1 001

## Lampiran 7

### RENCANA PELAKSANAAN PEMBELAJARAN (RPP) SIKLUS II

**Nama sekolah** : SMP Negeri 3 Telaga Biru  
**Kelas / Semester** : VII / Genap  
**Mata Pelajaran** : Penjas Orkes  
**Alokasi Waktu** : 4 x 40 menit (2x pertemuan )

#### A. Standar Kompetensi

6. Mempraktikan berbagai teknik dasar permainan dan olahraga, dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya.

#### B. Kompetensi Dasar

- 6.2 . Mempraktikan teknik dasar salah satu permainan dan olahraga bola kecil beregu dan perorangan serta nilai kerjasama, toleransi, percaya diri, memecahkan masalah, menghargai teman dan keberanian\*\*)

#### C. Indikator

- \* Melakukan teknik memegang bet (*shakehand grip*) dan servis *forehand* topspin permainan tenis meja dengan koordinasi yang baik.

#### D. Tujuan Pembelajaran

1. Siswa dapat melakukan teknik memegang bet (pegangan jabat tangan / *shakehand grip* ) dengan benar dan tepat secara berkelompok dan individu.
2. Siswa dapat melakukan servis *forehand* dengan benar dan tepat secara berkelompok dan mandiri.

#### E. Materi Pembelajaran

Permainan Tenis Meja (Servis *Forehand topspin*)

## **F. Sumber / Alat**

- \* Buku PENJAS ORKES Kelas VII (Tujuh) Sujarwadi & Dwi Sarjianto
- \* Buku PENJAS ORKES Kelas VII (Tujuh) Shodikin Chandra & Sanusi
- \* Lapangan / Ruangan datar, Meja Tennis, Bet, Rangkaian Net, Bola Ping-pong, Sumpritan dan Stop watch.

## **G. Metode/Model Pembelajaran**

Pembelajaran kooperatif tipe TGT

## **H. Langkah-Langkah Kegiatan Pembelajaran**

### **❖ Pertemuan Pertama**

- a. Pendahuluan (15 menit)
  - Bersaf (formasi 2 saf, siswa yang tinggi di sebelah kanan).
  - Berdoa
  - Berhitung.
  - Apersepsi.
  - Pemanasan (siswa melakukan pemanasan statis dan dinamis).
- b. Kegiatan Inti (50 menit)
  - Guru menjelaskan kembali konsep dan memberi contoh teknik dasar memegang bet, posisi awal badan (*side stance*) dan cara melambungkan bola untuk servis *forehand* permainan tenis meja serta model pembelajaran kooperatif tipe TGT.

- Siswa masih dalam tim yang dibentuk pada pertemuan pertama dan lebih memahami materi yang akan dipelajari di dalam kartu tugas dan belajar dalam tim mereka untuk menguasai materi.
  - Guru membimbing siswa mempraktikkan atau latihan teknik dasar sesuai konsep dan contoh. Dan memberikan koreksi terhadap gerak yang menyimpang yang dilakukan oleh siswa.
  - Siswa mempraktikkan teknik dasar memegang bet, posisi awal badan (*side stance*) dan cara melambungkan bola untuk servis *forehand* permainan tenis meja dalam tim masing-masing, setiap anggota membantu anggota lainnya untuk menguasai materi.
- c. Penutup (15 menit)
- Guru mengarahkan siswa untuk bersaf dan melakukan pendinginan.
  - Guru dan siswa melakukan evaluasi dan refleksi terhadap apa yang telah dicapai dan belum dicapai baik secara individu maupun tim sesuai dengan tujuan yang ditetapkan.
  - Guru dan siswa membuat kesimpulan dari seluruh proses pembelajaran yang telah dilaksanakan.
  - Guru menyampaikan tugas gerak yang akan dipraktikkan pada pertemuan berikutnya.
  - Absensi
  - Berdoa dan bubar.

### ❖ Pertemuan ke dua

#### a. Pendahuluan (15 menit)

- Bersaf (formasi 2 saf, siswa yang tinggi di sebelah kanan).
- Berdoa, Berhitung, Apersepsi dan Pemanasan.

#### b. Kegiatan Inti (40 menit).

- Guru menjelaskan dan mendemonstrasikan teknik ayunan lengan / bet, posisi dan perkenaan bet pada bola serta sikap badan setelah melakukan servis, dengan memperhatikan kelemahan pada pertemuan sebelumnya.
- Siswa mempraktikkan teknik dasar sesuai konsep dalam tim masing-masing, setiap anggota membantu anggota lainnya untuk menguasai teknik dasar teknik ayunan lengan / bet, posisi dan perkenaan bet pada bola serta sikap badan setelah melakukan servis dengan baik dan tepat.

#### c. Penutup (25 menit)

- Guru memberikan tes unjuk kerja untuk mengukur peningkatan teknik dasar servis *forehand* tenis meja secara individu sekaligus untuk menambah skor/poin bagi masing-masing tim dalam bentuk games tournamen (pertandingan dalam bentuk permainan) akademik.
- Guru mengarahkan siswa untuk bersaf dan melakukan pendinginan.
- Guru dan siswa melakukan refleksi terhadap apa yang telah dicapai dan belum dicapai baik secara individu maupun tim.
- Guru dan siswa membuat kesimpulan.
- Absensi, Berdoa dan Bubar.

## I. Penilaian

Indikator	Teknik	Bentuk Instrumen	Instrumen	KKM
Melakukan teknik dasar memegang bet dan servis <i>forehand</i> dengan koordinasi yang baik.	Tes Praktik	Tes Kinerja	Tunjukkan teknik dasar servis <i>forehand topspin</i> permainan tenis meja dengan baik dan tepat!	75

### a. Rubrik Penilaian

Aspek Yang Dinilai	Kwalitas Gerak
	1 - 4
1. Cara memegang bet pegangan <i>shakehand</i> 2. Sikap badan servis <i>forehand topspin</i> dalam posisi <i>side stance</i> 3. Melambungkan bola untuk servis 7. Gerak lengan saat memukul bola servis <i>forehand topspin</i> 8. Posisi bet saat memukul bola servis <i>forehand topspin</i> 4. Sikap badan setelah memukul bola servis, posisi <i>squard stance</i>	
Skor Maksimal	24

Ket.

Skor 4 = sangat tepat

Skor 3 = tepat

Skor 2 = kurang

Skor 1 = tidak tepat



## b. Pedoman Penilaian

$$\text{Nilai Siswa} = \frac{\text{Skor Perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

## c. Klasifikasi penilaian

85 – 100 = Sangat Baik (SB)

75 – 84 = Baik (B)

60 – 74 = Cukup (C)

40 – 59 = Kurang (K)

0 – 39 = Sangat Kurang (SK)

Guru Mitra

Telaga Biru, 8 Mei 2013  
Peneliti

Roy S. Wungguli

Haris D.Harun  
NIM. 831409 101

Mengetahui  
Kepala SMP N 3 Telaga Biru

Imran Hadjarati, S.Pd.  
NIP. 19601122 198111 1 001

## Lampiran 8

HASIL PENGAMATAN KEGIATAN GURU  
Siklus II

No	Kegiatan	Dilaksanakan		Ket.
		Ya	Tidak	
A	<b>Pendahuluan</b>			
	9. Membimbing siswa bersaf	✓		
	10. Membimbing siswa berdoa,	✓		
	11. Mengabsensi siswa	✓		
	12. Apersepsi.	✓		
	13. Membimbing siswa melakukan pemanasan	✓		
b	<b>Kegiatan inti</b>			
	14. Guru menjelaskan konsep dan memberi motivasi dan contoh servis <i>forehand topspin</i> permainan tenis meja serta model pembelajaran kooperatif tipe TGT.	✓		
	15. Guru membimbing siswa dalam proses pembelajaran	✓		
	16. Guru membimbing siswa dalam kegiatan game tournament akademik	✓		
C	<b>Penutup</b>			
	9. Guru mengarahkan siswa untuk bersaf dan melakukan pendinginan.	✓		

No	Kegiatan	Dilaksanakan		Ket.
		Ya	Tidak	
	10. Guru melakukan refleksi.	✓		
	11. Guru membuat kesimpulan	✓		
	12. .Absensi	✓		
	13. Membimbing siswa berdoa	✓		
	14. Memubarkan siswa.	✓		

Telaga Biru, 11 Mei 2013  
Guru Mitra

Roy S. Wungguli

**Lampiran 9****HASIL EVALUASI KEGIATAN SISWA****Siklus II**

Mata Pelajaran : Penjas Orkes

Kelas/Semester : VII b/Genap

Materi : Permainan tenis meja (servis *forehand*)

No	Nama	Aspek yang dinilai / Skor						Skor max/ Jlh	NA	Ket
		1	2	3	4	5	6			
		4	4	4	4	4	4			
1	Abd. Rah. Ahmad	4	4	4	3	3	3	21	87,50	SB
2	Aldianto Hatama	4	3	3	3	2	3	18	75,00	B
3	Alyun Konini	4	3	3	2	3	3	18	75,00	B
4	Dodi Ahmad	4	3	4	3	3	2	19	79,17	B
5	Fikran Husain	4	3	3	3	3	3	19	79,17	B
6	Jein Ngabito	3	3	3	3	3	3	18	75,00	B
7	Moh. R. Mobonggi	4	3	3	3	3	3	19	79,17	B
8	Moh.S. Mahajani	3	3	3	3	3	3	18	75,00	B
9	Rafli A. Musa	3	3	3	3	3	3	18	75,00	B
10	Taufik Mobonggi	4	3	3	2	3	3	18	75,00	B
11	Fatria Kai	4	3	3	3	3	3	19	79,17	B
12	Fitri Karim	4	3	3	2	3	3	18	75,00	B
13	Maryam S.Antu	3	3	3	3	3	3	18	75,00	B
14	Pratiwi Nusi	3	3	3	3	3	3	18	75,00	B
15	Rosmalinda Bakari	4	3	3	3	3	2	18	75,00	B
16	Ucin Ibrahim	3	3	3	2	2	2	15	62,50	C
Jumlah		58	49	50	44	46	45	292	<b>1217</b>	
Rata – rata		3,63	3,06	3,13	2,75	2,88	2,81	18,25	<b>76,04</b>	Baik

**A. Aspek yang dinilai**

1. Teknik memegang bet (shakehand Grip)
2. Sikap siap saat servis *forehand* (posisi side stance)
3. Teknik melambungkan bola
4. Gerak lengan saat memukul bola servis *forehand* topspin
5. Posisi bet saat memukul bola servis *forehand* topspin
6. Sikap badan setelah memukul bola servis (squad stance)

**B. Kriteria Penilaian**

Skor 4 = sangat tepat,

Skor 2= kurang tepat

Skor 3 = tepat,

Skor 1 = tidak tepat.

**C. Pedoman Penilaian**

$$NA = \frac{\text{Skor perolehan}}{\text{Skor Maksimal}} \times 100$$

**D. Klasifikasi Nilai**

85 – 100 = Sangat Baik (SB)

75 – 84 = Baik (B)

60 – 74 = Cukup (C)

40 – 59 = Kurang (K)

0 – 39 = Sangat Kurang (SK)

Guru Mitra

Roy S. Wungguli

Telaga Biru, 13 Mei 2013  
Peneliti

Haris D.Harun  
NIM. 831409 101

Mengetahui  
Kepala SMP N 3 Telaga Biru

Imran Hadjarati, S.Pd.  
NIP. 19601122 198111 1 001

KEGIATAN OBSERVASI AWAL





## PROSES PEMBELAJARAN SIKLUS I



## EVALUASI SIKLUS I



PROSES PEMBELAJARAN SIKLUS II





## EVALUASI SIKLUS II

