

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga permainan yang diajarkan dalam pendidikan jasmani dan olahraga yang ada dilembaga pendidikan sekolah pada dasarnya membutuhkan perhatian khusus terutama seperti pengadaan sarana dan prasarana di sekolah serta tenaga pengajar yang terampil. Selain itu memilih metode yang tepat dalam menjalankan proses belajar mengajar. Maka dari itu guru sebagai akademis atau penyelenggara pendidikan sekaligus sebagai motivator dalam proses pendidikan mempunyai peran penting dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Tujuan pendidikan yang dimaksud yaitu meningkatnya hasil capaian belajar siswa. Keberhasilan hasil capaian dapat dilihat dengan adanya peningkatan siswa sesuai capaian awal sampai capaian akhir yang diperoleh. misalnya pada mata pelajaran penjasorkes materi cabang olahraga permainan tenis meja. Permainan tenis meja ini sudah termasuk dalam kurikulum sekolah dimana setiap siswa harus mengikutinya yang terangkum pada mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Permainan tenis meja adalah suatu permainan yang cukup digemari di kalangan masyarakat. Permainan ini dimainkan baik itu secara tunggal, ganda maupun ganda campuran baik itu di dalam ataupun di luar ruangan dengan menggunakan bet sebagai alat pemukul dan bola merupakan objek yang dipukul. Kecepatan, kelincahan, ketenangan, ketepatan, mental dan juga daya tahan fisik merupakan suatu bagian yang tidak dapat dipisahkan begitu saja dari permainan tenis meja ini.

Tenis meja merupakan suatu permainan yang di dalamnya terdapat beberapa teknik dasar yang mutlak dikuasai oleh setiap pemain apabila ingin dapat bermain dengan baik dan benar. Adapun beberapa teknik dasar tersebut yaitu: servis, pukulan *forehand*, *backhand*, *spin*, *chop*. Untuk mewujudkan penguasaan teknik dasar tersebut dengan baik dan benar, maka seorang atlet atau pemain haruslah berlatih dengan sungguh-sungguh dan berulang-ulang tahap demi

tahap. Akan tetapi dalam proses belajar di sekolah tidak memerlukan suatu penguasaan yang lebih seperti atlet terlatih, siswa di sekolah diharapkan mampu melakukan teknik dasar permainan tenis meja ini serta mengetahui gerakan yang sebenarnya dengan menerapkan metode pembelajaran yang ada serta sesuai dengan karakter siswa di sekolah tersebut.

Sama halnya dengan permainan yang lain, permainan tenis meja ini diawali dengan pelaksanaan servis. Servis merupakan pukulan yang dilakukan oleh seorang pemain guna menyajikan bola pertama untuk memulainya suatu permainan. Seiring dengan berkembangnya permainan tenis meja ini, servis sudah bukan hanya untuk menyajikan bola pertama guna memulai satu permainan. Akan tetapi pukulan servis ini juga merupakan serangan pertama yang dilakukan guna mendapatkan angka.

Penentuan pelaksana servis pertama dilakukan dengan menggunakan undian, dimana pemain yang memenangkan undian tersebut berhak untuk memilih tempat ataupun pukulan servis pertama. Pelaksanaan servis dengan baik dan benar akan dapat memberikan kontribusi yang positif bagi pemain untuk menambah angka, begitu juga sebaliknya apabila servis dilakukan dengan tidak baik dan benar, maka peluang untuk menambah angka pun semakin kecil.

Selain dari pada servis, teknik dasar dalam permainan tenis meja salah satunya adalah pukulan *forehand*. Pukulan *forehand* ini merupakan suatu pukulan yang cukup keras, hal ini dikarenakan pukulan *forehand* memiliki sudut yang cukup besar dalam pelaksanaannya dibandingkan dengan pukulan *backhand*. Pukulan *forehand* ini pada dasarnya dapat dijadikan sebagai senjata utama dalam membangun serangan dalam permainan tenis meja guna meraih suatu kemenangan.

Untuk dapat memecahkan dan menghadapi masalah di atas yaitu dengan meningkatkan pembelajaran dan kemampuan pukulan *forehand* selain itu menemukan metode pembelajaran yang tepat dan sesuai dengan karakter siswa. Pukulan *forehand* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan tenis meja.

Sesuai hasil observasi dilapangan tepatnya di SMA Negeri 1 Tilamuta hal ini jelas terlihat ketika pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yaitu pada materi pukulan *forehand*, mereka begitu antusias serta senang dengan permainan tenis meja selama proses pembelajaran berlangsung. Namun yang dilihat secara langsung dikalangan siswa dimana dengan kesenangan serta antusias pada cabang olahraga tenis meja, tidak menjadi sebuah jaminan bahwa mereka menguasai serta melakukan keterampilan dasar dalam permainan tenis meja secara baik dan benar salah satunya kemampuan pukulan *forehand*.

Hal ini dibuktikan dengan masih kurangnya kemampuan dasar dalam permainan tenis meja khususnya pukulan *forehand* sehingganya siswa dalam hal ini sangat memerlukan bimbingan agar mereka dapat termotivasi dan lebih giat berlatih permainan tenis meja. Dari hasil pengamatan maka nampak jelas terlihat dalam proses pembelajaran keterampilan dasar permainan tenis meja, yaitu kemampuan pukulan *forehand* masih perlu ditingkatkan guna capaian prestasi yang lebih baik dan benar.

Untuk mengatasi permasalahan diatas, maka perlu adanya penerapan metode yang cocok dan tepat. Sesuai dengan karakter permainan tenis meja, permainan ini merupakan olahraga pertandingan dimana setiap regu saling berhadapan satu sama lainnya dalam pertandingan tersebut, sehingga penulis berpendapat bahwa dengan metode latihan akan lebih tepat dan mampu meningkatkan teknik dasar pukulan *forehand* pada permainan tenis meja.

Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Meningkatkan Kemampuan Pukulan *Forehand* Pada Permainan Tenis Meja Melalui Metode Latihan Siswa Kelas X⁸ SMA Negeri 1 Tilamuta”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut : kurangnya kemampuan dasar dalam permainan tenis meja khususnya pukulan *forehand* sehingganya siswa dalam hal ini sangat

memerlukan bimbingan agar mereka dapat termotivasi dan lebih giat berlatih permainan tenis meja.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut apakah kemampuan pukulan *forehand* pada permainan tenis meja siswa di kelas X⁸ SMA Negeri 1 Tilamuta dapat ditingkatkan melalui metode latihan?

1.4 Cara Pemecahan Masalah

Permasalahan yang dihadapi siswa kelas X⁸ SMA Negeri 1 Tilamuta dapat dipecahkan melalui pembelajaran yang berjenjang dan berkesinambungan dengan menggunakan metode latihan sangat tepat untuk meningkatkan kemampuan pukulan *forehand* pada permainan tenis meja.

Langkah-langkah dalam memecahkan permasalahan khususnya pukulan *forehand* pada permainan tenis meja sebagai berikut:

- a. Guru menjelaskan atau memberikan contoh bagaimana teknik dasar pukulan *forehand* yang benar pada permainan tenis meja.
- b. Guru melaksanakan pembelajaran tentang pukulan *forehand* berdasarkan rencana pembelajaran yang telah disusun dengan memperhatikan aspek-aspek : 1) Tahap persiapan ; (a) Kaki kiri diletakkan didepan dan kaki kanan di belakang (untuk memukul tangan kanan) dan (b) Condongkan badan ke depan dengan posisi lutut agak rendah. 2) Tahap gerakan; (a) Tarik bat ke samping agak ke belakang dengan kepala bat menghadap ke bawah dan pergelangan tangan lurus dan (b) Saat bola membentur meja dan melambung, pukul bola dengan ayunan penuh ke depan atas, hingga bat menggesek bagian belakang bola. 3) Akhir gerakan: (a) Berat badan bertumpuh pada kaki depan, (b) Pinggang di putar ke depan, hingga badan menghadap arah bola dan (c) Tangan yang di gunakan memukul didepan agak menyilang badan.

- c. Memberikan kesempatan pada siswa melakukan pukulan *forehand* pada permainan tenis meja.
- d. Setiap siswa yang berhasil melaksanakan pukulan *forehand* dengan baik di beri motivasi agar berlatih lebih giat lagi.

1.5 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan pukulan *forehand* pada permainan tenis meja melalui metode latihan di kelas X⁸ SMA Negeri 1 Tilamuta.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Bagi siswa : Siswa dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan untuk dapat mengatasi kekurangmampuan siswa dalam melakukan pukulan *forehand* dalam permainan tenis meja.
2. Bagi guru : dapat memberikan tambahan pengetahuan bagi guru yang menyelesaikan permasalahan yang timbul dalam kegiatan pembelajaran serta untuk memotivasi guru untuk lebih jeli dan kreatif dalam melaksanakan tugas.
3. Bagi sekolah : dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi sekolah dan pengajaran tempat meneliti dalam upaya pengembangan minat dan bakat serta penggunaan metode pembelajaran yang efektif dan efisien.