

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Pendidikan adalah suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup melalui aktivitas jasmani berupa gerak. Gerak sebagai aktivitas jasmani adalah dasar bagi manusia untuk mengenal dunia dan dirinya secara alami dan berkembang searah dengan zaman. Kemajuan suatu bangsa sangat ditentukan oleh kualitas sumber daya manusia. Kualitas sumber daya manusia tidak lepas dari kualitas pendidikan. Sehingga, peran pendidikan sangat penting untuk menciptakan masyarakat yang cerdas, damai, terbuka, dan demokratis. Oleh karena itu, pembaharuan pendidikan harus selalu dilakukan untuk meningkatkan kualitas pendidikan suatu bangsa. Kemajuan bangsa Indonesia hanya dapat dicapai melalui penataan pendidikan yang baik, Untuk mencapainya, pembaruan pendidikan di Indonesia perlu dilakukan secara terus-menerus sehingga, dapat menciptakan dunia pendidikan yang adaptif terhadap perubahan zaman. Sebagai upaya untuk meningkatkan mutu pendidikan, pemerintah mengambil kebijakan dengan memberlakukan kurikulum yang meliputi aspek-aspek moral, akhlak, budi pekerti, perilaku, pengetahuan, kesehatan, keterampilan, dan seni.

Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan bagian integral dari sistem pendidikan secara keseluruhan. Oleh karena itu, pelaksanaan pendidikan jasmani harus diarahkan pada pencapaian tujuan tersebut. Tujuan pendidikan jasmani bukan hanya mengembangkan ranah jasmani, tetapi juga mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berpikir kritis, stabilitas emosional, keterampilan sosial, penalaran, dan tindakan moral melalui kegiatan aktivitas jasmani dan olahraga.

Untuk menjamin agar pendidikan jasmani dapat menjalankan fungsinya dengan baik, maka dalam implementasi program-programnya di lapangan harus melalui strategi atau gaya-gaya pembelajaran yang efektif dan efisien, dalam arti memiliki fleksibilitas yang cukup tinggi dalam berinteraksi dengan berbagai faktor pendukung program pendidikan jasmani. Program pendidikan jasmani dapat diartikan sebagai usaha merancang komponen-komponen pembelajaran

yang dapat memberikan pengaruh langsung atau tidak langsung terhadap pencapaian tujuan pembelajaran sesuai dengan perkembangan siswa. Tujuannya adalah pencapaian kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja secara optimal.

Untuk mencapai tujuan tersebut peran Guru sangat dibutuhkan, mulai dari pembuatan rambu-rambu pengembangan program pembelajaran, langkah-langkah merancang program pembelajaran hingga sampai pada usaha memilih metode yang digunakan seperti model pembelajaran *Explicit Instruction*, seperti halnya pada salah satu cabang olahraga yang ada di kurikulum SMA Negeri 1 Suwawa yaitu cabang olahraga permainan tenis meja.

Seseorang dikatakan terampil apabila kegiatan yang dilakukan ditandai oleh kemampuannya untuk menghasilkan sesuatu dengan kualitas yang tinggi (cepat atau cermat) dengan tingkat kemampuan yang relatif tepat khususnya kemampuan siswa dalam melakukan pukulan forehand yang mampu melakukan dorongan dari belakang ke depan sehingga bola bisa melewati net dan masuk ke daerah lawan.

Oleh karena itu selain pembelajaran pendidikan jasmani salah satu usaha untuk meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja adalah melalui model pembelajaran *Explicit Instruction*. Permainan tenis meja adalah suatu permainan dengan menggunakan meja sebagai tempat untuk memantulkan bola yang di pukul dengan menggunakan raket diawali dengan pukulan pembuka (*service*) harus mampu menyebrangkan bola dan mengembalikan bola ke daerah lawan setelah bola itu memantul di daerah permainan sendiri. Angka diperoleh apabila lawan tidak dapat mengembalikan dengan baik. Dalam permainan tenis meja terdapat berbagai macam teknik dasar, seperti teknik pukulan forehand. Pukulan forehand dalam permainan tenis meja adalah memukul bola ke arah lawan dengan posisi telapak tangan yang memegang bet menghadap ke depan dan dengan cara-cara tertentu.

Setiap pukulan yang dilakukan dengan bet yang gerakan ke arah kanan siku untuk pemain yang menggunakan tangan kanan, dan ke kiri untuk pemain yang menggunakan tangan kiri. Untuk melakukan serangan dalam pukulan forehand salah satunya yaitu dengan menggunakan teknik pukulan *Drive*. Yang dimaksud

dengan *Drive* adalah teknik pukulan yang dilakukan dengan gerakan bet dari bawah serong ke atas dan sikap bet tertutup. Drive dapat digunakan sebagai pukulan serangan dan dapat kita kontrol sesuai dengan keinginan.

Menggunakan model pembelajaran *Explicit Instruction* pada pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan yang dilakukan guru guna mengembangkan strategi pembelajaran yang dilaksanakan di sekolah tempat guru mengajar. Kondisi ini dapat terjadi di sekolah manapun di seluruh wilayah Indonesia tidak terkecuali di SMA Negeri 1 Suwawa. Tindakan menggunakan model pembelajaran *Explicit Instruction* pada pembelajaran dimungkinkan dengan syarat harus didasarkan pada hasil observasi di lapangan. Misalnya untuk mata pelajaran tenis meja, guru dapat menggunakan model pembelajaran *Explicit Instruction* ini pada pembelajaran sesuai kebutuhan siswa.

SMA Negeri 1 Suwawa Kabupaten Bone Bolango sebagai suatu lembaga pendidikan formal diharapkan terjadinya penguasaan keterampilan teknik dasar dalam cabang olahraga atletik khususnya lompat jauh gaya menggantung bagi siswanya yang tiada lain sebagai bagian kompetensi dalam mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Harapan itu diupayakan dengan jalan melaksanakan proses pembelajaran baik di kelas maupun di lapangan.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan di SMA Negeri 1 Suwawa, khususnya siswa kelas X<sup>C</sup>, kurangnya minat siswa dalam permainan tenis meja, kurangnya pemahaman siswa tentang pukulan forehand dalam permainan tenis meja, kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan gerakan pukulan forehand, maka perlu untuk melakukan tindakan untuk memilih metode yang cocok seperti model pembelajaran *Explicit Instruction* pada pembelajaran mata pelajaran tenis meja. Model pembelajaran *Explicit Instruction* ini merupakan salah satu pendekatan mengajar yang dirancang khusus untuk menunjang proses belajar siswa. Tujuan utama dalam menggunakan model pembelajaran ini adalah agar siswa akan lebih mudah memahami dan menerapkan proses dan hasil belajar yang ditransformasikan langsung oleh guru khususnya pelaksanaan gerak dalam permainan tenis meja.

Tujuan penggunaan model pembelajaran *Explicit Instruction* pada pembelajaran penjas kes dan olahraga selain untuk meningkatkan kemampuan dalam permainan tenis meja, juga dapat memudahkan siswa dalam pelaksanaan gerakan-gerakan pukulan khususnya yang mengandung unsur pukulan forehand dalam permainan tenis meja yang sebenarnya. Dengan demikian judul penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut: “Meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja melalui model pembelajaran *Explicit Instruction* pada siswa kelas X<sup>C</sup>SMA Negeri 1 Suwawa”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- 1.2.1. Kurangnya minat siswa dalam permainan tenis meja,
- 1.2.2. Kurangnya pemahaman siswa tentang pukulan forehand dalam permainan tenis meja,
- 1.2.3. Kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan gerakan pukulan forehand dengan baik dan kurang tepatnya guru menggunakan metode dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: “Apakah melalui model pembelajaran *Explicit instruction* dapat meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja siswa kelas X<sup>C</sup>SMA Negeri 1 Suwawa?”

## **1.4 Cara Pemecahan Masalah**

Dalam meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja pada siswa kelas X<sup>C</sup>SMA Negeri 1 Suwawa, dapat dilakukan dengan menggunakan model pembelajaran *Explicit Instruction*.

Langkah-langkah dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi oleh siswa pada cabang olahraga permainan tenis meja khususnya gerakan pukulan forehand:

1. Guru mempersiapkan siswa dan menyampaikan tujuan yaitu materi tentang permainan tenis meja khususnya bagaimana cara melakukan gerakan pukulan forehand dengan benar .

2. Setelah itu melaksanakan pembelajaran tentang gerakan pukulan forehand berdasarkan rencana pembelajaran yang telah disusun dengan memperhatikan aspek-aspek:
  - a) Tahap persiapan
  - b) Tahap gerakan
  - c) Akhir gerakan
3. Memberikan kesempatan kepada siswa melakukan gerakan pukulan forehand pada permainan tenis meja dengan menggunakan model pembelajaran *Explicit Instruction*.

Dengan demikian melalui penggunaan model pembelajaran *Explicit Instruction* diharapkan dapat meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja pada siswa kelas X<sup>C</sup>SMA Negeri 1 Suwawa

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja melalui model pembelajaran *Explicit Instruction* pada siswa Kelas X<sup>C</sup>SMA Negeri 1 Suwawa.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini dibagi dalam dua jenis, yakni manfaat teoritis dan praktis sebagai berikut :

#### **1.6.1. Manfaat teoritis:**

Manfaat secara teoritis yang diharapkan dari penelitian ini yakni dapat dijadikannya penelitian ini sebagai acuan dalam berpikir ilmiah bagi guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

#### **1.6.2. Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dari penelitian ini diuraikan kedalam empat kategori, yakni: bagi siswa, guru, sekolah, dan peneliti lanjutan.

- a. Bagi Siswa. Meningkatkan kemampuan pukulan forehand dalam permainan tenis meja sekolah menengah atas khususnya siswa kelas X<sup>C</sup>SMA Negeri 1 Suwawa.
- b. Bagi Guru. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi dalam meningkatkan pukulan forehand tenis meja.

c. Bagi Sekolah. Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan khususnya materi tentang tenis meja. Selain itu, sebagai bahan masukan bagi SMA Negeri 1 Suwawa untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

d. Bagi Peneliti Lanjutan. Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga khususnya tentang tenis meja agar nantinya peneliti bisa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.