

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai arti yang penting dalam usaha untuk peningkatan kualitas sumber daya manusia. Olahraga tidak dapat dipisahkan dari kehidupan manusia, karena kehidupan manusia terdiri dari dua aspek jasmani dan rohani yang tidak dapat dipisahkan. kedua aspek tersebut berkembang dan tumbuh secara berselaras maka akan timbul kehidupan yang harmonis dalam pertumbuhannya, keselarasan kehidupan jasmani dan rohani pada manusia dapat dicapai dengan melakukan kegiatan olahraga.

Setiap manusia melakukan kegiatan olahraga untuk mempunyai pencapaian tujuan yang berbeda. Tujuan dalam berolahraga ada empat yaitu: untuk kegiatan rekreasi, kegiatan pendidikan, kegiatan peningkatan kesegaran jasmani, dan untuk mencapai prestasi tertentu, seperti yang diungkapkan oleh Sajoto:

Pertama, orang melakukan kegiatan berolahraga hanya untuk rekreasi, kedua mereka yang melakukan olahraga bertujuan untuk pendidikan, ketiga mereka melakukan olahraga untuk mencapai tingkat kesegaran jasmani tertentu, dan yang keempat mereka melakukan kegiatan olahraga bertujuan untuk prestasi tertentu.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> Sajoto, Peningkatan dan Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga, (Semarang: Dahara Prize, 1995), h.1

Dalam pendidikan di sekolah pendidikan Jasmani memberikan kontribusi besar bagi pencapaian tujuan-tujuan pendidikan pada umumnya. Penjas memegang peranan penting dalam mengembangkan nilai-nilai humanitas yang diorientasikan pada peningkatan kualitas manusia seutuhnya. Oleh karena itu Penjas dan kesehatan merupakan mata pelajaran wajib dan dilaksanakan sesuai dengan kurikulum yang berlaku, ini terbukti bahwa pendidikan jasmani diberikan pada tiap-tiap sekolah mulai dari tingkat Taman Kanak-kanak, Sekolah Dasar, Sekolah Menengah sampai Perguruan Tinggi.

Penjas dan olahraga perlu ditingkatkan di lingkungan sekolah, pengembangan prestasi, upaya memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat serta menciptakan iklim yang lebih mendorong masyarakat untuk lebih berprestasi secara bertanggung jawab dalam membina dan mengembangkan olahraga. Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan kepada peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan kepada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani seluruh masyarakat, pemupukan watak disiplin dan sportivitas serta pengembangan prestasi olahraga yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional.

Pendidikan jasmani diarahkan pada dua sasaran utama, yaitu: pertama, pemberian pengalaman pendidikan gerak bagi anak agar kemampuan geraknya berkembang sesuai dengan perkembangan dengan

tingkat perkembangan usianya. Kedua, memanfaatkan aktivitas jasmani sebagai arena atau wahana pendidikan untuk mengembangkan berbagai potensi yang ada pada diri anak kearah tujuan yang dicita-citakan.<sup>2</sup> Olahraga dan pendidikan tidak dapat dipisahkan. Dalam konteks pendidikan, olahraga dimanfaatkan sebagai alat pendidikan, sehingga menjadi materi dalam pendidikan jasmani.<sup>3</sup>

Dalam pembelajaran di sekolah di ajarkan berbagai cabang olahraga sesuai dengan kurikulum yang ada, berbagai cabang tersebut banyak di kembangkan dalam ekstrakuliler di sekolah, salah satunya cabang olahraga tenis meja. Permainan tenis meja banyak sekali bentuk penguasaan teknik dasar yang harus dikuasai. Penguasaan teknik dalam permainan tenis meja terdiri dari: pukulan backhand, pukulan forehand dan smash.

Olahraga tenis meja termasuk salah satu olahraga yang populer di Indonesia selain olahraga yang lain seperti sepakbola dan bulutangkis, dari kota hingga desa hampir selalu ada sarana bermain tenis meja. Sekarang ini, perkembangan tenis meja makin pesat, sehingga persaingan prestasi makin bertambah ketat. Oleh karena itu, pemain tenis meja pada dasarnya membutuhkan kemampuan untuk melakukan berbagai macam pukulan dan keterampilan memainkan bed. Para pelatih diharapkan dapat memberikan

---

<sup>2</sup> Ibid., h.40

<sup>3</sup> Amung Ma'Mun, Pendekatan Keterampilan Taktis dalam Pembelajaran Bolavoli (direktorat Jendral Olahraga: Jakarta), h. 40

latihan berbagai macam pukulan dasar yang ada dalam permainan tenis meja agar anak asuhnya dapat mencapai sukses dalam pertandingan.

Komponen yang penting dalam mempersiapkan atletnya adalah program latihan teknik meliputi teknik pegangan, teknik pukulan dan teknik bermain. Latihan taktik meliputi taktik bermain tunggal dan ganda, cukupkan latihan mental dengan cara banyak melakukan uji tanding. Pencapaian prestasi tenis meja dapat optimal jika latihan dilakukan sejak usia dini. Adanya waktu dan kesempatan berlatih yang lebih banyak maka diharapkan anak-anak tersebut tumbuh menjadi petenis meja yang baik yang dapat menguasai segala macam teknik dasar permainan tenis meja. Selain itu, untuk meningkatkan prestasi permainan tenis meja diperlukan organisasi yang baik dengan para pelatih yang berpengetahuan khusus dan mendasar untuk dapat melatih dan mengajar tenis meja. Latihan yang teratur, dengan kemauan yang keras dan ulet serta mengikuti instruksi pelatih juga merupakan faktor pencapaian prestasi tenis meja.

Menguasai teknik *forehand* ini diperlukan metode yang tepat sebagai sarana untuk mempelajari teknik tersebut. Banyak sekali metode latihan yang dapat membantu proses latihan yang sesuai dengan apa yang diharapkan yaitu supaya siswa mampu menguasainya. Untuk menghasilkan kemampuan *forehand* yang baik, peneliti akan menggunakan metode bermain dan metode resiprokal sebagai metode latihan *forehand* tenis meja yang berbeda dengan metode yang sudah dilaksanakan, namun bukan berarti metode itu tidak baik,

akan tetapi belum mendapatkan hasil yang optimal didalam meningkatkan teknik *forehand* tenis meja

.Berdasarkan hasil pengamatan dan observasi di SMP Negeri 1 Tangrang Selatan menunjukan bahwa kemampuan *forehand* masih kurang baik saat siswa melakukan gerakan *forehand* yang benar dan siswa masih kurang begitu paham bagaimana gerakan melakukan *forehand* yang benar. Rata-rata siswa saat melakukan kesalahan dalam memegang bet yang membuat perkenaan bola di bet tidak sempurna, yang mengakibatkan arah bola tidak sesuai yang di harapkan.

Selanjutnya hasil wawancara dengan guru yang melatih ekstrakurikuler tenis meja guru melatih *forehand* dengan cara membebaskan siswa berkreasi sendiri tanpa ada metode yang pasti. Siswa hanya di tekankan bagaimana melakukan *forehand* walaupun gerakan yang dilakukan pada saat melakukan *forehand* itu salah. Sehingga faktor ini menyebabkan rendahnya kemampuan hasil belajar *forehand* siswa tersebut.

Oleh karena itu cabang olahraga tenis meja memerlukan perhatian yang serius untuk pembelajaran di setiap sekolah-sekolah guna meningkatkan hasil belajar dan prestasi. Karena olahraga tenis meja sangat mendunia dan indonesia harus mengembangkannya, tidak hanya di kota-kota besar, melainkan di daerah pedesaan juga harus mendapatkan pengembangan tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut di atas penulis akan melakukan penelitian dengan judul "Perbandingan Metode Bermain dan Metode Resiprokal Terhadap Hasil Belajar Teknik *Forehand* Tenis Meja Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan" Dengan harapan meningkatnya penguasaan kemampuan *forehand* bagi pemula di sekolah, olahraga tenis meja dapat terus berkembang di daerah yang jauh dari perkotaan.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka terdapat beberapa permasalahan yang dapat diidentifikasi, diantaranya :

1. Apakah metode bermain dapat meningkatkan hasil belajar teknik *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan?
2. Apakah metode reiprokal dapat meningkatkan hasil belajar teknik *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan?
3. Apakah metode bermain dan metode resiprokal dapat merangsang siswa dalam meningkatkan hasil belajar *forehand* tenis meja?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah, maka penelitian hanya dibatasi pada perbandingan metode bermain dan metode resiprokal terhadap hasil belajar teknik *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah serta pembatasan masalah, maka perumusan masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah metode bermain dapat meningkatkan terhadap hasil belajar teknik *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan?
2. Apakah metode resiprokal dapat meningkatkan terhadap hasil belajar teknik *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan?
3. Metode manakah yang lebih efektif untuk meningkatkan hasil belajar teknik *forehand* tenis meja pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Tangerang Selatan?

## E. Kegunaan Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

### 1. Bagi Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dapat dijadikan referensi bagi mahasiswa FIK yang akan terjun melatih dengan memperhatikan metode yang lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar *forehand* dalam permainan tenis meja pada siswa atau atlet.

### 2. Bagi Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran, informasi dan pengetahuan bagi para pelatih mengenai metode yang lebih efektif dalam meningkatkan hasil belajar *forehand* dalam permainan tenis meja

### 3. Hasil Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan mengenai metode latihan yang tepat terhadap hasil belajar *forehand* dalam permainan tenis meja