

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Belajar Pendidikan Jasmani memiliki peran penting dalam membentuk kesehatan dan kebugaran siswa. Kebugaran jasmani merupakan hal yang sudah populer di kalangan masyarakat saat ini. Kebugaran jasmani merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan satu tugas khas yang memerlukan kerja muskular di mana kecepatan dan ketahanan merupakan kriteria utama. Seseorang yang memiliki kebugaran jasmani yang baik dapat diartikan cukup mempunyai kesanggupan untuk melakukan pekerjaannya dengan efisien tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti, sehingga masih memiliki sisa tenaga untuk mengisi waktu luangnya dan tugas-tugas mendadak lainnya (Hernawan 2021). Kebugaran jasmani diartikan sebagai kemampuan tubuh seseorang untuk melakukan tugas pekerjaan sehari-hari tanpa menimbulkan kelelahan yang berarti (Nuraini.2021).

Melalui aktivitas fisik yang diterapkan selama belajar, siswa dapat meningkatkan kondisi fisik dan mental mereka serta membantu menjaga keseimbangan tubuh (Kokkonen et al., 2019). Dalam Belajar Pendidikan Jasmani, siswa diajak untuk terlibat dalam berbagai aktivitas fisik seperti olahraga, latihan fisik, dan permainan. Aktivitas ini tidak hanya membantu meningkatkan kesehatan fisik, tetapi juga membantu meningkatkan kemampuan sosial dan kerjasama siswa dalam kelompok.

Selain itu, Belajar Pendidikan Jasmani juga membantu siswa memahami pentingnya gaya hidup sehat dan aktif. Melalui belajar, siswa dapat memahami manfaat dari berolahraga secara teratur dan menjalani gaya hidup sehat, sehingga dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari (Boonsem & Chaoensupmanee, 2020). Dengan demikian, Belajar Pendidikan Jasmani memiliki peran penting dalam membentuk siswa menjadi individu yang sehat, aktif, dan produktif.

Pendidikan jasmani di sekolah dasar adalah bagian dari program pendidikan yang memfokuskan pada pembentukan dan pengembangan kebugaran fisik dan keterampilan motorik siswa. Melalui pendidikan jasmani, siswa akan mempelajari dan berlatih berbagai aktivitas fisik dan olahraga, memahami pentingnya hidup sehat dan aktif, dan membangun gaya hidup sehat sepanjang hidup (Scott, 2019). Pendidikan jasmani juga membantu siswa memahami dan menghormati norma-norma dan aturan dalam permainan dan aktivitas fisik, serta membantu mereka membangun rasa percaya diri dan kemandirian melalui pengembangan keterampilan fisik. Pendidikan jasmani di sekolah dasar sangat penting untuk membentuk dasar-dasar kesehatan dan gaya hidup aktif bagi siswa, sehingga mereka dapat menjadi individu yang sehat dan produktif. (Scott, 2019).

Jenis permainan olahraga pendidikan jasmani adalah berbagai aktivitas fisik atau olahraga yang digunakan sebagai alat belajar dan pembentukan keterampilan fisik dan motorik siswa (Lodewyk & Robertson, 2022). Jenis permainan ini bervariasi dan dapat meliputi berbagai aktivitas seperti lari, bola, berkuda, teka-teki, dan akrobatik. Jenis permainan olahraga pendidikan jasmani dipilih dengan memperhitungkan tingkat keterampilan dan minat siswa, serta tujuan belajar pendidikan jasmani. Ada beberapa jenis permainan yang lebih sesuai untuk pembentukan keterampilan motorik, sementara yang lain lebih baik untuk membangun keterampilan kognitif dan sosial. Melalui jenis permainan olahraga pendidikan jasmani, siswa akan mempelajari dan berlatih keterampilan fisik dan motorik, memahami pentingnya hidup sehat dan aktif, dan membangun rasa percaya diri dan kemandirian. Oleh karena itu, jenis permainan olahraga pendidikan jasmani sangat penting bagi pembentukan dasar-dasar kesehatan dan gaya hidup aktif siswa.

Beberapa jenis permainan olahraga pendidikan jasmani yang biasa dilakukan pada tingkat sekolah dasar yaitu atletik, permainan bola kecil dan bola besar (Lodewyk & Robertson, 2022). Atletik adalah cabang olahraga yang meliputi berbagai jenis aktivitas fisik seperti lari, lompat, dan lempar. Permainan bola besar adalah sebutan untuk berbagai jenis olahraga yang menggunakan bola besar sebagai alat utama, seperti sepak bola, bola basket, bola voli, bola tenis, dan

bola tampar. Permainan bola kecil adalah sebutan untuk berbagai jenis olahraga yang menggunakan bola kecil sebagai alat utama, bola pingpong, bola kasti, dan bola gasing.

Permainan bola kecil sangat penting bagi pembentukan keterampilan motorik, koordinasi, dan keterampilan berolahraga (Práxedes et al., 2022). Permainan bola kecil juga sangat populer dan sering dimainkan di sekolah atau lingkungan sekitar sebagai bagian dari pembentukan keterampilan dan gaya hidup aktif. Salah satu permainan bola kecil yang penting di pelajari siswa dalam pendidikan jasmani adalah olahraga tenis meja. Tenis Meja adalah cabang olahraga yang dimainkan dengan memukul bola plastik ke atas meja pingpong dan Forehand drive bola ke lawan (Salici, 2020). Tujuan dari permainan ini adalah untuk memukul bola dengan cara yang membuat lawan tidak mampu mengembalikan bola dengan tepat. Tenis meja dimainkan oleh dua orang atau dua tim yang berlawanan satu sama lain. Permainan ini membutuhkan kecepatan, konsentrasi, dan keterampilan koordinasi mata-tangan. Tenis meja juga merupakan cabang olahraga yang sangat populer dan digelar secara nasional maupun internasional, seperti Kejuaraan Tenis Meja Dunia dan Kejuaraan Olimpiade.

Belajar tenis meja pada siswa sekolah dasar bertujuan untuk mengembangkan keterampilan motorik, koordinasi, dan keterampilan berolahraga (Zetou et al., 2014). Belajar ini juga bertujuan untuk membantu siswa membangun rasa percaya diri dan kemandirian serta membantu mereka memahami aturan dan etika permainan. Belajar tenis meja pada siswa sekolah dasar dapat dilakukan melalui berbagai aktivitas dan latihan, seperti latihan memukul bola, latihan memantau bola, dan latihan bermain permainan. Siswa juga dapat belajar bersama dengan teman sekelas atau melalui pertandingan kecil. Penting untuk memastikan bahwa siswa memahami aturan dan etika permainan sebelum memulai belajar tenis meja. Instruktur juga harus memantau dan membantu siswa secara aktif selama belajar untuk memastikan bahwa mereka memahami dan menikmati proses belajar.

Salah satu kompetensi dasar dalam permainan tenis meja untuk siswa sekolah dasar yaitu keterampilan memukul bola dengan benar dan efektif. ada 3 teknik dasar yang sangat penting di pelajari oleh siswa yaitu servis, forehand dan backhand. (Taş & Sinanoğlu, 2017). Dengan memahami gerak dasar, siswa akan dapat membangun keterampilan mereka dalam permainan tenis meja dan memainkannya dengan lebih baik.

Namun dalam belajar tenis meja terdapat juga masalah yang dihadapi guru olahraga dalam mengajarkan pendidikan jasmani di sekolah seperti fasilitas, peralatan, dan alat bantu belajar, motivasi dan minat siswa dalam belajar pendidikan jasmani dan kurangnya kemampuan guru dalam membuat materi dan metode belajar yang menarik dan efektif (Meir, 2022). Fasilitas dalam pendidikan jasmani sangat penting dan perlu diperhatikan agar belajar pendidikan jasmani dapat berlangsung dengan baik dan memuaskan bagi siswa, membantu guru dalam membuat belajar yang lebih efektif, dan meningkatkan motivasi siswa untuk belajar dan berolahraga.

Pentingnya mengembangkan model belajar yang di lakukan oleh guru sangat besar pengaruhnya terhadap kualitas belajar. Model belajar yang baik akan memperkuat proses belajar dan meningkatkan efektivitas pengajaran, sehingga siswa dapat lebih mudah memahami materi yang diajarkan (Hamad et al., 2022). Dengan memperhatikan aspek-aspek seperti metode pengajaran, media belajar, dan aktifitas belajar, guru dapat membuat suasana belajar yang menyenangkan dan mendorong aktifitas belajar siswa. Ini akan membantu meningkatkan motivasi belajar siswa dan mempermudah pemahaman materi.

Model belajar yang baik dapat memperkuat proses belajar, meningkatkan efektivitas pengajaran, menciptakan suasana belajar yang menyenangkan, dan mendorong aktifitas belajar siswa. Selain itu, model belajar yang baik juga dapat meningkatkan motivasi belajar siswa mempermudah proses pemahaman materi, serta membantu membentuk perilaku belajar yang baik pada siswa (Sutiani et al., 2021). Oleh karena itu, guru harus selalu berupaya untuk mengembangkan model belajar yang efektif dan sesuai dengan kebutuhan siswa.

Berdasarkan penelitian terdahulu yang diteliti oleh (Rizal & Rusmana, 2020.) tentang model belajar, khususnya model belajar olahraga tenis meja bagi siswa sekolah dasar dengan judul “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Servis Forehand Tenis Meja Menggunakan Media Modifikasi” menyatakan bahwa Bagi sebagian orang khususnya guru pendidikan jasmani terutama di beberapa sekolah, permainan tenis meja ini jarang diberikan. Hal tersebut dikarenakan tidak tersedianya fasilitas yang menunjang terhadap pelaksanaan belajar tenis meja. Ini menyebabkan guru sedikit enggan untuk memberikan pelajaran permainan tenis meja. Di samping itu, permainan tenis meja juga dirasakan menjadi permainan yang tidak asing lagi bagi siswa SD kelas atas, sehingga terkadang permainan ini diasumsikan tidak perlu diberikan di tingkat SD kelas atas. Padahal sudah tercantum dalam kurikulum bahwa permainan tenis meja ini termasuk ke dalam kategori permainan bola kecil yang wajib diikuti oleh semua siswa sekolah dasar kelas atas

Berdasarkan hasil wawancara dan pengamatan peneliti serta konsultasi dengan guru di bidang studi pendidikan jasmani yang mengajar sekolah dasar kelas atas IV SDN 07 Cipinang Muara bahwa belajar tenis meja tidak pernah diajarkan karena, pertama adalah jumlah meja di sekolah tersebut hanya 1 sehingga siswa perlu secara bergantian bermain tenis meja dan memakan waktu lama, ke dua siswa lebih memilih olahraga kasti dan bulutangkis karena olahraga bulu tangkis lebih efisien dan efektif dan proses belajar lebih merata karena tidak terbatas oleh fasilitas. Masalah ketiga guru yang kurang inovatif, dalam membuat model belajar khususnya olahraga tenis meja. Masalah ke empat yaitu terbatasnya waktu yang dimiliki guru untuk mengembangkan media belajar. Hal ini karena guru terbentur pada urusan dan kegiatan administratif yang banyak menyita waktu, misalnya membuat Satuan Kegiatan Harian (SKH) dan evaluasi. Jadi, meskipun guru mempunyai ide ingin mengembangkan media belajar, namun hal tersebut terkendala kesibukan guru dalam melakukan kegiatan administratif yang banyak menyita waktu. Proses pembelajaran tidak akan lepas dari adanya siswa, pengajar, metode mengajar, materi, sampai dengan sarana dan prasarana karena semua faktor tersebut saling berkaitan dalam menciptakan tujuan

pembelajaran yang baik dan sesuai dengan rencana. Agar mendapatkan hasil yang maksimal dalam melakukan kemampuan dasar berenang sangat dibutuhkan seorang guru yang profesional, berkualitas, terlatih, kreatif dan menguasai materi pembelajaran (Hernawan, 2017).

Dengan Permasalahan tersebut maka sebagai peneliti ingin mengembangkan model belajar yang efektif dalam permainan olahraga tenis meja untuk siswa sekolah dasar kelas atas. Adapun model belajar yang di kembangkan berupa bahan ajar dalam keterampilan pukulan forehand dengan judul “Pengembangan Model Belajar Keterampilan Pukulan *Forehand* Tenis Meja untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas “

B. Fokus Penelitian

Peneliti membatasi permasalahan yang ada yaitu: “Model Belajar Keterampilan Pukulan *Forehand drive* Tenis Meja untuk Siswa Sekolah Dasar Kelas Atas”

C. Rumusan Masalah

1. Bagaimana Pengembangan model belajar gerakan pukulan forehand drive tenis meja untuk siswa sekolah dasar kelas atas?
2. Bagaimana Efektifitas model belajar gerakan pukulan forehand drive tenis meja untuk siswa sekolah dasar kelas atas?

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang peneliti kemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Menghasilkan model belajar gerakan pukulan *forehand drive* tenis meja untuk siswa sekolah dasar kelas atas
2. Menguji Efektifitas model keterampilan pukulan *forehand tenis* meja berbasis aplikasi pada siswa sekolah dasar kelas atas

E. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Secara Teoritis

a. Para peneliti

Agar hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan pengembangan terbaru di penelitian lain yang berhubungan dengan jenis penelitian yang sama.

b. Pembaca

Melalui penelitian ini diharapkan agar pembaca dapat menambah pengetahuan tentang belajar teknik pukulan *forehand* tenis meja untuk siswa sekolah dasar kelas atas

2. Secara Praktis

a. Bagi siswa

Agar dapat meningkatkan minat belajar siswa dan memudahkan siswa memahami belajar teknik pukulan *forehand* tenis meja dalam kegiatan belajar mengajar tenis meja.

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pembaharuan pada guru penjas dalam kegiatan belajar mengajar teknik pukulan *forehand* tenis meja ke depannya, dan dapat mengoptimalkan pembelajar yang efektif dan *efisien*.

c. Bagi Sekolah

Sebagai bahan informasi terhadap sekolah dalam mengembangkan strategi belajar mengajar, dan untuk meningkatkan kualitas hasil belajar siswa

F. Signifikansi Hasil Penelitian

Hasil penelitian dari model belajar keterampilan pukulan *forehand* tenis meja berbasis aplikasi efektif untuk siswa sekolah dasar kelas atas. Oleh karena itu salah satu upaya memberikan inovasi/variasi model belajar keterampilan pukulan *forehand drive* tenis meja.

G. State of The Art

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan pengembangan model belajar keterampilan pukulan *forehand* tenis meja berbasis aplikasi untuk siswa sekolah dasar menunjukkan terbatasnya penelitian yang membahas secara khusus mengenai penelitian tersebut. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk membahas secara khusus tentang model belajar keterampilan pukulan *forehand* tenis meja berbasis aplikasi untuk siswa sekolah dasar untuk melakukan penelusuran studi literatur dan menemukan gap dari penelitian-penelitian sebelumnya, sehingga dapat ditentukan *State of The Art* dari penelitian ini.

Table 1.1. Studi Literatur Model Belajar Keterampilan Pukulan Forehand Tenis Meja

No	Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Pembahasan
1	2022	Homon, L., Holoviichuk, I., Nesterenko, O., Hloba, T., & Ploshynska, A. <i>Journal of Curriculum and Teaching</i> , 11(3), 64.	Health-Forming Technology of Physical Education of Higher Educational Institution Students Based on Sports-Oriented Training
2	2018	Tsuda, E., Ward, P., & Goodway, J. D. <i>Journal of Physical Education, Recreation and Dance</i> , 89(6), 33–41.	Defining Tennis Content in Upper Elementary Physical Education
3	2021	Zou, J. H., Liu, K., & Han, L. <i>Interactive Learning Environments</i> , 29(6), 1006–1018.	The impact of a rich media platform to Table tennis learners' performance and participation motivation
4	2019	Turan, M. B., Dişçeken, O., & Kaya, M. <i>Universal Journal of</i>	The impact of cognitive-based learning and

		Educational Research, 7(1), 244–249.	imagery training on tennis Table
5	2018	Tsuda, E., Ward, P., & Goodway, J. D. Journal of Physical Education, Recreation and Dance, 89(6), 33–41.	Defining Tennis Content in Upper Elementary Physical Education
6		Buchanan, A. M., & Barrow, B	The Table Tennis Triathlon: An Integrated Sport Education Season

H. Road Map Penelitian

- Kurangnya keterampilan siswa dalam permainan
- kurangnya model belajar yang sesuai, dengan keterbatasan alat dan fasilitas, serta kurangnya pemahaman dasar dari siswa mengenai teknik dan mekanisme pukulan tersebut.



- Perlunya meningkatkan keterampilan forehand drive tenis meja pada siswa sekolah dasar
- Perlu adanya model belajar yang sesuai, dengan keterbatasan alat dan fasilitas, serta kurangnya pemahaman dasar dari siswa mengenai teknik dan mekanisme pukulan tersebut.



Mengembangkan Model Belajar Gerakan forehand drive tenis meja yang efektif untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan pukulan forehand drive.