

BAB II
PUKULAN FOREHAND DRIVE TENIS MEJA DAN MEDIA
PEMBELAJARAN AUDIO VISUAL

A. Pengertian Hasil Belajar *Forehand Drive* Tenis Meja

1. Hasil Belajar

Belajar merupakan kegiatan sehari-hari bagi siswa disekolah. Kegiatan belajar tersebut ada yang dilakukan di sekolah, di rumah, dan di tempat lain seperti : perpustakaan, museum. Belajar merupakan masalah setiap orang, sehingga tidak mengherankan bila belajar merupakan istilah yang tidak asing bagi kita.

Belajar menurut M. Soerya sebagai berikut : belajar dapat diartikan sebagai suatu proses yang dilakukan oleh individu untuk memperoleh perilaku baru secara keseluruhan, sebagai hasil dari pengalaman individu itu sendiri dalam berinteraksi dengan lingkungannya. Perubahan sebagai hasil dari proses belajar dapat ditunjukkan dalam berbagai bentuk seperti berubah pengetahuan, pemahaman, sikap, dan tingkah laku, ketrampilan, kecakapan, kebiasaan, serta perubahan aspek-aspek lain yang ada pada individu yang belajar. Sementara itu peranan siswa dalam proses belajar mengajar ini adalah suatu proses yang dialami oleh siswa di sekolah dalam mencari atau menambah pengetahuan, pengalaman, dan sikap.

Belajar adalah suatu aktivitas mental/psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengetahuan-pemahaman, ketrampilan dan nilai sikap. Hasilnya tampak perubahan tingkah laku pada diri siswa. Kesan yang tertanam pada siswa setelah melakukan proses belajar adalah bahwa apa yang dipelajari di sekolah tidak akan terlupakan walaupun dalam perjalanan waktu selanjutnya bias saja terjadi perubahan dalam arti

peningkatan pengetahuan yang juga menuju pada perubahan sikap, keterampilan maupun pemahamannya.

Pengertian belajar dikemukakan oleh Lester D Crow dan Alice Crow yang dikutip Roestiyah NK, sebagai berikut : Belajar ialah perubahan individu dalam kebiasaan pengetahuan dan sikap. Seseorang mengalami proses belajar kalau ada perubahan dari tidak tahu menjadi tahu dalam menguasai ilmu pengetahuan.

Selanjutnya Sumadi Suryabrata, mengemukakan belajar sebagai berikut :

- a. Belajar membawa perubahan (dalam arti behavior changes, actual maupun potensial)
- b. Bahwa perubahan itu pada pokoknya adalah didapatnya kecakapan baru (dalam arti Kenntnis Fertingkeit)
- c. Bahwa perubahan itu terjadi karena usaha (dengan sengaja).

Lebih lanjut lagi tentang belajar, seperti dikemukakan Bigge yang dikutip oleh Eveline Siregar, dkk, belajar sebagai suatu perubahan yang bertahan lama dalam kehidupan individu dan tidak dibawa sejak lahir atau warisan keturunan. Berdasarkan kajian beberapa teori di atas, pada hakikatnya belajar yang dilakukan siswa adalah suatu proses perubahan yang terjadi pada diri siswa yang dilakukan secara sengaja di sekolah, berdasarkan kondisi belajar yang tercipta dan adanya rangsangan-rangsangan dari tuntutan pelajaran serta adanya tuntutan perubahan dalam hal pengetahuan, sikap mental, keterampilan dan pengalaman. Belajar dan hasil belajar merupakan dua konsep yang tidak dapat dipisahkan satu sama lain. Belajar menunjuk pada apa yang harus dilakukan seseorang sebagai subyek yang menerima pelajaran, sedangkan hasil belajar merupakan tujuan akhir yang ingin dicapai dari suatu proses belajar. Nana Sudjana dalam bukunya menjelaskan bahwa: Belajar adalah suatu proses yang ditandai dengan adanya perubahan pada diri seseorang.

Hasil belajar dapat dikatakan sebagai perwujudan adanya perubahan pada ranah kognitif, yaitu dari tidak tahu menjadi tahu atau mengerti. Ranah afektif yaitu dari sikap acuh tak acuh menjadi pengertian. Ranah psikomotor yaitu dari tidak tahu atau belum mengerti peran yang harus dimainkan sampai dapat peran secara aktif.

Dalam proses pembelajaran harus diperhatikan segala sesuatunya karena sangat berpengaruh terhadap hasil belajar siswa. Hasil belajar yang baik maupun hasil belajar yang tidak baik keduanya akan mempengaruhi pertumbuhan serta perkembangan siswa dalam hal jasmani, pemikiran, mental, cara pandang sampai gaya hidup. Yusmawati menerangkan bahwa: Hasil belajar adalah kemampuan-kemampuan yang dimiliki siswa setelah ia menerima pengalaman belajarnya dilakukan berkesinambungan.

Baik atau tidaknya kemampuan yang dimiliki oleh siswa tergantung dari apa yang siswa dapat selama proses pembelajaran. Seorang guru harus memperhatikan dengan baik hal-hal yang terdapat dalam proses pembelajaran seperti materi belajar, tempat, media mengajar, siswa, waktu, bahasa yang digunakan dan kondisi kelas. Semua itu dilakukan agar siswa mendapatkan informasi secara benar dan jelas serta menghindarkan siswa dari pemahaman atau cara pandang yang salah baik selama pembelajaran maupun setelah pembelajaran. Hordward Kingsley membagi tiga macam hasil belajar, yakni: (a). keterampilan dan kebiasaan, (b) pengetahuan dan pengertian, (c) sikap dan cita-cita. Masing-masing jenis hasil belajar dapat diisi dengan bahan yang telah ditetapkan dalam kurikulum. Sedangkan Gagne membagi lima kategori hasil belajar, yakni (a) informasi verbal, (b) keterampilan intelektual, (c) strategi kognitif, (d) sikap, dan (e) keterampilan psikomotoris. Klasifikasi hasil

belajar dari Benyamin Bloom yang secara garis besar membaginya menjadi tiga ranah, yakni ranah kognitif, ranah afektif dan ranah psikomotor.

Ranah kognitif berkenaan dengan hasil belajar intelektual yang tersiri dari enam aspek, yakni pengetahuan atau ingatan, pemahaman, aplikasi, analisis, sintesis dan evaluasi. Kedua aspek pertama disebut kognitif tingkat rendah dan keempat aspek berikutnya termasuk kognitif tingkat tinggi. Ranah afektif berkenaan dengan sikap yang terdiri dari lima aspek, yakni penerimaan, jawaban atau reaksi, penilaian, organisasi dan internalisasi. Ranah psikomotoris berkenaan dengan hasil belajar keterampilan dan kemampuan bertindak. Ada enam aspek ranah psikomotoris, yakni : (a) gerakan refleks, (b) keterampilan gerakan dasar, (c) kemampuan perseptual, (d) keharmonisan atau ketepatan, (e) gerakan keterampilan kompleks, dan (f) gerakan ekspresif dan interpretatif.

Peneliti mengukur tingkat hasil belajar siswa dalam penelitian ini dengan menggunakan pengukuran secara langsung melalui tes. Karena penilaian akhir gerak siswa adalah dengan angka-angka atau penilaian yang diberikan oleh gurunya. Siswa dapat mengetahui hasil belajarnya sesudah diadakan evaluasi, proses belajar yang panjang dapat terbayar ketika mengetahui hasil yang dicapai menunjukkan hasil yang baik atau maksimal, tetapi ketika hasil evaluasi menunjukkan nilai yang kecil, maka pasti ada yang kurang selama proses belajar berlangsung. Oleh karena itu evaluasi menjadi hal yang penting untuk mengetahui tingkat hasil belajar siswa.

WS Winkel yang dikutip oleh Restu Nurhayati dan kawan-kawan menyatakan bahwa "hasil belajar terhadap proses belajar dalam suatu ungkapan yang bermacam-macam, namun umumnya hasil penilaian itu dinyatakan dalam angka-angka yang mempunyai skala tertentu sehubungan dengan penilaian belajar". Angka dapat berbicara secara pasti, apakah siswa tersebut memiliki kemampuan yang sesuai dengan angka tersebut atau tidak. Penilaian yang dilakukan kolaborator harus obyektif dan sesuai dengan kenyataan atau apa adanya. Penilaian tidak dibuat-buat

karena itu akan mempengaruhi keobyektifan dalam memberikan nilai. Hasil belajar dipengaruhi oleh pengalaman pelajar dengan dunia fisik dan lingkungannya.

Peneliti berusaha membuat siswa yang diteliti merasakan pengalaman yang sebenarnya dengan banyak belajar di tempat yang sesungguhnya yaitu di kolam renang. Ketika siswa terbiasa berada dilingkungan tersebut maka siswa akan menemukan kenyamanan, maka hal seperti itu akan menjadikan siswa belajar secara total. Yang berimbas pada hasil belajar yang baik.

Jadi yang dimaksud hasil belajar adalah tujuan akhir yang ingin dicapai dari suatu proses pembelajaran yang dilakukan, untuk mendapatkan hasil belajar yang baik dan sesuai dengan tujuan maka proses pembelajaran harus direncanakan dan dilaksanakan sebaik-baiknya oleh guru.

2. Pukulan *Forehand Drive* Tenis Meja

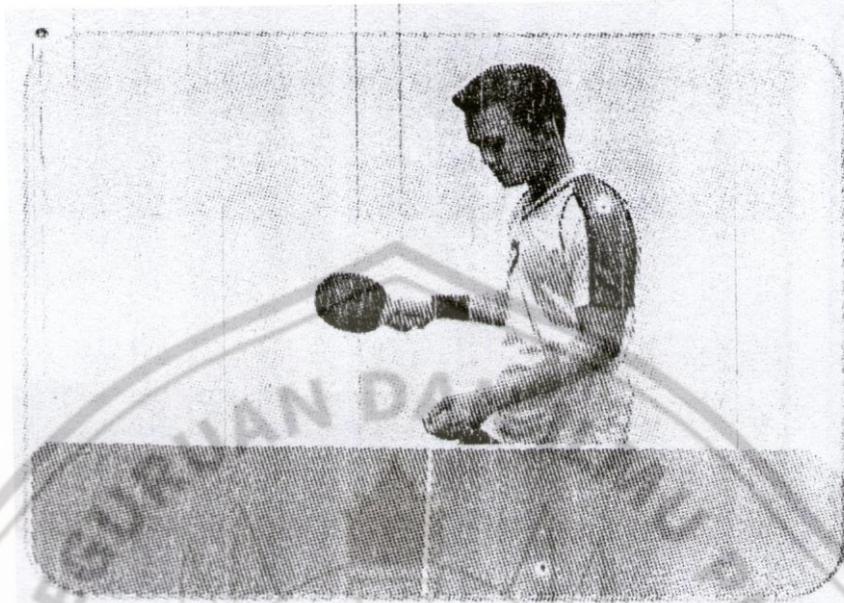
Tenis meja merupakan cabang olahraga permainan yang teknik gerakannya kompleks. Artinya terdiri dari gabungan unsur-unsur gerak yang terkoordinasi sehingga siswa tidak mudah untuk menguasai teknik permainan tenis meja dengan baik.

Dalam permainan tenis meja, teknik-teknik gerakannya menuntut koordinasi yang baik seperti koordinasi mata dengan tangan, gerakan awal dengan gerakan lanjutan dan yang lebih mendasar adalah koordinasi syaraf dengan otot. Salah satu teknik yang harus dikuasai dalam tenis meja adalah *forehand drive*. Jimbrowne mengemukakan bahwa " *forehand drive* adalah pukulan yang dilakukan oleh pemain dengan menggunakan tangan kanan atau kiri pada bola yang berada disisikan tubuhnya.

Adapun beberapa hal yang harus diperhatikan untuk belajar forehand drive adalah:

1. Jangan berdiri terlalu jauh dari meja, sebaiknya bersiap-siap memukul bola.
2. Saat memainkan *forehand drive* pada saat menerima maupun memukul puncaknya bet seyogyanya pada posisi mendangkak ke atas dan bersiap-siap melakukan pukulan pelintir.
3. Saat melakukan *conter hiter*, sebaiknya puncak bet diturunkan lebih rendah sehingga dapat menetralsisir pelintiran lawan. Kemudian teruskan dengan berbagai pelintiran bola kembalian dari pihak lawan.
4. Jika lawan tiba-tiba melakukan *chop*, ayunan bet anda ke atas jika lawan melakukan *conter hits*, rendahkan bet anda ke depan.

Adapun teknik pukulan forehand drive yang dikemukakan oleh Dinas Olahraga dan Pemuda adalah: (1). Tahap persiapan pukulan *forehand*. (2). Tahap pelaksanaan pukulan *forehand drive*. (3). Tahap akhir pukulan *forehand drive*. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar berikut:



Gambar 2.1. Tahap Persiapan pukulan Forehand Drive
Sumber Dinas Olahraga dan Pemuda, Petunjuk Permainan Tenis Meja (Jakarta: Dinas
Olahraga dan Pemuda, 2004), h. 64.

Keterangan Gambar:

1. Dalam posisi siap.
2. Tangan dilemaskan
3. Bet sedikit dibuka untuk menghadapi back spin, sedikit ditutup atau tegak lurus untuk menghadapi top spin.
4. Pergelangan tangan lemas dan sedikit dimiringkan ke bawah.
5. Bergerak untuk mengatur posisi kaki karena sedikit ke belakang untuk melakukan forehand drive.



Gambar 2.2. Tahap pelaksanaan pukulan forehand drive.
Sumber Dinas Olahraga dan Pemuda, Petunjuk Permainan Tenis Meja (Jakarta: Dinas Olahraga dan Pemuda, 2004), h. 64.

Keterangan Gambar:

1. Putar tubuh ke belakang dengan bertumpu pada punggung dan pinggul.
2. Putar tangan ke belakang dengan bertumpu pada sikut.
3. Berat badan dipindahkan ke kaki kanan.
4. Untuk menghadapi back spin, bet harus digerakkan sedikit lebih rendah.



Gambar 2.3. Tahap akhir pukulan forehand drive.
 Sumber Dinas Olahraga dan Pemuda, Petunjuk Permainan Tenis Meja (Jakarta: Dinas Olahraga dan Pemuda, 2004), h. 64.

B. Media Pembelajaran Audio Visual (VCD)

Alat-alat audio-visual adalah alat-alat yang *audible* artinya dapat didengar dan alat-alat yang *visible* artinya dapat dilihat. Jadi dari pengertian tersebut proses komunikasi dapat dilakukan menggunakan media yang berupa gambar dan suara, sehingga penerima pesan dapat memperoleh pengalaman secara nyata dari proses komunikasi tersebut. Selain itu Suleiman juga menyatakan bahwa Alat-alat audio-visual mempunyai persamaan istilah yaitu *Audio-Visual Education*, dalam bahasa Indonesia adalah Audio-Visual Pendidikan. Disebutkan juga media ini sebagai *Sensori Aids*, yang artinya alat-alat pembantu panca indera. Atau juga dengan istilah *Audio-Visual Communication*, yang artinya komunikasi melalui media *audio-visual*.

Dari beberapa istilah tersebut dapat disimpulkan bahwa media *audio-visual* merupakan sebuah alat bantu seseorang dalam menerima suatu pesan, sehingga dia dapat memperoleh ilmu dan pengalaman yang bermanfaat untuk meraih tujuan yang ingin dicapai.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi seorang guru dalam memilih dan menggunakan media *audio-visual* dalam menyampaikan informasi, pikiran dan pesan kepada anak didiknya. menurut Sadiman antara lain: 1) Media audio-visual mempermudah orang menyampaikan dan menerima materi, pikiran dan pesan serta dapat menghindarkan salah pengertian, 2) Media audio-visual mendorong keinginan seseorang untuk mengetahui lebih lanjut informasi yang sedang dipelajarinya, 3) Media audio-visual dapat mengekalkan pengertian yang didapat, 4) Media audio-visual sudah berkembang di masyarakat. Dengan demikian media audio-visual sangat berperan sekali dalam menyampaikan informasi sehingga penerima informasi dapat memperoleh pengetahuan yang lebih banyak lagi. Yang termasuk golongan media audio-visual adalah alat yang dapat menghasilkan suara dan rupa dalam satu unit.

Media audio-visual yang sebenarnya adalah film bersuara, televisi dan video, karena ketiga alat itu mengkombinasikan fungsi suara dan rupa dalam satu unit dan disebut media audio-visual murni". Setelah proses identifikasi nilai dilakukan dan ditemukan tujuh nilai moral yang berlaku universal, kemudian difokuskan dua nilai moral saja yaitu nilai-nilai disiplin dan kerjasama, karena dalam proses pembelajaran nanti ada kemungkinan nilai-nilai moral yang lain akan muncul, tetapi dalam penelitian ini tetap akan memfokuskan dua nilai moral tersebut, maka kedua nilai

moral tersebut. Selanjutnya diajarkan kepada peserta didik melalui langkah-langkah sebagai berikut:

- 1) Dengan media audio visual diciptakan lingkungan yang memungkinkan nilai-nilai moral tersebut diterapkan. Contohnya sebelum memulai pembelajaran terlebih dahulu menyaksikan dalam film, video, atau layar monitor perihal materi yang akan diajarkan, misalnya permainan tradisional, permainan sepak bola, basket, voli, tenis meja dan lain-lain, kemudian setelah menyaksikan di layar monitor praktek langsung di lapangan, setelah selesai praktek, kita putar ulang proses pembelajaran tadi sebagai *feed back* untuk segera dievaluasi. Peran ini demikian penting dilakukan oleh guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan dalam rangka membangun kesamaan wawasan mencapai tujuan, menciptakan iklim moral bagi peserta didik. Dan proses pembelajaran seperti ini dilakukan rutin terus menerus sampai muncul perilaku, sikap yang kita inginkan.
- 2) Adanya keteladanan atau model perilaku moral. Menunjukkan perilaku bermoral memiliki dampak yang lebih kuat daripada berkata-kata tentang moral.
- 3) Menyusun aturan atau kode etik berperilaku baik. Peserta didik perlu mengetahui apa yang boleh dilakukan dan apa yang tidak boleh dilakukan. Artinya, ada pemahaman yang sama terkait dengan perilaku moral.
- 4) Menjelaskan dan mendiskusikan nilai-nilai disiplin dan kerjasama yang bisa dilihat dan didengar lewat audio visual atau lewat pengalaman-pengalaman langsung di lapangan. Ketika anak-anak, peserta didik belajar perilaku moral dengan cara mendengar dan melihat di film, video atau layar monitor dan praktek langsung tanpa harus mengetahui alasan mengapa hal itu dilakukan atau tidak dilakukan. Memasuki

usia remaja, kemampuan bernalarnya telah berkembang. Karena itu, perlu ada penjelasan dan bila perlu ada proses diskusi untuk sampai pada pilihan perilaku moral yang diharapkan yaitu disiplin dan kerjasama.

5) Menggunakan dan mengajarkan etika dalam pengambilan keputusan . Individu acapkali dihadapkan pada pilihan-pilihan yang harus diambil keputusan. Mengambil keputusan adalah proses mengevaluasi tindakan-tindakan dan memilih alternatif tindakan yang sejalan dengan nilai moral tertentu.

6) Mendorong individu siswa mengembangkan nilai yang baik. Guru pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan perlu menciptakan situasi dan menginspirasi peserta didik untuk menampilkan perilaku moral.

C. Hipotesis Tindakan

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, di mana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan (Sugiyono, 2011: 96), sedangkan menurut Suharsimi Arikunto (2004: 58), hipotesis adalah suatu jawaban yang bersifat sementara terhadap permasalahan penelitian sampai terbukti melalui data yang terkumpul. Setiap penelitian perlu dirumuskan suatu hipotesis sebagai jawaban atau dugaan sementara yang diperoleh dari penelitian yang akan dilaksanakan. Hipotesis tindakan adalah suatu perkiraan tentang tindakan yang diduga dapat mengatasi permasalahan tersebut. Adapun hipotesis tindakan dalam penelitian ini adalah apakah dengan menggunakan Media Pembelajaran Audio Visual (Vcd) dapat Meningkatkan Keterampilan Pukulan Forehand Drive Dalam Permainan Tenis Meja Pada Siswa Kelas VIII SMPN N 01 Tumbang Titi Kabupaten Ketapang.