



## **THE INFLUENCE OF VIDEO LEARNING MEDIA FOR FOREHAND AND BACKHAND BEATING ON TABLE TENNIS GAMES**

**Ronald Dwi Ardian Fufu<sup>1)</sup>, Al Ihsan Tajuddin<sup>2)</sup>, Maria Barek Ladjar<sup>3)</sup>**

<sup>1,2,3</sup> Program studi Pedidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Email: <sup>1</sup> [boyfufu05@gmail.com](mailto:boyfufu05@gmail.com), <sup>2</sup> [ihzanmahor068@gmail.com](mailto:ihzanmahor068@gmail.com),

<sup>3</sup> [maria.ladjar@staf.undana.ac.id](mailto:maria.ladjar@staf.undana.ac.id)

### **ABSTRACT**

*Targeted learning can make a significant contribution to achieving learning goals. One of the obstacles experienced by the fourth semester students of Class B of the FKIP Undana Penjaskesrek Study Program is the lack of attention and motivation to learn which often has an impact on forehand and backhand. Video learning media is audio visual media that displays motion, which can present live images, not only sounds that we can hear but visually also from the video in the teaching and learning process, the material presented will be more interesting, and not boring and foster motivation to learn. The purpose of this study was to determine the effect of video learning media on forehand in table tennis and to determine the effect of video learning media on backhand shots on table tennis. This type of research that researchers use is quasi-experimental with a quantitative descriptive approach. The research design used was One Group Pretest-Posttest Design. Based on the results of statistical tests using SPSS with Paired Sample T-Test, the Sig (2-tailed) value of the Forehand shot is 0,000 and Backhand is 0,000, all of which are <0.025 then Ho is rejected so H1 is accepted. In other words, there is a significant influence of video learning media on forehand and backhand in table tennis.*

**Keyword:** Learning Video, Forehand, Backhand, Table Tennis

## **PENGARUH MEDIA PEMBELAJARAN VIDEO TERHADAP PUKULAN FOREHAND DAN BACKHAND PADA PERMAINAN TENIS MEJA**

### **ABSTRAK**

Pembelajaran yang terarah dapat memberikan kontribusi yang signifikan demi tercapainya tujuan belajar. Salah satu kendala yang dialami oleh mahasiswa semester IV Kelas B Program Studi Penjaskesrek FKIP Undana adalah lemahnya atensi dan motivasi belajar yang sering kali berdampak pada pukulan *forehand* dan *backhand*. Media pembelajaran video adalah media audio visual yang menampilkan gerak, yang dapat menyajikan gambar-gambar hidup, bukan saja sekedar suara yang dapat kita dengar tetapi secara visual juga dari video tersebut pada proses belajar mengajar, materi yang disajikan akan lebih menarik, dan tidak membosankan serta menumbuhkan motivasi belajar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh media pembelajaran video terhadap pukulan *forehand* pada permainan tenis meja dan untuk mengetahui pengaruh media pembelajaran video terhadap pukulan *backhand* pada permainan tenis meja. Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah eksperimen semu dengan pendekatan deskriptif kuantitatif. Desain penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Berdasarkan hasil uji *statistic* menggunakan SPSS dengan Uji *Paired Sample T-Test* didapatkan nilai Sig.(2-tailed) dari pukulan *Forehand* sebesar 0,000 dan *Backhand* sebesar 0,000 yang semuanya < 0,025 maka Ho ditolak sehingga H<sub>1</sub> diterima. Dengan kata lain, Terdapat pengaruh yang signifikan media pembelajaran video terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada permainan tenis meja.

**Kata Kunci:** Video Pembelajaran, Forehand, Backhand dan Tenis Meja

© 2020 Universitas Nusa Cendana

Info Artikel

Dikirim : 16 Maret 2020

Diterima : 30 Maret 2020

Dipublikasikan : 02 April 2020

p-ISSN 0000-0000

e-ISSN 0000-0000

Alamat korespondensi: [boyfufu05@gmail.com](mailto:boyfufu05@gmail.com)

Universitas Nusa Cendana, Jl. Adisucipto, Penfui Kota Kupang-NTT .,

## **PENDAHULUAN**

Pendidikan dalam pelaksanaannya selama ini dikenal sebagai usaha yang berbentuk bimbingan terhadap peserta didik guna mengantarkannya kearah pencapaian cita-cita tertentu dan proses perubahan tingkah laku ke arah yang lebih baik (Kompri, 2015:17). Dalam pembelajaran seorang guru harus mampu menerapkan berbagai model pembelajaran dalam melaksanakan pembelajaran baik di dalam kelas maupun di lapangan, dengan menciptakan pelajaran yang menarik bagi siswa. Pendidikan adalah usaha sadar dan terencana yang dilakukan oleh seorang pendidik untuk membelajarkan peserta didik melalui sebuah pengajaran yang sistematis sehingga dapat mengembangkan potensi dirinya. Menurut Mudyahardjo (dalam Faturrahman, 2012: 5) menyatakan bahwa pendidikan adalah berupa serangkaian kegiatan yang bermula dari kondisi aktual dan individu yang belajar, tertuju pada pencapaian individu yang diharapkan. Pendidikan Jasmani memiliki peran yang sangat penting karena dapat memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan olahraga yang dilakukan secara sistematis dan juga merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang.

Permainan tenis meja merupakan permainan yang menyenangkan dengan menggunakan bat sebagai alat memukul yang disertai dengan bola pimpong yang dipantulkan di atas meja dengan panjang 274 cm. Permainan tenis meja merupakan salah satu materi yang termuat dalam kurikulum pada satuan pendidikan tingkat menengah dan atas yang tergolong dalam permainan bola kecil. Meja yang kecil membuat mahasiswa mengalami kesulitan dalam melakukan pukulan forehand dan backhand yang megakibatkan bola tersebut tertahan di net atau hasil pukulan tersebut melampaui batas meja. Metode ceramah yang sering kali menjadi pilihan utama dalam proses interaksi belajar acapkali membuat persepsi yang berkembang sehingga pembelajaran yang berlangsung menjadi bosan serta monoton. Tutar lisan yang didengarkan masing-masing mahasiswa membuat miskonsepsi yang mempengaruhi setiap tahapan pukulan tersebut. Upaya untuk mewujudkan kegiatan pembelajaran tersebut sangat tergantung kepada guru bagaimana dapat

mengembangkan media pembelajaran dan memilih metode yang tepat. Salah satunya adalah dengan memanfaatkan teknologi dengan penggunaan media pembelajaran yaitu media pembelajaran video. Media adalah alat yang digunakan untuk menyampaikan suatu informasi. Menurut Sukiman (2012: 41-42) penggunaan media pembelajaran akan sangat membantu efektivitas proses pembelajaran dan penyampaian informasi yang berupa (pesan dan isi pelajaran) pada saat itu juga. Dengan penggunaan media pembelajaran ini diharapkan akan membangun semangat belajar peserta didik yang kedepannya dapat memengaruhi pengalaman berpikirnya serta memberikan suasana belajar yang baru karena efek dari kegiatan pembelajaran.

Media pembelajran video adalah media audio visual yang menampilkan gerak, yang dapat menyajikan gambar-gambar hidup, bukan saja sekedar suara yang dapat kita dengar tetapi secara visual juga dari video tersebut pada proses belajar mengajar, materi yang disajikan akan lebih menarik, dan tidak membosankan. Didalam video tersebut memuat tentang setiap tahapan gerakan pada pukulan *forehand* dan *backhand*. Oleh karena itu dengan menggunakan bantuan media pembelajaran video proses pembelajaran diharapkan tidak monoton dan dapat menarik atensi belajar siswa supaya lebih aktif dalam mendalami materi yang disampaikan dan secara langsung diharapkan dapat mempengaruhi pukulan *forehand* dan *backhand* mahasiswa. Tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh media pembelajaran terhadap pukulan *forehand* pada permainan tenis meja.
2. Untuk mengetahui pengaruh media pembelajaran terhadap pukulan *backhand* pada permainan tenis meja.

## **METODE**

Metode yang peneliti gunakan adalah dengan pendekatan deskripsi kuantitatif. Jenis penelitian yang peneliti gunakan adalah eksperimen semu. Salah satu ciri utama dalam penelitian eksperimen adalah adanya perlakuan (*treatment*). Itu menandakan bahwa benar-benar perubahan yang terjadi pada variabel terikat disebabkan adanya perlakuan yang diberikan pada variabel bebas (Maksum, 2012: 65). Desain penelitian yang peneliti gunakan adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Desain ini terdapat pretest, sebelum diberi perlakuan (Sugiyono,

2012:112). Populasinya adalah mahasiswa Semester IV Program Studi Penjaskesrek FKIP Undana berjumlah 54 Mahasiswa yang terdiri dari kelas A dan kelas B. Cara menentukan sample dengan *purposive* random sampling sehingga didapat semester IV kelas B sebagai kelompok eksperimen yang berjumlah 29 mahasiswa. Analisa data terdiri dari uji prasyarat data dan uji hipotesis.

Uji prasyarat data meliputi uji normalitas data dengan Uji *Shapiro-Wilk* dan uji homogenitas dengan *Lavene Test* sedangkan uji hipotesis menggunakan Paired Sample Test. Instrumen yang digunakan adalah Tes Kemampuan Pukulan *Forehand* dan *Backhand* dengan penjelasan sebagai berikut (Nurhasan, 2001):

- a) Teste berdiri dibelakang bagian meja yang mendatar dengan sebuah bat dan bola di tangan.
- b) Pada aba-aba ya teste menjatuhkan bola di atas meja dan kemudian memukul bola tersebut ke bagian meja atau memantulkan bola ke papan tengah itu di atas kapur yang bergaris dengan ketinggian 15 cm sebanyak-banyak dalam waktu 30 detik.
- c) Bila teste tidak dapat menguasai bola, ia dapat mengambil bola yang tersedia di dalam kotak dan lakukan sesuai prosedur.
- d) Bola yang berada di bawah garis yang sudah di garis tidak dapat dihitung secara sah.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Deskripsi Data Pukulan *Forehand* dan *Backhand***

	N	Min	Max	Sum	Mean	Std. Deviation
<i>Pre_Test Forehand</i>	29	20	52	969	33.41	5.913
<i>Post_Test Forehand</i>	29	26	50	1078	37.17	5.326
<i>Pre_Test Backhand</i>	29	20	38	873	30.10	4.312
<i>Post_Test Backhand</i>	29	25	41	1004	34.62	4.411

Berdasarkan hasil uji deskripsi data menggunakan SPSS diperoleh data sebagaimana yang ditunjukkan oleh Tabel 1. Deskripsi Data Pukulan *Forehand* dan *Backhand*. Dapat dilihat dari masing-masing data, yaitu data *Pre-Test* yang terdiri dari *Pre-Test Forehand* dan *Backhand*, diperoleh skor *Maximum* secara berturut-turut 52 dan 38, sedangkan pada data *Post-Test* diperoleh skor *Maximum* sebesar 50 dan 41 yang menunjukkan adanya peningkatan dari nilai *Post-Test*. Begitu pula dari data *Pre-Test* diperoleh nilai *Sum* (jumlah semua skor yang diperoleh), secara berturut-turut 969 dan 873, sedangkan pada data *Post-Test* diperoleh nilai *Sum* sebesar 1078 dan 1004 yang menunjukkan adanya peningkatan dari nilai *Post-Test*. Begitu pula dari data *Pre-Test* dan *Post-Test* pukulan *forehand* diperoleh nilai *Mean* 33.41 dan 37.17 yang menunjukkan adanya peningkatan sebesar 3,76. Sedangkan dari data *Pre-Test* dan *Post-Test* pukulan *backhand* diperoleh nilai *Mean* 30.10 dan

34.62 yang menunjukkan adanya peningkatan sebesar 4,52 sehingga secara deskripsi data dapat tampak terlihat adanya peningkatan dari setiap pukulan *forehand* dan *backhand*.

**Tabel 2. Hasil Uji Normalitas**

		<i>Shapiro-Wilk</i>		
		<i>Statistic</i>	<i>df</i>	<i>Sig.</i>
<i>Forehand</i>	<i>Pre_test</i>	.935	29	.076
	<i>Post_test</i>	.986	29	.961
<i>Backhand</i>	<i>Pre_test</i>	.947	29	.155
	<i>Post_test</i>	.955	29	.250

Uji Normalitas

a) Hipotesis:

Ho = Distribusi Data Normal

H<sub>1</sub> = Distribusi Data Tidak Normal

b) Kriteria Pengambilan Keputusan:

Jika nilai Sig. > 0,05 , maka Ho diterima

Jika nilai Sig. < 0,05 , maka Ho ditolak sehingga H<sub>1</sub> diterima

Berdasarkan hasil uji normalitas menggunakan SPSS dengan Uji *Shapiro-Wilk* dan dari tabel 2. di atas dapat dilihat bahwa hasil uji normalitas data *pre-test* pada pukulan *forehand* menunjukkan nilai sig 0,076 > 0,05 yang berarti bahwa data tersebut dikategorikan normal. Sedangkan hasil uji normalitas data *post-test* pada pukulan *forehand* menunjukkan nilai sig 0,961 > 0,05 maka distribusi data tersebut dikategorikan normal. Kemudian hasil uji normalitas data *pre-test* pada Pukulan *backhand* menunjukkan nilai sig 0,155 > 0,05 yang berarti bahwa data tersebut dikategorikan normal. Sedangkan hasil uji normalitas data *post-test* pada kelompok eksperimen menunjukkan nilai sig 0,250 > 0,05 maka distribusi data tersebut dikategorikan normal. Dengan kata lain, Distribusi Data Normal. Maka untuk selanjutnya akan dilakukan uji homogenitas.

**Tabel 3. Hasil Uji Homogenitas**

<i>Test of Homogeneity of Variance</i>		<i>Sig.</i>
<i>Pre-Post Forehand</i>	<i>Based on Mean</i>	.842
<i>Pre-Post Backhand</i>	<i>Based on Mean</i>	.599

Uji Homogenitas

a) Hipotesis:

Ho = Data memiliki varians yang homogen

H<sub>1</sub> = Data memiliki varians yang tidak homogen

b) Kriteria Pengambilan Keputusan:

Jika nilai Sig. > 0,05 , maka Ho diterima

Jika nilai Sig. < 0,05 , maka Ho ditolak sehingga H<sub>1</sub> diterima

Berdasarkan hasil uji homogenitas menggunakan SPSS dengan Uji *Levene Test* dan dari tabel 3. di atas dapat dilihat bahwa hasil uji homogenitas data *pre-post* pada pukulan *forehand* menunjukkan nilai sig 0,842 > 0,05 yang berarti bahwa data tersebut dikategorikan homogen. Sedangkan hasil uji homogenitas data *pre-post* pada pukulan *backhand* menunjukkan nilai sig 0,599 > 0,05 yang berarti bahwa data tersebut dikategorikan homogen. Dengan kata lain, Data memiliki varian yang homogen. Maka untuk selanjutnya uji statistik yang digunakan adalah Statistik Parametrik dengan Uji *Paired Sample T-Test*.

**Tabel 4. Hasil Uji Paired Sample T-Test**

		t	df	Sig.(2-tailed)
Pair 1	<i>Pre_Test_Forehand - Post_Test_Forehand</i>	-4.955	28	<b>.000</b>
Pair 2	<i>Pre_Test_Backhand - Post_Test_Backhand</i>	-9.308	28	<b>.000</b>

Hipotesis:

Ho = Tidak terdapat pengaruh terhadap keterampilan tenis meja mahasiswa yang signifikan.

H<sub>1</sub> = Terdapat pengaruh terhadap keterampilan tenis meja mahasiswa yang signifikan.

b) Kriteria Pengambilan Keputusan:

Jika nilai Sig. > 0,025 maka Ho diterima

Jika nilai Sig. < 0,025 maka Ho ditolak, sehingga H<sub>1</sub> diterima

Karena uji dua sisi, sehingga nilai sig. 0,05 dibagi 2 menjadi 0,025

Berdasarkan hasil uji *statistic* menggunakan SPSS dengan Uji *Paired Sample T-Test* didapatkan nilai Sig.(2-tailed) dari pukulan *Forehand* sebesar 0,000 dan *Backhand* sebesar 0,000 yang semuanya < 0,025 maka Ho ditolak sehingga H<sub>1</sub> diterima. Dengan kata lain, terdapat pengaruh yang signifikan media pembelajaran VCD terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada permainan tenis meja. Pembelajaran yang terarah dapat memberikan kontribusi yang signifikan demi tercapainya tujuan belajar. Pembelajaran yang monoton dan juga tidak menarik membuat mahasiswa merasa jenuh serta malas-malasan dalam melakukan aktivitas belajar. Aktivitas belajar berarti aktivitas yang bisa dilakukan didalam ruangan ataupun di luar ruangan atau lapangan. Aktivitas belajar ini secara korelasi

merujuk pada profesional seorang tenaga pendidik dalam mengelola pembelajaran. Kondisi belajar yang demikian membuat *goal setting* yang diharapkan tidak terlaksana secara baik. Oleh karena itu, untuk menciptakan suasana pembelajaran yang kreatif dan efektif seorang guru juga harus memiliki seperangkat teori, media pembelajaran dan pengalaman guru dalam menetapkan program pengajaran dengan baik dan sistematis. Menurut Gagne (dalam Sanjaya 2008: 27) menyatakan bahwa peran guru lebih ditekankan kepada merancang berbagai sumber dan fasilitas yang tersedia untuk digunakan atau dimanfaatkan siswa dalam mempelajari sesuatu. Dalam pelaksanaan pendidikan jasmani di sekolah, kontribusi guru masih sangat dibutuhkan dalam pengembangan pengajaran pendidikan jasmani sebagai sarana pendidikan pada umumnya dan ketrampilan gerak secara khusus.

Permainan tenis meja merupakan salah satu materi yang termuat dalam kurikulum pada satuan pendidikan yang tergolong dalam permainan bola kecil. Permainan ini memiliki keistimewaan tersendiri yaitu dimainkan dengan menggunakan *bat* sebagai alat pukul dan bola yang dipantulkan di atas meja dan harus melewati *net*. Salah satu kendala yang dialami oleh mahasiswa semester IV Program Studi Penjaskesrek FKIP Undana adalah lemahnya atensi dan motivasi belajar yang sering kali berdampak pada pukulan *forehand* dan *backhand*. Metode ceramah yang sering kali menjadi pilihan utama dalam proses interaksi belajar acapkali membuat persepsi yang berkembang sehingga pembelajaran yang berlangsung menjadi bosan serta monoton. Pemilihan metode dan media memiliki peran yang penting dalam pencapaian hasil yang diharapkan dalam hal ini dapat memberikan pengaruh terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada tenis meja. Salah satunya adalah dengan memanfaatkan teknologi dengan penggunaan media pembelajaran yaitu media pembelajaran video. Menurut Munadi (2012: 7) media pembelajaran adalah segala sesuatu yang dapat menyampaikan dan menyalurkan pesan dari sumber secara terencana dan sistematis sehingga tercipta lingkungan belajar yang kondusif di mana penerimanya dapat melakukan proses belajar secara efisien dan efektif. Media VCD adalah media audio visual yang menampilkan gerak, yang dapat menyajikan gambar-gambar hidup, bukan saja sekedar suara yang dapat kita dengar tetapi secara visual juga dari video tersebut pada proses belajar mengajar, materi yang disajikan akan lebih menarik, dan tidak

membosankan. Dengan begitu media pembelajaran video sangat membantu siswa dalam memahami teknik gerakan pukulan *Forehand* maupun *backhand*. Dalam VCD juga dapat dilihat secara langsung dari setiap tahapan gerakan dari teknik pukulan *forehand* dan *backhand* pada permainan tenis meja yang diatur *step by step* dari setiap gerakan secara detail.

Sesuai dengan rumusan masalah, tujuan penelitian dan hasil penelitian tentang media pembelajaran VCD terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada permainan tenis meja menunjukkan hasil yang baik dan juga menunjukkan adanya pengaruh, hasil uji *statistic* menggunakan SPSS dengan Uji *Paired Sample T-Test* didapatkan nilai Sig.(2-tailed) dari pukulan *Forehand* sebesar 0,000 dan *Backhand* sebesar 0,000 yang semuanya  $< 0,025$  maka  $H_0$  ditolak sehingga  $H_1$  diterima.

### **SIMPULAN**

Hasil penelitian media pembelajaran video terhadap pukulan *forehand* dan *backhand* pada permainan tenis meja dapat disimpulkan bahwa:

- a) Adanya pengaruh yang signifikan media pembelajaran terhadap pukulan *forehand* pada permainan tenis meja.
- b) Adanya pengaruh yang signifikan media pembelajaran terhadap pukulan *backhand* pada permainan tenis meja.

### **DAFTAR RUJUKAN (Bibliography)**

- Faturrahman. 2012. *Pengantar Pendidikan*. Jakarta: Prestasi Pustaka
- Fufu, R.D.A. 2014. *Pengaruh Media Pembelajaran Video Compact Disk (VCD) Terhadap Hasil Belajar Batting Pada Permainan Softbal*. Skripsi tidak diterbitkan. Surabaya. Jurusan Pendidikan Olahraga Universitas Negeri Surabaya.
- Kompri. 2015. *Manajemen Pendidikan*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Kurniawan, Feri. *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Laksar Aksar: Jakarta Timur
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Pres
- Mulyono. 2011. *Strategi Pembelajaran*. Malang: Uin-Maliki Press
- Munadi, Yudhi. 2012. *Media Pembelajaran*. Jakarta: Gaung Persada Press

- Nurhasan, 2001. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Direktorat Jenderal Olahraga: Jakarta Pusat
- Ruhimat, Toto dkk. 2011. *Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Rajawali Pres.
- Sanjaya, Wina. 2012. *Perencanaan dan Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Sugiyono. 2011. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabet
- Sukiman. 2012. *Pengembangan Media Pembelajaran*. Yogyakarta: Pedagogia.