



## **OVERVIEW OF THE USE OF TABLE TENNIS IN PENJAS LEARNING IN CLASS X STUDENTS OF SMA NEGERI 1 KUPANG**

**Oktavianus Lede <sup>1)</sup>, Agustinus J. Nafie <sup>2)</sup>, Benediktus Ndolu <sup>3)</sup>**

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Nusa Cendana

<sup>1, 2, 3</sup> Universitas Kristen Artha wacana

Email:<sup>1</sup> [ledeokta@gmail.com](mailto:ledeokta@gmail.com)

### **ABSTRACT**

*Based on the problem definition, the problem is formulated as follows: How to use the Physical Education table tennis facility in SMA Negeri 1 Kupang. In its implementation, physical education uses direct practice with gestures or physical activities as the main media to achieve learning objectives at SMA Negeri 1 Kupang. Activities carried out in physical education learning can be done using a learning approach in each sport. One of the sports that is usually taught in physical education learning in formal schools is table tennis. Table tennis is a simple game. Table tennis is originally known as a means of light entertainment for the community, there are no formal / official rules regarding the size of the court, hitter, net, ball, and other equipment. The method used is a qualitative method by means of observation, in-depth interviews and support. From the direct research results, it is concluded that during the learning process, a professional teacher who can implement the basic techniques of table tennis in Physical Education learning at SMA Negeri 1 Kupang is needed. Therefore, the government needs a role in dealing with this in order to create an effective learning process at SMA Negeri 1 Kupang.*

*Keywords: Overview of the Use of Table Tennis Facilities in Physical Education learning*

## **TINJAUAN PENGGUNAAN SARANA TENIS MEJA DALAM PEMBELAJARAN PENJAS PADA SISWA KELAS X SMA NEGERI 1 KUPANG**

### **ABSTRAK**

Berdasarkan batasan masalah maka merumuskan masalah sebagai berikut: Bagaimana penggunaan sarana tenis meja Pendidikan Jasmani di SMA Negeri I Kupang. Dalam pelaksanaannya, pendidikan jasmani menggunakan praktek langsung dengan gerak tubuh atau aktivitas jasmani sebagai media utama untuk mencapai tujuan pembelajaran di SMA Negeri 1 Kupang. Aktivitas yang dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani ini dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan pembelajaran pada masing-masing cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang biasanya diajarkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada sekolah formal adalah Tenis Meja. Tenis meja merupakan sebuah permainan yang sederhana. Tenis meja mulanya dikenal sebagai sarana hiburan ringan bagi masyarakat, tidak ada aturan yang bersifat baku/resmi tentang ukuran lapangan, pemukul, jaring/net, bola, serta perlengkapan-perengkapan lainnya. Metode yang digunakan adalah metode kualitatif dengan cara observasi, wawancara mendalam dan dokumentasi. Dari hasil penelitian langsung, menyimpulkan bahwa saat proses pembelajaran harus membutuhkan seorang guru profesional yang bisa mengimplementasikan teknik dasar permainan tenis meja dalam pembelajaran penjas di SMA Negeri 1 Kupang. Oleh karena itu, dibutuhkan peran dari pemerintah dalam menghadapi hal ini agar terciptanya proses pembelajaran yang efektif di SMA Negeri 1 Kupang.

*Kata kunci : Tinjauan Penggunaan Sarana Tenis Meja dalam pembelajaran penjas*

© 2020 Universitas Nusa Cendana

#### Info Artikel

Dikirim : 26 September 2020

E-ISSN 2723-7923

Diterima : 26 September 2020

Dipublikasikan : 30 September 2020

## PENDAHULUAN

Untuk mencapai tujuan pendidikan nasional, salah satu pembelajaran yang wajib diajarkan pada tingkat satuan pendidikan mulai dari Sekolah Dasar sampai Sekolah Menengah adalah Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (Penjasorkes). Penjasorkes merupakan pembelajaran yang dilakukan melalui aktifitas jasmani untuk mencapai perkembangan individu secara menyeluruh dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional. Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan yang diajarkan di sekolah memiliki peranan yang sangat penting diantaranya: memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat secara langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan yang terpilih dengan dilakukan secara sistematis. Sukintaka (2001:5) menyatakan bahwa “batasan pendidikan jasmani adalah dalam proses interaksi antara peserta didik dengan lingkungan, melalui aktivitas jasmani yang disusun secara sistematis untuk menuju manusia Indonesia seutuhnya”. Dalam pelaksanaannya, pendidikan jasmani menggunakan praktek langsung dengan gerak tubuh atau aktivitas jasmani sebagai media utama untuk mencapai tujuan pembelajaran. Aktivitas yang dilakukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani ini dapat dilakukan dengan menggunakan pendekatan pembelajaran pada masing-masing cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang biasanya diajarkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani pada sekolah formal adalah Tenis Meja. Permainan tenis meja merupakan salah satu olahraga yang cukup populer di Indonesia, permainan ini dimainkan oleh dua orang yang saling berlawanan (tunggal), bisa juga dimainkan berpasangan, dua melawan dua (ganda) dengan peraturan yang berbeda tentunya. Permainan yang juga disebut ping pong ini mulai populer pada abad ke 19 di Inggris. Permainan ini pada awalnya diperuntukkan oleh kalangan borjuis (kelas atas) sebagai pengisi waktu luang setelah makan malam. Di negara Rusia permainan ini pernah dilarang karena dianggap kurang baik bagi kesehatan mata. Tenis meja menggunakan raket yang dilapisi karet ini dimainkan di atas meja khusus, yang telah dipasangi net pada bagian tengahnya. Kelancaran pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada cabang olahraga tenis meja di Sekolah Menengah Atas Negeri I Kupang juga tidak terlepas dari ketersediaan sarana dan prasarana yang memadai. Sarana olahraga tenis meja di sekolah

menengah atas sangat kurang memadai, dengan jumlah meja 1, net 1, bola 3, dan bet 3 akan berpengaruh pada proses pembelajaran penjas tidak berjalan efektif. Adanya sarana dan prasarana yang memadai akan mencerminkan kualitas pendidikan, sehingga tujuan pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan pada Sekolah Menengah Atas Negeri I Kupang akan tercapai dengan baik.

Mengetahui hal tersebut peneliti melakukan observasi di Sekolah Menengah Atas Negeri I Kupang dengan hasil observasi, rata-rata setiap tingkatan kelas dari kelas X hingga kelas XII memiliki 5 sampai 8 Rombongan Belajar (Rombel) disetiap tingkatan kelas, dengan kata lain masing-masing sekolah memiliki 15 sampai 26 kelas, dan jumlah siswa 30 sampai 32 siswa perkelas. Dengan jumlah demikian pembelajaran akan efektif apabila masing-masing materi pembelajaran memiliki jumlah sarana dan prasarana yang sesuai dengan materi dan teknik pengajaran dari setiap guru penjas.

Dalam observasi, peneliti melakukan wawancara dengan seorang guru penjas di Sekolah Menengah Atas Negeri I Kupang, yang bernama Markus Dimu. Wawancara tersebut, dilakukan pada bulan September 2019, saat itu peneliti melakukan Praktek Pengalaman Lapangan (PPL) selama 6 bulan. Markus Dimu menyatakan bahwa, sarana yang tersedia secara mendasar masih banyak yang kurang, baik itu berdasarkan fisik dan jenis, yang berpengaruh pada penggunaan dalam proses pembelajaran.

Permasalahan yang ditemukan peneliti dalam observasi di Sekolah Menengah Atas Negeri I Kupang antara lain: sarana dan prasarana tenis meja, pada penggunaannya, tidak sesuai dengan jumlah siswa sehingga sangat berpengaruh pada pembelajaran. Jumlah siswa 30 perkelas, (1 meja olahraga tenis meja, 4 bet dan 2 bola). Hal ini akan mengakibatkan pembelajaran tenis meja akan berlangsung kurang efektif karena mengakibatkan terjadinya sistem antri bahkan terhentinya pembelajaran.

#### **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan satu variabel tanpa membuat perbandingan dengan variabel lainnya. Variabel dalam penelitian ini adalah keadaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengambilan data menggunakan lembar observasi. Teknik pengumpulan data ialah observasi dan dokumentasi. Langkah

dalam pengumpulan data yaitu dengan mendatangi sekolah sesuai rencana pelaksanaan penelitian. Di sekolah peneliti mendata langsung ketersediaan sarana dan prasarana pendidikan jasmani yang tersedia. Dalam pengambilan data ini peneliti didampingi oleh guru olahraga guna membantu kegiatan pengisian data supaya hasil yang diperoleh lebih valid. Dalam menganalisis data, teknik yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif yang terdiri dari tiga tahapan, yaitu pengumpulan data sekaligus reduksi, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Menurut Miles dan Huberman (1992:16-18), analisis data terdiri dari tiga alur kegiatan yang terjadi secara bersamaan yaitu Reduksi data, Penyajian data, dan Penarikan kesimpulan atau verifikasi adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, catatan lapangan dan bahan-bahan lain sehingga dapat dipahami dan terutama dapat diinformasikan kepada orang lain. Teknik pemeriksaan keabsahan data menggunakan teknik triangulasi. Teknik triangulasi merupakan pengecekan data dari berbagai sumber dengan berbagai cara (Wiersma, 1986 dalam Sugiyono, 2012:372). Hal ini dapat dilakukan dengan cara : Melakukan observasi terhadap sumber data, Wawancara dengan informan sebagai sumber data, dan Pendapat para ahli yang dipandang mengerti dan mengetahui masalah dalam penelitian ini.



Gambar 1. Papan Nama SMA Negeri 1 Kupang

Bangsa yang besar adalah bangsa yang menghargai jasa para pahlawannya, terutama pahlawan di bidang pendidikan. Inilah sebuah ungkapan untuk mengawali gambaran umum kondisi nyata Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang. Pada kesempatan ini penulis dapat menginformasikan tentang kiprah Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang dari masa berdiri hingga saat ini. Tahun 1950 Pemerintah Provinsi Sunda Kecil memutuskan untuk mendirikan dua buah

sekolah lanjutan tingkat atas, satu sekolah di Singaraja sebagai ibu kota Provinsi, dan satu lagi di Kupang, dengan perintisnya adalah J. H. A Toelle, I. H. Doko, S. K. Tibuludji dan Ch. Ndaumanu, kemudian Bapak S. K. Tibuludji dikukuhkan menjadi Kepala Sekolah Menengah Atas Negeri C Kupang (Manafe dan Pandie 2000:5-6). Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang berdiri secara resmi pada tanggal 15 November 1950 dengan nama SMA Negeri C Kupang (1950-1953). Tahun 1953 sampai dengan 1954 dengan nama SMA Negeri A dan C Kupang. Tahun 1954 sampai dengan 1967 dengan nama SMA Negeri A,B dan C Kupang. Tahun 1967 dengan nama SMA Negeri 173 Kupang sesuai surat keputusan Mendikbud RI nomor: 0236/1973 tanggal 11 November 1973. Tahun 1980 sampai dengan tahun 1984 dengan nama SMA Negeri 1 Kupang dan tahun 1984 sampai dengan 1997 hingga 2003 dengan nama SMU Negeri 1 Kupang berdasarkan surat keputusan Mendikbud Nomor: 035/0/1997 tanggal 7 Maret. Tahun 2003 hingga sekarang dengan SMA Negeri 1 Kupang.

Tabel 1. Identitas SMA Negeri 1 Kupang

Nama Sekolah	SMA Negeri 1 Kupang
Nomor Statistik Sekolah (NSS)	301246003001
Nomor Pokok Sekolah Nasional (NPSN)	50304931
Alamat	Jalan Cak Doko Nomor 59 Kupang
Kode Pos	85111
Telepon	(0380) 821684
Email	<a href="mailto:infosmansa1.kupang@gmail.com">infosmansa1.kupang@gmail.com</a>
Website	<a href="http://www.sman1kupang.sch.id">www.sman1kupang.sch.id</a>
RT/RW	14/04
Kelurahan	Oetete
Kecamatan	Oebobo
Kota	Kupang
Provinsi	Nusa Tenggara Timur
Tahun Pendirian	1950
Milik Pemerintah Tahun	1950
Luas Tanah	11.806 m <sup>2</sup>
Status	Negeri
Nilai/Akreditasi	85/B

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam hasil penelitian ini akan di uraikan melalui hasil temuan, observasi, wawancara dan di dukung oleh dokumentasi. Tahap pelaksanaan: Dalam tahap pelaksana penelitian ini mengadakan kalaborasi antara peneliti, guru pendidikan

jasmani, beserta siswa kelas X ipa 6 SMA Negeri 1 Kupang. Sesuai dengan data yang di peroleh di lapangan sebagai hasil wawancara dari guru pendidikan jasmani Bapak Markus Dimu, S.Pd selaku guru penjas Sekolah Menengah Atas Negeri 1 kupang menyatakan: "Siswa kelas x ipa 6 berjumlah 30 Orang, sarana yang digunakan kurang memadai dalam permainan tenis meja baik dari fisik maupun jumlah, dengan net hanya 1, bed 3 dan bola 2 yang membuat saya dan siswa kesulitan dalam proses belajar mengajar."



Gambar 2. Wawancara peneliti dengan guru penjas

Tabel 2. Sarana yang digunakan pada permainan tenis meja

No	Jenis alat	Jumlah	Keadaan	
			Baik	Rusak
1	Net tenis meja	1	1	-
2	Bed tenis meja	3	2	1
3	Bola tenis meja	3	3	-
4	Meja tenis	1	-	1

Berdasarkan data di atas dapat di simpulkan bahwa jumlah sarana yang di gunakan dalam permainan tenis meja pada pembelajaran penjas, masih sangat belum memadai , maka di perlukan perlengkapan dan menambah sarana. Untuk itu pemerintah bisa berusaha untuk membantu sarana Tenis meja di SMA Negeri 1 Kupang bisa terpenuhi. Sarana penjas atau alat pendidikan jasmani adalah "segala sesuatu yang diperlukan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, mudah dipindahkan bahkan dibawa oleh pelakunya atau siswa. Antaralain adalah bola, bed, net, dan lain-lain. Sesuai hasil wawancara peneliti dengan guru penjas Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang Bapak Markus Dimu, S.Pd Menyatakan:

"Jika sarana tenis meja mendukung maka saya yakin siswa akan dapat memperagakan teknik – teknik dasar permainan tenis meja yang lebih baik lagi. hal inilah, yang menjadi kendala besar saya dalam lapangan. siapapun guru

olahraganya jika sarana penjas kurang memadai, maka pembelajaran tidak akan berjalan dengan baik. “



Gambar 3. Peneliti saat mewawancarai guru penjas

Dari hasil wawancara peneliti menyimpulkan bahwa dengan sarana yang memadai, maka proses pembelajaran penjas akan berjalan lebih baik, karena dengan memadainya sarana olahraga proses belajar mengajar akan mempermudah guru menyampaikan materi dan siswa memperagakannya sesuai dengan fungsi dari masing – masing sarana permainan tenis meja. Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan seorang siswa kelas X ipa 6 SMA Negeri 1 kupang, bernama Cleo Manaha menyatakan: “Saya sangat suka dengan mata pelajaran penjas, apalagi tenis meja, ada belajarnya, bermain, dan ada olahraganya. hanya saya belum mengerti beberapa teknik dasar permainan tenis meja yang guru terapkan karena bed, bola net, bahkan meja yang kami pakai pada saat kami bermain sangat terbatas”



Gambar 4. Wawancara peneliti dengan, Cleo manaha siswi kelas X IPA 6

Dari hasil wawancara peneliti menyimpulkan bahwa dengan sarana olahraga yang memadai mempermudah guru dan siswa / siswi dalam proses belajar mengajar. oleh karena itu, pihak sekoah dan pemerintah harus melengkapi sarana olahraga yang kurang, sehingga kegiatan belajar mengajar pada pembelajaran penjas Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 kupang dapat berjalan dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian dan wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti tentang Tinjauan penggunaan sarana tenis meja dalam proses pembelajaran penjas pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Kupang, sangat belum memadai sesuai standar kependidikan. dari setiap bidang studi mempunyai perbedaan perlengkapan sarana penjas khususnya sarana tenis meja dan juga Setiap sekolah memiliki kendala tersendiri dalam memenuhi sarana pendidikan jasmani. Guru penjas dalam hal ini pelaksana pembelajaran pendidikan jasmani memiliki pengaruh yang sangat penting dalam keberhasilan pembelajaran. Guru harus paham tujuan pembelajaran yang akan dicapai saat pembelajaran berlangsung. Guru pendidikan sudah dapat menentukan materi yang sesuai dengan jenis dan keadaan peserta didik. Dalam proses belajar mengajar pada pembelajaran penjas, tercapainya tujuan pendidikan harus di dukung dengan sarana olahraga yang memadai. Walaupun sarana olahraga, pada permainan tenis meja di kelas X SMA Negeri 1 Kupang kurang memadai tetapi proses kegiatan belajar mengajar tetap berlangsung. Salah satu cara untuk mengatasi minimnya sarana olahraga yaitu guru memodifikasi alat pembelajaran yang sesuai dengan jenis ketunaan peserta didik sehingga guru lebih mudah dalam melaksanakan pembelajaran. Penggunaan sarana tenis meja dalam pembelajaran penjas di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang, didukung dengan teknik dasar yang baik dan benar. Seorang guru dituntut, agar mampu mengimplementasikan teknik dasar permainan tenis sesuai tujuan pendidikan. Adapun teknik dasar permainan tenis meja yaitu: Cara memegang bed, Cara memegang bed ada 2 macam yaitu: Penholder grip atau pegangan tangkai pena yaitu guru penjas menyampaikan teori tentang materi tenis meja, 2 kali pertemuan di kelas dan 2 kali pertemuan di lapangan, dengan memperagakan teknik dasar penholder grip, lalu siswa mempraktekan seperti, memegang gagang bed melingkar oleh ibu jari dan jari telunjuk. Ketiga jari lainnya menahan di belakang bed. Shakehand grip atau pegangan jabat tangan yaitu guru penjas menjelaskan, memperagakan dan siswa mempraktekan. Pegangan jabat tangan ini dengan jari telunjuk terpisah menahan di belakang bed. Posisi bed berdiri dan mengarah ke depan dan kebelakang pemain.

Teknik pukulan



Pukulan forehand yaitu pukulan yang dilakukan apabila bola berada di kanan tubuh dengan cara merendahkan posisi tubuh, lalu mengayunkan tangan yang memegang bed kearah pinggang

Pukulan backhand merupakan pukulan yang dilakukan apabila bola berada di kiri badan dengan cara merendakan bagian tubuh lalu gerakan tangan kearah pinggang sebelah kiri dilanjutkan mengayunkan tangan dengan posisi tetap pada 90 derajat dan bed tetap lurus. Dalam permainan tenis meja ada 2 teknik bermain yaitu; Cara lama Permainan dengan cara lama yaitu seorang pemain ber hak melakukan servis selama 5 kali dengan dinyatakan game poin apabila mencapai 21 poin. Cara baru, Permainan dengan cara baru yaitu seorang pemain ber hak melakukan servis hanya 2 kali saja, dengan dinyatakan game poin apabila poin mencapai 11 poin, penggunaan sarana tenis meja yang baik dan benar harus di lakukan oleh seorang guru yang profesional, sehingga dalam penerapan materi berupa teori maupun praktek dapat di pahami siswa / siswi dengan baik. Sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani merupakan salah satu alat dan tempat pembelajaran yang mempunyai peran penting dalam proses pembelajaran. Proses pembelajaran akan tersendat dan tidak berjalan dengan maksimal apabila sarana dan prasarana yang tersedia tidak mencukupi atau tidak memenuhi persyaratan. Berdasarkan hasil penelitian diatas sangat di butukan kerja sama antara sekolah dan pemerintah, sehingga minimnya sarana pebelajaran tenis meja dapat dipenuhi sehingga proses pembelajaran Disekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang berjalan efektif. Sarana dan prasarana olahraga tenis meja sangat mendukung peningkatan atau kemudahan melakukan gerakan tenis.Sarana dan prasarana yang baik tentu saja akan meningkatkan kualitas dari pertandingan itu sendiri seperti: Meja permainan Meja yang digunakan dalam permainan tenis meja memiliki ukuran yang sudah ditentukan, meja ini berbentuk segi empat dengan Tinggi meja: 76 cm, Panjang: 274 cm, dan Lebar: 152 cm, tebal meja 3 cm, tebal garis: 1 cm. Adapun permukaan meja ini harus datar dan tidak boleh ada benjolan apalagi permukaan yang tidak rata. Net yang digunakan saat itu adalah buku yang disusun sedemikian rupa dibagian tengah meja. Net pada permainan tenis meja terletak dibagian tengah lapangan yang memisahkan dua wilayah permainan, net ini biasanya terbuat dari bahan yang kuat seperti nilon yang pada pinggir atas dan bawahnya terdapat kain

mirip pita yang warnanya berbeda dengan bagian tengah net. Untuk ukurannya sendiri, net ini memiliki panjang 183 cm, tinggi net: 15 cm, lebar pita: 15 mm.

Pemukul (bet) yang digunakan dalam permainan tenis meja berbentuk seperti raket bulu tangkis namun dengan ukuran dan desain yang berbeda. Bet dalam permainan tenis meja terbuat dari kayu ringan yang kemudian dilapisi dengan karet. Untuk beratnya sendiri ditentukan oleh gaya permainan dari si pemakai. Berat bet tenis meja: 150 gram, dan ketebalan karet tidak boleh lebih dari 2,00 mm. Bola dalam permainan tenis meja pada awalnya digunakan bola golf yang dipukul dengan dua buku. Seiring dengan berjalannya waktu ditemukan bola yang lebih ringan, bernama bola seluloid, bola ini ditemukan oleh W. Gibb pada tahun 1901. Dewasa ini, bola tenis meja berwarna terang mencolok, umurnya orange dan putih, terbuat dari bahan yang ringan. Untuk standar kualitas sendiri ditentukan oleh tinggi pantulan, dimana bola yang baik akan memantul setinggi 23-26 cm jika dijatuhkan dari ketinggian 30 cm. Diameter bola: 40 mm. Berat bola 25 gram. Warna Bola: putih, orange dan tidak mengkilat. Peneliti menyimpulkan bahwa setiap proses pembelajaran pendidikan jasmani berbagai banyak cabang olahraga sangatlah membutuhkan sarana dan prasarana yang memadai, sehingga pada mata pelajaran pendidikan jasmani di kelas X SMA Negeri 1 Kupang dapat berjalan lancar dan membuat siswa / siswi yang berbagai jenis ketunaan bisa semangat dalam belajar dan mengikuti pelajaran dengan baik. Bagi seorang pendidik dengan kurang memadainya sarana dan prasarana olahraga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang khususnya sarana tenis meja, diharapkan dapat mampu memodifikasih sarana sehingga proses kegiatan belajar mengajar dapat berjalan efektif.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh peneliti dalam kaitan dengan masalah tersebut maka peneliti dapat menarik simpulan bahwa. Tinjauan penggunaan sarana tenis meja dalam pembelajaran penjas pada siswa kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang dapat disimpulkan, sarana yang di gunakan sangat kurang memadai dalam proses belajar mengajar. sesuai dengan metode penelitian, dari hasil obsevasi, wawancara dan dokumentasi maka peneliti dapat menyimpulkan sebagai berikut : Proses pembelajaran pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang menunjukkan kontribusi dimana fasilitas

(alat-alat) kurang menunjang, sehingga guru pendidikan jasmani maupun non pendidikan jasmani memfasilitasi siswa untuk memodifikasi alat-alat yang tidak dimiliki agar proses pembelajaran dapat berjalan dengan baik dan lancar.

sarana olahraga tenis meja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang sangat kurang memadai. Berdasarkan pemaparan dan kesimpulan maka peneliti memberikan beberapa saran sebagai berikut: Guru penjas yang ada pada Sekolah Menengah Atas negeri 1 Kupang harus memahami akan tujuan belajar. Para guru pendidikan jasmani harus mampu memodifikasi alat – alat olahraga, sehingga dapat membantu akan kurangnya sarana olahraga di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang agar proses pembelajaran dapat berjalan lancar pihak sekolah dan pemerintah harus bekerja sama dalam pendidikan terkait kurangnya sarana olahraga tenis meja di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Kupang.

#### **DAFTAR RUJUKAN**

- Alwasilah, Chaedar A. 2002. *Pokok Kualitatif: Dasar-dasar Merancang dan Melakukan Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Dunia Pustaka
- Mbete, Aron Meko. 2013. *Penuntun Singkat Penulisan Proposal Penelitian Ekolinguistik*. Denpasar: Penerbit Vidia.
- Miles, Matthew B dan Amichael Huberman. 1992. *Analisis Data Kualitatif Buku Sumber tentang Metode-Metode Baru*. Terjemahan Tjetjep Rohendi Rohisi. Jakarta: Universitas Indonesia.
- Nadisah. 1992. *Pengembangan Kurikulum Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Peraturan Menteri Pendidikan Nasional RI Nomor 24 tahun 2007, tentang: *Standar Sarana dan Prasarana Sekolah dasar dan Menengah (SD/MI, SMP/MTS, SMA/MA)*. Dalam Bab IV no 18 tentang standar Sarana dan Prasarana SMA/MA
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sukintaka. (2001). *Teori Pendidikan Jasmani*. Yogyakarta: Esa Grafika Solo.