

SKRIPSI

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PUKULAN *BACKHAND*
DAN *FOREHAND* DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN
METODE LATIHAN MEMANTULKAN BOLA KEDINDING PADA
SISWA KELAS XI SMAS PGRI WALENRANG**

Disusun dan diajukan oleh

Alfin
1685201011

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi
Pada tanggal 31 agustus 2021

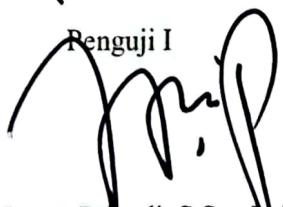
Susunan Dewan Penguji

Ketua Sidang,



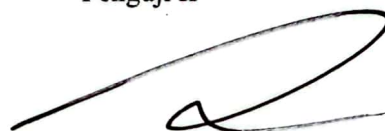
Irsan Kahar, M.Pd
NIDN.0926048604

Penguji I



Dr. Imam Pribadi, S.Sos.M M.Pd
NIDN. 0905039301

Penguji II



Nur Wahidin Hakim
NIDN. 0916089301

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar sarjana
Tanggal

Ketua Program Studi Pendidikan jasmani



Ahmad M. Pd
NIDN.0905038505

SKRIPSI

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PUKULAN *BACKHAND*
DAN *FOREHAND* DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN
METODE LATIHAN MEMANTULKAN BOLA KEDINDING PADA
SISWA KELAS XI SMAS PGRI WALENRANG**


Disusun dan diajukan oleh

Alfin
1685201011

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi
Pada tanggal 31 agustus 2021

Susunan Dewan Penguji

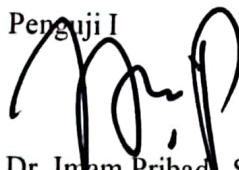
Pembimbing I


Irsan Kahar. M.Pd
NIDN. 0926048604


Pembimbing II


Rasyidah Jalil
NIDN. 0920059202

Penguji I

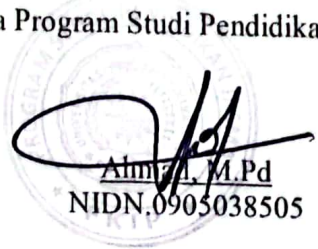

Dr. In'am Pribadi, S.Sos.I., M.Pd
NIDN. 0905039301

Penguji II


Nur Wahidin Hakim
NIDN. 0916089301

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan
Untuk memperoleh gelar sarjana
Tanggal

Ketua Program Studi Pendidikan jasmani


Alimul Huda, M.Pd
NIDN.0905038505

SKRIPSI

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PUKULAN *BACKHAND* DAN *FOREHAND* DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN METODE LATIHAN MEMANTULKAN BOLA KEDINDING PADA SISWA KELAS XI SMAS PGRI WALENRANG

Disusun dan diajukan oleh

Alfin
1685201011

Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi Pada tanggal 31 agustus 2021 diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing I : Irsan Kahar. M.Pd

(.....)

Pembimbing II : Rasyidah Jalil

(.....)


Penguji I : Nur Wahidin Hakim

(.....)

Penguji II : Dr. Imam Pribadi, S.Sos.I., M.Pd

(.....)

Ketua Program Studi Pendidikan jasmani


Ahma M.Pd
NIDN.0905038505

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS ILMIAH

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul :

**UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR PUKULAN *BACKHAND*
DAN *FOREHAND* DALAM PERMAINAN TENIS MEJA DENGAN
METODE LATIHAN MEMANTULKAN BOLA KEDINDING PADA
SISWA KELAS XI SMAS PGRI WALENRANG**

Adalah benar karya saya sendiri dan bukan merupakan hasil salinan atau tiruan dari tulisan dan pemikiran orang lain yang kemudian saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya.

Apabila saya melakukan hal tersebut diatas secara sengaja atau tidak, maka saya bersedia menerima sanksi dalam bentuk apapun yang diberlakukan di Universitas Muhammadiyah Palopo.

Palopo, 30 Oktober 2021
Pembuat pernyataan



Allin

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul **“Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pukulan *Backhand* Dan *Forehand* Dalam Permainan Tennis Meja Dengan Metode Latihan Memantulkan Bola Kedinding Pada Siswa Kelas Xi Smas Pgri Walenrang”**. Penulisan skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini, selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi sebagian persyaratan mencapai gelar derajat sarjana (S1) pada Univeritas Muhammadiyah Palopo.

Penyelesaian tulisan ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. Skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Oleh karena itu, penulis patut menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Salju, S.E, M.M. selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Palopo.
2. Dr. Bapak Imam Pribadi, S.Sos.I., M.Pd.I. selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo.
3. Bapak Ahmad, S.Pd., M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo
4. Irsan Kahar, S.Pd., M.pd, selaku dosen pembimbing I.

5. Rasyidah Jalil, S.Or., M.Kes, selaku dosen pembimbing II.
6. Seluruh civitas akademik Fakultas keguruan dan ilmu pendidikan Universitas muhammadiyah palopo
7. Rekan-rekan mahasiswa yang juga telah memberikan dukungan dan kerja sama sehingga skripsi ini dapat diselesaikan.
8. Keluargaku tercinta yang dengan ikhlas memberikan dukungannya, baik dari segi moril maupun materi. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki banyak kekurangan, untuk itu, sangat diharapkan masukan berupa kritik dan saran yang bersifat membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga skripsi ini memberikan manfaat bagi mahasiswa dan calon guru dan secara umum bagi peningkatan mutu Pendidikan guna melahirkan manusia yang berkualitas.

Palopo, Agustus 2021


Alfin

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI	ii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI	v
PRAKATA.....	vi
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	ix
INTISARI	viii
<i>ABSTRACT</i>	ix

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Landasan Teori	7
2.2 Kerangka Berfikir	18
2.3 Hipotesis	20

BAB III METODE PENELITIAN

3.1 Jenis Penelitian	21
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	21
3.3 Subjek Penelitian	21

3.4	Prosedur Penelitian Tindakan	21
3.5	Teknik Pengumpulan Data	24
3.6	Instrumen Penelitian	25
3.7	Teknik Analisis Data	28
3.8	Indikator Keberhasilan	29
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN		
4.1	Hasil penelitian	30
4.2	Pembahasan	48
 BAB V PENUTUP		
5.1	Kesimpulan	51
5.2	Implikasi	51
5.3	Saran	52
5.4	Keterbatasan Peneliti	52
 DAFTAR RUJUKAN		54
LAMPIRAN		55

DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Kondisi awal	30
Tabel 4.2 Hasil tes pengetahuan (kognitif) siklus I	36
Tabel 4.3 Hasil tes keterampilan(psikomotor) siklus I	37
Tabel 4.4 Hasil tes sikap (afektif) siklus I	38
Tabel 4.5 Hasil akhir penilain siklus I	39
Tabel 4.6 Hasil tes pengetahuan (kognitif) siklus II	44
Tabel 4.7 Hasil tes keterampilan(psikomotor) siklus II	45
Tabel 4.8 Hasil tes sikap (afektif) siklus II	46
Tabel 4.9 Hasil akhir penilain siklus II	47
Tabel 4.10 Perbandingan perolehan nilai siklus I, siklus II	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Pegangan Tangkai Pena (<i>penholder grip</i>)	12
Gambar 2.2 Pegangan Jabat Tangan (<i>shakehand grip</i>)	13
Gambar 2.3 Lapangan Tennis Meja	16
Gambar 2.4 Jaring (Net).....	17
Gambar 2.5 Pemukul (Bet).....	17
Gambar 2.6 Bola Tennis Meja	18
Gambar 2.7 Bagan Kerangka Berfikir.....	19
Gambar 3.1 Rancangan Siklus Penelitian Tindakan	22
Gambar 4.1 Grafik Perbandingan Perolehan Nilai Siklus I, Siklus II.....	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian	56
Lampiran 2. Surat Keterangan Penelitian	57
Lampiran 3. Data Pra Tindakan (Data Awal)	58
Lampiran 4. RPP Siklus I	59
Lampiran 5. RPP Siklus II	65
Lampiran 6. Penilaian Sikap (Afektif)	71
Lampiran 7. Penilaian Keterampilan (Psikomotor)	72
Lampiran 8. Lembar Tes Pengetahuan Siklus I	73
Lampiran 9. Lembar Tes Pengetahuan Siklus II	75
Lampiran 10. Hasil Teas Pengetahuan (Kognitif) Siklus I	77
Lampiran 11. Hasil Teas Keterampilan (Psikomotor) Siklus I	78
Lampiran 12. Hasil Teas Sikap (Afektif) Siklus I	79
Lampiran 13. Rekapitulasi Nilai Akhir Siklus I	80
Lampiran 14. Hasil Teas Pengetahuan (Kognitif) Siklus II	81
Lampiran 15. Hasil Teas Keterampilan (Psikomotor) Siklus II	82
Lampiran 16. Hasil Teas Sikap (Afektif) Siklus II	83
Lampiran 17. Rekapitulasi Nilai Akhir Siklus II	84
Lampiran 18. Dokumentasi	85

INTISARI

Alfin. 2021. “Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Pukulan *Backhand* Dan *Forehand* Dalam Permainan Tenis Meja Dengan Metode Latihan Memantulkan Bola Kedinding Pada Siswa Kelas Xi Smas Pgri Walenrang”.

Masalah dalam penelitian ini terkait dengan pemberian materi pukulan *Backhand* dan *Forehand* tenis meja pada siswa kelas XI SMAS PGRI Walenrang yang masih sangat kurang efisien sehingga mengakibatkan pembelajaran kurang akurat. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui adanya Peningkatan Pembelajaran Pukulan *Backhand* dan *Forehand* dalam permainan Tenis Meja menggunakan media dinding pada Siswa Kelas XI SMAS PGRI Walenrang.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas dengan jumlah subjek penelitian sebanyak 22 siswa. Instrumen yang digunakan adalah instrumen tes untuk meningkatkan hasil belajar tenis meja pukulan *Backhand* dan *Forehand*.

Berdasarkan hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa pada kegiatan pra tindakan 10 siswa (45,05%) tuntas dan 12 siswa (54,05%) tidak tuntas. Pada pelaksanaan penelitian siklus I diperoleh sebanyak 12 siswa (54,54%) tuntas dan 10 siswa (45,45%) tidak tuntas. Sedangkan pada siklus II menunjukkan 20 siswa (90,90%) tuntas dan 3 siswa tidak tuntas (9,09%). Berdasarkan hasil rata-rata yang telah diperoleh maka dapat dikatakan terjadi peningkatan dari siklus I ke siklus II. Maka kesimpulan dari penelitian ini adalah Pembelajaran pukulan *Backhand* dan *Forehand* dalam permainan tenis meja menggunakan media dinding Siswa Kelas XI SMAS PGRI Walenrang mengalami peningkatan.

Kata kunci: *Tenis Meja, Media Dinding, pukulan Backhand dan Forehand*

ABSTRACT

Alfin. 2021. "Efforts to Improve Learning Outcomes of Backhand and Forehand Shots in Table Tennis Games with the Practice Method of Bouncing the Ball to the Wall in Class Xi Smas PGRI Walenrang Students".

The problem in this study is related to the provision of table tennis Backhand and Forehand materials to class XI SMAS PGRI Walenrang students who are still very inefficient, resulting in less accurate learning. The purpose of this research is to find out the improvement of backhand and forehand learning in table tennis games using wall media in class XI students of SMAS PGRI Walenrang.

This research is a classroom action research with the number of research subjects as many as 22 students. The instrument used is a test instrument to improve the learning outcomes of backhand and forehand table tennis.

Based on the results of the study, it can be concluded that in the pre-action activities 10 students (45.05%) completed and 12 students (54.05%) did not complete. In the first cycle of research, 12 students (54.54%) completed and 10 students (45.45%) did not complete. Meanwhile, in the second cycle, 20 students (90.90%) completed and 3 students did not complete (9.09%). Based on the average results that have been obtained, it can be said that there was an increase from cycle I to cycle II. So the conclusion of this research is learning backhand and forehand strokes in table tennis games using wall media. Class XI students of SMAS PGRI Walenrang have increased.

Keywords: *Table Tennis, Wall Media, Backhand and Forehand*

