

**SKRIPSI**



**ANALISIS HASIL BELAJAR *FOREHAND* DALAM  
PERMAINAN TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA  
*AUDIO VISUAL* PADA SISWA KELAS XI TKJ 1  
SMK NEGERI 1 BULUKUMBA**

***THE IMPROVEMENT OF LEARNING OUTCOMES FOREHAND IN  
TABLE TENNIS THROUGH IMPLEMENTATION OF  
STUDENTS' AUDIO VISUAL MEDIA AT SMK NEGERI 1  
BULUKUMBA***

**ICHWANUL CHAIR**

**JURUSAN PENJASKESREK  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAAGAN  
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR  
TAHUN 2020**

**ANALISIS HASIL BELAJAR *FOREHAND* DALAM  
PERMAINAN TENIS MEJA MELALUI PENERAPAN MEDIA  
*AUDIO VISUAL* PADA SISWA KELAS XI TKJ 1  
SMK NEGERI 1 BULUKUMBA**

***THE IMPROVEMENT OF LEARNING OUTCOMES FOREHAND IN  
TABLE TENNIS THROUGH IMPLEMENTATION OF  
STUDENTS' AUDIO VISUAL MEDIA AT SMK NEGERI 1  
BULUKUMBA***

**ABSTRAK**

Ichwanul Chair. 2020. Analisis Hasil Belajar *Forehand* dalam Permainan Tenismeja Melalui Penerapan Media *Audio Visual* pada Siswa Kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba. *Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Makassar.* (dibimbing oleh Hj.Hasmyati dan Andi Mas Jaya AM).

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif dengan desain penelitian tindakan kelas (PTK). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adakah peningkatan hasil belajar teknik *forehand* dalam permainan tenismeja melalui penerapan media *audio visual*. Populasi pada penelitian ini adalah siswa kelas XI SMK Negeri 1 Bulukumba sedangkan sampel penelitian adalah siswa kelas XI TKJ I sebanyak 21 siswa. Penelitian ini menerapkan media *audio visual* dengan materi belajar *forehand* dalam permainan tenismeja. Penelitian ini terdiri dari 2 siklus dengan teknik pengambilan data keterampilan hasil belajar menggunakan instrumen lembar observasi sesuai dengan indikator pencapaian. Data hasil yang diperoleh pada siklus pertama yaitu terdapat 9 siswa pada kategori tuntas dengan persentase 42,86% sehingga pada siklus pertama dikatakan tidak tuntas. Hal ini disebabkan oleh faktor kurangnya konsentrasi siswa dan masih awam mengenai permainan tenis meja. Untuk siklus kedua terdapat 18 siswa pada kategori tuntas dengan persentase 85,71% sehingga dikatakan tuntas. Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan bahwa ada peningkatan hasil belajar teknik *forehand* siswa melalui penerapan media *audio visual*. Hal ini dibuktikan dengan persentase ketuntasan hasil belajar yang meningkat yaitu dari 42,86% pada siklus 1 menjadi 85,71% pada siklus 2. Terjadinya peningkatan berdasarkan pemberian inovasi-inovasi selama proses pembelajaran.

**KATA KUNCI:** Hasil Belajar, Teknik *Forehand*, Tenismeja.

## PENDAHULUAN

Dalam Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 Pasal 3 dijelaskan bahwa Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka menencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab.

Dalam rangka mencapai tujuan sistem pendidikan nasional, pendidikan jasmani merupakan media pendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, sikap sportifitas, pembiasaan pola hidup sehat dan

pembentukan karakter (mental, emosional, spiritual dan sosial). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan satu mata ajar yang diberikan pada suatu jenjang sekolah tertentu yang merupakan salah satu bagian dari pendidikan keseluruhan yang mengutamakan aktivitas jasmani dan pembinaan hidup sehat untuk bertumbuh dan perkembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang serasi, selaras dan seimbang (Depdiknas, 2006:131).

Menurut Mulyanto (2014:34), pendidikan jasmani adalah proses belajar untuk bergerak, dan belajar melalui gerak. Ciri dari pendidikan jasmani adalah belajar melalui pengalaman gerak untuk mencapai tujuan pengajaran melalui pelaksanaan, aktivitas jasmani, bermain dan olahraga. Pendidikan jasmani memiliki beberapa manfaat yang sangat penting dalam proses perkembangan anak secara serempak baik fisik, mental maupun emosional,

Selain itu pendidikan jasmani juga dapat memenuhi kebutuhan anak akan gerak, mengenalkan anak pada lingkungan dan potensi dirinya.

Pendidikan Jasmani sangat erat kaitannya dengan aktivitas olahraga. Sebagaimana kita ketahui, Olahraga sendiri dibagi ke dalam beberapa cabang olahraga. Di era saat ini, permainan tenis meja adalah salah satu olahraga yang banyak digemari kaum remaja. Permainan tenis meja menurut Tomoliyus (2012:14) adalah menyajikan bola pertama dengan terlebih dahulu memantulkan bola tersebut ke meja penyaji, dan bola harus melewati atas net dan masuk ke sasaran meja lawan dan juga mengembalikan bola setelah memantul di meja dengan menggunakan *bet* untuk memukul bola, hasil pukulan bolanya lewat di atas net dan masuk ke sasaran meja lawan. . Permainan tenis meja menuntut pelakunya memiliki kemampuan teknik dasar agar dapat bermain dengan baik. Teknik dasar permainan tenis meja terdiri dari *servis*, *smash*, *blok* dan *top spin*. Selain kemampuan teknik dasar,

kemampuan fisik juga berperan dalam permainan tenis meja ke arah yang lebih sempurna. dan adapun teknik dasar memukul yaitu *Forehand* dan *Backhand* dimana pukulan tersebut menjadi paling utama yang harus dikuasai untuk menghasilkan *skill* atau permainan yang baik bahkan dapat menungjang prestasi dalam permainan tenis meja setelah servis.

Pukulan *forehand* adalah salah satu bentuk pukulan yang arahnya sesuai ayunan tangan dan *service* yang paling sering digunakan kebanyakan orang.

Memukul bola dengan gerakan mendorong dari arah kanan badan, untuk mengembalikan bola dan menyerang, teknik ini banyak dipakai untuk mengawali permainan atau *service*. Pukulan *forehand* dilakukan jika bola berada disebelah kanan tubuh (sabto adi dan mu'arifin, 1994:16). Teknik dalam melakukan pukulan ini adalah dengan merendahkan posisi tubuh, Lalu gerakkan tangan yang memegang bet ke arah pinggang (bila tidak kidal

gerakan kearah kanan), siku membentuk sudut kira-kira 90 derajat. Selanjutnya, menggerakkan tangan kedepan tanpa merubah siku. teknik dasar *forehand* seperti ini biasanya sangat sulit dipahami oleh siswa sehingga kurang tepat saat mempraktekkannya. Kesulitan terbesar saat melakukan *forehand* padatenis meja yaitu para pemain pemula harus bisa kondisikan arah gerak bola, sebab arah bola harus searah.

Peran penting teknik *forehand* dalam tenismeja sangatlah penting karena kemampuan *forehand* harus dikuasai oleh para pemula yang ingin menjadi ahli dalam permainan tenismeja, diperlukan penguasaan teknik *forehand* yang baik dan benar agar mampu mengikuti irama permainan. Bagi pemula, permainan ini tergolong cukup susah, karena selain dibutuhkan akurasi pukulan yang tepat dan cepat, ternyata juga dibutuhkan teknik yang benar dalam memegang *bet* sehingga

ketika melakukan pukulan *forehand*,bola bisa memantul di atas meja dengan baik menuju arah meja lawan yang searah. Untuk memudahkan siswa dalam memahami teknik *forehand* maka diperlukan metode pembelajaran yang tepat.

Banyak metode pembelajaran yang dapat diterapkan dalam proses pembelajarannya yaitu guru menggunakan media buku paket dari sekolah dengan melihat gambar yang ada dalam buku paket tersebut. Salah satu metode yang dapat digunakan untuk menghasilkan teknik *forehand* pada permainan tenismeja secara maksimal untuk siswa maka dapat diterapkan penggunaan metode media *audio visual*.

Menurut Fathurrohman (2007 : 67) “Media *visual* adalah media yang hanya mengandalkan indra penglihatan. Media *visual*

ini ada yang menampilkan gambar diam seperti film strip, slide foto, gambar atau lukisan dan cetakan. Ada pula media *visual* yang menampilkan gambar atau simbol yang bergerak seperti film bisu dan film kartun". Dimana alat bantu atau media yang tersedia terdapat materi beserta cara pengajaran yang telah dirancang seorang guru untuk melaksanakan kegiatan belajar. Disamping itu, *audio* yang dapat digunakan dan dapat disesuaikan dengan tingkat kemampuan siswa. *Audio* dapat menampilkan pesan yang memotivasi. Dengan menggunakan media *audio visual*, diharapkan siswa dapat memahami dan melakukan gerakan *forehand* tenis meja dengan benar sesuai dengan rangkaian gerakan *forehand* tenis meja yang dapat dilihat pada media *audio visual* tanpa bantuan guru.

Penggunaan metode media *audio visual* sangat cocok diterapkan pada siswa- siswi SMA. Sebagaimana kita ketahui usia anak SMA merupakan usia sangat produktif. Dalam hal pengambilan sampel direncanakan akan dilakukan di SMK Negeri 1 Bulukumba karena karakteristik siswa tersebut berbeda beda, masing masing individu memiliki karakter yang bervariasi dan siswa siswinya juga berprestasi di bidangnya tersendiri.

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan observasi untuk mengetahui jumlah sampel secara keseluruhan. Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMK Negeri 1 Bulukumba pada waktu itu jumlah populasi siswa SMK Negeri 1 Bulukumba sebanyak kurang lebih 1100 siswa. Dimana sampel yang akan diteliti di kelas XI.TKJ 1 terdiri 29 orang. Peneliti menemukan

bahwa kemampuan siswa kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba dalam bermain tenis meja masih belum tuntas. Banyak siswa yang masih kurang mampu melakukan *forehand*. Setiap melakukan praktek *forehand*, siswa menunjukkan kemampuan yang berbeda-beda yaitu ada yang tidak melewati net atau tersangkut di net, memukul bola terlalu lambat sehingga lawan memiliki waktu untuk merencanakan pukulan berikutnya dan pukulan tidak tetap sehingga keluar dari meja. Gerakan memukul juga masih terlihat kaku, dorongan pukulan ke depan (*forehand push*) belum tepat sasaran, serta koordinasi gerakan pukulan belum tepat. digunakan untuk menghasilkan teknik *forehand* pada permainan tenis meja secara maksimal untuk siswa maka dapat diterapkan penggunaan metode media *audio visual*.

Menurut Fathurrohman (2007 : 67) “Media *visual* adalah media yang hanya mengandalkan indra penglihatan. Media *visual* ini ada yang menampilkan gambar diam seperti film strip, slide foto, gambar atau lukisan dan cetakan. Ada pula media *visual* yang menampilkan gambar atau simbol yang bergerak seperti film bisu dan film kartun”. Dimana alat bantu atau media yang tersedia terdapat materi beserta cara pengajaran yang telah dirancang seorang guru untuk melaksanakan kegiatan belajar. Disamping itu, *audio* yang dapat digunakan dan dapat disesuaikan dengan tingkat kemampuan siswa. *Audio* dapat menampilkan pesan yang memotivasi. Dengan menggunakan media *audio visual*, diharapkan siswa dapat memahami dan melakukan gerakan *forehand* tenis meja dengan benar sesuai dengan rangkaian gerakan *forehand* tenis

meja yang dapat dilihat pada media *audio visual* tanpa bantuan guru.

Penggunaan metode media *audio visual* sangat cocok diterapkan pada siswa- siswi SMA. Sebagaimana kita ketahui usia anak SMA merupakan usia sangat produktif. Dalam hal pengambilan sampel direncanakan akan dilakukan di SMK Negeri 1 Bulukumba karena karakteristik siswa tersebut berbeda beda, masing masing individu memiliki karakter yang bervariasi dan siswa siswinya juga berprestai di bidangnya tersendiri.

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan observasi untuk mengetahui jumlah sampel secara keseluruhan . Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan peneliti di SMK Negeri 1 Bulukumba pada waktu itu jumlah populasi siswa SMK Negeri 1 Bulukumba sebanyak

kurang lebih 1100 siswa. Dimana sampel yang akan di teliti di kelas XI.TKJ 1 terdiri 29 orang.Peneliti menemukan bahwa kemampuan siswa kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba dalam bermain tenis meja masih belum tuntas.Banyak siswa yang masih kurang mampu melakukan *forehand*.Setiap melakukan praktek *forehand*, siswa menunjukkan kemampuan yang berbeda-beda yaitu ada yang tidak melewati net atau tersangkut di net, memukul bola terlalu lambat sehingga lawan memiliki waktu untuk merencanakan pukulan berikutnya dan pukulan tidak tetap sehingga keluar dari meja. Gerakan memukul juga masih terlihat kaku, dorongan pukulan ke depan (*forehand push*) belum tepat sasaran, serta koordinasi gerakan pukulan belum tepat.



## **TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERFIKIR DAN HIPOTESIS**

### **Pengertian Analisis**

Kata Analisis berasal dari kata analisa. Penggunaan kata ini mempunyai arti kata yang berbeda tergantung yang mana anda meletakkan kata ini. Dalam konteks bahasa analisa ini berarti memeriksa dengan secara menyeluruh mengenai struktur bahasa tersebut. Dalam laboratorium bisa juga diartikan dengan meneliti zat dalam penelitian.

Namun definisi umum dari analisis ini adalah aktivitas/kegiatan yang melingkupi beberapa aktivitas. Aktivitas-aktivitas tersebut berupa membedakan, mengurai, serta juga memilah-milih untuk bisa dimasukkan ke dalam kelompok tertentu atau dikategorikan dengan tujuan-tujuan tertentu. Hingga akhirnya harus mencari kaitan antara hal-hal tersebut serta juga menterjemahkan arti tersebut.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

### **Jenis Penelitian**

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang berusaha mendeskripsikan suatu gejala, peristiwa, kejadian yang terjadi saat sekarang. Penelitian deskriptif memusatkan perhatian kepada masalah-masalah actual sebagaimana adanya pada saat penelitian berlangsung. Dengan penelitian deskriptif, peneliti berusaha mendeskripsikan peristiwadan kejadian yang menjadi pusat perhatian tanpa memberikan perlakuan khusus terhadap peristiwa tersebut. Variabel yang diteliti bisa tunggal (satu variabel) bisa juga lebih dan satu variabel. Dengan tujuan peneliti yang seperti ini maka penggunaan metode penelitian deskriptif sangatlah sesuai dengan penelitian yang akan dilaksanakan. Penelitian ini merupakan juga penelitian tindakan kelas. Penelitian tindakan kelas adalah cara suatu kelompok dalam mengorganisasi

suatu kondisi dimana mereka dapat mempelajari pengalaman mereka, dan membuat pengalaman mereka dapat diakses oleh orang lain. Dalam penelitian ini, peneliti berkolaborasi dengan guru bidang studi. Tindakan yang diberikan adalah penggunaan media pembelajaran *audio visual* berupa video pembelajaran *forehand* yang dilakukan di kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 BULUKUMBA.

### **Waktu dan Tempat Penelitian**

Tempat peneliti melakukan penelitian adalah di SMK Negeri 1 Bulukumba Kecamatan Ujung Bulu Kabupaten Bulukumba. Adapun kurun waktu penelitian yaitu di mulai pada bulan februari sampai bulan awal bulan April

### **Populasi dan Sampel**

#### **Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas subjek atau objek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya

Sugyono 2003:55). Pada penelitian ini populasinya adalah seluruh siswa kelas XI TKJ 1 SMK 1 Bulukumba Tahun ajaran 2019-2020 yang berjumlah sekitar 1100 siswa.

#### **Sampel**

Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti (Suharsimi Arikunto, 1998:109), Sedangkan menurut Sutrisno Hadi. (1977:221) yang dimaksud sampel adalah sejumlah penduduk yang jumlahnya kurang dari jumlah populasi.

Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *proportional random sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dimana semua individu dalam populasi, baik secara sendiri-sendiri atau bersama-sama di beri kesempatan yang sama untuk di pilih menjadi anggota sampel. Yang menjadi Sampel adalah siswa kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba sebanyak 21 siswa.

## HASIL PENELITIAN DAN

Data dapat dilihat dari kemampuan menilai data dari aspek validasi data penelitian melalui media *audio visual* dalam permainan tennis meja pada sekolah SMK Negeri 1 Bulukumba. Untuk menguji validasi penelitian dapat dilakukan dengan teknik memeriksa kembali keterangan-keterangan yang diperoleh selama pengamatan dengan cara mengkonfirmasi dengan guru dan pembimbing, memeriksa kebenaran data yang diperoleh peneliti dengan membandingkan terhadap hasil yang diperoleh mitra secara kolaboratif dan mempertimbangkan bahwa masing-masing instrumen memiliki kelebihan dan kekurangan dan mengecek kebenaran dari prosedur dan metode yang digunakan dalam pengumpulan data dengan cara mendiskusikannya dengan pembimbing.

### **Validasi *Instrument* Penelitian**

Dalam kegiatan peneliti hasil observasi dan catatan lapangan mengetahui peningkatan keterampilan

teknik *forehand* pada siswa dengan menerapkan media *audio visual* dalam permainan tenis meja. Adapun ukuran teknik yang di gunakan dengan menghitung berapa banyak bola yang menyebrang dan masuk ke ke daerah *forehand* dalam waktu 1 menit.

Berdasarkan refleksi dari analisa data yang terkumpul maka hasil penelitian tindakan kelas menunjukkan pada siklus I terdapat 12 siswa tidak tuntas dengan persentase 57,14% dan siswa tuntas sebanyak 9 dengan persentase 42,86% dan pada akhir siklus II ada peningkatan mutu pembelajaran teknik *forehand* pada permainan tenis meja dimana terdapat siswa tuntas sebanyak 18 orang dengan persentase 85,71% dan siswa yang tidak tuntas sebanyak 3 dengan persentase 14,28%. Hal tersebut dapat dilihat pada data hasil pengamatan, penilaian hasil belajar teknik *forehand* pada siswa dan angket selama proses pembelajaran berikut ini:

## **SIKLUS I**

Pada siklus I tindakan dalam proses pembelajaran teknik *forehand* permainan tenis meja melalui media *audiovisual* siswa kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba Tahun Pelajaran 2020/2021 sudah tepat. Pada siklus pertama peneliti memberikan perlakuan berupa permainan antara siswa yang satu dengan yang lainnya. Dalam proses pembelajarannya, siswa merasa senang dan gembira dengan menekankan agar tidak melupakan target yang ingin dicapai, yaitu siswa dapat melakukan proses teknik *forehand* permainan tenis meja dengan benar. Setelah dilakukan pengambilan nilai diperoleh hasil penilaiannya bahwa masih ada 12 siswa yang tidak tuntas dengan persentase 57,14% dan mendapat nilai di bawah nilai

KKM yaitu 75. Sesuai dengan hasil observasi, hal tersebut dipengaruhi oleh beberapa faktor yakni, kurangnya konsentrasi pada saat melakukan permainan. Di samping itu, catatan peneliti selama di lapangan rata-rata siswa masih awam dengan permainan tenis meja, sehingga beberapa siswa masih kaku dalam memegang bet dan memukul bola, yang mereka butuhkan adalah pembiasaan dalam permainan tenis meja. Namun, beberapa kendala di atas semaksimal mungkin dioptimalkan oleh peneliti dan mencari cara agar hasil belajarnya dapat mengalami peningkatan, Berdasarkan masukan dari kolaborator maka peneliti melanjutkan pada siklus II.

## **Siklus II**

Pada siklus II proses pembelajaran

teknik *forehand* permainan tenismeja melalui metode media *audio visual* siswa kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba Tahun Pelajaran 2020/2021, sudah lebih baik cukup memuaskan dibandingkan siklus I. Tindakan yang diberikan pada siklus II ini dengan memberikan apersepsi berupa tayangan bersifat edukatif dan pemberian *reward* kepada siswa yang berhasil melakukan teknik *forehand* dengan tepat. Tujuannya adalah membangkitkan motivasi dan semangat agar siswa senang dalam mengikuti pembelajaran. Pada siklus II ini gerakan teknik *forehand* siswa sudah semakin baik. Hal ini dapat dibuktikan pada nilai hasil belajarnya, yaitu 18 siswa sudah mencapai nilai KKM dan sebanyak 3 siswa yang belum mencapai nilai KKM dimana siswa tersebut

memang tidak memiliki bakat dalam olahraga sehingga terlihat kaku saat melakukan teknik *forehand*, meskipun diulang beberapa kali hasilnya akan tetap sama.

Dari dua penjelasan kegiatan tiap siklus, yaitu siklus I dan II, menunjukkan bahwa hasil observasi dan hasil belajar siswa dalam pembelajaran permainan tenis meja, khususnya hasil belajar teknik *forehand* ada peningkatan yang baik, serta pemberian motivasi dan *reward* dari guru dalam proses pembelajaran membuat siswa menjadi bersemangat untuk meningkatkan penguasaan teknik *forehand*. Berdasarkan hasil tersebut maka peneliti dan kolaborator sepakat bahwa proses pembelajaran teknik *forehand* pada permainan tenismeja melalui penerapan media *audio visual* dapat dijadikan salah

satu pembelajaran permainan tenis meja untuk kelas XI TKJ 1 SMK Negeri 1 Bulukumba. Dapat dilihat bahwa nilai akhir dan kriteria ketuntasan siklus 1 ke siklus 2 mengalami peningkatan dimana pada siklus I terdapat 9 siswa dalam kategori tuntas dengan persentase 42,86% sedangkan untuk siswa pada kategori tidak tuntas terdapat 12 siswa dengan persentase 57,14% dan pada siklus II terdapat 18 siswa pada kategori tuntas dengan persentase 85,71% sedangkan untuk kategori tidak tuntas hanya terdapat 3 siswa dengan persentase 14,28% dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa penelitian ini mengalami peningkatan yang signifikan dari 42,86% menjadi 85,71% atau persentase kenaikan sebesar 42,85% selain itu juga dapat

dikatakan setiap pertemuan atau pelaksanaan siklus mengalami peningkatan yang cukup baik.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **KESIMPULAN**

Berdasarkan penelitian dan hasil analisis yang telah dilakukan, dengan persentase ketuntasan hasil belajar *Forehand*. Siswa setelah menerapkan media *audio visual* untuk kategori tuntas sebesar 42,86% pada siklus 1, kemudian pada siklus 2 meningkat menjadi 85,71%. Untuk materi *Forehand* permainan tenis meja dan persentase ketuntasan hasil belajar pada siswa yang menerapkan *Forehand* melalui media *audio visual* untuk kategori tidak tuntas 57,14% pada siklus 1, kemudian menurun menjadi 14,28% pada siklus 2. Diperoleh kesimpulan

bahwa melalui media *audio visual* dalam pembelajaran Pendidikan Jasmani dapat meningkat 85,71% hasil belajar *forehand* pada permainan tenis meja siswa XI TKJ1 SMKN 1 Bulukumba Kec. Ujung Bulu, Kab. Bulukumba tahun ajaran 2020/2021 dilakukan 2 siklus.

### **Saran**

Saran yang dapat penyusun berikan sehubungan dengan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi siswa, agar lebih bersemangat dalam mengikuti pembelajaran olahraga baik olahraga permainan tenis meja ataupun olahraga lainnya.
2. Bagi sekolah, agar menyediakan atau memperbaharui sarana dan prasarana olahraga,

sehingga semua siswa dapat menggunakan fasilitas olahraga.

### **DAFTAR PUSTAKA**

Adi, Sapto dan Mu'arifin.(1994). *Teknik Dasar Bermain Tenis Meja*. Malang: FIP. Universitas Negeri Malang.

Aqib, Zainal, dkk. 2011. *Penelitian Tindakan Kelas untuk Guru SD, SLB, dan TK*. Bandung: Yrama Widya.

Agus Salim. (2008). *Buku Pintar Sepakbola*. Bandung: Nuansa. Anni, S. 2006. *Penilaian dan Hasi Belajar*. Bandung. Erlangga.

Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian, Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT. Rineka Cipta

Asyhar, Raynandra. 2012. *Kreatif Mengembangkan Media Pembelajaran*. Jakarta: Referensi Jakarta.

Depdiknas. 2006. *Permendiknas.No.22 tentang Tujuan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Depdiknas.

Fathurrohman (2007 ). *Strategi Belajar Mengajar*. Bandung: PT

Refika Aditama. Hadi, Sutrisno.

2000.*Metodologi Penelitian*,

Yogyakarta: Andi Yogyakarta.

Herman Subarjah, 2007, *Permainan*

*Kecil di Sekolah Dasar*, Jakarta:

Universitas

Terbuka.

Hodges, Larry, 2002, *Step To Success  
Tenis Meja Tingkat Pemula*, Jakarta:  
PT Raja Grafindo Persada.

Joko Supriyanto, 2002, *Gembira  
Berolahraga 5 Untuk Kelas V SD  
dan MI*, Kertamanah dan Alex,  
2003, *Teknik dan Taktik Dasar  
Permainan Tenis Meja*, Jakarta:  
PT. Raja Grafindo Persada.

Juliawan, Adi, Gege, dkk. (2015).  
*Pengaruh Model Problem Based  
Learning. (PBL) Terhadap  
Kemampuan Pemecahan Masalah  
Matematika Siswa. Kelas  
III*.Bandung: PT Refika Aditama.

Komaruddin (2001), *Sejarah  
Pemikiran Ekonomi*, kappa-Sigma.  
Bandung

Lor, S. D. K. (2011). *Metodelogi  
Penelitian*.Bandung: Alfabeta.

Masjaya Andi dan Bolkiah Hasnah,  
2017, *Dasar-Dasar Permainan  
TenisMeja*.Makassar: Universitas  
Negeri Makassar.

Mulyanto, Respaty. 2014. *Belajar  
dan Pembelajaran Penjas*. Bandung:  
UPI.