




Inclusion Teaching Style in Improving Learning Outcomes of Forehand Drive Table Tennis in Junior High School

 <https://doi.org/10.53905/inspiree.v2i1.33>

Vicky Rizky^{1abcde}, Suryadi Damanik^{1abcde}, *Samsuddin Siregar^{1abcde}

¹Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan, Indonesia

ABSTRACT

ARTICLE INFO

The purpose of the study. To determine the magnitude of increase in learning outcomes obtained forehand drive class VIII SMP Negeri 9 Binjai 2019/2020 through inclusion of teaching styles.

Materials and methods. The sample in this study were 38 students of class VIII. To analyze the data in this study and to find out the results seen from the students' completeness individually and classically. The research method used is a classroom action research method. In this study, a learning outcome test was carried out in the form of a portfolio, with the inclusive teaching style method, then a learning outcome test was held in cycle I and cycle II in the form of performing the basic technique of Forehand Drive Punch.

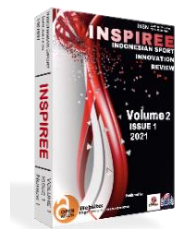
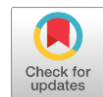
Results. The results of the initial tests conducted on class VIII students of SMP N 9 Binjai. Of the 38 students there were 11 students (27.64%) who had reached the level of mastery learning with an average value of student learning outcomes of 64.90%. The results of the first cycle, there were 19 students (50%) of 38 students, who had reached the level of completeness of learning with an average value of student learning outcomes 68.41%. In cycle II there are 33 students (86.84%) of 38 students who have reached the level of learning completeness with an average value of 80.04.

Conclusions. The results of the initial tests of student learning to do the first cycle and the second cycle increased, dapat said through inclusion style of teaching can improve student learning outcomes

Keywords: *inclusion teaching; Forehand Drive Learning Results.*

PENDAHULUAN

Penyelenggaraan pendidikan jasmani selama ini berorientasi pada suatu titik pusat yaitu guru. Kenyataan ini bisa dilihat di lapangan melalui pengamatan-pengamatan yang dilakukan oleh penulis. Hal ini tentu saja mempengaruhi pola pikir dan persepsi guru pendidikan jasmani itu sendiri, bahwa gurulah yang mempunyai kuasa penuh dalam proses belajar mengajar tanpa mempertimbangkan perkembangan motorik peserta didiknya. Dalam kurikulum SMP matapelajaran pendidikan jasmani mempunyai beberapa materi pelajaran dan salah satunya adalah materi pelajaran tenis meja. Pembelajaran Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dan banyak penggemarnya di masyarakat dan telah masuk



Article History:

Received: December 12, 2020

Accepted: January 26, 2021

Published: January 27, 2021

* Corresponding Author: Vicky Rizky, e-mail: samsuddinsiregar@unimed.ac.id

Authors' Contribution: a-Study design; b-Data collection; c-Statistical analysis; d-Manuscript preparation; e-Funds collection.



© 2021 The Author. This article is licensed CC BY SA 4.0. visit [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

kesekolah lewat kegiatan kurikulum, karena cabang olahraga tenis meja selain cabang olahraga prestasi juga merupakan olahraga rekreasi yaitu hanya untuk mengisi waktu luang. Hal ini sesuai dengan pernyataan Toto Subroto (2000) "Pendidikan jasmani merupakan proses pendidikan". Artinya bahwa melalui proses pendidikan jasmani yang kondusif siswa dibantu untuk mewujudkan dirinya sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan secara optimal, sehingga ia mencapai suatu taraf kedewasaan tertentu.

Husdarta dan Saputra (2000) mengemukakan bahwa tugas utama guru adalah untuk menciptakan iklim atau atmosfer supaya proses belajar terjadi dikelas, dilapangan ciri utamanya terjadi proses belajar adalah siswa dapat secara aktif ikut terlibat di dalam proses pembelajaran. Para guru harus selalu berupaya agar para siswa dimotivasi untuk lebih berperan. Walau demikian guru tetap berfungsi sebagai pengelola proses belajar dan pembelajaran. Menurut Rusli,dkk (2004) mengatakan bahwa: "pendidikan jasmani merupakan pendidikan yang mengaktualisasikan aktifitas manusia yang berbentuk sikap, tindak dan karya untuk dibentuk, diisi dan diarahkan menuju kebutuhan pribadi sesuai dengan cita-cita bangsa. Nasidah (1992:15) mengutip pendapat Sharman bahwa penjas adalah bagian dari pendidikan (secara umum) yang berlangsung melalui aktifitas fisik yang melibatkan mekanisme gerak tubuh manusia dan menghasilkan pola-pola perilaku pada individu yang bersangkutan.

Mengajar merupakan suatu usaha dari pihak guru yaitu mengatur lingkungan sehingga terbentuklah suasana yang sebaik-baiknya bagi siswa untuk belajar. Mengajar juga dapat didefinisikan sebagai segala usaha yang sengaja dilakukan dalam rangka memberi kemudahan bagi siswa untuk terjadinya proses belajar sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai. Mengajar merupakan suatu aktivitas mengelola, mengorganisasikan atau mengatur lingkungan dengan baik dan mengkaitkannya dengan siswa sehingga terjadi proses belajar. Mengajar menurut Hudastra dan Saputra (2000) mengajar merupakan suatu proses yang sangat kompleks, guru berperan tidak hanya sekedar menyampaikan informasi kepada siswa saja tetapi juga harus membimbing siswa agar siswa mau belajar, Karena mengajar adalah upaya yang di sengaja, maka guru terlebih dahulu mempersiapkan bahan yang akan disajikan kepada siswa".

Brotosuroyo (1993) "tujuan strategi mengajar adalah untuk memberikan kontrol diri, keterlibatan, tanggung jawab diri dan perhatian terhadap siswa supaya kualitas-kualitas ini akhirnya membentuk kualitas dapat berjalan terus dan bergairah didalam kehidupan mereka baik dalam maupun diluar dunia pelajaran pendidikan jasmani. Strategi mengajar yang diterapkan oleh guru dalam proses belajar mengajar adalah dengan memilih gaya mengajar yang cocok. Mahendra (2000) "Gaya mengajar pada dasarnya merupakan seperangkat pengambilan keputusan yang dibuat sejalan dengan aksi-aksi pengajaran" .Hal ini berarti dalam proses belajar mengajar, gaya mengajar merupakan suatu cara yang dilakukan guru untuk mengoptimalkan pembelajaran yang dibuat melalui pengambilan keputusan sejalan dengan aksi pengajaran. Lautan, R (2000) berpendapat bahwa : "Gaya mengaja adalah siasat untuk menggaitkan partisipasi siswa untuk melaksanakan tugas ajar ". Hal ini sejalan dengan pendapat Husdarta dan Saputra (2000) "Gaya mengajar merupakan interaksi yang dilakukan oleh guru dengan siswa dalam proses belajar mengajar agar materi yang disajikan dapat diserap oleh siswa" pendapat lain tentang gaya mengajar yang di kemukakan Berotosuroyo (1993) "Yaitu sebagai upaya menjembatani antara pokok bahasan dan belajar. Gaya mengajar merupakan bagian yang tak terpisahkan dalam perose kegiatan disekolah. Gaya mengajar dapat mempengaruhi hasil belajar siswa . memilih gaya mengajar yang tepat membuat interaksi yang lajim antara guru dan siswa yang menghasilkan pencapaian hasil belajar optimal".

Gaya mengajar inklusi merupakan gaya mengajar keempat dari spektrum gaya mengajar dari Husdarta dan Saputra (2000), tujuan gaya mengajar ini untuk membelajarkan siswa pada level kemampuan masing-masing . Setiap siswa harus terlibat dalam proses pembelajaran ini, karena dapat memilih aktivitas yang mereka anggap mampu untuk melakukannya. Muska Maston (1983) dimana gaya mengajar ini memperkenalkan berbagai tingkat tugas. Siswa di beri tugas yang berbeda-beda sesuai dengan tingkat kemampuan yang dimiliki, dalam gaya ini siswa didorong untuk menentukan tingkat penampilannya dan memberikan kesempatan untuk menganalisis dan sintesis tugas. Menurut rusli ahmad (1990) bahwa dalam gaya ini siswa memilih tingkat performans untuk tiap tugas dan merubahnya sesuai dengan penilain sendiri dari masing-masing terhadap ferpormans itu .guru memilih tugas itu dan menetapkan

bermacam-macam tingkat dari pada tugas itu sesuai dengan tingkat kesulitannya. Sejalan dengan itu Husdarta dan Saputra (2000) mengemukakan bahwa peranan siswa adalah mencoba melakukan gerakan untuk setiap tingkatan kesulitan. Siswa dapat memilih gerakan yang mereka anggap mampu siswa dapat melakukan aktivitasnya pada level yang lebih sukar apabila dianggap mampu. Sementara itu peranan guru adalah mempersiapkan tugas gerak yang akan dilakukan siswa dan menentukan tingkat kesukaran didalam tugas tersebut. Guru harus mempersiapkan kriteria untuk masing-masing tahapan tugas.

Penilaian diri (self-evaluation) dipandang sebagai motivasi sebagai vaktor internal yang menimbulkan dan mengarahkan perilaku seseorang, motivasi merupakan faktor yang sangat penting, baik untuk mengajar maupun penampilan. Supandi dan tjojho (1991) mengemukakan motivasi adalah merupakan sebagai dorongan yang sangat berpengaruh terhadap proses belajar mengajar pada diri siswa. Dengan demikian proses belajar siswa ini tidak semata-mata dirangsang dari luar dirinya tetapi ada juga dorongan dari dalam bathin dirinya. Siswa dapat belajar secara mandiri sesuai dengan kecepatan dan kemampuannya irama belajarnya. (Rahantoknam 1989). Pada gaya mengajar inklusi guru berperan sebagai keputusan-keputusan sebelum pertemuan, merencanakan seperangkat tugas-tugas dalam berbagai tingkat kesulitan yang sesuai dengan perbedaan individu serta memungkinkan siswa untuk berpindah dari tugas yang mudah ke tugas yang sukar (Rahantoknam, 1989). Dengan demikian siswa diharapkan mengambil keputusan, dimana keputusan itu didasarkan pada tugas yang telah disediakan guru, kemudian melakukan penafsiran sendiri dan memilih tugas awalnya, serta melakukannya. Kemudian siswa mengulang tugas-tugas, apabila pelaksanaannya belum mantap/selesai dengan kriteria, kemudian dilanjutkan memilih tugas yang lebih sulit atau yang lebih mudah berdasarkan berhasil atau tidaknya tugas awal. Brotosuroyo (1993) Gaya mengajar inklusi merupakan gaya mengajar cakupan dengan memperkenalkan berbagai tingkat tugas” Maka gaya mengajar inklusi dapat dicontohkan pada jumlah pukulan. Jika setiap siswa memukul bola dengan pukulan forehand drive kearah meja dan bergantian sebanyak 10 kali sampai melewati net tanpa berhenti maka siswa akan mampu berhasil melakukannya. Akan tetapi keberhasilan itu tidak diperoleh semua siswa dengan tingkat kesulitan yang sama,

sebagian siswa dapat melakukannya dengan mudah, sedangkan sebagian lagi harus mengerah kemampuannya untuk dapat melakukan pukulan forehand drive tersebut. Jika jumlah pukulan dinaikkan, maka kesulitannya dalam tugas akan meningkat dan akhirnya akan menyebabkan semakin sedikit jumlah siswa yang akan berhasil dalam penampilannya. Hal ini berarti kita telah memberikan suatu standar tunggal bagi semua siswa, dan banyak siswa yang akan dikeluarkan dengan menaikkan tingkat kesulitan dari tugas tersebut. Jika dibuat kelompok yang berbeda dalam melakukan pukulan forehand drive, dan siswa memilih kelompok yang bisa dilakukannya. Hal ini memungkinkan seluruh siswa untuk menyesuaikan tingkat kemampuannya dengan kemampuan yang dimilikinya.

Dalam permainan tenis meja seseorang dapat bermain tenis meja dengan baik apabila pemain menguasai teknik dasar yang baik sesuai dengan peraturannya. Muhajir Penerbit erlangga (2006) mengemukakan bahwa "teknik dasar permainan tenis meja meliputi pegangan (grip), sikap berdiri (stance), stroke, service dan olah kaki (foot work)". Untuk menguasai teknik dasar itu perlu adanya pembinaan sejak dini oleh guru olahraganya, Pembina dan pelatih tenis meja melalui latihan dan berkesinambungan. Menurut Sukintaka (1979) tenis meja atau yang lebih dikenal dengan istilah pingpong adalah merupakan suatu cabang olahraga yang unik dan lagi bersifat kreatif. Agus Salim (2008) seperti olahraga lainnya, tenis meja memiliki ciri khasnya sendiri. Strukturnya yang unik bisa menjawab alasan kenapa tenis meja dimainkan dengan penuh antusias. Alasan sederhana yaitu aksi yang dilakukan dalam olahraga ini adalah memukul secara konsisten, mengarahkan dan menempatkan bola ke meja lawan sehingga pada suatu saat bola itu tidak dapat lagi dikembalikan oleh lawan."

Menurut Muhajir (2006) pada pokoknya teknik dasar permainan tenis meja dapat di bagi menjadi empat yaitu: (1) teknik memegang bet (grip), (2) teknik siap sedia (stance), (3) teknik gerakan kaki (footwork) dan (4) teknik pukulan (stroke). Teknik adalah rangkaian gerak yang digunakan untuk menampilkan keterampilan gerak yang efisien dan efektif. Teknik pukulan dalam olahraga tenis meja dapat diartikan sebagai gerakan tangan memukul bola dengan bet agar bola melewati net/menyeberang ke lapangan lawan. Sebagaimana disebutkan (Mc.Afee Richard, 2009) bahwa teknik memukul bola adalah cara tertentu untuk memukul bola agar melewati net/jaring.

Dalam olahraga tennis meja teknik pukulan secara umum dapat dikelompokkan sebagai pukulan yang bersifat serangan dan pukulan yang bersifat bertahan, dan berdasarkan jenisnya teknik pukulan dalam olahraga tennis meja itu terdiri dari ; drive, push, block, smash, hit, servis, halley, volley, side slip shot, loop, flip, drop shot, lob dan chop (Mc.Afee Richard, 2009). Pondasi yang paling mendasar agar dapat memukul bola dengan teknik yang benar, tangan harus cepat dan terampil dalam mengendalikan bola. Sebagaimana pendapat (Danilo Harudy Kamonseki, Luísa Cedin, Fernanda Assis Paes Habechian, 2018) bahwa table tennis requires rapid and extreme movements that may result in shoulder adaptations. Tennis meja adalah olahraga yang membutuhkan gerakan cepat dan ekstrim.

Teknik dasar drive merupakan pukulan yang paling kecil tenaga gesekannya, pukulan drive sering juga disebut lift. A control strategy on movement time, such as suggested in the operational timing hypothesis of Tyldesley and Whiting, has been interpreted to have the advantage of reducing the number of decisions to be made before performing the drive to only one, namely, when to initiate it. Put differently, producing a consistent movement time reduces the number of degrees of freedom that have to be controlled in task space (Reinoud J. Bootsma and Piet C. W . Van Wieringen, 1990). Drive adalah strategi mengontrol bola pada waktu gerakan, telah dipahami bahwa untuk memiliki keuntungan dalam membuat sebuah keputusan yang harus dibuat sebelum melakukan drive hanya satu, yaitu, kapan untuk memulai. Dengan kata lain, agar menghasilkan gerakan yang konsisten, mengurangi jumlah derajat kebebasan yang harus dikontrol dalam lapangan.

Sesuai dengan penjelasan tentang drive di atas, maka penulis dapat mendefenisikan bahwa teknik dasar drive adalah jenis pukulan yang dilakukan untuk memindahkan bola melewati net menyeberang kearah lapangan lawan dengan menggunakan bet yang digerakkan dari bawah serong ke atas, posisi bet sedikit tertutup dengan gaya gesekan yang sedikit. Moston (1981) mengemukakan bahwa, pelaksanaan gaya inklusi secara umum : (1) Menjelaskan gaya ini kepada siswa. Satu demonstrasi dengan menggunakan tali yang miring akan memberikan ilustrasi yang sangat bagus, (2) siswa disuruh memulai, (3) amati dan memberi waktu bagi siswa untuk melakukan gaya ini, (4) memberi umpan balik kepada siswa tentang peranan

siswa dalam pengambilan keputusan dari penampilannya dalam tugas seperti : (a) tanyakan bagaimana mereka memilih tugas-tugas, (b) fokuskan perhatian pada penggunaan umpan balik yang netral, agar siswa mengambil keputusan mengenai taraf tugas yang sesuai dengan kemampuannya (c) amati kesalahan-kesalahan dalam penampilan siswa dan kriteria yang menyangkut penampilan dalam tugasnya. Seiring dengan itu Moston (1981) gaya inklusi memiliki tujuan: 1) Melibatkan semua siswa, 2) Penyesuaian terhadap perbedaan individu, 3) Memberi kesempatan untuk memulai pada tingkat kemampuan sendiri, 4) Memberi kesempatan untuk memulai bekerja dengan tugas-tugas yang ringan keberat, sesuai dengan tingkat kemampuan setiap siswa. 5) Belajar melihat hubungan antara kemampuan merasa dan tugas apa yang dapat dilakukan oleh siswa. 6) Individualisasi dimungkinkan, karena memilih di antara alternatif tingkat tugas yang telah disediakan. Dalam gaya inklusi mempunyai keuntungan dan kelemahan. Hal ini sesuai dengan pendapat supandi(1992) yang mengemukakan bahwa:

Tabel 1. Keuntungan dan Kelemahan Gaya Mengajar inklusi.

Gaya Mengajar Inklusi	
Keuntungan	Kelemahan
a) Membina kemandirian dan mengembangkan kemampuan membuat keputusan berdasarkan pertimbangan sendiri.	a) Karena kendali guru bersifat longgar , maka metode ini sering menimbulkan kesemrawutan dalam pelaksanaannya.
b) Memberikan kesempatan menguatkan sifat individualistis yang berlebihan.	b) Kurang mengembangkan sifat sosial pada diri siswa.
c) Memberikan kesempatan belajar berdasarkan tempo dan irama belajar atau ketepatan belajar diri nya sendiri.	c) Untuk gerakan yang kompleks yang membutuhkan penjagaan dan bantuan khusus guru metode kurang cocok, sehingga metode ini hanya terbatas pada gerakan sederhana dan tunggal.

Berdasarkan observasi siswa di SMP Negeri 9 Binjai, tentang pelajaran tenis meja, masih banyak ditemukan siswa yang mengalami kesulitan pada permainan tenis meja khususnya pada pukulan forehand drive, hal itu terbukti banyak siswa yang belum memahami bagaimana cara melakukan teknik dasar pukulan forehand drive dengan benar, pada sikap awal, sikap perkenaan dan pada akhir pukulan. Salah satu penyebab hal ini adalah karena kurang tepatnya penerapan gaya mengajar yang sesuai dengan karakteristik siswanya. Kebosanan peserta didik terjadi juga diakibatkan kurang bervariasinya penerapan metode mengajar dalam pembelajaran Olahraga disekolah. Sehingga tingkat kelulusan siswa tidak mencapai nilai KKM dalam pembelajaran tenis meja pada materi forehand drive. Dari 7 kelas yang ada di SMP Negeri 9 Binjai peneliti

menetapkan kelas yang paling rendah kemampuan belajar pendidikan jasmaninya khusus nya pembelajaran tenis meja dalam materi pukulan forehand drive adalah kelas VIII 1 yang berjumlah 38 orang. Setelah peneliti observasi ternyata hanya 11 siswa (28%) yang nilai KKM nya yang di atas sedangkan 27 siswa (72%) lagi yang nilai nya dibawah KKM, siswa yang mendapat nilai dibawah 75 menjadi bukti konkrit bahwa hasil belajar siswa-siswi di kelas VIII 1 SMP Negeri 9 Binjai belum mencapai Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yaitu 75.

Banyak paktor yang mempengaruhi hasil belajar siswa, diantaranya adalah motivasi, sarana atau media pembelajaran, guru dan setrategi pembelajaran yang digunakan oleh guru dan lain-lain. Menyadari hal tersebut, perlu adanya suatu pembaharuan dalam pembelajaran untuk memungkinkan siswa dapat mempelajari pendidikan jasmani dan kesehatan khususnya materi teknik dasar pukulan forehand drive menjadi lebih mudah, lebih cepat, lebih bermakna, efektif dan menyenangkan. Untuk itu diperlukan suatu cara agar siswa dapat menguasai gerakan teknik dasar pukulan forehand drive dengan benar sehingga akan menghasilkan teknik pukulan yang benar dan maksimal. Jika selama ini guru pendidikan jasmani kesehatan menyajikan materi pukulan forehand drive dengan menggunakan setrategi pembelajaran yang membosankan tanpa mengikut sertakan siswa-siswi dalam proses pembelajaran yang berlangsung, maka disini guru menyajikan dan memberikan materi pelajaran dengan menggunakan metode dan strategi yang melibatkan seluruh siswa dalam proses belajar mengajar.

Gaya mengajar inklusi bertujuan untuk melibatkan semua siswa, menyesuaikan perbedaan individu, memberi kesempatan untuk memulai tugas pada tingkat kemampuan sendiri, memberi kesempatan untuk menilai tugas dengan tugas-tugas yang lebih ringan dan dilanjutkan ketingkat tugas yang lebih sulit (berjenjang) sesuai dengan tingkat kemampuan tiap siswa, belajar melihat hubungan antara kemampuan merasa dan tugas yang dapat dilakukan oleh siswa, individualisasi dimungkinkan karena memilih diantara alternatif tingkat tugas yang telah disediakan. dalam metode ini siswa didorong untuk menentukan tingkat penampilannya dan memungkinkan siswa untuk berhasil.

METODOLOGI*Study participants*

Peneliti memilih siswa kelas VIII Sekolah Menengah Pertama yang berjumlah 39 orang dikarenakan siswa kelas VIII 1 nilai KKM-nya paling rendah.

Testing procedure.

Menurut Arikunto, (2010) menyatakan bahwa secara garis besar dalam tiap siklus itu terhadap empat tahap yang dilalui dalam melaksanakan penelitian tindakan kelas, yaitu perencanaan (planning), tindakan (acting), observasi (observing) dan refleksi (reflecting). Pada setiap penelitian dalam ilmu pengetahuan umumnya bertujuan untuk menemukan dan mengembangkan serta menguji kebenaran dari suatu ilmu pengetahuan. Metode penelitian adalah cara yang dilakukan peneliti untuk mencapai maksud dan tujuan tertentu. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research).

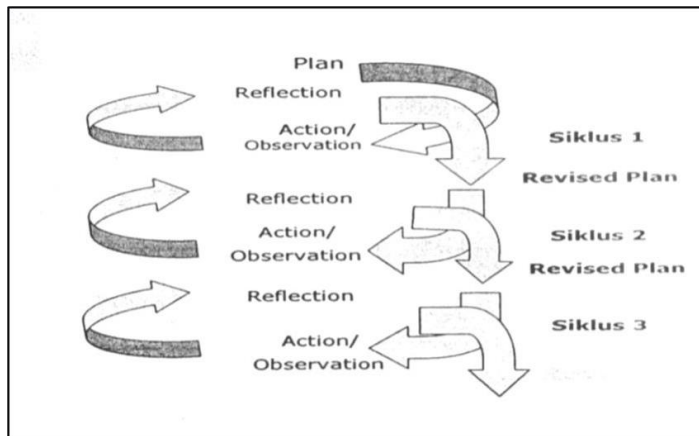
Adapun instrumen penelitian dalam penelitian ini adalah berupa lembar penilaian portofolio tes hasil belajar I dan II. Tes hasil belajar diberikan setelah pengajaran dengan menggunakan gaya mengajar inklusi yang. Dalam tes ini siswa diminta untuk melakukan rangkaian teknik pukulan forehand drive pada pembelajaran tenis meja (sikap awal, sikap pelaksanaan, sikap lanjutan), dan peneliti menilai setiap proses pelaksanaan rangkaian teknik pukulan forehand drive yang dilakukan siswa.

Tabel 2. Portofolio penilaian proses hasil belajar Pukulan forehand drive pada permainan tenis meja

Indikator	Aspek yang Dinilai	Penilaian	
		Beri tanda (√)	Jumlah
1.Sikap permulaan	<ul style="list-style-type: none"> a. berada dalam posisi siap, sesuai dengan posisi yang diharapkan b. bet dipegang kira-kira setinggi meja c. bahu kanan lebih jauh dari net d. sikap bad sedikit terbuka 		
2.Sikap perkenaan	<ul style="list-style-type: none"> a. Putar pinggul sedikit kearah samping sehingga berposisi 45° b. Kedua lututnya sedikit ditekukkan c. Bet diayunkan kedepan dan perkenaan pukulan bola pada pantulan tertinggi d. Perkenaan bola berada di tengah bad 		
3.Sikap Akhir	<ul style="list-style-type: none"> a. Ikuti gerakan akhir dengan alami, kearah depan dengan bet meneruskan gerakan b. Pinggang dan bahu diputar searah dengan bet c. Sikap badan mengikuti gerakan bet d. Kembali pada posisi siap 		
Jumlah skor maksimal			

Study organization

Desain penelitian ini dapat digambarkan sebagai desain penelitian. Tindakan penelitian kelas yang terdiri dari beberapa tahap yang berupa siklus sebagai berikut:



Gambar 1. Skema Siklus Dalam Penelitian Tindakan Kelas (Sumber : Agus Kristianto, 2010)

Adapun langkah-langkah operasional (khusus untuk siklus I) yang dilaksanakan dalam penelitian ini adalah : a) Tahap Perencanaan Tindakan 1, Pada tahap ini peneliti menyusun skenario pembelajaran. b) Tahap pelaksanaan tindakan, Setelah perencanaan disusun secara matang maka dilakukan tindakan terhadap kesulitan siswa. Yang memberi materi ajar adalah guru penjas dan kegiatan mengajar yang dilakukan merupakan pengembangan dan pelaksanaan dari rencana pelaksanaan pembelajaran yang telah disusun pada lampiran. Pada akhir tindakan diberi tes hasil belajar pukulan forehand drive kepada siswa untuk melihat hasil belajar yang dicapai siswa setelah pemberian tindakan. c) Observasi dan evaluasi, Pada tahap ini dilakukan observasi dan evaluasi terhadap pelaksanaan tindakan yang telah dilakukan. Guru bidang studi penjas ikut membantu sebagai pengamat untuk melihat kekurangan-kekurangan yang terjadi dan apakah kondisi belajar mengajar di kelas sudah terlaksana sesuai dengan program pengajaran ketika tindakan dilakukan. Instrumen yang digunakan dalam pengamatan proses pembelajaran adalah lembar hasil observasi aktifitas guru dan lembar observasi hasil siswa. d) Refleksi, Kegiatan refleksi dilakukan untuk melihat perkembangan pelaksanaan dan membuat kesimpulan, mengetahui kekurangan-kekurangan, ataupun kelebihan selama menggunakan gaya mengajar inklusi dalam materi pukulan forehand drive. Hal ini dilakukan dengan mengevaluasi tindakan serta menentukan langkah selanjutnya pada pelaksanaan siklus II.

Analisis data yang dilakukan terdiri dari beberapa tahap diantaranya: 1. Reduksi data, Proses reduksi data dilakukan dengan cara menyeleksi, menyederhanakan dan mentransformasikan data yang telah disajikan dalam transkrip catatan lapangan. Kegiatan reduksi data ini bertujuan untuk melihat kesalahan atau kekurangan siswa dalam pelaksanaan tes dan tindakan apa yang dilakukan untuk perbaikan kesalahan tersebut. 2) Paparan data, Dalam kegiatan ini data yang diperoleh dari hasil belajar siswa dipaparkan dalam bentuk table dengan rumus yang telah ditentukan. Untuk mengetahui hasil presentase kemampuan siswa digunakan rumus:

Tabel 2. Indikator Skor Penilaian

No	Indikator	Deskriptor			
1	Sikap Permulaan	4	3	2	1
2	Sikap perkenaan	4	3	2	1
3	Sikap akhir	4	3	2	1

$$KKM = \frac{\text{Indikator1} + \text{Indikator2} + \text{Indikator3}}{\text{JumlahDeskriptor}(12)} \times 100 \%$$

Dengan kriteria :

$0 \leq KKM \leq 75$ = siswa belum tuntas dalam belajar $75 \leq KKM \leq 100$ = siswa sudah tuntas dalam belajar

(KKM yang tertera dari ketentuan sekolah).

Equation 1. KKM Yang Tertera Dari Ketentuan Sekolah, (Sumber KTSP:DEPDIKNAS 2008)

Dari uraian diatas dapat diketahui siswa yang belum tuntas dalam belajar dan siswa yang sudah tuntas dalam belajar secara individu. Selanjutnya dapat juga diketahui apakah ketuntasan belajar siswa secara klasikal dapat tercapai, dilihat dari presentase siswa yang sudah tuntas dalam belajar dapat dirumuskan sebagai berikut:

$$PKK = \frac{\text{Banyak siswa yang tuntas belajar}}{\text{Banyak siswa keseluruhan}} \times 100$$

Keterangan :

PKK : Presentase Ketuntasan Klasikal

Berdasarkan kriteria ketuntasan belajar, jika dikelas telah tercapai Konversi 85% Siswa yang telah mencapai nilai ≥ 75 maka ketuntasan belajar secara klasikal telah tercapai. (Suryosubroto,1997)

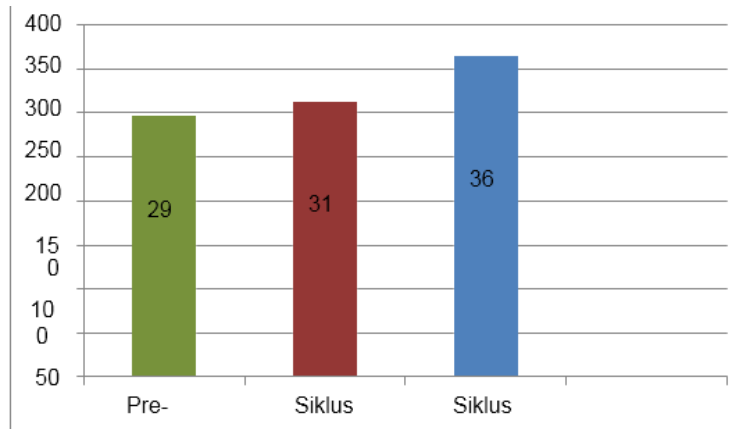
Equation 2. Presentase Ketuntasan Klasikal

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 9 Binjai belum Tahun Ajaran 2019/2020. Penelitian ini dilaksanakan sesuai dengan jadwal pelajaran dikelas kelas VIII 1 yang menjadi subjek penelitian.

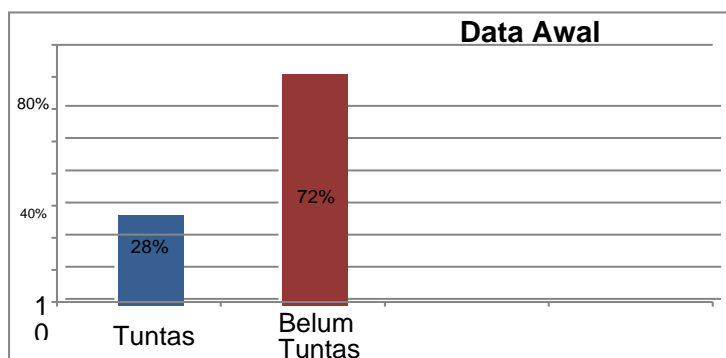
Tabel 3. Deskripsi Data Hasil Penelitian

No	Hasil Tes	Aspek yang dinilai			Jumlah	
		Fase Persiapan	Fase Pelaksanaan	Fase Akhir		
1	Pre-Test	\sum	111	83	105	296
		\bar{X}	2,92	2,18	2,76	7,68
2	Siklus I	\sum	115	94	107	312
		\bar{X}	2,02	2,47	2,81	8,12
3	Siklus II	\sum	118	130	117	365
		\bar{X}	3,10	3,42	3,07	9,60



Bagan 1. Histogram Hasil Penelitian

Dari tabel diatas diketahui bahwa hasil tes awal, dari 38 orang siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini ternyata hanya 11 orang siswa (28%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, sedangkan selebihnya yaitu 27 orang siswa (72%) belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh hanya mencapai 64.90 (tidak tuntas). Hasil tes siklus I, dari 38 orang siswa telah ada 19 orang siswa (50%) sudah memiliki ketuntasan belajar, selebihnya 19 orang siswa (50%) yang belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh adalah 68.41 (Tidak Tuntas). Hasil tes siklus II, dari 38 orang siswa telah ada 33 orang siswa (88%) yang sudah memiliki ketuntasan belajar, hanya 5 orang siswa (14%) yang belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh telah mencapai 80.04 (tuntas)



Bagan 2. Histogram Ketuntasan siswa

Siklus I

Dilihat dari test awal yang diberikan selain bertujuan melihat kemampuan awal siswa dalam memahami pukulan forehand drive dari 38 siswa hanya 11 orang siswa yang tuntas dan 27 (72%) siswa belum tuntas. Namun nilai itu belum memenuhi kriteria ketuntasan minimal secara klasikal yang ditetapkan yaitu 85% dari keseluruhan siswa. Berdasarkan hasil test awal diatas permasalahan yang dialami guru adalah kurang maksimalnya dalam memberikan feedback kepada setiap siswa dikarenakan waktu yang cukup singkat dan jumlah siswa yang banyak, sehingga siswa dalam mempelajari pukulan forehand drive tenis meja tidak dapat memahami pelajaran secara maksimal.

Tabel 4. Kualitas hasil belajar push forehand

Indikator	Kualitas Hasil Belajar Push forehand			
	Cukup 0 – 1	Sedang 1 - 2	Baik 2 – 3	Sangat Baik 3 - 4
Sikap Awal			2,02	
Sikap Pelaksanaan			2,47	
Sikap Akhir			2,68	

Berdasarkan tabel Kualitas hasil Pos-tes I diatas dapat dilihat bahwa hasil belajar pukulan push forehand pada siswa ternyata telah terdapat peningkatan. Dari 38 siswa yang menjadi subjek dalam penelitian ini , ternyata di setiap indikator terdapat kriteria baik, sedangkan dari hasil data keseluruhan pos tes I telah ada 19 orang siswa (50%) yang memiliki ketuntasan belajar , sedangkan 19 orang siswa (50 %) masih belum memiliki ketuntasan belajar. Nilai rata-rata kelas yang diperoleh pada siklus I mencapai 68,41 %. Sementara 19 siswa yang belum tuntas di karenakan dari siswa tersebut adanya ketidakseriusan siswa dalam melakukan pukulan push forehand.

Berdasarkan tes hasil observasi dan hasil tes melalui fortfolio diperoleh data sebanyak 19 orang siswa telah mencapai tingkat ketuntasan belajar sedangkan 19 orang siswa belum mencapai tingkat ketuntasan belajar yang diharapkan. Nilai rata- rata siswa pada siklus I adalah 68,41 yang dapat dikatakan belum memenuhi KKM yaitu 75 (tidak tuntas). Tingkat ketuntasan belajar klasikal siswa sebesar 50% namun belum tuntas secara klasikal yang diharapkan yaitu 85%.

Tabel 5. Hasil Tes I (Siklus I) Push Forehand Tenis Meja

No	Hasil Tes	Keterangan	Jumlah Siswa	Persentase
1	≥75	Tuntas	19	50%
2	<75	Tidak Tuntas	19	50%



Gambar 2. Perbandingan Ketuntasan Belajar Pada siklus I

Siklus II

Berdasarkan hasil Test pada siklus II yang dilakukan memperlihatkan kemampuan siswa meningkat jika dibandingkan dengan siklus I. Pada siklus II yaitu 33 orang siswa (86,84%) yang mencapai ketuntasan belajar dengan nilai rata-rata 80.04 dan yang belum mencapai ketuntasan belajar sebanyak 5 orang (13,15%).

Tabel 6. Hasil Tes II (Siklus II) Teknik Push Forehand Tenis Meja

No	Hasil Tes	Keterangan	Jumlah Siswa	Persentase
1	< 75	Tidak Tuntas	5	13,15%
2	≥ 75	Tuntas	33	86,84%



Gambar 3. Perbandingan Ketuntasan Belajar Pada siklus II

Setelah diberikan tindakan pada siklus II, siswa kembali diberi tes hasil belajar post-tes yang kemudian diperoleh sebanyak 33 orang yang telah mencapai ketuntasan dalam belajar dan 5 orang siswa masih belum tuntas, dikarenakan siswa yang belum tuntas tersebut belum mampu memahami rangkaian pelaksanaan push forehand tenis meja dengan baik (tidak ada keseriusan). Pada siklus II diperoleh data tingkat ketuntasan belajar klasikal siswa sebesar 86,84%. Ini berarti terlihat ada peningkatan dari siklus I ke siklus II.

Berdasarkan hasil observasi dan data dari tes hasil belajar II, berikut ini diuraikan keberhasilan dan kegagalan dalam pelaksanaan tindakan pada siklus II yaitu: 1) Sebagian besar siswa yang telah mampu melakukan teknik dasar push forehand tenis meja dan siswa telah memberikan pendapatnya dan bertanya selama pembelajaran berlangsung. 2) Pengetahuan dan keterampilan siswa dalam pembelajaran forehand drive tenis meja mengalami peningkatan. 3) Guru telah mampu memotivasi siswa agar aktif dalam melakukan pengajaran. 4) Selama pembelajaran berlangsung keaktifan siswa mengalami peningkatan. 5) Keterlibatan aktivitas siswa dalam melakukan teknik dasar forehand drive tenis meja sudah baik dan mengalami peningkatan. Hal ini terlihat pada data hasil observasi terhadap hasil belajar mengalami peningkatan secara garis besar dan mencapai ketuntasan secara klasikal yaitu 85% dari keseluruhan siswa.

PEMBAHASAN

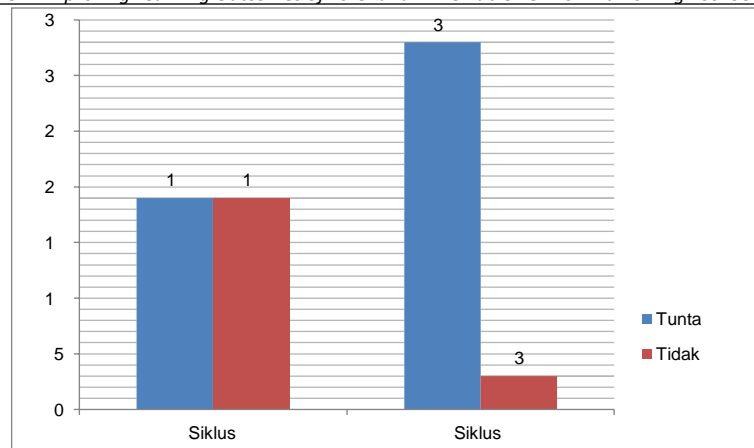
Tujuan penelitian ini adalah untuk meningkatkan hasil belajar terhadap pukulan forehand drive pada permainan tenis meja melalui gaya mengajar inklusi pada siswa kelas VIII 1 SMP Negeri 9 Binjai.

Dari hasil penelitian yang dilakukan, terlihat bahwa pada siklus I masih banyak siswa yang belum mencapai ketuntasan belajar baik secara individu maupun belajar secara klasikal. Hal ini dikarenakan terdapat kesulitan yang dialami siswa dalam pembelajaran. Pada siklus II peneliti melakukan penambahan variasi (bentuk latihan) pembelajaran dan memfokuskan pada tingkat kesulitan siswa pada siklus I sehingga pada siklus II dapat meningkat. Berikut ini dapat dilihat nilai rata rata dan persentase tingkat keberhasilan hasil belajar siswa mulai dari tindakan awal, siklus I dan siklus II.

Tabel 7. Nilai Rata-Rata Tes Siklus I, dan Tes Siklus II

No	Hasil Tes	Persentase Nilai Rata rata	Persentase Klasikal	Keterangan
1.	Tes Siklus I	68.41	50%	Tidak Tuntas
2.	Tes Siklus II	80.04	86%	Tuntas

Lebih jelasnya peningkatan hasil belajar siswa dapat dilihat pada gambar diagram dibawah ini :



Bagan 3. Diagram Peningkatan Ketuntasan Hasil Belajar Siswa Secara Klasikal Setiap Siklus

Dari analisis data yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa dengan penerapan gaya mengajar inklusi, dapat memberikan pengaruh serta meningkatkan hasil belajar teknik dasar forehand drive tenis meja. Dimana terlihat hasil belajar siswa dari tes hasil belajar I dapat meningkatkan hasil belajar siswa pada pokok bahasan tenis meja khususnya teknik dasar forehand drive, sikap awal badan ketika melakukan pukulan forehand drive, cara mengayunkan raket(bet) mengenai bola (celluid), dan sikap akhir. Dimana pada tes hasil belajar I didapat hasil penelitian belum memenuhi kriteria ketuntasan secara klasikal yang diharapkan yaitu 85%. Hal ini di karenakan beberapa faktor siswa tersebut belum bisa mencapai tingkat ketuntasan belajar karena pada sikap perkenaan dan sikap akhir gerakan/posisi tubuh masih banyak siswa yang salah. Untuk itu selanjutnya perlu diadakan perbaikan pada tindakan pada siklus II. Kemudian pada pembelajaran disiklus II dapat dilihat bahwa telah terjadi peningkatan aktifitas siswa dari siklus sebelumnya yaitu pada saat cara memegang raket, sikap awal badan ketika melakukan forehand drive, cara mengayunkan raket(bet) mengenai bola (celluid), dan sikap akhir. Pada siklus II diperoleh peningkatan ketuntasan belajar klasikal sebesar 86% yang mana hasil ini lebih besar dari ketuntasan secara klasikal yaitu 85% berarti terlihat ada peningkatan dari siklus ke siklus. Namun masih ada beberapa siswa yang belum memperoleh ketuntasan belajar per individu walaupun nilai yang diperoleh sudah meningkat dibandingkan pada siklus

Dan untuk memperbaiki masalah siswa tersebut dikembalikan kepada guru pendidikan jasmani sekolah untuk meningkatkan hasil belajar siswa tersebut. Salah satu faktor yang dapat mendukung keberhasilan tersebut adalah penambahan model pembelajaran bervariasi dengan tingkat kesulitan yang berbeda dengan tujuan yang

ingin dicapai. Hal ini juga berlaku untuk mata pelajaran pendidikan jasmani, seperti yang telah diuraikan sebelumnya bahwa masalah yang selama ini dialami dalam pembelajaran tenis meja materi forehand drive adalah kurangnya minat dan perhatian siswa saat mengikuti proses pembelajaran. Selain itu, kebanyakan siswa tidak serius dan cepat merasa bosan dalam proses pembelajaran sehingga pada akhirnya hasil belajar yang diperoleh siswa masih rendah.

Oleh karena itu diperlukan suatu konsep pembelajaran yang dapat mendukung keberhasilan siswa, yaitu salah satunya pembelajaran melalui penerapan peroses gaya mengajar inklusi menunjang pembelajaran pendidikan jasmani. Dalam pembelajaran ini siswa diajarkan menganalisis kesalahan yang dilakukannya pada pembelajaran sebelumnya. Dengan demikian siswa dapat memperbaiki kesalahan yang dilakukan pada pertemuan sebelumnya di pertemuan selanjutnya.

Evaluasi adalah sebuah kegiatan pengumpulan data atau informasi, untuk dibandingkan dengan kriteria , kemudian diambil kesimpulan. Sedangkan gaya mengajar inklusi merupakan salah satu media pembelajaran yang dapat membangkitkan ketertarikan dan daya penalaran siswa terhadap materi yang disampaikan guru dapat menerapkannya dengan maksimal. Dan akhirnya apa yang diharapkan dan diyakini telah dapat meningkatkan hasil belajar yang lebih baik. Pada saat pemberian materi forehand drive pada siklus II yaitu proses penerapan gaya mengajar inklusi di ruangan (lapangan), siswa sangat antusias dan aktif dalam memperhatikan dimana letak kesalahan mereka pada siklus I. Siswa dapat menganalisis kesalahan yang dilakukan pada materi forehand drive tenis meja, sehingga dalam pelaksanaan praktek di lapangan kebanyakan siswa dapat dengan baik melakukan teknik forehand drive khususnya pada saat memegang raket dan saat perkenaan bola(cellulid). Dengan demikian, penerapan proses gaya mengajar inklusi yang diharapkan dapat berjalan dengan sukses.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari data rata-rata dan persentase hasil proses pembelajaran tenis meja dapat disimpulkan bahwa materi pukulan forehand drive melalui gaya mengajar inklusi seperti memberikan sebuah tugas, dengan tingkat kesulitan yang berbeda sesuai dengan kemampuan masing-masing individu dapat memberikan

pengaruh secara signifikan terhadap proses pembelajaran dalam materi forehand drive bagi siswa kelas VIII SMP Negeri 9 Binjai dengan Nilai rata-rata pada kondisi awal 72 % (Tidak tuntas), pada pelaksanaan pos-test I nilai rata-rata siswa meningkat menjadi 50% (Tidak tuntas), dan pada pelaksanaan pos-test II nilai rata-rata siswa telah mencapai 86,84% (Tuntas).

HAMBATAN DAN KENDALA

Kami Tidak ada menemui hambatan, masalah maupun kendala dalam pelaksanaan penelitian

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Kadir Ateng (1992). Asas dan Landasan Pendidikan Jasmani. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan
- Adi Saputra, S. (2020). Giakusuki Pada Karate: Analisis Peran Kekuatan Otot Lengan Dan Otot Bahu: Giakusuki On Karate: Analysis Of The Role Of Arm Strength And Shoulder Muscles. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(1), 24–35. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.5>
- Agus Kristianto (2010). Penelitian Tindakan Kelas. Penerbit Bumi Aksara Jakarta
- Agus salim, (2007). Buku pintar tenis meja. Bandung: Jember
- Ahmad Pratama, S. (2021). Impact of Shadow Training on the Ability of Push Forward Punch Techniques in Table Tennis. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 2(1), 08–16. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v2i1.29>
- Arikunto.S., Suhardjono, Supriadi. (2010). Penelitian Tindakan Kelas. Penerbit Brotosuroyo. (1993) Perencanaan Pengajaran Pendidikan Jasmani dan
- Ashar, B. (2020). Analisis Kemampuan Smash Bola Voli Dari Perspektif Daya Ledak Otot Tungkai Kaki Pada Atlet: Indonesisa. *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(2), 84–89. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i2.10>
- Bastian, Y. (2020). Efek Daya Ledak Otot Tungkai Dan Motivasi Berprestasi Dalam Keterampilan Smash Pada Atlet Bola Voli . *INSPIREE: Indonesian Sport Innovation Review*, 1(2), 89–104. <https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i2.12>
- Dimiyati dan Mudjiono. 2006. Belajar dan Pembelajaran. Jakarta: Rineka Cipta Hamalik,
- Oemar (2010). Proses Belajar Mengajar. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Fajri, A. . (2020). Metode Drill Dalam Peningkatan Keterampilan Dasar Rolling Senam Lantai: Drill Method In Improving Rolling Basic Skills for Gymnastics. *INSPIREE:*



<https://doi.org/10.53905/inspiree.v1i1.2>

- Husdarta dan Saputra. (2000). Belajar dan Pembelajaran. Bandung. DEPDIKNAS
- Kesehatan Departemen Pendidikan Bagian Peningkatan Guru SD Setara D- sll.Jakrata
- Lutan Rusli (2000) . Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Tiori dan Metode.
- Mosston,Muska (1981) Teaching Physical Education, Columbs:Charles E and Merrill Publishing Company.
- Muhajir. (2006). Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan. SMA kelas X. Penerbit Erlangga. Jakarta.
- Nana Sudjana.(2009).Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar, Bandung : PT Remaja Rosdakarya
- Rusli Ahmad (1990).Perencanaan Perogram Pengajaran.Depertemen Pendidikan dan Kebudayaan.Direktorat jenderal Institut Keguruan dan Ilmu pendidikan.Medan.
- Sudjana (2002). Metoda Statistika. Tarsito, Bandung.
- Supandi (1983). Strategi Belajar Mengajar Pendidikan Jasmani dan kesehatan. Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Sutarmin. (2007). Terampil berolahraga tenis meja.Surakarta. Era Intermedia
- Suryosubroto.B. (1997).Proses Belajar Mengajar Di sekolah.Jakarta : Rineka Cipta.
- Slameto. (2010). Belajar dan Faktor-fakor yang Mempengaruhi. Jakarta : Rineka Cipta.

LAMPIRAN

Informasi Tentang Penulis:

Vicky Rizky

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan; Alamat: Jalan William Iskandar Pasar V, Medan Tembung, Medan, Sumatera Utara, 20221, Indonesia.

Drs. Suryadi Damanik, M.Kes

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan; Alamat: Jalan William Iskandar Pasar V, Medan Tembung, Medan, Sumatera Utara, 20221, Indonesia.

Dr. Samsuddin Siregar, S.Pd, M.Or :

Email: samsuddinsiregar@unimed.ac.id; Orchid Id:<https://orcid.org/0000-00024557672X>; Scopus AuthorId=57211562309; Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan; Alamat: Jalan William Iskandar Pasar V, Medan Tembung, Medan, Sumatera Utara, 20221, Indonesia.