JURNAL

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENIS MEJA MELALUI LATIHAN TEKNIK *BOUNCE BET* DAN LATIHAN TEKNIK *MULTIBALL* PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 1 KARANGREJO KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN AJARAN 2016-2017

EFFORTS TO IMPROVE RESULTS TABLE TENNIS LEARNING THROUGH TRAINING BET BOUNCE MECHANICAL ENGINEERING AND PRACTICE IN CLASS IV PONG ELEMENTARY STATE 1 KARANGREJO TULUNGAGUNG DISTRICT ACADEMIC YEAR 2016-2017

Oleh:

RAHMAT RIYANTO

14.0.06.01.0012

Dibimbing oleh :

1. **Prof.Dr. Sugiono,M.M**
2. **Dr. Atrup. M.Pd.M.M**

PROGRAM PASCASARJANA

PROGRAM STUDI MAGISTER KEGURUAN OLAHRAGA

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

2016

SURAT PERNYATAAN
ARTIKEL TESIS TAHUN 2016

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap	:RAHMAT RIYANTO
NPM	:14.0.06.01.0012
Telepun/HP	:081335002101
Alamat Surel (Email)	:berkahgondronk@gmail.com
Judul Artikel	: Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tenis Meja Melalui Latihan Teknik *Bounce Bet* Dan Latihan Teknik *Multiball* Pada Siswa Kelas IV SD Negeri 1 Karangrejo Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2016-2017
Fakultas – Program Studi	: Pascasarjana-Magister Keguruan Olahraga
Nama Perguruan Tinggi	:UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI
Alamat Perguruan Tinggi	:Jl. KH. Ahmad Dahlan 76 Kota Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

a. artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
b. artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggungjawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri, Februari 2017
Pembimbing I	Pembimbing II	Penulis,
PROF.DR. SUGIONO, M.M. NIDN. 001401570	DR. ATRUP. M.PD. M.M NIDN. 0709116101	RAHMAT RIYANTO NPM. 14.0.06.01.0012

UPAYA MENINGKATKAN HASIL BELAJAR TENIS MEJA MELALUI LATIHAN TEKNIK *BOUNCE BET* DAN LATIHAN TEKNIK *MULTIBALL* PADA SISWA KELAS IV SD NEGERI 1 KARANGREJO KABUPATEN TULUNGAGUNG TAHUN AJARAN 2016-2017

RAHMAT RIYANTO
NPM.14.0.06.01.0012
Pascasarjana-Magister Keguruan Olahraga
berkahgondronk@gmail.com
Prof.Dr. Sugiono, M.M dan Dr. Atrup. M.Pd.M.M
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Rahmat Riyanto : Upaya Meningkatkan Hasil Belajar Tenis Meja Melalui Teknik Latihan *Bounce Bet* dan Latihan *Multiball* pada Siswa Kelas IV SD Negeri I Karangrejo Kabupaten Tulungagung Tahun Ajaran 2016-2017.
Tesis, Kebugaran Olahraga, Program Pascasarjana, UN PGRI Kediri, 2017.

Proses pembelajaran tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Kabupaten Tulungagung belum berjalan dengan baik, masih banyak siswa yang belum bisa melakukan teknik dasar permainan tenis meja, masih banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa dalam melakukan gerakan teknik bermain tenis meja, karena dalam proses pembelajaran bermain tenis meja pada siswa kelas IV banyak kesalahan. Rumusan masalah berdasarkan latar belakang adalah sebagai berikut : 1)Adakah pengaruh latihan teknik *bounce bet* terhadap hasil belajar tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Tahun ajaran 2016-2017 ?. 2)Adakah pengaruh latihan teknik *multiball* dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Tahun ajaran 2016-2017 3) Bagaima pengaruh latihan teknik *bounce bet* dan *multiball* dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Tahun ajaran 2016-2017 ?

Penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif karena dalam penelitian ini terdapat kencenderungan pendekatan kuantitatif. Penelitian dibuat agar peneliti mampu menjawab pertayaan penelitian dengan objektif, tepat dan sehemat mungkin. Penelitian disusun dan dilaksanakan dengan penuh perhitungan agar dapat menghasilkan petunjuk empiris yang kuat hubungannya dengan masalah penelitian.

. Sumber data penelitian ini adalah siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Tahun Pelajaran 2016 / 2017 berjumlah 34 siswa, terdiri atas 11 siswa putri dan 23 siswa putra. Teknik pengumpulan data dengan observasi, tes kemampuan, dan penelitian hasil belajar Bermain Tenis Meja. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah secara statistic deskriptif kualitatif.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa Pembelajaran melalui penerapan latihan teknik dasar dapat meningkatkan hasil belajar tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Tahun Pelajaran 2016 / 2017. Dari hasil analisis yang diperoleh terjadi peningkatan yang sangat signifikan dari pre test dan post test.

Hasil belajar tenis meja, dari hasil uji normalitas yang dilakukan pada latihan *bounce bet* diperoleh nilai 0,798 > 0,05 dan 0,424 > 0,05 sedangka latihan *multiball* 0,195 > 0,05 dan 0,307 > 0,05, Di mana nilai tersebut lebih besar dari angka batas penolakan pada taraf signifikansi 0,05.

Dari hasil uji homogenitas antar perlakuan yaitu antara latihan *bounce bet* dan *mulltiball* menunjukan nilai signifikansi 0,124 > 0,05.Dari hasil penelitian menunjukkan uji hipotesis 1 nilai signifikan 0,209 > 0,05. Dengan demikian hipotesa nol (Ho) di terima. Uji hipotesis 2 dibuktikan dari nilai signifikan 0,491 > 0,05. Hipotesis 3 dibuktikan dari nilai signifikan *bounce bet* 0,209 dan signifikansi latihan *multiball* 0,491. Dengan demikian berarti 0,491 > 0,209 yaitu latihan *multiball*

lebih berpengaruh dibandingkan dengan latihan *bounce bet* pada hasil belajar tenis meja. Kesimpulan dari hasil penelitian ini dapat mengandung pengembangan ide yang lebih luas jika dikaji pula tentang implikasi yang ditimbulkan.

Atas dasar kesimpulan yang telah diambil,bahwa peran latihan *multiball* sangatlah besar dalam penguasaan teknik latihan, maka perlu dipertimbangkan penggunaan latihan *bounce bet*,, maka perlu dipertimbangkan model latihan teknik dasar tenis meja yang berbasis meningkatkan hasil belajar, terutama sebagai latihan ketrampilan tenis meja.

Kata kunci : latihan *bounce bet* , latihan *multiball*, hasil belajar tenis meja

I. LATAR BELAKANG

Proses pembelajaran tenis meja pada siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Kabupaten Tulungagung belum berjalan dengan baik, masih banyak siswa yang belum bisa melakukan teknik dasar permainan tenis meja, masih banyak kesalahan-kesalahan yang dilakukan siswa dalam melakukan gerakan teknik bermain tenis meja, karena dalam proses pembelajaran bermain tenis meja pada siswa kelas IV banyak kesalahan.

II. METODE

Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan model korelasi deskriftif yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh teknik *bounce bet* terhadap permainan tenis meja dengan variabel bebas terdiri dari teknik *bounce bet* (X1) dan ditinjau dari jenis kelamin (X2) dan variabel terikat adalah hasil belajar siswa permainan tenis meja (Y), maka penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif kualitatif . Penelitian dibuat agar peneliti mampu menjawab pertayaan penelitian dengan objektif, tepat dan sehemat mungkin. Penelitian disusun dan dilaksanakan dengan penuh perhitungan agar dapat menghasilkan petunjuk empiris yang kuat hubungannya dengan masalah penelitian

III. HASIL DAN KESIMPULAN

1. HASIL

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh signifikan *latihan bounce bet* pada hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Kabupaten Tulungagung.
2. Ada pengaruh signifikan latihan *multiball* pada hasil belajar siswa kelas IV SD Negeri I Karangrejo Kabupaten Tulungagung.
3. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan teknik *bounce bet* dan latihan *multiball* meningkatkan hasil belajar tenis meja . Pengaruh latihan *multiball* lebih baik dari pada latihan *bounce*

bet dalam meningkatkan hasil belajar tenis meja.

2. KESIMPULAN

Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara latihan teknik *bounce bet* dan latihan *multiball* meningkatkan hasil belajar tenis meja . Pengaruh latihan *multiball* lebih baik dari pada latihan *bounce bet* dalam meningkatkan hasil belajar tenis meja.

IV. DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek.* Jakarta: Rineka Cipta.

Hadi, Sutrisno. 2000. *Statistik.* Yogyakarta : Andi Yogyakarta

Heriawan, Rusman. 2008. *Badan Pusat Statistik. S*emarang: Taman aksara jaya

http://id.wikipedia.org/w/index.php?title=Bola_voli&oldid=6347866, 02 Juli 2016, 11:33

http://volleyball-life.com/2010/03/referee-calls-explained-back-row-attack/, 04 Juli 2016, 10:22

http://www.northbayvolleyball.com/education/education.backrowplayers.htm, 04 Juli 2016, 10:18

Ismaryati. 2008. *Tes dan Pengukuran Olahraga.* Surakarta: LPP UNS dan UNS

Munasifah. 2008. *Bermain Bola Voli. S*emarang: Aneka Ilmu

Pearce, Evelyn C. 2009. *Anatomi dan Fisiologi Untuk Paramedis*. Jakarta: Gramedia

Pramono, Harry. 2011. *Pedoman Penulisan Skripsi FIK-Unnes.* Semarang : Unnes Press Priyatno, Dwi. 2010. *Paham Analisa Statistik Data dengan SPSS.* Yogyakarta : Mediakom

Poerwadarminta, WJS., 1976, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*, Jakarta, Balai Pustaka.

Radcliffe dan Farentinos, 1985, *Plyometrics Explosive Power Training*, second edition, Illionis, Human Kinetics Publisher Inc. Champaign.

Sajoto, m. 1995. *Peningkatan & Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik Dalam Olah Raga*. Semarang : Dahara Prize

Subroto, Toto. 2007. *Permainan Besar.* Jakarta : Universitas Terbuka