

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masala

Pendidikan pada dasarnya adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia serta keterampilan yang diperlukan dirinya dan masyarakat (Arikunto, 2015:35).

Pendidikan dalam arti luas mencakup seluruh proses hidup dan segenap bentuk interaksi individu dengan lingkungannya, baik secara formal, non formal maupun informal, sampai dengan suatu taraf kedewasaan tertentu, sedangkan secara terbatas, pendidikan diartikan sebagai proses interaksi belajar mengajar dalam bentuk formal yang dikenalkan sebagai pengajaran (Dewi, 2023:5).

Di dalam Diktat Filsafat Pendidikan Unimed (2016:10) pendidikan dapat diartikan sebagai suatu proses, dimana pendidikan merupakan usaha sadar dan penuh tanggung jawab dari orang dewasa dalam membimbing, memimpin, dan mengarahkan peserta didik dengan problema atau persoalan dan pertanyaan yang mungkin timbul dalam pelaksanaannya dan pendidikan juga merupakan wahana untuk membawa peserta didik mencapai tingkat perkembangan optimal sesuai dengan potensi pribadinya sehingga menjadi manusia yang sadar dan bertanggung jawab akan tugas-tugas hidupnya sebagai manusia, sesuai dengan hakiki dan ciri-ciri kemanusiannya.”

Pendidikan jasmani merupakan suatu proses seseorang sebagai individu

maupun anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan dalam rangka memperoleh kemampuan dan keterampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan, dan pembentukan watak. Penyelenggaraan pendidikan jasmani selama ini berorientasi pada suatu titik pusat yaitu guru. Kenyataan ini bisa dilihat di lapangan melalui pengamatan-pengamatan yang dilakukan oleh Peneliti. 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.

Olahraga merupakan dasar fundamental dan filosofi kehidupan yang mencerminkan dan mengkombinasikan keseimbangan antara jasmani (badan yang sehat) dan rohani (kemauan, moral dan kecerdasan) serta mengharmonikan antara kehidupan keolahragaan, kebudayaan dan pendidikan. Sehingga dengan demikian dapat diciptakan keselarasan kehidupan yang didasarkan pada kebahagiaan dan usaha yang mulia, nilai-nilai pendidikan yang baik dan penghargaan pada prinsip-prinsip etika yang baik pula. Untuk itu perlu ditingkatkan pendidikan jasmani dan olahraga di lingkungan sekolah, pengembangan olahraga prestasi, upaya masyarakat olahraga dan mengolahragakan masyarakat, upaya lebih mendorong partisipasi masyarakat dalam membina dan mengembangkan olahraga, pembibitan olahraga, pembibitan pelatih, penyediaan sarana dan prasarana, pengembangan sistem pembinaan olahraga, pemberian penghargaan bagi olahragawan yang berpartisipasi, serta pengembangan organisasi keolahragaan (Nurhasan, 2015).

Di sekolah kegiatan olahraga banyak dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler olahraga memiliki peran signifikan dalam membentuk karakter siswa, terutama di tingkat Sekolah Menengah Atas (SMA). Masa remaja merupakan fase krusial dalam perkembangan individu, di mana karakter dan nilai-nilai moral mulai terbentuk secara mendalam. Pendidikan tidak hanya berfokus pada aspek akademik, tetapi juga mencakup pengembangan aspek sosial, emosional, dan fisik. Dalam konteks ini, ekstrakurikuler olahraga menjadi wahana strategis untuk mendorong pembentukan karakter siswa melalui pengalaman belajar di luar kelas formal (Afif, 2025:51).

Ada banyak permainan olahraga yang bisa kita lakukan seperti permainan olahraga tenis meja. Olahraga tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan berdasarkan kelompok umur juga dengan perbedaan keterampilannya, kelompok pemula mempertandingkan kelompok umur di bawah 12 tahun, kelompok kadet mempertandingkan kelompok umur di bawah 15 tahun, kelompok junior mempertandingkan kelompok umur di bawah 17 tahun. Anak-anak di sekolah dasar merupakan atau termasuk ke dalam kelompok pemula yaitu, anak yang berusia di bawah 12 tahun.

Tenis Meja merupakan cabang olahraga cukup populer baik sebagai olahraga kesehatan, olahraga rekreasi, olahraga prestasi maupun sebagai olahraga pendidikan, bahkan di negara-negara tertentu tenis meja sudah menjadi cabang olahraga yang dapat dijadikan sebagai mata pencaharian atau olahraga profesional, seperti di beberapa negara Eropa misalnya Swedia dan Inggris.

Menjelaskan bahwa gerakan kaki yang baik merupakan hal penting untuk dapat melakukan teknik pukulan. Adapun cara perpindahan tempat untuk bergerak ini dapat dilakukan sambil berjalan. (Soetomo, 2014).

Berlari, atau melompat. Gerakan kaki yang baik bukan hanya sekadar untuk bergerak dengan lincah dan cepat saja, tetapi juga penempatan titik berat badan, sikap badan dan irama gerakan badan sehingga berakibat dapat dilaksanakannya permainan itu dengan sempurna.

Tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang termasuk dalam kurikulum sekolah pada mata pelajaran penjas dan tergolong pada kelompok permainan. Tennis meja masuk pada kategori permainan bola kecil. Olahraga tennis meja yang diajarkan di sekolah mempunyai tujuan agar siswa memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang olahraga tennis meja itu sendiri serta dapat mengembangkan sikap sportif, dan diharapkan mampu memberi pengaruh signifikan terhadap nilai-nilai pendidikan secara menyeluruh.

Selain masuk pada kurikulum sekolah tennis meja juga menjadi salah satu cabang Lomba di O2SN yang dimana lomba ini, lomba bergengsi yang nantinya para pemenang akan di berikan kesempatan mewakili sekolahnya untuk melanjutkan perlombaan tennis meja, mewakili, provinsi, dan seterusnya. Sehingga penting sekali bagi siswa-siswi untuk dapat bermain tennis meja, terlebih menurut hasil observasi peneliti selama magang di SMA Negeri 1 Kluet Utara peneliti melihat dan mendapatkan keterangan dari pihak sekolah bahwasanya siswa-siswa di SMA Negeri 1 Kluet Utara sangat rendah prestasinya di cabang olahraga tennis meja, bahkan belum pernah memenangkan

satu lomba pun dalam cabang tenis meja.

Oleh karena itu, untuk mewujudkan tujuan tersebut maka pembelajaran siswa terhadap gerak dasar tenis meja sangat diharapkan. (Indra. 2013: 4). Pengenalan pembelajaran harus diberikan karena dapat mengetahui apakah anak sudah cukup melakukan teknik dasar atau belum, yang dapat berpengaruh pada motivasi mengikuti pembelajaran.

Penguasaan teknik bermain suatu cabang olahraga sangatlah penting, sebab tanpa adanya keterampilan teknik bermain tersebut maka pasti akan mengalami kendala yang berarti dalam mengembangkan keterampilan yang kompleks. Oleh karena itu teknik dasar dalam permainan tenis meja seharusnya pula dikuasai peserta didik. (Larry, 2017:6) Pelatih atau guru merupakan motivator yang paling tepat, karena guru merupakan sosok pribadi yang langsung berhubungan dengan siswa dan menjadi panutan di sekolah. Motivasi kepada siswa merupakan sesuatu yang menjadikan ketertarikan pada suatu tujuan sehingga timbul suatu respon bentuk tampilan kegiatan, sehingga siswa tertarik mengikuti proses kegiatan selanjutnya. Untuk itu pendidikan jasmani yang baik hendaknya tidak meninggalkan unsur-unsur gerak dasar dari olahraga itu sendiri, sehingga perlu disisipkan pengenalan agar siswa dapat beradaptasi dengan cepat sesuai gerak dasar (Anifa Hendry : 2013).

Salah satu teknik dasar yang perlu dikuasai adalah teknik dasar *service forehand* yang diartikan sebagai salah satu teknik pukulan awal dalam permainan tenis meja yang dilakukan dengan pukulan bet dari bawah sorong ke atas dan sikap bet tertutup. Arti penting sebuah penguasaan teknik dasar terhadap

suatu cabang olahraga bagi siswa merupakan harapan seorang guru karena ini juga merupakan tuntutan kurikulum dalam upaya merealisasikan program peningkatan sumber daya manusia seutuhnya. (Larry, 2017:8).

Dalam permainan tenis meja diperlukan pukulan yang tepat ke sasaran karena faktor dari ketepatan di dalam permainan tenis meja sangatlah penting guna untuk menempatkan bola yang sulit kearah yang susah dipukul lawan saat perlombaan. Oleh karena itu, siswa perlu mendapat latihan dalam menguasai teknik-teknik latihan yang ada dari guru.

Siswa yang mengikuti latihan tenis meja membutuhkan jenis latihan yang bervariasi untuk melatih ketepatan. Salah satu tujuan disusunnya latihan yang bervariasi adalah untuk memotivasi siswa agar tidak bosan berlatih apalagi saat melakukan latihan ketepatan. Metode latihan ini (*multiball*) menekankan pada frekuensi pemukulan sehingga memungkinkan siswa untuk membiasakan diri memukul bola ke sasaran yang dituju, sehingga gerakan siswa tersebut menjadi otomatisasi.

Kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran non formal yang dilakukan oleh peserta didik di sekolah, yang umumnya dilakukan diluar jam pelajaran sekolah. Kegiatan ini berguna untuk menambah proses belajar seorang siswa untuk lebih handal melakukan sesuatu. Juga memberikan latihan yang lebih bagi siswa yang ingin giat belajar. Maka oleh karena itu, melihat dari siswa SMA 1 Kluet Utara yang belum begitu memahami dalam keterampilan bermain Tenis Meja perlu dilakukan kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan keterampilan siswa tersebut.

Berdasarkan observasi yang dilakukan peneliti Pada tanggal 22 Februari 2023, di SMA Negeri 1 Kluet Utara tentang tentang penguasaan teknik dasar Tennis meja, masih banyak ditemukan siswa yang mengalami kesulitan pada permainan tenis meja khususnya pada teknik dasar tenis meja itu sendiri , hal itu terlihat banyak siswa yang belum memahami bagaimana cara melakukan teknik dasar pukulan dengan benar, pada sikap awal, sikap perkenaan dan pada akhir pukulan.

Sebuah prestasi itu akan di dapat apabila kerja keras dari seorang pemain atau siswa dalam belajar dengan pelatih atau gurunya. Maka karena itu perlunya upaya atau inisiatif guru untuk membangkitkan serta meningkatkan prestasi seorang siswa/siswi agar prestasi bermain tenis meja di SMA 1 Kluet Utara menjadi lebih baik.

Berdasarkan Latar Belakang tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Upaya Guru Pendidikan Jasmani Meningkatkan Prestasi Siswa SMA Negeri 1 Kluet Utara dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Tenis Meja”**.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang penelitian di atas ada beberapa fokus penelitian yaitu berikut:

- 1.2.1 Upaya guru dalam membantu siswa dalam meningkatkan prestasi belajar
- 1.2.2 Upaya guru dalam meningkatkan kemampuan bermain Tenis meja.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas di rumuskan masalah penelitian Bagaimana Upaya guru Meningkatkan prestasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler tenis meja Pada Siswa SMA Negeri 1 Kluet Utara?

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui upaya guru meningkatkan prestasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler tenis meja pada siswa SMA Negeri 1 Kluet Utara.

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian Ini di harapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat secara teoristis

Sebagai sarana untuk menambah referensi dan bahan kajian dalam ilmu pengetahuan di bidang upaya peningkatan prestasi dan sebagai bahan acuan penelitian lanjut upaya guru meningkatkan prestasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler di SMA Negeri 1 Kluet Kabupaten Aceh Selatan.

1.5.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini dapat di gunakan agar mengetahui Bagaimana upaya peningkatan prestasi siswa dalam kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 1 KluetUtara, Kabupaten Aceh Selatan.

1.6 Definisi Istilah

Adapun Defenisi Istilah dari Penelitian ini adalah:

a. Prestasi Sisiwa

Prestasi belajar adalah bukti keberhasilan atau potensi maksimal yang telah dicapai oleh seseorang setelah melaksanakan usaha-usaha belajar (Winkel, dalam Hamdani, 2017: 138). Keberhasilan dalam proses belajar tersebut, lazimnya ditunjukkan dengan nilai tes atau angka nilai yang diberikan guru. Seperti yang diungkapkan oleh Rosyid (2019).

b. Kegiatan Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler atau ekskul ini adalah salah satu kegiatan atau aktivitas tambahan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang dilakukan baik di sekolah atau di luar sekolah itu dengan tujuan untuk bisa mendapatkan tambahan pengetahuan, keterampilan serta wawasan dan juga membantu di dalam membentuk karakter peserta didik itu sesuai dengan minat serta bakat tiap-tiap individu.

c. Permainan Tenis Meja

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), pengertian tenis meja adalah permainan yang menggunakan bola pingpong dan bet (berlapis karet) sebagai pemukulnya dan meja yang dirancang khusus sebagai lapangannya.