

JURNAL SKRIPSI

**PERBEDAAN PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN KOORDINASI MATA-
TANGAN TERHADAP HASIL BELAJAR PUKULAN BACKHAND TENIS
LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA SEMESTER V FKIP JPOK UNS
SURAKARTA PROGRAM STUDI PENKEPOR TAHUN 2015**



SKRIPSI

Oleh:

ARIAWAN DEWANTO WIBOWO

K5609013

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET**

SURAKARTA

JUNI 2016

PERBEDAAN PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP HASIL BELAJAR PUKULAN *BACKHAND* TENIS LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA SEMESTER V FKIP JPOK UNS SURAKARTA PROGRAM STUDI PENKEPOR TAHUN 2015

ARIAWAN DEWANTO WIBOWO

Pembimbing 1 : Drs. Bambang Widjanarko, M.Kes

Pembimbing 2 : Slamet Widodo, S.Pd., M.Or

Program studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan
Universitas Sebelas Maret
Juni 2016

Alamat : Jl. Seroja V Rt03 Rw06 Demaan Jepara

Email : ariawandewanto@gmail.com No. HP. 0822 2638 5090

ABSTRAK

Ariawan Dewanto Wibowo. “PERBEDAAN PENGARUH MODEL PEMBELAJARAN DAN KOORDINASI MATA-TANGAN TERHADAP HASIL BELAJAR PUKULAN *BACKHAND* TENIS LAPANGAN PADA MAHASISWA PUTRA SEMESTER V FKIP JPOK UNS SURAKARTA PROGRAM STUDI PENKEPOR TAHUN 2015”. Skripsi, Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sebelas Maret Surakarta, 2016

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui: (1) Perbedaan pengaruh metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015; (2) Perbedaan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan antara koordinasi mata-tangan tinggi dengan koordinasi mata-tangan rendah pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015; (3) Interaksi antara metode pembelajaran dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015.

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015 yang berjumlah 60, teknik *sampling* yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Stratified Random Sampling*, dimana pada seluruh anggota populasi dilakukan pengukuran koordinasi mata tangan, kemudian dirangking dan diambil 20 teratas dan 20 terbawah. Data yang dikumpulkan pada penelitian ini berupa data pukulan *backhand* dan data koordinasi mata tangan. Tes dan pengukuran yang digunakan untuk mengumpulkan data pukulan *backhand* adalah tes *backhand drive*, dari Hewitt yang dikutip Mulyono Biyakto Atmojo (2009: 79), sedangkan untuk mengukur koordinasi mata tangan menggunakan tes lempar tangkap bola tenis dari Ismaryati (2008: 54-55). Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah anava faktorial 2x2 dengan melalui uji persyaratan terlebih dahulu seperti uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas.

Setelah melakukan penelitian, diperoleh hasil sebagai berikut: (1) Ada perbedaan pengaruh antara metode pembelajaran jarak tetap dan jarak bertahap terhadap pencapaian hasil belajar pukulan backhand pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015, dengan $F_{hitung} = 7,57 > F_{tabel} = 4,12$; (2) Ada perbedaan pengaruh antara *koordinasi mata tangan* tinggi dan *koordinasi mata tangan* rendah terhadap pencapaian hasil belajar pukulan backhand pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015, dengan $F_{hitung} = 13,08 > F_{tabel} = 4,12$; (3) Ada interaksi antara metode pembelajaran dan *koordinasi mata tangan* terhadap pencapaian hasil belajar pukulan backhand pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015, dengan $F_{hitung} = 4,18 > F_{tabel} = 4,12$.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Ada perbedaan pengaruh antara metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015; (2) Ada perbedaan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan antara yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi dengan yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015; (3) Ada interaksi antara metode pembelajaran dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015.

Kata Kunci: **Pukulan *backhand* tenis lapangan, metode pembelajaran jarak tetap, metode pembelajaran jarak bertahap dan koordinasi mata - tangan.**

PENDAHULUAN

Tenis lapangan merupakan cabang olahraga permainan yang telah dikenal di Indonesia sejak jaman penjajahan Belanda. Seiring dengan perkembangan dan kemajuan bangsa Indonesia, permainan tenis lapangan berkembang pesat. Munculnya klub-klub tenis lapangan di berbagai daerah merupakan salah satu wujud perkembangan tenis lapangan di Indonesia.

Di perguruan tinggi, permainan tenis lapangan merupakan mata kuliah yang harus ditempuh mahasiswa FKIP JPOK UNS Surakarta Program Pendidikan Kepelatihan Olahraga (Penkepor) semester V. Dalam perkuliahan tenis lapangan di FKIP JPOK UNS Surakarta Program Penkepor semester V diajarkan teknik dasar memukul bola. Melalui pembelajaran memukul bola diharapkan para mahasiswa FKIP JPOK UNS Surakarta Program Penkepor semester V memiliki keterampilan bermain tenis lapangan. Mulyono Biyakto Atmojo (1998: 1) menyatakan, “Dalam mempelajari tenis, pertama anda harus belajar bagaimana memukul bola dengan baik dan benar”.

Memukul bola dengan baik dan benar ini merupakan salah satu prinsip dasar permainan tenis lapangan yang harus

dikuasai. Kemampuan seorang petenis melakukan pukulan dengan baik dan benar akan mendukung penampilannya dalam bermain tenis lapangan. Berdasarkan jenisnya, teknik pukulan permainan tenis lapangan dibedakan menjadi empat yaitu: *groundstroke*, *service*, *volleys*, dan *overheadstroke* atau *smash*. *Groundstroke* sendiri terdiri atas *forehand*, *backhand*, *lob*, *dropshot*, *chop* dan *half-volley*. Macam-macam teknik dasar pukulan tersebut harus dikuasai setiap pemain tenis lapangan. Untuk menguasai macam-macam teknik dasar pukulan tersebut harus dilakukan latihan secara sistematis, kontinyu dan terprogram.

Groundstroke merupakan pukulan tenis lapangan yang dilakukan setelah bola memantul dari lapangan. Ditinjau dari permainan tenis lapangan, *groundstroke* merupakan salah satu jenis pukulan tenis lapangan yang paling sering dilakukan dalam permainan tenis lapangan. Berdasarkan jenisnya *groundstroke* tenis lapangan dibedakan menjadi dua yaitu: *groundstroke forehand* dan *groundstroke backhand*.

Groundstroke backhand merupakan salah satu jenis pukulan yang diajarkan pada mahasiswa FKIP JPOK UNS Surakarta Program Penkepor semester V. *Groundstroke backhand* merupakan jenis pukulan yang dilakukan

terhadap bola-bola yang datanganya di sebelah kiri pemain, jika pemain kidal bola berada di sebelah kanan pemain. *Groundstroke backhand* merupakan jenis pukulan yang cukup sulit, jika dibandingkan dengan pukulan *forehand*. Tidak setiap pemain tenis lapangan mampu melakukan pukulan *backhand* dengan baik, apalagi bagi pemain pemula, seperti mahasiswa FKIP JPOK UNS Surakarta Program Penkepor semester V. Hanya sebagian kecil mahasiswa FKIP JPOK UNS Surakarta Program Penkepor semester V yang memiliki kemampuan pukulan *backhand* tenis lapangan terutama yang mengikuti pembinaan prestasi tenis lapangan. Berdasarkan jadwal perkuliahan tenis lapangan yang hanya dilaksanakan satu kali dalam satu minggu ternyata kurang maksimal untuk meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan. Untuk meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan yang optimal mahasiswa FKIP JPOK UNS Surakarta Program Penkepor semester V harus dilakukan pembelajaran secara berulang-ulang dan terus menerus.

Sejauh ini pelaksanaan perkuliahan tenis lapangan pada mahasiswa semester V Program Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta cukup baik. Pembelajaran yang diberikan untuk meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan

dilakukan dengan *drilling* dengan diberi umpan dan mahasiswa melakukan pukulan *backhand* secara bergantian dan berulang-ulang. Namun dari perkuliahan yang waktunya relatif singkat hasil belajar pukulan *backhand* mahasiswa semester V Program Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta belum meningkatkan secara maksimal.

Berkaitan dengan hal tersebut, maka untuk meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* mahasiswa semester V Program Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta perlu dilakukan pembelajaran di luar jam perkuliahan reguler. Pembelajaran secara sistematis, kontinyu dan terprogram merupakan langkah yang harus dilakukan untuk menguasai suatu keterampilan, bahkan untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Pembelajaran pada prinsipnya merupakan proses interaksi antara peserta didik dan pendidik dalam lingkungan belajar. Pendidik bertugas mengembangkan kreatifitas berfikir peserta didik agar dapat meningkatkan kemampuan berfikir peserta didik, memiliki tabiat dan pembentukan sikap dan keterampilan yang baik. Dalam kegiatan pembelajaran pendidik lebih menekankan pada cara-cara untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Untuk mencapai tujuan

pembelajaran yang telah ditetapkan, maka dalam kegiatan pembelajaran harus diterapkan metode pembelajaran yang tepat. Banyaknya metode latihan yang dapat digunakan untuk meningkatkan keterampilan olahraga menuntut seorang pelatih harus cermat dan tepat untuk memilih metode latihan sesuai dengan tujuan yang telah ditetapkan. Karena pukulan *backhand* tenis lapangan merupakan keterampilan yang sulit dan memiliki unsur gerakan yang kompleks, maka dapat diterapkan dengan metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap.

Metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap merupakan metode pembelajaran yang sering diterapkan untuk membelajarkan keterampilan olahraga, termasuk pukulan *backhand* tenis lapangan. Metode pembelajaran pukulan *backhand* jarak tetap yaitu, merupakan cara belajar pukulan *backhand* yang dilakukan dari *base line*. Sedangkan metode pembelajaran pukulan *backhand* dengan jarak bertahap merupakan cara belajar pukulan *backhand* tenis lapangan yang dilakukan dari dalam lapangan permainan yang secara bertahap jaraknya ditingkatkan hingga sampai pada garis belakang lapangan permainan (*base line*).

Ditinjau dari metode pembelajaran pukulan *backhand* tenis lapangan dengan jarak tetap dan bertahap belum diketahui

metode pembelajaran mana yang lebih baik pengaruhnya terhadap peningkatan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan. Namun hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan dapat meningkat secara maksimal tidak hanya dipengaruhi oleh metode pembelajaran, tetapi dipengaruhi oleh banyak faktor, di antaranya metode pembelajaran yang tepat, kemampuan kondisi fisik yang prima, penguasaan teknik pukulan *backhand* yang baik, mental, proporsi tubuh yang ideal.

Kemampuan kondisi fisik yang prima merupakan salah satu faktor yang memiliki peran penting dalam permainan tenis lapangan, termasuk untuk mendukung hasil belajar pukulan *backhand*. Kemampuan kondisi fisik merupakan salah satu faktor untuk mendukung penguasaan teknik dasar pukulan *backhand* tenis lapangan. Salah satu komponen kondisi fisik yang dapat mendukung kemampuan pukulan *backhand* tenis lapangan yaitu koordinasi mata-tangan.

Ditinjau dari permainan tenis lapangan, semua jenis pukulan tenis lapangan membutuhkan koordinasi mata-tangan. LANKOR (2007: 87) menyatakan, “Kemampuan koordinasi berguna untuk memadukan respon organ-organ tubuh dalam mengantisipasi stimulus yang

diterima, sehingga memungkinkan seseorang mengembangkan keterampilan gerakanya”. Hal ini artinya, keberadaan koordinasi mata-tangan dapat mempengaruhi hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan. Apakah benar seseorang yang memiliki koordinasi mata-tangan baik, hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan juga baik. Namun sebaliknya, apakah seseorang yang kemampuan koordinasi mata-tangannya kurang baik, hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan kurang baik. Hal ini perlu dibuktikan, karena komponen kondisi fisik yang dapat mendukung hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan tidak hanya dipengaruhi koordinasi mata-tangan, tetapi masih ada faktor kondisi fisik lainnya, seperti kekuatan, power, kelincihan, keseimbangan, rasa gerak dan lain sebagainya.

Berdasarkan permasalahan yang dikemukakan di atas menunjukkan bahwa, untuk meningkatkan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan harus diterapkan metode pembelajaran yang tepat, di antara metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap. Disisi lain, hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan dibutuhkan dukungan koordinasi mata-tangan. Untuk mengetahui pengaruh metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap serta pengaruh koordinasi mata-tangan

terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan, maka perlu dilakukan penelitian dengan judul, “Perbedaan Pengaruh Metode Pembelajaran dan Koordinasi Mata-Tangan terhadap Hasil Belajar Pukulan *Backhand* Tenis Lapangan. (Studi Eksperimen Metode Pembelajaran Jarak Tetap dan Bertahap pada Mahasiswa Putra Program Studi Penkepor Semester V FKIP JPOK UNS Surakarta Tahun 2015)”.

METODE PENELITIAN

Teknik pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini diadakan tes dan pengukuran, di antaranya adalah :

1. Pengumpulan data yang diperlukan dalam penelitian ini diadakan tes dan pengukuran. Data *passing controlling* futsal dikumpulkan melalui tes *passing controlling* futsal.
2. Pengumpulan data hasil belajar Kemampuan tes *passing controlling* futsal dengan menggunakan tes keterampilan dari Nurhasan (2001:157-158), dengan menjumlah sepakan yang sah dalam waktu 30 detik hitungan 1 diperoleh dari satu kali kegiatan menyepak/menendang bola.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji T dengan melalui uji persyaratan terlebih dahulu seperti uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas.

HASIL PENELITIAN

A. Deskripsi Data

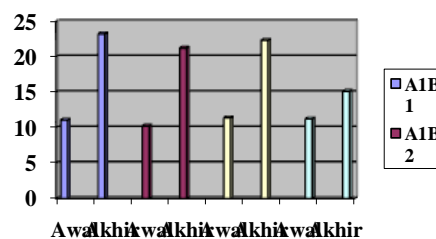
Deskripsi data hasil analisis tes awal dan tes akhir pada pencapaian hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan

pada mahasiswa putra program studi Penkepor Semester V FKIP JPOK UNS Surakarta Tahun 2015 yang dilakukan dengan metode pembelajaran jarak tetap pada kelompok A1 dan menggunakan metode pembelajaran jarak bertahap pada kelompok A2, dengan menggunakan variabel atributif motor ability tinggi pada kelompok B1 dan koordinasi mata tangan rendah pada kelompok B2, disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1 Deskripsi Data Pukulan backhand Hasil Analisis Sebelum dan Sesudah Mendapat Perlakuan

Perlakuan	Koordinasi mata tangan	Statistik	Tes Awal	Tes Akhir	Peningkatan
Jarak tetap (A1)	Tinggi (B1)	Jumlah	111	232,5	12,15
		Mean	11,1	23,25	
		SD	4,25	5,2	
	Rendah (B2)	Jumlah	102,5	212,5	11
		Mean	10,25	21,25	
		SD	4,23	3,73	
Jarak bertahap (A2)	Tinggi (B1)	Jumlah	114	223,5	10,95
		Mean	11,4	22,35	
		SD	4,4	4,48	
	Rendah (B2)	Jumlah	112,5	151,5	3,9
		Mean	11,25	15,15	
		SD	2,36	1,92	

Gambaran nilai rata-rata tes awal dan tes akhir pukulan backhand pada masing-masing kelompok dapat dibuat histogram perbandingannya sebagai berikut:



Gambar 4.1 Histogram Data Tes Awal dan Tes Akhir Masing-masing Kelompok

Kelompok perlakuan dengan metode latihan jarak tetap dan metode latihan jarak bertahap masing-masing memberikan pengaruh yang berbeda terhadap hasil belajar pukulan backhand. Pada kelompok dengan latihan menggunakan metode jarak tetap serta memiliki koordinasi mata tangan tinggi (A1B1) memiliki peningkatan 12,15, sedangkan pada kelompok dengan latihan menggunakan metode jarak tetap serta memiliki koordinasi mata tangan rendah (A1B2) memiliki peningkatan 11, sedangkan pada kelompok dengan latihan menggunakan metode jarak bertahap serta memiliki koordinasi mata tangan tinggi (A2B1) memiliki peningkatan 10,95, sedangkan pada kelompok dengan latihan menggunakan metode jarak bertahap serta memiliki koordinasi mata tangan rendah (A2B2) memiliki peningkatan 3,9.

Peningkatan paling besar terjadi pada kelompok dengan latihan menggunakan metode jarak tetap serta memiliki koordinasi mata tangan tinggi (A1B1).

B. Uji Persyaratan Analisis

Sebelum dianalisis, data perlu diuji terlebih dahulu mengenai persyaratan analisisnya. Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan yaitu dengan uji reliabilitas, uji normalitas, dan uji homogenitas.

1. Uji Reliabilitas

Untuk mengetahui tingkat keajegan hasil tes pukulan backhand, dilakukan uji reliabilitas. Hasil uji reliabilitas tes awal dan tes akhir yang dilakukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Tabel 4.2 Hasil Uji Reliabilitas Tes Awal dan Tes Akhir

Tes	Reliabilitas	Kategori
Awal	0,56	Sedang
Akhir	0,50	Sedang

Dalam mengkategorikan koefisien hasil uji reliabilitas, menggunakan tabel koefisien Guilford (1956: 145) sebagai berikut:

Tabel 4.3 Standar untuk Menginterpretasi Koefisien Reliabilitas

Koefisien	Reliabilitas
$0,8 < r \leq 1,00$	Sangat tinggi
$0,6 < r \leq 0,8$	Tinggi
$0,4 < r \leq 0,6$	Sedang
$0,2 < r \leq 0,4$	Rendah
$-1,00 \leq r \leq 0,2$	Tidak reliabel

Pada penelitian didapat bahwa nilai dari uji reliabilitas dari tes awal maupun tes akhir menunjukkan hasil yang sedang, sehingga data pada penelitian ini dapat dianalisis lebih lanjut.

2. Uji Normalitas

Sebelum dilakukan analisis data, perlu diuji distribusi kenormalannya. Uji normalitas data pada penelitian ini digunakan metode Lilliefors. Hasil uji normalitas data yang dilakukan pada tiap kelompok adalah sebagai berikut:

Tabel 4.4 Hasil Uji Normalitas

Kelompok	Tes	L_{hitung}	L_{tabel}	Kesimpulan
A1B1	Awal	0,2094	0,258	Normal
	Akhir	0,1339		Normal
A1B2	Awal	0,1396		Normal
	Akhir	0,1733		Normal
A2B1	Awal	0,2013		Normal

	Akhir	0,1987	0,258	Normal
A2B2	Awal	0,1708		Normal
	Akhir	0,1691		Normal

Hasil keseluruhan pada kelompok yang dibentuk, setelah diuji tingkat normalitas data menunjukkan bahwa keseluruhan kelompok memiliki nilai normalitas dibawah tabel, sehingga dapat disimpulkan seluruh kelompok memiliki data yang berdistribusi normal.

Kelompok	dk	1/dk	SD ²	Log SD ²	dk Log SD ²
A1B1	9	0,1111	18,06	1,2568	11,3110
A2B1	9	0,1111	19,36	1,2869	11,5821
A1B2	9	0,1111	17,89	1,2527	11,2741
A2B2	9	0,1111	5,57	0,7458	6,7124
Jumlah	36				40,8797

3. Uji Homogenitas

Uji homogenitas bertujuan untuk mengetahui kesamaan varians dari semua kelompok. Uji homogenitas dilakukan untuk membandingkan hasil tes awal pada masing-masing kelompok. Jika semua kelompok tersebut memiliki kesamaan varians, maka semua kelompok dipastikan berawal dari titik yang sama, maka apabila nantinya semua kelompok memiliki perbedaan pada tes akhir, maka perbedaan tersebut disebabkan oleh pemberian perlakuan yang berbeda pada masing-masing kelompok. Hasil uji homogenitas pada semua kelompok sebagai berikut:

Varians Gabungan dari Setiap Kelompok : 42,5682

X^2_{hitung} : 3,88796

X^2_{tabel} : 7,815

Dengan X^2_{hitung} lebih kecil dari X^2_{tabel} , maka dapat disimpulkan bahwa data tersebut homogen.

C. Hasil Analisis Data

Hasil analisis data ini dilakukan berdasarkan interpretasi analisis varians. Anava menghasilkan kesimpulan tentang perbedaan pengaruh kelompok yang dibandingkan. Hasil analisis data dapat dilihat seperti yang tercantum dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.5 Hasil Uji Homogenitas

Kelompok	N	SD	SD ²
A1B1	10	4,25	18,06
A2B1	10	4,40	19,36
A1B2	10	4,23	17,89
A2B2	10	2,36	5,57

Tabel 4.6 Hasil Analisis Varians dua Faktor

Sumber Variasi	dk	JK	MK	F_0	F_t
Antar Kolom	1	122,5	122,5	7,57	4,12
Antar Baris	1	211,6	211,6	13,08	4,12
Interaksi	1	67,6	67,6	4,18	4,12
Dalam	36	582,3	16,18		
Total	39	984			

Dapat dilihat pada tabel bahwa dari hasil analisis data semuanya menunjukkan nilai F_0 lebih besar dari F_t , yang berarti F_0 ditolak, dengan demikian terdapat perbedaan yang signifikan pada semua uji perbedaan.

D. Pengujian Hipotesis

1. Hipotesis I

Untuk tes pukulan backhand, hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan peningkatan yang signifikan antara peningkatan pukulan backhand siswa yang diberi perlakuan dengan menggunakan metode jarak tetap dan metode jarak bertahap. Perbedaan

peningkatan ini didapat dari $F_0 = 7,57$ lebih besar dari $F_t = 4,12$ pada taraf signifikansi 5%. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara metode jarak tetap dan metode jarak bertahap. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan “Ada perbedaan pengaruh antara metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015” dapat diterima.

2. Hipotesis II

Untuk tes pukulan backhand, hasil penelitian ini menunjukkan adanya perbedaan peningkatan yang signifikan antara kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan koordinasi mata tangan rendah. Perbedaan peningkatan ini didapat dari $F_0 = 13,08$ lebih besar dari $F_t = 4,12$ pada taraf signifikansi 5%. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan koordinasi mata tangan rendah. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan “Ada perbedaan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan antara pemain tenis lapangan yang memiliki

koordinasi mata-tangan tinggi dengan pemain tenis lapangan yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015” dapat diterima.

3. Hipotesis III

Untuk tes pukulan backhand, hasil penelitian ini menunjukkan adanya interaksi antara metode latihan menggunakan metode jarak tetap dan metode jarak bertahap dengan koordinasi mata tangan. Interaksi ini didapat dari $F_0 = 4,18$ lebih besar dari $F_t = 4,12$ pada taraf signifikansi 5%. Dapat disimpulkan bahwa hipotesis nol (H_0) ditolak, yang berarti terdapat interaksi yang bermakna antara metode latihan menggunakan metode jarak tetap dan metode jarak bertahap dengan koordinasi mata tangan. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan “Ada interaksi antara metode pembelajaran dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015” dapat diterima.

E. Pembahasan

Berdasarkan hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi

serta diberikan perlakuan menggunakan metode jarak tetap adalah kelompok dengan peningkatan tertinggi sebesar 12,15. Hal ini dikarenakan koordinasi mata-tangan adalah suatu integrasi antara mata sebagai pemegang fungsi utama, dan tangan sebagai pemegang fungsi yang melakukan suatu gerakan tertentu, atau dapat juga diartikan kemampuan memadukan persepsi atau pengertian yang diperoleh dalam penginterpretasian stimulus oleh beberapa kemampuan perseptual ke dalam pola gerak tertentu yang sinkron dan terintegrasi, khususnya indera mata dengan tangan. Seorang siswa yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi semestinya dapat melaksanakan pembelajaran pukulan backhand lebih baik dari siswa yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. Hal ini dikarenakan koordinasi mata tangan seseorang dapat mempunyai pengaruh yang besar terhadap pembelajaran pukulan backhand. Dalam penelitian ini, siswa yang memiliki koordinasi mata tangan yang tinggi secara mutlak lebih bagus hasil pukulan backhandnya dan memiliki kemampuan melakukan aktifitas yang lebih baik, dan peningkatannya juga yang tertinggi.

Pada kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah serta diberikan perlakuan menggunakan metode

jarak tetap adalah kelompok dengan peningkatan tertinggi kedua yakni sebesar 11 skor. Hal ini membuktikan bahwa pada penelitian ini, mereka yang diberikan pembelajaran jarak tetap mengalami peningkatan rata-rata hasil belajar pukulan backhand yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang diberikan pembelajaran jarak bertahap. Sedangkan jika dilihat dari kecocokan pembelajaran mana yang lebih cocok bagi mereka yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi, ternyata mereka yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi lebih cocok diberikan perlakuan menggunakan metode jarak tetap daripada metode jarak bertahap.

Kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi serta diberikan perlakuan metode jarak bertahap memiliki peningkatan tertinggi ketiga, yaitu 10,95. Sedangkan kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah serta diberikan perlakuan metode jarak bertahap memiliki peningkatan 3,9, peningkatan paling rendah dibandingkan dengan kelompok lain.

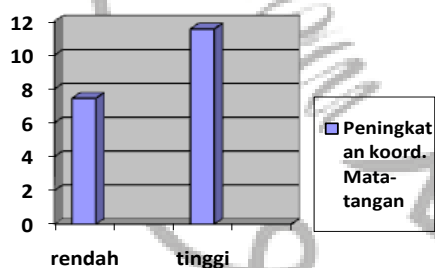
Tenis lapangan merupakan cabang olahraga yang kompleks yang menuntut keterampilan yang tinggi. Dalam pelaksanaan permainan tenis lapangan menuntut kecermatan pandangan dan keakuratan pukulan. Dalam hal ini

koordinasi mata-tangan sangat berperan penting untuk menunjang keberhasilan pukulan yang baik dan tepat dalam permainan tenis lapangan, termasuk pukulan *backhand*.

Ditinjau dari gerakan pukula *backhand* tenis lapangan terdiri dari beberapa unsur gerakan yaitu, mengantisipasi datangnya bola, mengejar bola dan menempatkan diri sesuai datangnya bola, memukul bola dengan mengayunkan raket dengan tepat dan sikap akhir yang baik. Selain itu, kemampuan mengarah pukulan *backhand* pada sasaran yang diinginkan sangat dipengaruhi oleh kemampuan koordinasi mata-tangan.

Koordinasi mata tangan dimiliki oleh setiap individu dan tiap individunya pasti berbeda-beda. Faktor ini juga sangat berpengaruh pada penguasaan keterampilan olahraga seseorang. Dengan kata lain bahwa koordinasi mata tangan yang dimiliki oleh seseorang tentu akan mempengaruhi kemampuannya dalam pukulan backhand. Pemberian perlakuan yang berbeda terhadap subyek penelitian ternyata memberikan pengaruh yang berbeda. Pada kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi, baik yang diberikan perlakuan menggunakan metode jarak tetap maupun metode jarak bertahap peningkatannya adalah 12,15 dan 10,95,

dengan demikian rata-ratanya adalah 11,55. Peningkatan tersebut lebih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah, baik yang diberikan perlakuan menggunakan metode jarak tetap maupun metode jarak bertahap peningkatannya adalah 11 dan 3,9, dengan demikian rata-ratanya adalah 7,45. Hal ini membuktikan bahwa pada penelitian ini, menunjukkan bahwa mereka yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi mengalami peningkatan rata-rata hasil belajar pukulan backhand yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. Secara sederhana dapat digambarkan pada diagram berikut:



Pemberian perlakuan yang berbeda terhadap subyek penelitian ternyata juga memberikan pengaruh yang berbeda. Pada kelompok yang diberikan perlakuan menggunakan metode jarak tetap baik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi maupun rendah

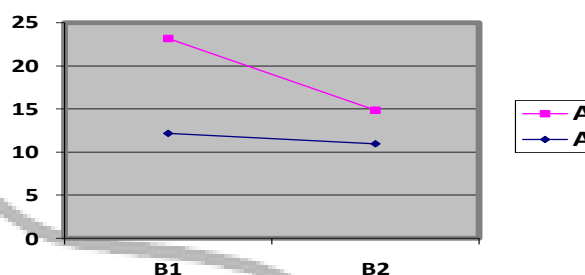
peningkatannya adalah 12,15 dan 11, dengan demikian rata-ratanya adalah 11,57. Peningkatan tersebut lebih tinggi jika dibandingkan dengan kelompok yang diberikan perlakuan menggunakan metode jarak bertahap baik yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi maupun rendah peningkatannya adalah 10,95 dan 3,9, dengan demikian rata-ratanya adalah 7,43. Hal ini membuktikan bahwa pada penelitian ini, menunjukkan bahwa mereka yang diberikan perlakuan menggunakan metode jarak tetap mengalami peningkatan rata-rata hasil belajar pukulan backhand yang lebih tinggi dibandingkan kelompok yang diberikan perlakuan menggunakan metode jarak bertahap. Secara sederhana dapat digambarkan pada diagram berikut:



Metode pembelajaran jarak tetap dan jarak bertahap merupakan suatu cara mengajar yang memiliki penekanan yang berbeda. Metode jarak tetap merupakan cara mengajar suatu keterampilan olahraga

yang dalam pelaksanaannya dilakukan dengan menggunakan jarak tetap atau jarak sesungguhnya. Sedangkan metode jarak bertahap merupakan cara mengajar yang menitik beratkan pada teknik pelaksanaan pukulan, yang dimulai dari jarak dekat kemudian meningkat secara bertahap hingga mencapai jarak sesungguhnya.

Berdasarkan karakteristik dari metode pembelajaran jarak tetap dan jarak bertahap, dimana siswa yang memiliki *koordinasi mata tangan* tinggi akan lebih mudah dalam melakukan pukulan backhand dengan pembelajaran jarak tetap, maka sebaiknya metode pembelajaran yang digunakan adalah metode pembelajaran jarak tetap, karena metode jarak tetap adalah metode yang menitik beratkan pada jarak yang tetap atau jarak yang sesungguhnya dalam olahraga tenis. Sedangkan siswa yang memiliki *koordinasi mata tangan* rendah, juga lebih cocok diberikan metode pembelajaran jarak tetap. Interaksi dari penggunaan metode pembelajaran jarak tetap dan jarak bertahap, dengan koordinasi mata tangan dapat digambarkan dengan histogram sebagai berikut:



Dari histogram diatas menunjukkan bahwa jika kedua garis dipanjangkan, maka akan terjadi perpotongan, maka benar adanya jika antara metode pembelajaran dan koordinasi mata tangan terdapat interaksi.

F. SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Simpulan

B Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh antara metode pembelajaran jarak tetap dan bertahap terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015, dengan $F_{hitung} = 7,57 > F_{tabel} = 4,12$.

2. Ada perbedaan hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan antara yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi dengan yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015, dengan $F_{hitung} = 13,08 > F_{tabel} = 4,12$.

3. Ada interaksi antara metode pembelajaran dan koordinasi mata-tangan terhadap hasil belajar pukulan *backhand* tenis lapangan pada mahasiswa putra semester V Program Studi Penkepor FKIP JPOK UNS Surakarta tahun 2015, dengan $F_{hitung} = 4,18 > F_{tabel} = 4,12$.

B. Implikasi

Implikasi yang diperoleh dari penelitian ini diantaranya:

1. Secara umum dapat dikatakan bahwa pembelajaran pukulan *backhand* menggunakan metode jarak tetap dan metode jarak bertahap serta koordinasi mata tangan merupakan variabel-variabel yang dapat mempengaruhi peningkatan hasil belajar pukulan *backhand*.
2. Penggunaan metode pembelajaran pukulan *backhand* yang dikombinasi dengan koordinasi mata tangan tinggi

memberikan peningkatan yang lebih tinggi daripada metode pembelajaran pukulan *backhand* yang dikombinasi dengan koordinasi mata tangan rendah. Berarti bahwa kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi menghasilkan peningkatan yang lebih baik, karena dalam kenyataannya, hasil pukulan *backhand* dapat meningkat lebih baik.

3. Penggunaan pembelajaran pukulan *backhand* menggunakan metode jarak tetap yang diberikan pada kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah memberikan peningkatan yang lebih tinggi daripada bentuk pembelajaran pukulan *backhand* menggunakan metode jarak bertahap yang diberikan pada kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan tinggi dan kelompok yang memiliki koordinasi mata tangan rendah. Berarti bahwa kelompok yang diberi pembelajaran menggunakan metode jarak tetap menghasilkan peningkatan yang lebih baik, karena dalam kenyataannya, hasil pukulan *backhand* dapat meningkat lebih baik.

C. Saran

Behubungan dengan simpulan yang telah diambil dan implikasi yang ditimbulkan, maka kepada para siswa, pelatih, dan khususnya peneliti selanjutnya, disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Dalam memilih jenis metode pembelajaran, khususnya untuk meningkatkan hasil belajar pukulan backhand, hendaknya memilih metode pembelajaran yang lebih baik secara teori dari hasil penelitian ini untuk meningkatkan hasil belajar pukulan backhand.
2. Dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar pukulan backhand, pelatih dapat menggunakan berbagai metode pembelajaran, diantaranya metode pembelajaran jarak tetap maupun metode pembelajaran jarak bertahap yang dimana dalam penelitian ini keduanya terbukti dapat meningkatkan hasil belajar pukulan backhand, walaupun metode pembelajaran jarak tetap lebih baik pengaruhnya dari pada metode pembelajaran jarak bertahap.

DAFTAR PUSTAKA

- Adang Suherman & Agus Mahendra. (2001). *Menuju Perkembangan Menyeluruh Menyiasati Pendidikan Jasmani di Sekolah Menengah Umum*. Jakarta. Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar Menengah Bekerjasama dengan Direktorat Jenderal Olahraga.
- Agustiyanto. (2011). *Dasar Bermain, Metodik Melatih & Metode Drill Permainan Tennis. Cara Mudah Bermain Tennis*. Sukoharjo: An-Nur Nedia.
- Andi Suhendro. (2007). *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Benny A. Pribadi. (2009). *Model Desain Sistem Pembelajaran*. Jakarta: PT. Dian Rakyat.
- Brian J. Sharkey. (2003). *Kebugaran Kesehatan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo. Persada.
- Dini Rosdiani. (2013). *Perencanaan Pembelajaran dalam Pendidikan Jasmani dan Kesehatan*. Bandung: Alfabeta.
- Dwi Hatmisari Ambarukmi. (2010). *Pelatihan Olahraga Anak Usia Dini*. Jakarta: ASDEP Pengembangan Tenaga dan Pembina Keolahragaan Deputi Bidang Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga.
- Feri Kurniawan. (2012). *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Laskar Aksara.
- Ismaryati. (2008). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Lembaga Pengembangan Pendidikan (LPP) dan UPT UNS Press.
- Jim Brown. (2001). *Tenis Tingkat Pemula*. Alih Bahasa. Dian Rusalini. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.

- LANKOR. (2007). *Teori Kepelatihan Dasar (Materi untuk Kepelatihan Tingkat Dasar)*. Jakarta: Lembaga Akreditasi Nasional Keolahragaan (LANKOR).
- M. Sobry Sutikno. (2009) *Belajar dan Pembelajaran Upaya Kreatif dalam Mewujudkan Pembelajaran yang Berhasil*. Bandung: Prospect.
- Mulyono B. (1998). *Teori dan Praktek Tennis Lapangan III*. Surakarta: JPOK FKIP UNS.
- (2000). *Teori dan Praktek Tennis Lapangan I*. Surakarta: UNS Press.
- Mulyono B. (2009). *Tes dan Pengukuran Pendidikan Jasmani Olahraga*. Surakarta: Lembaga pengembangan Pendidikan (LPP) dan UPT UNS Press.
- Nana Sudjana. (2005). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Rex Lardner. (1994). *Tenik Dasar Tennis Strategi dan Taktik yang Akurat*. Semarang: Dahara Prize.
- Rusli Lutan & Adang Suherman.(2000). *Pengukuran dan Evaluasi Penjaske*. Jakarta: Depdiknas. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setra D-III.
- Sadoso Sumosardjuno. (1994). *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga*. Jakarta: PT. Gramedia.
- Sudjana. (1994). *Metode Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyanto. (1996). *Belajar Gerak I*. Surakarta: UNS Press
- (1998). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: Depdikbud. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Peningkatan Mutu Guru Penjaskes. SD Setra D-II.
- Syaiful Sagala. (2005). *Konsep dan Makna Pembelajaran*. Bandung: CV. ALFABETA.
- Wina Sanjaya. (2006). *Pembelajaran dalam Implementasi Kurikulum Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.