

Pengaruh Gaya Mengajar Resiprokal Terhadap Gerak Dasar Pada Pukulan Forehand Push Dalam Permainan Tennis Meja Terhadap Peserta Didik Kelas X SMA Negeri 1 Tondano

^{1*} Jitro Yoga Dharma Parandangan, ² A.R.J Sengkey, ³ Yuliana Sattu

¹⁻³ Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Masyarakat Universitas Negeri Manado, Indonesia

^{1*} jitro651@gmail.com, ² agustinussengkey@unima.ac.id, ³ julianasattu@unima.ac.id

Alamat: Jl. Kampus Unima, Tonsaru, Kec. Tondano Sel., Kabupaten Minahasa, Sulawesi Utara 95618
Korespondensi email: jitro651@gmail.com

Abstract. *Reciprocal style is a teaching style where students have the opportunity to give feedback to their peers or partners. This allows students to improve their learning outcomes and increase social interaction with their peers. Table tennis games that are usually taught in schools have the aim that students can have knowledge and understanding of table tennis itself and can develop sportsmanship and actively participate in table tennis learning. The method in this research is experimental method. The population in this study were students of class X SMAN 1 Tondano which amounted to 172 students. The sample used in this study was 26 students of class X who were divided into two groups, namely the experimental group of 13 students and the control group of 13 students. The conclusion of this study is that the application of reciprocal style can have an influence on basic movements on forehand push shots in table tennis games on basic movements on forehand push shots in table tennis games for students of SMA Negeri 1 Tondano.*

Keywords : *Reciprocal, Teaching, Students, Interaction*

Abstrak : Gaya resiprokal, atau timbal balik, adalah gaya mengajar di mana siswa memiliki kesempatan untuk memberikan umpan balik kepada teman-teman atau pasangan mereka. Hal ini memungkinkan siswa untuk meningkatkan hasil belajar mereka dan meningkatkan interaksi sosial dengan rekan-rekan mereka. Permainan tenis meja yang biasanya diajarkan di sekolah mempunyai tujuan agar peserta didik dapat memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang tenis meja itu sendiri serta dapat mengembangkan sikap sportif dan berpartisipasi aktif dalam pembelajaran tenis meja. Metode dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta didik kelas X SMAN 1 Tondano yang berjumlah 172 peserta didik. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah berjumlah 26 peserta didik kelas X yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen 13 peserta didik dan kelompok kontrol 13 peserta didik. Kesimpulan penelitian ini adalah penerapan gaya mengajar resiprokal dapat memberikan pengaruh terhadap gerak dasar pada pukulan forehand push dalam permainan tenis meja terhadap gerak dasar pada pukulan forehand push dalam permainan tenis meja terhadap peserta didik SMA Negeri 1 Tondano.

Kata Kunci: Resiprokal, Mengajar, Siswa, Interaksi

1. PENDAHULUAN

Sekolah merupakan salah satu lembaga formal yang berguna untuk menyediakan sumber daya manusia yang berkualitas, karena sekolah merupakan tempat untuk melakukan kegiatan belajar mengajar untuk mempersiapkan peserta didik agar memiliki potensi dalam mengembangkan sikap, keterampilan, serta nilai ilmiah peserta. Selain itu, sekolah memiliki kemampuan untuk membentuk karakter dan kemampuan siswa melalui pendidikan.

Pendidikan pada dasarnya adalah upaya sadar dan terencana untuk menciptakan lingkungan pembelajaran dan proses pembelajaran di mana siswa secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, dan keterampilan yang diperlukan untuk diri mereka

Received: November 05, 2024; Revised: November 28, 2024; Accepted: Desember 11, 2024;

Online Available: Desember 12, 2024

sendiri, masyarakat, bangsa, dan negara. Pendidikan jasmani adalah salah satu mata pelajaran yang sangat penting untuk diajarkan kepada siswa di sekolah. (Ateng dan Ahmad :2006) menyatakan bahwa “Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan melalui berbagai kegiatan jasmani yang bertujuan meningkatkan individu secara organik, neuro muscular, intelektual dan emosional”.

Dalam kurikulum di sekolah, Pendidikan jasmani disebut sebagai Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan (PJOK). Dalam penyajian materi pada mata pelajaran PJOK, ada beberapa gaya mengajar yang dapat digunakan. Salah satu gaya mengajar yang dapat diterapkan dalam proses pembelajaran PJOK adalah gaya mengajar resiprokal. Gaya resiprokal dapat diterapkan untuk mengatasi permasalahan perbedaan karakteristik peserta didik dalam kemampuan motorik tersebut. Dalam gaya resiprokal, tanggung jawab memberikan umpan balik dari guru akan bergeser ke teman sebaya. Gaya mengajar resiprokal (timbang balik) adalah gaya yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk memberikan umpan balik kepada teman-teman mereka atau pasangan mereka sendiri.

Hal ini memungkinkan siswa untuk meningkatkan hasil belajar mereka dan meningkatkan interaksi sosial dengan rekan-rekan mereka. Gaya pembelajaran ini memberi siswa kesempatan untuk mengulangi latihan secara individual dengan pasangannya. Mereka juga menerima umpan balik langsung dan dapat memberikan umpan balik kepada teman-temannya. Dalam pendekatan resiprokal ini, kelas akan dibagi menjadi dua kelompok yang masing-masing melakukan tugas tertentu. Kelompok bertindak sebagai pelaku, kelompok lain bertindak sebagai pengamat, dan guru bertindak sebagai fasilitator. Sekarang ini siswa lebih suka guru yang memiliki gaya mengajar yang dapat membuat suasana kelas menjadi aktif daripada guru yang monoton. Ini karena gaya mengajar yang monoton dapat membuat pembelajaran menjadi sangat membosankan, terutama bagi siswa PJOK yang belajar tentang permainan tenis meja.

Permainan tenis meja adalah permainan yang kompleks dan sulit dilakukan oleh setiap orang. Peserta didik akan lebih terlatih bermain tenis meja dengan mempelajari gerakan dasar dari pukulan forehand push. Untuk itu gerak dasar sangat penting untuk dikuasai saat bermain tenis meja. Pembelajaran tenis meja dengan materi tentang gerak dasar pada pukulan forehand push ini seharusnya dapat berjalan dengan baik jika diberikan perawatan yang tepat untuk gerak dasar ini.

Akan tetapi berdasarkan hasil observasi oleh peneliti yang dilakukan di SMA Negeri 1 Tondano, saat pembelajaran Penjas khususnya pada saat materi tenis meja, peserta didik

masih ada yang sulit melakukan keterampilan teknik forehand push dalam permainan tenis meja, karena dalam proses pembelajaran masih banyak peserta didik yang merasa bosan sehingga kurang memperhatikan saat guru sedang mengajar atau memberikan contoh mengenai gerak dasar yang akan dipraktikkan. Karena pada pukulan *forehand push* ini terdapat unsur gerak dasar yang harus dilakukan dengan baik dan benar. Forehand push adalah keterampilan yang melibatkan beberapa anggota tubuh, seperti: posisi tangan, posisi badan, dan posisi kaki. Gerakan-gerakan tersebut merupakan rangkaian gerak dasar yang harus dilakukan agar dapat menguasai pukulan forehand push.

Resiprokal adalah gaya mengajar di mana siswa memiliki peran masing-masing selama proses belajar. Dalam penerapan gaya mengajar resiprokal, siswa dapat diorganisir dan dikondisikan dalam peran-peran tertentu (dibagi menjadi dua kelompok), dengan siswa yang berperan sebagai pelaku, dan siswa yang berperan sebagai pengamat. Mereka dapat memberikan contoh berdasarkan aturan guru. Menurut (Musska Mosston : 1972) “Dalam gaya mengajar resiprokal, tanggung jawab memberikan umpan balik bergeser dari guru ke teman sebaya. Pergeseran peran ini memungkinkan adanya peningkatan interaksi antara teman sebaya dan umpan balik langsung”.

Dalam gaya mengajar Resiprokal ada kartu tugas yang merupakan pedoman bagi peserta didik untuk melihat konsep gerak. Kartu tugas inilah yang menjadi pedoman bagi peserta didik untuk memberi umpan balik terhadap urutan gerak yang dilakukan oleh temannya. Gaya mengajar resiprokal juga adalah metode dimana peserta didik dan guru saling bergantian dalam peran mereka. Metode ini mengharuskan peserta didik untuk tidak hanya mendengar dalam proses pembelajaran tetapi juga aktif. Karena tujuan utama dari metode atau gaya mengajar Resiprokal adalah membuat peserta didik lebih terlibat atau aktif dalam proses pembelajaran. Metode ini berbeda dengan metode tradisional Dimana guru lebih dominan aktif pada saat jam pembelajaran dibanding peserta didik, dalam gaya mengajar Resiprokal guru berperan sebagai fasilitator ketimbang pemberi informasi.

Kelebihan Gaya Mengajar Resiprokal:

- a. Tugas-tugas yang peserta didik kerjakan sesuai dengan urutan dan petunjuk yang telah dibuat oleh guru.
- b. Meningkatkan sistematis belajar mengajar serta sistematis gerakan atau pokok bahasan dari teman.
- c. peserta didik dapat dengan mudah memahami kekurangan, kekeliruan, dan kesalahan-kesalahan yang dilakukan ataupun ketetapan gerak.

Kekurangan Gaya Mengajar Resiprokal:

- a. Sering menimbulkan emosional antar pelaku dan pengamat karena pengamat biasanya sangat berlebihan dalam menyampaikan informasi mengenai pembelajaran tersebut. Kemudian pengamat juga biasa menyampaikan dengan nada yang mengejek dan nada yang keras, serta menghakimi.
- b. Pada umumnya pelaku tidak tahan terhadap kritik dari peserta didik yang mengamati yang sehubungan dengan hasil belajar yang telah dilakukan sebelumnya. peserta didik yang berperan sebagai pelaku juga terkadang tidak mau menerima saran atau kritikan yang dilontarkan oleh peserta didik pengamat, dan hal ini dapat juga menimbulkan ketegangan dalam proses belajar-mengajar.
- c. Dalam pembelajaran sering juga pasangan ini justru memantapkan suatu prilaku mengajar yang sama, hal ini dapat disebabkan karena mereka kurang memahami cara menafsirkan Gerakan atau pokok bahasan yang terdapat pada lembar kerja.
- d. Dalam memberikan petunjuk, guru juga biasanya berlebihan dan guru juga biasa mendorong prbutan yang keliru, atau menunjuk kriteria yang luas

2. METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah berjumlah 26 peserta didik kelas X SMA Negeri 1 Tondano yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu kelompok eksperimen 13 peserta didik dan kelompok kontrol 13 peserta didik. Waktu penelitian yang dilaksanakan selama 1 bulan dengan frekuensi 3 kali pertemuan dalam 1 minggu. Rancangan penelitian yang digunakan adalah pre-test dan post-test dengan kelompok-kelompok yang diacak Teknik analisis data yang digunakan adalah pertama Uji Normalitas data dengan menggunakan Uji *Lilliefors*), kedua Uji Homogenitas varians dengan Uji Varians besar dibagi dengan varians Kecil, ketiga uji hipotesa dengan menggunakan Uji-t.

Tabel 1. Desain Penelitian

Group	<i>Pretest</i>	Perlakuan	<i>Posttest</i>
R_1	O_1	X	O_2
R_2	O_3		O_4

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dari hasil analisis data tentang Resiprokal Terhadap Gerak Dasar Pada Pukulan Forehand Push Dalam Permainan Tennis Meja kelompok eksperimen diperoleh skor rata-rata

sebesar 1.54 dengan standar deviasi 0.8771. Sedangkan kelompok kontrol diperoleh skor rata-rata sebesar 0.46 dengan standar deviasi 1.2659.

Tabel 2. Besaran Statistik Data Pre-test kedua kelompok

Kelompok Eksperimen (X_1)		Kelompok Kontrol (X_2)	
n	= 13	n	= 13
\bar{X}_1	= 1.54	\bar{X}_2	= 0.46
Sdx ₁	= 0.8771	Sdx ₂	= 1.2659
S_1^2	= 0.7692	s_2^2	= 1.6026

Dilihat dari skor rata-rata antara penerapan gaya mengajar resiprokal pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol terhadap gerak dasar pada pukulan forehand push dalam permainan tenis meja yang paling baik adalah kelompok eksperimen, yang diajar dengan gaya mengajar resiprokal yakni sebesar 1.54. Sedangkan skor rata-rata gerak dasar pada pukulan forehand push dalam permainan tenis meja pada kelompok kontrol 0.46. Hipotesa yang akan diuji dalam penelitian ini adalah gaya mengajar resiprokal dapat memberikan pengaruh terhadap peningkatan kemampuan gerak dasar pukulan forehand push dalam permainan tenis meja terhadap peserta didik SMA Negeri 1 Tondano. Maka rumus yang sesuai adalah uji t, dan rumusnya sebagai berikut:

$$t = \frac{\bar{x}_1 - \bar{x}_2}{s^2 \sqrt{\frac{1}{n_1} + \frac{1}{n_2}}}$$

$$s^2 = \frac{(n_1 - 1)s_1^2 + (n_2 - 1)s_2^2}{(n_1 + n_2 - 2)}$$

Pembahasan Hasil Penelitian

Dari hasil analisis data tentang Penerapan Gaya Mengajar Inklusi Terhadap Penguasaan Gerak Dasar Berdasarkan dari analisis data gain score atau selisih antara peningkatan kemampuan gerak dasar pukulan forehand push dalam permainan tenis meja kelompok eksperimen yang diberikan perlakuan menggunakan metode resiprokal dengan kelompok control yang tidak mendapatkan perlakuan. Maka diperoleh skor kelompok eksperimen dengan mean 1.54 dengan standar deviasi 0.8771 dan varians sebesar 0.7692, dan skor kelompok control dengan mean 0.46 dengan standar deviasi 1.2659 dan varians sebesar 1.6026. Berdasarkan skor rata-rata(mean) gain score kedua kelompok tersebut menunjukkan bahwa peningkatan kemampuan gerak dasar pukulan forehand push dalam permainan tenis meja kelompok eksperimen jauh lebih baik yaitu 1.54 dibandingkan dengan peningkatan keterampilan kelompok control yaitu 0.46 apabila dibandingkan dengan

kemampuan awal setelah data pre test maka kedua kelompok memiliki kemampuan gerak dasar pukulan forehand push dalam permainan tenis meja yang setara, ini dapat dibuktikan dengan rata-rata pre test kelompok eksperimen adalah 4.23 dan rata-rata kelompok control adalah 4.38. Dengan demikian terjadi perbedaan kemampuan gerak dasar pukulan forehand push dalam permainan tenis meja setelah diberikan perlakuan menggunakan gaya mengajar resiprokal.

Penerapan gaya mengajar resiprokal dalam pembelajaran olahraga khususnya olahraga tenis meja dapat memberikan dampak positif bagi peserta didik, karena terbukti bahwa gaya mengajar resiprokal dapat meningkatkan kemampuan peserta didik dalam melakukan keterampilan gerak dasar *forehand push*. Terlebih lagi karena gaya mengajar resiprokal adalah gaya mengajar yang memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk melakukan umpan balik kepada sesama. Jadi hal ini dapat mempermudah peserta didik untuk saling memberikan masukan satu samalain. Hasil analisis statistik dengan menggunakan uji t, maka dapat diperoleh diperoleh $t_{hitung} = 2.53$, dan berdasarkan tabel distribusi t pada $\alpha 0.05$ dengan $n_1 + n_2 - 2$ atau $13 + 13 - 2 = 24$ maka diperoleh $t_{tabel} = 2.064$. Maka dari hasil pengujian ini t_{hitung} lebih besar dari pada t_{tabel} ($2.53 > 2.064$), jadi berdasarkan kriteria pengujian apabila t_{hitung} lebih besar daripada t_{tabel} maka H_0 ditolak dan terima H_A . Dari hasil analisis tersebut maka dapat membuktikan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan dari kedua kelompok. Dimana rata-rata peningkatan kemampuan gerak dasar pukulan *forehand push* kelompok eksperimen yang di ajar dengan gaya mengajar resiprokal lebih baik daripada kelompok control yang tidak diberikan perlakuan.

4. KESIMPULAN

Dengan demikian kesimpulan dari penelitian ini adalah penerapan gaya mengajar resiprokal dapat memberikan pengaruh terhadap gerak dasar pada pukulan forehand push dalam permainan tenis meja terhadap peserta didik SMA Negeri 1 Tondano.

DAFTAR PUSTAKA

- Anwar. (2013). Kemampuan ketepatan pukulan backhand dan forehand siswa peserta ekstrakurikuler tenis meja di SDN 2 Karangasem Kecamatan Kertanegara Purbalingga.
- Ateng, Ahma. (2006). *Perspektif pendidikan jasmani dan olahraga*. Universitas Negeri Malang, Malang.
- Djajaty Lolowang, dkk. (2024). PENGARUH PENERAPAN GAYA MENGAJAR

RESIPROKAL TERHADAP GERAK DASAR PASSING BAWAH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI PADA SISWA SMA NEGERI 1 TONDANO. *Jurnal Praba: Jurnal Rumpun Kesehatan Umum*, 2(4), 311-325.

- Kertamanah, A. (2003). *Teknik dan taktik dasar permainan tenis meja*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Kurniawan, J. (2018). Pengaruh gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar servis pada permainan tenis meja siswa kelas V SD Negeri 11 Banyuasin. *Jurnal PGSD Musi*, 1(1).
- Kusnanto. (2010). *Bermain tenis meja*. Semarang: PT Aneka Ilmu.
- Margajaya. (2008). *Tenis meja*. Jakarta: Geneca Exact.
- Mosston, M., & Ashworth, S. (2008). *Teaching physical education*.
- Pamuji, R. (2013). Pengaruh gaya mengajar komando dan gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar chest pass dalam permainan bola basket. *Jurnal Pedagogik*, 1(1).
- Priyambada, G, dkk. (2016). Pengaruh gaya mengajar resiprokal dan motivasi berprestasi terhadap hasil pembelajaran senam lantai. *Journal of Physical Education and Sport*, 5(1).
- Rosdiani. (2013). Model pembelajaran langsung dalam pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan. Bandung: Alfabeta.
- Sattu Y, dkk. Pengaruh gaya mengajar resiprokal terhadap kemampuan sepak sila pada permainan sepak takraw SMP Negeri 2 Tondano. *Jurnal OLYMPUS*, 4(02), 209-213.
- Sengkey, A. R., dkk. (2021). Pengaruh gaya mengajar resiprokal terhadap hasil belajar gerak dasar dalam passing bawah bola voli pada siswa SMK Kristen 1 Tomohon. *Olympus: Jurnal Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi*, 2(01), 88-93.
- Utama, A. M. B. (2004). *Kemampuan bermain tenis meja, studi korelasi antara kelincahan dan kemampuan pukulan dengan kemampuan bermain tenis meja* (Laporan Penelitian). Yogyakarta: FIK UNY.