

IMPLEMENTASI METODE PEMBELAJARAN *RECIPROCAL* BERBANTUAN *FEEDBACK VISUAL* UNTUK MENINGKATKAN HASIL BELAJAR KETERAMPILAN PUKULAN *BACKHAND* TENIS MAHASISWA JURUSAN ILMU KEOLAHRAGAAN SEMESTER IV

I Ketut Yoda¹, I Nyoman Sudarmada², Made Kurnia Widiastuti Giri³
^{1,2,3}(Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan,
Universitas Pendidikan Ganesha)
yodaketut@gmail.com

Abstrak: penelitian tindakan kelas dengan mengimplementasikan metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan *feedback visual* untuk meningkatkan hasil belajar keterampilan pukulan *backhand* tenis mahasiswa ilmu keolahragaan semester IV ini bertujuan untuk meningkatkan aktivitas dan hasil belajar mahasiswa. Sebagai subyek dalam penelitian ini adalah mahasiswa semester IV Jurusan Ilmu Keolahragaan, yang memprogram matakuliah permainan tenis lapangan semester genap tahun akademik 2009/2010 yang berjumlah 28 orang. Sedangkan obyeknya adalah aktivitas, hasil belajar, dan tanggapan mahasiswa terhadap model pembelajaran yang diimplementasikan. Penelitian tindakan kelas ini dilaksanakan dalam dua siklus, dimana tiap siklus terdiri dari perencanaan, implementasi, observasi dan evaluasi, serta refleksi. Hasil penelitian pada siklus I menunjukkan bahwa aktivitas belajar mahasiswa tergolong cukup aktif, serta rerata hasil belajar *backhand tennis* atas sebesar 52,64, dengan ketuntasan belajar secara klasikal 35,71%, Hasil penelitian yang diperoleh pada siklus II meningkat dibandingkan dengan siklus I seperti yang ditunjukkan oleh perolehan berikut. Aktivitas belajar mahasiswa tergolong sangat aktif. Sedangkan rerata hasil belajar *backhand* tenis adalah 74,3 dengan ketuntasan belajar secara klasikal 75%, passing bawah adalah 74,82 dengan ketuntasan belajar secara klasikal 100%, Kendala utama yang dihadapi dalam penelitian ini adalah dibutuhkan kemampuan gerak yang baik dalam mengimplementasikan pendekatan pembelajaran ini. Mahasiswa menyambut dengan sangat positif model pembelajaran yang diimplementasikan.

Kata kunci: metode *reciprocal*, *feedback visual*, *backhand tennis*

PENDAHULUAN

Mata kuliah permainan tenis di Jurusan Ilmu Keolahragaan ditawarkan pada semester IV. Mata kuliah tersebut merupakan matakuliah pokok yang terdapat dalam kurikulum inti yang harus diprogram oleh mahasiswa. Penawaran matakuliah ini dimaksudkan di samping mahasiswa memiliki keterampilan dalam bermain tenis, juga diharapkan mampu mempergunakan keterampilan yang dimiliki untuk menjadi seorang pelatih tenis. Disamping itu setelah lulus

matakuliah ini mahasiswa juga diharapkan mampu menjadi seorang wasit, menyelenggarakan pertandingan tenis, serta memiliki adaptasi sosial yang baik.

Untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan maka dosen tenis berusaha merancang program dengan memilih metode pembelajaran yang sesuai dengan apa yang diharapkan oleh matakuliah tersebut. Dosen berusaha memilih metode pembelajaran yang dapat memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk dapat melakukan latihan gerak yang sebanyak-banyaknya. Metode pembelajaran yang diterapkan selama ini adalah metode *drill* yang dikombinasikan dengan memberi kesempatan bermain kepada mahasiswa. Namun demikian ternyata metode pembelajaran tersebut belum mampu meningkatkan hasil belajar keterampilan bermain tenis secara keseluruhan. Salah satu keterampilan teknik yang sulit sekali ditingkatkan adalah penguasaan teknik pukulan *backhand*. Sesuai hasil observasi melalui wawancara dengan beberapa mahasiswa yang telah mengambil matakuliah tenis, mahasiswa sangat sulit menangkap instruksi dari dosen. Mereka kebanyakan sangat lambat dalam merespon stimulus baik berupa informasi verbal maupun contoh gerakan pukulan *backhand* dari dosen. Mahasiswa cenderung melakukan gerakan-gerakan yang sangat kaku dan sangat sulit diperbaiki oleh dosen. Dari hasil evaluasi terhadap keterampilan pukulan *backhand* mahasiswa maka diperoleh data sebagai berikut. Dari 30 mahasiswa yang dites pukulan *backhand*, nilai 50 sebanyak 19 orang, nilai 60 sebanyak 7 orang, nilai 70 sebanyak 7 orang, nilai 80 sebanyak 5 orang, nilai 85 sebanyak 2 orang. Apabila dilihat dari standar penguasaan maka sebanyak 63,3% mahasiswa yang tingkat penguasaan pukulan *backhand* tergolong kurang, 23,3% tergolong cukup, 40,0% tergolong baik, dan 6,7% tergolong sangat baik. Kondisi seperti ini menunjukkan bahwa belum efektifnya proses pembelajaran permainan tenis pada Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Olahraga dan Kesehatan Undiksha Singaraja, Kondisi kualitas pembelajaran permainan tenis yang masih rendah pada Jurusan Ilmu Keolahragaan, dapat dilihat dari adanya kesenjangan antara hasil yang dicapai oleh mahasiswa, dengan target yang telah ditetapkan dalam kurikulum. Setelah berakhirnya masa perkuliahan mahasiswa hanya mampu menguasai sebagian kecil dari teknik dasar yang dibutuhkan dalam bermain tenis

Sesuai dengan apa yang dilakukan oleh dosen tersebut di atas Pendekatan pembelajaran yang digunakan oleh dosen dalam praktek pembelajaran permainan tenis selama ini cenderung tradisional. Model metode-metode yang dipergunakan cenderung berpusat pada dosen (*Teacher Centered*), di mana para mahasiswa melakukan latihan latihan keterampilan *backhand* berdasarkan perintah yang ditentukan oleh dosen. Latihan-latihan tersebut hampir tidak pernah dilakukan oleh mahasiswa karena inisiatif sendiri (*Student Centered*). Penerapan model pendekatan pembelajaran secara tradisional (berpusat pada dosen) dalam

permainan tenis, sering mengabaikan tugas-tugas ajar dan tidak sesuai dengan taraf perkembangan anak (Cholik Mutohir, 2002:18).

Pengalaman menunjukkan, untuk kebanyakan mahasiswa, pendekatan pembelajaran yang berpusat pada dosen dalam mengajarkan keterampilan teknik dasar permainan tenis kurang merangsang minat mahasiswa, atau bahkan kurang meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam bermain.

Rendahnya hasil belajar pukulan *backhand* tenis pada mahasiswa disebabkan karena rendahnya aktivitas belajar mahasiswa. Hal ini dapat dilihat dari kecenderungan mahasiswa ketika belajar hanya menunggu instruksi dosen yang diakibatkan karena dosen hanya terpaku pada satu pendekatan pembelajaran yaitu *drill*. Kurang tepatnya penerapan pendekatan pembelajaran dalam mengajar keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* tenis menyebabkan kurang merangsang minat dan motivasi mahasiswa dalam belajar, karena mereka hanya bertindak sebagai penerima instruksi dari dosen. Rendahnya motivasi mahasiswa ini berakibat pada rendahnya dinamika proses pembelajaran dan rendahnya kemampuan mahasiswa dalam memecahkan permasalahan yang terjadi pada proses belajar keterampilan gerak. Pada hal, apabila mahasiswa mampu menemukan dan memecahkan permasalahan belajar keterampilan gerak merupakan modal utama untuk lebih cepat dalam penguasaan keterampilan. Situasi yang membosankan ini semakin bertambah ketika mahasiswa harus menunggu giliran untuk melakukan latihan. Aktivitas belajar yang kurang dinamis membuat proses pembelajaran menjadi kurang bermakna, serta kurang efektif dan efisien sehingga kualitas hasil belajar keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* menjadi kurang baik.

Penguasaan keterampilan teknik dasar *backhand* merupakan faktor penting untuk dapat bermain tenis dengan baik, namun sulit untuk dipelajari, lebih-lebih untuk mahasiswa pemula. Karenanya, perlu dirancang suatu pendekatan pembelajaran yang sesuai agar mahasiswa dapat dengan mudah mempelajarinya. Peran dosen dalam upaya peningkatan keterampilan teknik dasar tenis mahasiswa, serta kemampuan secara menyeluruh baik fisik, mental maupun intelektualnya melalui pembelajaran permainan tenis sangat tergantung pada kreativitasnya dalam memberdayakan segala potensi yang ada. Kreativitas seorang dosen tersebut, tercermin dalam memilih dan menentukan pendekatan pembelajaran permainan tenis, yang dapat merangsang mahasiswa berpartisipasi secara aktif sesuai dengan potensinya. Pemilihan dan penerapan metode pembelajaran yang tepat dalam mengajarkan keterampilan pukulan *backhand*, merupakan langkah strategis dalam memecahkan permasalahan keterbatasan waktu dan fasilitas yang tersedia serta peningkatan kualitas hasil pembelajaran.

Kebutuhan akan metode yang efisien dalam pembelajaran permainan tenis dilandasi oleh beberapa alasan: pertama, efisiensi akan menghemat waktu, energi

atau biaya, kedua metode efisien akan memungkinkan para mahasiswa untuk menguasai tingkat keterampilan yang lebih tinggi (Rusli Lutan, 1988:26). Singer (1975:36), mengatakan, bahwa ada beberapa faktor yang memberikan sumbangan untuk dapat menghasilkan penampilan keterampilan gerak yang tinggi yaitu (1) proses pembelajaran, (2) siswa, dan (3) situasi belajar. Lebih lanjut dikatakan, bahwa dua di antara ketiga faktor tersebut yakni proses pembelajaran dan mahasiswa memberikan sumbangan yang sangat besar terhadap penampilan keterampilan gerak seseorang. Proses pembelajaran yang efektif dalam permainan tenis sangat tergantung pada inovasi dan kreasi dari dosen pengampu terutama di dalam menentukan dan memilih pendekatan yang tepat sesuai dengan karakteristik dan esensi dari permainan tenis.

Metode pembelajaran reciprocal adalah salah satu metode yang dipergunakan dalam belajar gerak yang memungkinkan mahasiswa saling memberikan masukan antara teman satu dengan yang lainnya sehingga mereka akan lebih leluasa berdiskusi tanpa ada rasa malu dan sungkan untuk memperbaiki kesalahan gerak yang dilakukan. Dengan adanya bantuan *feedback visual* memungkinkan mahasiswa akan dapat melihat secara langsung dan detail tentang komponen-komponen kesalahan gerak yang dilakukan sehingga mereka lebih cepat melakukan perbaikan terhadap kesalahan tersebut, di samping pembelajaran menjadi lebih menarik karena mereka menonton hasil gerakannya sendiri. *Feedback visual* diterima dari perbuatan yang dilakukan yang dapat dilihat, misalnya pada seseorang yang bermain tenis. Pada saat memukul bola ia bisa menerima *feedback* tentang pukulannya benar atau salah dengan cara melihat posisi raket yang diayun dan arah serta jatuhnya bola. Apabila ternyata arah dan jatuhnya bola sesuai dengan yang dikehendaki, maka ia memperoleh *feedback* bahwa posisi raket saat memukul sudah benar. Sebaliknya apabila arah dan jatuhnya bola tidak sesuai dengan yang dikehendaki, maka dia memperoleh umpan balik bahwa posisi raket pada saat memukul tidak benar. Oleh karena itu pada pukulan berikutnya posisi raket perlu diubah.

Feedback visual yang berhubungan dengan bentuk gerakan yang dilakukan secara langsung sangat sulit diperoleh, karena tidak mungkin seseorang melihat gerakannya sendiri secara keseluruhan saat bergerak. Dalam hal seperti ini, *feedback* bisa diperoleh melalui cara merekam gerakan yang dilakukan menggunakan alat perekam yaitu video. Rekaman gambar yang diperoleh kemudian diutar dan diperlihatkan pada mahasiswa yang melakukan gerakan tersebut. Dari rekaman gambar tersebut mahasiswa dapat memperoleh informasi apakah gerakannya benar atau salah. Untuk melengkapi *feedback visual* ini, dalam penelitian ini pembelajaran dirancang dengan menggunakan metode reciprocal. Pembelajaran dengan menggunakan metode reciprocal memungkinkan secara

langsung mahasiswa saling memberikan *feedback* verbal. Dengan demikian maka kemungkinan untuk memperbaiki kesalahan dalam melakukan gerakan pukulan backhand akan menjadi lebih cepat dan lebih baik.

Hasil penelitian Tzetzis, G. et al. (1999), pemberian *visual feedback* dalam meningkatkan keterampilan atlet dayung, Jambor (1995), memberikan *visual feedback* pada atlet renang dalam meningkatkan keterampilannya, dari kedua hasil penelitian tersebut ternyata kelompok yang diberikan visual feedback lebih meningkat dengan pesat keterampilannya dibandingkan yang menggunakan metode pelatihan tradisional.

METODE PENELITIAN

Subyek sasaran dalam kegiatan ini adalah mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan semester IV, FOK Undiksha Singaraja tahun akademik 2009/2010, berjumlah 28 orang yang memprogram mata kuliah permainan tenis. Sedangkan sebagai obyeknya adalah metode *reciprocal* berbantuan umpan balik visual, aktivitas, hasil belajar mahasiswa, dan tanggapan mahasiswa terhadap implementasi metode *reciprocal* berbantuan umpan balik visual.

Pelaksanaan kegiatan ini dirancang dalam dua siklus. Masing-masing siklus terdiri 4 kali pertemuan. Siklus pertama di fokuskan pada penguasaan pegangan raket, posisi dasar dalam melakukan pukulan *backhand*, back swing, saat raket kena bola dan gerak lanjut. Semua kegiatan tersebut dilakukan di tempat. Pada siklus kedua masih dilatih gerakan tersebut tetapi dengan tingkat kesulitan yang semakin meningkat. Masing-masing siklus terdiri dari empat tahapan yakni; tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi/evaluasi dan refleksi. Desain tahap-tahap pelaksanaannya seperti yang terlihat pada gambar berikut:



Gambar 1. Desain Kegiatan

Data mengenai aktivitas belajar mahasiswa dalam proses pembelajaran dikumpulkan melalui observasi. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data ini adalah lembar observasi yang berisi deskriptor indikator perilaku. Pengamatan aktivitas belajar mahasiswa dilaksanakan pada saat proses pembelajaran berlangsung di lapangan. Adapun indikator perilaku tersebut adalah (a) antusias dalam mengikuti proses pembelajaran, (b) interaksi antar mahasiswa

dan dosen dan interaksi antar mahasiswa sendiri, (c) kreativitas atau ketelibatan mahasiswa dalam kerjasama dengan pasangan, (d) partisipasi mahasiswa dalam mencari cara yang terbaik untuk memecahkan permasalahan gerak yang diajarkan. Data hasil belajar keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* tenis dikumpulkan melalui tes unjuk kerja, dan data tentang tanggapan mahasiswa terhadap pendekatan pembelajaran yang diimplementasikan dikumpulkan dengan angket.

Analisis ini didasarkan atas nilai rata-rata kelas dari skor tanggapan mahasiswa (P), Mi dan SDi. Analisis terhadap data aktivitas belajar mahasiswa dalam mengikuti pembelajaran dilakukan secara deskriptif. Hasil belajar mahasiswa dianalisis secara deskriptif kuantitatif berpedoman pada buku pedoman studi Undiksha Singaraja dengan penilaian acuan patokan (PAP).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Aktivitas belajar mahasiswa pada siklus I termasuk dalam kategori cukup aktif. Kondisi ini tercapai karena dalam pembelajaran yang menggunakan metode *reciprocal*, proses pembelajaran keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* tenis tidak dikomando oleh dosen tetapi mahasiswa melakukannya dengan dikontrol oleh temannya sendiri yang berperan sebagai dosen sekaligus sebagai pengamat untuk memberikan umpan balik kepada pelaku (mahasiswa yang melakukan gerakan). Umpan balik diberikan disamping berdasarkan hasil pengamatan langsung dengan membandingkan kriteria gerakan yang benar yang disediakan oleh dosen juga menggunakan rekaman video yang bisa dilihat setelah mahasiswa melakukan gerakan. Situasi pembelajaran yang memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk berperan sebagai dosen dan umpan balik visual yang memungkinkan mahasiswa untuk bisa langsung melihat kekurangan gerak yang dilakukannya memberikan peluang mahasiswa untuk mendapatkan koreksi maupun umpan balik yang tepat untuk bisa sesegera mungkin memperbaiki kesalahan. Hubungan sosial yang lebih harmonis di antara mahasiswa dengan mahasiswa lainnya dan diantara dosen dengan mahasiswa karena dalam perencanaan pembelajaran mahasiswa terlibat secara aktif sehingga metode pembelajaran ini menjadi menyenangkan bagi mahasiswa.

Di samping hal tersebut di atas dengan seluruh mahasiswa mendapat pengawasan yang baik dari teman sebayanya maka akan terjadi koreksi terhadap kesalahan gerak secara tepat serta komunikasi yang menyenangkan di antara mahasiswa karena pelaku bisa lebih leluasa mengutarakan pertanyaan-pertanyaan dari kesalahan gerak yang dilakukannya kepada temannya sendiri. Situasi seperti ini akan membuat antusiasme mahasiswa dalam mengikuti perkuliahan menjadi lebih tinggi dan memberikan peluang kepada mahasiswa dalam belajar teknik dasar pukulan *backhand* tenis menjadi lebih berhasil.

Interaksi di antara mahasiswa berlangsung dengan baik. Koreksi-koreksi yang diberikan secara langsung oleh temannya sendiri dapat merangsang kesadaran gerak mereka untuk memecahkan masalah gerak keterampilan pukulan back hand tenis. Koreksi-koreksi dari kesalahan gerak tersebut segera diberikan dan dicarikan alternatif pemecahannya kemudian diwujudkan dalam suatu gerakan yang nyata. Namun demikian, pada saat mengulang gerakan yang sama dengan tingkat kesulitan yang lebih tinggi hanya beberapa mahasiswa saja mampu melakukannya dengan baik. Beberapa mahasiswa yang lain cenderung pasif dan tidak mampu melakukannya.

Pada siklus I didapatkan rata-rata hasil belajar pukulan *backhand* tenis adalah 52,64 dengan ketuntasan belajar secara klasikal 35,71%. Hasil ini termasuk belum menggembirakan. Faktor yang diduga menjadi penyebab adalah 1) belum optimalnya pengelolaan metode pembelajaran yakni metode reciprocal berbantuan feed back visual, 2) pada fase awal ini mahasiswa masih cenderung untuk mengingat pola-pola gerakan sehingga dalam melakukan koordinasi gerak belum mampu dilakukan secara maksimal, (Fitts dan Posner dalam Damien, dkk., 1988:277-279). Pada saat pelaksanaan pembelajaran menggunakan metode reciprocal berbantuan feed back visual, waktu yang dialokasikan untuk latihan pengulangan gerakan-gerakan keterampilan sering tidak dapat terlaksana karena mahasiswa pada umumnya masih bergelut pada proses mengingat informasi gerak berupa materi pelajaran serta pola-pola gerakan keterampilan baru yang harus mereka lakukan sehingga gerakan mereka masih agal dan kaku.

Mahasiswa pada umumnya masih kesulitan melakukan gerakan posisi dasar dalam keterampilan-keterampilan teknik pukulan back hand tenis. Mereka belum mampu mewujudkan informasi gerak yang diterima baik dari dosen maupun dari temannya sendiri, sehingga koreksi dan umpan balik yang diberikan belum mampu ditanggapi dalam bentuk gerakan secara baik. Ketepatan perkenaan bola belum mampu mereka lakukan dengan baik, dan juga arah bola sebagai hasil dalam melakukan gerakan back hand tenis masih sulit untuk dikontrol. Namun demikian mahasiswa pada siklus I ini telah mampu melakukan gerakan posisi kaki dan gerakan ayunan lengan ketika perkenaan dengan bola pada saat bola datang tepat dengan posisi mahasiswa berdiri. Hasil ini menunjukkan bahwa kriteria keberhasilan yang ditetapkan sebelumnya masih belum tercapai, di mana ketuntasan belajar mahasiswa masih kurang. Dengan demikian untuk siklus I hasil belajar mahasiswa secara keseluruhan perlu ditingkatkan.

Berdasarkan hasil yang diperoleh pada siklus I, tampak bahwa tahap-tahap pembelajaran dengan metode reciprocal berbantuan *feedback visual*, belum dapat berlangsung secara optimal, terutama pada saat tingkat kesulitan keterampilan gerak ditingkatkan yaitu pada saat mahasiswa harus mencari bola berpindah dari

posisi semula ketika melakukan gerakan pukulan back hand tenis, mencari *timing* yang tepat ketika perkenaan bola dengan raket, serta penggunaan tenaga yang tepat untuk melakukan pukulan spin. Pada tahap tingkat kesulitan keterampilan gerak di mana mahasiswa harus berpindah dari posisi semula yang menuntut penyesuaian gerak yang cepat dan melibatkan unsur gerak yang lebih kompleks, hanya beberapa orang saja yang mampu melakukannya, sehingga aktivitas belajar pada saat kegiatan ini menjadi rendah. Pada saat pembelajaran, umumnya awal-awal pertemuan mahasiswa banyak menggunakan waktunya hanya untuk mengingat informasi keterampilan gerak yang diterima dari dosen. Sehingga waktu yang tersedia tidak bisa dimanfaatkan untuk melakukan latihan gerak secara berulang-ulang dan mereka belum sempat meninjau kembali beberapa keterampilan gerak yang salah atau yang belum dipahaminya. Hal ini menjadi salah satu penyebab belum optimalnya hasil belajar mahasiswa pada siklus I.

Peranan dosen dalam mengelola pembelajaran pada siklus I sudah cukup baik, namun masih sedikit mendominasi pembelajaran. Pada saat mahasiswa melakukan latihan keterampilan teknik dasar *back hand* tenis dengan metode reciprocal, dalam memecah permasalahan gerak yang dialami oleh mahasiswa sendiri, biasanya observer lebih banyak bertanya kepada dosen. Kondisi ini disebabkan karena mahasiswa belum bisa memahami materi sepenuhnya dan pasif dalam mencari solusi terbaik. Hal ini terjadi juga akibat dari pengalaman pembelajaran gerak terdahulu yang menekankan pada metode-metode sebelumnya.

Pada siklus I penggunaan waktu belum mampu dikelola secara optimal. Ketika mahasiswa melakukan latihan gerak keterampilan teknik dasar backhand tenis dengan pasangannya banyak permasalahan yang muncul, sehingga waktu yang tersedia harus digunakan untuk mendiskusikan permasalahan tersebut dan sedikit dipergunakan untuk latihan gerakan-gerakan dasar yang mendukung pelaksanaan gerakan keterampilan teknik dasar backhand tenis. Kondisi ini membuat mahasiswa belum mampu membuat kesimpulan gerak secara menyeluruh.

Berdasarkan refleksi pada siklus I, tim peneliti menyepakati untuk melanjutkan metode pendekatan pembelajaran yang telah diterapkan dengan mengadakan perbaikan terhadap kekurangan-kekurangan yang masih dijumpai. Tindakan perbaikan yang diterapkan pada siklus II ditekankan pada kekurangan-kekurangan yang ditemui pada siklus I dengan tetap mempertahankan tindakan-tindakan yang sudah baik. Tindakan perbaikan yang dipandang relevan untuk diterapkan adalah sebagai berikut. 1) Mahasiswa dilatih untuk berusaha mencari jawaban sendiri terhadap permasalahan gerak baik yang dialami sendiri maupun yang dialami temannya berdasar feedback baik dari temannya maupun dari hasil rekaman video (*feed back visual*), 2) Mahasiswa disarankan untuk melatih di

rumah keterampilan gerak teknik dasar *backhand* tenis yang diperoleh saat perkuliahan, sehingga ketika proses pembelajaran dilaksanakan dapat berlangsung dengan optimal. 3) Dosen lebih berperan sebagai fasilitator dan mediator aktif pada saat kerjasama team ketika mahasiswa berlatih keterampilan gerak teknik dasar *backhand* tenis. Hal ini dapat dilakukan dengan memotivasi mahasiswa untuk berperan aktif dalam memperbaiki kesalahan gerak baik dari diri sendiri maupun dari temannya, serta penekanan pada penguasaan konsep-konsep dasar dari keterampilan gerak teknik dasar *backhand* tenis.

Pembelajaran pada siklus II berlangsung dengan aktivitas yang tinggi, Mahasiswa sudah terbiasa mengikuti pembelajaran dengan metode *reciprocal* berbantuan *feedback* visual. Hal ini terlihat dari antusiasme mahasiswa ketika proses pembelajaran berlangsung mahasiswa tidak terlalu banyak menunggu instruksi atau penjelasan dari dosen dalam melaksanakan pembelajaran keterampilan keterampilan teknik dasar *backhand* tenis dengan metode *reciprocal* berbantuan *feedback* visual.

Skor aktivitas belajar mahasiswa meningkat dari siklus I yaitu dari kategori cukup aktif menjadi sangat aktif (dari 55,7 menjadi 75,7). Mahasiswa hadir di lapangan dengan persiapan belajar atau latihan-latihan meteri gerak keterampilan di rumah yang sebelumnya telah diberikan oleh dosen. Mahasiswa berusaha melatih meteri gerak tersebut di rumah baik dengan teman (pasangannya), maupun sendiri-sendiri (*individual*). Sehingga penerapan metode *reciprocal* berbantuan *feedback* visual yang menekankan kerjasama pasangan berlangsung lebih efisien dan efektif. Mahasiswa dalam melakukan latihan keterampilan teknik dasar *backhand* tenis berusaha melakukan kerjasama dengan baik, dengan berusaha mengarahkan bola sebaik dan setepat mungkin kepada pasangannya ketika melakukan stroke. Demikian pula ketika mereka memberikan koreksi (*feedback*), kepada pasangannya mereka lakukan dengan baik. Keseriusan dalam melakukan aktivitas pembelajaran juga dapat dilihat dari *feedback visual* yang diberikan oleh dosen. Ketika di tayangkan ulang tentang latihan yang dilakukan, mahasiswa memperhatikan tayangan tersebut dengan seksama. Mahasiswa berusaha mengamati kesalahan-kesalahan yang dilakukan dengan sebaik-baiknya. Hasil *feedback* baik dari teman pasangannya dan dari tayang video (*feedback visual*) yang diperoleh, beberapa teknik gerak yang salah diperbaiki lewat tugas gerak berikutnya. Berdasarkan *feedback* tersebut mereka juga berusaha saling memberikan masukan atau saling mengoreksi antara satu dengan yang lain, sehingga kesalahan gerak dapat diperbaiki sedini mungkin. Peran dosen sebagai fasilitator dan mediator aktif di lapangan sangat membantu terciptanya aktivitas belajar yang tinggi. Dalam hal ini dosen mengurangi perannya sebagai sumber segala informasi dengan lebih banyak memberikan kesempatan kepada mahasiswa

untuk mencari jawaban atas permasalahan gerak keterampilan teknik dasar backhand tenis yang sedang dipelajari. Hasil yang diperoleh pada siklus II, telah memenuhi kriteria keberhasilan aktivitas belajar mahasiswa yang telah ditetapkan sebelumnya.

Hasil belajar mahasiswa pada siklus II menunjukkan bahwa, rata-rata hasil tes belajar pada siklus II teknik dasar pukulan backhand tenis adalah 74,82 kategori baik, dengan ketuntasan belajar secara klasikal 100%, Hasil yang diperoleh ini meningkat dari siklus sebelumnya dan telah memenuhi kriteria keberhasilan yang ditetapkan. Peningkatan ini tidak terlepas dari implementasi metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan umpan balik (*feedback*) visual yang berlangsung secara optimal. Materi gerak yang dilatihkan pada siklus II yakni penguasaan pegangan raket, posisi dasar dalam melakukan pukulan *backhand*, back swing, saat raket kena bola dan gerak lanjut dengan tingkat kesulitan gerak yang lebih tinggi dari siklus I. Pada umumnya mahasiswa dapat dengan mudah melakukan gerakan keterampilan teknik dasar backhand tenis. Demikian juga mahasiswa dapat melakukan gerakan tersebut dengan gerakan berpindah tempat asal kondisi datangnya bola tidak terlalu ekstrim dengan koordinasi gerak yang cukup baik. Namun demikian pada umumnya mahasiswa masih sulit mengarahkan bola ketika bola yang datang cukup ekstrim atau sedikit jauh dari jangkauannya.

Metode pembelajaran *reciprocal* adalah salah satu metode yang dipergunakan dalam belajar gerak yang memungkinkan mahasiswa saling memberikan masukan antara teman satu dengan yang lainnya sehingga mereka akan lebih leluasa berdiskusi tanpa ada rasa malu dan sungkan untuk memperbaiki kesalahan gerak yang dilakukan. Dengan adanya bantuan *feedback visual* memungkinkan mahasiswa akan dapat melihat secara langsung dan detail tentang komponen-komponen kesalahan gerak yang dilakukan sehingga mereka lebih cepat melakukan perbaikan terhadap kesalahan tersebut, di samping pembelajaran menjadi lebih menarik karena mereka menonton hasil gerakannya sendiri. Hasil penelitian ini juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan Tzetzis, G. et al. (1999), pemberian *visual feedback* dalam meningkatkan keterampilan atlet dayung, Jambor (1995), memberikan *visual feedback* pada atlet renang dalam meningkatkan keterampilannya, dari kedua hasil penelitian tersebut ternyata kelompok yang diberikan visual feedback lebih meningkat dengan pesat keterampilannya dibandingkan yang menggunakan metode pelatihan tradisional.

Tanggapan mahasiswa terhadap pembelajaran dengan metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan umpan balik (*feedback*) visual yang diimplementasikan tergolong sangat positif, dengan skor rata-rata sebesar 41,2. Mahasiswa umumnya termotivasi untuk latihan keterampilan teknik dasar backhand tenis baik di kampus maupun di rumah. Hal ini disebabkan karena tanggapan positif dan situasi proses

pembelajaran yang menyenangkan akan membawa kecenderungan perilaku mahasiswa untuk mengulangi latihan-latihan, menumbuhkan kreativitas, dan inisiatif mahasiswa dalam mencari serta menemukan cara-cara terbaik untuk memecahkan permasalahan gerak pada proses belajar keterampilan teknik dasar backhand tenis. Kesungguhan, kegembiraan, dan motivasi mahasiswa yang tinggi, membuat proses pembelajaran menjadi lebih bermakna, efektif, dan efisien, sehingga hasil belajar keterampilan teknik dasar backhand tenis menjadi lebih baik dan lebih berkualitas. Secara keseluruhan mahasiswa memberikan tanggapan sangat setuju/positif terhadap beberapa pertanyaan yang diajukan. Namun demikian, kebanyakan mahasiswa menyatakan ragu-ragu atau tidak setuju terhadap pernyataan "*Keterampilan teknik dasar backhand tenis mudah saya kuasai*". Tanggapan mahasiswa yang diperoleh ini sesuai dengan kriteri keberhasilan yang ditetapkan sebelumnya.

Pada akhir penelitian semua kriteria keberhasilan yang ditetapkan telah terpenuhi. Aktivitas dan prestasi belajar mahasiswa meningkat dari siklus I ke siklus II. Pada akhir penelitian aktivitas belajar mahasiswa tergolong sangat aktif, rata-rata hasil belajar dan ketuntasan belajar mahasiswa meningkat, serta tanggapan mahasiswa terhadap pendekatan pembelajaran yang diterapkan tergolong sangat positif.

Meskipun penelitian ini dapat dikatakan berhasil, namun beberapa kendala dapat ditemukan dalam pelaksanaannya. Kendala-kendala tersebut adalah sebagai berikut. a) Bagi mahasiswa pemula yang sama sekali belum mengenal keterampilan teknik dasar backhand tenis sangat sulit untuk penerapan pendekatan pembelajaran ini. b) Penerapan metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan *feedback* visual membutuhkan kemampuan pemahaman gerak dasar yang baik bagi mahasiswa sehingga mereka yang kurang kemampuan pemahaman gerak dasarnya akan menemui kesulitan dalam mengikuti pembelajaran.

PENUTUP

Berdasarkan temuan-temuan yang diperoleh dalam penelitian tindakan kelas ini, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut: 1) implementasi metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan umpan balik (*feedback*) visual dapat meningkatkan aktivitas belajar keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* tenis mahasiswa Ilmu Keolahragaan, 2) implementasi metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan umpan balik (*feedback*) visual dapat meningkatkan hasil belajar keterampilan teknik dasar pukulan *backhand* tenis mahasiswa Ilmu Keolahragaan, 3) skor rata-rata kelas hasil belajar keterampilan teknik dasar backhand tenis mahasiswa meningkat, demikian halnya dengan ketuntasan belajar mahasiswa juga meningkat, 3) tanggapan mahasiswa Jurusan Ilmu Keolahragaan, terhadap

implementasi metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan umpan balik (*feedback*) visual tergolong sangat positif.

Sesuai dengan temuan, bahwa implementasi metode pembelajaran *reciprocal* berbantuan umpan balik (*feedback*) visual dapat meningkatkan aktivitas dan hasil belajar mahasiswa, Oleh karena pendekatan pembelajaran ini merupakan pendekatan yang bisa dirancang untuk belajar berbagai macam teknik keterampilan cabang olahraga, maka bagi dosen pengampu mata kuliah gerak lain yang memiliki prinsip keterampilan gerak sejenis dapat menerapkan pendekatan pembelajaran ini untuk mengatasi permasalahan sejenis yang dihadapi.

DAFTAR PUSTAKA

- Cholik Toho M. 2002. *Gagasan-gagasan Tentang Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Davis Damien., Tom Kimmet., Margaret Auty. 1988. *Physical Education: Theory and Practice*. Australia PTY LTD: Macmillan Company.
- Jambor, E.A. and E.M. Weekes, 1995. *Videotape feedback: make it more effective*. The Journal of Physical Education, Recreation and Dance.
- Robert N. Singer. 1975. *Motor Learning and Human Performance*. London: Collier Macmillans Publisher.
- Rusli Lutan.1988. *Belajar Keterampilan Motorik: Pengantar Teori Dan Metode*. Jakarta: Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Tzetzis, G., et al., 1999. *The effect of modeling and verbal feedback on skill learning*. Journal of Human Movement Studies.