

COACHING CLINIC TEKNIK DASAR PERMAINAN TENIS MEJA SISWA SMPIT AL-FITYAN SCHOOL KABUPATEN GOWA

^{1*}Suparman, ¹Muhammad Hasbillah, ¹Ariana Asri, ¹Haeril

¹STKIP YPUP Makassar

Jl. Andi Tonro No.17, Pa'baeng-Baeng, Kec. Tamalate, Kota Makassar, Sulawesi Selatan 90223

*e-mail: parman.nebo@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat coaching clinic teknik dasar permainan tenis meja dilaksanakan di SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa. Masalahnya adalah (1) kurangnya pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja, (2) kurangnya pengetahuan tentang peraturan dan ketentuan permainan tenis meja. Sasaran dalam pengabdian kepada masyarakat di SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa yaitu siswa ikhwan program kegiatan ekstrakurikuler permainan tenis meja. Metode yang digunakan adalah ceramah, demonstrasi, tanya jawab, praktik, evaluasi. Hasil yang dicapai adalah (1) Semua peserta yang mengikuti coaching clinic teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup dan adanya peningkatan pada keterampilan teknik dasar permainan tenis meja. (2) Semua peserta yang mengikuti coaching clinic teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup tentang peraturan dan ketentuan permainan tenis meja.

Kata kunci: *Coaching Clinic, Permainan Tenis Meja*

Abstract

Community service activities namely the coaching clinic on the basic techniques of table tennis, were held at SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa. The problems are (1) lack of knowledge and basic technical skills of table tennis, (2) lack of knowledge of the rules and regulations of table tennis. The targets in community service at SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa are ikhwan students who program extracurricular activities for table tennis. The method used is lecture, demonstration, question and answer, practice, evaluation. The results achieved were (1) All participants who took part in the coaching clinic of the basic table tennis game techniques had sufficient knowledge and an increase in the basic technical skills of the table tennis game. (2) All participants who take part in the coaching clinic on the basic techniques of table tennis have sufficient knowledge of the rules and regulations of the table tennis game.

Keywords: *Coaching Clinic, Table Tennis Game*

Cara Menulis Sitasi: Suparman, Hasbillah M, Asri A, & Haeril. (2022). *Coaching Clinic Teknik Dasar Permainan Tenis Meja Siswa SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa. JSCSE, 1 (1), 57-62*

1. PENDAHULUAN

Sebagaimana dijelaskan di dalam undang-undang RI No. 3 Tahun 2005 Pasal 1 ayat 13 tentang sistem keolahragaan nasional menjelaskan bahwa, Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang ditujukan kepada peningkatan kesehatan jasmani dan rohani masyarakat, pemupukan watak, disiplin dan sportivitas serta pengembangan prestasi olahraga yang

dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional serta dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia dalam dunia internasional.

SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa menerapkan pendidikan integral yang berorientasi pada akhlak mulia yakni cerdas spritual sebagai kunci utama yang perlu dimiliki oleh setiap manusia agar bisa memiliki karakter yang baik. Selain itu, kami melaksanakan kegiatan belajar mengajar yang dapat mengembangkan bakat pribadi yang inovatif, kreatif, mandiri, dan memiliki jiwa kepemimpinan serta peduli terhadap sesama agar peserta didik memiliki kecerdasan sosial dengan berbagai macam kegiatan yang telah direncanakan sebelumnya.

SMPIT Al-Fitya School Kabupaten Gowa beralamat di jl. Pallantikang I, Tombolo, Kec.Somba Opu, Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan. Memiliki visi yaitu membangun generasi Islam berbekal ilmu pengetahuan dan mampu menghadapi tantangan zaman dan Misinya adalah menyiapkan lingkungan pendidikan yang baik dan terintegrasi bagi peserta didik melalui pengelolaan pendidikan yang unggul dan kompetensi para pendidik yang sesuai dengan standar mutu pendidikan, untuk mewujudkan misi membangun manusia/peserta didik. Tujuan adalah Aqidah yang bersih (Salimul ‘Aqidah), Ibadah yang benar (Shahihul ‘Ibadah), Pribadi yang matang (Matinul Khuluq), mandiri (Qadirun ‘Alal Kasbi), cerdas dan berpengetahuan (Mutsaqqaful Fikri), sehat dan kuat (Qawiyul Jismi), bersungguh-sungguh dan disiplin (Mujahidun Linafsihi), tertib dan cermat (Munazhzhomun Fi Syu’unihi), efisien mengatur waktu (Harisun ‘Ala Waqtihi), berguna bagi yang lain (Nafi’un Lighoirihi). Saat ini jumlah guru dan staf sebanyak 41, siswa ikhwan 217, siswa akhwat 213, rombongan belajar 14, alumni 785, dan status akreditasi A.

Salah satu cabang olahraga yang telah mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia adalah cabang olahraga permainan tenis meja. Cabang olahraga ini merupakan cabang olahraga yang telah memasyarakat terbukti cabang olahraga ini sering dipertandingkan dalam Porseni, Porak/Porkot, Porwil, Porda, Pomnas, PON, Sea-Games, Asian Games dan Olimpiade. Di SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa permainan tenis meja merupakan salah satu cabang olahraga yang dibina sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan yang pernah diikuti oleh siswa SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa pada cabang olahraga permainan tenis meja yaitu mengikuti kejuaraan tenis meja “Gurita Cup I 2019” pada bulan oktober 2019 se Sulawesi Selatan yang diadakan oleh SMKN 5 Makassar dan kejuaraan tenis meja “Bupati Gowa Cup I”.

Salah satu permasalahan yang dihadapi siswa SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa untuk meningkatkan prestasi tenis meja yaitu (1) kurangnya pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja, (2) kurangnya pengetahuan tentang peraturan dan ketentuan permainan tenis meja, sehingga didalam pelatihan siswa membutuhkan waktu untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja. Untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja maka perlu dilakukan “*coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja”. Kegiatan ini diharapkan akan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja sehingga siswa SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa dapat meningkatkan prestasi tenis meja pada kejuaraan yang diadakan di Kabupaten Gowa, Sulawesi selatan, dan kejuaraan lainnya. Diharapkan nantinya dapat meningkatkan prestasi atlet tenis meja Sulawesi Selatan.

Berdasarkan uraian diatas, maka dapat disimpulkan bahwa kekurangan-kekurangan dalam melakukan permainan tenis meja siswa SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa dapat teratasi dengan memberikan *coaching clinic* secara sistematis.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja di laksanakan pada tanggal 27 September 2021 selama 1 bulan di SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa Pallantikang I, Tombolo, Kec.Somba Opu, Kabupaten Gowa, Sulawesi Selatan. Jumlah peserta mitra yang terdaftar ikut pengabdian kepada masyarakat adalah 19 siswa ikhwan. Khalayak sasaran dalam pengabdian kepada masyarakat di SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa yaitu siswa ikhwan program kegiatan ekstrakurikuler permainan tenis meja.

Metode yang digunakan adalah ceramah, demonstrasi, tanya jawab, praktik, evaluasi. Pelaksanaan *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja dalam menerapkan praktik secara

langsung dengan menggunakan latihan multiball dalam rangka meningkatkan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja. Tahapan pelaksanaan dijelaskan sebagai berikut :

1. Penyampaian materi

Tahapan ini dilaksanakan dengan cara mengumpulkan mitra, memberikan penjelasan mengenai materi kegiatan, berbagi pengetahuan dan informasi terkait dengan *coaching clinic* permainan tenis meja. Melalui kegiatan *coaching clinic* secara teratur, selain memberikan penjelasan, disertai dengan tanya jawab antara tim pelaksana kegiatan dengan mitra. Sesi tanya jawab dilakukan melalui dialog dengan memberikan kesempatan kepada siswa yang ingin bertanya atau berbagi pengalaman dan berusaha mencari solusi yang tepat dan inovatif atas permasalahan terkait dengan materi yang dibahas.

2. Praktik

Tahapan ini dilaksanakan dalam bentuk pelatihan dan praktik langsung dengan berbagai tahapan dalam *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja. Kegiatan pelatihan dimulai dengan mempersiapkan peralatan, kemudian dilanjutkan dengan praktik proses *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja. Tahapan praktik secara langsung:

a. Latihan pemanasan/peregangan

Pemanasan dan peregangan berhubungan dengan proses pemanjangan otot. Latihan pemanasan/peregangan dapat dilakukan dengan cara statis maupun dinamis dalam berbagai macam variasi tergantung dari tujuan yang hendak dicapai.

b. Latihan inti

Latihan teknik memegang bet, latihan teknik posisi dasar berdiri dan sikap dasar, latihan teknik pukulan servis dengan menggunakan latihan multiball, latihan teknik pukulan *forehand drive* dan *backhand drive* dengan menggunakan latihan multiball, latihan teknik pukulan *forehand push* dan *backhand push* dengan menggunakan latihan multiball, latihan teknik pukulan *forehand cop* dan *backhand cop* dengan menggunakan latihan multiball

c. Pendinginan

Pendinginan dimaksudkan untuk melemaskan otot-otot yang tegang setelah melakukan kegiatan latihan inti, disamping itu dalam kegiatan pendinginan dilakukan koreksi secara umum apa yang telah dihasilkan dari kegiatan latihan inti.

Indikator yang dapat dicapai dalam pelaksanaan pengabdian masyarakat dalam bentuk “*Coaching Clinic* Teknik Dasar Permainan Tenis Meja SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa” adalah sebagai berikut: (1) peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan teknik memegang bat dengan benar, (2) peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan teknik posisi dasar berdiri dan sikap dasar, (3) peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan teknik servis dengan benar, (4) peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan pukulan *forehand drive* dan *backhand drive*, (5) peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan pukulan *forehand push* dan *backhand push*, (6) peserta diharapkan dapat mengetahui dan melakukan pukulan *forehand cop* dan *backhand cop*, (7) peserta diharapkan dapat mengetahui peraturan dan ketentuan permainan tenis meja.

Metode evaluasi *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja yaitu dengan cara evaluasi pengetahuan dan evaluasi praktik pada saat kegiatan ekstrakurikuler tenis meja di SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa selama 1 bulan. Maka dilakukan evaluasi untuk mengetahui peningkatan pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja peserta sebagai berikut: (1) evaluasi pengetahuan, evaluasi ini dilakukan dengan tanya jawab tentang *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja menggunakan latihan multiball, (2) evaluasi keterampilan, evaluasi ini dilakukan dengan praktik teknik memegang bet, posisi dasar berdiri dan sikap dasar, teknik pukulan servis, teknik pukulan drive, teknik pukulan push, teknik pukulan cop dengan menggunakan latihan multiball. Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan peserta *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja sesuai dengan tujuan yang diinginkan dalam pengabdian kepada masyarakat ini.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Coaching clinic teknik dasar permainan tenis meja di laksanakan SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa diikuti oleh siswa ikhwan program kegiatan ekstrakurikuler. Implementasi

pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat meliputi tahapan pemberian materi, tanya jawab, demonstrasi, praktik, dan evaluasi pengetahuan dan keterampilan. Menunjukkan bahwa apa yang diajukan pada rumusan masalah dapat terpecahkan dengan baik dan terarah. Dari hasil kegiatan pelaksanaan pengabdian masyarakat mendapatkan suatu jawaban bahwa untuk menerapkan teknik dasar permainan tenis meja melalui latihan multiball tidak terlalu sulit dan berjalan dengan lancar sesuai yang kami harapkan. Kesempatan ini tidaklah disia-siakan dengan semangat yang kuat dan antusias, menjadikan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat terlaksana dengan baik dan manfaatnya dirasakan langsung oleh siswa ikhwan program kegiatan ekstrakurikuler permainan tenis meja.

Keberhasilan yang dicapai dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja dilaksanakan SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa sebagai berikut:

1. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup tentang teknik memegang bet dengan benar



Gambar 1. Pelaksanaan teknik memegang bet

2. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup dan keterampilan teknik posisi dasar berdiri dan sikap dasar dengan benar



Gambar 2. Pelaksanaan teknik posisi dasar berdiri dan sikap dasar

3. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup dan adanya peningkatan pada keterampilan teknik pukulan servis



Gambar 3. Pelaksanaan teknik pukulan servis dengan menggunakan latihan multiball

4. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup dan adanya peningkatan pada keterampilan teknik pukulan *forehand drive* dan *backhand drive*



Gambar 4. Pelaksanaan teknik pukulan *drive* dengan menggunakan latihan multiball

5. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup dan adanya peningkatan pada keterampilan teknik pukulan *forehand push* dan *backhand push*



Gambar 5. Pelaksanaan teknik pukulan *push* dengan menggunakan latihan multiball

6. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup dan adanya peningkatan pada keterampilan teknik pukulan *forehand cop* dan *backhand cop*



Gambar 6. Pelaksanaan teknik pukulan *cop* dengan menggunakan latihan multiball

7. Semua peserta yang mengikuti *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja memiliki pengetahuan yang cukup tentang peraturan dan ketentuan permainan tenis meja

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa: (1) kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja pada siswa ikwan yang program ekstrakurikuler permainan tenis meja di

SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa sebagai upaya meningkatkan pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja; (2) metode pelaksanaan *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja dengan menggunakan latihan multiball berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan teknik dasar permainan tenis meja; (3) semua peserta memiliki pengetahuan yang cukup tentang peraturan dan ketentuan permainan tenis meja.

Saran penulis, kiranya kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang serupa perlu dilakukan di club tenis meja yang masih kategori pemula atau junior. Dengan selesainya kegiatan pengabdian kepada masyarakat, kami ucapkan rasa terima kasih kepada Kepala Sekolah SMPIT Al-Fityan School Kabupaten Gowa telah memberikan kami izin untuk bersedia bermitra dengan kami dan siswa peserta *coaching clinic* teknik dasar permainan tenis meja yang telah bekerjasama dengan baik. Demikian pula saya ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah membantu selama pelaksanaan sampai kegiatan ini selesai.

DAFTAR PUSTAKA

- Kebudayaan, K. P. (2014). Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan. Jakarta: Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan.
- Kertamanah, A. (2015). *Teknik dan Taktik Permainan Tenis Meja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Sukamto, A. & Hakim, H. (2020) PKM Penerapan Metode Latihan Multiball pada Permainan Tenis Lapangan Bagi Mahasiswa FIK UNM Makassar. UNM 143-147 <https://123dok.com/document/zgdxr2nz-penerapan-metode-latihan-multiball-permainan-lapangan-mahasiswa-makassar.html>
- Wahyudin & Mutmainnah. (2020) PKM Coaching Clinic Tenis Meja pada Siswa SDIT Ikhtiar Makassar. UNM 669-675 <https://ojs.unm.ac.id/semnaslpm/article/viewFile/16078/9317>