

Pengenalan Olahraga Tenis Lapangan Pada Anak Sekolah Dasar

Rices Jatra¹, Febrina dafit², Chandra Wijaya³, Yeni⁴

Universitas Islam Riau^{1,2,3,4}

ricesjatra@edu.uir.ac.id, febrinadafit@edu.uir.ac.id, candrawijaya@student.uir.ac.id,
yeniyesi@student.uir.ac.id

ABSTRAK

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memberikan pengenalan olahraga tenis lapangan pada siswa sekolah dasar. Melalui pengenalan ini peserta didik tahu dengan cabang olahraga tenis lapangan sehingga dapat memberi pengalaman pada peserta didik untuk memiliki cabang olahraga yang diminati apalagi cabang olahraga tenis yang dulunya dikatakan olahraga orang kaya berbeda dengan saat ini dimana hamper disetiap kecamatan ada lapangan tenis dan jarang kita temui anak-anak yang bermain tenis. Kegiatan pengabdian masyarakat di SD Muhammadiyah 020 Kecamatan Kuok Kabupaten Kampar yang berjumlah 25 orang. Materi dalam kegiatan ini tentang pembekalan ilmu dengan kegiatan pelatihan dan pendampingan bermain tenis dengan aturan permainan tenis yang sesuai standar Pelti dan ITF serta gambaran kedepannya kalau kita memiliki skill bisa bermain tenis.

Kata Kunci : Pengenalan, Permainan tenis lapangan

ABSTRACT

This community service activity aims to provide an introduction to the sport of tennis for elementary school students. Through this introduction, students know about the sport of field tennis so that they can give students experience to have a sport that they are interested in, especially tennis, which used to be said to be a sport for the rich, which is different from today where almost every sub-district has a tennis court and we rarely find it. children playing tennis. Community service activities at SD Muhammadiyah 020, Kuok District, Kampar Regency, totaling 25 people. The material in this activity is about providing knowledge with training and mentoring activities to play tennis with tennis game rules that are in accordance with Pelti and ITF standards and a picture of the future if we have the skills to be able to play tennis

Keyword : Introduction, tennis game

Received September 2022* Accepted September 2022* Publish Oktober 2022, Volume 4 Nomor 1



DOI : <https://doi.org/10.25299/ceej.2019>.

PENDAHULUAN

Olahraga memberikan manfaat berupa menguatkan dan menyehatkan tubuh (Retno Herfinanda, 2019). Olahraga merupakan kegiatan yang dibutuhkan setiap orang. Latihan memberi orang kinerja fisik, mental dan kerja dan memungkinkan mereka untuk menjadi lebih produktif di tempat kerja. (Jatra & Fernando, 2019). Salah satu cabang olahraga yang digemari masyarakat adalah tenis lapangan. Tenis adalah salah satu olahraga paling populer di seluruh dunia yang membutuhkan kemampuan dasar tertentu, seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan, dan keterampilan. Saat ini, bahwa kebutuhan akan aktivitas fisik sangat penting, banyak orang menganggap tenis sebagai media yang sangat baik untuk tetap aktif, sehat, dan bahagia. Ini juga merupakan cara yang bagus untuk bertemu orang baru dalam lingkungan sosial yang menyenangkan, tetapi juga merupakan olahraga yang dapat dimainkan seumur hidup, terlepas dari usia seseorang (Rink, 1997). Tenis lapangan adalah olahraga permainan yang dilakukan dengan satu lawan satu ataupun dua lawan dua bahkan dimasa tua ada juga yang bermain empat lawan empat ataupun tiga lawan tiga.

Pengembangan hasil olahraga anak usia dini dapat dilakukan secara sistematis melalui pendidikan olahraga di sekolah bekerjasama dengan badan induk olahraga masing-masing. Oleh karena itu, sudah sepatutnya para pemain tunas benih sejak dini (anak-anak). Oleh karena itu, kelompok yang cocok digunakan sebagai sasaran pengajaran adalah siswa SD hingga SMP dengan usia rata-rata 6 sampai 14 tahun (Saputri, 2013). Kelompok sekolah dasar merupakan masa keemasan yang baik untuk membangun fondasi keterampilan motorik. Masa puncak siswa sekolah dasar dapat dibagi menjadi (1) kelas bawah (kelas 1, 2, dan 3), yang merupakan usia kompetitif, dan (2) usia di mana kemampuan atletik berkembang, mewakili kelompok kelas lanjut (4, 5, dan 6). Oleh karena itu, proses pembinaan keterampilan motorik harus dimulai sejak usia dini (Hariono, 2005). Salah satu cara juga dengan kegiatan permainan.

Melalui permainan, anak-anak belajar untuk menentukan sendiri berbagai masalah taktis atau tahapan permainan dan menemukan solusi untuk masalah ini dengan membuat keputusan dan menerapkan gerakan dan keterampilan yang paling sesuai. Tingkat kerumitan permainan (misalnya, strategi) dapat membantu pelatih/guru olahraga memilih tingkat kerumitan permainan tergantung pada tingkat pemain. Semua pemain dapat berpartisipasi dan menikmati permainan bahkan yang telah diadaptasi selama modifikasi masih memungkinkan untuk berlangsungnya permainan yang bermakna (Prensky, 2003). Untuk mencapai hal ini, permainan tersebut harus mencakup sejumlah keterampilan dan kemampuan, aturan, dan pemain yang cukup (Pothuizen, 2008). (Kirk & MacPhail, 2002) menyatakan bahwa keterampilan dapat dipelajari saat bermain game dengan "kesadaran batin pemain, makna permainan, pemikiran strategis, pengenalan poin dasar, pilihan teknik, dan pengembangan keterampilan / kemampuan, sebagai pengelompokan strategi dan teknik, serta kinerja saat tertentu sebagai pertimbangan untuk berpartisipasi dalam permainan".

Kesulitan utama dalam belajar tenis adalah pukulan yang terlalu cepat untuk kemampuan dasar pemain pemula. Pemula sering merasa sulit untuk mengontrol bola, yang memiliki konsekuensi langsung pada kemampuan rally mereka (Zetou et al., 2014). Selain itu, beberapa pelatih tenis menggunakan metode yang terlalu sulit atau tidak pantas untuk anak-anak dan bukannya menarik, mereka malah mengecilkan hati mereka. Hal ini, tidak hanya mengurangi daya tarik permainan tetapi sering kali pelajar mendapati diri mereka hanya berdiri dan menunggu alih-alih bermain, sebuah faktor yang menyebabkan hilangnya minat mereka lebih lanjut. Pemula biasanya hanya ingin belajar cara memainkan permainan, daripada belajar melakukan teknik yang sulit atau rumit. Untuk semua alasan di atas, pelatih tenis ditantang untuk mengadopsi praktik pengajaran baru untuk menarik anak-anak bermain tenis. Federasi Tenis Internasional telah mengusulkan sebuah program (kampanye di seluruh dunia), yang disebut Play and Stay. Hal ini diarahkan untuk pelatih dan menyajikan mereka dengan prosedur pembelajaran yang lebih sederhana yang memodifikasi olahraga dengan kebutuhan pemain pemula (ITF Junior Committee, 2018). Melalui permainan, para pemain didorong untuk menemukan dan mempelajari sendiri keterampilan

dan kemampuan olahraga. Berdasarkan pengetahuan mereka sebelumnya dan pengalaman yang mereka peroleh dari latihan, pemain menjadi mampu membangun pengetahuan baru tentang olahraga (Griffin & Placek, 2016). Filosofi dari program Play and Stay adalah membuat pemain bermain tenis lebih cepat lebih baik. Tujuan utama pelatih adalah mengajarkan keterampilan motorik dasar melalui permainan tenis, sehingga pemain dapat melakukan servis, reli, dan skor sesegera mungkin. Selama sesi pelatihan, bola yang lebih lambat (merah, oranye, dan hijau) harus digunakan, sedangkan lapangan raket dengan ukuran berbeda harus digunakan khusus untuk pelajar anak-anak. Mengadaptasi permainan memungkinkan para pemain untuk melatih berbagai keterampilan dan membuat keputusan dalam kondisi permainan yang sebenarnya. Pelatih/guru olahraga memberikan penekanan pada pelaksanaan keterampilan yang diperlukan, menciptakan situasi pembelajaran aktif bagi para pemain (Darling-Hammond, 1997).

Self-efficacy adalah harapan atlet bahwa mereka bisa sukses, adalah keyakinan/keyakinan pada diri sendiri dan kemampuan mereka dalam tugas tertentu. (Bandura, 1977) menggunakan istilah "kemanjuran diri" untuk menggambarkan keyakinan seseorang harus berhasil melaksanakan perilaku (misalnya, kinerja olahraga) yang diperlukan untuk menghasilkan hasil tertentu (misalnya, skor kinerja) dan, dengan demikian, dapat dipertimbangkan sebagai kepercayaan diri spesifik situasional. Self-efficacy dipengaruhi oleh empat sumber informasi: pengalaman penguasaan, pengalaman perwakilan, persuasi verbal dan afektif atau kondisi psikologis. Pengalaman penguasaan disarankan untuk memberikan peningkatan efikasi diri yang lebih besar selama proses pembelajaran keterampilan. Selain itu, self-efficacy tidak menyangkut keterampilan yang dimiliki individu tetapi penilaian tentang apa yang dapat dilakukan individu dengan keterampilan yang dimilikinya (Bandura, 1986). Self-efficacy dengan sendirinya tidak selalu cukup, jika atlet tidak memiliki kemampuan yang dibutuhkan; tidak peduli seberapa keras mereka mencoba, mereka tidak akan berhasil. Efikasi diri dan kemampuan harus dikembangkan bersama, saling mengembangkan. Memiliki self-efficacy tanpa memiliki kemampuan berarti Anda memiliki self-efficacy yang salah (Martens, 1987). Pada penelitian kali ini istilah self-efficacy digunakan untuk menyatakan rasa percaya diri partisipan untuk melakukan teknik keterampilan gaya punggung. Studi yang telah dilakukan untuk menyelidiki hubungan kausal dalam teori Bandura tentang aktivitas atletik (Zetou et al., 2012) telah konsisten dalam menunjukkan bahwa faktor kinerja dan persepsi diri -kemanjuran keduanya perlu menjelaskan kinerja. SD Muhammadiyah 020 Kecamatan Kuok merupakan SD yang memiliki nomor NPSN 10400413 beralamat di Kecamatan Kuok kode pos 28463 Kabupaten Kampar dengan status swasta dimana penyelenggaraan pendidikannya selama 6 hari dari senin sampai sabtu setiap minggunya. Dari hasil wawancara dengan kepala sekolah dimana anak anaknya belum terarah memiliki bakat cabang olahraga dimana. Sehingga sangat dibutuhkan pengetahuan akan cabang olahraga yang mampu untuk berkembang kedepannya. Yang saat ini kita kan cpba mengenalkan olahraga tenis lapangan pada anak sekolah dasar SD Muhammadiyah 020 Kec Kuok. Karena banyak kita lihat di Indonesia tidak sedikit atlet berasal dari daerah yang berprestasi di ajang internasional. Bisa kita katakana Rifqi Fitriadi yang berasal dari Kalimantan Selatan yang sekarang dia merupakan pemain peringkat 1 Indonesia. Dari SD Muhammadiyah 020 Kuok ini dapat kita lihat beberapa permasalahan;

Disekolah sekolah pada saat ini adanya ekstrakurikuler sebagai kegiatan untuk mengembangkan diri dari segi keterampilan. Baik keterampilan dalam olahraga maupun dalam bidang seni. Di SD ini kegiatan ekstrakurikuler saat ini masih belum aktif sejak pandemi covid 19 yang baru mulai melanda pada saat ini.

Tenis lapangan memang masih termasuk olahraga yang tidak semua daerah ada atletnya di setiap kecamatan. Tidak sama dengan olahraga sepakbola dimana hampir setiap desa ada lapangan bola. Kalau untuk tenis tidak ada lapangan setiap desa. Namun di SD Muhammadiyah 20 ini bisa mengikuti bermain tenis di lapangan tenis bangkinang karena saat ini Pelti kampar (Persatuan Tenis Lapangan kabupaten Kampar) juga mencari bibit pemain junior untuk bisa aktif dicabang ini. Sehingga dengan tahunya siswa sekolah dasar dengan permmainna ini maka akan dengan

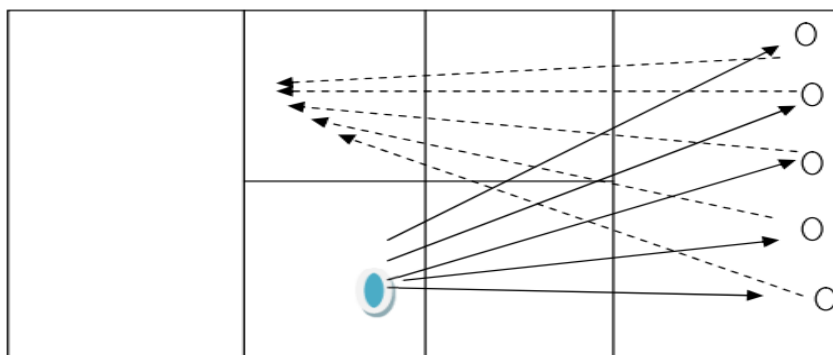
mudahnya Pelti kampar melanjutkan pelatihan menciptakan Pemain at;et tenis yang profesional lagi. Seperti pada saat Porprov tahun 2017 lalu Kampar mendapatkan juara umum ke 3 dari 12 kabupaten dan kota di provinsi riau. Namun saar ini atlet tersebut sudah beranjak dewasa namun tudak adanya pemain regenerasi berikutnya. Sehingga kita yakini andai ada nntai pemain yang berbakat dari SD ini akan menghasilkan sumber daya atlet masa depan buat kampar di ajang Porprov ataupun POPDA yang akan digelar juga setiap tahunnya.

METODE PELAKSANAAN

Metode yang digunakan untuk mengidentifikasi situasi dan situasi serta permasalahan yang muncul adalah dengan mengajukan pertanyaan langsung kepada anak-anak sekolah dasar di tempat pelatihan berlangsung. Siswa guru penjasorkes bisa mendapatkan informasi yang lebih detail. Metode pelaksanaannya akan dalam format kuliah, tetapi kami akan memberikan pertukaran di sekolah, konsultasi/pelatihan, dan dukungan reguler. Jadwal Kegiatan Kegiatan PKM ini dilaksanakan pada bulan September 2022 pada siswa SD Muhammadiyah 020 Kuok. Kegiatan yang dilakukan dalam program ini meliputi beberapa kegiatan. Diantaranta :1)Menyusun rancangan progam latihan Tenis lapangan, 2) Perekrutan anggota pada siswa sekolah dasar Muhammadiyah 020 Kuok dengan cara sosialisasi ke sekolah dasar dan menyalurkan kepada PELTI kampar. 3) Pelaksanaan pembelajaran atau pelatihan , 4) Pembuatan jadwal latihan rutin Tujuan dibuatnya penyelenggaraan pengabdian tenis lapangan ini adalah sebagai dasar untuk melatih kepada siswa supaya dapat bermain teknik groundstroke, voli, servis, smash tenis lapangan dengan baik dan benar. Setelah tersusun semuanya saat pelatihan memberikan langsung materi latihan drill pada anak.

Latihan drill bersama anak anak dengan memukul bola yang diberikan. Sehingga mereka tahu cara memukul menggunakan teknik dalam tenis lapangan. Dimana seperti dibawah ini

1. Siswa berdiri sejajar bersama siswa lain
2. Siswa melakukan teknik forehand groundstroke dari preparation, backswing, forwardswing, impact antara bola dengan raket dan followtrough
3. Siswa bergantian memukul bola tenis
4. Posisi pengumpan berada di dekat net
5. Siswa ketika melaksanakan gerakan forehand groundstroke dengan gerakan dinamis mengikuti arahan dari pelaksana pengabdian



Gambar 1. Bentuk Latihan pengenalan Olahraga tenis lapangan

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian berupa pemberian pelatihan langsung dilapangan dengan menyiapkan segala perlengkapan berupa Raket mini tennis, Bola buat latihan serta Net mini tennis modifikasi dilakukan pada tanggal 15 Oktober 2022 dengan jumlah 25 pemain dan 2 pelatih. Tujuan kegiatan ini adalah pengenalan olahraga tenis lapangan di daerah yang belum tahu banyak olahraga tenis terutama pada anak sekolah dasar. Acara tersebut disambut antusias oleh Kepala sekolah, majlis guru serta siswa siswi SD Muhammadiyah 020 Kecamatan Kuok. Dimana dalam sambutan beliau sangat berterima kasih sekali karena sudah mengenalkan olahraga tenis lapangan disekolah, serta memodifikasi langsung lapangan disekolah sehingga anak-anaknya dapat latihan tenis lapangan disekolah, Terutama tahap pengenalan dan melihat bakat anak.

Kegiatan pengenalan olahraga tenis ini sangat baik dilakukan pada masa anak-anak, dimana anak-anak perlu mengetahui seluruh cabang olahraga salah satunya cabang olahraga tenis lapangan. Negera Indonesia yang besar dengan penduduk yang sangat banyak tentunya mustahil tidak ada anak yang berbakat tenis lapangan, Maka perlu ada pengenalan olahraga tenis lapangan sehingga nanti semua anak tahu dan bisa melakukan olahraga tenis dengan begitu kita bisa melihat bakat anak. Bakat mengandung makna kemampuan bawaan yang masih bersifat potensial atau laten dan memerlukan pengembangan lebih lanjut (Moh. Ali 2004:78). Proses pengidentifikasian atlet-atlet berbakat harus menjadi perhatian tiap cabang olahraga. Tiap anak dapat belajar bernyanyi, dansa, mengecat dan lain-lain, tetapi sangat sedikit yang mencapai tingkat penguasaan tinggi. Demikian juga di dalam olahraga, pengidentifikasian bakat tersebut sangat penting untuk (1) menemukan calon atlet berbakat; (2) memilih calon atlet usia dini; (3) memonitor secara terus-menerus; dan (4) membantu calon atlet menuju ke langkah penguasaan yang tertinggi. Ada dua paradigma yang muncul dalam memandu bakat olahraga. Pertama, bahwa tidak setiap anak memiliki bakat olahraga, sehingga anak-anak tertentu yang memiliki potensi untuk dibina dan dikembangkan lebih lanjut. Artinya anak akan dapat optimal berlatih dalam cabang olahraga tertentu dari sekian banyak cabang olahraga yang ada. Paradigma yang kedua ini tampaknya memberikan peluang yang lebih besar kepada anak agar dapat menemukan pilihan yang sesuai dengan kondisi dan kemampuan yang dimilikinya (Depdiknas. 2002:1)

Secara keseluruhan kegiatan pengabdian virtual ini berjalan lancar dan mendapat respon yang baik dari kepala sekolah, majlis guru, Siswa Siswi serta orang tua siswa siswi yang saat itu datang di akhir kegiatan pengabdian saat menjemput anak-anaknya pulang. Kepala sekolah berpesan untuk terus mengadakan kegiatan

seperti ini ditematpnya ada kelanjutann kedepannya. Saat ini pengenalan kedepannyabeliau berharap untuk latihannya sehingga nanti muncul atlet berbakat tenis lapangan dari kecamatan Kuok khususnya dari SD Muhammadiyah 020. Berikut dokumentasi pelaksanaan kegiatan yang ditunjukkan pada gambar di bawah ini

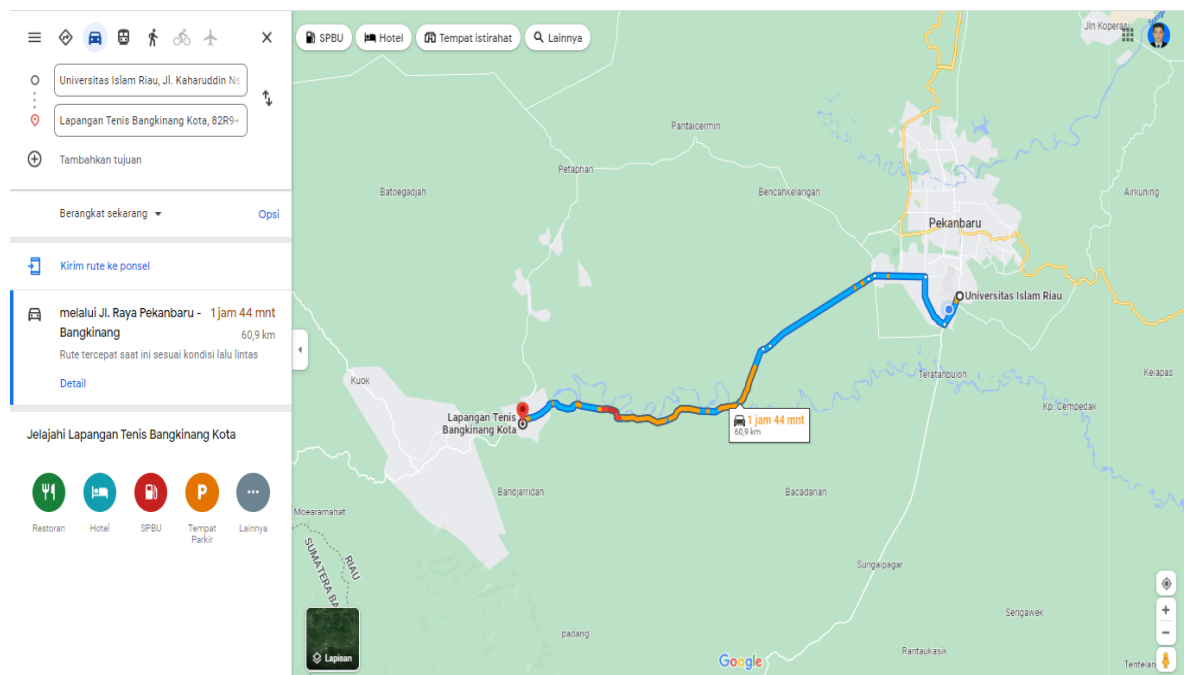


Gambar 2: Dokumentasi PKM di SD Muhammadiyah 020 Kec Kuok

SIMPULAN

Secara keseluruhan, kegiatan Pengenalan olahraga tenis lapangan berjalan lancar dan disambut baik oleh pimpinan sekolah, majlis guru serta siswa siswi. Apalagi siswa siswi sangat antusias dalam melakukan kegiatan ini. Pengetahuan anak tentang olahraga sangat perlu di kenalkandari masih usia awal. Dimana anak akan memndapatkan banyak pengalaman, wawasan kemana arah tujuan mereka kedepannya. Dengan memiliki dasar olaharag dari kecil maka kedepannya akan semakin mudah melatih serta mengembangkan bakatnya. Kegiatan tersebut menghasilkan peningkatan pengetahuan anak, anak antusias dalam praktek, serta ingin untuk latihan. Dari pengenalan dan latihan langsung dilapangan secara sekilas ada anak yang cepat paham melakukan pukulan dalam tenis lapangan. Bisa dikatakan ada bakat disana tinggal bagaimana guru olahraganya nanti membiasakan latihan dengan alat dan bahan tenis lapangan yang sudah kita tinggalkan disekolah. Melihat perkembangan bagaimana minat dan bakat siswa.

PETA LOKASI MITRA SASARAN



Jarak dari Universitas Islam Riau ke Tempat PkM adalah 60,9 KM. Lebih kurun 1 jam 44 menit menuju tempat PKM dengan kendaraan roda empat

DAFTAR PUSTAKA

- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191.
- Bandura, A. (1986). *Social Foundations of Thoughts and Action: a Social Cognitive Theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- Bandura, A. (2004). Self Efficacy: The Exercise of Control
- Darling-Hammond, L. (1997). *The Right To Learn: A Blueprint for Creating Schools That Work*. The Jossey-Bass Education Series. ERIC.
- Griffin, L. L., & Placek, J. H. (2016). Chapter 1: The Understanding and Development of Learners' Domain-Specific Knowledge: Introduction. *Journal of Teaching in Physical Education*, 20(4). <https://doi.org/10.1123/jtpe.20.4.299>
- Hariono, A. (2005). Pemanduan Bakat Olahraga Kabupaten Sleman. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 2(3), 136-146.
- ITF Junior Committee. (2018). *ITF Junior Team Competition Regulation*. ITF Limited t/a International Tennis Federation.
- Jatra, R., & Fernando, D. D. (2019). Pemahaman Peraturan Permainan Tenis Lapangan Pada Peserta Penataran Wasit Tenis Lisensi Daerah. *Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran*.
- Kirk, D., & MacPhail, A. (2002). Teaching Games for Understanding and situated learning: Rethinking the Bunker-Thorp model. In *Journal of Teaching in Physical Education* (Vol. 21, Issue 2). <https://doi.org/10.1123/jtpe.21.2.177>
- Martens, R. (1987). *Coaches guide to sport psychology: A publication for the American Coaching Effectiveness Program: Level 2 sport science curriculum*. Human Kinetics Books.
- Pothuizen, R. (2008). *Using slower balls with starter adults. Tennis. non stop and adult motivation for playing tennis*. Ανακτήθηκε στις
- Prensky, M. (2003). Digital game-based learning. *Computers in Entertainment (CIE)*, 1(1), 21.
- Retno Herfinanda, A. R. (2019). PENGALAMAN PADA ATLET KARATE YANG PERNAH MENGALAMI CEDERA BERAT (STUDI INTERPRETATIVE PHENOMENOLOGICAL ANALYSIS). *Empati*, 8(2).
- Rink, J. E. (1997). Physical education in the developmentally appropriate integrated curriculum. *Integrated Curriculum and Developmentally Appropriate Practice: Birth to Age Eight*, 145.
- Saputri, N. I. (2013). Survei Pembinaan Olahraga Tenis Usia Dini Sekolah Tenis New Armada Kabupaten Magelang. *Active - Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreation*, 2(11).
- Zetou, E., Vernadakis, N., Bebetos, E., & Makraki, E. (2012). The effect of self-talk in learning

the volleyball service skill and self-efficacy improvement. *Journal of Human Sport and Exercise*, 7(4). <https://doi.org/10.4100/jhse.2012.74.07>

Zetou, E., Vernadakis, N., Derri, V., Bebetos, E., & Filippou, F. (2014). The Effect of Game for Understanding on Backhand Tennis Skill Learning and Self-efficacy Improvement in Elementary Students. *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 152. <https://doi.org/10.1016/j.sbspro.2014.09.318>