

## PENGARUH LATIHAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP KETERAMPILAN LEMPAR TANGKAP DALAM PERMAINAN SOFTBALL PADA MAHASISWA PENJASKESREK 2014

*The Influence Of Eye Coordination Training On Capture Skills In Softball Games On 2014 Penjaskesrek Students*

Jusak Syaranamual<sup>1\*)</sup>, Johni Melvin Tahapary<sup>2)</sup>, Welem Arawaman Lolangluan<sup>3)</sup>

<sup>1\*)2)</sup>Program Studi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) Universitas Pattimura, Ambon

<sup>2\*)</sup>Corresponding Author e-mail: jusakambon@gmail.com

Informasi.	Abstrak.
<b>Kata kunci.</b> Latihan koordinasi, <i>softball</i>	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui : pengaruh latihan koordinasi terhadap keterampilan lempar tangkap pada mahasiswa penjaskesrek angkatan 2014. Bahwa pada mahasiswa penjaskesrek angkatan 2014 belum mampu melakukan lemparan melambung dengan baik terkadang lemparan tidak sampai kepada teman dan lemparan melambung juga terkadang lewat dari teman setim sehingga lawan dengan mudah dapat merampas bola. Populasi dan Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra Program Studi Penjaskesrek angkatan 2014. Pengambilan sampel diatas didasarkan pada pertimbangan biaya dan waktu penelitian. Populasi yang sudah di kelompokkan sehingga sampel dari populasi tersebut tergolong <i>restricted random sample</i> . Selanjutnya <i>Roscoe</i> dalam sekaran (2000) menjeaskan jumlah anggota sampel untuk penelitian eksperimen yang sederhana dengan kontrol eksperimen yang ketat akan sukses, jika sampelnya 10 sampai 20 orang.
Information.	Abstract.
<b>Key words.</b> Coordination, Softball, Training	This study aims to determine: the effect of coordination training on capture throwing skills on student penjaskesrek force 2014. that the student penjaskesrek force 2014 has not been able to throw a good rebound sometimes throws not to friends and throws soar also sometimes passing from a teammate so that the opponent with can easily seize the ball. Population and Sample used in this research is student of Penjaskesrek Study Program class of 2014. The sampling above is based on pertimbangan cost and time of research. Populations that have been grouped so that the sample of the population is classified as <i>restricted random sample</i> . Furthermore <i>Roscoe</i> in (2000) confirmed the number of sample members for a simple experimental study with a rigorous experimental control to be successful if samples were 10 to 20 people.

Received: 27 Maret 2020

Accepted: 5 Mei 2020

© 2020 Jurusan Biologi FMIPA Unpatti, IAIFI Cabang Ambon

### A. PENDAHULUAN

Pendidikan merupakan bagian integral dalam pembangunan. Proses pendidikan tidak dapat dipisahkan dari proses pembangunan itu sendiri. Pembangunan diarahkan dan bertujuan untuk mengembangkan sumberdaya manusia yang berkualitas dan pembangunan sektor ekonomi, yang satu dengan lainnya saling berkaitan dan berlangsung dengan berbarengan.

*Softball* adalah suatu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua regu. Permainan *softball* berkaitan erat dengan teknik dan strategi bertahan dan menyerang. Teknik utama dalam *softball* antara lain: teknik memukul, teknik melempar dan menangkap, di samping teknik-teknik yang lain. Tujuan dari permainan ini memperoleh kemenangan dengan

mendapat poin sebanyak- banyaknya. Poin dapat diperoleh jika seorang telah melewati semua base.

Di dalam bukunya M. Sofyan (2009), Teknik dasar melempar bola adalah berdiri dengan posisi badan dan rileks, posisi kaki kiri berada di depan, sedangkan kaki kanan berada di belakang, lebar antara kaki kiri dan kaki kanan kira-kira 25 cm, pandangan lurus kedepan arah teman yang siap menangkapnya. Cara melakukannya sesuai dengan teknik berikut ini. Yaitu: teknik melampar bola melambung teknik lemparan ini berfungsi mengoper bola kepada menjaga base. Lemparan ini memerlukan tenaga yang kuat agar lemparannya tepat. Cara melakukan gerakan teknik melempar bola melambung, yaitu 1.) Posisi badan sama dengan teknik yang pertama. 2.) Gerakan tangan yang memegang bola kearah atas belakang, gerakan depan melalui atas kepala dengan lemparan bola kearah sudut 450 dengan peraturan tenaga disesuaikan jarak dengan si penangkap.

Berdasarkan fakta empiris yang terjadi dilapangan bahwa pada mahasiswa penjaskesrek angkatan 2014 belum mampu melakukan lemparan melambung dengan baik terkadang lemparan tidak sampai kepada teman dan lemparan melambung juga terkadang lewat dari teman satu tim sehingga lawan dengan mudah dapat merampas bola. Untuk itu peneliti tertarik untuk meneliti

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan koordinasi mata tangan terhadap keterampilan lempar tangkap dalam permainan *softball* pada mahasiswa penjaskesrek 2014.

Adapun manfaat penelitian yang diambil dari pelaksanaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Dapat dijadikan salah satu bahan masukan dalam upaya untuk meningkatkan hasil belajar lempar tangkap pada permainan *softball* pada mahasiswa Penjaskerekek.
2. Sebagai bahan masukan serta pedoman bagi dosen dan peneliti tentang manfaat latihan koordinasi mata tangan terhadap mahasiswa penjaskesrek terlebih khususnya mata kuliah *softball*.
3. Sebagai bahan masukan bagi prodi Penjaskesrek untuk memilih bentuk pembelajaran yang lebih efektif dalam meningkatkan Keterampilan belajar lempar tangkap dalam permainan *softball* latihan koordinasi mata tangan pada mahasiswa Penjaskesrek Unpatti

## B. METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini merupakan komperasi, karena peneliti ingin melihat kemampuan lamparan melambung tehadap ketepatan sasaran dengan rancangannya sebagai berikut:

Pretest	Perlakuan	Posttest
T1	X	T2

### Subjek Penelitian

#### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian Suharsimi (Arikunto, 2006). Populasi dibatasi sebagai sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai sifat yang sama. Walau presentasi kesamaan itu sedikit, atau dengan kata lain pengertian itu mengandung maksud bahwa semua individu yang dijadikan sebagai objek penelitian. Populasi

yang dipakai dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra Program Studi Penjaskesrek angkatan 2014 dengan jumlah 51 orang.

## **2. Sampel.**

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah mahasiswa putra Program Studi Penjaskesrek angkatan 2014. Pengambilan sampel di atas didasarkan pada pertimbangan biaya dan waktu penelitian. Populasi yang sudah dikelompokkan sehingga sampel dari populasi tersebut tergolong *restricted random sample*. Selanjutnya Roscoe dalam Sekaran (2000) menjelaskan jumlah anggota sampel untuk penelitian eksperimen yang sederhana dengan kontrol eksperimen yang ketat akan sukses, jika sampelnya 10 sampai 20 orang. Menurut Gulo (2002), mendata setiap anggota populasi menurut nomor urut, mulai dari nomor satu sampai nomor urut tiga puluh berdasarkan jumlah anggota populasi yang terpilih.

## **Instrumen Penelitian**

Instrument tes (pengukuran) yang digunakan adalah yang digunakan untuk latihan koordinasi mata tangan adalah latihan lempar tangkap di dari setiap pos Suharno (1982).

## **Teknik Pengumpulan Data**

Data dikumpulkan dengan langkah-langkah sebagai berikut:

1. Prosedur Administrasi
  - a. Melakukan survey awal di lokasi penelitian.
  - b. Mengurus surat ijin penelitian
  - c. Mengurus pinjaman lokasi untuk pelaksanaan penelitian
  - d. Mempersiapkan alat-alat yang digunakan dalam penelitian
  - e. Mempersiapkan tenaga pembantu untuk pelaksanaan penelitian
  - f. Mempersiapkan blangko tes
  - g. Memberikan penjelasan dan petunjuk kepada sampel tentang maksud dan tujuan penelitian ini serta cara pengukuran ketepatan lemparan melambung.
2. Prosedur Latihan Ketepatan Lemparan tangkap alat perlengkapan.
  - a. Sasaran orang
  - b. Stopwatch
  - c. Sempritan
  - d. Daftar dan alat tulis
3. Prosedur Pengukuran
  - a. Testi berdiri di belakang garis batas yang berjarak 3 meter dari dinding sambil memegang sebuah bola.
  - b. Setelah aba-aba "ya", testi berusaha melakukan gerakan lempar tangkap bola sebanyak-banyaknya dalam waktu 1 menit
  - c. Selama pelaksanaan tes, peserta boleh menginjak atau melewati garis
  - d. Apabila pada saat melakukan lemparan salah satu atau kedua kaki peserta tes menginjak atau melewati garis batas maka lemparan tersebut atau melewati garis batas, maka lemparan tersebut dianggap tidak sah dan tidak mendapatkan skor
  - e. Lemparan dihitung sejak bola dilepas dari kedua tangan.

### C. HASIL DAN PEMBAHASAN

#### Hasil

Data penelitian ini diperoleh dari hasil pengukuran pada sampel penelitian dalam mahasiswa Penjaskesrek putra angkata 2014. Data yang dimaksudkan adalah hasil tes lempar tangkap sebelum diberikan perlakuan (sebagai data tes awal) dan data sesudah perlakuan (sebagai data tes akhir) dalam satuan menit. Data-data tes tersebut selanjutnya diolah menggunakan uji-t dengan tujuan untuk membuktikan apakah ada pengaruh latihan lempar tangkap terhadap ketepatan dalam lemparan bola softball. Deskripsi data dan masing-masing variable bebas (X) dan variable terikat (Y).

Tabel 1. Tabel tes awal dan akhir

No	TES AWAL (X)	TES AKHIR (Y)
1	14	24
2	21	23
3	14	19
4	19	20
5	16	18
6	19	21
7	16	19
8	16	19
9	17	18
10	19	26



Gambar 1. Grafik Tes Awal dan Akhir

#### Pengujian Hipotesis

Berdasarkan perhitungan pada tabel 1 maka untuk mengetahui apakah hasil penelitian dapat diterima atau ditolak, maka perlu dilakukan pengujian dengan menggunakan rumus uji-t sebagai berikut:

Tabel 2. Distribusi hasil tes kemampuan lempar tangkap

No	TES AWAL (X)	TES AKHIR (Y)	D = X - Y	D <sup>2</sup> = X - Y
1	14	24	-10	100
2	21	23	-2	4
3	14	19	-5	25
4	19	20	-1	1
5	16	18	-2	4
6	19	21	-2	4

7	16	19	-3	9
8	16	19	-3	9
9	17	18	-1	1
10	19	26	-7	49
<b>N = 10</b>	<b>ΣX = 171</b>	<b>ΣY = 207</b>	<b>ΣD = -36</b>	<b>ΣD<sup>2</sup> = 206</b>

Langkah-Langkahnya adalah:

1. Mencari *Mean diference* dengan rumus :

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{M_D}}$$

$$MD = \frac{\sum D}{N}$$

$$MD = \frac{-36}{10}$$

$$MD = -3.600$$

2. Mencari standar deviasi dari divergensi (SDD) dengan rumus :

$$SD_D = \sqrt{\frac{\sum D^2}{N} - \left(\frac{\sum D}{N}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{\frac{206^2}{10} - \left(\frac{-3.600}{10}\right)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{19.3 - (-0.35)^2}$$

$$SD_D = \sqrt{19.3 - 12.960}$$

$$SD_D = \sqrt{7.640}$$

$$SD_D = 2.764$$

3. Mencari *Standard Error* dari *Mean of Difference* dengan rumus :

$$SE_{M_D} = \frac{SD_D}{\sqrt{N-1}}$$

$$SE_{M_D} = \frac{2.764}{\sqrt{10-1}}$$

$$SE_{M_D} = \frac{2.764}{\sqrt{9}}$$

$$SE_{M_D} = \frac{2.764}{3.000}$$

$$SE_{M_D} = 0.921$$

4. Mencari  $t_0$  dengan rumus :

$$t_o = \frac{M_D}{SE_{M_D}}$$

$$t_o = \frac{-3.600}{0.921}$$

$$t_o = -3.907 \text{ atau } 3.907$$

## **Pembahasan**

Setelah dilakukan pengujian, selanjutnya memberikan interpretasi terhadap yaitu  $df = (10) - 1 = (10) - 1 = 9$ , dengan demikian  $df$  sebesar 9 akan dikonsultasi dengan tabel “t” baik pada taraf signifikan 5% maupun pada taraf signifikan 1%. Pada taraf signifikan 5% diketahui ttabel signifikan 1% diketahui ttabel Hasil pengujian dari t observasi = sebesar = 2.821. sebesar = 1.833 pada taraf 3.907 lebih besar dari t table dan 1% ( $3.907 > 1.833$  dan 2.821).

Dengan demikian hipotesis nihil ( $H_0$  untuk taraf 5% menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh latihan koordinasi terhadap lempar tangkap dalam permainan *softball* dan hipotesis alternatif ( $H_a$ ). Berdasarkan hasil penelitian maka dapat dijelaskan bahwa latihan koordinasi terhadap lempar tangkap dalam permainan *softball*.

## **D. KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Hasil penelitian ini setelah disesuaikan dengan ttabel pada taraf signifikan 5% (1.833) dan 1% (2.821) menjelaskan bahwa hasil penelitian ini melampaui kriteria t tabel yang berarti terdapat pengaruh yang kuat antara pengaruh latihan koordinasi terhadap hasil lempar tangkap sangat signifikan. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dijelaskan pada BAB IV, penulis menyimpulkan bahwa latihan koordinasi dengan bentuk latihan lemparan melambung, tangkapan melambung, lemparan mendatar, tangkapan mendatar, lemparan mengelinding dan tangkapan mengelinding, yang diterapkan dalam program latihan dan dilakukan secara kontinyu dapat meningkatkan lempar tangkap.

### **Saran**

Berdasarkan hasil penelitian, pembahasan, kesimpulan yang telah dilakukan, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Lebih baik meningkatkan lempar tangkap dalam hal permainan *softball*
2. Seorang mahasiswa perlu menguasai teknik dasar lempar tangkap dalam permainan *softball*
3. Perlu adanya penelitian lanjutan mengenai lempar tangkap dalam permainan *softball*

## **E. DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek*, Edisi Revisi. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sofyan M. 2009. *Permainan Softball*. Jakarta: Jl Raya pasar minggu No. 8B
- Suharno. 1982. *Ilmu Kepeleatihan Olahraga*. Yogyakarta: Yayasan STO
- Gulo W. 2002. *Metode Penelitian*. Jakarta: PT. Grasindo