

PENGARUH MODIFIKASI BOLA POLYURETHANE TERHADAP PASSING BOLA TANGAN

Rizky Nur Falah

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Subang

Nfrizky193@gmail.com

Abstrak

Penelitian untuk mengetahui pengaruh modifikasi bola polyurethane terhadap passing bola tangan di ekstrakurikuler SMKN 1 SUBANG. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan , desain rancangan penelitian *one grup pretest-posttest*. Populasi penelitian adalah berjumlah 20 orang siswa Ekstrakurikuler SMKN 1 Subang. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik simple random sampling (dilakuka secara acak). Sampel dalam penelitian ini sampel berdasarkan kemampuan siswa dalam bermain bola tangan maka penulis mengambil sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang siswa laki-laki di Ekstrakurikuler SMKN 1 Subang. Berdaarkan hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa mengetahui pengaruh modifikasi bola polyurethane terhadap passing bola tangan di ekstrakurikuler SMKN 1 SUBANG.

Kata Kunci: Passing, Bola Tangan

PENDAHULUAN

Pendidikan jasmani Olahraga dan Kesehatan merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berfikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, tindakan moral, aspek pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani, olahraga dan kesehatan terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai pendidikan nasional. (Depdiknas 2006: 131).

Di sekolah pendidikan jasmani merupakan mata pelajaran yang wajib di pelajari karena banyak nilai-nilai terkandung di dalamnya, dengan adanya pendidikan jasmani di sekolah seluruh siswa di harapkan bisa membentuk dan meningkatkan kebugaran jasmani dengan baik yang bertujuan guna tercapainya tujuan pendidikan secara menyeluruh.

Dari kutipan di atas jelas bahwa pendidikan jasmani itu sangat membantu siswa untuk bisa berperan aktif dalam pembelajaran tersebut. Begitu juga dalam pembelajaran bola tangan.

Bola tangan merupakan permainan tim, menggunakan tangan untuk memainkannya, serta hasil pertandingan ditentukan dengan banyaknya goal yang terjadi. Olah raga ini dikatakan sebagai bentuk modifikasi/gabungan dari sepak bola dan bola basket.

Menurut Haris (1991:12) Permainan bola tangan umumnya melatih kemampuan gerak dasar untuk membentuk kemampuan kecepatan gerak dan kekuatan selain tentunya adalah koordinasi dan kolektivitas. Permainan ini memerlukan gerak dasar yang menyerupai permainan bola basket, seperti kemampuan berlari cepat, lari mengubah arah dengan, melompat, melempar dan bergerak eksplosif.

Menurut Mahendra (2000:9) Permainan bola tangan termasuk ke permainan bola besar dimana permainan ini menjadi 2 dua regu, dengan pemain sebanyak 7 orang, 6 pemain dan 1 kiper .

Menurut ABTI dalam (http://republika.co.id:8080/berita/87628/Bola_minggu_31_juli) bahwa sampai dengan saat ini, kejuaraan yang dilakukan baru sampai tingkat daerah ataupun ditingkat pelajar dan universitas

Dari fakta diatas permainan bola tangan di Indonesia belum sebaik perkembangan cabang olahraga lainnya. Perkembangan bola tangan kebanyakan di lingkungan universitas yang memiliki fakultas keolahragaan dan mempunyai fasilitas yang standar operasional. Permainan bola tangan juga belum banyak di ketahui di tingkat SMA,SMP, dan di kalangan masyarakat karena kurangnya sosialisasi, bahkan hanya sebagian kecil permainan bola tangan di kabupaten subang yang mengetahuinya. Di kabupaten subang hanya sebagian kecil sekolah yang sudah menerapkan permainan bola tangan, yaitu di ekstrakurikuler SMKN 1 SUBANG.

Dalam kurikulum tingkat satuan pendidikan (KTSP) standar kompetensi dan standar pendidikan jasmani dalam PERMENDIKNAS NO. 22 TAHUN 2006 SI yang di ambil di (<http://masrangga.blogspot.com/2008/11/tujuan-pendidikan-jasmani.html> Juni 16, 2011) telah dirumuskan bahwa standar kompetensi yang harus dicapai dalam pembelajaran aktivitas permainan olahraga sebagai berikut:

Memperaktikan berbagai keterampilan permainan olahraga dalam bentuk sederhana dan nilai-nilai yang terkandung di dalamnya. Kosmpetensi dasar: mempraktikan keterampilan bermain salah satu permainan dan olahraga beregu bola besar serta nilai kerjasama, kejujuran, menghargai, semangat, dan percaya diri.

Lebih lanjut dalam Peraturan Menteri Pendidikan Nasional yang di ambil di (<http://masrangga.blogspot.com/2008/11/tujuan-pendidikan-jasmani.html> Juni 16, 2011) dijelaskan pula merumuskan bahwa standar kompetensi untuk pembelajaran aktivitas permainan bola besar adalah “(3)Mempraktikan gerak dasar permainan bola besar sederhana dengan peraturan yang dimodifikasi, serta nilai kerjasama, sportivitas dan kejujuran.”

Maka dari itu permainan bola tangan harus di pelajari dan di praktekkan minimal dengan bentuk permainan sederhana karena permainan bola tangan mencakup nilai-nilai yang terkandung dalam pendidikan jasmani.

Permasalahan yang muncul di dalam ekstrakurikuler bola tangan SMKN 1 SUBANG,

banyak sebagian siswa ketika melakukan teknik dasar passing tidak sesuai, dan siswa terbatas ketika melakukan aktivitas gerak di karenakan siswa takut ketika akan menangkap bola yang sedikit keras dan siswa merasa sakit jika menggunakan bola yang sebenarnya, sehingga siswa kurang berperan aktif melakukan passing pada bola tangan. ketika pelatih mempraktekan kepada siswa ada sebagian siswa yang tidak memperhatikan di karenakan kurangnya bola sehingga siswa menunggu giliran temannya yang sedang melakukan praktek pada passing bola tangan .

Mungkin untuk mengatasi permasalahan yang diatas, seorang pelatih harus kreatif dalam melatih keterampilan teknik dasar passing pada bola tangan agar siswa tersebut tidak bosan, dengan cara memodifikasi peralatan pada bola tangan sehingga bisa membuat anak didik atau siswa lebih tertarik dan termotivasi dalam mengikuti ekstrakurikuler bola tangan . maka pelatih dapat memodifikasi bola pada ekstrakurikuler bola tangan di SMKN 1 SUBANG semenarik mungkin dan mengandung banyak unsur gerak sehingga siswa dapat melakukan gerakan dasar passing dengan baik dan benar. Keuntungan memodifikasi bola, pelatih akan lebih mudah mengembangkan proses keterampilan passing bola tangan dan pemecahan masalah kompleksitas sehingga keterampilan pada ekstrakurikuler bola tangan di SMKN 1 SUBANG tersampaikan dengan baik dan anak didik bisa berlatih dengan baik meskipun tidak dengan bola yang sebenarnya. Modifikasi bola yang akan di gunakan dalam pelatihan bola tangan yaitu dengan menggunakan bola yang terbuat dari busa.

Bola busa yang di maksud adalah bola yang berbentuk seperti bola sepak atau bola futsal dengan kekerasan 50% (soft touch) dari bola sepak, dan bahan menggunakan dari busa polyurethane murni, lembut dan lentur. Ukuran bola ini berukuran 4 dengan berat 0,4-0,64 kg dan keliling 52-64 cm.1. Sedangkan ukuran bola tangan untuk putra berusia 16 tahun ke atas, berat bola yang dianjurkan yaitu memiliki berat 425-475 gram. Salah satu keuntungan menggunakan bola busa yaitu saat terkena sentuhan anggota bagian tubuh tidak menimbulkan rasa sakit sehingga dapat memudahkan siswa dalam proses pelatihan bola tangan.

Sedangkan keunggulan bola polyuretan yaitu dapat digunakan dengan cara dipukul, ditendang, dipantulkan, di lempar dan ditangkap. Selain itu juga bola busa dapat dimainkan di dalam ruang maupun di luar ruangan, dan memiliki daya pantul yang rendah Maka penulis merasa tertarik untuk mengetahui bagaimana pengaruh modifikasi bola polyuretan dalam ekstrakurikuler di SMKN 1 SUBANG. Permasalahan yang terkait dengan pembelajaran aktivitas permainan bolatangan baik secara umum maupun secara khusus yang terjadi di SMKN 1 SUBANG diantaranya Siswa terbatas melakukan aktivitas gerak , Siswa takut saat melakukan tangkapan pada bola tangan , Kurangnya bola pada permainan bola tangan , Siswa merasa sakit jika menggunakan bola yang sebenarnya. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hasil passing setelah dilakukan modifikasi bola pada ekstrakurikuler bola tangan di SMKN 1 SUBANG.

METODE

Penelitian ini dilaksanakan di SMKN 1 SUBANG. Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh modifikasi bola polyurethane terhadap passing bola tangan di ekstrakurikuler SMKN 1 SUBANG. Dalam penelitian ini penulis menggunakan desain Pretest-post test Control Group Design.

Pretest-Post test Control Group Design

Sampel	Pretest	Treatment	Posttest
E	O ₁	X	O ₂
K	O ₃	-	O ₄

Sumber: Sugiyono (2012, hlm. 112)

Keterangan:

R : Kelompok eksperimen dan kelompok control

O₁ : Pretest yang dilakukan pada kelompok eksperimen dengan menggunakan modifikasi bola polyurethane dalam passing bola tangan.

O₃ : Pretest yang dilaksanakan pada kelompok kontrol dengan menggunakan bola sebenarnya dalam passing bola tangan

X : Treatment / Perlakuan yang diberikan dikelompok eksperimen yaitu menggunakan modifikasi bola polyurethane

O₂ : Posttest yang dilakukan pada kelompok eksperimen dengan menggunakan modifikasi bola polyurethane dalam passing bola tangan

O₄ : Posttest yang dilakukan pada kelompok kontrol dengan menggunakan bola sebenarnya dalam passing bola tangan.

1. Populasi

Populasi adalah wilayah yang terdiri atas: obyek/subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2011, hlm. 117). Dalam penelitian ini populasi yang akan digunakan berjumlah 20 orang siswa Ekstrakurikuler SMKN 1 Subang.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tertentu (Sugiyono, 2014:118). Sampel yang dipilih harus sesuai kriteria 20 yang ditentukan untuk mendapatkan data yang maksimal. Dalam penelitian ini penulis menggunakan teknik simple random sampling, menurut Sugiyono (2017:82) Simple Random Sampling adalah pengambilan anggota sampel dari populasi yang dilakukan secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.

Berdasarkan teori di atas penulis menentukan sampel berdasarkan kemampuan siswa dalam bermain bola tangan maka penulis mengambil sampel dalam penelitian ini berjumlah 20 orang siswa laki-laki di Ekstrakurikuler SMKN 1 Subang.

INSTRUMENT PENELITIAN

Instrumen penelitian sebagai alat pengumpulan data yang berupa tes, dikemukakan oleh Arikunto (2010: 194) bahwa: “tes adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alat lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, mengetahui intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok.” Adapun instrumen tes sebagai alat pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan “achievement test” dengan pola tes awal dan akhir (pre test post test group design).

Adapun alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah dalam bentuk tes. Menurut Nurhasan (2007: 251-253) instrumen penilaian tes keterampilan bola tangan yaitu tes keterampilan lempar tangkap (*passing*), tes mendribel, tes menembak (*flying shoot*).

Keterampilan gerak dasar bola tangan diukur menggunakan tes. Tes sebagai instrumen pengumpulan data adalah serangkaian latihan yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan atau motorik (Sugiyono, 2003, p. 138).

KESIMPULAN

Berdasarkan anggapan dasar yang diungkapkan oleh penulis di atas maka Hipotesis dalam penelitian ini adalah adanya Pengaruh Modifikasi Bola Polyurethane Terhadap Passing Bola Tangan.

DAFTAR PUSTAKA

Abduljabar. (2011). Landasan Ilmiah Pendidikan Intelektual Dalam Pendidikan Jasmani. Bandung : RIZKY Press.

- Abduljabar, Bambang. 2008. *Manajemen Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia
- Aip Syaripuddin. (1992). *Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Depdikbud. Dirjendikti. Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan
- Adang Suherman, (2000). *Dasar-Dasar Penjaskes. Bagian Penetaraan Guru SLTP Setara D-III*
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktis*. Yogyakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta. Rineka Cipta revisi 2010.
- Burhansyah. (2008). “Penyempurnaan Materi Pelajaran Pendidikan Jasmani SD/MI”. *Pontianak Post*, 9 Agustus 2008
- Departemen Pendidikan Nasional, 2006. *Standar Kompetensi Dan Kompetensi Dasar Sekolah Menengah Atas Luar Biasa Tunagrahita Ringan (SMALB- C)*, Jakarta: Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP).
- Dimiyati dan Mudjiono. 2009. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta: Rineka Cipta
- Dimiyanti dan Mujiono. 2006. *Belajar dan Pembelajaran*. Jakarta. Rineka
- Cipta Lutan, R 2000. *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. Depdiknas Dirjen Pendidikan Departemen Pendidikan Nasional. (2003).
- Undang-undang Nomor 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Haris, R. (1987). *Bola Tangan Permainan dan Peraturan*. Bandung: Percetakan dan Foto Copy “ADIL
- Haris, Ridwan. (1986). *Permainan Bola Tangan*. Bandung: FPOK UPI.
- Harsono. (1988). *Couching dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Couching*. Jakarta : Tambak Kusuma
- Hermansah, Bambang. 2018. *Modifikasi Permainan Bola Tangan terhadap Hasil Belajar Passing dalam Pembelajaran Bola Tangan Mahasiswa*. Wahana Didaktika: Jurnal Ilmu Kependidikan (Online). Volume 16 No.1 Januari 2018 : 35-41. FKIP Universitas PGRI Palembang.
- Hermansah, Bambang. 2016. *Pengaruh Latihan Bola Digantung terhadap Hasil Shooting pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Tangan Kelas VIII SMP N 5 Indralaya Utara*. Prosiding

Dosen Universitas PGRI Palembang Edisi 19. Jurnal Dosen Universitas PGRI Palembang.

Khomsin. (2000). *“Paradigma Baru Pendidikan Jasmani di Indonesia dalam Era Reformasi”* Makalah Konvensi Nasional Pendidikan Indonesia. Hotel Indonesia, Jakarta 19 – 27 September 2000

Lutan, Rusli. (1988). *Belajar Keterampilan Motorik, Pengantar Teori Dan Metode*, Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan

Lutan, Rusli. 2000. *Strategi Belajar Mengajar Penjaskes*. DEPDIKNAS.

Mahendra, Agus. 2000. *Bola Tangan*. DEPDIKNAS

Mahendra, Agus. (2000). *Bola Tangan*. Depdiknas. Bandung.

Moustafa, H. (2010). Teaching handball at School. introduction to handball for student aged 5 to 11. *Handbook. International Handball Federation*. (IHF).

Nurhasan. (2007). Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga. Bandung.: FPOK UPI :Rosdakarya

Soepartono, (2000), *Media Pembelajaran*, Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran guru SLTP Setara D III

Suryosubroto, B. 1997. *Proses Belajar Mengajar Disekolah*. Penerbit Rineka Cipta. Jakarta

Sugiyono (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA

Sugiyono. (2003). *Metode penelitian bisnis*. Bandung: Alfabeta

Sukmadinata, N. S. (2004). *Kurikulum dan pembelajaran kompetensi*. Bandung: Kesuma Karya.

Sutrisna., Wawan (2008). “Pendidikan Jasmani, Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Didik”. Nyiar Ilmu. <http://www.infogoe.com> Waktu Akses, Jumat 15 Agustus 2008.

Republika Newsroom. (2009). *Bola Tangan akan Diperkenalkan di Multieven*. Tersedia: http://republika.co.id:8080/berita/87628/Bola_Tangan_akan_Diperkenalkan_di_Multieven [minggu, 31 juli 2011]

IHF. (2012). *International handball federation rules of the game*. Basel Switszerland.