

EFEKTIVITAS LATIHAN *PASSING* BERPASANGAN TERHADAP KETERAMPILAN MENGOPER BOLA PADA SISWA PUTRA ANGGOTA EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW SMAN 1 MARONGE SUMBAWA

Sukarman

Dosen IKIP Mataram

Abstract. The aim of this research is to know if there is influence or not in Practicing Couple *Passing* towards the Ball Hand Over Skill to Ektracurricular Students of *Sepak Takraw* in SMAN 1 Maronge, Sumbawa, Academic Year 2014/2015. The sample used in this research was 20 students. The data analysed used was student tehnic population due to the limited number of samples. The data analysed used t-test formula as a test of hypotesis in this research. To find or to compare the result of the pre test before treatment and post test after treatment given. The research result used t-test formula was attained 5,775 is bigger than t-table 2,093 so the hypothesis is zero/null (rejected) and alternatif hypothesis is accepted. The conclusion of this research proved that “there is significance influence through Practicing Couple *Passing* towards the Ball Hand Over Skill to Ektracurricular Students of *Sepak Takraw* in SMAN 1 Maronge Sumbawa”

Key words : Influence, Couple *Passing* and hand over ball skills

Inti sari: Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui Ada atau tidaknya Pengaruh latihan *Passing* Berpasangan terhadap Keterampilan Mengoper Bola pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Sepak Takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa. Adapun sampel penelitian berjumlah 20 orang dengan menggunakan teknik studi populasi berhubung jumlah sampel terbatas. Metode analisis data menggunakan analisa statistik dengan menggunakan rumus t-test sebagai uji hipotesis penelitian. Dengan mencari atau membandingkan dari hasil test awal (*pre-test*) sebelum diberikan perlakuan (*Treatment*) dan test akhir (*post-test*) setelah diberikan perlakuan. Hasil uji hipotesis menggunakan rumus t-test diperoleh 5,775 lebih besar dibandingkan dengan t-tabel 2,093 dengan demikian hipotesis nihil (Ho) ditolak dan hipotesis alternatif (Ha) di terima. Dari hasil yang diperoleh dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ” Adanya Pengaruh latihan *Passing* Berpasangan terhadap Keterampilan Mengoper Bola pada Siswa Putra Anggota Ekstrakurikuler Sepak Takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa Tahun 2014/2015”.

Kata-kata kunci : Pengaruh, *Passing* Berpasangan dan Keterampilan Mengoper Bola

PENDAHULUAN

Bangsa Indonesia yang merupakan salah satu Negara yang sedang berkembang, saat ini terus berusaha melaksanakan pembangunan disegalabidang, termasuk bidang olahraga. Pentingnya olahraga ini disebabkan karena kegiatan ini merupakan salah satu cara untuk membangun karakter bangsa, itulah sebabnya kegiatan olahraga disebut sebagai “*Carakter Nation Building*”. Pembinaan olahraga bagi masyarakat suatu bangsa yang sedang membangun merupakan modal dasar bagi pembangunan dan sarana untuk menumbuhkan pemahaman yang menyeluruh tentang pentingnya menegakkan disiplin Nasional, karena kegiatan olahraga selain bermanfaat bagi kegitan jasmaniah, juga

berpengaruh terhadap mental dan spiritual pelakunya. Tujuan olahraga, di samping untuk meningkatkan dan mempertahankan kesegaran, juga ditujukan untuk meraih prestasi maksimal dalam upaya untuk mengharumkan nama daerah, bangsa dan negara dalam mengikuti pekan olahraga. Namun demikian pencapaian prestasi yang tinggi, selain membutuhkan fasilitas yang memadai, pola pembinaan yang teratur dan sistematis dengan kualitas pelatih yang profesional dibidangnya juga sangat menentukan

Sepak takraw sebagai salah satu cabang permainan, cukup baik perkembangannya di Nusa Tenggara Barat dan telah ikut memperkuat team NTB pada pelaksanaan Pekan Olahraga Nasional tahun 2000 yang lalu di Surabaya.

Kejurnas di Palu tahun 2009, dan Kejurnas Junior di Jakarta 2010. Hal ini dapat dijadikan sebagai salah satu tolak ukur perkembangan olahragaini. Melihat perkembangan ini maka dirasakan perlu dilakukan polapembinaan yang lebih intensif lagi, karena dalam kegiatannya, olahraga ini mempunyai bermacam-macam teknik yang harus dikuasai oleh seorangpemain agar menjadi pemain yang handal. Salah satu teknik yang dimaksud adalah teknik mengoper bola teknik ini sangat penting dikuasai oleh seorangpemain untuk pencapaian prestasi maksimal karena semakin baikpenguasaan teknik pengoperan yang dimiliki oleh para pemain, maka semakin besar kemungkinan keberhasilan untum memenangkan suatu pertandingan

Apabila kita perhatikan dengan seksama jalannya permainan sepaktakraw, maka akan tampak bahwa gerakan mengoper bola akan diawali dengangerakan “Umpan” baik dilakukan sendiri oleh yang melakukan *smash* atau diumpan oleh teman. Sejauh ini jenis umpan tersebut (Umpan Sendiri danDiumpan Oleh Teman). Apabila kita perhatikan dengan seksama jalannya permainan sepaktakraw, maka akan tampak bahwa gerakan mengoper bola akan diawali dengangerakan “Umpan” baik dilakukan sendiri atau diumpan oleh teman. Teknik menoper bola sangat berperan penting dalam permainan khususnya cabang olahraga takraw hal inimerupakan pertanyaan yang jawabannya memerlukan kajian secara Ilmiah, sebab dari pengamatan saat berlangsungnya permainan ini, untuk meningkatkan pengoperan bola.

Hasil observasi pada sekolah SMAN I Maronge Sumbawa, peran aktif siswa-siswanya begitu antusias dalam setiap kejuaraan sepak takraw akan tetapi dalam setiap kejuaraan belum pernah mendapatkan juara, hal ini disebabkan kurangnya penguasaan teknik yang dimiliki para siswa khususnya cara mengoper bola kerekannya kurang tepat sasaran hal ini menyebabkan poin terbuang sia-sia. Pengoperan bola sangat menentukan poin karena dengan operan pada posisi yang pas membuat rekan berbain bisa mengarahkan ke sasaran yang sulit di jangkau oleh lawan. Dengan permasalahan yang terjadi maka peneliti ingin mencoba meningkatkan cara pengoperan yang bagus

dengan memberikan suatu latihan *passing* berpasangan

METODE

Ditinjau dari proses pengambilan data, bentuk-bentuk data yang akan didapat serta tujuan maka jenis penelitian tergolong dalam penelitian *exsperimental*. Dengan demikian maka dalam penelitian ini yang sesuai dengan tujuan serta sifat masalahnya yaitu penelitian eksperimen dengan desain *one group, pre-test, post test design* (Maksum, A. 2009: 48).

Berkaitan dengan tujuan penelitian yang telah dirumuskan di atas, maka pola rancangan pelaksanaan penelitian ini dilakukan dengan menggunakan desain “*One grup Pretes-Posttest Design*”.

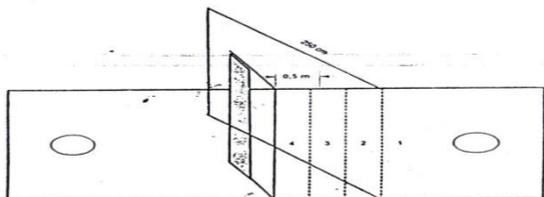
Populasi adalah seluruh penduduk yang dimaksud untuk diselidiki. Populasi dibatasi sejumlah penduduk atau individu yang paling sedikit mempunyai satu sifat sama. Menurut Maksum (2009: 40), populasi adalah keseluruhan objek atau individu yang dimaksudkan untuk diteliti dan yang nantinya akan dikenai generalisasi. Dalam penelitian ini subjek yang akan digunakan sebagai populasi adalah siswa anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa yang berjumlah 20 orang.

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut (Sugiyono, 2006: 118). Menurut Arikunto (2010: 174) sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Dari pengertian di atas, yang dimaksud sampel dalam penelitian ini adalah sebagian individu yang mempunyai sifat yang sama untuk diselidiki dan dapat mewakili seluruh populasi. Dalam mengambil sampel penelitian menggunakan penelitian studi populasi artinya seluruh populasi dijadikan sampel penelitian.

Untuk memperoleh data yang valid dan akurat yang diperlukan oleh peneliti dalam kegiatan untuk mengumpulkan data tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Arikunto, 2010: 25). Dengan kata lain metode akan dapat berfungsi dengan efektif apabila instrumen yang menjadi alat metode yang dipergunakan valid. Oleh karena itu peneliti menggunakan instrumen yang diakui oleh para ahli dibidang ilmu pengetahuan yang bersangkutan. Disamping itu instrumen harus disusun

sedemikian rupa agar dapat secara tepat mengukur atau merekam data yang diperlukan.

Adapun instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah dengan memberikan test perbuatan tentang tes operan



Gambar: 3.1. Instrument *Passing* (Nurhasan, 2001: 190)

Untuk memperoleh data yang diperlukan dalam penelitian, maka peneliti menggunakan dua macam pengumpulan data yaitu: 1. Metode Dokumentasi

Metode dokumentasi adalah suatu cara untuk memperoleh data dengan jalan mengumpulkan dokumen serta mengadakan pencatatan yang sistematis (Arikunto, S. 2006: 34). Sedangkan ahli lain mengatakan bahwa “metode dokumentasi adalah suatu cara untuk mencari data atau hal-hal yang berupa catatan transkrip (Sugiyono, 2013: 13). Metode ini dipergunakan untuk memperoleh data-data mengenai jumlah dan nama-nama siswa SMAN 1 Marong Sumbawa yang ikut ekstrakurikuler sepak. 2. Test Perbuatan

Test perbuatan adalah suatu cara untuk mengadakan penelitian terhadap suatu subjek atau obyek-obyek tertentu untuk mendapatkan data secara cepat dan tepat (Arikunto, S. 2006: 54). Dalam penelitian ini menggunakan metode tes perbuatan untuk mengukur kemampuan Teknik mengoper bola pada permainan sepak takraw siswa SMAN 1 Marong Sumbawa yang ikut ekstrakurikuler sepak takraw tahun 2014/2015

Sesuai dengan rancangan yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian sampel sejenis yang dikaitkan dengan tujuan penelitiannya, maka analisis statistik yang digunakan untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Marong Sumbawa adalah analisis statistik t (t test)

HASIL

Data yang diperoleh diatas, kemudian akan dianalisis untuk mendapatkan hasil sehingga dapat memberikan indikator hasil

penelitian ini. Untuk itu data-data tersebut kemudian dianalisis dengan menggunakan rumus t-test yaitu dengan tujuan mendapatkan nilai kritis t, sehingga dapat membedakan hasil test awal dan test akhir.

Langkah-langkah analisis data peneliti ini adalah merumuskan hipotesis nihil (H_0), menyusun tabel kerja, memasukan data kedalam rumus, pengujian nilai t, dan merumuskan kesimpulan. 1) Merumuskan Hipotesis Nihil (H_0). Sebagaimana telah dikemukakan pada Bab II, bahwa hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini hipotesis alternatif (H_a) Berbunyi : “Ada pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Marong Sumbawa”. Apabila hipotesis yang kita miliki berbentuk hipotesis alternatif, dimana hipotesis tersebut harus diubah terlebih dahulu menjadi hipotesis nihil (H_0), berbunyi sebagai berikut :

“Tidak Ada pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Marong Sumbawa”. 1) Menyusun Tabel Kerja Guna mempermudah penulis berkerja dengan rumus statistik yang telah ditentukan, maka sebuah tabel kerja yang memuat aspek-aspek penting dalam perhitungan nantinya mutlak diperlukan, seperti dalam tabel berikut: 2) Memasukan Data Kedalam Rumus. Langkah terakhir dalam menghitung data-data dengan statistik adalah dengan menghitung nilai perbandingan antara test awal (*pre-test*) dan test akhir (*post-test*) dengan menggunakan rumus *t-test*. Dan untuk itu menurut Netra (1974). Rumus t-test yang telah dipakai untuk menghitung nilai-nilai perbandingan sampel-sampel terkecil di pakai rumus *t-test* sebagai berikut: 3) Pengujian Nilai “*t*”

Setelah mendapatkan nilai t-hitung, diperoleh sebesar 5,775. Kemudian nilai t-tabel dengan derajat kebebasan (db) $N-1 = 20-1 = 19$ pada taraf signifikan 5% maka t-tabel menunjukkan angka 2,093. Dari hasil ini berarti t-hitung > t-tabel yaitu $5,775 > 2,093$

PEMBAHASAN

Dari perhitungan statistik diperoleh t hitung lebih besar daripada t tabel. Dimana bisa di buktikan dari hasil rata-rata peningkatan yang terjadi sesudah perlakuan *passing* berpasangan

yaitu sebesar 13,15 dan sebelum latihan berpasangan yaitu sebesar 8,3. Hal ini berarti pengaruh latihan *passing* berpasangan sangat berpengaruh terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa. Hal ini juga dapat di buktikan dengan hasil analisis *t-test* menunjukkan angka yang signifikan peningkatannya dibandingkan dengan *t*-tabel dimana t -hitung 5,775 dan *t*-tabel dengan derajat kebebasan (db) $N-1 = 20-1 = 19$ pada taraf signifikan 5% maka *t*-tabel menunjukkan angka 2,093. maka penelitian ini dinyatakan adapeningkatan yang signifikan atau terjadi peningkatan dari latihan yang di berikan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa yang dapat dilihat dari perolehan rata-rata kemampuan melakukan *mengoper bola* antara sebelum dan sesudah perlakuan tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan *passing* berpasangan dengan kemampuan keterampilan mengoper bola dalam permainan sepak takraw pada siswa putra anggota ekstrakurikuler SMAN 1 Maronge Sumbawa.

Dari perhitungan statistik diperoleh *t* hitung lebih besar daripada *t* tabel. Dimana bisa di buktikan dari hasil rata-rata peningkatan yang terjadi sesudah perlakuan *passing* berpasangan yaitu sebesar 13,15 dan sebelum latihan berpasangan yaitu sebesar 8,3. Hal ini berarti pengaruh latihan *passing* berpasangan sangat berpengaruh terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa. Hal ini juga dapat di buktikan dengan hasil analisis *t-test* menunjukkan angka yang signifikan peningkatannya dibandingkan dengan *t*-tabel dimana t -hitung 5,775 dan *t*-tabel dengan derajat kebebasan (db) $N-1 = 20-1 = 19$ pada taraf signifikan 5% maka *t*-tabel menunjukkan angka 2,093. maka penelitian ini dinyatakan adapeningkatan yang signifikan atau terjadi peningkatan dari latihan yang di berikan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota

ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa yang dapat dilihat dari perolehan rata-rata kemampuan melakukan *mengoper bola* antara sebelum dan sesudah perlakuan tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan *passing* berpasangan dengan kemampuan keterampilan mengoper bola dalam permainan sepak takraw pada siswa putra anggota ekstrakurikuler SMAN 1 Maronge Sumbawa.

SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil analisa data di atas dan dari hasil pengamatan penelitian selama penelitian ini dilaksanakan, dan dari hasil perhitungan dan statistik ditemukan bahwa t -hitung besar 11,594 > *t*-tabel 2,093 pada taraf signifikan 5%. Dengan kata lain hasil akhirnya sangat signifikan pengujianya, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa “Ada pengaruh latihan *passing* berpasangan terhadap keterampilan mengoper bola pada siswa putra anggota ekstrakurikuler sepak takraw SMAN 1 Maronge Sumbawa. Dan peningkatan latihan *passing* berpasangan dalam penelitian ini adalah 57,8 %.

SARAN

Dalam rangka memacu seorang atlet takraw guna meningkatkan kemampuan bermain khususnya melakukan mengoper bola, maka sangat efektif diterapkannya latihan *Passing* berpasangan

Dalam merencanakan program latihan, hendaklah dikaji dengan benar bentuk bentuk latihan yang akan digunakan, sebab prinsip latihan otot samping tubuh dan kekuatan tubuh bagian atas berbeda halnya dengan melatih komponen fisik latihan lainnya. Kepada para pelatih agar tetap memotifasi siswa-siswa didikannya, khususnya dalam meningkatkan kemampuan mengoper bola pada teman satu tim. Selain itu pelatih, hendaknya mampu melihat potensi-potensi yang dimiliki oleh setiap siswa-siswa yang berbakat dalam setiap cabang olahraga khususnya cabang olahraga sepak takraw. Kepada peneliti lain agar melakukan penilaian yang lebih mendalam dan akurat khususnya tentang efektifitas latihan *passing* berpasangan dan pengaruhnya terhadap kemampuan mengoper bola pada teman satu tim

DAFTAR PUSTAKA

Arikunto, Suharsini. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.

- Grosser, Starischka & Zimmermann. 2001. *Latihan Fisik Olahraga*. Jakarta: Pusat Pendidikan & Penataran Bidang Penelitian & Pengembangan Koni Pusat
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta. Depdikbud.Dikti. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan
- Harjono, Oegih. 1984. *Penuntun Pelatih Dan Peraturan Permainan Sepak Takraw*. Depdikbud: Jakarta.
- IKIP Mataram. 2011. *Pedoman Pembimbingan Dan Penulisan Karya Ilmiah*. Mataram: IKIP Mataram.
- Maksum, A. 2009. *Metodologi penelitian*. Surabaya : Unesa University Press.
- Muhammad Suhud. 1991. *Sepak Takraw*. Balai Pustaka: Jakarta
- Sanafiah. Z. 1992. *Buku Pintar Sepak Takraw*. Pengda Persetasi NTB
- Subana, M dan Sudrajat. 2001. *Dasar-dasar Penelitian Ilmiah*. Pustaka Setia:Bandung
- Sugiyono. 2006, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R & D*, Bandung Alfabeta.
- Wasis D, 1991, *Pengetahuan Kesegaran Jasmani (Suatu Pengantar)*
- Warsono. 1994. *Buletin Sepak Takraw Edisi Keempat*. Balai Pustaka: Jakarta