

PERBEDAAN PENGARUH HASIL BELAJAR SMASH SEPAK TAKRAW DENGAN MENGGUNAKAN METODE BOLA DIGANTUNG DAN BOLA DIUMPAN PADA MAHASISWA PKO

Ibrahim Wiyaka

*Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan
Ibrahimwiyaka10@gmail.com*

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat perbedaan pengaruh hasil belajar smash sepak takraw dengan metode bola digantung dan bola di umpan pada Mahasiswa PKO Reguler Angkatan Tahun 2013. Populasi sebanyak 100 orang. Jumlah sampel 80 orang diperoleh dengan teknik Purposive Sampling. selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan teknik Matching Pairing. Instrumen penelitian untuk pengumpulan data dengan test dan pengukuran adalah test skor yang di lapangan test untuk kemampuan smash. Penelitian dilaksanakan selama 18 x pertemuan dengan metode 4 (empat) kali dalam seminggu. Untuk melihat pengaruh masing-masing variabel bebas maupun terikat digunakan perhitungan uji - t berpasangan dan uji - t tidak berpasangan. Analisis hipotes pertama I : Diperoleh t_{hitung} sebesar 11 serta t_{tabel} 2,02 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Kesimpulan, metode bola digantung secara signifikan berpengaruh terhadap hasil belajar smash. Analisis hipotesis kedua : Diperoleh t_{hitung} sebesar 6,76 serta t_{tabel} sebesar 2,02 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} > t_{tabel}$) berarti H_0 ditolak dengan H_a diterima. Jadi, metode bola diumpan secara signifikan berpengaruh terhadap hasil belajar smash. Analisis hipotesis ketiga : Diperoleh t_{hitung} sebesar 0,89 serta t_{tabel} 1,99 dengan $\alpha = 0,05$ ($t_{hitung} < t_{tabel}$) berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi, Secara signifikans Tidak terdapat perbedaan pengaruh metode bola digantung dan metode bola diumpan terhadap hasil belajar smash pada mahasiswa PKO Reguler Angkatan tahun 2013. Kesimpulan kedua metode ini dapat dipakai untuk meningkatkan hasil belajar smash.

Kata Kunci : Smash Sepaktakraw, Bola Gantung, Bola Umpan

PENDAHULUAN

Permainan sepak takraw adalah nama lain dari permainan sepak raga yang sudah dikenal, disenangi dan dimainkan oleh masyarakat Indonesia walaupun dimainkan secara demonstrasi. Di berbagai daerah di Indonesia sepak raga dijadikan permainan yang dipertunjukkan pada pesta-pesta adat atau ada perhelatan negeri. Di Indonesia sendiri permainan yang menyerupai sepak takraw sudah dikenal di daerah-daerah dengan nama yang berbeda-beda.

Menurut Wiyaka (2013:2) mengemukakan bahwa “Dalam bahasa Bugis permainan ini disebut “Marraga” atau “Maddaga” dan dalam bahasa Makassar disebut “Akraga”, sedangkan di Sumatera disebut “Bermain Rago”, dan di Nusantara disebut “Sepak Raga”, di Thailand lebih dikenal dengan takraw, di Philipina dinamakan sipa, di Birma disebut chinglong, Srilanka disebut raga, dan Negara

Laos disebut kator. Di Malaysia dan Singapura hampir sama sebutannya di Sumatera yaitu permainan ini dinamakan “Raga Sepak”.

Untuk bermain sepak takraw dengan baik haruslah seseorang mempunyai kemampuan atau keterampilan yang baik. Kemampuan yang penting dan sangat perlu dimiliki oleh seorang pemain sepak takraw adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw. Kemampuan dimaksud adalah menyepak dengan bagian-bagian kaki, memainkan bola dengan kepala (main kepala), memainkan bola dengan dada, memainkan bola dengan paha, memainkan bola dengan bahu. (Ratinus Darwis 1992:15). Kemampuan dasar di atas itu antara satu dengan yang lainnya merupakan suatu kesatuan yang tidak bisa dipisahkan.” Selain itu, pemain sepak takraw juga harus bisa menguasai teknik teknik

dasar dan keterampilan khusus seperti servis, mangumpun, *smash*, blok (menahan).

Dari semua teknik dasar yang telah dikemukakan harus dikuasai oleh setiap pemain tetapi salah satu tehnik yang paling sulit dipelajari oleh mahasiswa adalah teknik *smash* (serangan). *Smash* diperlukan pada saat suatu regu melakukan serangan ke lapangan lawan bisa menggunakan kepala maupun kaki. *Smash* dalam permainan Sepaktakraw merupakan teknik yang paling penting dan harus dikuasai oleh seorang pemain, karena dengan *smash* ini angka dapat dengan mudah diperoleh oleh regu yang bertanding dan dapat memenangkan suatu pertandingan dengan mudah.

Smash merupakan rangkaian gerak yang dinamis dan kompleks untuk memperoleh angka dalam permainan sepak takraw. Dalam melakukan *smash* dibutuhkan kemampuan fisik untuk melompat agar kemampuan *smash* dapat memperoleh hasil yang maksimal. Untuk menghasilkan *smash* yang maksimal diperlukan teknik *smash* yang akurat dan tepat. sehingga bola yang di *smash* akan sulit untuk dibendung dan diantisipasi oleh lawan.

Smash ditinjau dari anatomi gerak dan analisis gerak bahwa memiliki tingkat kesulitan yang tinggi, karena itu pemain dituntut untuk memiliki kecepatan dan koordinasi yang baik dalam melakukannya. Sehingga akan menghasilkan penempatan bola yang akurat dan sulit dintispasi oleh lawan. Berdasarkan pengamatan selama perkuliahan hanya sekitar 0,5% yang dapat melakukan *smash* dengan baik, 15 % melakukan *smash* bola masuk tapi tidak keras, 30 % bola sangkut/tertahan di net,37% bola keluar, dan 17,5% bola tidak kena. Hal ini sangat berpengaruh pada nilai akhir mata kuliah sepak takraw lanjutan 4 sks.

Berdasarkan kenyataan itu, perlu adanya salah satu upaya untuk meningkatkan hasil belajar mahasiswa pada materi *smash*. Kegiatan pembelajaran seharusnya memberikan kesempatan kepada seluruh peserta didik untuk saling bertukar pendapat, bekerjasama dengan teman, berinteraksi dengan guru/pengajar dan merespon pemikiran peserta didik yang lainnya, sehingga pembelajaran akan lebih bermakna bagi peserta didik. Selain itu, sikap berfikir ilmiah peserta didik akan berkembang dengan sendirinya peserta didik akan memahami materi pembelajaran yang disampaikan.

Berdasarkan penjelasan di atas, maka dalam pelaksanaan pembelajaran materi *smash* diperlukan metode yang cocok sehingga pembelajaran dapat

berjalan dengan efektif dan efisien dengan hasil yang maksimal, Banyak cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kemampuan *smash* diantaranya adalah dengan metode pembelajaran *smash* bola digantung dengan metode pembelajaran *smash* bola diumpan.

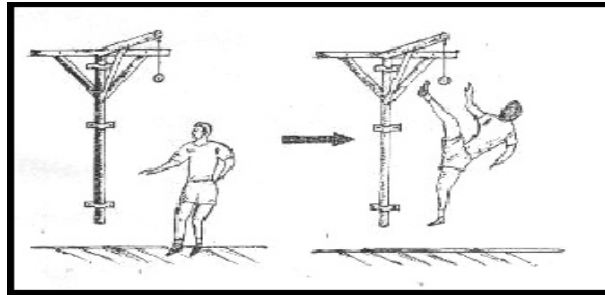
Metode Pembelajaran *smash* bola digantung dengan tujuan adalah untuk membiasakan mahasiswa untuk mengukur ketinggian lompatan sehingga dapat memukul bola dengan tepat. Sedangkan tujuan bola umpan adalah untuk membiasakan mahasiswa untuk bersikap kapan dia harus melompat untuk memukul bola dengan tepat.

Dari kedua metode pembelajaran yang telah diuraikan, maka diharapkan pada penelitian ini dapat diketahui perbedaan hasil yang diperoleh dari masing-masing metode pembelajaran *smash* yang digunakan. Bertitik tolak dari latar belakang masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yakni : (1) Apakah terdapat pengaruh yang signifikan hasil belajar *smash* sepak takraw bola digantung pada mahasiswa PKO reguler angkatan tahun 2013 ?, (2) Apakah terdapat pengaruh yang signifikan hasil belajar *smash* dari latihan bola diumpan pada mahasiswa PKO reguler angkatan tahun 2013 ?, (3) Apakah yerdapat perbedaan pengaruh hasil belajar *smash* sepak takraw bola digantung dengan bola diumpan pada mahasiswa PKO regular angkatan tahun 2013 ?

Belajar *Smash* Bola Digantung

Adapun cara melakukan *belajar* bola gantung adalah bola yang terikat tali panjang 2 Meter. Ditengah-tengah tiang diberikan kawat bulat dan dipastikan panjangnya seperti tiang gawang sepak bola. *Belajar* bola gantung dalam keadaan diam sehingga mudah melakukan sepakan, sehingga mudah dilakukan dan diakhiri teknik dalam melakukan sepakan dalam *smash* akan semakin baik.

Proses pelaksanaan *belajar Smash* dengan cara bola digantung adalah sebagai berikut : (1) Atlet berdiri di bawah bola yang digantung dengan tali yang ditemukan pada sebuah putaran atau poros, (2) Atlet melakukan *smash* terhadap bola yang digantung sesuai dengan jangkauan kaki atlet, (3) Bola di *smash* dengan menggunakan kaki punggung, (4) Semula pukulan *smash* dilakukan dengan biasa untuk kemudian dilakukan dengan keras, (5) *Belajar* dilakukan berulang-ulang secara bergantian.



Gambar 1. Belajar *Smash* Dengan Cara Bola di gantung

Belajar *Smash* Bola Diumpun

Belajar *smash* bola diumpun memberi kontribusi dalam permainan untuk melatih kemampuan *smash* atau untuk melakukan serangan kepada lawan. Mengumpun atau umpunan ataupun hantaran adalah gerak kerja memindahkan bola dari seorang pemain kepada pemain lain supaya dapat diteruskan untuk gerak kerja berikutnya seperti mungumpun balik atau *smash*. Adapun cara melakukan *belajar smash* dengan variasi bola diumpun adalah bola yang berada pada pengumpun dilambungkan sekitar 1 meter diatas kepala atlet dengan bentuk parabola.

Menurut Darwis (1992:70) “*Belajar smash* bola diumpun/hantaran : (1) Beberapa pemain berbaris ditepi lapangan sebelah kanan dan kiri lapangan yakni pemain 1,2,3,4 dan seterusnya, (2) Pemain nomor 6 melambungkan bola dekat net kira-kira 50 Cm di atas net, (3) Pemain 1,2,3,4 dan seterusnya secara bergantian maju ke depan net sambil melompat memukul bola dengan kaki ke lapangan lawan (kaki bagian dalam, kura-kura kaki, samping luar kaki ataupun telapak kaki)”.

Belajar *smash* ini dibuat untuk mengukur seberapa besar kemampuan atlet untuk melakukan *smash* yang baik ke lapangan lawan. Dalam melakukan *belajar* ini faktor yang juga perlu untuk diperhatikan adalah kelincahan. Menurut Harsono (1988:24) “kelincahan adalah kombinasi dari kecepatan,kekuatan, kecepatan reaksi, keseimbangan, fleksibilitas, dan kordinasi neuromuscular”. Dengan memperhatikan faktor ini juga ketika *belajar*, maka akan terbentuk suatu *belajar smash* yang baik.

Pelaksanaan bola di gantung dan bola di umpun dominan perlu didukung oleh otot-otot tungkai dan komponen kesegaran jasmani yang lain diantaranya adalah Ketepatan. Kesimbangan. Kelentukan dan daya ledak otot, Tapi bila dicermati pada pelaksanaan bola di gantung lebih membutuhkan tenaga untuk mengangkat badan atau melompat ke atas karena ketinggian bola tetap. Sedangkan pada *belajar* bola diumpun dibutuhkan konsentrasi untuk memburu keberadaan bola yang tidak tetap.

METODE

Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian ini adalah eksperimen lapangan dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Variabel penelitian ini terdiri dari 2 (dua) variabel bebas yaitu latihan *smash* bola digantung dengan latihan *smash* bola diumpun dan 1 (satu) variabel terikat yaitu Hasil *smash*. Teknik untuk memperoleh data adalah dengan cara melakukan tes dan pengukuran. Untuk mengukur kemampuan *smash* dilakukan tes kemampuan *smash*.

Sebelum memulai perlakuan latihan terlebih dahulu diambil data *pre-test* yaitu *smash* pada minggu ke 9 perkuliahan kemudian dilakukan *post-test* yang dilaksanakan pada minggu ke 14 perkuliahan dengan menggunakan desain penelitian sebagai berikut. Adapun cara pembagian kelompok berdasarkan perangkan dengan teknik *matching pairing*. Desain penelitian digambarkan sebagai berikut:

Tabel 1. Disain Penelitian *Pre-test* dan *post-test Two Group Design*

<i>Pre-test</i>	Pembagian kelompok	Perlakuan/latihan	<i>Post-test</i>
T_1	Teknik <i>matching pairing</i>	Latihan Bola digantung Latihan Bola diumpun	T_2

Keterangan : T_1 = Tes awal (*pre-test*), T_2 = Tes akhir (*post-test*)

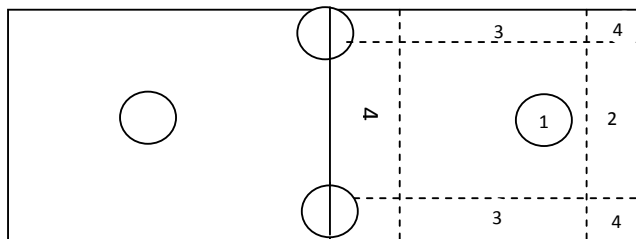
Populasi dan Sampel

Populasi penelitian ini adalah mahasiswa PKO Reguler Angkatan Tahun 2013 sebanyak 100 orang yang sedang mengambil mata kuliah sepak takraw lanjutan tahun ajaran 2015/2016, sedangkan sampel sebanyak 82 orang yang diambil berdasarkan

purposive sampling dengan ketentuan sampel bukan atlet sepak takraw.

Instrumen Tes

Sesuai dengan variabel terikat maka instrument tes yang digunakan adalah tes *smash* (Nurhasan, 2001).



Gambar 2. Lapangan Sepak Takraw untuk Test
(Sumber: Nurhasan, 2001)

Teknik Analisis Data

Data yang diperoleh sebagai skor individu dari hasil *smash* selanjutnya diolah dengan menggunakan prosedur statistik. Untuk membuktikan apakah hipotesis yang telah diajukan dalam penelitian ini dapat diterima atau di tolak. Data yang telah terkumpul dari *pre-test* dan *post-test* dianalisis

dengan menggunakan statistik uji $-t$ yang mengacu pada buku statistik Sudjana (2005)

HASIL

Adapun deskripsi hasil analisis data tes *smash* yang dilakukan disajikan pada tabel berikut:

Tabel 2. Deskripsi data hasil tes *smash* sepak takraw.

Deskripsi Data	Smash Sepak Takraw			
	Bola Di Gantung		Bola Di Umpan	
Rentang	0 – 6	3 – 7	0 – 6	2 – 7
Nilai rata-rata	2.07	2.05	4.12	3.88
Simpangan Baku	2.37	2.39	2.04	1.04
Beda Rata-Rata	1.76		1.15	
Simpangan Baku _{Beda}	1.02		1.06	
t-hitung	11		6.76	
t-tabel	2.02		2.02	
Simp Baku _{Gabungan}	1.20			
t-hitung _{Gabungan}	0.89			
t-tabel	1.99			

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis t_{hitung} sebesar 11,00 . Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan $dk = n - 1$ ($41 - 1 = 40$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ adalah 2,02 dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($11,00 > 2,02$). Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bola di gantung secara signifikan berpengaruh terhadap hasil belajar *smash* sepak takraw pada mahasiswa.

Berdasarkan hasil perhitungan yang dilakukan maka diperoleh pengujian hipotesis t_{hitung} sebesar 6,76, Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan $dk = n - 1$ ($41 - 1 = 40$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ adalah 2,02 dengan demikian $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($6,76 > 2,02$). Hal ini berarti H_0 ditolak dan H_a diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode bola digantung secara signifikan berpengaruh terhadap hasil belajar *smash* sepak takraw pada mahasiswa.

Berdasarkan hasil perhitungan hipotesis t_{hitung} sebesar 0,89 Selanjutnya harga tersebut dibandingkan dengan harga t_{tabel} dengan $dk = n_1 + n_2 - 2$ ($82 - 2 = 80$) pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$ adalah 1,99 dengan demikian $t_{hitung} < t_{tabel}$ ($0,89 < 1,99$). Hal ini berarti H_0 diterima dan H_a ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa secara signifikan tidak terdapat perbedaan pengaruh hasil belajar *smash* bola di gantung dengan bola di umpan pada mahasiswa.

PEMBAHASAN

Belajar *smash* bola digantung berpengaruh terhadap hasil *smash* karena merupakan *belajar* teknik yang dapat meningkatkan kemampuan *smash*, pemain ketika belajar untuk melakukan *smash* bola yang digantung akan terbiasa mengukur ketinggian bola, kapan dia harus melompat, kapan dia harus memukul dengan perhitungan ini dia akan melakukan pukulan dengan tepat dan belajar mengarahkan bola sesuai dengan keinginan karena dia dapat mengatur daerah perkenaan kaki dengan bola, hanya saja pelaksanaan *smash* bola di gantung membutuhkan tenaga yang lebih banyak karena ketinggian bola tetap, sehingga belajar *smash* bola gantung ini dapat meningkatkan kemampuan *smash* ketika dalam permainan.

Belajar *smash* bola diumpan berpengaruh terhadap *smash* karena *belajar* ini juga dapat meningkatkan kemampuan *smash* yang dibutuhkan pada saat melakukan *smash*. Bola yang diumpan akan memberi pengaruh kepada mahasiswa harus penuh konsentrasi dan bergerak cepat bagaimana dia harus mengambil keputusan untuk mengantisipasi arah bola, kapan dia melompat, kapan dia memukul, sehingga belajar *smash* dengan bola diumpan ini dapat meningkatkan kemampuan *smash* ketika dalam permainan.

Belajar *smash* bola digantung dan *belajar* *smash* bola diumpan secara signifikan tidak berbeda, artinya kedua metode belajar ini berpengaruh terhadap hasil belajar *smash*. Oleh karena itu kedua bentuk metode belajar ini dapat diterapkan dalam

pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan *smash*. Dengan demikian *belajar* yang diberikan ini nantinya akan menghasilkan rangsangan yang besar terhadap kemampuan dan penguasaan *smash* yang baik sehingga menambah kualitas permainan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan analisis data yang telah dilakukan, maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut: (1) Terdapat pengaruh yang signifikan Hasil belajar *smash* sepak takraw bola digantung pada mahasiswa PKO. (2) Terdapat pengaruh yang signifikan Hasil belajar *smash* sepak takraw bola diumpan pada mahasiswa PKO. (3) Secara signifikan tidak terdapat perbedaan pengaruh hasil belajar *smash* sepak takraw bola di gantung dengan hasil belajar bola diumpan pada mahasiswa PKO.

REFERENSI

- Darwis, Ratinus dkk.(1992). *Olahraga Pilihan Sepak Takraw*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Harsono, (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta : Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan (P2LPTK)
- Nurhasan, (2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Departemen Pendidikan Nasional. Direktur Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Tenaga Kependidikan
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung : Tarsito.
- Wiyaka, Ibrahim. (2013). *Sepak Takraw*. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan.