

## **RINGKASAN**

### **PENDAHULUAN**

Pendidikan jasmani merupakan keseluruhan dari pendidikan nasional. Tujuan akhir dari pendidikan jasmani harus selaras dengan tujuan pendidikan nasional. Olahraga di sekolah dipandang sebagai alat pendidikan yang mempunyai peran penting terhadap pencapaian tujuan belajar mengajar secara keseluruhan. Pendidikan jasmani merupakan salah satu pelajaran yang wajib diajarkan baik di SD, SMP, SMA maupun SMK. Pendidikan jasmani pada dasarnya merupakan keseluruhan dari pendidikan secara keseluruhan memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis dengan tujuan mengembangkan aspek kognitif, afektif dan psikomotor. Untuk mencapai tujuan pendidikan harus didukung oleh berbagai hal, baik tenaga pendidik yang bermutu serta program-program pembelajaran yang baik.

Siswa Sekolah Menengah Pertama (SMP) merupakan masa perkembangan dan pertumbuhan, oleh karena itu dalam pembelajaran pendidikan jasmani diharapkan dapat merangsang perkembangan dan pertumbuhan siswa. Untuk mencapai hal tersebut, maka materi-materi dalam pendidikan jasmani dari sekolah tingkat paling rendah hingga atas telah diatur dalam kurikulum pendidikan jasmani. Pendidikan jasmani merupakan proses yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani,

mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup aktif serta sikap sportif melalui kegiatan jasmani. Pengalaman belajar yang disajikan akan membantu siswa mengetahui mengapa manusia dapat bergerak dan bagaimana cara melakukan gerakan secara aman, efisien, dan efektif. Salah satu bentuk pengalaman belajar gerak yang aman, efisien dan efektif terdapat pada permainan *Softball*.

## **METODOLOGI PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Metode ini digunakan atas dasar pertimbangan bahwa sifat penelitian eksperimental yaitu mencobakan sesuatu untuk mengetahui pengaruh atau akibat dari suatu perlakuan atau *treatment*. Di samping itu penulis ingin mengetahui pengaruh variable bebas terhadap variabel terikat yang diselidiki atau diamati mengenai metode eksperimen ini, “Eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab-akibat (hubungan kausal) antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang bisa mengganggu<sup>1</sup>.”

Variabel yang terdapat dalam penelitian ini terdiri atas dua variabel bebas, yaitu metode latihan dan koordinasi mata-tangan. Metode latihan merupakan variabel bebas aktif dan terbagi ke dalam dua klasifikasi, yaitu metode latihan

---

<sup>1</sup>Suharsimi Arikunto, *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktek* (Jakarta: Rineka Cipta, 2010), h. 9.

bagian dan metode latihan keseluruhan. Sedangkan koordinasi mata-tangan termasuk ke dalam variabel bebas atribut dan dibagi menjadi dua klasifikasi, yaitu koordinasi mata-tangan tinggi dan koordinasi mata-tangan rendah. Adapun variabel terikat dalam penelitian ini adalah keterampilan memukul bola *Softball*.

## **HASIL PENELITIAN**

1. Hasil Keterampilan Memukul Bola *Softball* antara Kelompok Siswa yang dilatih dengan Metode Latihan Bagian Lebih Baik dari pada Siswa yang dilatih dengan Metode Latihan Keseluruhan

Berdasarkan rangkuman hasil analisis perhitungan (ANAVA) pada taraf signifikan  $\alpha = 0,05$  didapat  $F_o = 149,33$  dan  $F_t = 4,11$  dengan demikian  $F_o > F_t$  sehingga  $H_o$  ditolak. Sehingga dapat disimpulkan bahwa secara keseluruhan terdapat perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan bagian dengan metode latihan keseluruhan terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball*. Dengan kata lain bahwa hasil keterampilan memukul bola *Softball* menggunakan metode latihan bagian ( $\bar{x} = 22,00$  dan  $s = 2,22$ ) lebih baik daripada hasil keterampilan memukul bola *Softball* menggunakan metode latihan keseluruhan ( $\bar{x} = 18,83$  dan  $s = 1,82$ ). Ini berarti hipotesis penelitian pertama yang menyatakan bahwa terdapat perbedaan pengaruh metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball*.

2. Terdapat Interaksi antara Metode Latihan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Memukul Bola *Softball*

Berdasarkan rangkuman hasil perhitungan analisis varian dua arah, interaksi antara metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball* terlihat pada tabel perhitungan ANAVA diatas. Harga hitung  $F_o$  interaksi (FAB) = 37,33 dan  $F_t = 4,11$ , tampak bahwa  $F_o > F_t$ , sehingga  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima. Berdasarkan uraian di atas dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat interaksi antara metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball*.

3. Hasil Keterampilan Memukul Bola *Softball* antara Kelompok Siswa yang Dilatih dengan Metode Bagian Lebih baik dari Siswa yang Dilatih dengan Metode Latihan Keseluruhan Pada Kelompok Siswa yang Memiliki Koordinasi Mata-Tangan Tinggi

Perhitungan analisis varians tahap lanjut dengan uji *Tuckey* untuk membandingkan kelompok koordinasi mata-tangan tinggi kedua metode latihan merujuk pada pendapat Gane V.Glass. Perhitungan mengenai perbedaan pengaruh hasil keterampilan memukul bola *Softball* bagi kelompok koordinasi mata-tangan tinggi yang dilatih dengan metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan secara lengkap dapat dilihat pada lampiran. Rangkuman hasil perhitungan uji *Tuckey* seperti tampak pada tabel berikut ini:

**Tabel 4.13 : Rangkuman hasil perhitungan Uji Tukey**

No	Kelompok yang Dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel 0,05</sub>	Keterangan
1	A <sub>1</sub> dengan A <sub>2</sub>	16,58	3,68	Signifikan

Berdasarkan tabel 4.12, menunjukkan bahwa harga  $Q_{hitung}$  ( $Q_h$ ) = 16,58 lebih besar daripada  $Q_{tabel} = 3,68$  atau  $Q_{hitung} > Q_{tabel}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  0.05, dengan demikian hipotesis nol ( $H_0$ ) ditolak dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) diterima, artinya, bahwa hasil keterampilan memukul bola *Softball* bagi kelompok koordinasi mata-tangan tinggi yang dilatih dengan metode latihan bagian ( $\bar{x} = 17,00$  dan  $s = 1,22$ ) lebih tinggi dari pada yang dilatih dengan metode latihan keseluruhan ( $\bar{x} = 13,33$  dan  $s = 1,32$ ). Hal ini berarti hipotesis penelitian ketiga yang menyatakan bahwa: Terdapat perbedaan antara metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball* bagi siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan telah teruji.

4. Hasil Keterampilan Memukul Bola *Softball* antara Kelompok Siswa yang Dilatih dengan Metode Bagian Lebih Rendah dari Siswa yang Dilatih dengan Metode Latihan Keseluruhan Pada Kelompok Siswa yang Memiliki Koordinasi Mata-Tangan Rendah

Perhitungan analisis varians tahap lanjut dengan uji *Tuckey* untuk membandingkan kelompok koordinasi mata-tangan rendah. Perhitungan mengenai perbedaan pengaruh hasil keterampilan memukul bola *Softball*

yang dilatih dengan metode latihan bagian dan metode latihan keseluruhan secara lengkap dapat dilihat pada lampiran. Rangkuman hasil perhitungan uji *Tuckey* seperti tampak pada tabel berikut:

**Tabel 4.14 : Rangkuman Hasil Perhitungan Uji *Tuckey***

No	Kelompok Yang Dibandingkan	Q <sub>hitung</sub>	Q <sub>tabel 0,05</sub>	Keterangan
1	A <sub>1</sub> B <sub>2</sub> dengan A <sub>2</sub> B <sub>2</sub>	2,4	3,72	Tidak Signifikan

Berdasarkan tabel 4.13, menunjukkan bahwa harga  $Q_{hitung} (Q_h) = 2,4$  lebih kecil daripada  $Q_{tabel} = 3,72$  atau  $Q_{hitung} < Q_{tabel}$  pada taraf signifikan  $\alpha$  0.05, dengan demikian hipotesis nol ( $H_0$ ) diterima dan hipotesis alternatif ( $H_1$ ) ditolak, artinya bahwa tidak terdapat perbedaan hasil keterampilan memukul bola *Softball* yang signifikan pada kelompok siswa yang dilatih dengan metode latihan bagian ( $\bar{X} = 10,00$  dan  $s = 1,00$ ) lebih rendah dari kelompok yang dilatih dengan metode latihan keseluruhan ( $\bar{X} = 11,00$  dan  $s = 1,00$ ).

Berdasarkan hasil analisa data tersebut di atas maka dapat disimpulkan bahwa hasil keterampilan memukul bola *Softball* kelompok siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah yang dilatih dengan metode latihan keseluruhan menunjukkan hasil yang lebih baik dari kelompok siswa yang dilatih dengan metode latihan bagian, meskipun dari hasil perhitungannya tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap hasil

keterampilan memukul bola *Softball* pada kelompok yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah.

## **KESIMPULAN**

Dari hasil pengujian keempat rumusan hipotesis ternyata hasilnya menunjukkan bahwa hipotesis 1 (satu), 2 (dua) ,3 (tiga) tersebut teruji. Sedangkan rumusan hipotesis yang ke 4 (empat) menunjukkan bahwa secara statistik tidak terdapat perbedaan yang signifikan. Secara rata-rata bahwa skor metode latihan bagian lebih tinggi terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball* bagi kelompok yang memiliki koordinasi mata-tangan. Hal ini menunjukkan bahwa kedua bentuk metode latihan tersebut memberikan pengaruh yang sama berbeda terhadap hasil keterampilan memukul bola *Softball*. Hipotesis keempat menunjukkan tidak terbukti atau belum dapat teruji kebenarannya karena tidak didukung oleh data yang terkumpul. Hal ini tidak sesuai dengan kajian teori dan kerangka berfikir yang telah dikemukakan pada bab II, bahwa tetap masih menjadi dugaan karena belum dapat dibuktikan secara empirik. Dengan demikian, diperlukan pembahasan terhadap berbagai kemungkinan yang menyebabkan tidak terbuktinya hipotesis tersebut. Adapun kemungkinan yang terjadi sebagai berikut:

1. Waktu latihan yang sebentar diduga sebagai salah satu penyebab tidak terbuktinya hipotesis keempat.

2. Sarana prasarana latihan di ekstrakurikuler kurang memadai yang mengakibatkan kurang efektifnya latihan dilakukan.
3. Diduga siswa ada yang melakukan aktivitas olahraga lain diluar perlakuan yang diberikan, walaupun sebelum penelitian dimulai telah diberitahukan agar jangan melakukan kegiatan olahraga selama masa penelitian.
4. Faktor fisik dimungkinkan berpengaruh terhadap rendahnya komponen fisik para siswa.
5. Minat belajar siswa merupakan satu unsur psikologi yang diduga turut mempengaruhi penelitian, dimana minat merupakan salah satu pendorong seseorang untuk memiliki suatu aktivitas tertentu. Jika seseorang memiliki minat terhadap suatu aktivitas, maka ia akan lebih serius untuk melakukan aktivitas tersebut.

Secara keseluruhan maka metode latihan bagian memiliki pengaruh yang lebih baik dibanding dengan metode latihan keseluruhan. Sedangkan bagi yang memiliki koordinasi mata-tangan tinggi hendaknya memilih metode latihan keseluruhan jika ingin meningkatkan hasil keterampilan memukul bola *Softball*. Sedangkan bagi siswa yang memiliki koordinasi mata-tangan rendah, dapat diberikan kedua metode latihan tersebut untuk meningkatkan hasil keterampilan memukul bola *Softball*, tetapi cenderung akan lebih baik jika diberikan metode latihan keseluruhan, hal ini disebabkan perbedaan jumlah rata-ratanya.