

BAB II
KERANGKA TEORITIS, KERANGKA BERPIKIR DAN PENGAJUAN
HIPOTESIS

A. Kerangka teorites

1. Hakikat koordinasi

Komponen fisik yang penting bagi atlet pada berbagai cabang olahraga tentunya memiliki andil dan peran yang sangat besar bagi hasil dan prestasinya. Karena komponen fisik merupakan komponen penunjang bagi seorang atlet dalam menghadapi pertandingan dan mengetahui sejauh mana tingkat performanya. Komponen fisik tersebut diantaranya kecepatan, kekuatan, kelincahan, keseimbangan, daya tahan, kelenturan dan yang tidak kalah penting adalah koordinasi.

Dalam hal ini yang akan menjadi pembahasan dalam penelitian ini adalah koordinasi. Koordinasi merupakan kemampuan atau kecakapan yang dimiliki untuk dapat melakukan gerakan yang baik (efektif) dan juga efisien. Pada setiap cabang olahraga tentunya koordinasi gerak merupakan komponen yang tidak kalah penting untuk dapat menghasilkan gerakan yang baik dan sinergis. Lalu untuk memperoleh kesempurnaan dari gerak

koordinasi tersebut tidaklah semudah yang dibayangkan sehingga perlu diadakan suatu latihan dalam jangka waktu yang cukup lama.

Sebuah teori menyebutkan bahwa koordinasi adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dengan berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan efisien dan penuh ketepatan.¹

Hamidsyah Noer juga menjelaskan bahwa koordinasi adalah gerakan yang terjadi dan informasi yang terintegrasi ke dalam gerakan anggota tubuh.²

Sama halnya dengan Widiastuti di dalam bukunya yang menerangkan bahwa koordinasi merupakan kemampuan untuk melakukan gerakan atau kerja dengan tepat dan efisien. Koordinasi menyatakan hubungan harmonis berbagai faktor yang terjadi pada suatu gerakan. Kemampuan koordinasi merupakan dasar yang baik bagi kemampuan belajar yang bersifat sensomotorik, makin baik tingkat kemampuan koordinasi, akan makin cepat dan efisien pula gerakan sulit yang dapat dilakukan.³

¹ Sudrajat Prawira Saputra, Rusli Lutan Dan Ucup Yusup, *Dasar-Dasar Kepeleatihan* (Jakarta: Depdikbud Dirjen Pendidikan Dasar Dan Menengah, 1999-2000) H. 77

² Noer Hamidsyah, *Hubungan Antara Koordinasi Dan Kecepatan Dengan Menggiring Bola Basket*, (Jakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan, Unuversitas Negeri Jakarta, 2003), H. 178

³ widiastuti, *Tes Dan Pengukuran Olahraga*, (Jakarta: PT.Bumi Timur Jaya, 2011), H. 18

Peningkatan keterampilan olahraga bola tangan banyak dipengaruhi oleh kemampuan fisik, maupun kemampuan teknik yang mana keduanya merupakan suatu dasar yang harus dimiliki oleh setiap atlet. Salah satu kemampuan tersebut adalah kemampuan melakukan koordinasi dalam kaitannya melempar bola. Koordinasi tersebut juga diperlukan dalam berlari, melompat, melempar, dan menangkap.

Koordinasi merupakan keterampilan antara gerakan yang satu dengan gerakan yang lainnya, sehingga mampu menghasilkan suatu bentuk keterampilan gerak yang cukup sempurna. Pada dasarnya koordinasi sama halnya dengan mengontrol gerak tubuh seseorang dapat dikatakan memiliki koordinasi gerak yang baik apabila ia mampu bergerak dengan mudah dan lancar dalam merangkai dan memadukan gerakannya sesuai irama atau seseorang mampu melakukan gerakan tersebut, hal itu sama artinya bahwa ia dapat melakukan gerakan yang efisien yang pada akhirnya mampu melakukan aktivitas gerak fisik dengan baik.

KONI pusat (Komite Olahraga Nasional Indonesia Pusat) di pusat penelitian dan penataran menjelaskan bahwa koordinasi diartikan sebagai gerakan menjadi suatu kebulatan / gerakan yang sempurna. Koordinasi yang baik ditunjang oleh kelincahan, kecepatan dan keseimbangan.⁴

⁴ KONI, Pusat Pendidikan Dan Penataran 2001, H.16

Dalam meningkatkan kualitas gerak kompleks manusia dipengaruhi oleh peningkatan keterampilan yang maksimal dengan memperhatikan koordinasi umum dan koordinasi khusus.⁵ Koordinasi umum mengatur kemampuan untuk melakukan berbagai kemampuan gerak secara rasional. Setiap atlet yang mengikuti perkembangan multilateral mulai pada usia dini akan mendapatkan hasil kemampuan koordinasi umum yang memadai. Perkembangan multilateral harus bersamaan dengan pengenalan terhadap suatu cabang olahraga, karena koordinasi umum merupakan dasar dari perkembangan koordinasi khusus. Koordinasi khusus atau spesifik menggambarkan kemampuan untuk melakukan berbagai gerakan.

Olahraga tertentu secara cepat, lancar dan tepat, karena koordinasi khusus sangat terkait dengan kekhususan dari keahlian motorik dan memberikan atlet kemampuan tambahan agar dapat menampilkan penampilan yang baik di dalam latihan dan pertandingan.

Menurut Sugianto, koordinasi merupakan suatu kemampuan yang tidak dapat diabaikan dalam berbagai macam gerak, baik gerakan yang sederhana, kompleks, maupun multikompleks. Suatu gerakan akan dapat diciptakan secara harmonis dan terjadi apabila seseorang memiliki kemampuan mengkoordinasikan gerakan yang lebih baik.

⁵ Tudor O. Bumpa, *Theory and methodology of training*. Diterjemahkan Oleh Tim Dosen FIK UNJ, (Jakarta: FIKUNJ Jakarta, 2009), h. 380-382

Koordinasi suatu kemampuan dan keterampilan gerak tidak dapat diabaikan dan perlu dimiliki oleh pemain bola tangan dalam mempelajari gerak dasar. Seperti halnya dalam keterampilan melempar bola ke arah teman dalam memberikan operan umpan agar dapat mencetak gol, hal tersebut dikarenakan penguasaan teknik gerakan perlu didukung oleh komponen fisik yaitu koordinasi. Jadi apabila hal tersebut disimpulkan bahwa koordinasi merupakan kemampuan yang dapat meningkatkan keterampilan gerak termasuk pada saat melempar bola dengan tepat.

Kembali lagi pada prinsipnya di dalam bola tangan bahwa bola harus dengan cepat dan tepat sampai kepada teman untuk memudahkan teman dalam menciptakan gol.

Bola yang tepat dilakukan secara efektif dan efisien akan memberikan hasil yang optimal terhadap hasil tembakan pada akhirnya.

Kemampuan koordinasi merupakan suatu kemampuan yang terdapat di motorik kasar dan halus. Menurut Jurgen Hofab yang menyatakan bahwa koordinasi merupakan suatu gerakan yang sangat berkaitan satu dengan yang lainnya agar suatu pekerjaan dapat terselesaikan dengan baik dan lancar, berurutan sesuai dengan keinginan.⁷

⁷ Jurgen Hofab, Koordinasi Tubuh dan Mata Tangan. (online: <http://www.inspirekidsmagazine.com> Diakses pada : 10 desember 2015), h. 5

Kemampuan terciptanya suatu koordinasi yang dapat menunjang khususnya dalam melakukan lemparan operan dalam bola tangan dalam memberikan rangsangan-rangsangan bagi suatu pola gerak yang di lakukan. Koordinasi adalah dasar bagi seorang pelatih dalam memberikan perlakuan dalam proses latihan untuk menitikberatkan pada daya visualisasi dan komposisi gerak antara persiapan, memegang bola, lemparan dan menangkap dalam keterampilan melakukan lemparan mengoper bola. Di samping itu atlet yang memiliki koordinasi yang baik tidak hanya mampu melakukan gerakan teknik yang benar saja, tetapi lebih dari itu ketepatan dalam menepatkan bola juga akan dapat dilakukan dengan baik. Dengan anak yang mempunyai koordinasi yang baik akan mengkoordinasikan berbagai otot-otot yang di gunakan dalam gerakannya.

Berdasarkan pendapat di atas dapat penulis simpulkan bahwa koordinasi adalah suatu kemampuan yang tidak dapat diabaikan dalam berbagai macam gerakan, baik gerakan yang sederhana, kompleks, maupun multikompleks.

2. Hakikat Motivasi

Dalam kehidupan keseharian, manusia mempunyai motivasi atau hasrat mengapa suatu hak dilakukan, namun kita tidak dapat merasakannya dengan panca indra, tetapi dapat kita ketahui dari sikap, perbuatan, tindakan atau tingkah laku sehari-hari. Dengan demikian motivasi mempunyai pengertian

yang rumit atau tidak jelas dan merupakan gejala psikologis dalam kehidupan manusia. Tingkah laku, perbuatan, tindakan dan atau kehendak dalam kehidupan manusia sehari-hari selalu didasari oleh beberapa motivasi.

Motivasi menurut Ngalim Purwanto adalah proses pembelajaran yang sangat dibutuhkan untuk terjadinya percepatan dalam mencapai tujuan pendidikan dan pembelajaran secara khusus, belajar dalam arti luas dapat diartikan sebagai suatu proses yang memungkinkan timbulnya atau berubahnya suatu tingkah laku sebagai hasil dari terbentuknya respon utama.⁸

Perlu kita ketahui bahwa motivasi memegang peran penting dalam membantu menentukan berhasil atau tidaknya seseorang dalam proses melakukan pekerjaan. Oleh karena itu bahwa motivasi yang tinggi harus ditekankan ke dalam diri setiap orang di dalam setiap aktivitasnya.

Karakteristik seseorang yang baik adalah mereka yang memiliki motivasi yang positif untuk dirinya. Motivasi yang baik akan memungkinkan setiap individu untuk bekerja lebih baik dalam kelompoknya. Dengan kata lain tujuan yang dicapai biasa lebih dari yang ditargetkan.

⁸ Ngalim Purwanto, Motivasi Belajar , (Yogyakarta: Pustaka Baru Press, 2007), h. 61

Penampilan yang baik pasti ditunjukkan dengan adanya motivasi dan keterampilan yang baik pula, sehingga memungkinkan tujuan yang mereka tetapkan dapat tercapai. Pada dasarnya setiap individu memiliki motivasi untuk berkomitmen dalam mencapai tingkat kesempurnaan khususnya terkait olahraga.

Istilah motivasi berasal dari kata motif yang dapat diartikan sebagai kekuatan yang terdapat dalam diri individu, yang menyebabkan individu tersebut bertindak atau berbuat. Motif tidak dapat diamati secara langsung, tetapi dapat diinterpretasikan dalam tingkah lakunya, berupa rangsangan dorongan.⁹

Motif adalah daya penggerak dalam diri seseorang untuk melakukan aktivitas tertentu, demi mencapai tujuan tertentu.¹⁰ Hal inilah yang membuat manusia bertahan hidup serta berinteraksi dengan manusia yang lain. Yang tidak lain tidak bukan adalah demi memenuhi kebutuhan hidupnya baik secara fisik maupun mental spiritual. Sehingga ada perasaan puas di dalam dirinya dengan melakukan suatu hal yang diinginkannya.

Menurut Mochamad Djumidar juga membedakan motivasi atas dasar kaitannya dengan kepuasan atau kesenangan, yaitu :

⁹ Isbandi Rukminto Adi, Psikologi, *Pekerjaan Sosial, dan Ilmu kesejahteraan Sosial: Dasar-Dasar Pemikiran*, (Jakarta: Grafindo Persada, 1999), h 154

¹⁰ W.S. Winkel, *Psikologi Pengajaran*, (Jakarta: Grafindo, 2000) h, 151.

- a) Motivasi positif, berhubungan dengan dorongan untuk mendapatkan kesenangan.
- b) Motivasi negatif, berhubungan dengan dorongan untuk menghindari sesuatu yang tidak menyenangkan.¹¹

Dilandasi dengan pengalaman dalam bidang pendidikan jasmani, Cratty (1973) mengemukakan pendapat bahwa istilah motivasi mengandung arti faktor-faktor dan proses yang mendorong seseorang untuk bertindak atau tidak bertindak dalam berbagai situasi. Dikemukakan bahwa motif-motif manusia dapat ditinjau dari tiga dimensi :

1. Dimensi kesadaran manusia, ada motif yang disadari dan ada motif yang tidak disadari.
2. Dimensi kebutuhan, dapat dikelompokkan dalam kebutuhan:
(a) Kebutuhan fisiologis, biologis dan drivers, (b) kebutuhan psikologis, dan (c) kebutuhan sosial, nilai-nilai.
3. Dimensi pengalaman, dibedakan: (a) pengalaman masa lalu, (b) pengalaman yang baru saja dialami, dan (c) pengalaman yang sedang dialami.¹²

Kemudian aspek keinginan menjadi yang terbaik, individu dalam kebutuhan motivasi yang tinggi senantiasa menunjukkan hasil kerja yang

¹¹ Djumidar Mochamad, *psikologi olahraga*, (Jakarta: CV.GRAMADA OFFSET, 2012), H. 112

¹² Djumidar Mochamad, *psikologi olahraga*, (Jakarta: CV.GRAMADA OFFSET, 2012), H. 112

sebaik-baiknya dengan tujuan agar meraih predikat yang terbaik, sedangkan individu dengan kebutuhan berprestasi yang rendah menganggap bahwa peringkat terbaik bukan merupakan tujuan utama dan hal ini membuat individu tidak berusaha seoptimal mungkin dalam menyelesaikan tugasnya.

Apabila kita lihat, berdasarkan definisi tersebut terdapat hubungan antara daya dorong, keinginan, kebutuhan dan kemauan. Selanjutnya dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa motivasi adalah adanya keseluruhan daya penggerak atau pendorong dalam diri individu yang menimbulkan suatu tingkah laku yang dikehendaki dalam pencapaian tujuannya berdasarkan pada kebutuhan individu tersebut. Misalkan seseorang mengikuti kegiatan di suatu ekstrakurikuler olahraga karena adanya dorongan untuk berprestasi, memperoleh teman, menyalurkan energi atau tujuan lain.

Selain itu dapat disimpulkan juga bahwa motivasi adalah energi aktif yang positif yang menyebabkan terjadinya suatu yang tampak pada gejala kejiwaan, perasaan, dan juga emosi, sehingga mendorong individu untuk bertindak atau melakukan sesuatu dikarenakan adanya tujuan, kebutuhan, atau keinginan yang harus terpuaskan. Dan tentunya motivasi seseorang dapat dipengaruhi oleh faktor yang datangnya dari dalam diri maupun dari luar diri orang tersebut.

Dijelaskan oleh Silvia dan Weinberg lebih lanjut lagi bahwa pada motivasi yang berasal dari dalam diri seseorang memiliki dampak baik hal tersebut untuk kesenangan dan kegembiraan yang murni sifatnya. Para peneliti dan praktisi olahraga pada umumnya menemukan bahwa motivasi orang – orang untuk bergabung dalam suatu kegiatan merupakan fungsi secara internal maupun eksternal. Sebagai contoh motivasi eksternal dalam olahraga, yaitu atlet yang berlatih dengan giat hanya pada waktu akan diselenggarakan perlombaan saja dengan hadiah yang sangat menarik. Latihan tersebut pada akhirnya mengendur lagi apabila tidak ada perlombaan dengan hadiah yang menarik.¹³

Berikut Thomas F. Staton (1969) Mengemukakan pendapatnya bahwa seseorang akan belajar hanya apabila ia mempunyai kemauan untuk belajar. Adanya kemauan untuk belajar tersebut menunjukkan bahwa individu yang bersangkutan mempunyai motivasi untuk belajar. Seorang pelatih mungkin telah merasa memberikan pelajaran atau latihan dengan sebaik-baiknya kepada anak asuhnya, tetapi apabila si anak tersebut tidak mempunyai motivasi untuk belajar atau berlatih, maka hasilnya tidak akan memuaskan.

Perlu kita ketahu pula bahwa motivasi seseorang untuk berolahraga memiliki perbedaan antara yang satu dengan yang lainnya dikarenakan

¹³ Drs. H. Moch. Djumidar, Tirti Apriyanto, Fitri Lestari Issom, psikologi olahraga, (Jakarta: FIK UNJ 2000), h. 113

perbedaan kebutuhan dan kepentingan, baik disebabkan oleh perbedaan usia, minat, pekerjaan dan kebutuhan-kebutuhan lainnya.

Struktur faktor motivasi dalam olahraga dibangun oleh beberapa dimensi yang telah dijelaskan sebelumnya, seperti motivasi instristik, motivasi ekstrinsik dan amotivasi. Selanjutnya bentuk tertinggi dan motivasi yang datangnya dari luar dan yang paling dekat dengan motivasi intrinsik adalah level integrated regulation. Antara motivasi intrinsik dan integrated regulation sangatlah mirip, tetapi individu yang termotivasi pada level integrated regulation tidak melakukan aktivitas atas dasar aktivitas itu sendiri namun mengatur tindakan mereka untuk mendapatkan suatu hasil. Sebagai contoh seseorang berolahraga Selma ini karena olahraga itu sendiri sudah menjadi bagian dari kehidupan. Atlet yang merasa cabang olahraga yang di tekuni adalah bagian dari jati dirinya bagian dari kehidupannya yang dia jalani.

Motivasi itu sendiri merupakan unsur psikologi untuk mendorong seseorang dalam melakukan suatu hal. Dalam suasana olahraga seseorang tidak dapat menunjukkan hasil optimal tanpa didorong oleh motivasi, contoh olahraga bola tangan, keterampilan gerak menjadi optimal disebabkan adanya motivasi, baik yang berasal dari dalam maupun yang berasal dari luar individu tersebut. Karakteristik pelatih dan atlet yang baik adalah mereka yang memiliki motivasi yang baik. Motivasi yang baik akan memungkinkan setiap individu dapat bekerja lebih baik dalam kelompokan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat penulis simpulkan bahwa hakikat motivasi adalah unsur psikologis untuk mendorong seseorang dalam melakukan sesuatu hal, karena motivasi adalah dorongan dari diri sendiri.

3.Hakikat Operan Bola

Dalam permainan bola tangan pada dasarnya sama saja dengan cabang olahraga permainan yang lain, di dalam bola tangan juga mempunyai beberapa macam teknik dasar yang perlu dipelajari. Pada umumnya bola tangan berjalan dengan tempo yang lebih cepat. Selain itu seseorang atlet juga harus memiliki koordinasi tubuh yang baik serta menguasai beberapa teknik mengoper bola dan menembakkan bola ke gawang lawan. Oleh karena itulah seseorang pemain bola tangan harus dapat melakukan start lari dengan cepat, memiliki kelincahan (*agility*), dapat menangkap bola dengan mantap, melempar bola (mengoper) dengan tepat sasaran.¹⁴

Dalam konteks olahraga, bola tangan biasa sebagai permainan beregu yang menggunakan bola sebagai alatnya, yang dimainkan dengan satu atau kedua tangan. Bola tersebut boleh di lempar, dipantulkan, atau ditembakkan. Tujuan dari permainan ini adalah memasukkan bola sebanyak-banyaknya

¹⁴ Sujarwo, Mustafa Masyhur, M. Arif, *teori dn praktek olahrag permainan bola tangan*, (Jakarta: LPP Press Universitas Negeri Jakarta, 2015), h. 63

dengan melakukan tembakan ke gawang lawan, dan mencegah agar tim lawan tidak dapat memasukkan bola ke gawang sendiri.

Melempar bola merupakan bagian terpenting dalam bermain bola tangan. Keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilannya dalam mengoper dan menembak.¹⁵ Dasar – dasar teknik dalam melakukan operan bola sama dengan teknik dasar menembak, jadi jika pemain menguasai dasar teknik mengoper maka pelaksanaan teknik menembak bagi pemain tersebut akan mudah dan cepat dilakukan. Mengoper bola adalah gerakan mengarahkan dan mengusahakan agar bola jatuh tepat di sasaran.¹⁶ Perlu diketahui pula bahwa mengoper atau menembak adalah bentuk gerak lemparan yang ditujukan untuk memasukkan bola ke tujuan akhir yang kita inginkan. Agar berhasil, lemparan yang dilakukan harus akurat, dengan mengerahkan seluruh kecepatan dan kekuatan dalam waktu yang sangat singkat sehingga menghasilkan gerak laju bola cepat.¹⁷

Bola di dalam permainan bola tangan selalu bergulir dari tim dengan memanfaatkan ruang serta waktu untuk mencapai tujuan tertentu. Berhasil tidaknya dalam permainan bola tangan dengan menghasilkan skor yang

¹⁵ imam sodikun, olahraga *pilihan bola basket*, (Jakarta: Departemen pendidikan kebudayaan direktorat jendral pendidikan tinggi proyek pembinaan tenaga kependidikan, 1999), h. 59

¹⁶ Vic Ambler, *petunjuk pelatih dan permainan bola basket* (Bandung: pionir jaya, 2006), h. 13.

¹⁷ Agus Mahendra, *bola tangan*, (Jakarta: depdikbud, 1999), h. 59-60

banyak tentunya di tentukan oleh kemampuan seorang individu dalam menguasai teknik -teknik dasar dalam bola tangan. Sama halnya dengan cabang olahraga permainan lainnya, bahwa teknik dasar wajib dikuasai oleh pemain Dalam garis besarnya, teknik dasar permainan bola tangan yang perlu kita ketahui di antaranya:

1. Mengoper bola (*passing*)
2. Menggiring bola (*dribbling*)
3. Menangkap bola (*catching*)
4. Menembakkan bola (*shooting*)¹⁸



Gambar 1. Gerakan melempar (*throwing*)

Sumber : *developed by the IHF working group, handball at school*": philippe bana (FRA), Dietrich Spate (GER), Alland lund (DEN), Patric Strub (IHF office), Amal Khalifa (ihf OFFICE)

¹⁸ Sujarwo, Mustafa Masyhur, M Arif, Op.Cit, 2015, h. 63



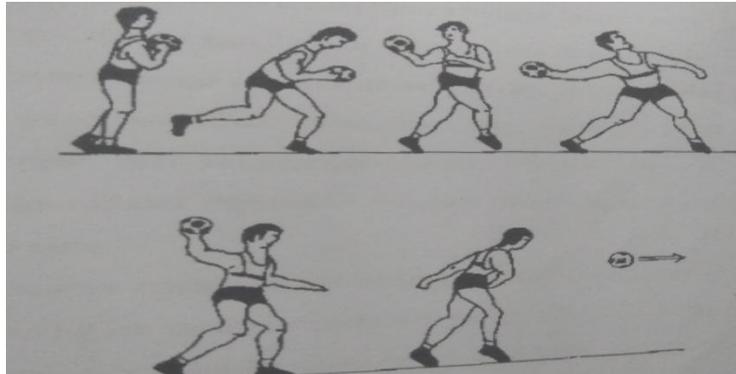
GAMBAR 2 gerakan persiapan melempar (*throwing*)

Sumber : *Developed by the IHF working group, handball at school* : philippe Bana (FRA), Dietrich spate (GER), *Allan Lund* (DEN), *Patric strub* (IHF Office), *Amal Khalifah* (IHF Office).

Pada permainan bola tangan, mengoper bola atau biasa kita sebut *passing* merupakan salah satu teknik yang sangat penting, dapat diibaratkan permainan bola kaki yang mana terdapat operan-operan yang cantik dan menawan dapat membuat permainan lawan ekstra hati-hati dalam menjaga pertahanannya, hal tersebut juga terjadi di dalam bola tangan. Sehingga penguasa teknik dasar yang baik dapat membantu bola sampai kepada teman satu tim dengan tepat, cepat dan akurat. Sehingga bola sulit untuk dihadang atau dikuasai oleh lawan.

Operan bola dari tangan ke tangan sangatlah penting dalam usaha membangun sebuah serangan ke daerah pertahanan lawan, guna

menghasilkan sebuah gol pada cabang olahraga bola tangan, pada hakikatnya *passing* terbagi atas dua bagian yaitu *passing* menggunakan dua tangan dan *passing* dengan menggunakan satu tangan.¹⁹



Gambar 3. Pergerakan melempar (throwing)

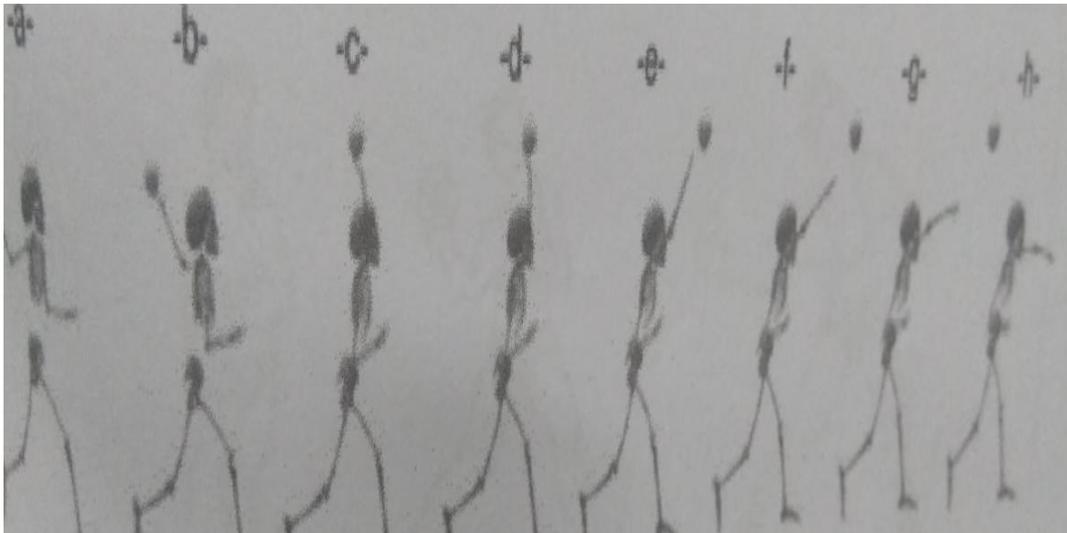
Sumber : *Buku Methods/ Tactics/ Technique. Janusz Czerwinski / EHF Methods Commission Franrisek Taborsky / EHF Competition Commission.*

Mengoper bola dengan menggunakan kedua tangan dapat digunakan untuk operan - operan dalam jarak yang dekat, namun perlu dilakukan dengan cepat. Untuk dapat optimal, pemakaian teknik yang dipilih tergantung dari posisi pemain seregu dan pemain lawan yang menghalanginya. *Passing* bola dengan menggunakan dua tangan pada prinsipnya harus dilakukan dengan pengarahannya tenaga tubuh yang disalurkan ke bola, namun bukan

¹⁹ loc.cit.

hanya tenaga lengan saja. Tergantung dari jarak yang dibutuhkan maka besar kecilnya tenaga juga harus diperhitungkan. Tenaga tersebut dihasilkan dari gerakan tubuh yang bergerak ke depan, yang kemudian disalurkan dan digabungkan dengan tenaga lengan, tangan dan pergelangan tangan. *Passing* dengan menggunakan kedua tangan dapat dibedakan menjadi *chest pass*, *overhead pass* dan *underhand pass*.

Pada tahap dan dalam konteks pembelajaran untuk teknik dapat dilakukan dengan jarak yang dekat demi penguasaan tahapan demi tahapan gerak yang dikuasai. Pada dasarnya *javeline pass* ini diturunkan dari teknik melempar lembing di dalam cabang olahraga atletik.



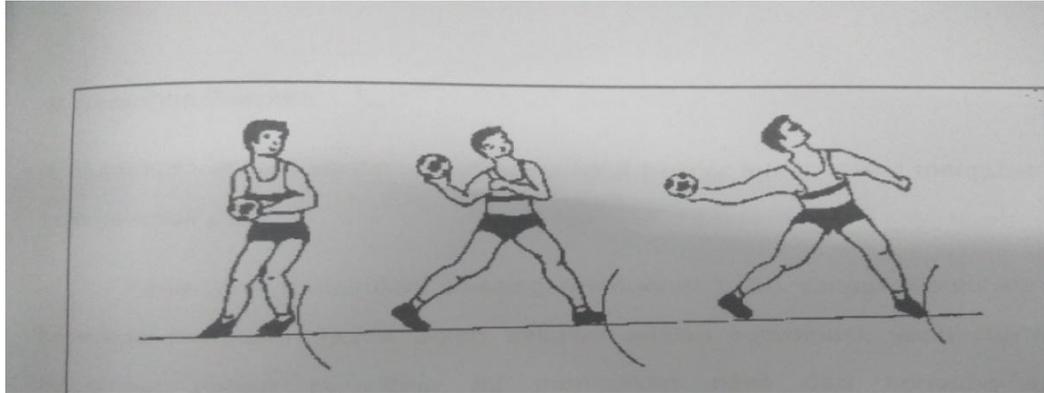
Gambar 5. Tahap pergerakan javeline pass

Sumber : <http://swww.researchgate.net> (diakses pada 16/02/2017)

Pergerakan yang hampir menyerupai gerakan lempar lembing menjadi konsep dasar dalam melakukan jenis lemparan ini. Seorang anak diberikan media bola untuk melaksanakan teknik pergerakan melempar *javeline pass*. Hal ini sangat memudahkan bagi seorang anak karena media yang digunakan adalah sebuah bola yang sering dimainkannya.

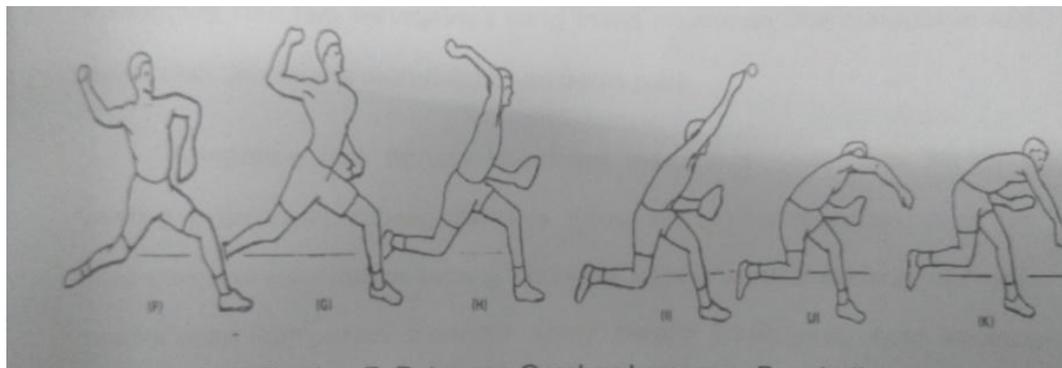
Dalam pelaksanaan teknik melempar *javeline pass* dapat dilakukan dengan beberapa tahapan posisi seperti layaknya melakukan lemparan lembing. Pada posisi awal seorang atlet berdiri tegak, kemudian bola dipegang oleh salah satu tangan, kemudian bola dibawa pada posisi ke belakang kepala, kedua siku sedikit ditekuk. Apabila tangan kanan yang memegang bola, maka kaki kanan juga berada di belakang, begitu pun sebaliknya, jika tangan kiri yang memegang bola maka kaki kiri berada di belakang. Posisi kedua lutut sedikit agar ditekuk, kemudian tumit kaki yang di belakang sedikit diangkat pada posisi yang sama dengan lempar lembing atau lemparan baseball.²⁰

²⁰ *ibid*, h. 65



Gambar 6. Pergerakan javeline pass

Sumber : *Buku Methods/ Tactics/ Technique. Janusz Czerwinski / EHF Methods Commission Franrisek Taborsky / EHF Competition Commission*



Gambar 7. Potongan gerakan lemparan baseball

Sumber : <http://www.waterpoloplanet.com> (16/03/2017)

Berdasarkan pendapat di atas dapat penulis simpulkan bahwa operan bola (*passing*) adalah bagian terpenting dalam permainan bola tangan keberhasilan suatu regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilannya dalam mengoper dan menembak serta menangkap bola.

B. KERANGKA PERPIKIR

1. Hubungan antara koordinasi terhadap kemampuan teknik dasar mengoper bola (*javeline pass*).

Pada saat melakukan *passing* (mengoper bola) sangat dibutuhkan beberapa rangkaian gerak salah satunya adalah koordinasi, yang mana koordinasi dalam penelitian ini merupakan hasil dari kemampuan menyinergiskan antara rangsangan yang diterima oleh indra mata dan dilanjutkan dengan gerakan tangan yang melakukan lemparan tersebut. Tangan merupakan bagian ekstremitas tubuh bagian atas yang biasa digunakan untuk melempar, menangkap, menarik, menggenggam, mendorong dan lain sebagainya yang mana persendian otot merupakan alat gerak aktif dan tulang merupakan alat gerak pasif.

Komponen fisik berupa koordinasi merupakan salah satu hal yang penting dalam suatu cabang olahraga. Karena dengan kemajuan teknologi dan ilmu pengetahuan dalam bidang olahraga hampir semua cabang olahraga memerlukan komponen *biomotor ability* berupa koordinasi, agar kualitas gerak suatu cabang olahraga tersebut dapat dilakukan dengan baik dan juga maksimal dibutuhkan kemampuan koordinasi yang didukung oleh kecakapan teknik serta komponen fisik yang lainnya.

Di dalam bola tangan komponen *bermotor coordination* juga diperlukan dalam memaksimalkan kemampuan bergerak para atlet dan pemainnya. Melakukan lemparan dengan cepat, tepat dan akurat diperlukan koordinasi yang baik. Bagaimana bola dilihat oleh mata yang selanjutnya disensor disampaikan kepada anggota tubuh. Selanjutnya melompat yang tinggi dan maksimal dalam permainan bola tangan sangat memerlukan komponen biomotor.

Kemampuan terciptanya suatu koordinasi yang dapat menunjang khususnya dalam melakukan lemparan operan dalam bola tangan dengan pemberian rangsangan-rangsangan bagi suatu pola gerak yang dilakukan koordinasi adalah dasar bagi seorang pelatih ataupun guru dalam memberikan perlakuan dalam proses latihan untuk menitikberatkan pada daya visualisasi dan komposisi gerak antara persiapan, memegang bola, lemparan dan menangkap dalam keterampilan melakukan lemparan mengoper bola. Di samping itu atlet juga yang memiliki koordinasi yang baik tidak hanya mampu melakukan gerakan teknik yang benar saja, tetapi lebih dari itu ketepatan dalam menempatkan bola juga akan dapat dilakukan dengan baik. Dengan anak yang mempunyai koordinasi yang baik akan mampu mengkoordinasikan berbagai otot-otot yang digunakan dalam gerakannya

Berdasarkan uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa diduga terdapat hubungan koordinasi terhadap kemampuan teknik dasar mengoper bola tangan (*javeline pass*).

2. Hubungan antara motivasi kemampuan belajar teknik dasar mengoper bola (*javeline pass*)

Untuk meningkatkan operan atau *passing* dalam bola tangan , maka terdapat komponen psikologi yang dapat memberikan sumbangsih dalam keberhasilan tersebut . komponen tersebut adalah motivasi , yang mana motivasi ini dapat berasal dari dalam dan dari luar diri seseorang . bagaimana seorang anak memanajemen motivasi untuk berhasil dalam melakukan operan dengan baik , tepat dan cepat. Bagaimana seorang anak dapat melakukan lemparan dengan baik dan tepat agar tidak malu kepada temannya yang sudah bisa, kemudian bagaimana lemparan tersebut dapat tepat dan sesuai untuk membuat pelatih senang, dan motivasi yang bisa dimunculkan bagi seorang atlet untuk menunjang kemenangan sebuah tim.

Sama seperti halnya pada kemampuan cabang olahraga yang lain, motivasi memberikan kekuatan yang berpengaruh dalam menghasilkan suatu gerakan yang baik dan sempurna. Untuk melakukan suatu teknik tertentu, di dalam cabang olahraga memang memerlukan suatu niat dan tujuan karena dalam melakukan gerak, otot dapat berkontraksi memanjang atau

memendek, sehingga memerlukan suatu keluasan gerak sendi dan otot contohnya pada cabang olahraga angkat beban . bagaimana seseorang atlet dapat mampu menguasai beban yang melebihi dari berat badannya.

Kemudian aspek keinginan menjadi yang terbaik, individu dengan kebutuhan motivasi yang tinggi senantiasa menunjukkan hasil kerja yang sebaik-baiknya dengan tujuan agar meraih predikat yang terbaik, sedangkan individu dengan kebutuhan berprestasi yang rendah menganggap bahwa peringkat terbaik bukan merupakan tujuan utama dan hal ini membuat individu tidak berusaha seoptimal mungkin dalam menyelesaikan tugasnya .

Apabila kita lihat , berdasarkan definisi tersebut hubungan antara daya dorong , keinginan, kebutuhan dan kemauan . selanjutnya dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa motivasi adalah adanya keseluruhan daya penggerak atau pendorong dalam diri individu yang menimbulkan suatu tingkah laku yang dikehendaki dalam pencapaian tujuannya berdasarkan pada kebutuhan individu tersebut. Misalnya seseorang mengikuti kegiatan di suatu ekstrakurikuler olahraga karna adanya dorongan untuk berprestasi, memperoleh teman, menyalurkan energi atau tujuan lainnya .

Motivasi itu sendiri merupakan unsur psikologi untuk mendorong seseorang dalam Melakukan suatu hal. Dalam susunan olahraga seseorang tidak dapat menunjukkan hasil optimal tanpa didorong oleh motivasi, contoh

olahraga bola tangan , keterampilan gerak menjadi optimal disebabkan adanya motivasi ,baik yang berasal dari dalam maupun dari luar individu tersebut. Karakteristik pelatih dan atlet yang baik adalah mereka yang memiliki motivasi yang baik. Motivasi yang baik akan memungkinkan setiap individu dapat bekerja lebih baik dalam kelompoknya.

Berdasarkan uraian di atas maka dapat ditarik kesimpulan bahwa diduga terdapat hubungan antara motivasi terhadap hasil belajar teknik dasar mengoper bola tangan (*javeline pass*).

3. Hubungan koordinasi dan motivasi terhadap kemampuan teknik dasar mengoper bola (*javeline pas*)

Pada dasarnya dalam melakukan operan *javeline pass* diperlukan banyak sekali komponen fisik dan psikis yang menunjang agar gerak ini menjadi maksimal. Dan diantaranya yaitu koordinasi dan juga motivasi. Pada saat melakukan lemparan dengan cepat dan tepat serta sempurna itu memerlukan koordinasi antara indera mata dan selanjutnya bersinergis dengan anggota tubuh dalam hal ini tangan dalam menghasilkan gerakan yang sesuai dengan konsep gerakanya. Semakin baik dan maksimal kemampuan koordinasi seorang anak/atlet, maka semakin efektif serta efisien pula gerakan yang dihasilkannya. Motivasi yang bertujuan supaya lemparan dapat sesuai dengan keinginannya tentunya memberikan sumbangsih yang juga besar

terhadap keberhasilan kemampuan melempar ini. Pasalnya anak yang yakin mampu dengan semangat dan motivasi tinggi untuk dapat meminimalisir kesalahan yang terjadi saat melakukan operan dapat memperoleh hasil yang baik jika dibandingkan dengan anak yang tidak mempunyai motivasi dan semangat.

Maka berdasarkan uraian kerangka berpikir tersebut, diduga bahwa hubungan koordinasi dan motivasi terhadap kemampuan teknik dasar mengoper bola tangan (*javeline pass*) mempunyai hubungan yang positif, keduanya (koordinasi dan motivasi) secara bersama-sama menentukan hasil dalam melakukan kemampuan teknik dasar mengoper bola tangan (*javeline pass*).

A. Pengajuan Hipotesis

Berdasarkan deskriptif teoritis dan kerangka berpikir di atas, maka hipotesis peneliti ini dirumuskan sebagai berikut, di duga :

1. Terdapat hubungan berarti antara koordinasi terhadap kemampuan teknik dasar mengoper bola tangan (*javeline pass*)?
2. Terdapat hubungan berarti antara motivasi terhadap kemampuan teknik dasar mengoper bola tangan (*javeline pass*)?
3. Terdapat hubungan berarti antara koordinasi dan motivasi secara bersama – sama kemampuan belajar teknik dasar mengoper bola (*javeline pass*)