



## HUBUNGAN MOTOR ABILITY DENGAN HASIL AKURASI PUKULAN KA ARAH GATE PADA ATLET PUTA UKM WOODBALL UNNES TAHUN 2018

Rizqi Maulinda<sup>1✉</sup>, Kriswantoro<sup>2</sup>

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.

### Article Info

*History Articles*

*Received : April 2018*

*Accepted : Maret 2019*

*Published : Oktober 2019*

### Keywords

*Akurasi, Motor Ability,  
Pukulan kearah Gate*

### Abstract

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Motor Ability dengan Hasil Akurasi Pukulan Ke arah Gate Pada Atlet Putra UKM Woodball UNNES Tahun 2018. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif. Variabel bebas: Motor Ability, Variabel terikat: hasil akurasi pukulan ke arah gate. Populasi berjumlah 29 atlet, dengan menggunakan teknik purposive sampling diperoleh 14 sampel sesuai dengan kriteria. Instrumen penelitian yang digunakan tes motor ability dan tes akurasi pukulan ke arah gate. Hasil analisis regresi linier 0.323 dilihat dari proporsi hubungan, sumbangan motor ability dalam menunjang keberhasilan pukulan ke arah gate sebesar 32.3 %, sedangkan 67.7 % oleh aspek lain yang tidak diteliti. Simpulan: menunjukkan motor ability memiliki korelasi signifikan dengan hasil akurasi pukulan ke arah gate pada atlet putra UKM woodball Unnes tahun 2018. Saran Bagi pelatih dan atlet woodball agar memperhatikan komponen kondisi fisik yang menunjang terhadap akurasi pukulan ke arah gate.

### Abstract

*This study aims to determine the relationship between motor capability and the results of the stroke accuracy towards the gate of the male athletes of Woodball UKM UNNES in 2018. This research uses a descriptive method. Independent variable: Motor Ability, dependent variable: the result of the accuracy of the stroke towards the gate. The population was 29 athletes, using purposive sampling technique obtained 14 samples according to the criteria. The research instrument used was the motor ability test and a stroke accuracy test towards the gate. The results of linear regression analysis 0.323 seen from the proportion of the relationship, the motorbike contribution ability in supporting the success of the stroke towards the gate amounted to 32.3%, while 67.7% by other aspects not examined. Conclusion is shows the motor ability has a significant correlation with the results of the accuracy of the stroke towards the gate for male athletes Unnes woodball UKM in 2018. Advice For trainers and woodball athletes to pay attention to the physical condition components that support the accuracy of the blow towards the gate.*

© 2019 Semarang State University

✉ Alamat korespondensi :

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga,  
Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang.  
E-mail : rizqimaulinda123@gmail.com

p-ISSN 2548-4885  
e-ISSN 2548-706x

## PENDAHULUAN

Woodball adalah olahraga permainan luar ruangan yang dimainkan secara perorangan atau tim dengan cara memukul bola secara berangsur-angsur sampai meneroboskan bola ke gawang yang ada disetiap fairway (lintasan) dengan jumlah pukulan sedikit mungkin.

Woodball pertama kali ditemukan diTaiwan pada tahun 1990 oleh Ming Hui Weng dan Kuang Chu Young. Permainan woodball merupakan cabang olahraga modifikasi dari olahraga golf. Teknik-teknik dalam olahraga woodball hampir sama dengan teknik golf. Perbedaan yang signifikan terletak pada alat pemukul bola, target permainan, dan hanya satu bola yang digunakan tiap pemain selama permainan. Alat pemukul bola dalam woodball disebut mallet dan target permainan bukan berupa hole (lubang) melainkan gate (gawang). Peralatan yang dipergunakan dalam bermain woodball seperti mallet, bola, dan gate sebagian besar terbuat dari kayu.

Untuk mencapai prestasi yang tinggi bukanlah hal yang mudah dan cepat, semua itu memerlukan proses yang panjang mulai dari masalah pembibitan, dan pembinaan secara terpadu, terarah dan berkelanjutan.

Jadi untuk mencapai prestasi yang tinggi atau mencetak atlet woodball yang berprestasi perlu sistem yang konsisten dalam pelaksanaannya. Selain itu juga, prestasi olahraga yang optimal dapat juga dicapai dengan pendekatan latihan fisik, teknik dan mental. Dengan latihan yang teratur, sistematis, terprogram, dan berkesinambungan

akan mendukung suatu prestasi yang diinginkan.

Menurut Sukadiyanto, (2011:1). Prinsip latihan merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik, kemampuan fungsionalperalatan tubuh,dan kualitas psikis anak latih. Dalam olahraga woodball teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain dengan baik. Penguasaan teknik dasar

ini mencakup cara berdiri atau set up, cara memegang mallet, gerakan backswing, gerakan downswing, gerakan impact, gerakan follow through dan pemusatan pikiran. Apabila berbagai teknik dasar tersebut telah dikuasai dengan baik, maka selanjutnya penguasaan teknik pukulan dapat dikuasai. Agar dapat menguasai teknik pukulan dengan baik, seorang pemain harus benar-benar rajin berlatih sehingga mampu melakukan gerakan tersebut secara otomatis. Teknik pukulan terdiri dari pukulan jarak jauh, pukulan jarak pendek, pukulan jarak menengah, serta pukulan finishing ( Wasis, D.D dan Kriswantoro, 2009:49-62). Kriswantoro, (2015:23). Selain teknik dasar dan teknik pukulan yang harus dikuasai oleh atlet woodball.

Atlet woodball juga tidak terlepas dari kondisi fisik, dimana kondisi fisik merupakan prasyarat yang harus dimiliki oleh atlet woodball. Macam-macam kondisi fisik yang dimiliki seorang atlet antara lain kekuatan, daya tahan, daya (power), akurasi, kelincahan, kelentukan, keseimbangan, koordinasi, dan reaksi.

Akurasi dalam olahraga woodball sangat penting perannya. Karena secara umum, pukulan apa saja yang dilakukan dalam woodball sangat membutuhkan akurasi atau ketepatan. Sebab jika tidak mempunyai akurasi pukulan dalam woodball maka akan merugikan bagi atlet itu sendiri, sebab dalam permainan woodball dengan semakin banyak melakukan kesalahan maka akan semakin banyak point yang diperoleh atau semakin banyak kesalahan yang dilakukan maka akan terjadi point. Dalam melakukan pukulan ke arah gate ada banyak faktor yang mempengaruhi seorang pemain dapat memukul bola dengan tepat ke arah gate atau tidak. Faktor tersebut antara lain adalah arah pukulan yang salah atau kurang tepat, akurasi pukulan yang kurang tepat, kecemasan dan rasa takut ketika memukul, perkenaan bola yang tidak tepat ditengah karet penampang, dan ketidakstabilan atau ketidakajegan ayunan mallet saat melakukan pukulan. kemampuan motor ability yang baik, dikarenakan dalam cabang olahraga woodball khususnya pukulan ke arah gate dalam pertandingannya seorang atlet harus memiliki keterampilan dan fisik yang baik.

Seorang atlet harus pandai dan mampu menguasai pukulan ke arah gate. Dalam putaran permainan woodball 12 gate 50 persen pukulan ditentukan disini ( Kriswantoro, 2015:33). Latihan pada dasarnya adanya pemberian beban (rangsang motorik) pada tubuh sehingga menimbulkan tanggapan tubuh berupa respond adaptasi, (Djoko Pekik dkk,

(2009:6) Latihan kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam program latihan atlet, terutama atlet pertandingan. Istilah latihan kondisi fisik lebih mengacu kepada suatu program latihan yang dilakukan secara sistematis, berencana, dan progresif yang bertujuan untuk meningkatkan kemampuan fungsional dari seluruh system tubuh, agar demikian prestasi atlet meningkat, Harsono, (2001:4). Apabila kondisi fisik baik maka akan ada (Harsono, 2001:4):

- 1) Peningkatan dalam kemampuan sistem sirkulasi dan kerja jantung..
- 2) Peningkatan dalam kekuatan, kelenturan, stamina, kecepatan, dan lain-lain komponen kondisi fisik.
- 3) Ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan.
- 4) Pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan.
- 5) Respon yang cepat dari organisme tubuh kita apabila sewaktu-waktu respon dimikian diperlukan.

Faktor yang telah disebutkan diatas, atlet memerlukan kemampuan gerak atau motor ability yang baik, maka komponen motor ability harus dilatih sehingga bisa mendukung atlet untuk mencapai hasil yang maksimal. Sehubungan dengan hal tersebut, menurut pendapat Nurhasan,(2000:98) bahwa motor ability (kemampuan gerak) adalah kemampuan umum seseorang untuk bergerak. Secara lebih spesifik mengenai pengertian motor ability adalah kapasitas seseorang untuk dapat melakukan macam-macam gerakan yang memerlukan keberanian dalam olahraga. Sedangkan keterampilan

banyak tergantung pada kemampuan dasar selanjutnya kemampuan dasar inilah yang nantinya akan berperan melaksanakan berbagai keterampilan dalam olahraga. Kutipan tersebut dapat dinyatakan, bahwa kian tinggi tingkat general motor ability seseorang maka kian mudah dan cepat orang tersebut menguasai suatu keterampilan. Maksudnya bahwa semakin atlet menunjukkan kemudahan ketika atlet mempelajari suatu gerakan, maka hal tersebut menunjukkan semakin tinggi derajat motor ability yang dimilikinya.

Kualitas motor ability memberikan gambaran tentang kemampuan seseorang dalam mempelajari suatu keterampilan gerak cabang olahraga. Kemampuan motor ability tidak terlepas dari unsur-unsur kondisi fisik yang ada didalamnya. Tampilan gerak yang dilakukan seseorang dalam kehidupan sehari-hari atau aktivitas olahraga tidak terlepas dari unsur-unsur kondisi fisiknya. Struktur motor ability terdiri empat atau lima komponen. Dalam hal ini, kemampuan gerak seseorang berhubungan dengan keterampilan gerak pada cabang olahraga woodball yaitu kemampuan akurasi pukulan ke arah gate. Kemampuan gerak motor ability inilah yang akan menjadi fokus penelitian yang berkaitan dengan keberhasilan pada cabang olahraga woodball terhadap akurasi pukulan ke arah gate. Berdasarkan latar belakang masalah yang diungkap diatas, maka penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian tentang “hubungan motor ability terhadap hasil akurasi pukulan ke arah gate pada atlet putra UKM

woodball UNNES tahun 2018.” Rumusan masalah pada penelitian ini, adalah “Adakah hubungan positif antara motor ability dengan akurasi pukulan ke arah gate?” Dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara motor ability dengan akurasi pukulan ke arah gate pada atlet putra UKM Woodball UNNES tahun 2018

## **METODE**

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode deskriptif. Dengan variabel bebas dalam penelitian ini adalah motor ability. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah hasil akurasi pukulan ke arah gate.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh atlet putra UKM Woodball UNNES Tahun 2018 yang berjumlah 29 atlet. Sampel berjumlah 14 atlet putra UKM Woodball UNNES tahun 2018. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah purposive sampling, yaitu penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria yang harus dimiliki dalam penelitian ini adalah atlet putra UKM Woodball UNNES tahun 2018 yang berjenis kelamin laki-laki yang berusia kurang lebih 20-22 tahun, dan mengikuti seleksi *World University*.

Jenis tes yang digunakan dalam penelitian ini adalah Barrow Motor ability (Nurhasan, 2000:108) yang bertujuan untuk membuat klasifikasi, bimbingan dan penentuan prestasi. Kemudian untuk pengukuran pada variabel terikat digunakan alat tes yaitu tes akurasi pukulan ke arah gate.

Instrumen tes Barrow Motor Ability sebagai berikut: 1) Standing Broad Jump, 2) Softball Throw, 3) Zig-zag Run, 4) Wall Pass, 5) Medicine Ball Putt, 6) Lari 50 Meter Penelitian ini dilaksanakan pada tanggal 9 s.d 11 Mei 2018 di Lab Prof. Soegijono FIK UNNES dan di Mini Golf UNNES. Dalam penelitian ini dapat dilaksanakan dengan tahap sebagai berikut : 1) Menyiapkan alat/ fasilitas untuk penelitian, 2) Sebelum penelitian dilakukan, atlet woodball Unnes dikumpulkan dan selanjutnya di didata ulang, setelah itu melakukan pemanasan. 3) Untuk melaksanakan penelitian menggunakan metode penelitian deskriptif, dengan uji

korelasi. Sedangkan teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran yaitu : a) Tes Barrow Motor Ability, b) Tes akurasi pukulan ke arah gate. 4) Pengolahan data. 5) Hasil dan kesimpulan dari penelitian

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data hasil tes pengukuran yaitu tes motor ability dalam satuan kali dan ketepatan pukulan ke arah Gate Woodball terhadap satuan kali. Berdasarkan hasil tes motor ability dan pukulan ke arah Gate Woodball tersebut maka dapat dideskripsikan sebagai berikut :

**Tabel 1. Deskripsi Data**

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std Deviation
Motor Anility	14	251.10	358.89	300.1329	27.60882
Hasil Pukulan	14	21.00	27.00	23.5714	1.78516
Valid (N) Iistwise)	14				

Sumber: Analisis Data Penelitian Tahun 2018

Tabel diatas menyajikan deskripsi data hasil pengukuran berdasarkan angka kasar atau data mentah hasil pebgukuran variabel motor ability dan Tabel dan gambar yang besar dan tidak pas dapat ditempat secara melintang seperti table nomor 1. variabel hasil ketepatan pukulan ke arah gate woodball yang terdiri atas nilai. minimum, nilai maksimum, nilai rata-rata, dan simpangan baku. Deskripsi data ini akan digunakan pada analisis data berikutnya. Terlihat pada tabel diatas pada tes Motor Ability diperoleh nilai minimum 251.10, nilai maksimum 358.89 serta nilai rata-rata simpangan

bakunya yaitu masing-masing 300.1329 dan 27.60882. Pada hasil tes pukulan ke arah gate maka diperoleh dengan nilai minimum 21.00, nilai maksimum 27.00 dan nilai rata-rata simpangan bakunya yaitu masing-masing 23.5714 dan 1.78516.

### Uji Normalitas

Hasil uji normalitas data didapatkan hasil bahwa signifikansi untuk keterampilan motorik sebesar 0.200, sedangkan Hasil Pukulan sebesar 0.146. Karena signifikansi  $\geq 0.05$ , maka data dinyatakan berdistribusi normal

## Uji Homogenitas

Tabel 2. Uji Homogenitas

	Motor Ability	Hasil Pukulan
Chi-square	0.000 <sup>3</sup>	4.857
Df	13	5
Asymp Sig.	1.000	0.434

Hasil uji homogenitas data menunjukkan bahwa signifikansi untuk Keterampilan *Motor Ability* sebesar 1.000, sedangkan Hasil Pukulan ke arah *Gate* sebesar 0.434. Karena signifikansi  $\geq 0.05$ , maka data dinyatakan homogen.

## Uji Linieritas Data

Tabel 3. Uji Linieritas

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	13.362	1	13.362	5.713	0.034
Residual	28.067	12	2.339		
Total	41.429	13			

Hasil uji linieritas garis regresi data menunjukkan bahwa F hitung sebesar 5.713 (signifikansi 0.034), sedangkan F table dengan df 1/12 diperoleh angka 4.75. Karena F hitung  $\geq$  F table (signifikansi  $\leq 0.05$ ), maka data dinyatakan linier.

## Uji Keberartian Model Garis Regresi

Tabel 4. Uji Regresi Data

Model		Instandardized Coefficient		Standardized Coefficient	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	12.550	4.629	4.629	2.711	0.019
	Motor Ability	0.037	0.015	0.568	2.390	0.034

Hasil uji keberartian model garis regresi data menunjukkan bahwa t hitung sebesar 2.390 (signifikansi 0.034), sedangkan t table dengan df 1/12 dan  $\alpha$  5% diperoleh angka 1.77. Karena t hitung  $\geq$  t table (signifikansi  $\leq 0.05$ ), maka data dinyatakan berarti untuk memprediksi kriterium (variable bebas berarti bisa digunakan untuk memprediksi kriterium).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis menggunakan regresi linier, diperoleh nilai sebesar 0.323 (rendah dilihat dari

proporsi hubungan). Hal ini menunjukkan bahwa sumbangan keterampilan Motor Ability dalam menunjang keberhasilan pukulan ke *Gate* sebesar 32.3 %, sedangkan 67.7 % dihasilkan oleh aspek lain yang tidak diteliti.

Penelitian ini berdasarkan hasil uji hipotesis, diperoleh hasil bahwa hipotesis alternatif yang berbunyi: "Ada pengaruh latihan senam dalam menurunkan persentase lemak tubuh" adalah diterima.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data, mengenai hubungan motor ability terhadap akurasi pukulan kearah gate olahraga woodball, maka dapat disimpulkan bahwa : “Terdapat hubungan antara motor ability terhadap hasil akurasi pukulan kearah gate pada Atlet putra UKM woodball UNNES tahun 2018 sebesar 32.3 %, dan berdasarkan hasil analisis korelasi. sedangkan 67.7 % dihasilkan oleh aspek lain yang tidak diteliti.

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan dari penelitian ini, penelitian mencoba memberikan saran kepada:

1) Bagi pelatih dan pemain woodball untuk meningkatkan kemampuan ketrampilan teknik dasar woodball. Khususnya kemampuan akurasi pukulan ke arah gate sebaiknya memperhatikan komponen-komponen.

Seperti halnya motor ability yang harus diperhatikan karena akan mendapatkan perfoma yang baik dan hasil yang maksimal.

2) Untuk peneliti yang akan mengadakan penelitian tentang kemampuan gerak (motor ability) dihubungkan dengan ketrampilan dasar olahraga yang lain.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Arikunto Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Djoko Pekik Irianto dkk. 2009. *Materi Pelatihan Kondisi Fisik Dasar*. Jakarta: Deputi Menteri Bidang Peningkatan Prestasi Olahraga.
- Kriswantoro. 2016. *Teknik Dasar Bermain Woodball*. Semarang: Fastindo.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga