



## PENGARUH UMPAN *PITCHED BALL* DAN *SOFT TOSS BALL* TERHADAP HASIL LATIHAN PUKULAN *FLY BALL* DAN *GROUND BALL* PADA TIM *BASEBALL UNNES 2015*

Aufal Marom<sup>1</sup>, Soegiyanto, KS<sup>2</sup>

Jurusan Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, Indonesia

### Info Artikel

#### Sejarah Artikel:

Diterima Juli 2015  
Disetujui Agustus 2015  
Dipublikasikan  
September 2015

#### Keywords:

*Pitched Ball*; *Soft Toss Ball*;  
*Baseball*;

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh serta interaksi antara latihan Umpan pitched Ball dan Soft Toss Ball terhadap hasil pukulan fly ball dan ground ball pada tim Baseball Universitas Negeri Semarang. Populasi penelitian adalah Anggota tim Baseball Universitas Negeri Semarang. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Variabel penelitian yaitu jenis umpan dan hasil pukulan bola baseball. Metode penelitian menggunakan faktorial dua kali dua. Analisis data penelitian menggunakan Anova dua jalan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: 1) Perbedaan umpan pitched ball dan soft toss ball terhadap hasil pukulan pada tim baseball Unnes, pitched ball mean 4,26 dan soft toss ball 3,26 dimana  $F_{5,371}$  dengan  $P_{0,029} < 0,05$  sehingga terdapat perbedaan latihan umpan pitched ball dan soft toss ball terhadap hasil pukulan. 2) Perbedaan Hasil pukulan Fly Ball dan Ground Ball pada Tim Baseball Unnes,  $F_{16,927}$  dengan  $P_{0,000} < 0,05$  sehingga terdapat perbedaan hasil pukulan fly Ball dan Ground Ball pada tim Baseball Unnes. 3) Interaksi antara metode latihan pitched ball dan soft toss ball terhadap hasil pukulan Fly ball dan ground Ball pada tim baseball Unnes diketahui  $F_{20,989}$  dengan  $P_{0,000} < 0,05$  maka terdapat Interaksi antara latihan umpan pitched ball dan soft toss ball terhadap Hasil pukulan Fly Ball dan Ground Ball pada Tim Baseball Unnes. Simpulan dari penelitian: 1) Ada Perbedaan pengaruh yang signifikan umpan pitched ball dan soft toss ball terhadap hasil pukulan fly ball dan Ground Ball pada tim baseball Unnes tahun 2015. 2) Ada perbedaan yang signifikan hasil pukulan Fly Ball dan Ground Ball pada tim baseball Unnes tahun 2015. 3) Ada interaksi antara latihan umpan pitched ball dan soft toss ball terhadap hasil pukulan fly ball dan ground ball pada tim Baseball Unnes. Saran : 1 Untuk tim baseball Unnes hendaknya melakukan program latihan dengan umpan Pitched ball dan Soft Toss Ball secara kontinu sesuai target latihan untuk bisa memukul Fly Ball dan ground ball. 2) Bagi pelatih tim baseball Unnes, dalam memberikan latihan memukul bola pada saat latihan dilakukan latihan umpan Pitched Ball untuk bisa memukul Fly ball dan latihan umpan Soft Toss Ball untuk bola ground. 3) Bagi pembaca supaya bisa menerapkan program latihan yang cocok khususnya untuk memukul fly ball dan ground ball.

### Abstract

This research aims to find out the influence and the interaction between pitched Ball and Soft Toss Ball pass training towards the result of fly ball strike and ground ball strike in Semarang State University Baseball team. Population of this study is the member of Semarang State University Baseball team. Samples in this research are 30 people. The sampling technique is using total sampling technique. The variables are the type of pass and the result of baseball ball strike. Research method is using two times two factorial. Research data analysis uses two ways Anova. Results of the study show that 1) Show there are significant differences to the pitched ball and soft toss ball pass training towards the strike result in UNNES baseball team after being compared, pitched ball has mean which is 4.26 and soft toss ball which is 3.26. 2) Show that pitched ball training method for ground strike in Unnes baseball team do not give a similar effect to soft toss ball method for ground strike where it is found the mean difference is -1,12500 with significance level of 0.366 where it is bigger than 0.05, so it can be said that these two groups of samples have a significant score differences. 3) Show an interaction between pitched ball and soft toss ball training method towards Fly ball strike and ground Ball strike in Unnes baseball team research result shows that strike training with pitched ball method is apparently that Fly Ball strike in Unnes baseball team have a similar effect to soft toss ball training method for Fly Ball strike and ground Ball strike. The conclusions of this research are: 1). There is a significant influence in training using the pitched ball and soft toss ball pass towards the result of fly ball strike in Unnes baseball team 2015. 2). There is a significant influence in ball strike training using pitched ball and soft toss ball pass towards the ground ball strike result in Unnes baseball team 2015. 3) There is an interaction between pitched ball and soft toss ball pass training towards the result of fly ball strike and ground ball strike. Suggestion 1) this research is for Unnes baseball team which should always do the training program using Pitched ball and Soft Toss pass continually and regularly everyday according to the training target and the improvement of the training is done gradually to achieve the maximum result.

© 2015 Universitas Negeri Semarang

✉ Alamat korespondensi:

Gedung F1 Lantai 3 FIK Unnes  
Kampus Sekaran, Gunungpati, Semarang, 50229  
E-mail: Preng\_kuneng78@yahoo.co.id

ISSN 2252-6528

## PENDAHULUAN

*Baseball* adalah olahraga permainan yang tergolong dalam permainan bola kecil beregu. Olahraga ini sudah diperkenalkan secara luas di Indonesia tetapi belum masal di masyarakat, hal ini disebabkan karena mahal dan langkanya peralatan yang digunakan. Pada saat ini olahraga *baseball* masih terbatas dimainkan di kota-kota besar dengan melalui perkumpulan-perkumpulan olahraga masyarakat atau klub-klub ekstrakurikuler sekolah atau Universitas. *Baseball* merupakan jenis permainan bola pukul yang dapat dimainkan oleh siapa saja baik, anak-anak, remaja, dan dewasa biasanya dimainkan oleh laki-laki.

Olahraga ini selain dapat menjadi olahraga prestasi juga dapat dilakukan sebagai olahraga rekreasi. Sebagai cabang olahraga prestasi *baseball* mempunyai prospek yang cerah yaitu olahraga ini sudah dimasukkan dalam acara pertandingan pada Pekan Olahraga Nasional (PON), Asian Games, dan Olympiade Games, sehingga akan dibina secara serius oleh KONI pusat.

Dalam dunia olahraga banyak sekali macam cabang olahraga. *baseball* adalah salah satunya. Meskipun olahraga tersebut kurang begitu populer di masyarakat, seiring kemajuan zaman olahraga *baseball* akan menjadi populer khususnya di Asia Timur. Permainan tersebut termasuk olahraga beregu yang dapat dikelompokkan ke dalam permainan bola pukul, sekilas permainan ini mirip dengan permainan bola *rounders*, tetapi dalam permainan *baseball* benar-benar membutuhkan ketangkasan dan menguras banyak pikiran. Olahraga ini membutuhkan strategi khusus untuk menang. Pemukul samping mencoba untuk memperoleh angka dengan membuat lingkaran pada 4 *base*, Olahraga *baseball* adalah pertandingannya cukup lama yaitu berlangsung 9 kali giliran memukul. *Home plate* (*base* terakhir) dibuat dari karet atau kayu. *Base* (alas tempat pelari berpijak) terbuat dari canvas/layar atau bahan yang sejenis. Dilihat dari segi teknik, *baseball* dapat dipandang dari dua garis besar, yaitu teknik dasar serta teknik lanjutan, para pemain *baseball* diharuskan dapat menguasai teknik

dasar bermain *baseball* untuk dapat memberikan variasi permainan dan menerapkan taktik atau strategi yang termasuk kedalam teknik lanjutan. Teknik dasar bermain *baseball* yang harus di penuhi adalah melempar (*throwing*), menangkap (*catching*), memukul (*batting*), Lari menuju *Base*, dan Meluncur.

Keterampilan melempar, menangkap, dan memukul merupakan kebutuhan primer dalam olahraga *baseball*. Keterampilan melempar dan menangkap dibutuhkan saat dalam situasi permainan bertahan (*defense*), karena dalam posisi bertahan tim harus bersiap-siap menunggu datangnya bola dari pemukul lawan, walaupun pemukul (*batter*) meleset, penangkap bola (*catcher*) bersiap-siap menangkap bola dari *pitcher* kemudian melemparkan bola tersebut kearah penjaga *base* dimana *base* tersebut hendak dilalui pelari lawan (*runner*). Sedangkan dalam situasi permainan menyerang (*offense*), hal yang dilakukan untuk memulai penyerangan adalah dengan salah seorang pemain (*batter*) memasuki *batter's box* untuk memukul bola yang dilempar *pitcher* lawan. Salah satu keberhasilan dalam penyerangan adalah kemampuan *batter* memukul bola yang dilempar oleh *pitcher*. Apabila bola yang dilempar *pitcher* selalu gagal dipukul *batter* maka, permainan akan sangat membosankan dan akan menyebabkan *batter* mengalami *strike out* apabila *batter* gagal memukul bola dari *pitcher* sebanyak 3 kali dengan ketentuan bola *strike*.

## METODE

Metode Penelitian ini menggunakan metode eksperimen dengan rancangan eksperimen faktorial 2 X 2 (Sudjana, 2005:284), yaitu dua variabel dimanipulasi secara simultan untuk menyelidiki pengaruh masing-masing taraf terhadap variabel terikat dan pengaruh-pengaruh yang disebabkan oleh interaksi antara beberapa variabel. Eksperimen faktorial yaitu dengan memperhatikan kemungkinan adanya (*independen*) terhadap hasil (variabel *dependen*). Karena sebagai variabel atributif dalam penelitian ini berupa tingkatan kelincahan, yaitu taraf

tinggi dan rendah, maka kedua taraf ini pada setiap faktor tidak dibandingkan, dan hanya membandingkan pengaruh masing-masing faktor pada tiap-tiap taraf. Hal ini berdasarkan pada asumsi teori bahwa kemampuan yang lebih tinggi akan memperoleh hasil yang lebih baik. Bahwa bila sejumlah informasi telah tersedia, pendekatan terbaik mungkin adalah membandingkan sedikit saja kombinasi dari beberapa faktor pada taraf-taraf tertentu (Steel dan James, 1989 :404) dalam Sri Haryono (2003:55).

Rancangan blok ini digunakan dengan maksud memperkecil kesalahan dalam perbedaan skor kemampuan pukulan atlet dalam penempatan pukulan *fly ball* dan *ground*, base ball yang disebabkan oleh tingkat kemampuan motorik, maka kemampuan pukulan dipakai sebagai blok, yang dibedakan atas pukulan *fly ball* dan pukulan *ground*. Dengan pemakaian rancangan blok ini diharapkan hasil penelitian yang berupa skor penempatan pukulan *fly ball* dan *ground*, baik yang dilatih dengan latihan *pitched ball* dan *soft toss ball*, akan merupakan efek dari perlakuan semata. *Desain faktorial 2 X 2* penelitian ini seperti terlihat dalam tabel 2 berikut ini:

**Tabel 1.** Rancangan *Faktorial 2 X 2*

Hasil Pukulan (B)	Metode Latihan (A)	
	Pitched Ball (A1)	Soft Toss Ball (A2)
Pukulan fly ball (B1)	A1 B1 (7)	A2 B1 (7)
Pukulan (B1)	A1 B2	A2 B2

**Tabel 2.** Rangkuman Hasil Uji Tukey

Kelompok yang dibandingkan	Rata-rata Skor	Mean Difference	Sig.	Keterangan
A1B1 >< A2B1	6,5714 – 3,1429	3,42857	0,000	Signifikan
A1B1 >< A1B2	6,5714 – 2,2500	4,32143	0,000	Signifikan
A1B1 >< A2B2	6,5714 – 3,3750	3,19643	0,001	Signifikan
A2B1 >< A1B2	3,1429 – 2,2500	0,89286	0,589	Tidak Signifikan
A2B1 >< A2B2	3,1429 – 3,3750	-0,23214	0,987	Tidak Signifikan

ground (B2)	(8)	(8)
-------------	-----	-----

Keterangan :

- A1 B1 : Metode *pitched ball* dengan pukulan *fly ball*
- A1 B2 : Metode *pitched ball* dengan pukulan *ground*
- A2 B1 : Metode *soft toss ball* dengan pukulan *fly ball*
- A2 B2 : Metode *soft toss ball* dengan pukulan *ground*
- (7/8) : Jumlah sampel tiap-tiap sel 7/8 anak

### PEMBAHASAN

Hasil penelitian dinilai berdasarkan kesesuaian hasil dan ketepatan sampel terhadap indikator yang terdapat pada *metode eksperimen* dengan rancangan *eksperimen faktorial 2 X 2* (Sudjana, 2005:284), yaitu dua *variabel* dimanipulasi secara simultan untuk menyelidiki pengaruh masing-masing taraf terhadap *variabel* terikat dan pengaruh-pengaruh yang disebabkan oleh interaksi antara beberapa variabel. deskripsi data tentang hasil keterampilan Latihan memukul dengan metode *soft toss ball* dan *pitched ball* pada tim baseball Unnes 2015 yang dilakukan oleh penilai 1, penilai 2 dan penilai 3. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode observasi dengan tes dan pengukuran. Hasil penelitian dijelaskan sebagai berikut:

Uji lanjut untuk mengetahui perbedaan pengaruh antar sel dilakukan dengan uji Tukey. Perfly ballungan secara lengkap dapat dilihat pada lampiran, sedangkan rangkumannya seperti pada Tabel 6 sebagai berikut:

A1B2 >< A2B2	2,2500– 3,3750	-1,12500	0,366	Signifikan Tidak Signifikan
--------------	----------------	----------	-------	-----------------------------------

Hasil pengujian hipotesis pertama menunjukkan adanya perbedaan pengaruh metode latihan *pitched ball* dan *soft toss ball* terhadap ketepatan pukulan pada tim *baseball* Unnes. Dari perbandingan antara mean kelompok yang mendapat latihan *pitched ball* yaitu 4,26 lebih baik daripada mean pada kelompok yang mendapatkan latihan memukul bola dengan metode *soft toss ball* yaitu 3,26.

Latihan dengan metode *pitched ball* ternyata lebih baik menghasilkan ketepatan pukulan dibandingkan dengan latihan metode *soft toss ball*. Salah satu penentu ketepatan pukulan yang dilakukan atlet *base ball* adalah konsentrasi pemain dalam penentuan gerakan mengayun dan letak atau posisi bola. Pada metode latihan *pitched ball* disamping menekankan pada kecepatan, kekuatan dan ketepatan gerakan ayunan lengan pemukul juga dapat melatih ketepatan posisi kaki dan ketinggian bola saat memukul, sehingga pemukul dapat beradaptasi dengan bola hasil lemparan dari *pitcher*. Berbeda halnya dengan latihan memukul bola dengan menggunakan metode *soft toss ball*, latihan lebih menekankan pada tujuan untuk melatih ketepatan ayunan dengan perkenaan bola, melatih pandangan mata saat memukul harus tertuju pada bola dan membiasakan gerakan ayunan yang dilakukan harus setinggi pinggang. Ternyata latihan dengan metode *pitched ball* memberikan hasil pukulan yang lebih baik pada permainan *baseball* baik untuk jenis pukulan *fly ball* maupun *ground*.

Hasil pengujian hipotesis kedua menunjukkan adanya perbedaan pengaruh ketepatan pukulan terhadap hasil pukulan *fly ball* dan *ground* pada tim *base ball* Unnes. Perbandingan antara mean kelompok pukulan *fly ball* lebih tinggi (4,85) dari pada mean pada kelompok atlet pukulan *ground* (2,81). Dalam melakukan pukulan *fly ball* maupun *ground*, ketepatan perkenaan bola dengan stik sangat penting. Selain itu ayunan stik juga mempengaruhi hasil pukulan seseorang dalam

*zona* pukulan atau keluar. Dalam memukul bola *baseball* menuntut kecermatan pandangan dan keakuratan pukulan, dalam hal ini koordinasi mata-tangan sangat berperan penting untuk menunjang keberhasilan pukulan yang baik dan tepat, sehingga posisi pemukul harus benar-benar berada pada posisi perkenaan antara pemukul dengan bola yang tepat yaitu kurang lebih satu kali lebar telapak tangan dari ujung atas pemukul. Semakin tepat dalam perkenaan bola dengan stik pemukul, maka akan semakin baik hasil pukulan sesuai dengan yang diharapkan untuk jenis hasil pukulan *fly ball* atau *ground*.

Hasil pengujian hipotesis ketiga menunjukkan adanya interaksi antara metode latihan *pitched ball* dan *soft toss ball* terhadap hasil pukulan *fly ball* dan *ground* pada tim *baseball* Unnes. Hasil penelitian menunjukkan latihan pukulan dengan metode *pitched ball* ternyata pukulan *fly ball* pada tim *baseball* Unnes memberi pengaruh yang sama dengan metode latihan *soft toss ball* untuk pukulan *fly ball* dan *ground*. Namun berbeda pada metode latihan *soft toss ball* untuk pukulan *fly ball* pada tim *base ball* Unnes memberi pengaruh yang tidak sama dengan metode latihan *pitched ball* untuk pukulan *ground*.

Salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan atlet untuk melakukan pukulan *fly ball* maupun *ground* adalah ketepatan perkenaan bola dengan stik pemukul. Salah satu penentu keberhasilan ketepatan perkenaan bola dengan stik pemukul adalah melalui metode latihan pukulan diantaranya adalah metode *pitched ball* dan *soft toss ball*. Dalam penelitian ini ternyata metode latihan *pitched ball* menunjukkan kemampuan atlet melakukan pukulan *fly ball* dan *ground* lebih baik dibanding latihan dengan menggunakan metode *soft toss ball*. Hal ini membuktikan bahwa metode latihan *pitched ball* memberikan keuntungan pemain akan dapat menyesuaikan dengan posisi atau jarak pukul yang pas dengan bola, pandangan mata akan

dapat mengawasi mulai dari lepasnya bola dari pitcher sampai titik perkenaan dengan pemukul, pemukul akan terbiasa dengan bola lemparan dari *pitcher*, arah bola yang bervariasi titik sasarannya dan pergerakan posisi kaki dan badan dapat disesuaikan dengan titik bola.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis di atas, menunjukkan latihan *pitched ball* dengan latihan yang optimal dan kontinu secara terprogram, dapat meningkatkan keterampilan memukul pada atlet tim *baseball* Unnes serta dapat meningkatkan kemampuan konsentrasi saat melakukan pukulan.

#### KESIMPULAN

- 1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan umpan *pitched ball* dan *soft toss ball* terhadap hasil pukulan *fly ball* dan *Ground Ball* pada tim *baseball* Unnes tahun 2015 .
- 2) Ada perbedaan yang signifikan hasil pukulan *Flay Ball* dan *Ground Ball* pada tim *baseball* Unnes tahun 2015.
- 3) Ada interaksi antara latihan umpan *pitched ball* dan *soft toss ball* terhadap hasil pukulan *fly ball* dan *ground ball* pada tim *Baseball* Unnes tahun 2015.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Agus Mukholid. 2004. *Pendidikan Jasmani Kelas 1 SMA*. Surakarta : Yudistira.
- Endang Widyastuti. 2009. *Softball dan Baseball*. Semarang : Aneka Ilmu
- A. Sarumpaet, dan Kawan-kawan. 1992. *Permainan Besar*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Tenaga Kependidikan. Universitas Terbuka.
- Soegiyanto, KS. *Pengembangan Alat Ukur Keterampilan Dasar Bermain Softball*. Cakrawala Pendidikan. 03/Th.XXIX/November, 2010:280-293.
- Suharsimi Arikunto. 2009. *Manajemen Penelitian*. Jakarta : PT. Rineka Cipta, ISBN : 978-979-518-153-8