

Penerapan Pengisian Masing – Masing Pos Setelah Memukul Bola Soft Ball pada Siswa-Siswi SMA Muhammadiyah Wonosobo

Hamam Huwaidi¹, Rahmita Nurul Muthmainnah²

¹Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

hammamhuwaidi091@gmail.com

Abstrak. Penelitian bertujuan meningkatkan minat olahraga Soft Ball terhadap mata Pelajaran Olahraga khususnya materi Soft Ball melalui model metode yang digunakan adalah dengan Teknik Penelitian Tindak Kelas (PTK). Metode yang dilakukan adalah dengan Penelitian Tindak Kelas Praktik Soft Ball terhadap siswa/siswi X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo yang berjumlah 38 orang. Berdasarkan hasil yang diperoleh menunjukkan bahwa terjadi peningkatan yang signifikan pada minat siswa/siswi diketahui dimana sebelumnya memiliki minat sedang pada olahraga dengan 40%, kenaikan yang signifikan terkait Tingkat minat siswa kelas X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo terhadap Pelajaran Olahraga menjadi minat sangat tinggi sebanyak 30%, dan memiliki minat tingginya menjadi 52%. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa belajar *fokus* dalam melakukan setelah pemukulan kemudian menuju pos masing-masing melalui metode permainan dapat meningkatkan hasil belajar permainan Soft Ball pada siswa/siswi kelas X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo.

Kata Kunci: *Fokus* setelah memukul bola Soft ball

1. Pendahuluan

Softball adalah salah satu cabang olahraga yang mirip dengan permainan bola kasti. Olahraga ini dimainkan dua tim dengan aturan dan teknik dasarnya. Softball menekankan pentingnya memukul untuk menciptakan poin yang maksimal dan butuh kemampuan mumpuni untuk hasilkan pukulan yang baik.

Diane L. Potter dalam bukunya *Softball Steps to Success* mengemukakan, olahraga ini adalah permainan yang menyenangkan namun perlu keterampilan kompleks. Para pemain disarankan latihan hingga kemampuan memukul berkembang baik.

Softball merupakan permainan bola pukul yang dimainkan oleh dua regu yang tiap regunya terdiri dari sembilan orang pemain dan terdiri dari tujuh babak (inning) (Utami, 2008:15). Skor tim mana yang lebih banyak dijalankan saat inning menang. Jika skor dimulai setelah tujuh babak, tim akan terus memainkan babak tambahan hingga satu tim memiliki skor yang lebih tinggi daripada yang lain di akhir inning penuh (Gitlin, 2011: 6). Permainan

softball menggunakan sebuah bola, pemukul, glove, helm, dan masker (Abrahamson, 2009:14). Satu skor atau run diperoleh ketika seorang runner berlari menginjak semua base secara berurutan dan kembali menginjak home plate. Agar seorang pelari mendapatkan poin, satu dari empat base harus disentuh olehnya (Abrahamson, 2009:16). Rachman (2007:276).

Menurut Agus Mukholid, permainan softball disebut juga dengan istilah Indoor-Baseball. Istilah ini mengacu pada olahraga berkelompok dalam kategori permainan bola pukul. Di Indonesia olahraga sejenis softball mirip permainan bola kasti, namun cenderung mengutamakan ketangkasan dan kecerdasan.

2. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian tindakan kelas (PTK), dalam Penelitian Tindakan Kelas ini dilakukan upaya untuk meningkatkan minat terhadap mata Pelajaran Olahraga. Subjek dalam penelitian ini adalah siswa/i X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo. Alasan peneliti memilih subjek tersebut berdasarkan observasi saya bahwa terdapat banyak siswa/siswa masih kurang berminat dalam mengikuti proses pembelajaran khususnya dalam materi olahraga softball.

Penelitian ini diambil pada bulan Februari sampai Maret selama 2 bulan di sekolah SMA Muhammadiyah Wonosobo Jl. Kh. Ahmad Dahlan No.10, Ngedok, Wonosobo Bar., Kec. Wonosobo, Kabupaten Wonosobo, Jawa Tengah. Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu observasi. Dalam penelitian ini untuk mengukur tingkat minat siswa/i terhadap mata Pelajaran olahraga.

3. Hasil dan Pembahasan

Pada tahap peneliti melakukan pemahaman tata cara atau aturan dari permainan Soft Ball tersebut, untuk mengetahui tingkat minat siswa kelas X-5. Siswa SMA Muhammadiyah Wonosobo sebelum diberi perlakuan kemampuan *bermain*. Penyajian hasil penelitian adalah berdasarkan analisis data yang dikumpulkan. Data yang dikumpulkan berupa hasil *tata cara* dan *aturan* permainan tersebut. Data yang dikumpulkan terdiri atas tes awal dan tes akhir kemampuan melakukan permainan Soft Ball.

Table 1. Data pra-praktik

Tingkat Minat	Jumlah Siswa
Sangat Tinggi	0
Tinggi	8
Sedang	15
Rendah	15
Sangat Rendah	0

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa tidak ada siswa/siswi mampu melakukan *tata cara atau aturan* dalam permainan Soft Ball yang tergolong sangat baik, diketahui 20% siswa/siswi memiliki minat tinggi, kemudian 40% siswa siswi memiliki minat sedang, terakhir 40% siswa/siswi memiliki minat rendah.

Siklus 1

Setelah diberikan pemahaman, kemudian dilakukan tes ulang materinya untuk melihat perubahan yang terjadi pada siswa. Gambaran mengenai kondisi permainannya siswa/siswi X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo setelah diberikan pemahaman tata cara/aturan digambarkan dalam tabel berikut ini:

Table 2. Data praktik

Tingkat Minat	Jumlah Siswa
Sangat Tinggi	11
Tinggi	20
Sedang	7
Rendah	0
Sangat Rendah	0

Melihat hasil yang dicapai pada siklus table diatas. Berdasarkan hasil pengamatan hasil penelitian menyimpulkan bahwa proses pembelajaran dengan permainan yang bertujuan meningkatkan minat belajar terhadap mata pelajaran olahraga, Selain itu hasil evaluasi *tata cara dan aturan*, melalui permainan cukup memuaskan bagi peneliti karena Dari table di atas terlihat tidak ada lagi siswa dengan Tingkat minat rendah atau sangat rendah, siswa siswi Sangat tinggi memperoleh presentase sebanyak 30%, siswa siswi yang memiliki minat tinggi dengan sebanyak 52%, dan sedang memiliki 18%.

4. Simpulan dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa penerapan model pembelajaran praktik peminatan olahraga Soft Ball dapat mengurangi Tingkat kemalasan terhadap murid kelas X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo terhdap mata Pelajaran olahraga Soft Ball. Peningkatan tersebut terlihat dari data table diatas, murid yang minat terhadap mata Pelajaran olahraga Soft Ball dari tabel 1 dan 2. meskipun harus melalui pemantauan dan bimbingan langsung terhadap siswa yang bermasalah baik pada table 1 dan terlihat adanya peningkatan hasil minat belajar siswa pada table 2. Berdasarkan hasil penelitian diperoleh simpulan bahwa melalui permainan dapat meningkatkan minat olahraga Soft Ball pada kelas X-5 SMA Muhammadiyah Wonosobo.

Daftar Pustaka

- Aan Sunjata, (2010). Panduan Penelitian. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Ageng Permadi, (2005). Permainan Softball : Jakarta. Rineka Cipta.
- Albertus Heriyanto. (2011). Panduan Penelitian. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- David K. Miller. (2012) Measurment By The Physical Educator.:Walmington.
- Devi Arviani, (2010). Bermain Rounders. Semarang: Penerbit Aneka Ilmu.