

HUBUNGAN ANTARA KONSENTRASI, KORINASI MATA TANGAN TEHADAP PUKULAN GATE-IN PADA CABANG OLAHRAGA WOODBALL DI CLUB SEMANGAT PAGI PACITAN

Sutrisno¹, Dicky Alfindana², Danang Endarto Putro³

^{1,2,3}Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Pacitan
Email: sno91137@gmail.com¹, dickyalfindana1990@gmail.com², juzz.juzz@gmail.com³

Abstrak :penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar hubungan konsentrasi dan kordinasi mata tangan terhadap hasil pukulan gate-in pada atlet semangat pagi pacitan. Metode penelitian menggunakan survey tes. Variable bebas penelitian adalah konsentrasi dan kordinasi mata tangan. Variable terikat adalah pukulan gate-in. instrument penelitian menggunakan 3 jenis tes. Tes concentrational grid untuk mengukur konsentrasi,tes lempar tangkap untuk mengukur kordinasi mata tangan, dan tes oukulan gate-in untuk mengetahui hasil pukulan gate-in. tehnik analisis data menggunakan analisis linier berganda. Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini yaitu: 1) adanya hubungan konsentrasi dengan pukulan gate-in yang diperoleh signifikasi sebesar $0,046 < 0,05$; 2) adanya hubungan kordinasi mata tangan dengan pukulan *gate-in* yang diperoleh signifikasi sebesar $0,013 < 0,05$; dan 3) adanya hubungan konsentrasi dan kordinasi mata tangan dengan pukulan *gate-in* yang diperoleh signifikasi sebesar $0,033 < 0,05$. penelitian ini memberikan gambaran secara rinci bahwa konsentrasi dan kordinasi mata tangan berhubungan dengan pukulan gate-in pada atlet semangat pagi pacitan.

Kata kunci : *konsentrasi,kordinasi mata tangan,pukulan gate-in*

Abstract : *this study aims to find out how much the relationship between concentration and hand-eye coordination has to the results of gate-in punches in Pacitan morning spirited athletes. The research method uses a survey test. The independent variables of the research are concentration and hand-eye coordination. The dependent variable is the gate-in stroke. research instrument using 3 types of tests. The concentrational grid test is to measure concentration, the throwing-catch test is to measure hand-eye coordination, and the gate-in punch test is to find out the gate-in hitting results. data analysis technique using multiple linear analysis. The results obtained in this study were: 1) there was a relationship between concentration and gate-in strokes which obtained a significance of $0.046 < 0.05$; 2) there is a relationship between eye-hand coordination and gate-in strokes with a significance of $0.013 < 0.05$; and 3) there is a relationship between concentration and hand-eye coordination with gate-in punches which obtained a significance of $0.033 < 0.05$. This study provides a detailed description that concentration and eye-hand coordination are related to gate-in strokes in Pacitan morning spirit athletes*

Keywords: concentration, hand eye coordination, gate-in punch

PENDAHULUAN

Olahraga bukan di lakukan oleh kalangan tertentu saja, namun olahraga telah menembus berbagai tingkat usia maupun berbagai tingkatan kehidupan sosial bermasyarakat di berbagai negara, ada yang melakukan olahraga untuk meningkatkan Kesehatan, meningkatkan kebugaran fisik, sebagai alat rekreasi, dan untuk tujuan peningkatan prestasi.

Konsentrasi adalah kemampuan olahragawan dalam memelihara fokus perhatiannya pada lingkungan pertandingan yang relevan (Weinberg dan Gould, 2003: 353-354). Menurut Martens (1988: 146) konsentrasi adalah kemampuan olahragawan

untuk memusatkan perhatiannya pada satu rangsang yang dipilih (satu objek) dalam periode waktu tertentu. Selanjutnya, konsentrasi merupakan kemampuan untuk fokus pada berbagai faktor yang relevan dengan pertandingan dan mampu memeliharanya selama durasi pertandingan (Crespo dan Miley, 1998: 109). Berdasarkan ketiga pendapat tersebut, maka pengertian konsentrasi mengandung makna arah perhatian yang menyempit (mengkhusus), suatu fiksasi perhatian terhadap rangsang tertentu, dan kelanjutan perhatian pada rangsang yang dipilih. Dengan demikian pengertian konsentrasi dalam olahraga memiliki empat ciri, yaitu (1) fokus pada suatu objek yang relevan (perhatian yang selektif), (2) memelihara fokus perhatian dalam jangka waktu lama, (3) memiliki kesadaran pada situasi, dan (4) meningkatkan fokus perhatian jika diperlukan. Dari pengertian perhatian dan konsentrasi tersebut nampak dengan jelas persamaan dan perbedaan antara perhatian dan konsentrasi. Kesamaan di antara keduanya adalah terletak pada fokus pikiran seseorang pada objek tertentu. Adapun perbedaan di antara keduanya adalah terletak pada rentang waktu. Perhatian merupakan fokus pikiran seseorang terhadap satu objek yang berlangsung dalam waktu singkat, sedangkan konsentrasi merupakan fokus pikiran seseorang terhadap satu objek dalam rentang waktu yang lebih lama. Artinya, perhatian merupakan proses awal menuju konsentrasi.

Menurut Jonath dan Krempel dalam Syafrudin, (2011: 169), koordinasi merupakan kerjasama system persarafan pusat sebagai system yang telah diselaraskan oleh proses rangsangan dan hambatan serta otot rangka pada waktu jalannya gerakan secara terarah. Suharno dalam Syafrudin (2011: 169) koordinasi adalah kemampuan seseorang merangkaikan beberapa unsur gerak menjadi suatu gerakan yang selaras sesuai dengan tujuannya. Kemudian menurut Bempa dalam Syafrudin (2011: 169) mengemukakan koordinasi merupakan suatu kemampuan yang sangat kompleks, sangat terkait dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan dan kelentukan. Mulyono (2001: 58), “menjelaskan koordinasi merupakan hasil kemampuan untuk bersaam melakukan berbagai tugas gerak secara mulus dan akurat”. Sukadiyanto (2011: 149-150), “menjelaskan koordinasi merupakan hasil perpaduan kinerja dari kualitas otot tulang dan persendian satu gerak yang efektif dan efisien”. Sedangkan menurut Djoko Pekirianto (2002: 750), “koordinasi adalah kemampuan melakukan gerak pada berbagai tingkat kesukaran dengan cepat dan tepat secara efisien”.

Dalam olahraga woodball Teknik dasar merupakan salah satu pondasi bagi seseorang untuk dapat bermain dengan baik. Teknik dasar tersebut meliputi Teknik tanpa alat dan Teknik dengan alat. Teknik tanpa alat meliputi Gerakan mengayun, setup(persiapan), dan rutinitas preswing tanpa alat. Sedangkan Teknik dengan alat adalah rutinitas preswing dengan alat (mallet), Teknik pukulan jarak jauh, pukulan jarak menengah, pukulan jarak dekat, dan getting atau pukulan kearah gate.

Olahraga ini sangat memerlukan kordinasi yang baik selain harus memiliki taktik dan Teknik yang baik harus juga mempunyai mental bertanding yang kuat. Karena pada dasarnya olahraga woodball harus mempunyai kesabaran dan konsentrasi yang tinggi , misalnya pada saat melakukan pukulan *gate-in*. Dalam olahraga woodball ini ayunan atau swing adalah salah satu Teknik yang sangat dominan sehingga pengendalian konsentrasi sangatlah penting karena apabila konsentrasi hilang akan berakibat fatal pada atlet, pada dasarnya gerakan ayunan dalam pukulan woodball sama, yang membedakan hanya panjang dan kecepatan ayunan untuk jenis pukulan yang berbeda, atlet woodball diharapkan memiliki ayunan yang tepat mulai dari kordinasi tubuh dari kaki, pinggul dan lengan pada posisi nyaman dan tepat.

Kordinasi merupakan salah satu aspek fisik dalam woodball. Kordinasi juga mempengaruhi tingkat akurasi, kordinasi mata tangan merupakan salah satu bentuk kordinasi yang sangat diperlukan dalam melakukan olahraga. Kordinasi mata tangan merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan tindakan tangan yang dipandu oleh informasi tangan. Kordinasi mata tangan membutuhkan penglihatan yang dinamis, yaitu dengan memperlihatkan posisi *set-up* dan ayunan untuk melakukan pukulan sesuai dengan target. Pukulan yang dilakukan sesuai dengan irama mengontrol seluruh ayunan dan kordinasi mata tangan di gerakan berirama pada saat terjadi benturan bola dan mallet. Kordinasi mata tangan yang baik dapat meningkatkan tingkat akurasi pada pukulan woodball yang nantinya akan memberikan hasil yang baik dan optimal.

Selain teknik dasar dan kordinasi mata tangan yang baik, woodball juga memerlukan konsentrasi dalam memukul bola agar menghasilkan pukulan yang baik Dengan adanya kaitan antara konsentrasi,kordinasi mata tangan terhadap keberhasilan seorang pemain dalam melakukan pukulan *gate-in* dalam permainan woodball, penulis tertarik untuk meneliti permasalahan ini. Penulis mengambil judul sebagai berikut. “hubungan antara konsentrasi,kordinasi mata tangan dengan hasil pukulan *gate-in* pada

cabang olahraga woodball”dan tepat sasaran. Konsentrasi merupakan kemampuan seseorang untuk tetap fokus pada suatu hal yang di kerjakan (siantoro,2011). Apabila konsentrasi terganggu saat melakukan pukulan baik dalam latihan maupun pertandingan maka akan menimbulkan masalah paa atlet. Permasalahan yang sering terjadi dalam woodball adalah proses dan hasil pukulan tidak optimal yang menjadikan kurangnya akurasi dalam gerakan pukulan, pukulan tidak sempurna, tidak tepat sasaran, bahkan bola keluar lintasan/ob (*out of boundary*).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif bahwa variabel dari penelitian adalah hubungan antara konsentrasi, kordinasi mata tangan dengan pukulan gate-in pada cabang olahraga woodball. populasi dari penelitian ini adalah anggota club semangat pagi pacitan uang berjumlah 20 orang. Sampel pada penelitian ini menggunakan teknik total sampling di ambil dari penelitian ini dari anggota club semangat pagi pacitan yang berjumlah 20 orang. Instrumen dari penelitian ini adalah tes concentrational grid excersie dari haris and bette, tes kordinasi mata tangan dan tes pukulan *gate-in*. Teknik analisis data yang di lakukan peneliti yaitu menggunakan spss, dengan melakukan uji normalitas data dan dilanjutkan uji korelacion pearson.

HASIL

Uji kenormalan di gunakan untuk mengetahui apakah populasi data berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas yang di gunakan dalam penelitian ini adalah uji *one sample kolomogorov-smimov test*. Dalam penilitian ini apabila signifikan $p < 0,05$ atau 5% maka data-data tidak berdistribusi normal dan sebaliknya apabila signifikan $p > 0,05$ atau 5% maka data-data berdistribusi nirmal.

	statistic	DF	Signifikan
Konsentrasi	0,941	20	0,254
Kordinasi mata tangan	0,950	20	0,369
Pukulan gate in	0,916	20	0,084

Hasil uji data normalitas data penilaian menunjukkan bahwa variable X1, X2 dan Y memiliki signifikan $> 0,05$. Maka dapat di simpulkan bahwa ketiga variable tersebut berdistribusi normal.

Untuk menguji dan membuktikan secara ststistik hubungan antara konsentrasi ,kordinasi mata tangan dengan pukulan gate-in digunakan analisi korelasi ganda dengan bantuan program SPSS. Analisis korelasi ganda digunakan untuk pengukuran antara dua

variabel independent (bebas) secara bersama sama dengan sebuah variabel dependent (terikat).

Model	Signifikan
Konsentrasi, kordinasi mata tangan	0,927

Dari tabel di atas menunjukkan bahwa antara konsentrasi, kordinai mata tangan dengan pukulan gate in terdapat kofisien korelasi sebesar 0094 dan signifikasi hasil perhitungannya adalah 0,927 dengan ini konsentrasi dan kordinasi mata tangan secara bersama sama memiliki hubungan dengan pukulan gate in.

PEMBAHASAAN

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah: “Adanya hubungan antara konsentrasi terhadap pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi pacitan.” Besarnya korelasi antara konsentrasi atlet woodball semangat pagi pacitan (X^1) dengan hasil pukulan gate-in (Y) sebesar $r_{xy}(\text{hitung}) = 0,452$ dengan $p = 0,046$ sedangkan $r_{(0,05)}(13) = 0,4438$. Oleh karena itu $r_{xy}(\text{hitung}) = 0,452 > r_{\text{tabel}} = 0,4438$ dan $p = 0,046 < \alpha$ (taraf signifikansi) yang ditentukan yaitu 0,5 maka hipotesisi nihil (H_0) yang berbunyi: “Tidak ada hubungan antara konsentrasi terhadap pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi pacitan” ditolak; dan hipotesisi kerja (H_a) yang berbunyi: “Adanya hubungan konsentrasi terhadap pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi pacitan” diterima.

Hipotesis pertama dalam penelitian ini adalah: “Adanya hubungan antara kordinasi mata tangan terhadap pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi Pacitan.” Besarnya korelasi antara kordinasi mata tangan atlet semangat pagi pacitan (X^2) dengan pukulan gate-in (Y) sebesar $r_{xy}(\text{hitung}) = 0,545$ dengan $p = 0,013$ sedangkan $r_{(0,05)}(13) = 0,4438$. Oleh karena itu $r_{xy}(\text{hitung}) = 0,545 > r_{\text{tabel}} = 0,4438$ dan $p = 0,013 < \alpha$ (taraf signifikansi) yang ditentukan yaitu 0,5 maka hipotesisi nihil (H_0) yang berbunyi: “Tidak ada hubungan antara kordinasi mata tangan terhadap pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi pacitan” ditolak; dan hipotesisi kerja (H_a) yang berbunyi: “Adanya hubungan antara kordinasi mata tangan pada atlet woodball semangat pagi pacitan” diterima.

Hipotesis dalam penelitian ini adalah: “Adanya hubungan antara konsentrasi dan kordinasi mata tangan terhadap pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi pacitan.” Pengujian hipotesisi menggunakan analisis regresi ganda dengan dua

predictor, yaitu konsentrasi (X1) dan kordinasi mata tangan (X2); serta sebagai kriterium pukulan gate-in (Y). Analisis regresi dilakukan dengan menggunakan bantuan program SPSS. dapat dilihat bahwa koefisien ganda $R_{y(x_1y_1)} = 0,702 > r_{tabel} = 0,4438$ dan $p = 0,033 < \alpha$ (taraf signifikansi) yang ditentukan yaitu 0,05 harga correlation = 0,702 dengan $p = 0,033 < \alpha$ (taraf signifikansi) yang ditentukan yaitu 0,05. Oleh Karena itu, maka (H_0) ditolak dan (H_a) diterima; dan dapat disimpulkan bahwa, “Ada hubungan positif yang signifikan antara konsentrasi dan kordinasi mata tangan dengan pukulan gate-in pada atlet woodball semangat pagi pacitan.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil dari penelitian dan analisis data dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variable independent dan variable terikat secara Bersama sama.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahad,N.A., Yin, T.S., Othman, A.R., & Yaacob, C.R. 2011. Sensitivity of Normality Tests to Non-normal Data. *Sain Malaysiana*. 40(6), pp 637-641
- Das, K.R., & Imon, R. 2016. A Brief Review of Tests for Normality. *American Journal of Theoretical and Applied Statistics*, 5(1): 5-12
- Fathurrohman, M. N. (2020, november 19). *Gambar dan Ukuran Peralatan Permainan Woodball (bola kayu)*. Dipetik januari 5, 2023, dari <https://aturanpermainan.blogspot.com/2020/11/gambar-dan-ukuran-peralatan-permainan-woodball-bola-kayu.html>: <https://aturanpermainan.blogspot.com/>
- Sukadiyanto. (2011) *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: Lubuk Agung.
- Syafuruddin. (2011). *Dasar- Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: DIP Proyek Universitas Negeri Padang.