



Tingkat keterampilan dasar permainan bolatangan bagi mahasiswa PJKR

Tantri Heriyanti Purnomo¹, Ermawan Susanto², Sigit Dwi Andrianto³, Agus Susworo Dwi Marhaendro⁴, Ahmad Rithaudin⁵

^{1, 2, 3, 4, 5} Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta, Jln Colombo No 1 Yogyakarta, Indonesia

Email: tantriheriyanti.2020@student.uny.ac.id¹, ermawan@uny.ac.id², sigiddwiandrianto@uny.ac.id³, agus_marhaendro@uny.ac.id⁴, ahmad_rithaudin@uny.ac.id⁵

Received: 21 Mei 2024; Revised: 3 Juni 2024; Accepted: 8 Oktober 2024

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bolatangan mahasiswa PJKR yang memilih mata kuliah permainan bolatangan meliputi keterampilan dasar *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswa PJKR yang memilih mata kuliah permainan bolatangan. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 100 mahasiswa yang memilih mata kuliah olahraga pilihan bolatangan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 39 mahasiswa dari rombel A dan B mata kuliah olahraga pilihan bolatangan. Sampel dipilih menggunakan metode *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik tes dan pengukuran. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat keterampilan dasar *passing* permainan bolatangan mahasiswa PJKR memiliki rata – rata 26,18 yang termasuk dalam kategori cukup/sedang, tingkat keterampilan dasar *dribbling* mahasiswa PJKR memiliki rata – rata sebesar 7,72 yang termasuk dalam kategori cukup/sedang, dan tingkat keterampilan dasar *shooting* mahasiswa PJKR memiliki rata – rata 2,06 yang termasuk dalam kategori cukup/sedang. Hasil tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya fasilitas yang digunakan kurang memadai dan kemampuan dari mahasiswa itu sendiri seperti kekuatan lengan, akurasi, kelincahan, dan koordinasi mata-tangan.

Kata Kunci: keterampilan dasar, bolatangan, mahasiswa PJKR

Abstract: This research aims to determine the level of basic handball skills of students majoring PJKR (Physical Education and Recreation) who choose handball courses including basic passing, dribbling, and shooting skills. This research was a descriptive quantitative study. The research subjects were students majoring PJKR who chose handball as a course. The research population was 100 students who chose handball as an option of sports course. The research sample was 39 students from groups A and B in handball option of sports courses. The sample was selected by using the purposive sampling method. The data collection techniques used test and measurement techniques. The data analysis technique was descriptive statistical techniques. The results of this research show that the level of basic passing skill of PJKR students has an average score at 26.18 which is included in the medium level, the level of basic dribbling skill of PJKR students has an average score at 7.72 which is categorized in the medium level, and the level of basic shooting skill of PJKR students has an average score at 2.06 which is in the medium level. These results can be affected by several factors: inadequate facilities used and the students' own abilities, such as arm strength, accuracy, agility and hand-eye coordination.

Keywords: basic skills, handball, PJKR Student

How to Cite: Purnomo, T. H., Susanto, E., Andrianto, S. D., Mahendro, A. S. D., & Rithaudin, A. (2023). Tingkat keterampilan dasar permainan bolatangan bagi mahasiswa PJKR. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia, 19(1), 62-72. <https://doi.org/10.21831/jpji.v19i1.73472>



PENDAHULUAN

Bolatangan merupakan olahraga beregu yang terdiri dari 7 pemain (6 pemain dan 1 penjaga gawang) pada masing-masing tim yang berusaha memasukkan bola ke gawang lawan. Bolatangan merupakan olahraga beregu yang terdiri dari 7 pemain (6 pemain dan 1 penjaga gawang) pada masing-masing tim yang berusaha memasukkan bola ke gawang lawan. Permainan bolatangan hampir serupa dengan

This is an open access article under the [CC-BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.



<https://doi.org/10.21831/jpji.v19i1.73472>



permainan sepak bola, namun cara memindahkan bola pada permainan bolatangan menggunakan tangan. Karakteristik permainan bolatangan diantaranya dimainkan di lapangan *indoor* dengan ukuran 40 meter × 20 meter dan dapat dimodifikasi untuk kepentingan permainan berdasarkan karakteristik usia. Garis batas yang terdapat pada lapangan diantaranya: garis gawang, garis wilayah tembakan, garis penalti, garis lemparan bebas, garis samping, dan garis tengah. Bolatangan merupakan olahraga yang membutuhkan gabungan komponen kekuatan, kecepatan, daya ledak, fleksibilitas, daya tahan, dan kelincahan (Ananda, R & Banurea, O. K., 2017: 11). Permainan bolatangan merupakan olahraga yang sedang berkembang dan naik daun di Indonesia. Perkembangan olahraga bolatangan tidak terlepas dari minat masyarakat Indonesia terhadap olahraga bolatangan. Minat berperan penting dalam mengawali kegiatan termasuk kegiatan olahraga (Habiburrahman et al., 2022:429). Namun, keberadaan olahraga bola tangan kurang diminati karena kurang terkenal di kalangan masyarakat, kurangnya sosialisasi, dan belum memiliki induk olahraga yang bersifat resmi (Susanto, 2017:6). Dalam penelitian yang dilakukan oleh Haabiburrahman et al. (2022:432) dapat diketahui bahwa minat siswa SMA negeri di kota Sukabumi tergolong rendah ditinjau dari faktor ekstrinsiknya. Dari hasil tersebut, diharapkan pengurus olahraga bolatangan dapat memberikan fasilitas dan program latihan yang tersusun baik. Oleh karena itu perlu adanya usaha untuk memasyarakatkan olahraga permainan bolatangan di dalam kurikulum sekolah sehingga perlahan permainan bolatangan akan dikenal dari bangku sekolah sampai perguruan tinggi. Olahraga permainan bolatangan memiliki dampak positif bagi pemainnya yang selaras dengan tujuan umum pendidikan nasional yaitu pada perkembangan fisik, kerja sama, keterampilan hidup, kedisiplinan, dan sosial emosional.

Permainan bolatangan juga merupakan salah satu mata kuliah yang sampai saat ini masih diajarkan di Lembaga Pendidikan Tinggi Kependidikan (LPTK) dalam bidang keolahragaan. Sarana dan prasarana yang dibutuhkan tergolong murah dan dapat dimodifikasi. Untuk mempromosikan permainan bolatangan dapat dilakukan dengan cara memasukkan permainan bolatangan pada kurikulum sekolah secara bertahap. Oleh karena itu, pengetahuan tentang permainan bolatangan perlu ditingkatkan khususnya oleh para guru maupun calon guru. Untuk menambah pengetahuan tentang permainan bolatangan, guru maupun calon guru dapat memperoleh hal tersebut melalui perkuliahan. Bolatangan merupakan salah satu mata kuliah yang terdapat pada Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan di Universitas Negeri Yogyakarta yang sudah ada sejak tahun 2003. Dengan adanya sumber daya manusia atau pengajar yang sudah kompeten, mahasiswa dapat menggali ilmu mengenai bolatangan melalui perkuliahan. Mata kuliah pilihan permainan bolatangan memiliki peminat yang lebih banyak daripada mata kuliah olahraga pilihan yang lain di semester 5 (lima). Hal tersebut sesuai dengan kelas mata kuliah bola tangan berjumlah 6 (enam) kelas yang masing – masing kelas memiliki kuota untuk 20 mahasiswa.

Salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan mahasiswa ketika mengikuti perkuliahan bolatangan yaitu sarana yang digunakan kurang memadai. Sarana merupakan alat yang secara langsung menunjang tercapainya tujuan pendidikan, misalnya perpustakaan, laboratorium, dan sebagainya (Daryanto dalam Syarifuddin et al., 2016:156). Dalam hal ini, sarana yang digunakan untuk perkuliahan bolatangan di Universitas Negeri Yogyakarta adalah *hall badminton*. Kondisi *hall badminton* yang kurang memadai seperti lantainya yang licin, sirkulasi udara dalam gedung yang kurang baik, dan ruangnya yang gelap menyebabkan kegiatan perkuliahan kurang efektif. Oleh karena itu, perlu adanya manajemen sarana prasarana dengan tujuan untuk mengusahakan pemakaian sarana dan prasarana secara efektif dan efisien, sehingga keterampilan mahasiswa dapat berkembang dengan maksimal (Ananda, R & Banurea, O. K., 2017: 26). Ketika *hall badminton* digunakan untuk *event – event* tertentu dapat mengganggu jam perkuliahan. Selain itu, keterampilan dasar permainan bolatangan mahasiswa belum diketahui karena banyak dari mahasiswa yang baru mengenal bolatangan pada jenjang perkuliahan. Penelitian ini dapat digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar mahasiswa untuk ditingkatkan lebih lanjut sesuai dengan hasil dan kemampuan masing – masing mahasiswa.

Berdasarkan data yang ada, nilai keterampilan dasar permainan bolatangan tahun 2022 yaitu 90% mahasiswa mendapat nilai A dan 10% mahasiswa mendapat nilai B. Sedangkan pada tahun 2023, 90 % mendapat nilai A dan 10 % mendapat nilai B. Nilai tersebut dapat lebih baik jika sarana dan prasarana atau fasilitas yang digunakan lebih memadai yaitu dengan menggunakan GOR sebagai tempat perkuliahan praktik permainan bolatangan. Fasilitas yang digunakan untuk belajar merupakan salah satu faktor yang dapat meningkatkan prestasi belajar peserta didik (Sitirahayu & Purnomo, 2021: 164). Mengatur, merencanakan, dan melaksanakan dalam manajemen sarana dan prasarana diperlukan untuk hasil pembelajaran yang lebih baik (Saryono & Hutomo, 2016:32). Menurut Sitirahayu & Purnomo

(2021:164), semakin lengkap fasilitas belajar yang dimiliki oleh suatu instansi, semakin baik pula proses belajar yang dijalani oleh peserta didik karena fasilitas dapat mempercepat dan memperdalam peserta didik pada proses belajar mandiri sehingga peserta didik akan memperoleh prestasi yang maksimal. Pada penelitian lain yang dilakukan oleh Mardiana & Hastuti (2014: 13) menunjukkan bahwa sarana dan prasarana merupakan salah satu faktor pendukung prestasi bola basket peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMA Negeri 1 Depok Sleman yang memiliki persentase sebesar 91,33% yang termasuk dalam kategori sangat tinggi. Menurut data yang ada dalam penelitian tersebut, SMA Negeri 1 Depok memiliki satu lapangan bola basket yang kondisinya cukup baik, namun permukaan lapangan tersebut sedikit kurang kasar. Jaring basket dan papan pantul yang ada dalam kondisi baik dan terawat, serta terdapat memiliki sepuluh bola basket dengan kondisi layak pakai. Hal tersebut berbanding lurus dengan prestasi yang diraih oleh tim bola basket SMA Negeri 1 Depok, yaitu juara 1 perlombaan ABL dan juara 2 lomba MANIVES tingkat provinsi pada tahun 2011 dan 2013.

Tes merupakan suatu alat yang digunakan untuk mengukur dan bertujuan untuk mendapatkan informasi atau data tentang seseorang (Sepdanius et al., 2019:2). Data yang dapat diambil terdiri dari tiga komponen, yaitu komponen motorik, komponen kognitif, dan komponen afektif. Keterampilan dasar permainan bolatangan termasuk ke dalam komponen motorik yang datanya dapat diambil melalui tes kemampuan dan gerak dasar, fungsional dan tes keterampilan pada olahraga cabang tertentu. Sedangkan, pengukuran merupakan suatu proses persiapan mulai dari persiapan alat, pelaksanaan tes, dan kemudian mendapatkan hasil tes yang berupa data kuantitatif yang dapat diolah menggunakan statistika (Sepdanius et al., 2019:3). Hasil dari pengukuran berupa data kuantitatif yang dapat diolah dengan rumus statistika.

Tes dan pengukuran keterampilan dasar pada permainan bolatangan merupakan bagian integral dalam proses penilaian untuk memperoleh data yang objektif dari hasil belajar mengajar dan latihan (Susanto, 2015:75). Komponen tes dan pengukuran keterampilan bolatangan diantaranya tes keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *shooting*. *Dribbling* merupakan keterampilan menggiring bola untuk melakukan penyerangan dengan tujuan mendekatkan bola pada area tembakan. *Dribbling* adalah suatu pergerakan memantulkan bola secara berkelanjutan dengan menggunakan salah satu tangan atau dapat bertukar tangan tanpa memegang bola. *Dribbling* dalam bolatangan biasa disebut dengan teknik "tiga langkah sekali pantul". *Passing* (melempar bola) merupakan keterampilan memberikan bola kepada kawan dalam permainan bolatangan yang bertujuan untuk memberikan umpan kepada kawan dan dilanjutkan *shooting* atau untuk strategi menyerang dan bertahan. *Shooting* (menembak) adalah keterampilan menembak untuk mencetak gol dalam permainan bolatangan. Dalam hal ini, tingkat keterampilan dasar bola tangan mahasiswa PJKR belum diketahui, maka perlu adanya tes dan pengukuran mengenai tingkat keterampilan dasar bolatangan mahasiswa PJKR untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan dasar bolatangan yang dimiliki mahasiswa PJKR.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan yaitu deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui nilai variabel independen (satu variabel atau lebih) dengan tidak membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain (Kurniawan & Puspaningtyas, 2016:16). Penelitian deskriptif kuantitatif memiliki tujuan untuk mendeskripsikan secara cermat mengenai fenomena yang sedang diteliti. Penelitian ini menggunakan metode tes dan pengukuran.

Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di *hall badminton* yang berada di FIKK UNY. Pengambilan data dilaksanakan pada tanggal 4 Oktober 2023 dan 29 November ketika perkuliahan *handball* (UTS & UAS).

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya yang dapat terdiri dari subjek yang mempunyai kualitas dan karakteristik atau sifat tertentu (Kurniawan & Puspitaningtyas, 2016:66). Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa prodi PJKR UNY yang mengambil mata kuliah olahraga pilihan bolatangan berjumlah 100 mahasiswa dari kelas PJKR A sampai kelas PJKR E. Sampel merupakan sebagian dari populasi yang digunakan dalam penelitian. Tujuan diambilnya sampel yaitu untuk memperoleh informasi tentang populasi yang akan

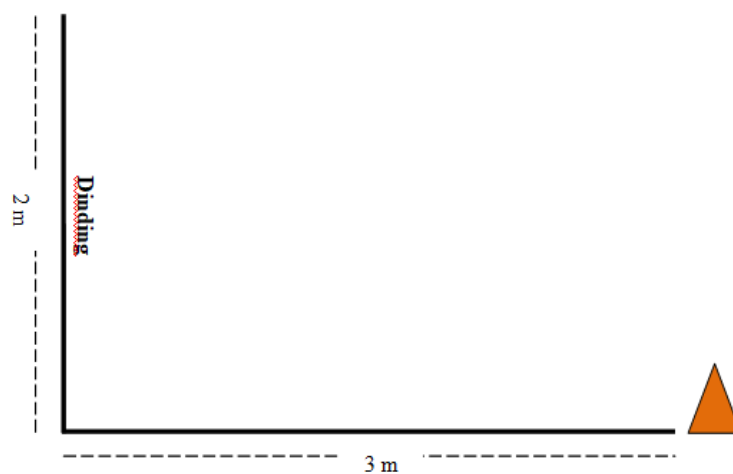
diteliti. Sampel yang digunakan sebaiknya benar – benar mewakili karakteristik yang ada dalam populasi penelitian.. Pengambilan sampel menggunakan teknik purposive sampling atau sampel bertujuan yaitu kelas A dan B yang diampu oleh Pak Ermawan Susanto yang berjumlah 39 mahasiswa.

Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan tes. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu tes keterampilan dasar olahraga bolatangan bagi mahasiswa yang dikembangkan oleh Ermawan Susanto meliputi tes keterampilan *passing*, *dribbling*, dan *flying shoot* (Susanto, 2017:10). Berikut adalah instrumen yang digunakan:

Tes Keterampilan Dasar Passing

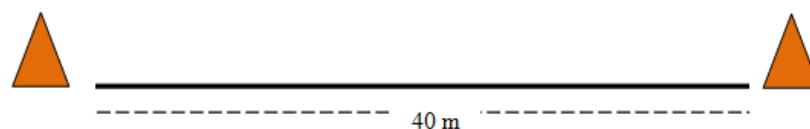
Tes ini dilakukan dengan lempar tangkap bola ke tembok dengan jarak 3 meter dari tembok. Tinggi sasaran melempar bola adalah 2 meter dari tanah. Tes ini bertujuan untuk mengukur kemampuan melempar dan menangkap bola secara kontinyu selama 30 detik.



Gambar 1. Ukuran lapangan tes keterampilan *passing*

Tes Keterampilan Dasar Dribbling

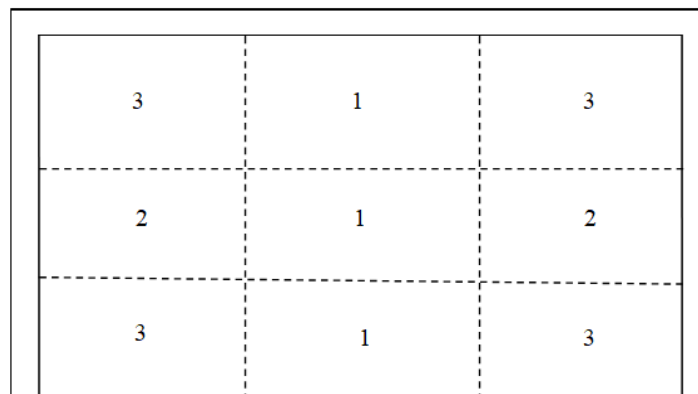
Tes keterampilan dasar *dribbling* dilakukan dengan mengukur waktu yang digunakan untuk *dribbling* bola dengan jarak 40 meter yang bertujuan untuk mengukur kemampuan menggiring bola di lapangan.



Gambar 2. Ukuran lapangan tes keterampilan dasar *dribbling*

Tes Keterampilan Dasar Flying Shoot

Tes keterampilan *flying shoot* bertujuan untuk mengukur keterampilan shooting secara berturut – turut dari dua posisi (kanan dan kiri).



Gambar 3. Pembagian area skor tes keterampilan *flying shoot*

Validitas sebuah instrumen dapat menunjukkan tingkat akurasi dan ketepatan sebuah instrumen pengukur dengan hal yang hendak diukur (Digdowiseiso, 2017:68). Validitas instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,995, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut dinyatakan valid dan dapat digunakan untuk pengambilan data dengan jangkauan lebih luas (Susanto, 2017:8). Reliabilitas merupakan sebuah indikator yang dapat diandalkan dan dipercaya menjadi alat pengumpul data. Nilai reliabilitas pada instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah 0,994, sehingga dapat disimpulkan bahwa instrumen tersebut reliabel dan dapat digunakan untuk pengambilan data (Susanto, 2017:9).

Teknik Analisis Data

Penelitian ini merupakan penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan tingkat keterampilan dasar permainan bolatangan pada mahasiswa PJKR UNY angkatan 2021. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang analisis datanya menggunakan statistik deskriptif. Statistik deskriptif digunakan dengan cara mendeskripsikan data yang terkumpul untuk menganalisis data (Kurniawan & Puspaningstyas, 2016:106). Statistik deskriptif hanya membahas mengenai cara mengumpulkan data dan penyajian data, hal tersebut dapat memudahkan siapa saja untuk menerima informasi. Data yang dipaparkan juga bersifat apa adanya, terdapat pemaparan data tetapi tidak melakukan penilaian terhadap data yang disajikan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

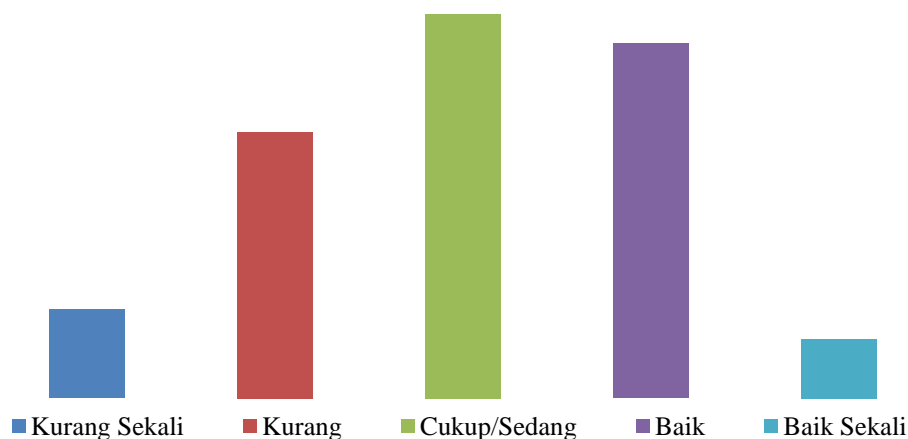
Tes Keterampilan Passing

Setelah dilakukan pengolahan data asli, mean yang diperoleh adalah 26,18; median yang diperoleh adalah 26; skor maksimal dari tes tersebut adalah 32; skor minimal dari tes tersebut adalah 21; standar deviasi yang diperoleh sebesar 2,77; jumlah skor seluruhnya adalah 1021; dan modus yang diperoleh adalah 23.

Data tersebut kemudian diolah dan dimasukkan ke dalam lima kategori seperti tabel dibawah ini:

Tabel 1. Tabel hasil tes keterampilan *passing*

No	Kategori	Skor	Frekuensi	(%)
1	Baik Sekali	$X \geq 30,34$	2	5,13
2	Baik	$27,57 \leq X < 30,34$	12	30,77
3	Cukup/Sedang	$24,8 \leq X < 27,57$	13	33,33
4	Kurang	$22,03 \leq X < 24,8$	9	23,08
5	Kurang Sekali	$X < 22,03$	3	7,69
Jumlah			39	100



Gambar 4. Diagram batang frekuensi hasil tes keterampilan dasar *passing*

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh tingkat keterampilan dasar *passing* permainan bolatangan mahasiswa PJKR UNY tahun 2021 sebanyak 2 (dua) orang dinyatakan dalam kategori baik sekali (5,13%), 12 (dua belas) orang dinyatakan dalam kategori baik (30,77%), 13 (tiga belas) orang dinyatakan dalam kategori cukup/sedang (33,33%), 9 (sembilan) orang dinyatakan dalam kategori kurang (23,08%), dan 3 (tiga) orang dinyatakan dalam kategori kurang sekali (7,69%).

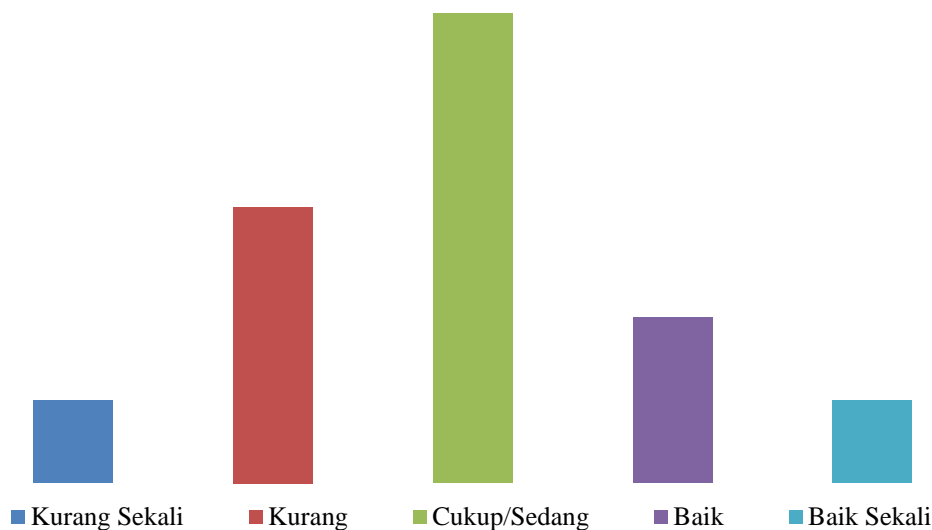
Tes Keterampilan Dribbling

Setelah dilakukan pengolahan data asli, rata - rata yang diperoleh adalah 7,72; median yang diperoleh adalah 7,6; skor maksimal dari tes tersebut adalah 5,8; skor minimal dari tes tersebut adalah 10; standar deviasi yang diperoleh sebesar 0,98; jumlah skor seluruhnya adalah 301,2; dan modus yang diperoleh adalah 7.

Data tersebut kemudian diolah dan dimasukkan ke dalam lima kategori seperti tabel dibawah ini:

Tabel 2. Tabel hasil tes keterampilan dasar *dribbling*

No	Kategori	Skor	Frekuensi	(%)
1	Baik Sekali	$X \leq 6,25$	3	7,69
2	Baik	$7,23 \geq X > 6,25$	10	25,64
3	Cukup/Sedang	$8,21 \geq X > 7,23$	17	43,59
4	Kurang	$9,19 \geq X > 8,21$	6	15,38
5	Kurang Sekali	$X > 9,19$	3	7,69
Jumlah			39	100



Gambar 5. Diagram batang frekuensi hasil tes keterampilan dasar *dribbling*

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh tingkat keterampilan dasar *dribbling* permainan bolatangan mahasiswa PJKR UNY tahun 2021 sebanyak 3 (tiga) orang dinyatakan dalam kategori baik sekali (7,69%), 10 (sepuluh) orang dinyatakan dalam kategori baik (25,64%), 17 (tujuh belas) orang dinyatakan dalam kategori cukup/sedang (43,59%), 6 (enam) orang dinyatakan dalam kategori kurang (15,38%), dan 3 (tiga) orang dinyatakan dalam kategori kurang sekali (7,69%).

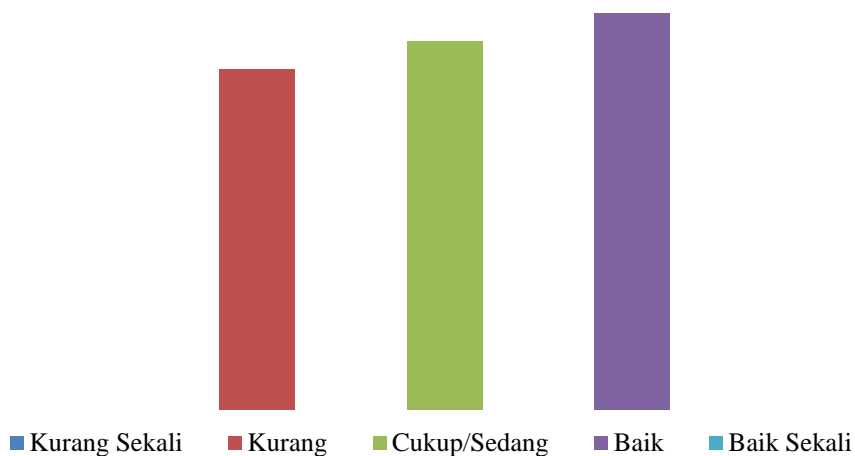
Tes Keterampilan Shooting

Setelah dilakukan pengolahan data asli tes keterampilan dasar *shooting* (*flying shoot*), rata-rata yang diperoleh adalah 2,06; median yang diperoleh adalah 2; skor maksimal dari tes tersebut adalah 3; skor minimal dari tes tersebut adalah 1; standar deviasi yang diperoleh sebesar 0,81; jumlah skor seluruhnya adalah 80,5; dan modus yang diperoleh adalah 3.

Data tersebut kemudian diolah dan dimasukkan ke dalam lima kategori seperti tabel dibawah ini:

Tabel 3. Tabel hasil tes keterampilan *shooting*

No	Kategori	Skor	Frekuensi	%
1	Baik Sekali	$X \geq 3,28$	0	0
2	Baik	$2,47 \leq X < 3,28$	14	35,90
3	Cukup/Sedang	$1,66 \leq X < 2,47$	13	33,33
4	Kurang	$0,85 \leq X < 1,66$	12	30,77
5	Kurang Sekali	$X < 0,85$	0	0
Jumlah			39	100



Gambar 6. Diagram batang frekuensi hasil tes keterampilan dasar *shooting*

Berdasarkan tabel di atas dapat diperoleh tingkat keterampilan dasar *shooting* (*flying shoot*) permainan bolatangan mahasiswa PJKR UNY tahun 2021 yaitu tidak ada yang termasuk dalam kategori baik sekali, 14 (empat belas) orang dinyatakan dalam kategori baik (35,90%), 13 (tiga belas) orang dinyatakan dalam kategori cukup/sedang (33,33%), 12 (dua belas) orang dinyatakan dalam kategori kurang (30,77%), dan tidak ada yang termasuk dalam kategori kurang sekali.

Pembahasan

Keterampilan dasar *passing* mahasiswa PJKR 2021 yang memilih olahraga pilihan bolatangan memperoleh rata – rata sebesar 26,18 yang masuk dalam kategori cukup/sedang. Hasil yang diperoleh dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti akurasi dan kekuatan otot. Sesuai dengan pernyataan Lusiana (2015:68) yaitu terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi teknik *passing* yaitu kekuatan genggam tangan, kekuatan otot, rentang tangan, panjang tangan, daya ledak, VO2 Max, tinggi badan, fleksibilitas, *speed*, berat badan dan lebar bahu. Kekuatan otot yang berpengaruh pada keterampilan *passing* adalah kekuatan otot lengan. Pernyataan tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratama et al., 2022 tentang pengaruh latihan otot lengan terhadap keterampilan *passing* permainan bolatangan bagi siswa ekstrakurikuler SMP Islam Al-Hidayah. Kekuatan otot lengan yang meningkat memberikan kontribusi positif terhadap keterampilan atlet handball, sehingga perlu adanya latihan utama untuk meningkatkan kualitas *passing* melalui latihan kekuatan otot lengan (Yudho et al., 2021: 202-203). Selain itu, fleksibilitas juga berpengaruh pada keterampilan *passing* bolatangan. Dalam melakukan *passing*, seseorang membutuhkan fleksibilitas pada pergelangan tangan dan rotasi bahu yang kuat, sehingga menghasilkan akurasi dan kekuatan yang lebih baik dalam setiap *passing* (Bhakti et al., 2024: 3).

Keterampilan dasar *dribbling* mahasiswa PJKR 2021 yang memilih olahraga pilihan bolatangan memperoleh rata – rata sebesar 7,2 yang termasuk dalam kategori cukup/sedang. Hasil yang diperoleh dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti koordinasi mata tangan dan kelincuhan. Di sisi lain, keterampilan dasar *dribbling* dalam bola tangan menyerupai teknik dasar *dribbling* dalam bola basket. Pada penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al, (2017:192) tentang pengaruh gaya mengajar latihan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil pembelajaran *dribbling* bola basket dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan pengaruh tinggi rendahnya tingkat koordinasi mata tangan siswa yaitu hasil belajar *dribbling* siswa yang memiliki koordinasi mata tangan yang tinggi lebih baik dari siswa yang memiliki tingkat koordinasi mata tangan yang rendah. Dari penelitian tersebut didapat perbedaan hasil pada siswa yang memiliki koordinasi mata tangan yang tinggi dan yang rendah, yaitu $F_{hitung} = 7,174 > F_{tabel} = 3,21$. Selain itu, faktor kecepatan juga dapat berpengaruh pada kemampuan *dribbling* bola basket. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Rustanto (2016:144) menunjukkan bahwa adanya hubungan antara kelincuhan dan kemampuan *dribbling* pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler basket di SMP Negeri 11 Pontianak dengan koefisien korelasi sebesar -0,737 dan sumbangan efektif sebesar 36,3% yang berarti terdapat hubungan yang signifikan. Kecepatan berpengaruh pada kemampuan pemain dalam bergerak cepat dan

mengambil keputusan dengan efektif yang dapat meningkatkan kinerja dan ketahanan pemain bolatangan di lapangan (Ananda, R & Banurea, O. K., 2017: 5). Faktor lain yang mempengaruhi keterampilan *dribbling* adalah kelincahan. Kelincahan berperan penting dalam menghindari lawan, bertahan, dan menciptakan peluang dengan efektif, serta dapat meningkatkan performa dan mengurangi risiko cedera (Ananda, R & Banurea, O. K., 2017: 10).

Keterampilan dasar *flying shoot* mahasiswa PJKR 2021 yang memilih olahraga pilihan bolatangan memperoleh rata – rata sebesar 2,06 yang termasuk dalam kategori cukup/sedang. Dalam pelaksanaannya, terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi keterampilan dasar *flying shoot* yaitu akurasi, kekuatan otot lengan, mata tangan, dan kelincahan. Akurasi berperan penting dalam memperkirakan sasaran yang akan dituju ketika melakukan *flying shoot*. Akurasi yang baik dapat didukung dengan latihan *imagery cognitive specific* sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Prasetyo & Nordiansyah pada tahun 2020 tentang pengaruh latihan *imagery cognitive specific* terhadap akurasi *shooting* menggunakan awalan dalam permainan bolatangan. Dalam hal ini, latihan *imagery cognitive specific* digunakan untuk meningkatkan akurasi *shooting* dalam permainan bolatangan. Hasil dari penelitian tersebut menunjukkan bahwa terdapat peningkatan akurasi dalam keterampilan *shooting* sebesar 29,57%. Agility atau kelincahan juga berpengaruh pada keterampilan *flying shoot*. Agility merupakan kemampuan melakukan gerakan secara maksimal dalam mengubah arah tanpa kehilangan keseimbangan (Bafirman & Wahyuri, 2018:127). Berdasarkan hal tersebut, kelincahan dapat mempengaruhi keterampilan *flying shoot* yang membutuhkan gerakan yang lincah dan juga cepat untuk mencetak angka. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Lestari et al. (2016:54), jika seseorang memiliki tingkat kelincahan yang baik, hal tersebut dapat membuka kesempatan untuk melakukan *flying shoot* dengan tepat dan maksimal dengan waktu yang lebih efektif tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan juga diperlukan untuk membongkar pertahanan lawan dan mengganggu konsentrasi lawan, serta mencari peluang untuk dapat mencetak gol. Kekuatan otot lengan yang kuat juga berpengaruh pada keterampilan dasar *flying shoot* seseorang, terutama pada otot bagian pergelangan tangan, bahu, dan lengan atas dapat mempengaruhi kekuatan dan kecepatan dalam *flying shoot* (Saman, 2023:461). Dengan meningkatkan kekuatan otot lengan, pemain akan dapat melempar bola dengan kecepatan yang relatif tinggi dan meningkatkan peluang terjadinya gol.

Faktor lain yang berpengaruh terhadap keterampilan dasar bolatangan yaitu motivasi dan sarana prasarana. Seseorang yang memiliki motivasi yang tinggi dalam diri akan berpengaruh pada prestasi yang dihasilkan. Prestasi yang baik akan dihasilkan jika seseorang memiliki motivasi yang tinggi. Motivasi dapat bersumber dari dalam dan dari luar pribadi seseorang. Motivasi dari dalam diri seseorang disebut sebagai motivasi intrinsik. Sedangkan motivasi dari luar diri seseorang disebut sebagai motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik dapat didefinisikan sebagai suatu dorongan yang berasal dari dalam pribadi seseorang untuk ikut serta berpartisipasi dalam suatu kegiatan (Winario et al., 2023:107). Sedangkan motivasi ekstrinsik adalah suatu dorongan yang berasal dari luar pribadi seseorang untuk ikut serta berpartisipasi dalam suatu kegiatan (Winario et al., 2023:108). Motivasi dari luar dapat berasal dari orang tua, guru, pelatih, pembina, dan lain sebagainya. Sarana dan prasarana yang digunakan juga dapat berpengaruh pada keterampilan dasar bolatangan. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Winario et al., pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sarana dan prasarana yang baik akan meningkatkan prestasi olahraga, namun jika sarana dan prasarana yang ada kurang baik maka prestasi olahraga akan cenderung menurun. Dalam hal ini sarana dan prasarana perkuliahan bolatangan di FIKK UNY menggunakan Hall Badminton. Dalam gedung tersebut, lantai yang ada tergolong licin yang menjadikan mahasiswa dapat terpeleset sewaktu – waktu jika tidak menggunakan sepatu yang dapat menunjang kegiatan di lantai yang licin. Hal tersebut dapat menjadi faktor terhambatnya prestasi seseorang. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Winario et al., pada tahun 2023 menunjukkan bahwa sarana dan prasarana yang baik akan meningkatkan prestasi olahraga, namun jika sarana dan prasarana yang ada kurang baik maka prestasi olahraga akan cenderung menurun.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan dasar *passing* bolatangan mahasiswa PJKR yang memilih mata kuliah bolatangan memiliki rata – rata 26,18 yang termasuk ke dalam kategori cukup/sedang dengan 5,13% mahasiswa berada dalam kategori baik sekali; 30,77% mahasiswa berada dalam kategori baik; 33,33% mahasiswa berada dalam kategori cukup/sedang, 23,08% berada dalam kategori kurang; 7,69% mahasiswa berada dalam kategori kurang. Tingkat keterampilan dasar *dribbling* permainan bolatangan mahasiswa PJKR UNY tahun 2021 memiliki rata – rata 7,72 yang termasuk ke dalam kategori cukup/sedang dengan 7,69% mahasiswa berada dalam kategori baik sekali; 25,64% mahasiswa berada dalam kategori baik; 43,59% mahasiswa berada dalam kategori cukup/sedang; 15,38% mahasiswa berada dalam kategori kurang; dan 7,69% mahasiswa berada dalam kategori kurang sekali. Tingkat keterampilan dasar *shooting (flying shoot)* permainan bolatangan mahasiswa PJKR UNY tahun 2021 memiliki rata – rata 2,06 dengan 0% mahasiswa berada dalam kategori baik sekali; 35,90% berada dalam kategori baik; 33,33% berada dalam kategori cukup/sedang; 30,77% berada dalam kategori kurang; dan 0% mahasiswa berada dalam kategori kurang sekali. Hasil tersebut dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya fasilitas yang digunakan kurang memadai dan kemampuan dari mahasiswa itu sendiri seperti kekuatan lengan, akurasi, kelincahan, dan koordinasi mata-tangan. Dari hasil penelitian tersebut, terdapat hasil yang berbeda – beda pada setiap mahasiswa sesuai kemampuan masing – masing. Hal tersebut dapat menjadi acuan untuk seorang pengajar/peneliti untuk mengembangkan strategi atau model pembelajaran yang lebih efektif dan menarik untuk mahasiswa. Penelitian ini juga dapat diterapkan pada peserta didik sekolah menengah atas yang sudah termasuk ke dalam kategori umur diatas 16 tahun .

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang terlibat dalam penyusunan artikel ini. Terimakasih kepada Bapak Dr. Ermawan Susanto, M. Pd. selaku dosen pembimbing yang telah sabar membimbing peneliti dalam melakukan penelitian, Dr. Sigit Dwi Andrianto, M. Or. yang telah membantu dalam penerbitan artikel ini, Bapak Dr. Agus Susworo D. M., M, Pd. dan Bapak Rithaudin, S. Pd., M. Or. selaku dosen penguji penelitian saya. Semoga dengan bantuan yang telah diberikan semua pihak, artikel ini dapat menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan kebaikan dari Allah SWT.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Saman, A., & assagaf, muhtar. (2023). Sumbangan Power Otot Lengan dengan Kemampuan Flying Shoot dalam Permainan Bola Tangan. *JOKER (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 4(3), 456–462. Retrieved from <https://joker.uho.ac.id/index.php/journal/article/view/167>
- Ananda, R., & Banurea, O. K. (2017). *Manajemen sarana dan prasarana pendidikan*. Medan: CV. Widya Puspita.
- Bafirman, & Wahyuri, A. S. (2018). *Pembentukan Kondisi Fisik*. Depok: PT Rajagrafindo Persada.
- Bhakti, Y. H., Hidayah, T., Setyawati, H., Winarno, M. E., Hartono, M., Azam, M., ... & Rahayu, T. (2024). *BOLA TANGAN: Kondisi Fisik untuk Atlet Elite*. Cahya Ghani Recovery. Semarang: Cahya Ghani Recovery.
- Habiburrahman, M. I., Septiadi, F., & Nurudin, A. A. (2022). Minat Siswa SMA Negeri terhadap Olahraga Bola Tangan: Studi Survei di Kota Sukabumi. *Jurnal Educatio*, 8(2), 428-433. <https://doi.org/10.31949/educatio.v8i2.1953>.
- Kurniawan, A. W., & Puspitaningtyas, Z. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Pandiva Buku.
- Lestari, A. P., Sujarwo, & Apriyanto, T. (2016). Hubungan Antara Koordinasi Mata Tangan dan Agility dengan Kemampuan Flying Shoot pada Atlet Putra Klub Bola Tangan Universitas Negeri Jakarta. *Jurnal Sehat Dan Bugar*, 4(2), 48–59. <https://doi.org/10.21009/segar.0402.02>
- Mardiana, F., & Hastuti, tri A. (2014). Faktor Pendukung Prestasi Bolabasket Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di Sman 1 Depok Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 10(2),

13–18. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.21831/jpji.v10i2.5695>

- Prasetyo, D. A., & Nordiansyah, S. (2020). Pengaruh Latihan Imagery Cognitoive Spesific terhadap Akurasi Shooting Menggunakan Awalan dalam Permainan Bolatangan. *Jurnal Kesehatan Jasmani Dan Olah Raga*, 5(2), 36–40. <https://doi.org/10.36526/kejaora.v5i2.1004>
- Pratama, R. R., Dimiyati, A., Afrinaldi, R., & Mahardika, D. B. (2022). Pengaruh Latihan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Passing Permainan Bola Tangan Bagi Siswa Ekstrakurikuler SMP Islam Al-Hidayah. *Jurnal Ilmiah Teknik Industri*, 8(18), 315–319. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7134540>
- Rahayu, P., Rahayu, T., & RC, A. (2017). Pengaruh Gaya Mengajar Latihan dan Koordinasi Mata Tangan terhadap Hasil Pembelajaran Dribbling Bola Basket. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(2), 186-192. <https://doi.org/10.15294/jpes.v6i2.17394>
- Rustanto, H. (2016). HUBUNGAN ANTARA TINGGI BADAN DAN KELINCAHAN TUBUH TERHADAP HASIL DRIBBLE BOLA PADA PERMAINAN BOLA BASKET. *Jurnal Pendidikan Olah Raga*, 4(2), 144–156. <https://doi.org/10.31571/jpo.v4i2.83>
- Saryono & Hutomo. (2016). Manajemen Pengelolaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani di SMA Negeri Se Kota Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(1), 23-33. <http://dx.doi.org/10.21831/jpji.v12i1.10213>.
- Sepdanius, E., Rifki, M. S., & Komaini, A. (2019). *Buku Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Depok: Rajawali Pers.
- Sitirahayu, S., & Purnomo, H. (2021). Pengaruh Sarana Belajar Terhadap Prestasi Belajar Siswa Sekolah Dasar. *JHIP - Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 4(3), 164–168. <https://doi.org/10.54371/jhip.v4i3.242>
- Syafaruddin, dkk. *Administrasi Pendidikan*. Medan: Perdana Publishing, 2016
- Winario, M., Pani, A., Mairiza, D., & Assyifa, Z. (2023). Pengaruh Sarana Prasarana dan Motivasi terhadap prestasi Olahraga pada Atlet Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Provinsi Riau. *Journal of Islamic Economic, Management, and Business*, 2(1), 102–116. <https://doi.org/10.31004/sharing.v2i1.11031>
- Hendry Prabowo Yudho, F., Alvin Nur El Hakim, M., Bayu Mahardhika, D., Iqbal, R., Nugroho, S., Dimiyati, A., Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, P., & Suryakencana, U. (2021). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Keterampilan Passing Dalam Permainan Bola Tangan. *Jurnal Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 11(2), 193–204. <https://doi.org/https://doi.org/10.35194/jm.v11i2.1834>