

**PERBEDAAN KETEPATAN ANTARA LEMPARAN ATAS DAN  
LEMPARAN SAMPING MAHASISWA ANGGOTA TIM  
UKM *SOFTBALL BASEBALL* UNY**

**SKRIPSI**

Diajukan kepada Fakultas Ilmu keolahragaan  
Universitas Negeri Yogyakarta  
untuk Memenuhi sebagian Persyaratan  
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh:  
**Heni Suharyani**  
**NIM. 09601241036**


**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI  
JURUSAN PENDIDIKAN OLAAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
2013**

## PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “**Perbedaan Ketepatan Antara Lemparan Atas dan Lemparan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM *Softball-Baseball* UNY**” yang disusun oleh Heni Suharyani, NIM 09601241036 ini telah disetujui pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, 28 Mei 2013

Dosen Pembimbing,



Hedi Ardiyanto H, M.Or

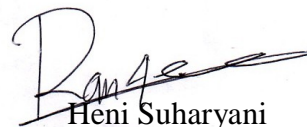
NIP. 19770218 200801 1 002

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **Perbedaan Ketepatan Antara Lemparan Atas dan Lemparan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM *Softball-Baseball* UNY**” benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata tulis penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.





Yogyakarta, 30 Mei 2013  
Yang menyatakan,

  
Heni Suharyani  
NIM. 09601241036

## PENGESAHAN


Skripsi yang berjudul “**Perbedaan Ketepatan Antara Lemparan Atas dan Lemparan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM Softball Baseball UNY**” yang disusun oleh Heni Suharyani, NIM 09601241036 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 17- Juni - 2013 dan dinyatakan lulus.

## DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Hedi Ardiyanto H, M. Or	Ketua Penguji		5/7-2013
A.Erlina Listyarini, M.Pd	Sekretaris Penguji		5-7-2013
Agus Susworo DM, M.Pd	Penguji I (Utama)		1/7 2013
Suhadi, M.Pd	Penguji II (Pendamping)		02-07-2013

Yogyakarta, Juli 2013  
Fakultas Ilmu Keolahragaan

Dekan

  
Drs. Rumpis Agus Sudarko, M. S.  
NIP.19600824 198601 1 001



## **MOTTO**

**Sesuatu yang kita hadapi tidak selalu bisa kita rubah. Namun, kita tidak bisa mengubah sesuatu sampai kita menghadapinya.**

**-Merry Riana-**

**Jalan terbaik untuk lepas dari kekhawatiran adalah percaya kepada Tuhan**

**-Jonatan Setiawan-**

**Ukuran tubuhmu tidak penting, ukuran otakmu cukup penting**

**Ukuran hatimu itulah yang terpenting**

**-BC Gorbies-**

**Taburlah gagasan, petiklah perbuatan,**

**taburlah perbuatan petiklah kebiasaan,**

**taburlah kebiasaan petiklah karakter,**

**taburlah karakter petiklah nasib**

**-Stephen R Covey-**

**Bedoa juga merupakan usaha,**

**Jadi berdoa dan berusaha**

**-Penulis-**

## **PERSEMBAHAN**

*Karya ini dipersembahkan kepada orang tua ku Bapak Sarkijo dan Ibu Sudariyah tercinta yang selalu membimbing, mendukung dan mendoakan anaknya untuk menjadi orang yang berhasil dan sukses.”*

*Adik-adikku semua, Ida Sola dan Alwi Hanafi (“Kalianlah saudara-saudara terbaikku, kalian pemberi warna dalam pasang surutnya semangatku”).*

*Keluarga besarku “ Yang telah memberi dukungan baik materi maupun moril yang kalian berikan untukku dan keluargaku.”*

*Bapak Tri yang tidak pernah jenuh mengingatkan untuk selalu berjuang.*

**PERBEDAAN KETEPATAN ANTARA LEMPARAN ATAS DAN  
LEMPARAN SAMPING MAHASISWA ANGGOTA TIM  
UKM *SOFTBALL BASEBALL* UNY**

Oleh  
Heni Suharyani  
09601241036

**ABSTRAK**

Ketepatan lemparan merupakan salah satu unsur penting dari teknik lemparan *Softball*, jenis lemparan *Softball* ada tiga yaitu lemparan atas, bawah dan samping. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes pengukuran. Subjek adalah mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY. Total sampel yang diambil 32 orang. Penelitian menggunakan instrument *Overhand Throw For Accuracy* dengan nilai validitas 0,70 dan nilai reliabilitasnya 0.72. Teknik analisis data menggunakan Uji normalitas *Shapiro-Wilk* pada program SPSS 16,0, dan menggunakan uji beda dengan *Paired sample-t-test* untuk pengujian hipotesis dengan taraf signifikan 5 %.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan, perbedaan ketepatan kedua lemparan tersebut dapat diketahui dari  $t_{hitung} = 5,630$  lebih besar dari  $t_{tabel} = 1,697$ . Dilihat dari nilai rerata atau *mean* hasil tes lemparan atas adalah 13,84 sedangkan rerata atau *mean* hasil tes lemparan samping adalah 10,41. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan ketepatan antara lemparan atas dan lemparan samping dengan nilai ketepatan lemparan atas lebih baik dari pada lemparan samping anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

*Kata kunci : Ketepatan, Lemparan atas, Lemparan samping, Softball-Baseball.*

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan, dan yang telah melimpahkan karunia dan berkatNya yang melimpah, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik, penulis menyadari bahwa skripsi ini tidak lepas dari bantuan, dorongan serta sumbangan pemikiran dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini, penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya ingin penulis berikan kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan demi terselesaikannya skripsi ini. Dengan segenap ketulusan hati, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Rohcmat Wahab, M.Pd, M.A, selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan bagi penulis untuk menyelesaikan studi di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan ijin penelitian dan segala kemudahan yang telah diberikan kepada penulis.
3. Bapak Drs. Amat Komari, M.Si, selaku ketua jurusan POR FIK UNY dan Kaprodi PJKR yang telah memberikan izin penelitian ini dan memberikan dorongan kepada penulis.
4. Bapak Hedi Ardiyanto H. M.Or, selaku dosen pembimbing skripsi yang dengan sabar memberikan bimbingan dan arahan.

5. Bapak Ermawan Susanto M.Pd, selaku dosen Penasehat Akademik yang telah memberikan bimbingan dan nasehat sejak pertama masuk kuliah sampai lulus kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
6. Bapak dan Ibu dosen yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan bekal berupa ilmu selama penulis menuntut ilmu di FIK UNY.
7. Semua teman-teman seperjuangan PJKR A angkatan tahun 2009. Terkhusus Rauf, Eka, Hera, Joko, Yus dll Terima kasih atas dukungan dan bantuannya selama penyusunan skripsi ini.
8. Teman-temanku Kak Veny, Litta, Cely, Kak Suci, Cristine, Aya, Kak Ayu, Kak Helena, Kak Putri, Kak Mala, Aziz, Satria, Mas Ae, Chen, Salamu, Anto, Mas Aji dll “banyak hal yang ku pelajari dari kalian dan terimakasih atas semangat yang kalian berikan, itu sangat berarti bagi ku”
9. Anggota tim *Softball-Baseball* UNY, yang meluangkan waktu untuk pengambilan data.
10. Semua pihak yang telah membantu dalam penelitian ini, yang tidak dapat disebutkan satu per satu.

Peneliti menyadari sepenuh hati, bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Oleh sebab itu kritik yang membangun akan diterima dengan senang hati untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi pembaca, khususnya dalam dunia pendidikan.

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMA SAMPUL .....	0
HALAMAN JUDUL.....	i
PERSETUJUAN.....	ii
PERNYATAAN .....	iii
PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvii
 <b>BAB I. PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	11
C. Batasan Masalah .....	11
D. Rumusan Masalah .....	12
E. Tujuan Penelitian .....	12
F. Manfaat Penelitian.....	12
 <b>BAB II. KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Deskripsi Teori .....	14
1. Hakikat Ketepatan.....	14
2. Hakikat <i>Softball</i> .....	15
a. Peralatan Permainan <i>Softball</i> .....	17
b. Peraturan Permainan <i>Softball</i> .....	24
c. Teknik Dasar Permainan <i>Softball</i> .....	28
3. Hakikat Melempar Bola .....	29
4. Hakikat UKM .....	41
5. <i>UKM Softball-Baseball UNY</i> .....	43

B. Penelitian yang Relevan .....	45
C. Kerangka Berfikir.....	47
D. Hipotesis Data.....	49
<b>BAB III. METODE PENELITIAN</b>	
A. Desain Penelitian .....	50
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	51
C. Definisi Operasional Variabel Penelitian .....	51
D. Subjek Penelitian .....	52
E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data .....	52
1. Instrumen Penelitian .....	52
2. Validitas dan Reabilitas .....	53
3. Teknik Pengumpulan Data .....	54
F. Teknik Analisis Data.....	56
<b>BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Hasil Penelitian.....	57
1. Uji Prasarat .....	57
C. Pengujian Hipotesi .....	58
D. Pembahasan .....	60
<b>BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan.....	66
B. Implikasi Penelitian.....	66
C. Keterbatasan Penelitian .....	67
D. Saran-saran .....	68
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>69</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>73</b>

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Prestasi-Prestsi UKM Softball-Baseball UNY (2009-2013) .....	44
Tabel 2. Data Uji Normalitas <i>Shapiro-Wilk</i> .....	57
Tabel 3. Diskripsi Statistik Lemparan Atas dan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM <i>Softball</i> UNY .....	58
Tabel 4. Data Perbedaan Ketepatan Lemparan Atas dan Lemparan Samping Mahasiswa Anggota Tim UMK <i>Softball</i> UNY .....	59



## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan <i>Softball</i> .....	19
Gambar 2. <i>Bat Softball</i> .....	20
Gambar 3. Bola Pemukul .....	20
Gambar 4. <i>Base I, II, Dan III</i> .....	21
Gambar 5. <i>Home Plate/Base Iv</i> .....	22
Gambar 6. Tempat <i>Pitcher (Pitcher's Plate)</i> .....	22
Gambar 7. <i>Glove</i> .....	23
Gambar 8. Sepatu <i>Softball</i> .....	23
Gambar 9. <i>Body Protector</i> dan <i>Leg Guard</i> .....	24
Gambar 10. Cara Memegang Bola .....	31
Gambar 11. Langkah-Langkah Melempar .....	31
Gambar 12. Lemparan Atas .....	35
Gambar 13. Lemparan Samping .....	36
Gambar 14. Bagan Skema Penelitian .....	50
Gambar 15. <i>Overhand Trhow For Accuracy</i> .....	77

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Permohonan Ijin Penelitian .....	74
Lampiran 2. Surat Ijin Dari UKM.....	75
Lampiran 3. Surat Keterangan Penelitian .....	76
Lampiran 4. Prosedur Penelitian .....	77
Lampiran 5. Data Mentah .....	79
Lampiran 6. Hasil Lemparan Keseluruhan .....	83
Lampiran 7. Uji Normalitas .....	84
Lampiran 8. Frekuensi.....	86
Lampiran 9. Uji-T .....	88
Lampiran 10. Foto Dokumentasi .....	89

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) merupakan salah satu perguruan negeri di Yogyakarta. UNY beralamat di Karangmalang No.1 Sleman Yogyakarta. UNY memiliki 8 fakultas yaitu FMIPA (Fakultas Matematika dan Ilmu Pengetahuan), FT (Fakultas Teknik), FIP (Fakultas Ilmu Pendidikan), FBS (Fakultas Bahasa dan Seni), FIS (Fakultas Ilmu Sosial), FE (Fakultas Ekonomi), FIK (Fakultas Ilmu Keolahragaan) dan Program Pascasarjana. Sejak berdirinya sampai saat ini, UNY telah meraih banyak prestasi yang disumbangkan oleh mahasiswanya baik dalam bidang akademik atau *non*-akademik. Salah satu upaya yang dilakukan UNY untuk meningkatkan prestasi mahasiswanya, UNY membentuk sebuah unit yang disebut Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM).

UKM adalah lembaga kemahasiswaan tempat berhimpunnya para mahasiswa yang memiliki kesamaan minat, kegemaran, kreativitas, dan orientasi aktivitas penyaluran kegiatan ekstrakurikuler di dalam kampus. UKM yang dapat disebut “ektrakurikuler”nya mahasiswa memiliki sebuah gedung yaitu *Student Center* (SC) sebagai tempat pelaksanaan dan perencanaan program UKM. Unit ini merupakan salah satu organisasi yang berkembang di dalam universitas dengan Wakil Rektor bidang kemahasiswaan sebagai penanggung jawabnya. Pengelolaan UKM dilakukan langsung oleh mahasiswa yang tergabung dalam UKM.

Seperti yang tertulis dalam buku *Mengenal UNY Lebih Dekat* (2011: 224) UKM dikelompokkan menjadi empat bidang yaitu bidang penalaran, bidang olahraga, bidang seni, dan bidang kesejahteraan/khusus. UKM dalam bidang olahraga memiliki 19 UKM cabang olahraga. Salah satu tujuan UKM bidang olahraga adalah prestasi seperti yang disebutkan dalam buku *Mengenal UNY Lebih Dekat* (2011: 225) bahwa tujuan UKM dalam bidang olahraga adalah agar dapat mengembangkan kemampuan berorganisasi, kepemimpinan, kesehatan jiwa dan kesegaran jasmani, sportivitas, kedisiplinan dan pencapaian prestasi dalam berbagai cabang olahraga. UKM dalam bidang olahraga merupakan UKM yang menyumbangkan prestasi yang cukup baik bagi UNY.

UNY merupakan universitas yang memiliki perhatian besar bagi prestasi mahasiswanya, terbukti dari program tahunan yang dilaksanakan salah satunya adalah program Prestasi Mahasiswa (PRESMA), dalam program ini mahasiswa diberikan sertifikat dan tropi sebagai wujud penghargaan dari universitas bagi mahasiswa yang memiliki prestasi. Prestasi yang disumbangkan dari bidang olahraga cukup banyak, dan harapan ke depan prestasi tersebut dapat dipertahankan dan ditingkatkan. Banyak upaya yang harus diusahakan untuk meningkatkan prestasi yang pernah tercapai mahasiswa dalam UKM. UKM *Softball-Baseball* merupakan salah satu UKM bidang olahraga.

UKM *Softball-Baseball* memiliki kesekretariatan di SC lantai 3 sayap barat. UKM *Softball-Baseball* memiliki 2 tim *Softball* yaitu tim

*Softball* Putra dan Putri. Jumlah anggota tim putri saat ini kurang lebih 15 orang dan jumlah anggota tim putra kurang lebih 25 orang. Selain itu ada sebuah *club* yang berada dalam naungan UKM ini yaitu *Blue Strike club*.

UKM ini sering mengikuti berbagai kejuaraan diantaranya adalah Invitasi *Softball* Putri antar Perguruan Tinggi 2008 di UNY, Invitasi *Softball* Putri antar Perguruan Tinggi 2010 di UNY, Binus *Softball* Open Tournament 2010, IT Telkom di Bandung 2011, Partisipasi Kejurnas GIANT CUP, Partisipasi kejurnas PERBANAS CUP, Partisipasi kejurnas IT Telkom, UNJ CUP tahun 2011, UNJ Cup 2012. Selain membela nama UKM dan Universitas beberapa pemain pernah mewakili provinsi Yogyakarta dalam beberapa kejuaraan antara lain: beberapa anggota dari UKM UNY yang mengikuti PraPON di Jakarta pada tahun 2007, Junior Cup yang di adakan di Jakarta dan beberapa anggota UKM yang mengikuti PraPON tahun 2011. Prestasi yang disumbangkan oleh UKM *Softball-Baseball* UNY cukup membanggakan dan mendapat perhatian dari UNY.

Permainan *Softball* dimainkan oleh 2 tim yang berbeda, masing-masing tim memiliki 9 pemain yang terdaftar di *Batting Order* dan pemain lain masuk dalam cadangan. Pemain *Diffensive* terdiri dari *Pitcher* (pelempar), *Catcher* (penangkap bola), *Firstbase*, *secondbase*, *thirdbase*, *shortstop*, *leftfielder*, *centerfielder*, *rightfielder*. Urutan pemain *offensive* atau menyerang dalam *Batting Order* sudah ditentukan

oleh *Coach*, urutan tersebut merupakan strategi pelatih untuk mencetak poin. Semua pemain ini sebaiknya menguasai teknik dasar permainan *Softball*.

Permainan *Softball* memiliki beberapa teknik dasar yang harus dikuasai agar dapat memainkan permainan ini. Keahlian atau teknik dasar yang diperlukan dalam permainan *Softball* adalah sebagai berikut (Dell Bethel 1987: 16-21) a. *Throwing* (Melempar Bola), b. *Catching* (Menangkap Bola), c. *Batting* (Memukul Bola), d. *Bunting* (Menghentikan Bola Tanpa Ayunan), e. *Baserunning* dan *Sliding* (Lari Antar *Base* dan Meluncur). Teknik dasar pada permainan *Softball* yang telah di sebutkan di atas dibagi menjadi dua bagian penting yaitu teknik dasar *offensive* dan *defensive*.

Teknik dasar yang harus dimiliki saat pemain menjadi *offensive* atau menyerang adalah *Batting* (Memukul Bola), *Baserunning* (berlari antar *base*). Dari kedua teknik dasar ini dapat dikembangkan lagi menjadi beberapa kemampuan yang diantaranya adalah keterampilan untuk menentukan jenis pukulan, melakukan pengorbanan, mencuri lari (*stealing*) dan meluncur (*sliding*).

Sedangkan teknik dasar yang harus dimiliki pemain saat menjadi *defensive* adalah melempar bola (*Throwing*), menangkap bola (*Catching*) dan mematikan *batter*. Teknik melempar bola merupakan teknik dasar yang penting dalam *Softball* terutama bagi *defensive*, karena dengan

melempar bola, maka penjaga akan dengan mudah memindahkan bola dengan cepat ke *base* untuk mematikan pelari.

Ada 3 teknik lemparan dalam permainan bola *Softball* yaitu lemparan atas (*overhand throw*), lemparan samping (*sidearm throw*) dan lemparan bawah (*underhand toss*). Menurut Parno (1992: 18-24) lemparan atas memiliki kecepatan tinggi dan kuat, kesalahan akurasi bola terlalu bawah masih dapat dikuasai tetapi bila bola terlalu tinggi akan sukar untuk ditangkap. Lemparan samping dilakukan untuk lemparan jarak pendek dengan waktu yang cepat dan kemungkinan terjadi kesalahan akurasi adalah lemparan bola melebar ke kiri atau ke kanan terlalu jauh. Lemparan bawah lemparan tidak terlalu kuat atau jalan lambat tetapi tepat sasaran.

Lemparan yang sering dilakukan adalah lemparan atas, namun tidak menutup kemungkinan seorang pemain tidak dapat melakukan lemparan atas tetapi menggunakan teknik lemparan samping atau bawah misalnya pada kondisi bola di pukul *bunt* terkadang membuat seorang pemain melakukan lemparan samping atau pada saat bola dekat dengan *base* terkadang pemain melampar dengan lemparan bawah. Semua teknik lemparan tersebut harus dilakukan dengan akurasi yang baik agar penjaga bisa mematikan *runner*. Untuk memperoleh kemampuan lemparan yang maksimal dan terbaik perlu dilakukan latihan.

UKM *Softball-Baseball* UNY memiliki jadwal latihan dua kali seminggu yaitu pada hari Selasa dan Jum'at. Pada saat latihan pemain UNY lebih banyak melatih lemparan atas dibandingkan lemparan samping

dan lemparan bawah. Dengan melakukan latihan kemampuan seseorang akan semakin meningkat. Semakin sering suatu teknik di latih maka pemain akan memiliki penguasaan teknik yang baik. Latihan melampar yang telah dijalani oleh pemain di UNY membuat kemampuan pemaiian secara umum cukup baik dan memiliki ketepatan yang cukup baik. Banyak pemain yang memiliki akurasi lemparan yang tepat pada sasaran permintaan, namun masih ada beberapa lemparan masih kurang tepat pada sasaran namun masih dapat ditangkap oleh pemain lain, ada juga beberapa lemparan yang tidak bisa di tangkap karena terlau jauh dari target atau terlalu tinggi.

Latihan untuk lemparan atas dilakukan menggunakan latihan dengan lempar-tangkap yang dilakukan pada setiap jadwal latihan kemudian ada program lemparan jarak jauh yang lakukan pada waktu-waktu tertentu. Sedangkan untuk latihan lemparan samping dan bawah dilakukan dengan menggunakan latihan *simulasi game* seperti *bunt*, *double play* pada posisi *secondbase* dan *shortstop*. Pelatih lebih banyak memeberikan latihan lemparan atas dibandingkan dengan lemaparan samping dan lemparan bawah pada setiap sesi latihan.

Dengan intensitas latihan yang berdeda kemungkinan berpengaruh pada kemampuan melempar seorang pemain, padahal ketiga lemparan tersebut masing-masing penting dalam pertandingan tetapi untuk latihan yang diberikan masih ditekankan dan diperbanyak pada salah satu teknik lemparan saja. Walaupun jumlah latihan yang di berikan lebih sedikit dari



pada lemparan atas, kemampuan lemparan samping dan lemparan bawah anggota tim *Softball-Baseball* UNY dapat dikatakan cukup, ini dikarenakan dalam latihan ada latihan untuk lemparan samping dan lemparan bawah, walau tidak sebanyak lemparan atas. Latihan membantu meningkatkan kemampuan pemain, namun untuk mencapai keterampilan yang baik sebaiknya latihan yang dilakukan cukup banyak agar pemain terbiasa melakukan suatu teknik dalam kondisi apapun, mengingat dalam sebuah pertandingan akan banyak terjadi hal-hal yang tidak terduga.

Dalam sebuah pertandingan banyak situasi dan kejadian-kejadian yang membuat penjaga harus melakukan teknik yang tidak biasa misalnya untuk lemparan, pada kejadian-kejadian tertentu penjaga dituntut harus mampu melempar bola dengan baik pada semua keadaan atau posisi. Seorang pemain tidak selalu melakukan lemparan atas seperti pada saat latihan tetapi tidak jarang lemparan samping dan lemparan bawah harus dilakukan oleh penjaga. Ini berarti menguasai semua teknik lemparan (lemparan atas, samping atau bawah) adalah hal yang penting. Semua pemain harus mampu melempar dengan baik dan akurat.

Melempar bola yang baik adalah lemparan yang memenuhi tujuan pokoknya. Tujuan pokok dalam melempar adalah memindahkan atau meneruskan momentum dari tubuh ke bola. Faktor-faktor yang perlu diperhatikan dalam melempar bola adalah unsur kekuatan (jarak), ketepatan dan kecepatan harus dikontrol untuk mencapai tujuan melempar itu. Teknik melempar merupakan bagian yang terpenting dari permainan

*Softball*. Karena hasil lemparan yang bagus juga akan sangat berpengaruh terhadap permainan tim. Apabila pada saat bertahan, pemain mampu melempar dengan kuat, tepat, dan cepat maka akan cepat mematikan lawan, dan lawan tidak akan bisa mencetak poin. Seperti yang dikemukakan oleh Parno (1992:16) unsur-unsur utama yang perlu diperhatikan dalam melakukan gerakan melempar antara lain: ketepatan, kecepatan melempar dan jalanya bola serta kemudahan untuk melakukan gerak melempar, kemudian diperkuat oleh Tomoliyus dan Rumpis A. Sudarko (1996: 39) faktor –faktor yang perlu diperhatikan dalam melempar bola adalah unsur kekuatan, kecepatan, dan ketepatan harus dikontrol untuk mencapai tujuan lemparan itu.

Salah satu unsur yang penting dalam melakukan lemparan adalah akurasi atau ketepatan. Ketepatan sangat berpengaruh terhadap hasil melempar seseorang, karena apabila melempar bola tidak tepat pada sasaran atau sesuai permintaan maka bola akan lepas dan memungkinkan pelari dapat aman sampai *base* sehingga hal ini bisa menambah poin kepada lawan. Sedangkan apabila lemparan dilakukan dengan tepat maka pelari dapat dimatikan atau *runner* tidak mudah maju ke *base* selanjutnya.

Kedua unsur lain dalam melampar bola *Softball* sama pentingnya dengan ketepatan lemparan namun demikian akibat yang paling fatal terjadi apabila lemparan pemain tidak memiliki ketepatan yang baik karena akan membuat bola tidak bisa dikuasai dan merugikan tim. Seorang pemain yang memiliki lemparan yang kurang kuat dan lambat tetapi

memiliki akurasi yang baik, maka lemparan yang dilakukan masih dapat ditangkap walupun *runner* tidak mati tetapi paling tidak *runner* tidak dengan mudah lari ke *base* selanjutnya. Berbeda apabila pemain tidak memiliki akurasi yang baik bola akan sulit untuk dikuasi pemain lain. Pemain dapat dikatakan bagus oleh penonton bisa dinilai dari ketepatan dalam melemparnya, bila lemparannya akurat meskipun kekuatan dan kecepatannya sedang akan dinilai lebih baik dari pada pemain yang memiliki kekuatan dan kecepatan tinggi tetapi ketepatan bola kurang. Kekuatan dan kecepatan tinggi namun tidak diimbangi dengan akurasi yang baik, lemparan akan terkesan jelek, tetapi bila akurasi baik walaupun kekuatan dan kecepatan sedang akan dinilai cukup baik. Oleh sebab itu ketepatan lemparan merupakan unsur yang penting dibandingkan kedua unsur lain dalam melempar bola *Softball*, kemudian latihan yang diberikan sebaiknya diperbanyak pada peningkatan akurasi lemparan pemain.

Di UNY latihan melempar sudah diberikan dan untuk mengetahui hasil dari program latihan yang diberikan perlu dilakukan tes. Begitu juga hasil latihan untuk meningkatkan ketepatan melempar, tingkat ketepatan lemparan anggota tim perlu diukur untuk mengetahui keberhasilan sebuah program latihan.

Dengan melakukan pengukuran dapat diketahui tingkat akurasi yang dimiliki masing-masing anggota tim *Softball* UNY. Sebelum melakukan pengukuran perlu diketahui karakteristik ketiga lemparan di atas, lemparan bawah merupakan lemparan dengan jalan bola lambat tetapi tepat sasaran

dengan kata lain akurasi untuk lemparan bawah sudah baik. Lemparan bawah berbeda dengan lemparan atas dan lemparan samping, pemain yang melakukan lemparan atas dan lemparan samping masih dapat melakukan kesalahan sasaran. Tingkat ketepatan melempar pada sasaran masing-masing pemain berbeda. Tingkat ketepatan anggota tim *Softball* UNY sangat bervariasi tergantung dari banyak faktor, salah satunya kemampuan masing-masing orang. Dan untuk mengetahui tingkat akurasi kedua lemparan oleh pemain dilakukan dengan tes atau pengukuran.

Lemparan atas dan lemparan samping mempunyai karakteristik yang berbeda dan intensitas pemain melakukan lemparan juga berbeda lemparan atas lebih sering dilatihkan dan dipraktikkan dari pada lemparan samping. Lemparan samping biasanya digunakan pada kondisi pemain memerlukan kecepatan yang tinggi seperti pada saat bola *Bunt*, karena lemparan samping merupakan lemparan yang memiliki kecepatan tinggi dibandingkan lemparan atas. Namun demikian kedua lemparan harus memenuhi salah satu unsur penting dalam melempar yaitu ketepatan pada sasaran. Dengan perbedaan karakteristik dan intensitas praktik, ada kemungkinan mempengaruhi tingkat akurasi pemain. Maka untuk mengetahui tingkat ketepatan dari kedua lemparan perlu dilakukan tes ketepatan.

Dari latar belakang yang telah dijabarkan di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbedaan ketepatan atau akurasi

antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

## **B. Identifikasi Masalah**

Melalui pemaparan latar belakang di atas dapat diidentifikasi tentang masalah sebagai berikut:

1. Kurangnya latihan untuk lemparan samping dan lemparan bawah di UKM *Softball-Baseball* UNY.
2. Kemampuan lemparan samping dan lemparan bawah pemain belum mendapat perhatian lebih dari pelatih.
3. Dengan program latihan yang ada dan diberikan di UNY, kemampuan melempar pemain masih belum maksimal.
4. Dengan program yang sama yang diberikan, akan tetapi menghasilkan kemampuan berbeda pada masing-masing pemain.
5. Dalam pertandingan banyak kejadian-kejadian yang menuntut pemain untuk melakukan teknik-teknik yang tidak biasa dilakukan seperti pada saat latihan biasa.
6. Perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY, belum diketahui.

## **C. Pembatasan Masalah**

Dengan memperhatikan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas. Cukup banyak permasalahan yang ada dan mengingat keterbatasan waktu dan kemampuan penulis, maka penelitian ini dibatasi pada

perbedaan ketepatan atau akurasi antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah di atas maka dapat disimpulkan rumusan masalah yang diambil oleh peneliti adalah “ adakah perbedaan ketepatan atau akurasi antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY?”

#### **E. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan ketepatan atau akurasi antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini dibagi menjadi 2 kegunaan yaitu secara teoritis dan praktis. Melihat pemaparan tujuan penelitian di atas dapat dirumuskan manfaat penelitian, sebagai berikut:

1. Secara teoritis penelitian ini memiliki manfaat :
  - a. Menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diteliti.
  - b. Memberikan pemahaman baru bagi penulis tentang penelitian yang dilakukan
  - c. Memberikan wawasan kepada penulis tentang perbedaan ketepatan atau akurasi antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

- d. Penulis mampu menerapkan teori-teori dan ilmu yang pernah dipelajari selama proses perkuliahan.
  - e. Peneliti memahami langkah-langkah dan hal yang penting dalam penulisan laporan.
  - f. Memberikan wawasan tentang jenis lemparan dan tingkat ketepatan masing-masing jenis lemparan.
2. Secara praktis penelitian ini memiliki kegunaan:
- a. Atlet, dapat mengukur tingkat akurasi lemparan atas dan lemparan samping dirinya sendiri dari hasil penelitian dan dapat di jadikan sebagai tolak ukur kemampuan diri.
  - b. Pelatih, data yang diperoleh dapat digunakan untuk analisis lebih lanjut dalam membina atletnya.
  - c. Pembina, data yang diperoleh dapat digunakan sebagai bahan acuan untuk menentukan program latihan yang dilakukan untuk meningkatkan keterampilan melempar yang masih kurang.
  - d. Masyarakat luas, memberikan informasi jenis lemparan yang memiliki akurasi paling baik diantara lemparan atas dan lemparan samping pada mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY, untuk lebih lanjut diberikan latihan pada lemparan yang memiliki akurasi kurang baik.
  - e. Peneliti selanjutnya, data dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

## **BAB II**

### **KAJIAN PUSTAKA**

#### **A. Deskripsi Teori**

##### **1. Hakikat Ketepatan (Akurasi)**

Ketepatan adalah salah satu unsur yang penting dalam permainan *Softball*. Pengertian ketepatan menurut beberapa ahli, yang pertama menurut Suharno (1980: 32), ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuannya. Menurut Ajie (2009) Ketepatan adalah satu komponen keterampilan yang sering diukur, dan secara umum diukur dengan menggunakan sasaran, yang memiliki rentangan dari tingkat yang paling sederhana sampai pada tingkat yang kompleks.

Pengertian ketepatan yang dikemukakan oleh Widiastuti (2011: 17-18) ketepatan sebagai keterampilan motorik merupakan komponen kebugaran jasmani. Ketepatan berkaitan dengan kematangan system saraf dalam memproses input dari luar seperti menilai ruang dan waktu mendistribusikan tenaga, tepat pada koordinasi otot. Dari pengertian di atas penulis mencoba mengartikan ketepatan adalah gerakan yang melibatkan susunan system syaraf untuk memindahkan sesuatu menuju satu sasaran tertentu yang diinginkan. Tepat berarti mengenai sasaran dengan tepat tidak melenceng dari sasaran. Seperti telah disebutkan di atas ketepatan dapat diukur dengan menggunakan sasaran. Dalam proses perkuliahan di UNY terutama di FIK tes untuk



mengukur ketepatan mahasiswa sering dilakukan dengan tes sasaran. Tes ketepatan digunakan untuk mengukur akurasi mahasiswa dalam beberapa cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga yang menggunakan tes sasaran untuk mengukur ketepatan adalah *Softball*.

Salah satu teknik dasar dalam permainan *Softball* yang memerlukan tingkat akurasi yang baik adalah melempar. Ketepatan atau akurasi merupakan salah satu unsur penting dalam melempar bola. Tingkat ketepatan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor.

Faktor yang memengaruhi tingkat ketepatan seseorang seperti yang dikemukakan oleh Suharno (1980: 32) adalah koordinasi tinggi berarti ketepatan tinggi, ukuran sasaran, ketajaman indra dan pengaturan saraf, jarak sasaran, penguasaan teknik yang benar akan mempunyai sumbangan baik terhadap mengarahkan gerakan, kecepatan gerakan, *feeling* masing-masing individu, kuat lemahnya gerakan.

## **2. Hakikat *Softball***

*Softball* adalah salah satu olahraga yang termasuk ke dalam permainan bola kecil. Di FIK UNY, *Softball* merupakan salah satu matakuliah yang wajib tempuh oleh mahasiswa FIK. *Softball* merupakan permainan beregu atau permainan kelompok, dalam olahraga beregu memerlukan beberapa hal yang tidak dapat ditemukan dalam olahraga perorangan diantaranya adalah anggota tim yang membutuhkan kerjasama untuk bertanding dan menjadi juara. Seperti

yang kemukakan oleh Herman Subardjah (2000: 67) olahraga kelompok atau tim adalah cabang olahraga yang dilakukan secara beregu yang didalamnya terdapat unsur kerjasama dalam tim sesuai dengan ketentuan dari masing-masing jenisnya, seperti misalnya; bola voli, sepak bola, *Softball*, dan bola basket. Kemudian pernyataan *Softball* sebagai olahraga kelompok atau regu disampaikan oleh Hari A. Rachman (2007: 276) yang memberikan definisi *Softball* sebagai berikut:

*Softball* merupakan cabang olahraga yang masuk ke dalam kelompok permainan memukul (*striking games*), dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan dengan jumlah pemain 9 orang dalam setiap regunya yang dimainkan dalam lapangan yang berbentuk "*diamond*". Setiap regu memiliki kesempatan untuk menjadi tim penyerang (memukul) dan menjadi tim penjaga (bertahan).

Dari definisi di atas disebutkan bahwa ada setiap tim memiliki kesempatan untuk menjadi tim penjaga dan penyerang.

- a. Kesempatan menjadi tim penjaga (*Diffensive*), menurut Dell Bethel (1987: 22-29) posisi *diffensive* adalah sebagai berikut : 1. *Pitcher* (Pelembar bola), 2. *Catcher* (Penangkap bola, Penjaga yang siaga di belakang pemukul), 3. Penjaga *Base I*, 4. Penjaga *Base II*, 5. Penjaga *Base III*, 6. *Shortstop* (Penjaga depan, antara *Base II* dan *Base III*), 7. *Outfielder* (Penjaga sisi luar lapangan). Sebagai pemain penjaga harus menguasai beberapa teknik dasar untuk menjadi *diffensive* / penjaga yang baik. Teknik tersebut antara lain melempar bola, menangkap bola dan mematikan pelari.

b. Kesempatan lain yang dimiliki setiap tim adalah menjadi tim penyerang (*offensive*), saat menjadi penyerang semua pemain dimasukan ke dalam “*Batting Order*” jumlahnya 9 orang dan beberapa cadangan ditulis dibagian bawah. Urutan *batting* sudah ditentukan oleh pelatih (*Coach*), urutan tersebut merupakan strategi *coach* untuk mencetak poin. Teknik dasar yang harus dimiliki saat menyerang adalah memukul bola, berlari antar *Base*. Dari kedua teknik dasar ini dapat dikembangkan lagi menjadi beberapa kemampuan yang diantaranya adalah ketrampilan untuk menentukan jenis pukulan, melakukan pengorbanan, melakukan *stealing* dan *sliding*.

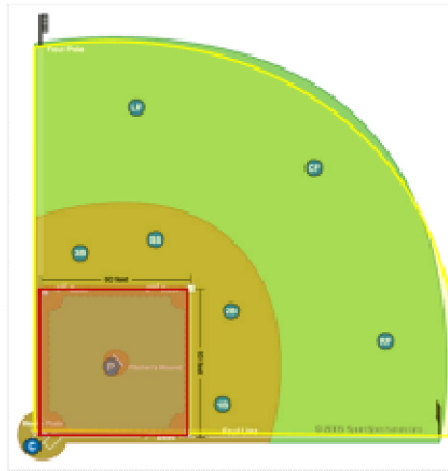
Untuk dapat melakukan permainan harus ada peralatan khusus yang harus digunakan baik peralatan pribadi dan peralatan secara umum di lapangan. Peralatan tersebut akan dibahas di subbab berikut ini.

**a. Peralatan permainan *Softball***

*Softball* saat ini sudah dikenal banyak kalangan, ini terbukti dari kurikulum untuk SMA yang menjadikan *Softball* menjadi salah satu olahraga yang diajarkan di sekolah-sekolah. Namun pelaksanaan pembelajaran masih belum maksimal, biasanya penyampaian pembelajaran berupa materi dan gambar. Ini disebabkan karena peralatan *Softball* yang banyak dan cukup mahal, sehingga sekolah-sekolah tidak menyediakan peralatan

tersebut. Selain perlengkapan yang cukup mahal harganya, *Softball* memiliki lapangan yang berbeda dan masih jarang ada dibandingkan lapangan permainan olahraga lain yang sebagian besar berupa pesegi dan lingkaran atau oval. Lapangan permainan *Softball* berupa “*diamond*” yang memiliki 4 (empat) *Base*, yaitu *Base* yang berbentuk bujur sangkar berukuran 38cm x 38cm yaitu I, II dan III dan *Base* yang berbentuk persegi lima dengan ukuran 43cm x 30cm x 22cm x 22cm x 30cm adalah *Home Plate*.

Ditengah lapangan terdapat *Pitcher Plate* atau tempat pelambung yaitu tempat *Pitcher* melakukan lemparan atau *Piching* ukuran *Pitcher plate* adalah 15cm x 60cm. Selain itu ada *Batting box* dan tempat pembantu atau tempat *Coach* memberikan kode dan aba-aba (Dell Bethel 1987: 9-10). Lapangan dibagi menjadi dua bagian, yaitu wilayah *infield* yaitu lapangan berbentuk belah ketupat dan terbuat dari *grafel* atau tanah merah. Di wilayah *infield* inilah terdapat *batter box*, *pitcher plate*, *home plate*, dan *base*. Bagian yang ke dua adalah wilayah *outfield*, lapangan dengan garis melengkung (seperti kipas) dan berumput. Gambar lapangan *Softball* secara umum dapat dilihat dari gambar 1 dibawah ini:



Gambar 1: Lapangan *Softball*

Sumber: <https://geometryarchitecture.wordpress.com/page/8>

Selain lapangan ada beberapa perlengkapan yang sering digunakan pemain dalam *Softball* dapat berupa perlengkapan pribadi, perlengkapan kelompok dan perlengkapan untuk pertandingan di lapangan. Peralatan *Softball* menurut Dell Bethel (1987: 13-15) yang digunakan oleh pemain *Softball* adalah sebagai berikut:

#### 1) Pemukul (*Bat*)

Alat pemukul berbentuk bulat dengan permukaannya rata. Terbuat dari sepotong kayu yang keras, logam, bambu, plastik, grafit, karbon, magnesium, serat kaca, keramik, atau bahan komposit lainnya yang disetujui oleh Komisi Standarisasi Peralatan Main ISF. Ukuran panjangnya tidak melebihi 86,4 cm dengan diameter pada bagian yang gemuk tidak boleh melebihi 5,7 cm. Tempat pegangannya boleh

dibalut kurang lebih 40 cm (Piet Burhanuddin, 2009: 27). Bat pemukul dapat dilihat pada gambar 2 di bawah ini:



Gambar 2 : *Bat Softball*

Sumber: <http://landgroup.en.made-in-china.com/product/CMSEvUbufFcx/China-Crazy-Softball-Bat-Bpf-1-20.html>

## 2) Bola

Bola berbentuk bulat terbuat dari kulit atau bahan sintetis berwarna putih atau kuning kehijauan, ukuran keliling 30cm dan beratnya adalah 190 gram. Bola *Softball* dapat dilihat pada gambar 3 dibawah ini:



Gambar 3: *Bola Softball*

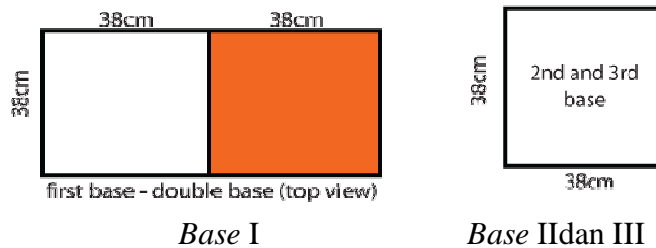
Sumber:

1: <http://penjasorkesfortomorrow.blogspot.com/2012/10/mengenal-olahraga-Softball.html>,

2: <http://s1227.photobucket.com/user/cvjayabersamasportindo/media/BolaSoftballYellow.jpg.html>

3) *Base I, II, III*

Berbentuk bujur sangkar dibuat dari kanvas atau yang sejenis. ukuran 38cm x 38cm. Masing-masing diikat atau ditanam dalam tanah agar tidak mudah berpindah. *Base I*, *II*, dan *III* dapat dilihat pada gambar 4 di bawah ini:



*Base*

Gambar 4 : *Base*

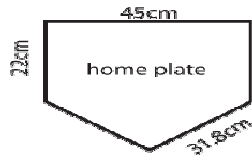
Sumber :

Base I, Base II dan III :

<http://www.dsr.wa.gov.au/Softballdimensions>,  
Base: <http://myshopperstop.com/product/5/8561/Schutt-Hollywood-Impact-Kwikrelease-Varsity-Base-Set-Softball-Bases.html>

4) *Base IV (Home Plate)*

Bentuk segi lima terbuat dari karet ukuran 43cm x 30cm x 22cm x 22cm x 30cm. *Home plate* dapat dilihat pada gambar 5 dibawah ini:



Gambar 5 : *Home Plate*

Sumber: <http://www.istockphoto.com/stock-photo-6012603-home-plate.php>

5) Tempat Pelambung (*Pitcher Plate*)

Terbuat dari kayu atau karet posisi rata dengan tanah ukuran 15cm x 60cm. *Pitcher's plate* dapat dilihat pada gambar 6 di bawah ini:



Gambar 6 : *Pitcher Plate*

Sumber: <http://www.shutterstock.com/pic-1146994/stock-photo-pitcher-s-plate.html>

6) Sarung Tangan (*Glove*)

*Sarung* tangan terbuat dari kulit, *sarung* tangan untuk *Base I* dan *Pitcher* berbeda yaitu kulit lebih tebal dan bentuknya lain yaitu bulat dan ada tempat terpisah untuk ibu jari. Perbedaan lain terdapat pada *Catcher* yaitu tanpa tempat ibu jari, *sarung* tangan ini disebut *Mitt Glove*. Sedangkan *glove* biasa yaitu *sarung* tangan yang memiliki tempat terpisah untuk semua jari-jari tangan, *glove* ini digunakan



oleh pemain selain *pitcher*, *catcher* dan penjaga base I. *Glove* dapat dilihat pada gambar 7 di bawah ini:



Gambar 7 : *Glove Softball*

Sumber: Mitt glove : <http://www.ebay.com/itm/Akadema-AEA-65-RHT-Praying-Mantis-Softball-Catchers-Glove-/281030792543>

Glove: <http://www.downtoearthsports.com/index.php/mizuno-mvp-prime-fastpitch-series-13-Softball-glove-gmvp1309p.html>

#### 7) Sepatu

Sepatu terbuat dari kanvas, kulit halus atau sejenis. Solnya boleh rata atau berpool dari karet dan logam, palt tumit juga bisa dipergunakan tetapi paku tidak lebih dari tiga perempat inci. Sepatu dapat dilihat pada gambar 8 di bawah ini:



Gambar 8 : Sepatu *Softball*

Sumber: <http://archive.kaskus.co.id/thread/4755383/0/sepatu-Softball-baseball>

8) Masker, *Body Protektor* dan *Leg Quard* (*Catcher Set*)

Penutup wajah digunakan untuk melindungi wajah dan kepala bagian depan *catcher*. *Body Protektor* sebagai pelindung badan terutama dada dan perut. *Leg quard* berfungsi untuk melindungi tungkai bawah digunakan oleh *Catcher*. *Catcher Set* dapat dilihat pada gambar 9 di bawah ini:



Gambar 9 : *Body protector* dan *leg quard*

Sumber:

<http://www.Softballrampage.com/Baseball/Protective-Equipment/5729/Samurai-G4-Intermediate-Fastpitch-Catchers-Set.html>

**b. Peraturan Permainan *Softball***

Permainan *Softball* memiliki peraturan untuk diketahui oleh para pemain dan wasit (*Umpire*). Secara garis besar peraturan pertandingan dalam permainan *Softball* (Dell Bethel 1987:30-38):

- 1) Pemain: terdiri dari Sembilan orang yang tertulis dalam *Batting Order*

- 2) Penentuan regu bertanding, bisa dilakukan dengan mengundi menggunakan koin atau dengan pengundian lain yang disetujui kedua tim.
- 3) Permainan yang sah adalah permainan yang terdiri dari tujuh *inning* atau dengan batas waktu tertentu.
- 4) *Inning* terjadi bila sebuah tim sudah mengalami menjadi tim penyerang dan tim penjaga.
- 5) Nilai bertambah saat pelari lari dari *Home plate* dan bisa kembali ke *Home plate* tanpa mati mendapat satu poin.
- 6) Mati atau *Out* terjadi bila
  - a) Telah memukul tiga kali dan ketiganya tidak kena.
  - b) Bola lambung kemudian ditangkap penjaga.
  - c) Belum sampai *Base I* sedang *Base* sudah dibakar.
  - d) Melenceng satu meter lebih keluar garis antar *base*
  - e) *Ditag* karena tidak menginjak *Base*.
  - f) Membuat *infield fly*
  - g) *Bunt* dengan hasil *foul* (keluar) pada kondisi 2 *strike*
  - h) Pelari keharusan belum lari ke *Base* sedang *Base* sudah dibakar.
  - i) Langsung terkena bola yang dipukul temannya
- 7) *Pitcher* harus menginjak *Pitcher plate*, menghadap *Home plate*, menyentuh bola ke tangan yang lain. *Pitcher*

mempunyai kesempatan 4 lempar salah, setelah itu pemukul dapat *Free walk*.

- 8) *Strike*, bola di atas *Home plate*, ketinggian di atas lutut dan dibawah bahu pemukul. Ini adalah bola yang bisa dipukul *batter*.
- 9) *Ball*, bola yang tidak masuk zona *strike*, 4 kali ball pemukul mendapat *Free walk*.
- 10) Bola *ball* yang dipukul maka dihitung *strike*, bola *strike* tidak dipukul tetap dihitung *strike*.
- 11) Hak memukul ada 3 *strike* tetapi sebelum mencapai 3 sudah memukul maka pemukul wajib lari. Bila pergantian *inning* tetapi pemukul belum menyelesaikan pukulannya maka pada *inning* selanjutnya pemain tersebut melakukan pukulan lagi.
- 12) Pergantian (*Change*) dilakukan setelah 3 mati.
- 13) Pukulan benar bila bola setelah dipukul berhenti di dalam lapangan. Di wilayah *Outfield* setelah jatuh di dalam lapangan bola berputar keluar melalui garis *foul*.
- 14) Pukulan Salah bila bola di pukul dengan tidak sempurna dan dapat ditangkap oleh *Catcher*.
- 15) *Free walk* terjadi bila terjadi 4 ball, lambungan bola *Pitcher* terkena pemukul dan pemukul sudah menghindar, *Pitcher* melakukan gerak tipuan.
- 16) Penjaga *Base* dapat membakar *Base* dan mengetik pelari.

- 17) Pelari *Base*, sampai pada *Base* pelari tidak boleh lepas dari *Base* kecuali di *Base* I, bila lepas pelari dapat *ditag* sebelum kembali menyentuh *Base*.
- 18) Lari keharusan adalah pelari yang setelahnya ada pelari yang mendorongnya untuk maju ke *Base* selanjutnya.
- 19) *Infield fly* bola melambung di wilayah *infield*
- 20) *Catch ball* bola melambung dan dapat di tangkap oleh penjaga maka pemukul dinyatakan *Out*, dan semua pelari harus *start Base* sebelum lari.
- 21) Pemenang pertandingan adalah tim yang mampu mencetak poin lebih banyak, bila terjadi seri pertandingan diulang dari permulaan pelari di *base* dua. Bila terjadi *forfeited* game atau regu yang melanggar dinyatakan kalah 7-0.
- 22) *Run*: satu *run* dihitung bila seorang pelari dari *Home plate* berlari ke semua *Base* dan kembali ke *Home plate*. Semua pelari diabaikan saat terjadi 3 *Out*. Pelari yang berada dibelakang *runner* lain tidak dapat mendahului *runner* di depannya.
- 23) *Umpire* ada 4 orang yang berada di setiap *Base*. Kepala *umpire* berada di belakang *Catcher* bertugas menghitung bola salah dan bola benar dari *Pitcher* . *Umpire Base* bertugas sebagai penentu apakah pelari *Save* atau tidak.

24) *Scorer* atau Pencatat: *umpire* di bantu oleh dua petugas yang berperan sebagai pencatat skor. *Scorer* berasal dari kedua tim yang sedang bertanding. Mencatat kejadian-kejadian, nama pemain yang bertanding, jumlah *inning*, banyaknya *Out*, menghitung status *ball* dan *srike* seorang *batter*.

25) Pemain pengganti: harus diketahui oleh *umpire*, *umpire* akan menghentikan pertandingan sementara.

### c. Teknik Dasar Permainan *Softball*

Seperti pada permainan olahraga lainnya, permainan bola *Softball* memiliki teknik dasar yang harus dikuasai oleh seseorang pemain. Secara umum teknik dasar permainan *Softbal* dapat diamati sekilas dari permainan yang sedang berlangsung. Dell Bethel (1987: 16-21) menyebutkan keahlian dalam permainan *Softball* adalah a. *Throwing* (Melempar Bola), b. *Catching* (Menangkap Bola, c. *Batting* (Memukul Bola), d. *Bunting* (Menghentikan Bola Tanpa Ayunan), d. *Baserunning* dan *Sliding* (Lari Antar *Base* dan Meluncur).

Teknik pertama adalah memukul bola yang dilempar oleh *Pitcher*. Pemukul biasanya dilakukan oleh tim lawan dari penjaga. Memukul bola dibagi menjadi beberapa jenis pukulan yaitu pukulan *Hit*, kemudian bila pukulan jauh mampu melewati garis lapangan *Outfield* belakang tanpa ditangkap oleh penjaga disebut pukulan *home run*. Ada jenis pukulan pendek dan biasanya

digunakan untuk menipu penjaga atau sebagai taktik yang disusun oleh *Coach* contoh pukulan adalah *Bunt*, *Flik Bunt* dan *steal*

Setelah bola dipukul oleh *Batter*, maka bola akan ditangkap oleh penjaga untuk mengamankan wilayah dan memmatikan *runner* agar tidak maju ke *Base* selanjutnya. Bola yang ditangkap dapat berasal dari hasil pukulan dan dari lemparan penjaga lain. Jenis bola yang ditangkap ada bola *line drive* (bola yang lurus menyentuh tanah saat bergerak) dan bola melambung.

Teknik selanjutnya adalah berlari, keahlian berlari antar *Base* sama pentingnya dengan teknik-teknik yang lain. Karena dengan berlari *runner* dapat maju ke *Base* selanjutnya dan dapat mencetak poin. Dalam permainan *Softball* pelari hanya boleh berlari atau lepas dari *Base* saat *Pitcher* melempar bola untuk *batter*. Seorang *runner* harus berusaha sebisa mungkin untuk aman berlari ke *Base* selanjutnya, namun banyak juga terjadi *sliding* atau meluncur. *Sliding* dilakukan dengan jarak beberapa langkah dari *Base*, fungsinya untuk mempercepat *runner* sampai di *Base* dan *Save*.

### **3. Hakikat Melempar bola**

Salah satu teknik dasar yang penting dan harus dikuasai oleh pemain *Softball* adalah melempar bola (*Throwing*). Seperti yang dikemukakan oleh Sridadi (2006: 75) melempar merupakan salah satu teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain *Softball*. Teknik

melempar (*Throwing*) dalam permainan *Softball* pada awal permainan digunakan untuk memulai sebuah permainan, lemparan ini dilakukan oleh *pitcher* untuk dipukul *batter* agar permainan dapat dimulai. Selain itu melempar juga dilakukan oleh semua *Defender* untuk mematikan *runner* dan mencegah tim lawan mencetak poin.

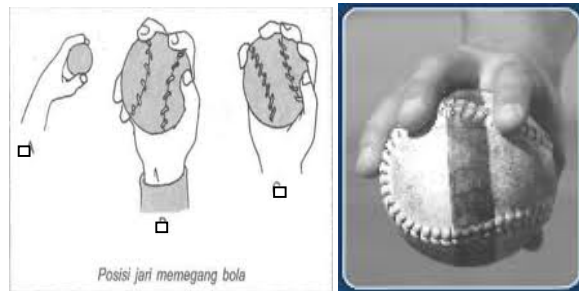
Sedangkan definisi lempar menurut Mochamad Djumidar A. Widya (2004 : 121) adalah suatu gerakan yang menyalurkan tenaga pada suatu benda yang menghasilkan daya pada benda tersebut dengan memiliki kekuatan ke depan atau ke atas. Teknik dasar melempar memiliki tujuan yaitu seperti yang disebutkan oleh Tomoliyus dan Rumpis A. Sudarko (1996 :39) tujuan pokok dalam melempar adalah memindahkan atau meneruskan momentum dari tubuh ke bola. Jadi penulis mencoba mengartikan melempar adalah gerakan yang dilakukan dengan memindahkan atau menyalurkan tenaga dari tubuh ke bola yang menghasilkan gerakan memindahkan bola menuju target, untuk mencegah tim lawan mencetak poin.

a. Langkah-langkah Melempar

Dalam melempar ada beberapa hal yang penting untuk diperhatikan seperti cara memegang bola yang benar, rangkaian gerakan saat melakukan lemparan dan target lemparan. Cara memegang bola, semua jari berada pada *grip*. Standar memegang bola *Softball* adalah sebagai berikut jari tengah berada ditengah bola, kemudian ibu jari berada dibawah, berlawanan dengan jari-



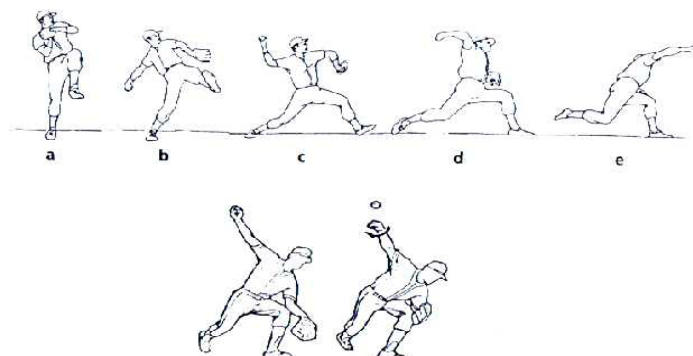
jari yang lain. Jari telunjuk dan jari manis berada di posisi sama yaitu masing-masing disamping jari tengah. Jari kelingking berada di samping bola dengan posisi *relaxed* (Judi Garman, 2001: 26). Cara memegang bola *Softball* dapat dilihat pada gambar 10. dibawah ini:



Gambar 10 : Cara memegang bola

Sumber : <http://pesmanitra.blogspot.com/p/senam-uji-diri.html>

Setelah mengerti cara memegang bola yang benar, hal berikutnya yang perlu dikuasai saat melempar adalah urutan rangkaian dalam melempar atau langkah-langkah yang dilakukan saat melampar. Langkah-langkah dalam melempar dapat dilihat pada gambar 11 di bawah ini:



Gambar 11 : langkah-langkah melempar

Sumber : <http://www.google.image.co.id>

Tomoliyus dan Rumpis A. Sudarko (1996: 40-41) menjelaskan sikap-sikap dalam melakukan lemparan atas sebagai berikut: sikap awal adalah berdiri dengan posisi kaki sedemikian rupa sehingga badan dalam keadaan seimbang dan memungkinkan gerak yang lebih leluasa untuk bergerak (Gambar 11 a), dengan posisi kaki kiri ke depan dengan arah menuju sasaran (untuk pemain yang bukan kidal) dengan sedikit diputar sehingga badan pada posisi menyamping sasaran dengan pandangan tetap pada sasaran. Gerakan selanjutnya adalah memindahkan berat badan ke kaki belakang, sedangkan kaki depan dilangkahkan menuju sasaran pada saat yang bersamaan lengan yang memegang bola diayunkan ke belakang dengan posisi tangan setinggi bahu, untuk lengan satunya diluruskan ke depan (Gambar 11 b-d).

Gerakan melempar bola dimulai dengan memindahkan berat badan ke kaki depan dengan kaki sedikit dibengkokkan kemudian secara bersamaan badan diputar ke samping kiri dan mengayunkan lengan ke depan melalui perlintasan di atas bahu dengan posisi lengan tidak boleh jauh dari kepala, bola dilepas pada saat lengan di depan atas kepala dengan disertai lecutan pergelangan tangan (Gambar 11 d). Gerakan lanjutan dilakukan setelah bola lepas dari tangan, dilanjutkan dengan gerakan ayunan lengan mengikuti gerak jalannya bola yang dilempar. Gerak

tersebut berakhir disamping badan atau pada tangan yang memegang *glove*, selanjutnya kaki belakang melangkah sehingga sejajar dengan kaki depan (Gambar 11 e). Hal ini disebabkan pada saat melempar bola, seluruh badan, dimulai dari kaki, pinggang dan tangan bergerak secara bersama-sama menjadi satu kesatuan gerak. Selanjutnya, ketepatan melempar pada target sasaran.

Telah dijelaskan langkah-langkah dalam melampar bola. Melempar bola juga terdapat fase-fasenya, fase pertama adalah menangkap bola. Dalam pertandingan bola yang diterima dapat berupa bola pukulan lawan atau bola lemparan dari pemain lain, posisi menangkap sebaiknya pada bola berada di posisi tengah agak ke depan dari badan pemain supaya keseimbangan. Fase kedua adalah fase memindahkan bola ke tangan, kemudian fase berikutnya adalah fase melempar. Rangkaian fase-fase dalam melempar sebaiknya menjadi sebuah rangkaian gerakan yang padu dan dilakukan dengan cepat. Fase-fase ini mempengaruhi kecepatan lemparan pemain, fase yang dapat dipersingkat untuk memperoleh kecepatan yang baik adalah fase memindahkan bola ke tangan untuk kemudian di lempar. Pada atlet profesional yang memiliki kecepatan lemparan yang baik, fase gerakan memindah bola dilakukan dengan cepat bahkan terkesan menyatu dengan fase melempar.

b. Jenis Lemparan

Ada 3 jenis lemparan dalam permainan bola *Softball* menurut Parno (1992: 18-24) yaitu lemparan atas (*overhand throw*), lemparan bawah (*under hand toss*) dan lemparan samping (*side hand throw*). Parno (1992: 22) dalam menjelaskan ketiga lemparan di atas mengatakan bahwa lemparan bawah merupakan lemparan yang memiliki kecepatan bola lambat tetapi tepat sasaran, sedangkan lemparan atas dan lemparan samping masing-masing masih disebutkan kesalahan akurasi saat melampar. Dari penjelasan di atas lemparan atas dan lemparan samping masih ada kemungkinan terjadi kesalahan sasaran. Pembahasan lebih lanjut tentang kedua jenis lemparan adalah sebagai berikut

1) Lemparan Atas

Lemparan atas adalah lemparan yang dengan gerak ayunan lengan ke atas melewati garis horizontal. Teknik lemparan ini lebih sering digunakan dari pada teknik yang lain. Lemparan atas memiliki kecepatan yang tinggi dan jarak yang jauh dikarenakan hampir seluruh badan sama-sama bergerak dalam kesatuan. Kesalahan fatal yang dilakukan pemain adalah melempar terlalu tinggi dari target atau sasaran. (Parno, 1992: 18). Sedangkan menurut Tomoliyus dan Rumpis A. Sudarko (1996: 40) Lemparan atas adalah lemparan yang gerakan ayunan lengan dilakukan melewati

garis di atas garis horizontal bahu, paling banyak dilakukan oleh para pemain karena gerakannya sangat mudah dan efisien, dan hasil lemparan lebih kuat serta ketepatan dapat dikuasai pemain lain. Pada keadaan normal digunakan oleh penjaga untuk memindahkan bola ke penjaga satu atau *first base* juga digunakan oleh *catcher* untuk mengembalikan bola kepada *pitcher*. Gambar pemain melakukan lemparan atas dapat dilihat pada gambar 12 :



Gambar 12 : Lemparan Atas

Sumber :

<http://old.kaskus.co.id/showthread.php?t=946191&page=223>

## 2) Lemparan Samping

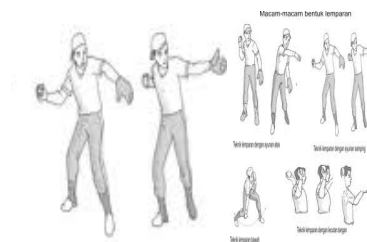
Lemparan samping (*sidearm / side hand throw*) dilakukan pada kondisi yang spesifik atau khusus contohnya dilakukan pada saat akan melakukan *double play* oleh *secondbase* atau *shortstop*, pada saat terjadi *bunt* dan beberapa keadaan yang memungkinkan untuk melakukan lemparan samping. Lemparan samping hanya dilakukan saat penjaga tidak ada pilihan lain (Steven M. Tellefsen, 2007:

103). Lemparan samping dilakukan pada jarak yang pendek seperti antar *base*. Memerlukan waktu yang cepat untuk bola sampai pada sasaran. Kesalahan yang dilakukan oleh pemain saat melakukan lemparan adalah lemparan terlalu ke samping kanan atau kiri terlalu jauh dari sasaran (Parno, 1992: 24). Gambar pemain melakukan lemparan samping dapat dilihat pada gambar 13 :



1

2



3

Gambar 13 : Lemparan Samping

Sumber : 1:Judi Garman (2001: 7), 2:Koleksi Pribadi dan 3:<http://qcofficials.com/Aces96/Skills/Throwing/Throwing.html>

Kedua jenis lemparan tersebut memiliki beberapa perbedaan mulai dari kesalahan yang mungkin terjadi seperti yang sudah disebutkan oleh Parno di atas. Kemudian perbedaan tingkat penggunaan yaitu lemparan atas lebih sering digunakan dibandingkan dengan lemparan samping. Dari karakteristik dan

tingkat intensitas lemparan tersebut digunakan menunjukkan beberapa perbedaan.

Perbedaan karakteristik lemparan atas dan lemparan samping, peneliti berasumsi bahwa dari beberapa unsur yang disebutkan di atas, pemain akan cenderung memiliki lemparan atas yang lebih baik dibandingkan dengan lemparan samping. Berhubungan dengan penelitian ini dapat dikatakan kedua jenis lemparan ini memiliki perbedaan. Parno (1992: 16) menyebutkan untuk memperoleh keterampilan dan ketepatan melempar bola dalam *Softball* harus diberikan latihan atau praktik yang relatif banyak. Dengan latihan atau praktik yang cukup banyak akan membuat seorang pemain terampil dan peningkatan ketepatan atau akurasi lemparan.

Perbedaan yang telah disebutkan di atas dapat mempengaruhi kemampuan dan tingkat akurasi atau ketepatan lemparan seorang pemain. Namun demikian tidak menutup kemungkinan ada beberapa faktor lain yang mempengaruhi kemampuan dan ketepatan lemparan seorang pemain sehingga kedua lemparan tidak memiliki perbedaan yang signifikan. Salah satu faktor yang mempengaruhi adalah tingkat keterlatihan seseorang. Semakin terlatih seseorang akan membuatnya mudah untuk mengontrol gerakannya, tingkat keterlatihan melempar akan

membuat seorang pemain mampu mengontrol kekuatan, kecepatan dan akurasi lemparannya.

Kemungkinan ada atau tidak ada perbedaan yang signifikan pada ketepatan lemparan pemain belum dapat dipastikan secara teori saja, karena masih banyak kemungkinan yang bisa saja terjadi karena faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan seseorang.

c. Unsur dalam Melempar

Salah satu unsur melempar bola adalah ketepatan atau akurasi lemparan bola pada target. Yang dibutuhkan untuk melempar dengan baik bukan hanya tenaga yang kuat dan kecepatan tinggi namun ketepatan atau akurasi saat melempar menuju target juga sangat penting. Tidak berguna jika lemparan kuat dan cepat namun lemparan tidak tepat pada target hingga tidak dapat ditangkap, justru akan merugikan untuk tim, baik kekuatan, kecepatan dan ketepatan harus ada pada saat melakukan lemparan.

Unsur-unsur yang penting dalam melempar bola menurut beberapa ahli, yang pertama menurut Parno (1992 : 16) unsur utama yang perlu diperhatikan dalam melakukan gerakan melempar bola *Softball* antara lain : kecepatan, ketepatan, melempar dan jalannya bola serta kemudahan untuk melakukan gerakan lemparan. Senada dengan yang disampaikan oleh



Tomoliyus dan Rumpis A. Sudarko (1996: 39) faktor –faktor yang perlu diperhatikan dalam melempar bola adalah unsur kekuatan, kecepatan, dan ketepatan harus dikontrol untuk mencapai tujuan lemparan itu. Sedangkan menurut Sridadi (2006: 75) lemparan yang kuat dan akurat dapat mengagalkan usaha pemain lawan memperoleh poin.

Ketepatan merupakan unsur yang penting pada teknik melampar bola *Softball*, sebuah lemparan yang memiliki ketepatan atau akurasi yang baik sangat diperlukan di dalam sebuah pertandingan. Kedua unsur yang lain yaitu kecepatan dan kekuatan lemparan juga penting dalam melempar bola akan tetapi pemain biasanya lebih dituntut memiliki akurasi yang tinggi saat melempar bola.

Dalam sebuah kondisi pertandingan seorang pemain yang memiliki lemparan dengan kecepatan dan kekuatan yang kurang tetapi memiliki akurasi yang baik akan membuat lawan tidak dapat maju ke *base* selanjutnya karena bola tidak *error* dan dapat ditangkap. Berbeda jika seorang pemain memiliki kekuatan dan kecepatan baik tetapi ketepatan yang kurang, lemparan bola tidak tepat pada permintaan, fatalnya lemparan yang kuat dan cepat tidak dapat di tangkap oleh penjaga lain sehingga bola bergerak jauh. Kondisi ini menyulitkan pemain lain untuk mematikan *runner* bahkan *runner* memdapat kesempatan untuk lari ke *base*

selanjutnya karena bola bergerak jauh dari penguasaan penjaga. Oleh sebab itu seorang pemain sebaiknya memiliki ketepatan lemparan yang baik.

Ketepatan dalam melempar bola adalah penting, dan diantara ketiga unsur melempar bola ketepatan merupakan unsur yang dominan penting dari pada unsure kekuatan dan kecepatan melempar. Pemain yang memiliki teknik lemparan bagus pertama kali akan diperhatikan adalah akurasi lemparannya, berbeda apabila seorang pemain memiliki kekuatan dan kecepatan lemparan yang bagus tetapi bola tidak dapat diterima oleh pemain lain maka seseorang akan menilai pemain tersebut memiliki lemparan yang kurang baik bahkan jelek. Bila lemparan seorang pemain sudah memiliki ketepatan bagus akan lebih mudah untuk melatih unsur-unsur yang lain. Lemparan yang bagus bila memiliki ketepatan yang baik dengan ditunjang kekuatan dan kecepatan yang tinggi.

Dalam melempar bola *Softball* ada beberapa hal yang perlu diperhatikan adalah cara memegang bola langkah-langkah saat melampar bola dan yang paling penting adalah ketepatan atau akurasi lemparan pada target. Jadi diharapkan semua pemain memiliki lemparan yang kuat dan akurat.

#### 4. Hakikat UKM

UKM adalah lembaga kemahasiswaan tempat berhimpunnya para mahasiswa yang memiliki kesamaan minat, kegemaran, kreativitas, dan orientasi aktivitas penyaluran kegiatan ekstrakurikuler di dalam kampus. UKM yang dapat disebut “ekstrakurikuler”nya mahasiswa memiliki sebuah gedung yaitu *Student Center* (SC) sebagai tempat pelaksanaan dan perencanaan program UKM. Unit ini merupakan salah satu organisasi yang berkembang di dalam universitas dengan Wakil Rektor bidang kemahasiswaan sebagai penanggung jawabnya. Dalam pengelolaannya UKM dilakukan secara mandiri oleh mahasiswa yang tergabung dalam UKM. Disebutkan dalam buku *Mengenal UNY Lebih Dekat* (2011:224) UKM dikelompokkan menjadi empat bidang yaitu bidang penalaran, bidang olahraga, bidang seni, dan bidang kesejahteraan/khusus. Sesuai dengan data yang di tulisakan dalam buku *Mengenal UNY Lebih Dekat* (2011: 226) UKM UNY menurut bidang-bidangnya adalah sebagai berikut:

- 1) Bidang Penalaran
  - a) UKM Penelitian
  - b) UKM Lembaga Pers Mahasiswa “EKSPRESI”
  - c) UKM Broadcasting Radio “MAGENTA FM”
  - d) UKM Bahasa Asing
- 2) Bidang Seni
  - a) UKM Musik “SICMA BAND”

- b) UKM Unit Studi Sastra dan Teater (UNSTRAT)
  - c) UKM Keluarga Mahasiswa Seni Tradisi (KAMASETRA)
  - d) UKM Vokal/Paduan Suara Mahasiswa (Suara Wadhana)
  - e) UKM Seni Rupa dan Fotografi (SERUFO)
- 3) Bidang Olahraga
- a) UKM Atletik
  - b) UKM Bola Voli
  - c) UKM Catur
  - d) UKM Hockey
  - e) UKM Judo
  - f) UKM Karate
  - g) UKM Pecinta Alam “MADAWIRNA”
  - h) UKM Panahan
  - i) UKM Pencak Silat
  - j) UKM Renang
  - k) UKM Sepakbola
  - l) UKM *Softball & Baseball*
  - m) UKM Tenis lapangan
  - n) UKM Tenis Meja
  - o) UKM Tae Kwon Do
  - p) UKM Marching Band “CDB”
  - q) UKM Bola Basket
  - r) UKM Bulutangkis

- s) UKM Sepak Takraw
- 4) Bidang Kesejahteraan
  - a) UKM Koperasi Mahasiswa “Kopma UNY”
  - b) UKM Unit Kegiatan Kemahasiswaan Islam (UKKI)
  - c) UKM Ikatan Keluarga Mahasiswa Katholik (IKMK)
  - d) UKM Persekutuan Mahasiswa Kristen (PMK)
  - e) UKM Keluarga Mahasiswa Hindu Dharma (KMHD)
- 5) Bidang Khusus
  - a) UKM Pramuka Racana W.R. Supratman dan Racan Fatmawati.
  - b) UKM Resimen Mahasiswa “PASOPATI”
  - c) UKM Korps Suka Rela PMI (KSR-PMI)

## 5. **UKM *Softball-Baseball* UNY**

UKM *Softball-Baseball* termasuk dalam UKM bidang olahraga. Kesekretariatan UKM *Softball-Baseball* berada di SC lantai 3 sayap barat. UKM *Softball-Baseball* berdiri sejak tahun 70-an, namun karena kekurangan peminat menjadikan UKM ini tidak berkembang bahkan mengalami kevakuman. Kemudian UKM ini mulai mengembangkan sayapnya lagi mulai tahun 2004 dengan bertambahnya jumlah peminat pada permainan *Softball*. UKM *Softball-Baseball* memiliki sebuah klub yang berada dalam naungan UKM yaitu *Blue Strike club*. UKM *Softball-Baseball* UNY juga memiliki 2 tim *Softball* yaitu tim *Softball* Putra dan Putri. Anggota

UKM pada tahun 2010 berjumlah 34 orang, yaitu 15 putera dan 19 puteri. Pada tahun 2011 berjumlah 29 orang, yaitu 18 putera dan 11 puteri. Dan pada tahun 2012 berjumlah 54 orang, yaitu 34 putera dan 20 puteri (Rahayu, 2012: 30). Pada tahun 2013 jumlah tim putri kurang lebih 15 orang dan jumlah tim putra kurang lebih 25 orang total anggota UKM sebanyak 40 orang. Sebagian besar anggota UKM berasal dari FIK, namun ada beberapa anggota yang berasal dari fakultas lain seperti FMIPA dan FE. Ada juga anggota yang berasal dari universitas lain yaitu Universitas Muhamadiyah Yogyakarta (UMY) dan Universitas Atmajaya.

Setiap minggu UKM ini memiliki jadwal latihan rutin pada hari selasa dan Jum'at, serta ada jadwal latihan cadangan di hari-hari lain. Latihan minimal dua kali setiap minggu dilakukan guna mempersiapkan pemain untuk mengikuti kejuaraan *Softball*. Kejuaraan yang pernah diikuti UKM *Softball-Baseball* antara lain:

**Tabel 1. Prestasi-Prestasi UKM *Softball-Baseball* UNY (2009-2013)**

No	Kejuaraan	Penyelenggara	Tahun	Prestasi
1.	Invitasi <i>Softball</i> Putri	UNY	2010	Juara III
2.	Binus <i>Softball</i> Open Tournament (Putra)	BINUS	2010	Juara II
3.	Partha League Putri	UGM	2010	Juara II
4.	Partha League Putra	UGM	2010	Juara III
5.	IT Telkom di Bandung (Putra & Putri)	IT TELKOM	2011	Peserta
6.	GIANT CUP	UNS	2011	Peserta
7.	UNJ CUP tahun	UNJ	2011	Peserta
8.	UNJ Cup tahun	UNJ	2012	Peserta
9.	UNY CUP (Invitasi <i>Softball</i> Putri)	UNY	2013	Juara II

Selain membela nama UKM dan Universitas beberapa pemain pernah mewakili provinsi Yogyakarta dalam beberapa kejuaraan antara lain: beberapa anggota dari UKM UNY yang mengikuti PraPON di Jakarta pada tahun 2007, Junior Cup yang di adakan di Jakarta dan beberapa anggota UKM yang mengikuti PraPON tahun 2011. Prestasi yang disumbangkan oleh UKM *Softball-Baseball* UNY cukup membanggakan dan mendapat perhatian dari UNY.

## **B. Penelitian Yang Relevan**

- 1) Ketepatan Lemparan Atas antara Anggota UKM *Softball-Baseball* Putra UNY dan UKM *Softball-Baseball* Putra UGM oleh Gunawan Pandu K. (2010). Hasil penelitian ini diperoleh nilai minimum 9,00 dan nilai maksimum 20,00. Rerata diperoleh 13,00, standar deviasi diperoleh sebesar 3,16, modus sebesar 13,00 dan median sebesar 13,00 untuk ketepatan lemparan atas anggota tim UKM *Softball-Baseball* Putra UNY, kemudian nilai minimum 8,00 dan nilai maksimum 19,00. Rerata diperoleh 13,61, standar deviasi diperoleh sebesar 2,85, modus sebesar 12,00 dan median sebesar 13,00 untuk ketepatan lemparan atas anggota tim UKM *Softball-Baseball* Putra UGM. Sedangkan harga *Signifikan* hitung lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ). Karena harga *Signifikan* hitung lebih besar dari 0,05 ( $Sig > 0,05$ ), maka hipotesis yang menyatakan varians dari variabel yang ada sama diterima.
- 2) Hubungan kekuatan melempar dan ketepatan melempar dengan kecepatan melempar atas anggota UKM *Softball-baseball* putra UNY.

Andik Hermawan dan Seandi Taroreh (2007). Hasil penelitian adalah nilai rerata atau mean dari kekuatan melempar adalah 48,62. Nilai rerata untuk ketepatan melempar adalah 13,08. Nilai rerata untuk kecepatan melempar adalah 18,37. Hasil uji hipotesis yang diperoleh adalah harga  $t$  perhitungan hubungan sederhana antara kekuatan melempar, dan ketepatan melempar terhadap kecepatan melempar sebesar 0.6217,  $-3.6819$ . sedang harga  $t_t$  ( $\alpha = 0.05$ )(24) sebesar 1.71. Ternyata hubungan antara kekuatan melempar dan kecepatan melempar memiliki  $t_o < t_t$ , maka hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat diterima dan hubungan antara ketepatan melempar dan kecepatan melempar mempunyai harga  $t_o > t_t$ , berarti hipotesis yang menyatakan tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat ditolak.

- 3) Keterampilan melempar atas bola *Softball* anggota UKM *Softball-baseball* putra Universitas Negeri Yogyakarta oleh Gudiyah (2007). Hasil penelitian adalah nilai rerata atau mean dari kekuatan melempar adalah 41,7. Nilai rerata untuk ketepatan melempar adalah 19, 13. Nilai rerata untuk kecepatan melempar adalah 18,23. Hasil analisis terhadap keterampilan melempar atas anggota UKM *Softball-Baseball* Putra UNY menghasilkan nilai maksimal = 63,02 , nilai minimal = 33,73, rerata = 50 dan standar deviasi = 6,093. sebagian besar anggota UKM *Softball-Baseball* Putra UNY memiliki keterampilan melempar atas dengan kategori sedang dengan frekuensi sebanyak 19 orang (79,17%), untuk kategori baik sebanyak 4 orang (16,66%), dan kategori kurang sebanyak 1 pemain (4,17%).



### C. Kerangka Berpikir

*Softball* merupakan pertandingan beregu namun demikian kemampuan secara individu permainan juga sangat berpengaruh. Kemampuan yang paling dasar atau teknik dasar permainan *Softball* dibagi menjadi 2 teknik yaitu teknik saat menjadi tim *offensive* dan teknik saat menjadi *diffensive*. Secara umum teknik dasar yang harus dikuasai dengan baik oleh pemain yaitu melempar dan menangkap bola, memukul bola dan berlari antar *Base*. Menurut Hari A. Rachman (2007 : 287) Teknik dasar melempar, menangkap, memukul, dan berlari antar *Base*. Begitu juga yang kemukakan oleh Dell Bethel (1987: 16-21): keahlian meliputi *Throwing* (Melempar Bola), *Catching* (Menangkap Bola), *Batting* (Memukul Bola), *Bunting* (Menghentikan Bola Tanpa Ayunan), *Baserunning dan Sliding* (Lari Antar *Base* dan Meluncur).

Dalam bermain *Softball* diperlukan keterampilan dalam melakukan teknik, baik keterampilan secara individu maupun keterampilan beramin secara tim. Dalam permainan *Softball* teknik permainan dibagi menjadi dua yaitu teknik menjadi *offensive* dan *diffensive*. Salah satu teknik yang harus dikuasai adalah teknik melempar bola.

Melempar bola dilakukan untuk memindahkan bola dari satu tempat ke tempat lain. Lemparan dibagi menjadi tiga yaitu lemparan atas, lemparan bawah dan lemparan samping. Saat melakukan lemparan ada unsur-unsur yang harus diperhatikan yaitu kecepatan, kekuatan dan akurasi atau ketepatan lemparan. Ketiga lemparan di atas harus memenuhi unsur-

unsur penting dalam melempar bola. Akurasi lemparan cukup berpengaruh pada hasil lemparan. Akurasi atau ketepatan ini memerlukan latihan dan praktik yang cukup banyak.

Lemparan atas lebih sering digunakan saat pertandingan. Sedangkan lemparan samping dan lemparan bawah digunakan pada kondisi tertentu dan jarang di gunakan. Ada kemungkinan besar akurasi lemparan atas anggota tim *Softball* UNY lebih baik dari lemparan samping dan lemparan bawah. Dari ketiga lemparan ini menurut Parno (1992: 22) lemparan bawah memiliki karakteristik bola yang lambat dan tepat sasaran dengan kata lain akurasi lemparan bawah cukup tinggi. Sedangkan lemparan atas dan lemparan samping masih memungkinkan terjadi kesalahan akurasi pada sasaran. Hal inilah yang akan menjadi pokok permasalahan sehingga timbul pertanyaan dalam penelitian ini yaitu bagaimana perbedaan ketepatan antara lemparan atas dan lemparan samping anggota tim *Softball* UNY, dan perlunya diadakan tes. Secara spesifik lemparan atas dan lemparan samping adalah:

1. Lemparan Atas.

Lemparan atas adalah lemparan yang dengan gerak ayunan lengan ke atas melewati garis horizontal. Teknik lemparan ini lebih sering digunakan dari pada teknik yang lain. Lemparan atas memiliki kecepatan yang tinggi dan jarak yang jauh dikarenakan hampir seluruh badan sama-sama bergerak dalam kesatuan. Kesalahan fatal yang

dilakukan pemain adalah melempar terlalu tinggi dari target atau sasaran. (Parno, 1992: 18).

## 2. Lemparan Samping.

Lemparan samping dilakukan pada jarak yang pendek seperti antar *base*. Memerlukan waktu yang cepat untuk bola sampai pada sasaran. Kesalahan yang dilakukan oleh pemain saat melakukan lemparan adalah lemparan terlalu ke samping kanan atau kiri terlalu jauh dari sasaran (Parno, 1992: 24)

### D. Hipotesis Data

Hipotesis yang dibuat oleh penulis ini hanyalah kesimpulan sementara berdasarkan beberapa teori yang ada dan hipotesis ini memiliki kemungkinan benar. Menurut J. Supranto (2009:124) Hipotesis pada dasarnya merupakan suatu proposisi atau anggapan yang mungkin benar dan sering digunakan sebagai dasar pembuatan keputusan atau pemecahan persoalan atau pun untuk dasar penelitian lebih lanjut.

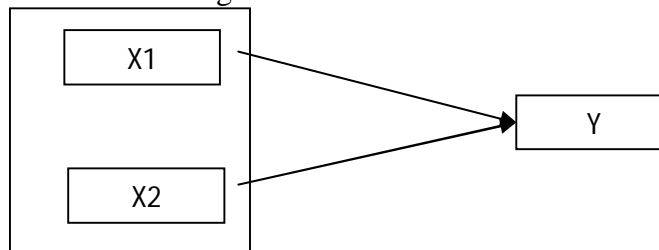
Berdasarkan Kerangka Berfikir mengenai perbedaan ketepatan atau akurasi antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim *Softball* UNY maka dapat diajukan hipotesis sebagai berikut :

1.  $H_0$  mengatakan bahwa tidak ada perbedaan ketepatan antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.
2.  $H_a$  mengatakan bahwa terdapat perbedaan ketepatan antara lemparan atas dan lemparan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

### BAB III METODOLOGI PENELITIAN

#### A. Desain Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan pendekatan tes atau pengukuran. Menurut Notoatmojo dalam Sandjaja dan Albertus Heriyanto (2011:110) survei adalah suatu penelitian yang dilakukan terhadap sekelompok obyek dalam waktu tertentu dengan tujuan untuk menilai kondisi atau penyelenggaraan suatu program dan hasil penelitiannya digunakan untuk menyusun suatu perencanaan demi perbaikan program tersebut. Sedangkan tes menurut Suharsimi Arikunto (2006:150) adalah serentetan pertanyaan atau latihan serta alternatif lain yang digunakan untuk mengukur keterampilan, pengetahuan, intelegensi, kemampuan atau bakat yang dimiliki oleh individu atau kelompok. Desain penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 14. Bagan Hubungan Antar Variabel X dan Y.

Keterangan:

$X_1$  = Lemparan Atas

$X_2$  = Lemparan Samping

$Y$  = Ketepatan Lemapran

Dengan variabel penelitian adalah hubungan “tunggal-ganda” antara variabel bebas (X) dengan variabel terikat (Y), yaitu lebih dari satu kondisi mengakibatkan timbulnya fenomena.

## **B. Tempat dan Waktu Penelitian**

Penelitian dilakukan di lapangan yang berada di kawasan FIK UNY yang beralamat di Karangmalang No.1 Sleman. Adapun Penelitian dilakukan dari bulan Januari hingga bulan Mei 2013, dan pengambilan data dilakukan pada hari Jum'at dan Selasa pada tanggal 3 -8 Mei 2013.

## **C. Definisi Operasional Variabel Penelitian**

Definisi operasional variabel dalam penelitian ini adalah ketepatan lemparan atas dan lemparan samping. Sedangkan definisi variabel merupakan berbagai faktor yang dikaji dalam penelitian. Seluruh variasi yang muncul dalam penelitian merupakan variabel yang mempunyai peranannya masing-masing. Variabel adalah gejala yang bervariasi dan menjadi objek penelitian (Suharsimi Arikunto, 1997: 96). Variabel penelitian ini adalah:

### **1. Ketepatan Lemparan Atas.**

Lemparan atas adalah lemparan yang dengan gerak ayunan lengan ke atas melewati garis horizontal, posisi salah satu kaki berada di depan menuju arah target lemparan. Lemparan atas lebih sering dilakukan oleh kebanyakan pemain.

### **2. Ketepatan Lemparan Samping.**

Lemparan samping sama posisi tubuh sama seperti ketika melakukan lemparan atas hanya saja arah gerakan tangan terlihat menjauhi pusat tubuh. Lemparan samping jarang dilakukan namun demikian lemparan samping sama pentingnya dengan lemparan atas,

karena pada kondisi tertentu membutuhkan lemparan samping untuk melakukan lemparan.

Secara operasional ketepatan melempar bola digambarkan berupa nilai yang dapat diperoleh dari melakukan lemparan menuju sasaran yang dilakukan sebanyak 10 kali dengan jarak 40 *feet* untuk putri dan 65 *feet* untuk putra. (1 *feet* = 30,5cm)

#### **D. Subjek Penelitian**

Subjek penelitian ini adalah seluruh anggota tim UKM *Softball* UNY. Pengambilan sampel digunakan teknik *sampling purposive*. Sampel diambil dengan ketentuan anggota yang masih aktif dalam latihan, Rincian sampel adalah anggota tim putri yang mengikuti tes 12 orang, sedangkan jumlah tim putra yang mengikuti tes 20 orang. Sehingga total subjek pada penelitian ini adalah 32 orang *testee*.

#### **E. Instrument Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data**

##### **1. Instrumen Penelitian Ketepatan Lemparan**

Menurut Suharsimi Arikunto (1997: 136), instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaan lebih mudah dan lebih baik, lebih cermat, lebih lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data pada penelitian ini adalah tes ketepatan lemparan menggunakan target berupa lingkaran kecil lingkaran semakin besar berjumlah tiga lingkaran

Penjelasan secara umum untuk instrument yang dilakukan adalah sebagai berikut. Tes ketepatan dalam melempar ini dibutuhkan target yang terdiri 3 lingkaran, dengan diameter 2, 4, dan 6 *feet*. Jarak lingkaran terbesar dari lantai atau tanah adalah 3 *feet*. Jarak target adalah 65 *feet* untuk laki-laki dan 40 *feet* untuk perempuan. Sebelum melempar *testee* diberikan kesempatan mencoba sebanyak dua kali dan saat melakukan *testee* boleh mengambil persiapan lemparan sebanyak dua langkah. *Testee* melakukan 10 kali lemparan untuk memperoleh nilai. Nilai atau *scor* pada tengah lingkaran adalah 3 poin, 2 poin dan area terluar adalah 1 poin. Apabila lemparan mengenai garis maka poinnya adalah poin tertinggi diatas garis tersebut. *Nilai* didapat dari jumlah poin pada 10 kali percobaan (Frank M Ferduci, yang dikutip oleh Gudiyah, 2007: 34). (1 *feet* = 30,5cm). Sketsa gambar lapangan dapat dilihat pada lampiran 4 halaman 72.

## **2. Validitas dan Reabilitas Instrument Penelitian**

Validitas untuk instrumen ketepatan melempar (*overhand throw for accuracy test*) adalah 0,70 (David K. Miller 2002: 256) yang berarti instrument tersebut adalah valid. Nilai reliabel untuk instrumen ini sebesar 0,72 (David K. Miller 2002: 256) yang berarti instrument tersebut reliable. Menurut Suharsimi Arikunto 1997: 142 apabila sudah tersedia instrumen yang terstandar maka peneliti boleh meminjam dan menggunakan untuk mengumpulkan data. Penelitian ini digunakan untuk mengukur ketepatan lemparan pada permainan bola

*Softball*. Instrumen ini sering digunakan untuk pengambilan nilai ketepatan lemparan bola *Softball* mahasiswa di FIK UNY pada akhir perkuliahan Dasar Gerak *Softball*. Instrumen ini juga telah digunakan oleh beberapa peneliti lain untuk mengukur ketepatan melempar pada bola *Softball*.

Instrumen tersebut merupakan instrumen yang valid untuk mengukur ketepatan lemparan bola *Softball*, dengan subjek mahasiswa yang menjadi anggota tim UKM *Softball-Baseball*. Dengan begitu instrumen ini bisa digunakan untuk penelitian ini.

### **3. Teknik Pengumpulan Data**

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan teknik survei dengan pendekatan tes atau pengukuran. Alat ukur ketepatan adalah tes ketepatan. Sebelum melakukan tes, *testor* melakukan persiapan berupa mengukur jarak dan menggambar lingkaran menyiapkan garis dan lapangan yang akan digunakan untuk pelaksanaan tes. Kemudian menyiapkan kertas kolom dengan daftar *testee* dan alat pencatat. *Testor* memberikan penjelasan dan pengarahan kepada *testee* semua *testor* tentang langkah-langkah pengambilan data dan tugasnya masing-masing. Langkah-langkah adalah sebagai berikut:

1. *Testor* memberikan pengarahan dan penjelasan prosedur pelaksanaan tes, *testee* melakukan 10 kali lemparan atas seperti biasa untuk memperoleh nilai. Nilai atau *scor* pada tengah



lingkaran adalah 3 poin, 2 poin dan area terluar adalah 1 poin. Apabila lemparan mengenai garis maka poinnya adalah poin tertinggi diatas garis tersebut. Sebelum melempar *testee* diberikan kesempatan mencoba sebanyak dua kali dan saat melakukan *testee* boleh mengambil persiapan lemparan sebanyak dua langkah. *Nilai* didapat dari jumlah poin pada 10 kali percobaan. Target lemparan berupa lingkaran, terdiri dari 3 lingkaran dengan diameter 2,4,dan 6 *feet*. Jarak lingkaran terbesar dari lantai atau tanah adalah 3 *feet*. Jarak target adalah 65 *feet* untuk laki-laki dan 40 *feet* untuk perempuan.

2. *Testee* melakukan *test* secara bergantian, *testee* melakukan lemparan atas terlebih dahulu baru pada kesempatan berikutnya melakukan lemparan samping.
3. *Testor I* bertugas sebagi pengawas di garis tempat *testee* melakukan lemparan. Mengawasi gerakan *testee* jangan sampai kaki *testee* melebihi garis batas.
4. *Testor II* berada di dekat dengan target lingkaran namun jangan sampai mengganggu *testee*, bertugas untuk menyebutkan *nilai* yang diperoleh setiap lemparan yang dilakukan untuk kemudian dicatat oleh *testor III* yang bertugas mencatat *nilai*. Begitu seterusnya untuk semua *testee*.
5. Setelah selesai test lemparan atas dilanjutkan dengan lemparan samping dengan melakukan lemparan samping dengan posisi lemparan yang sama dengan lemparan atas.

## F. Teknik Analisis Data

Menurut Lexy J. Moleong (2004: 36) teknik analisis data dari penelitian kuantitatif dapat berupa deduktif, secara statistik terutama menghasilkan data numerik yang biasanya dianalisis secara statistik. Data kasar terdiri dari bilangan, data kemudian analisis data yang diperoleh. Pada penelitian ini data yang didapatkan berasal dari percobaan yang dilakukan, data yang diperoleh dari percobaan merupakan data mentah dan harus diolah dan dianalisis. Analisis secara statistik digunakan untuk menemukan hasil dari penelitian. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif . perhitungan menggunakan uji-*t paired sampel-t-test* untuk mengetahui perbedaan keefektifan kedua lemparan.

### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui normal atau tidaknya distribusi populasi. Uji normalitas dilakukan dengan bantuan program SPSS 16.0. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada bab IV

### 2. Pengujian Hipotesis

Pengujian hipotesis penelitian untuk mengetahui masing-masing variabel menggunakan uji analisis satu jalan pada taraf signifikan 5%. Pengujian hipotesis dilakukan dengan bantuan program SPSS 16.0. Hasil dari uji normalitas dapat dilihat pada bab IV.

$H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima jika  $p < 0,05$  dan  $t_{hitung} > t_{tabel}$  atau data dapat dikatakan mempunyai perbedaan peningkatan yang signifikan apabila  $p < 0,05$  dan  $t_{hitung} > t_{tabel}$ .

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Uji Prasyarat

Uji normalitas dilakukan untuk menguji subjek berasal dari populasi yang terdistribusi normal atau tidak. Analisis statistik untuk uji normalitas menggunakan uji *Shapiro-Wilk*, menurut Sopiudin Dahlan (2009: 53) untuk subjek kurang atau sama dengan 50 uji normalisasi menggunakan uji *Shapiro-Wilk* dalam program SPSS 16.0. Setelah dilakukan perhitungan uji normalitas dari data mahasiswa anggota UKM *Softball-Baseball* UNY didapat hasil sebagai berikut:

**Tabel 2. Data Uji Normalitas *Shapiro-Wilk***

Tests of Normality			
	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Lemparan Atas	.966	32	.386
Lemparan Samping	.963	32	.326

Menurut Sopiudin Dahlan (2009:53&87) untuk data dengan nilai *Significancy* atau nilai  $p > 0,05$  maka data tersebut normal, dan bila *Significancy* atau nilai  $p < 0,05$  maka data tidak normal. Data yang diperoleh dari tes ketepatan lemparan atas dan samping pada mahasiswa anggota tim *Softball-Baseball* UNY pada Tabel 2 di atas, taraf *significancy* lemparan atas diperoleh hasil 0,386. Pada taraf *significancy* lemparan samping diperoleh hasil 0,326, karena  $p > 0,05$  maka dapat

diambil kesimpulan bahwa distribusi hasil lemparan atas dan samping adalah normal.

## B. Pengujian Hipotesis

Berikut adalah data statistik dari hasil lemparan atas dan samping mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

**Tabel 3. Diskripsi Statistik Lemparan Atas dan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM *Softball-Baseball* UNY**

Statistics		Atas	Samping
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
<i>Mean</i>		13.84	10.41
Median		14.00	9.50
Mode		16	8
Std. Deviation		3.691	4.257
Variance		13.620	18.120
Skewness		-.377	.320
Std. Error of Skewness		.414	.414
Kurtosis		-.489	-.221
Std. Error of Kurtosis		.809	.809
Minimum		6	2
Maximum		20	20

Berdasarkan tabel 3 di atas terlihat bahwa data hasil lemparan atas mahasiswa anggota tim memiliki rata-rata atau *mean* sebesar 13,84. Sedangkan data hasil lemparan samping memiliki rata-rata atau *mean* sebesar 10,41. Dari data tersebut tampak bahwa terdapat perbedaan ketepatan antara lemparan atas dan lemparan samping, dengan hasil lemparan atas memiliki nilai rata-rata lebih tinggi dibandingkan lemparan samping. Kemudian dari

tabel 3 di atas dapat dilihat juga frekuensi dari data penelitian yang sudah didapatkan. *Point* tertinggi yang dapatkan dari dua Variabel yang di teliti adalah sama yaitu 20 *point*. Dari data di atas belum bisa menyimpulkan bahwa lemparan atas dan lemparan samping memiliki perbedaan yang signifikan itu sebabnya masih perlu melakukan uji hipotesis atau uji beda.

Pengujian hipotesis dilakukan berdasarkan data hasil penelitian dan uji persyarat analisis yang telah dilakukan. Pengujian hipotesis dilakukan mengenai perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY. Karena uji normalisasi telah dilakukan dengan hasil sebaran berdistribusi normal. Syarat uji hipotesis terpenuhi maka pengujian hipotesis bisa dilakukan dengan menggunakan *Paired sample-t-test* Untuk menghitung koefisien *t* pada *Paired sample-t-test* ini digunakan program SPSS 16.0.

**Tabel 4. Data Perbedaan Ketepatan Lemparan Atas dan Lemparan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM *Softball-Baseball* UNY**

Paired Samples Test									
		Paired Differences					T	df	Sig. (2-tailed)
			Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
					Lower	Upper			
Pair 1	Lemparan Atas - Samping	3.438	3.454	.611	2.192	4.683	5.630	31	.000

Untuk mengetahui perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping atau untuk menguji  $H_0$  ditolak atau diterima bisa dilakukan dua cara yaitu dengan membandingkan  $t_{hitung}$  dengan  $t_{tabel}$  atau membandingkan taraf *significancy* atau *probabilitas* ( $p$ ) dengan 0,05. Jika  $t_{hitung} > t_{tabel}$  maka  $H_0$  ditolak atau jika  $p < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak, demikian pula sebaliknya yaitu jika  $t_{hitung} < t_{tabel}$  maka  $H_0$  diterima atau jika  $p > 0,05$  maka  $H_0$  diterima.

Berdasarkan Tabel 6 di atas, lemparan atas dan lemparan samping memiliki nilai  $t_{hitung}$  sebesar 5,630 dengan taraf *significancy* 0,000. Karena  $t_{hitung}$  adalah 5,630, sedangkan  $t_{tabel}$  adalah 1,697 berarti  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Kemudian dilihat dari nilai *probabilitas*-nya  $p < 0,05$ , maka  $H_0$  ditolak atau kedua hasil memiliki perbedaan.

Berdasarkan analisis untuk menuji hipotesis tersebut maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball- Baseball* UNY. Secara lebih terperinci perbedaan tersebut dapat dilihat dari perbedaan rerata atau *mean* dari kedua hasil lemparan yaitu rerata dari lemparan atas adalah 13,84, sedangkan lemparan samping adalah 10,41. Yang berarti tingkat akurasi lemparan atas mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY lebih tinggi dibanding lemparan samping.

### C. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball-*

*Baseball* UNY. Berdasarkan tujuan tersebut, maka penelitian ini merupakan metode penelitian komparatif dengan menggunakan metode survei.

Setelah semua data diperoleh dalam penelitian, diolah dan dianalisis dengan uji-t *Paired sampel-t-test* didapatkan perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY, dan ketepatan lemparan atas lebih baik dibandingkan ketepatan lemparan samping pada mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

Permainan *Softball* memiliki beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh pemain agar dapat memainkan permainan ini. Salah satu teknik penting dalam permainan ini adalah melempar, jenis lemparan dalam permainan *Softball* ada tiga yaitu lemparan atas, lemparan samping dan lemparan bawah. Dalam penelitian ini peneliti mengambil materi tentang perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping, kedua lemparan ini memiliki karakteristik yang berbeda namun keduanya memiliki persamaan yaitu masih terdapat kesalahan sasaran saat melempar, berbeda dengan lemparan bawah seperti yang disebutkan oleh Parno (1992 :18-24).

Pada pertandingan kedua lemparan atas digunakan pada kondisi-kondisi yang umum terjadi, misalnya bola yang dipukul keras dan dapat diterima dengan sempurna sehingga penjaga masih dapat mengatur posisi untuk melakukan lemparan atas maka penjaga dapat melakukan lemparan atas. Lemparan atas dilakukan pada kondisi pada saat di dalam permainan penjaga memerlukan lemparan yang kuat akurat dan pemain tidak dituntut untuk melampar bola dengan cepat. Berbeda bila yang terjadi pada saat

pertandingan bola yang dipukul adalah bola yang jauh jangkauanya dari penjaga dan menuntut penjaga untuk berlari mengejar bola seperti *bunt* maka penjaga harus berlari dan melempar denag waktu yang singkat maka diperlukan lemparan yang memiliki kecepatan tinggi yaitu lemparan samping.

Di UNY lemparan atas lebih banyak diberikan latihan dibandingkan lemparan samping meskipun kedua lemparan ini sama pentingnya dalam permainan. Dari hasil perhitungan secara statistik yang dibantu dengan program SPSS 16,0 didapat kesimpulan bahwa terdapat perbedaan ketepatan yang signifikan dari lemparan atas dan lemparan samping anggota tim *Softball* UNY. Teori yang disampaikan oleh Parno (1992: 18-24) yang menyebutkan perbedaan karakteristik kedua lemparan yang menjadi Variabel penelitian ini yaitu lemparan atas memiliki kecepatan yang baik dan jarak jangkauan yang jauh dikarenakan hampir seluruh badan sama-sama bergerak dalam kesatuan. Kesalahan fatal yang dilakukan pemain adalah melempar terlalu tinggi dari target atau sasaran. Sedangkan untuk lemparan samping dilakukan pada jarak yang pendek seperti antar *base*. Memerlukan waktu yang cepat untuk bola sampai pada sasaran. Kesalahan yang dilakukan oleh pemain saat melakukan lemparan adalah lemparan terlalu ke samping kanan atau kiri terlalu jauh dari sasaran. Dalam suatu pertandingan lemparan yang lebih banyak dilakukan adalah lemparan atas, sedangkan lemparan samping dilakukan ketika seorang pemain dituntut untuk melakukan lemparan dengan kecepatan yang tinggi. Misalnya pada saat terjadi bola pendek seperti *bunt*, penjaga harus berlari dahulu mengejar bola sementara runner jga sudah



berlari maka penjaga memerlukan lemparan yang memiliki kecepatan yang tinggi bila dilakukan, lemparan tersebut adalah lemparan samping.

Terlihat bahwa kedua lemparan tersebut memiliki perbedaan, ini menguatkan hasil penelitian yang menyebutkan kedua lemparan memiliki perbedaan tingkat ketepatan. Perbedaan karakteristik lemparan tersebut kemudian dihubungkan dengan beberapa faktor yang memengaruhi ketepatan yang di kemukakan oleh Suharno (1980:32) jauh dekatnya bidang sasaran, sasaran jauh menuntut pemain memiliki ketepatan yang baik dibandingkan dengan jarak sasaran yang dekat. Lemparan atas bisa dilakukan untuk jarak dekat dan jarak jauh sedangkan lemparan samping lebih banyak untuk sasaran yang dekat, maka lemparan atas lebih terlatih dengan jarak pendek maupun jauh dibandingkan lemparan samping.

Hasil penelitian secara keseluruhan lemparan atas memiliki rata-rata yang lebih baik dibandingkan lemparan samping ini karena intensitas latihan lebih banyak menitikkan pada lemparan atas dibandingkan lemparan samping. Salah satu prinsip latihan yaitu intensitas latihan harus banyak merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan lemparan atas lebih baik daripada lemparan samping seperti yang disampaikan oleh Sapta Kunta Purnama (2010: 67) latihan harus memperhatikan frekuensi, durasi dan intensitas latihan.

Teori lain dikemukakan oleh Parno (1992: 16) untuk memperoleh keterampilan dan ketepatan melempar bola dalam *Softball* harus diberikan latihan atau praktik yang relatif banyak. Dari latihan yang banyak akan

membuat kemampuan bertambah baik setiap waktunya ini senada dengan pendapat para ahli tentang pengertian latihan yang fungsinya adalah meningkatkan kemampuan yang dilatihkan. Dari pengertian latihan menurut Sukadiyanto (2002: 6) pengertian latihan diambil dari kata *training* adalah penerapan dari suatu perencanaan untuk meningkatkan kemampuan berolahraga yang berisikan materi teori, praktik, metode dan aturan pelaksanaan sesuai dengan tujuan dan sasaran yang dicapai. Dari penjabaran pengertian dan tujuan latihan yang dikemukakan di atas berarti bila latihan lebih banyak dilakukan maka tingkat kemampuan seseorang menguasai suatu teknik semakin tinggi.

Berhubungan dengan peneitian ini adalah lemparan atas lebih sering dilatihkan dibandingkan lemparan samping sehingga secara tidak langsung mempengaruhi kemampuan lemparan baik lemparan atas maupun samping para anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY. Pada penelitian ini dihitung secara keseluruhan rata-rata yang di peroleh namun bila dilihat secara perseorangan ada beberapa pemain yang memiliki hasil lemparan samping lebih baik dibandingkan lemparan atas dapat dilihat pada tabel hasil tes lemparan hal 78, ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya karena pemain tersebut memang merupakan spesialis lemparan samping, sehingga tingkat penguasaan teknik lebih baik pada lemparan samping. Menurut Suharno (1980:32) penguasaan teknik yang benar akan mempunyai sumbangan baik terhadap ketepatan mengarahkan gerak. Dengan penguasaan teknik yang baik maka bagaimanapun jenis lemparan yang dilakukan tidak

mempengaruhi tingkat ketepatan lemparannya, karena pemain telah menguasai teknik melempar dengan baik.

Seperti yang sudah di sampaikan di atas mengenai hasil penelitian ini dan beberapa faktor yang mungkin mempengaruhi ketepatan lemparan pemain. Jadi telah jelas ada perbedaan ketepatan antara lemparan atas dan lemparan samping dan secara rata-rata lemparan atas anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY lebih baik dibandingkan ketepatan lemparan samping.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis dan pengujian hipotesis, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa  $H_0$  dari penelitian ini ditolak, dan  $H_a$  diterima. Dari uji hipotesis diketahui nilai  $t_{hitung} = 5,63$  lebih besar dari  $t_{tabel} = 1,697$ ,  $t_{hitung} > t_{tabel}$ , dari nilai *significancy* diperoleh  $p > 0,05$  maka hasil penelitian ini adalah ada perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY. Berdasarkan hasil hitung nilai rerata atau *mean* lemparan atas adalah 13,84 dan lemparan samping adalah 10,41. Dengan demikian kesimpulan penelitian ini adalah terdapat perbedaan ketepatan lemparan atas dengan lemparan samping, dan hasil ketepatan lemparan atas lebih baik dibandingkan lemparan samping.

#### **B. Implikasi**

Berdasarkan hasil penelitian yang menyatakan bahwa tingkat akurasi lemparan atas mahasiswa anggota tim UKM *Softball-Baseball* UNY lebih tinggi dibandingkan lemparan samping. Dari hasil tersebut dapat diimplikasikan oleh pelatih maupun pemain yaitu lebih meningkatkan frekuensi intensitas dan durasi latihan lemparan samping dari latihan sebelumnya mengingat lemparan samping juga sering digunakan pada kondisi-kondisi tertentu pada permainan. Untuk pemain terutama bagi penjaga *infield* dapat berlatih meningkatkan ketepatan lemparan samping dengan

melakukan *simulasi game* untuk bola-bola pendek dan posisi yang tidak memungkinkan untuk melakukan lemparan atas.

Dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa ada perbedaan ketepatan lemparan atas dan lemparan samping dimana lemparan atas lebih baik dibandingkan lemparan samping maka sebaiknya seorang pemain memilih lemparan yang memiliki akurasi yang paling baik pada saat melempar, yaitu lemparan atas. Kemudian bagi pelatih agar dapat memberikan koreksi latihan akurasi lemparan atas maupun samping karena dari poin yang didapatkan masing-masing individu pemain pada penelitian ini nilai tertinggi yang diperoleh adalah 20 poin dari poin maksimal yang seharusnya di capai adalah 30 poin, belum ada pemain yang memiliki poin sempurna atau mendekati poin sempurna.

### **C. Keterbatasan Penelitian**

Dalam melakukan penelitian terdapat beberapa unsur keterbatasan diantaranya sebagai berikut:

1. Tidak memperhitungkan masalah waktu dan keadaan tempat pada saat dilaksanakan tes.
2. Tidak diperhitungkan kondisi lingkungan sekitar yang mungkin dapat mengganggu konsentrasi *testee*.
3. Tidak diperhitungkan berat 4 bola *Softball* yang digunakan untuk alat yang digunakan.

4. Tidak diperhatikan keseriusan pemain dalam melakukan lemparan, ada beberapa pemain yang melakukan lemparan dengan bercanda dan kurang serius.
5. Kejelian *testor* saat melihat posisi bola saat mengenai tembok terbatas pada kemampuan melihat *testor* tersebut.
6. Sebagian besar *testee* melakukan awalan lemparan tetapi ada beberapa *testee* yang tidak melakukan awalan.

#### **D. Saran**

Dengan mengacu pada hasil penelitian dan keterbatasan-keterbatasan dalam penelitian, peneliti menyarankan:

1. Perlu diadakan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain seperti mengukur semua jenis lemparan yaitu lemparan atas, lemparan samping dan lemparan bawah.
2. Pada saat melakukan tes sebaiknya mempertimbangkan semua aspek yang mungkin bisa mempengaruhi ketepatan lemparan.
3. Pada saat penjelasan tentang prosedur pelaksanaan sebaiknya dijelaskan bahwa keseriusan dalam melakukan lemparan adalah penting sehingga saat melakukan lemparan semua *testee* melakukannya dengan serius.
4. Perlu penambahan alat perekam untuk merekam dan melihat posisi bola secara tepat bukan hanya mengandalkan pengamatan *testor* saja.
5. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan lebih mengembangkan instrumen dan metode penelitian agar dapat memperoleh hasil maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ajie. (2009). *Pembuatan Tes Keterampilan Olahraga*. Diakses dari <http://ajie89.wordpress.com/2009/10/30/pembuatan-tes-keterampilan-olahraga/> pada tanggal 13 januari 2013, jam 18:34.
- Andik Hermawan dan Seandi Taroreh. (2007). *Efektivitas Melempar Atas Dalam Melempar Antar Base Pada Permainan Softball*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.
- David K. Miller. (2002) *Measurment by the Physical Educator*.:Wilmington.
- Dell Bethel.(1987). *Petunjuk Lengkap Softball dan Baseball*. Semarang : Dahara Prize.
- Gudiyah. (2007). *Keterampilan Melempar Atas Bola Softball Anggota UKM Softball Baseball Putera Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Gunawan Pandu K. (2010). *Ketepatan Lemparan Atas antara Anggota UKM Softball-Baseball Putra UNY Dan UKM Softball-Baseball Putra UGM*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta
- Hari A. Rachman. (2007). *Pengembangan Alat Evaluaasi Keterampilan bermain Softball Berbasis Autentic*. Olahraga : 275-296.
- Herman Subardjah, M.Si. (2000). *Psikologi Olahraga*. : Departemen pendidikan dan kebudayaan.
- Internasional Softball Federation*. (2006-2009). *Peraturan Permainan Softball 2006-2009* (Alih bahasa: Piet Burhanuddin ).
- J. Supranto. (2009). *Statistik Teori dan Praktik Edisi Ketujuh*. Jakarta: Erlangga.
- Judi Garman. (2001). *Softball Skill & Drill*. Australia : Human Kinetics.
- Lexy J. Moleong (2004). *Metodelogi Penelitian Kualitatif*. Bandung Edisi Revisi: PT Remaja Rosdakarya.
- Mochamad Djumidar A. Widya.(2004). *Belajar Berlatih Gerakan-gerakan dasar atletik dalam bermain*. Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Parno (1992). *olahraga pilihan Softball*. Jakarta: Depdikbud.

Rahayu. (2012). *Minat Mahasiswa Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi (PJKR) Angkatan 2010 Pasca Perkuliahan Dasar Gerak Dan Permainan Softball Terhadap Unit Kegiatan Mahasiswa Softball Universitas Negeri Yogyakarta*. Skripsi. Universitas Negeri Yogyakarta.

Sandjaja, Albertus Heriyanto. (2011). *Panduan Penelitian*. Jakarta: Prestasi Pustaka.

Sapta Kunta Purnama. (2010). *Kepelatihan Bulutangkis modern*. Surakarta: Yuma Pustaka.

Sopiyudin Dahlan, (2009). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Sridadi. (2006). *Sumbangan Kekuatan Otot Perut, Otot Lengan dan Bahu dan Otot Jari-Jari Tangan Terhadap Lemparan Atas Bola Softball Putra*. *Olahraga*: 75-76.

Sudjana (2002) *Metoda Statistika*. Bandung : Tarsito.

Steven M. Tellefsen. (2007) *Coacing Youth Softball Fourth Edition*. Australia : Human Kinetics.

Suharno, (1980). *Metodik Melatih Permainan Bola Volley*. Yogyakarta.

Suharsimi Arikunto. (1997) *prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Suharsimi Arikunto. (2006) *prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.

Sukadiyanto. (2002). *Teori dan Metodologi Melatih Fisik Petenis*. Yogyakarta: UNY.

Tomoliyus, Rumpis A. Sudarko. (1996). *Teori dan Metode latihan dasar Softball*. Yogyakarta.

Widiastuti, (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.

.....(2011). *Mengenal UNY Lebih Dekat*. Yogyakarta: UNY.

Gambar Lapangan diakses dari

<https://geometryarchitecture.wordpress.com/page/8/> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14:22 WIB



Gambar Bat diakses dari <http://landgroup.en.made-in-china.com/product/CMSEvUbufFcX/China-Crazy-Softball-Bat-Bpf-1-20.html> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14:26 WIB

Gambar Bola putih diakses dari <http://penjasorkesfortomorrow.blogspot.com/2012/10/mengenal-olahraga-Softball.html> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 28 WIB

Gambar Bola Kuning diakses dari <http://s1227.photobucket.com/user/cvjayabersamasportindo/media/BolaSoftballYellow.jpg.html> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 29 WIB

Gambar Base diakses dari <http://www.dsr.wa.gov.au/Softballdimensions> dan <http://myshopperstop.com/product/5/8561/Schutt-Hollywood-Impact-Kwikrelease-Varsity-Base-Set-Softball-Bases.html> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 31 WIB

Gambar Home Plate diakses dari <http://www.istockphoto.com/stock-photo-6012603-home-plate.php> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 33 WIB

Gambar *Pitcher Plate* diakses dari <http://www.shutterstock.com/pic-1146994/stock-photo-pitcher-s-plate.html> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 35 WIB

Gambar *Glove* diakses dari <http://www.downtoearthsports.com/index.php/mizuno-mvp-prime-fastpitch-series-13-Softball-glove-gmvp1309p.html> dan *Mitt Glove* <http://www.ebay.com/itm/Akadema-AEA-65-RHT-Praying-Mantis-Softball-Catchers-Glove-/281030792543> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 37 WIB

Gambar Sepatu diakses dari ; <http://archive.kaskus.co.id/thread/4755383/0/sepatu-Softball-baseball> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 35 WIB

Gambar *Catcher set* diakses dari <http://www.Softballrampage.com/Baseball/Protective-Equipment/5729/Samurai-G4-Intermediate-Fastpitch-Catchers-Set.html> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 35 WIB

Gambar Memegang Bola diakses dari <http://pesmanitra.blogspot.com/p/senam-uji-diri.html> pada tanggal 27 Juni 2013, 14: 35 WIB

Gambar Langkah-Langkah Melempar <http://www.google.image.co.id> pada tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 35 WIB

Gambar Lemparan Atas diakses dari  
<http://old.kaskus.co.id/showthread.php?t=946191&page=223> pada tanggal  
27 Juni 2013, Jam 14: 35 WIB

Gambaran Lemparan samping diakses dari  
<http://qcofficials.com/Aces96/Skills/Throwing/Throwing.html> pada  
tanggal 27 Juni 2013, Jam 14: 35 WIB

# LAMPIRAN

Lampiran 1 : Surat Permohonan Ijin Penelitian



KEMENTERIAN PENDIDIKAN NASIONAL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta, Telp.(0274) 513092 psw 255

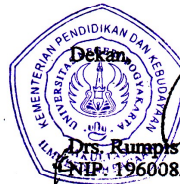
Nomor : 165/UN.34.16/PP/2013 25 April 2013  
Lamp. : 1 Eks.  
Hal : Permohonan Izin Penelitian

Yth. : Ketua UKM *Softball-Baseball* UNY  
Karangmalang, Yogyakarta

Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan pengambilan data dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin Penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Heni Suharyanti  
NIM : 09601241036  
Program Studi : PJKR  
Penelitian akan dilaksanakan pada :  
Waktu : Mei 2013  
Tempat/Obyek : Lapangan *Softball-Baseball* UNY  
Judul Skripsi : Perbandingan Ketepatan Antara Lemparan Atas Dan Lemparan Samping Mahasiswa Anggota Tim UKM *Softball-Baseball* UNY.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.



Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S.  
NIP. 19600824 198601 1 00

Tembusan :  
1. Kajur. POR  
2. Pembimbing TAS  
3. Mahasiswa ybs.



Lampiran 2 : Surat Ijin dari UKM



**UNIT KEGIATAN MAHASISWA  
SOFTBALL-BASEBALL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**Sekretariat : Gedung student Center LT. 3**



Nomor : / UKM.SOFTBALL-BASEBALL/UNY/2013

Lamp : -

Hal : Surat Ijin

Menanggapi surat Dekan nomor 165/UN.34.16/PP/2013 tanggal 25 April 2013 perihal pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi dengan ini kami atas nama pengurus UKM *Softball-Baseball* UNY memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa:

Nama : Heni Suharyani

NIM : 09601241036

Program-Studi : S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul : PERBANDINGAN KETEPATAN ANTARA  
LEMPARAN ATAS DAN LEMPARAN SAMPING  
MAHASISWA ANGGOTA TIM UKM *SOFTBALL-  
BASEBALL* UNY.

Demikian surat ijin diberikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Yogyakarta, 10 April 2013  
Ketua UKM

Arifin Ika Nugraha  
NIM.11601241018

Lampiran 3 : Surat Keterangan Penelitian



**UNIT KEGIATAN MAHASISWA  
SOFTBALL-BASEBALL  
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

**Sekretariat : Gedung student Center LT. 3**



Nomor : / UKM.SOFTBALL-BASEBALL/UNY/2013

Lamp : -

Hal : Surat Keterangan

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Arifin Ika Nugraha

Alamat: Gempolreja, Tanjungan kabupaten Blora.

Jabatan: Ketua UKM *Softball-Baseball* UNY

Atas nama Pengurus UKM *Softball-Baseball* UNY, menerangkan dengan sesungguhnya bahwa:

Nama : Heni Suharyani

NIM : 09601241036

Prodi : S-1 Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Benar-benar telah melaksanakan pengambilan data dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi pada tanggal 3 dan 8 mei 2012 dengan judul PERBANDINGAN KETEPATAN ANTARA LEMPARAN ATAS DAN LEMPARAN SAMPING MAHASISWA ANGGOTA TIM UKM *SOFTBALL-BASEBALL* UNY.

Demikian surat keterangan ini dibuat agar dapat digunakan sebagaimana mestinya.

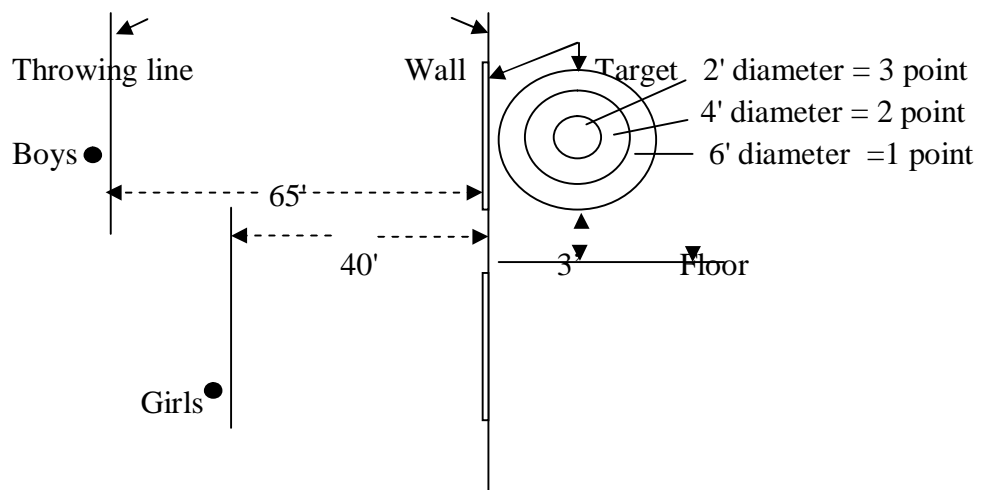
Yogyakarta, 12 Mei 2013  
Ketua UKM

Arifin Ika Nugraha  
NIM. 11601241018

### PETUNJUK PELAKSANAAN PENELITIAN

Penelitian dilakukan sesuai jadwal yang sudah ditentukan,. Peneliti bertindak sebagai *testor*, dibantu oleh 3 orang *testor* lain. *Testor* menyiapkan instrument penelitian sedangkan *testee* melakukan pemanasan, pemanasan yang dilakukan sama dengan pemanasan saat latihan biasa *testor* tidak memberikan pemanasan secara khusus. Setelah *testee* siap

6. *Testor* memberikan pengarahan dan penjelasan prosedur pelaksanaan tes, *testee* melakukan 10 kali lemparan atas seperti biasa untuk memperoleh nilai. Nilai atau *score* pada tengah lingkaran adalah 3 poin, 2 poin dan area terluar adalah 1 poin. Apabila lemparan mengenai garis maka poinnya adalah poin tertinggi diatas garis tersebut. Sebelum melempar *testee* diberikan kesempatan mencoba sebanyak dua kali dan saat melakukan *testee* boleh mengambil persiapan lemparan sebanyak dua langkah. *Score* didapat dari jumlah poin pada 10 kali percobaan. Target lemparan berupa lingkaran, terdiri dari 3 lingkaran dengan diameter 2,4,dan 6 *feet*. Jarak lingkaran terbesar dari lantai atau tanah adalah 3 *feet*. Jarak target adalah 65 *feet* untuk laki-laki dan 40 *feet* untuk perempuan. Dapat dilihat pada gambar di bawah ini.



Gambar 15. *Overhand throw for Accuracy*

Sumber: Frank M Ferduci, 1980: 337 yang dikutip oleh Gudiyah (2007: 34)

7. *Testee* melakukan *test* secara bergantian, *testee* melakukan lemparan atas terlebih dahulu baru pada kesempatan berikutnya melakukan lemparan samping.
8. *Testor* I bertugas sebagai pengawas di garis tempat *testee* melakukan lemparan. Mengawasi gerakan *testee* jangan sampai kaki *testee* melebihi garis batas.
9. *Testor* II berada di dekat dengan target lingkaran namun jangan sampai mengganggu *testee*, bertugas untuk menyebutkan *scor* yang diperoleh setiap lemparan yang dilakukan untuk kemudian dicatat oleh *testor* III yang bertugas mencatat *scor*. Begitu seterusnya untuk semua *testee*.
10. Setelah selesai tes lemparan atas dilanjutkan dengan lemparan samping dengan posisi lemparan yang sama dengan lemparan atas. Melakukan lemparan sebanyak 10 kali, melakukan percobaan 2 kali dan boleh melakukan anceng-ancang dua langkah.
11. Setelah selesai melakukan lemparan *testee* bisa melakukan pendinginan atau melakukan aktivitas lain.



Lampiran 5: Data Mentah

17

Hasil Lemparan <i>Okus</i>													Jml
No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10		
1													
2	Fitry Elviyana Dewi	2	1	2	2	3	0	1	1	3	1		16
3	Dian Putri Kurniasari	2	3	3	2	2	1	2	3	2	0		20
4	Qory Jumirotul A.	1	2	2	0	2	3	1	1	3	0		17
5	Jatu Kartika Sari	0	2	2	3	2	1	2	2	2	2		18
6	Nur Erlina Wati	1	1	2	2	3	1	1	0	3	2		16
7	Rini Fitriyanti												
8	Riza Galih M. Rini												
9	Anisa R. Nanda	2	2	2	0	2	2	2	2	2	1		17
10	Anita Rusyana D												
11	Eka Septiaani	1	3	1	2	1	0	2	3	2	3		18
12	Isna Zahrotun Nisa	1	2	0	3	1	1	2	1	1	2		14
13	Annisa Lestari												
14	Turvina Endang P.												
15	Riska Restuning Jati												
16	Wiga Nurlatifah R.												
17	Sonia												
18	Yuliani Dwi Lestari												
19	Gustiana Mega Anggita	2	0	2	2	1	1	2	2	2	2		16
20	Khomsatun Gusti	2	1	2	2	2	1	2	3	2	1		18
21	Loly Zulfiyanti	0	2	2	1	2	1	2	1	2	2		15
22	<i>Miko</i>												
23	<i>Arj</i>	2	2	1	1	1	1	2	2	2	2		16
24													
25													

Samping

Hasil Lemparan

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jml
1												
2	Fitry Elviyana Dewi	0	1	2	1	1	0	0	2	2	1	10
3	Dian Putri Kurniasari	3	2	0	2	2	1	1	0	3	1	18
4	Qory Jumirotul A.	0	0	1	0	1	2	1	3	2	1	14
5	Jatu Kartika Sari	0	2	2	2	1	1	2	2	0	3	18
6	Nur Erlina Wati	0	1	2	3	1	0	2	0	1	2	12
7	Rini Fitriyanti											
8	Riza Galih M. Rini											
9	Anisa R. Nanda	1	2	0	2	2	2	2	1	2	1	18
10	Anita Rusyana D											
11	Eka Septiaani	0	2	3	3	0	1	2	0	2	2	18
12	Isna Zahrotun Nisa	0	0	2	2	0	0	2	2	0	1	9
13	Annisa Lestari											
14	Turvina Endang P.											
15	Riska Restuning Jati											
16	Wiga Nurlatifah R.											
17	Sonia											
18	Yuliani Dwi Lestari											
19	Gustiana Mega Anggita	2	1	1	3	2	2	2	3	2	3	19
20	Khomsatun Gusti	2	3	0	2	2	0	1	1	2	2	19
21	Loly Zulfiyani	0	0	1	1	1	0	1	2	2	1	9
22	<i>dry</i>	2	3	3	3	2	1	2	2	2	0	20
23												
24		0	2	3	0	2	2	1	2	2	1	18
25												

atas

samping



Hasil Lemparan Atas

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jml
1	Agung Paradito	1	1	0	0	1	2	3	1	2	2	13
2	Agung Setya N	0	0	1	1	2	2	1	0	1	1	9
3	Andra	0	2	3	2	2	2	2	2	2	2	19
4	Arifin Ika Nugraha	2	1	0	0	2	2	1	1	2	0	11
5	Bayu Rizki	2	0	2	0	2	0	0	0	1	1	6
6	Dandi Galang Pambayun	X										
7	Dedy Supriyadi	2	1	2	3	1	2	2	2	2	2	19
8	Dion											
9	Eko											
10	Fahrul	<del>2</del>										
11	Hamzah	2	0	2	0	2	0	1	2	3	3	15
12	Hanif	1	2	1	0	0	0	0	1	0	1	6
13	Hengki Agustinus	1	2	0	0	1	3	2	1	2	2	14
14	Nicko Destaliandi Indrawan	0	1	1	2	2	1	1	2	0	1	11
15	<del>Dana</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>0</del>	<del>2</del>
16	Mahfud	1	1	2	0	1	1	2	0	2	3	13
17	Miftha	1	2	2	1	0	0	2	1	1	2	12
18	Moh. Kholidin	2	1	1	2	2	1	0	1	0	0	10
19	<del>Mufli Rezza</del>											
20	Papin Prasetyo	2	2	1	2	1	1	0	2	2	3	16
21	Mufli Rezza											
22	Milad Mahirsyah											
23	Viandra											
24	Vicki Purnama	0	0	1	2	1	0	2	3	1	1	11
25	Wahyu Wibowo	2	1	1	0	2	1	0	2	2	2	13
26	<del>Reza</del>	1	1	2	1	3	1	2	2	0	0	13
27	Indra	0	1	2	0	0	0	2	2	0	2	9
28	<del>Lizki ardhani</del>	0	1	0	0	2	2	1	2	2	1	12
29	<del>Khanif</del>	2	1	0	1	3	0	1	0	1	1	10
30												

Sam Purno

Hasil Lemparan

No	Nama	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jml
1	Agung Paradito	1	0	0	1	0	2	1	2	1	0	8
2	Agung Setya N	2	1	1	1	0	2	1	0	1	1	6
3	Andra	0	2	3	2	0	2	2	1	0	2	14
4	Arifin Ika Nugraha	1	2	0	0	0	0	2	2	1	0	8
5	Bayu Rizki	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	2
6	Dandi Galang Pambayun											
7	Dedy Supriyadi	2	2	2	1	1	2	1	1	0	2	13
8	Dion											
9	Eko											
10	Fahrul											
11	Hamzah	0	2	0	1	2	0	0	1	0	0	6
12	Hanif	2	0	0	1	2	0	2	2	0	1	10
13	Hengki Agustinus	1	1	0	0	2	0	1	1	2	1	9
14	Nicko Destaliandi Indrawan	0	0	0	2	2	2	0	0	1	1	8
15	Dana											
16	Mahfud	0	1	1	2	1	0	0	1	1	0	7
17	Miftha	1	0	0	1	2	0	1	2	0	0	7
18	Moh. Kholidin	0	0	0	1	0	2	1	2	0	2	8
19	<del>Mufli Rezza</del>											
20	Papin Prasetyo	1	0	2	1	0	0	2	1	1	0	8
21	Mufli Rezza											
22	Milad Mahirsyah											
23	Viandra	0	0	1	1	2	1	1	0	0	1	7
24	Vicki Purnama	0	0	1	2	2	3	3	0	2	1	13
25	Wahyu Wibowo	2	2	0	0	2	2	1	0	0	0	8
26	<del>Wahyu</del>	1	1	0	1	2	0	0	2	3	3	13
27	Wahyu	0	1	0	0	0	0	0	0	1	2	4
28	Wahyu	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	4
29	Rizki	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	4
30												

Lampiran 6: Hasil Lemparan Keseluruhan

No	Nama	Lemparan Atas	Lemparan Samping
1	Agung P.	13	8
2	Agung S.	9	10
3	Andra	19	14
4	Arifin	11	8
5	Bayu Rizki	6	2
6	Dedy S.	19	14
7	Hamzah	15	6
8	Hanif	6	10
9	Hengki A.	14	9
10	Nicko	11	8
11	Mahfud	13	7
12	Mifta	12	7
13	Moh. Kholidin	10	8
14	Papin P.	16	8
15	Vicki P.	11	7
16	Wahyu Wibowo	13	13
17	Mufli Reza	13	8
18	Indra	9	13
19	Rizki Ardani	12	4
20	Khanif	10	4
21	Fitri Elviana	16	10
22	Dian Putri	20	15
23	Qory Jumirotul	17	11
24	Jatu Kartika	18	15
25	Nur Erlina	16	12
26	Anisa R.	17	15
27	Eka Septiani	18	15
28	Isna Zahrotun	14	9
29	Gusti	16	19
30	Khosatun G.	18	15
31	Loly Zulfiani	15	9
32	Ary	16	20

Lampiran 7: Uji Normalitas dengan *Shapiro-Wilk*

**Case Processing Summary**

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Lemparan Atas	32	100.0%	0	.0%	32	100.0%
Lemparan Samping	32	100.0%	0	.0%	32	100.0%

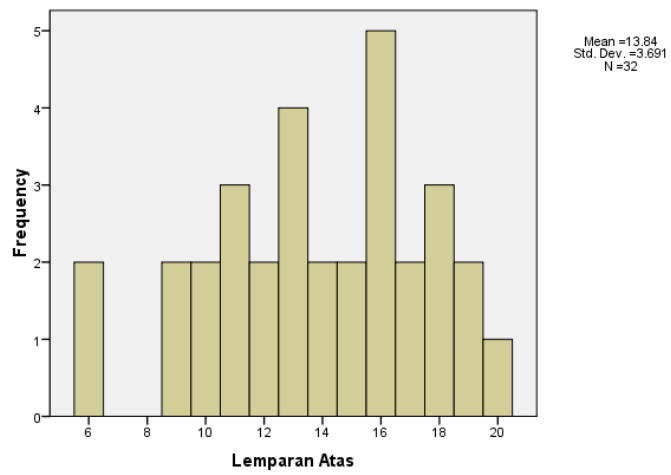
**Descriptives**

			Statistic	Std. Error
Lemparan Atas	Mean		13.84	.652
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	12.51	
		Upper Bound	15.17	
	5% Trimmed Mean		13.96	
	Median		14.00	
	Variance		13.620	
	Std. Deviation		3.691	
	Minimum		6	
	Maximum		20	
	Range		14	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		-.377	.414
	Kurtosis		-.489	.809
Lemparan Samping	Mean		10.41	.752
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	8.87	
		Upper Bound	11.94	
	5% Trimmed Mean		10.32	
	Median		9.50	
	Variance		18.120	
	Std. Deviation		4.257	
	Minimum		2	
	Maximum		20	
	Range		18	
	Interquartile Range		6	
	Skewness		.320	.414
	Kurtosis		-.221	.809

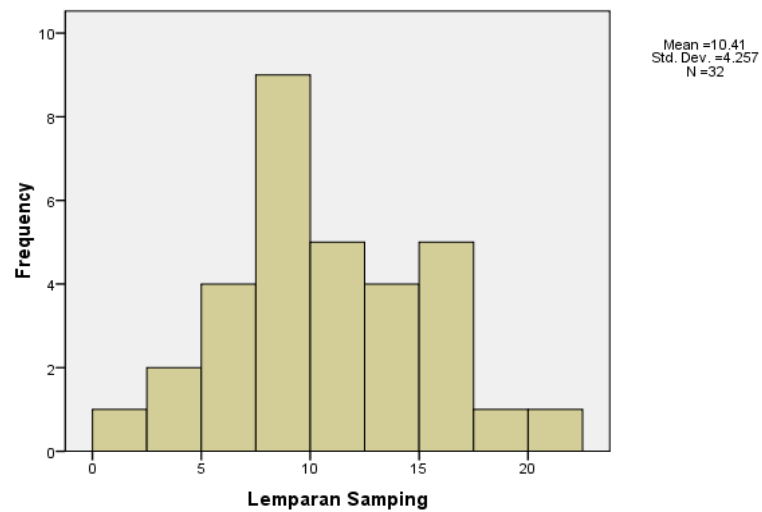
### Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Atas	.127	32	.200 <sup>*</sup>	.966	32	.386
Samping	.132	32	.170	.963	32	.326

Histogram



Histogram



# Lampiran 8: Frekuensi

## Frequencies

### Statistics

		Atas	Samping
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
Mean		13.84	10.41
Median		14.00	9.50
Mode		16	8
Std. Deviation		3.691	4.257
Variance		13.620	18.120
Skewness		-.377	.320
Std. Error of Skewness		.414	.414
Kurtosis		-.489	-.221
Std. Error of Kurtosis		.809	.809
Minimum		6	2
Maximum		20	20

## Frequency Table

### Lemparan Atas

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	6	2	6.2	6.2	6.2
	9	2	6.2	6.2	12.5
	10	2	6.2	6.2	18.8
	11	3	9.4	9.4	28.1
	12	2	6.2	6.2	34.4
	13	4	12.5	12.5	46.9
	14	2	6.2	6.2	53.1
	15	2	6.2	6.2	59.4
	16	5	15.6	15.6	75.0
	17	2	6.2	6.2	81.2
	18	3	9.4	9.4	90.6
	19	2	6.2	6.2	96.9
	20	1	3.1	3.1	100.0
	Total	32	100.0	100.0	



**Lemparan Sampling**

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	1	3.1	3.1	3.1
	4	2	6.2	6.2	9.4
	6	1	3.1	3.1	12.5
	7	3	9.4	9.4	21.9
	8	6	18.8	18.8	40.6
	9	3	9.4	9.4	50.0
	10	3	9.4	9.4	59.4
	11	1	3.1	3.1	62.5
	12	1	3.1	3.1	65.6
	13	2	6.2	6.2	71.9
	14	2	6.2	6.2	78.1
	15	5	15.6	15.6	93.8
	19	1	3.1	3.1	96.9
	20	1	3.1	3.1	100.0
	Total	32	100.0	100.0	

Lampiran 9: Uji T dengan *Paired samples test*

## T-Test

**Paired Samples Statistics**

		Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Lemparan Atas	13.84	32	3.691	.652
	Lemparan Samping	10.41	32	4.257	.752

**Paired Samples Correlations**

		N	Correlation	Sig.
Pair 1	Lemparan Atas & Samping	32	.630	.000

**Paired Samples Test**

	Paired Differences					t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference				
				Lower	Upper			
Pair 1 Lemparan Atas - Samping	3.438	3.454	.611	2.192	4.683	5.630	31	.000

## Lampiran 10: Dokumentasi



Proses Pembuatan Instrumen Penelitian



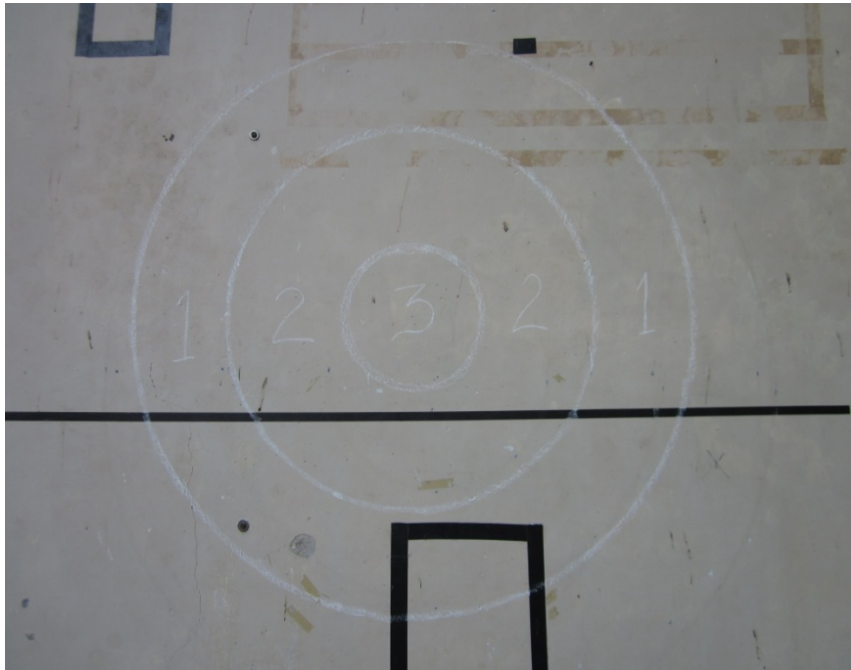
Proses Pembuatan Instrumen Penelitian



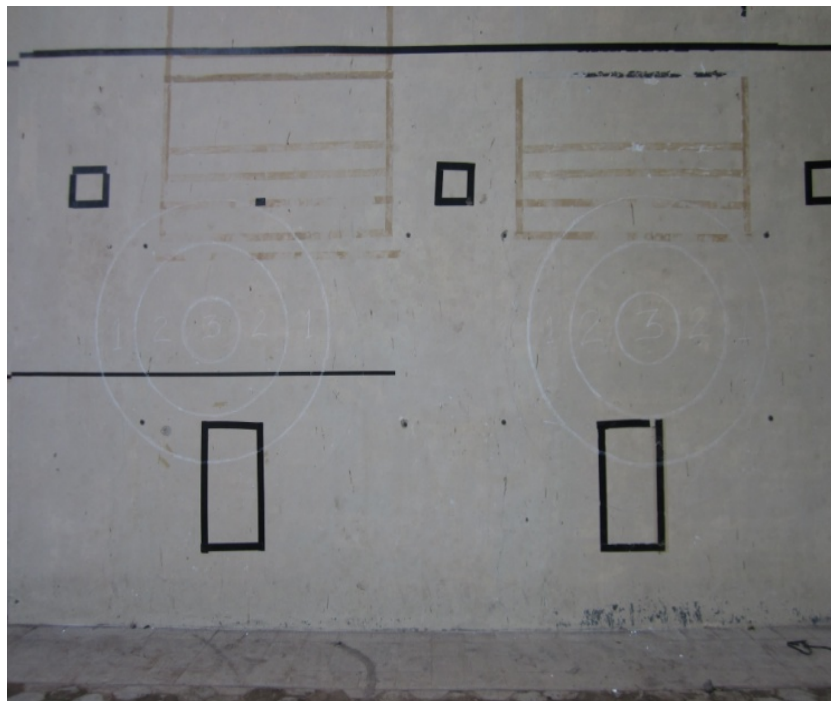
Proses Pembuatan Instrumen Penelitian



Proses Pembuatan Instrumen Penelitian



Target Sasaran Lemparan



Target Sasaran Lemparan





Lapangan Secara Keseluruhan



Penjelasan Pelaksanaan Penelitian



*Testee Putra melakukan Lemparan Atas*



*Testee Putra Melakukan Lemparan Samping*



*Testee* Putra Melakukan Lemparan



*Testee* Putri Melakukan Lemparan





*Testee* Putri Melakukan Lemparan



*Testee* Putri Melakukan Lemparan