

**TINGKAT PENGUASAAN TEKNIK DASAR *PUSH* DAN *HIT* PESERTA
EKSTRAKURIKULER HOKI DI MTS MUHAMMADIYAH
KARANGKAJEN YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh :
PANDU JATI PRIKHAMDANI
NIM 20601244014

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**TINGKAT PENGUASAAN TEKNIK DASAR *PUSH* DAN *HIT* PESERTA
EKSTRAKURIKULER HOKI DI MTS MUHAMMADIYAH
KARANGKAJEN YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI



Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan guna mendapatkan gelar
Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Oleh :
PANDU JATI PRIKHAMDANI
NIM 20601244014

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2024**

**TINGKAT PENGUASAAN TEKNIK DASAR *PUSH* DAN *HIT* PESERTA
EKSTRAKURIKULER HOKI DI MTS MUHAMMADIYAH
KARANGKAJEN YOGYAKARTA**

Pandu Jati Prikhamdani
20601244014

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen Yogyakarta.

Desain penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Subjek dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen. Populasi pada penelitian ini berjumlah 23 peserta didik. Instrumen yang digunakan yaitu tes keterampilan *push* yang mempunyai validitas sebesar "0,83" dan reliabilitas sebesar "0,82.", dan tes keterampilan *hit* yang dimodifikasi oleh Rustiana yang diadaptasi dari Wisaksono. Analisis dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan rumus presentase.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui kemampuan teknik *push* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen secara keseluruhan yang berkategori sangat baik sebanyak 2 peserta didik (8,70%), pada kategori baik sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori sedang sebanyak 6 peserta didik (26,08%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,78%), dan pada kategori sangat kurang 4 peserta didik (17,40%). Hasil penelitian kemampuan teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen yang masuk kategori sangat baik 0 peserta didik (0,00%), pada kategori baik sebanyak 1 peserta didik (4,34%), pada kategori sedang sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,80%), dan pada kategori sangat kurang 11 peserta didik (47,82%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tingkat penguasaan teknik *push* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen masuk dalam kategori "Kurang" dengan persentase terbesar yaitu 34,78%. Dan tingkat penguasaan teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen masuk dalam kategori "Sangat Kurang".

Kata kunci: ekstrakurikuler, *hit*, MTs Muhammadiyah Karangkajen, *push*, teknik

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Pandu Jati Prikhamdani
NIM : 20601244014
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Judul Skripsi : Tingkat Penguasaan Teknik Dasar *Push* dan *Hit* Peserta Ekstrakurikuler Hoki di MTs Muhammadiyah Karangakajen.

Menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar hasil karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat-pendapat orang yang ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Yogyakarta, 26 Mei 2024



9BAKX856588410
Panduan Jati Prikhamdani
NIM. 20601244014

LEMBAR PERSETUJUAN

**TINGKAT PENGUASAAN TEKNIK DASAR *PUSH* DAN *HIT* PESERTA
EKSTRAKURIKULER HOKI DI MTS MUHAMMADIYAH
KARANGKAJEN YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Pandu Jati Prikhamdani
NIM. 20601244014

Telah disetujui untuk dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Fakultas
Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta

Tanggal: 28 Mei 2024

Koordinator Program Studi


Dr. Ngatman, M.Pd.
NIP. 196706051994031001

Dosen Pembimbing


Ahmad Rithaudin, M.Or
NIP. 198101252006041001

LEMBAR PENGESAHAN

**TINGKAT PENGUASAAN TEKNIK DASAR *PUSH* DAN *HIT* PESERTA
EKSTRAKURIKULER HOKI DI MTS MUHAMMADIYAH
KARANGKAJEN YOGYAKARTA**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Disusun Oleh:

Pandu Jati Prikhamdani

NIM. 20601244014

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Pada tanggal : 7 Juni 2024

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Ahmad Rithaudin, S.Pd., Jas., M.Or. / Ketua Penguji/Pembimbing		13/6/24
Dr. Ridho Gata Wijaya, S.Pd., M.Or. / Sekretaris Penguji		13/6/24
Dr. Ngatman, M.Pd. / Penguji		13/6/24

Yogyakarta, 13 Juni 2024

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan

Universitas Negeri Yogyakarta

Dekan,



Prof. Dr. Ahmad Nasulloh, S.Or., M.Or.

NIP. 198306262008121002

HALAMAN PERSEMBAHAN

Syukur Alhamdulillah saya panjatkan kepada Allah SWT yang telah melimpahkan segala rahmat, karunia, dan ridho-Nya sehingga saya banyak diberikan kemudahan dalam menyelesaikan tugas akhir skripsi ini. Karya ini saya persembahkan kepada orang-orang yang saya sayangi yaitu kedua orang tua saya, Ibu Siti Khamidah dan Bapak Untung Priyono yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan nasihat, serta tak kenal lelah mendoakan saya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir skripsi ini.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena berkat segala rahmat dan karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Tingkat Penguasaan Teknik Dasar *Push* dan *Hit* Peserta Ekstrakurikuler Hoki Di MTs Muhammadiyah Karangkejèn” sesuai dengan harapan. Penulis menyadari bahwa dalam proses penyusunan tugas akhir skripsi ini dapat terwujud dengan baik tentunya atas bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang telah memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
2. Bapak Dr. Ngatman, M.Pd., selaku Ketua Departemen POR dan Koordinator Program Studi PJKR yang telah memberikan arahan dan bantuan selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi.
3. Bapak Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas, M.Or, pembimbing skripsi yang telah dengan ikhlas memberikan ilmu, tenaga dan waktu untuk selalu memberikan yang terbaik dalam menyelesaikan skripsi.
4. Bapak Abdul Mahfudin Alim, S.Pd.Kor., M.Pd., selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah membimbing dan memberikan motivasi selama proses perkuliahan.
5. Bapak dan Ibu Dosen yang telah memberikan ilmu yang bermanfaat dengan ikhlas selama proses perkuliahan berlangsung.

6. Kepala Sekolah MTs Muhammadiyah Karangkajen yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk melakukan penelitian dalam penyelesaian Tugas Akhir Skripsi.
7. Pelatih Ekstrakurikuler Hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen yang telah mengizinkan dan membantu dalam proses melakukan pengambilan data penelitian, serta peserta didik peserta ekstrakurikuler Hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen yang telah bersedia menjadi subjek penelitian.
8. Rekan-rekan seperjuangan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan UNY 2020, khususnya kelas PJKR D 2020 yang selalu bekerja sama dan menemani selama proses perkuliahan di Universitas Negeri Yogyakarta.
9. Semua pihak yang terlibat yang tidak dapat penulis sebutkan satu-persatu atas saran, dukungan, dan bantuannya dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi.

Penulis menyadari bahwa penulisan tugas akhir skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap semoga penulisan tugas akhir skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan khalayak umum, atau pihak-pihak lainnya yang membutuhkan.

Yogyakarta, 28 Mei 2024

Penulis,



Pandu Jati Prikhamdani

NIM. 20601244014

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
SURAT PERNYATAAN.....	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	8
C. Batasan Masalah.....	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	9
BAB II KAJIAN TEORI.....	10
A. Kajian Teori	10
1. Hakikat Olahraga Hoki.....	10
2. Ekstrakurikuler	18
B. Penelitian yang relevan	21
C. Kerangka Berpikir.....	24
BAB III METODE PENELITIAN.....	27
A. Desain Penelitian.....	27
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi.....	27
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	28

E. Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data	29
1. Instrumen Penelitian	29
2. Teknik Pengumpulan Data	34
F. Teknik Analisis Data	35
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	38
A. Hasil Penelitian	38
1. Kemampuan Teknik <i>Push</i>	38
2. Kemampuan Teknik <i>Hit</i>	40
B. Pembahasan	41
C. Keterbatasan Penelitian	45
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	47
A. Simpulan	47
B. Implikasi Penelitian	47
C. Saran-saran	48
DAFTAR PUSTAKA	49
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Perhitungan Skala Kategori Penilaian Teknik <i>Push</i> dan <i>Hit</i>	35
Tabel 2. Perhitungan Skala Kategori Penilaian Teknik <i>Push</i> dan <i>Hit</i> dengan <i>Mean</i> Ideal dan Standar <i>Deviasi</i> Ideal.....	36
Tabel 3. Kategori kemampuan teknik <i>push</i>	36
Tabel 4. Kategori kemampuan teknik <i>hit</i>	37
Tabel 5. Kemampuan <i>push</i> peserta ekstrakurikuler	39
Tabel 6. Kemampuan <i>Hit</i> Peserta Ekstrakurikuler.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Gerakan <i>Push</i>	15
Gambar 2. Gerakan <i>Hit</i>	16
Gambar 3. Lapangan tes teknik <i>push</i>	17
Gambar 4. Keterangan lapangan tes teknik <i>push</i>	17
Gambar 5. Lapangan tes teknik <i>hit</i>	18
Gambar 6. Keterangan lapangan tes teknik <i>hit</i>	18
Gambar 7. Kerangka Berpikir	26
Gambar 8. Lapangan tes teknik <i>push</i>	30
Gambar 9. Keterangan lapangan tes teknik <i>push</i>	31
Gambar 10. Lapangan tes teknik <i>hit</i>	33
Gambar 11. Keterangan lapangan tes teknik <i>hit</i>	33
Gambar 12. Diagram Kemampuan <i>Push</i> Peserta Ekstrakurikuler	39
Gambar 13. Diagram Kemampuan <i>Hit</i> Peserta Ekstrakurikuler	41

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian.....	53
Lampiran 2. Kartu Bimbingan	54
Lampiran 3. Surat Pengantar Izin Penelitian Pimpinan Daerah Muhammdiyah ..	55
Lampiran 4. Kalibrasi Roll Meter	56
Lampiran 5. Formulir Tes	58
Lampiran 6. Rekap Data Hasil Tes Teknik Dasar <i>Push</i>	61
Lampiran 7. Rekap Dara Hasil Tes Teknik Dasar <i>Hit</i>	62
Lampiran 8. Dokumentasi Penelitian	63

BAB 1 PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hoki adalah permainan antara dua tim yang masing-masing pemainnya memegang tongkat bengkok yang disebut stik (*stick*) untuk menggerakkan bola (Tabrani, 2002, p. 1). Hoki menurut Purwanto (2004, p. 1-2) adalah permainan antara dua tim yang dipimpin oleh wasit, dalam permainan hoki digunakan tongkat dan bola, namun untuk memperebutkan bola pemain tidak diperbolehkan menggunakan badan, lengan, kaki, stik untuk menghalangi lawan. Sedangkan menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (Depdiknas, 2007, p. 406) dijelaskan bahwa hoki adalah suatu olahraga lapangan yang dimainkan oleh dua tim dalam bentuk permainan dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan dengan menggunakan tongkat pemukul (*stick*). Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa hoki adalah suatu cabang olahraga tim yang dipimpin oleh wasit dengan menggunakan stik sebagai pemukul bola dan bertujuan untuk memasukkan bola ke gawang musuh untuk mendapatkan skor sebanyak mungkin.

Teknik dasar merupakan suatu keterampilan penting yang harus dimiliki oleh seorang pemain dalam kemampuan olahraga tertentu, sehingga teknik dasar sangat diperlukan oleh seorang pemain. Teknik dasar perlu dilatih agar pemain dapat menguasai keterampilan dasar yang diperlukan untuk berpartisipasi dalam permainan dengan baik. Karakteristik olahraga hoki menurut Syafei et al. (2023, p. 13) yaitu dalam permainan hoki mampu menciptakan kombinasi, yang terarah baik dari kecepatan, keterampilan

teknis, dan intensitas fisik, yang membuat olahraga hoki sangat menarik dan dinamis. Mempelajari teknik dasar hoki tidaklah mudah, karena hoki merupakan olahraga kompetitif dan dinamis yang mengharuskan pemainnya bergerak secara aktif dari satu tempat ke tempat lain dengan menerapkan strategi permainan yang bervariasi. Setiap pemain harus menguasai beberapa teknik dasar hoki untuk menciptakan permainan yang efektif. Purwanto (2004, p. 9) menyampaikan bahwa teknik dasar bermain Hoki yang harus dikuasai meliputi; ; (1) pegangan, (2) menggiring bola, (3) mengoper bola (*push and hit*) (4) menerima dan mengontrol bola, (5) merampas bola.

Push (dorongan) adalah teknik passing yang umum digunakan dalam permainan hoki. *Push* biasanya digunakan pada jarak 4,5 – 13,8 meter. Hal yang perlu diperhatikan saat *push* adalah ketepatan, kecepatan gerak dan perubahan arah (Valentino, Akbar, 2018, p. 14). *Push* adalah teknik dasar mendorong bola, digunakan dalam hoki untuk mengoper bola kepada teman dari jarak dekat atau jauh dan menjadi tembakan kegawang. Kurniawan (2012, p. 87) mengatakan dengan teknik *push* dapat memberikan umpan atau menembak ke arah gawang, *push* cocok untuk melakukan umpan-umpan karena lebih tepat dan terarah. Kemampuan untuk mengoper bola dengan akurat dan efektif menggunakan teknik *push* merupakan keterampilan yang penting dalam permainan hoki. Dalam penggunaannya, pemain biasanya memosisikan tongkat hoki di bagian tengah atau atas bola dan secara tegas mendorongnya dengan tujuan untuk mengendalikan arah dan kecepatan bola. Selain dengan melakukan *push* dalam melakukan operan bola seorang pemain

dapat melakukan teknik dasar *hit*.

Hit ini merupakan keterampilan dasar yang perlu dipelajari dalam permainan hoki untuk melakukan operan jauh ke segala penjuru lapangan dengan cepat dan keras. Menurut Wagner dalam penelitian Syahrudin et al. (2010, p. 188) *hit* adalah teknik memukul bola dengan keras dan teknik ini bertujuan untuk memukul bola dengan jarak yang jauh. Dalam pelaksanaannya, biasanya *hit* dilakukan bila pemain lawan terlalu ketat penjagaannya dan untuk umpan cepat. Dalam teknik ini, pemain menggunakan tongkat hoki dengan posisi lebih miring dan memberikan pukulan pada bagian tengah atau bawah bola untuk memberikan efek yang diinginkan. *Reverse hit* atau memukul terbalik yaitu memukul bola dengan teknik stik terbalik ini merupakan modifikasi *hit* yang diperbolehkan, serta dapat dilakukan ketika penjagaan lawan terlalu ketat. *Hit* selain digunakan untuk melakukan operan juga dapat dilakukan untuk *shooting* kegawang. Menurut Ramadhan & Sunaryadi (2019, p. 84) *hit* digunakan ketika melakukan *shooting*, dalam melakukan *hit* ketepatan dan kecepatan sangat penting karena pukulan yang kuat dan cepat akan menyulitkan lawan untuk mematahkan hasil pukulan *hit*.

Olahraga hoki di Indonesia masih dianggap olahraga yang belum populer dalam ekstrakurikuler baik dalam lingkungan sekolah ataupun perguruan tinggi atau bahkan dari kelompok masyarakat olahraga ini hanya dilakukan oleh lapisan masyarakat tertentu. Adapun ekstrakurikuler olahraga yang populer hanya sebatas olahraga tertentu seperti sepak bola, bola voli,

bola basket, bulutangkis dan lain sebagainya. Namun kini hoki menjadi salah satu olahraga yang mulai banyak digemari di sekolah menengah atau atas dan universitas. Kepopuleran olahraga hoki tidak lepas dari Federasi *Hockey* Indonesia (FHI) yang juga sering mengadakan pertandingan atau kompetisi agar olahraga hoki makin populer setiap tahunnya (Qorni, 2022, p. 75). Olahraga hoki yang berkembang di Indonesia adalah hoki *field* (lapangan) dan hoki *indoor* (ruangan). Setiap tim hoki *field* memiliki 11 pemain inti dan 5 orang cadangan. Sedangkan dalam hoki ruangan terdapat 6 pemain inti dan 6 pemain cadangan.

Ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan yang diikuti oleh peserta didik sebagai wadah dalam mengembangkan kemampuan yang berupa minat, bakat, hobi, dan kreativitas yang bertujuan membangun potensi peserta didik (Arifudin, 2022, p. 830). Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang waktu pelaksanaannya diluar jam pelajaran, yang biasanya dilaksanakan sore hari setelah jam sekolah selesai. Dengan waktu pelaksanaan pada sore hari, kegiatan ekstrakurikuler memberikan waktu bagi peserta didik untuk mengikuti kegiatan tanpa mengganggu jadwal pelajaran inti. Dengan waktu yang pelaksanaan yang terpisah dari jam sekolah memberikan kesempatan kepada peserta didik untuk mengeksplorasi bakat mereka dan mengembangkan keterampilannya lebih dalam.

Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan agar peserta didik dapat menonjolkan potensinya berupa minat dan bakat yang belum terlihat dalam kegiatan belajar mengajar dan mengasah kemampuan peserta didik yang

sudah terlihat agar menjadi lebih berprestasi (Supiana et al. 2019., p. 199). Dalam kegiatan ekstrakurikuler banyak nilai dan aspek penting, seperti disiplin, keberanian, tolong menolong, kerjasama, pembinaan hidup sehat, keterampilan, dan rasa percaya diri. Selain itu peserta didik juga dapat memperluas wawasan dan pengetahuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran saat pembelajaran dikelas.

MTs Muhammadiyah Karangkajen merupakan salah satu sekolah menengah pertama yang ada di Kota Yogyakarta selain menjalankan pembelajaran PJOK juga menjalankan ekstrakurikuler olahraga untuk penyaluran bakat peserta didik. Pembelajaran PJOK berperan penting dalam proses perkembangan dan mengembangkan potensi peserta didik melalui aktivitas jasmani. Kegiatan ekstrakurikuler di MTs Muhammadiyah Karangkajen memiliki banyak kegiatan baik akademik maupun non-akademik. Kegiatan ekstrakurikuler akademik seperti *English club*, karya ilmiah remaja (KIR), tilawah Qur'an, dan lain-lain. Kemudian untuk kegiatan non-akademik atau olahraga seperti futsal, badminton, pencak silat, palang merah remaja (PMR), seni tari, drum band, renang, dan hoki.

MTs Muhammadiyah Karangkajen menjadi salah satu sekolah di Kota Yogyakarta yang memfasilitasi kegiatan ekstrakurikuler olahraga hoki sejak tahun 2014. Tidak semua Sekolah Menengah Pertama (SMP) menyelenggarakan ekstrakurikuler hoki. Hal ini disebabkan berbagai hal diantaranya belum tersedianya sarana, prasarana yang memadai, biaya, dan pelatih. Selain itu juga karena belum semua peserta didik mengetahui tentang

olahraga hoki. Namun dengan adanya fasilitas di MTs Muhammadiyah Karangkajen, seharusnya peserta didik dapat memanfaatkan dan menekuni olahraga hoki dengan lebih optimal. Dalam pelaksanaannya ekstrakurikuler hoki dilakukan di lapangan minggiran Kota Yogyakarta.

Melalui kegiatan ekstrakurikuler hoki peserta didik MTs Muhammadiyah Karangkajen, maka sudah termasuk dalam upaya untuk mengembangkan potensi peserta didik dalam bidang non-akademiknya atau dalam bidang olahraga. Ekstrakurikuler tersebut juga dapat menjadi wadah peserta didik untuk berprestasi, berkegiatan positif, meningkatkan kesehatan dan keterampilan psikomotornya. Selain itu ekstrakurikuler juga sebagai wadah, bagi siswa yang memiliki bakat lebih yang tidak dimiliki siswa lain. Dalam ekstrakurikuler olahraga hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen peserta didik dibimbing dan dibina oleh seorang pelatih yang bertujuan untuk meningkatkan potensi prestasinya.

Kegiatan ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen dilaksanakan dua kali dalam seminggu, yaitu pada hari Selasa dan Jumat mulai pukul 15.30-17.30. Dalam proses latihan selama 120 menit tersebut dimulai dengan pemanasan selama 20 menit. Kemudian setelah pemanasan dilanjutkan dengan latihan teknik dasar dan pengaplikasian teknik dalam permainan selama 60 menit. Setelah latihan teknik dan pengaplikasian teknik dan pengaplikasiannya, dilanjutkan dengan *game* selama 50 menit dan 10 menit terakhir digunakan untuk pendinginan serta evaluasi.

Berdasarkan data yang diperoleh dari pelatih, peserta didik yang

mengikuti ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen sebanyak 23 peserta didik. Peserta didik lebih banyak yang mengikuti ekstrakurikuler cabor lain yang lebih sering mereka jumpai. Ketika dilakukan observasi dan pengamatan selama 2 minggu atau 4 kali pertemuan latihan rutin dan 1 kali sparing ekstrakurikuler hoki di lapangan minggiran masih banyak peserta didik yang melakukan teknik pukulan *push* dan *hit* tidak terarah atau tidak tepat sasaran. Apabila dilihat terdapat kurang lebih 5 peserta didik yang mampu melakukan teknik dasar *push* dan *hit* dengan tepat sasaran sisanya belum tepat. Pada kenyataanya teknik dasar pukulan *push* dan *hit* pada olahraga hoki merupakan teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai. Teknik tersebut menjadi salah satu penentu keberhasilan mencetak skor dan melakukan operan dengan teman satu tim. Maka dari itu, besar kemungkinan kemampuan teknik *push* dan *hit* peserta didik cenderung kurang. Ketika peneliti melakukan pengamatan saat latihan berlangsung, peserta didik cenderung malas ketika latihan teknik dasar dibandingkan dengan latihan taktik atau *game*. Pelatih menyampaikan memang peserta didik cenderung malas untuk melakukan latihan teknik dasar *push* dan *hit*.

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka perlu adanya penilaian terhadap penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* hoki pada peserta ekstrakurikuler MTs Muhammadiyah Karangkajen. Maka dari itu peneliti berkeinginan untuk mengukur Tingkat Penguasaan Teknik Dasar *Push* dan *Hit* Peserta Ekstrakurikuler Hoki Di MTs Muhammadiyah Karangkajen Yogyakarta.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu :

1. Kurangnya penguasaan *push* pada peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen.
2. Kurangnya penguasaan *hit* pada peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen.
3. Malasnya peserta didik untuk melakukan latihan teknik dasar hoki.
4. Belum diketahui secara pasti tingkat dasar *push* dan *hit* peserta didik ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu luas dan agar penelitian ini lebih terfokus terhadap permasalahan yang diteliti, maka dari itu perlunya peneliti membatasi identifikasi masalah. Oleh karenanya dalam penelitian ini peneliti hanya terfokus pada belum diketahuinya secara pasti tingkat penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pembahasan masalah yang diungkapkan di atas, dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu “Seberapa baik penguasaan teknik dasar hoki *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler di MTs Muhammadiyah Karangkajen?”

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik dasar hoki *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen.

F. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Penelitian ini bertujuan mengetahui bagaimanakah penguasaan teknik dasar hoki *push* dan *hit* pada peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen.
- b. Bagi guru pengampu ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai *work record* penguasaan kemampuan teknik dasar hoki para siswanya.
- c. Bagi lembaga atau instansi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi maupun menyempurnakan penelitian sejenis yang telah ada sebelumnya.

2. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi yang menekuni bidang olahraga pada umumnya maupun olahraga hoki pada khususnya.
- b. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi perkembangan pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menambah kelengkapan ilmu yang telah ada.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Kajian Teori

1. Hakikat Olahraga Hoki

a) Pengertian Olahraga Hoki

Hoki merupakan olahraga yang bisa dilakukan oleh pria dan wanita yang dimainkan oleh dua regu yang setiap pemain memegang stik untuk menggerakkan sebuah bola (Nurlatifah, Firmansyah, 2017, p. 60). Hal ini selaras dengan pendapat Tristian et al. (dalam Hakim et al., 2023, p. 812-816) menyatakan bahwa

Hoki merupakan suatu cabang olahraga yang dapat dimainkan oleh dua regu pria maupun wanita yang setiap pemainnya menggunakan stik untuk menggerakkan atau menggiring bola dan membutuhkan teknik, taktik, fisik, dan mental untuk berkinerja untuk permainan yang maksimal.

Hoki merupakan permainan yang gaya permainannya cepat baik dari pengoperan bola, pengolahan bola sehingga membutuhkan energi yang banyak untuk mencapai prestasi yang maksimal. Dalam permainan hoki pemain dituntut untuk memiliki respons cepat dan permainan yang sangat intens. Karena itu, pemain hoki sebaiknya menjaga performa terbaiknya selama pertandingan.

Bentuk permainan hoki hampir sama dengan permainan sepak bola dan futsal. Menurut Sutanto dalam Rohmat (2017, p. 13) yang membedakannya dengan sepak bola yaitu menggiring dengan kaki sedangkan hoki menggunakan stik. Apabila bola sampai menyentuh kaki dalam hoki maka akan terjadi pelanggaran. Dalam permainan hoki

stik digunakan untuk melakukan stop, mengoper, serta melakukan tembakan kegawang lawan agar bisa mencetak skor.

Dari penjelasan di atas penulis menyimpulkan bahwa olahraga hoki adalah permainan yang dapat dilakukan oleh pria dan wanita yang dilakukan oleh dua regu dalam satu permainan yang mana setiap pemain menggunakan stik untuk memperebutkan bola dan berusaha untuk saling mencetak skor. Hampir mirip dengan permainan sepak bola dan futsal yang memperebutkan satu bola dengan kaki dan berusaha mencetak gol agar mendapatkan kemenangan.

b) Sejarah Hoki

Hoki awal mulanya berasal dari daerah Persia Kuno dan Mesir Kuno, ini dibuktikan dari relief permainan stik dan bola pada tembok kuburan di Lembah Raja dekat Beni Hassan menurut Tabrani dalam Rohmat (2017, p. 14) . Asosiasi hoki pertama berdiri di Blackheath, London tahun 1861 baru setelah itu pada tahun 1900 peraturan mulai disamakan. Kemudian pada tahun 1924 organisasi hoki internasional terbentuk di Paris dengan nama *Federation Internationale de Hockey Surgazon* atau FIH (Herman, 2009, p. 1). Menurut Hollander dalam Qorni (2022, p. 74) hoki merupakan salah satu dari cabang permainan olahraga yang masuk dalam cabang olahraga olimpiade yang berkembang di benua eropa pada tahun 1950-an dan pertama kali pada tahun 1908 hoki mulai dipertandingkan di Olimpiade London.

Pertama kali hoki masuk di Indonesia dibawa oleh orang-orang Inggris, Belanda dan keturunan India dikalangan mahasiswa, yang kemudian dimainkan pelajar-pelajar sekolah *Hollandsh Inlandsche Kweekschool* (HIK) di Bandung. Pada awal berkembang di Indonesia olahraga hoki diperkenalkan ditingkat mahasiswa sekarang mulai ditingkat pelajar. Federasi *Hockey* Indonesia (FHI) adalah induk organisasi yang menaungi di Indonesia. Olahraga hoki berkembang di Indonesia setelah kemerdekaan pada tahun 1948 saat itu Indonesia sudah bermain dalam Olimpiade di Inggris walaupun pada saat itu Indonesia belum memiliki organisasi nasional (Merisa dalam Cahyadi & Faruk, 2022, p. 22).

Perkembangan hoki di Indonesia saat ini cukup merata tidak hanya di Jawa saja tetapi juga di luar Jawa dalam perkembangannya tidak kalah dengan di pulau Jawa (Atmaja, 2013, p. 2). Di Indonesia hoki sudah menjadi bagian dari olahraga nasional pada tahun 1960 kemudian ditahun berikutnya resmi masuk menjadi cabang olahraga prestasi di PON. PON merupakan event bergengsi di Indonesia yang sudah diatur dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 46 dan peraturan daerah (Yulianto & Kusnanik, 2021, p. 159). Berdasarkan pendapat para ahli di atas perkembangan hoki yang sudah ada sejak Persia Kuno dan Mesir Kuno dibuktikan dari relief pada makam di Lembah Raja dekat Beni Hasan di Mesir Kuno. Kemudian pada tahun 1900 peraturan mulai dibuat dan disamakan agar terdapat patokan untuk

melakukan permainan hoki. Hingga akhirnya masuk ke Indonesia yang awal mulanya dibawa oleh pelajar keturunan Inggris, Belanda dan India. Kemudian diperkenalkan ditingkat mahasiswa hingga sekarang sudah beredar disemua kalangan hingga masuk kedalam olahraga yang dilombakan dalam Pekan Olahraga Nasional (PON).

c) Teknik Dasar Hoki

Setiap olahraga pasti memiliki teknik dasar yang berbeda, karena perbedaan inilah yang membuat satu cabang olahraga dengan olahraga lainnya berbeda. Menurut Siregar (2020, p. 42) menyatakan bahwa karakteristik pemain hoki memiliki skill, kekuatan, stamina, dan imajinasi dalam bermain atau cerdas dalam mengambil keputusan agar permainan dapat berjalan cepat dan efisien. Teknik dasar hoki merupakan teknik awal yang harus dikuasai pemain sebelum menguasai seluruh teknik yang ada dalam olahraga hoki. Seorang pemain hoki perlu menguasai teknik dasar sebagai berikut *dribble, hit, push, stop* (Subakti dalam Cahyadi & Faruk, 2022, p. 22). Dengan menguasai teknik dasar itu permainan dapat dikembangkan lagi oleh sebab itu hendaknya menguasai keterampilan dasar itu sendiri. Beberapa teknik dasar menurut Syahrudin et al., (2010, p. 188).

1) *Dribble* atau Menggiring Bola

Dribble merupakan gerakan berlari lurus atau membelok sambil menguasai bola. Cara memiliki tujuan agar pemain tidak kehilangan bola serta dapat untuk melewati lawan.

2) *Hit* atau Pukul

Teknik ini penting dalam olahraga hoki untuk mengarahkan bola kesegala penjuru lapangan dengan cepat dan keras, selain itu *hit* sendiri dapat digunakan untuk melakukan tembakan kegawang

dengan tujuan mencetak gol namun membutuhkan waktu karena ada ayunan tongkat terlebih dahulu.

3) *Push* atau Mendorong Bola

Push ini dapat digunakan untuk melakukan umpan keteman satu tim atau pun melakukan tembakan kegawang karena pada dasarnya *push* juga dapat dilakukan dengan cepat dan menghasilkan dorongan yang kuat. *Push* sendiri dapat untuk menecoh lawan karena gerakanya yang cepat.

4) *Stop* atau Memberhentikan Bola

Melakukan stop bola dengan menggunakan stick terdapat dua macam, yaitu : a) *Forehand Stop*

Melakukan *stop* bola yang datang ke arah kanan dari badan penerima.

b) *Backhand Stop*

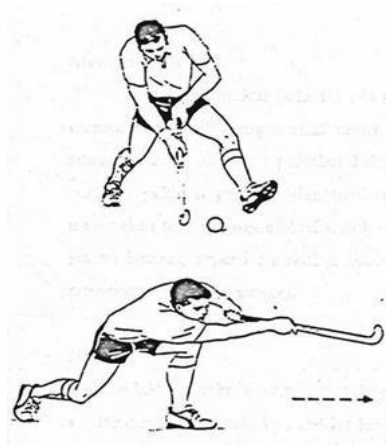
Stop bola yang datang ke arah kiri badan penerima.

Banyak teknik dalam hoki yang harus dikuasai oleh pemain, yang paling mendasar dan sering digunakan adalah teknik *push*, karena rata-rata semua pemain hoki saat bertanding menggunakan teknik *push* untuk melakukan operan kepada rekan satu tim (Budiman & Prabowo, 2020, p. 164). *Push* adalah salah satu teknik dasar yang biasa digunakan dalam melakukan operan bola (passing), namun teknik ini dapat digunakan dalam melakukan tembakan (shooting) terutama di dalam daerah setengah lingkaran saat permainan berlangsung (Rustandi, 2019, p. 4). Dalam pelaksanaan teknik *push* cara melakukan dengan benar juga harus diperhatikan agar dapat menghasilkan pukulan yang baik. Berikut cara melakukan teknik *push* menurut Windhianti (2016, p. 21).

- 1) Pegangan tangan kiri memegang bagian atas stik, dan tangan kanan memegang pada bagian tengah stik, jari telunjuk dan ibu jari membentuk sudut seperti huruf 'V'.
- 2) Badan agak dicondongkan kedepan dan titik berat badan berada di kaki kanan dengan posisi lutut sedikit ditebuk.
- 3) Bola ada di depan kaki kanan hamper segaris dengan ujung kaki kanan dan stik berada disebelah kanan atau menempel pada bola.

- 4) Kemudian dorong bola dengan posisi stik yang menempel dengan bola (bukan dipukul), sehingga tidak ada suara tumbukan antara stik dan bola.

Gambar 1. Gerakan *Push*



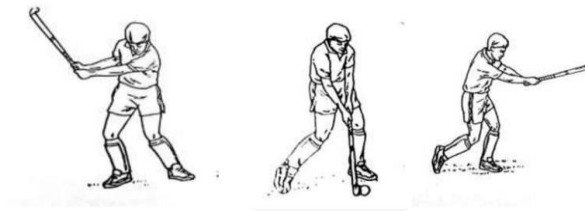
(Sumber: Purwanto, 2004, p. 17)

Selain teknik dasar *push* dalam olahraga hoki terdapat teknik *hit* yang perlu dipelajari dalam olahraga hoki untuk melakukan operan atau umpan kepada rekan satu tim agar permainan dapat berjalan. Menurut Syahrudin (2018, p. 22) *hit* merupakan salah satu teknik yang sangat penting dan perlu dikuasai oleh setiap pemain karena berguna untuk mengoper bola atau menembak bola ke gawang. *Hit* dapat dilakukan ketika bola sedang diam maupun ketika bola sedang bergerak. Ketika melakukan *hit* saat bola bergerak harus pada waktu yang tepat agar pukulan dapat dilakukan dengan sempurna. Berikut cara melakukan *hit* menurut Windhianti (2016, p. 21).

- 1) Kedua kaki dibuka selebar bahu, dengan lutut ditekuk kurang dari 90 derajat.
- 2) Bola berada didepan, tegak lurus dengan posisi kaki.
- 3) Kedua tangan menggenggam erat pada bagian atas stik. Pengangan ini harus kuat, baik sebelum memukul, maupun saat memukul.

- 4) Ayunkan stik lurus dari atas (tidak boleh melebihi bahu), beban tubuh berada pada kaki kanan.
- 5) Pukul bola sekeras mungkin, sambil memindahkan titik tumpu ke badan bagian kiri, dan usahakan pegangan stik tetap kuat sehingga bola akan tepat pada sasaran

Gambar 2. Gerakan *Hit*



(Sumber: Faizin, 2017, p. 20-21)

d) Instrumen-Instrumen Tes

Instrumen penelitian merupakan alat ukur untuk melakukan sebuah penelitian. Instrumen penelitian adalah alat bantu yang digunakan dan dipilih peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah (Arikunto, 2010, p. 134). Berikut ini instrumen untuk mengukur tingkat penguasaan *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangakajen.

e) Instrumen tes *Push*

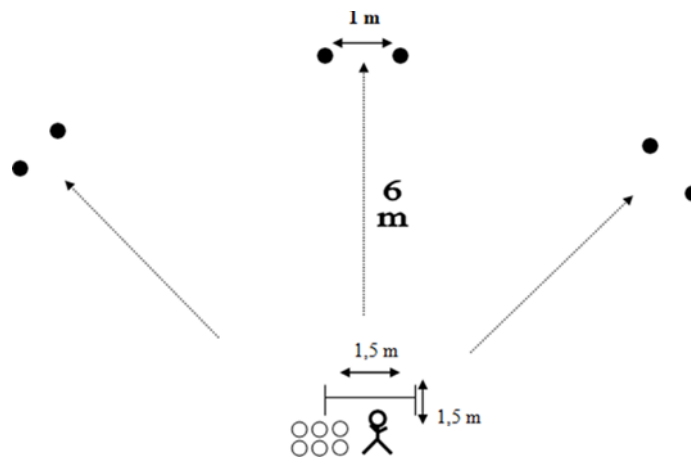
Tes ini bertujuan untuk mengukur akurasi dari keterampilan dasar peserta ekstrakurikuler hoki ketika melakukan teknik *push*. Tes ini memiliki uji validitas dan reliabilitas Hendro Wisaksono (2006, p. 50), sebagai berikut :

- a. Uji Validitas sebesar (0,83)

b. Uji Reliabilitas (0,82)

Dalam melakukan tes ini digunakan jarak 6 meter dari peserta dengan target sasaran dengan target memiliki lebar 1 meter.

Gambar 3. Lapangan tes teknik *push*



(Sumber: Rustiana, 2013, p. 40)

Gambar 4. Keterangan lapangan tes teknik *push*

Keterangan :



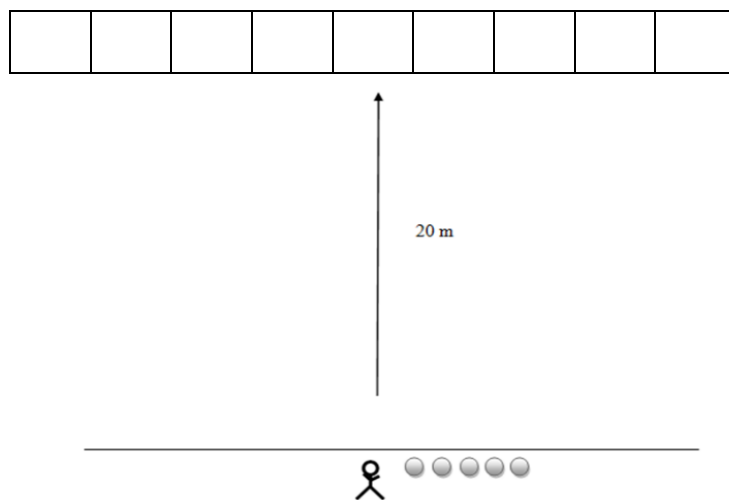
(Sumber: Rustiana, 2013, p. 40)

f) Instrumen tes *Hit*

Instrumen ini bertujuan untuk mengetahui ketepatan mengumpan dengan melakukan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki. Dalam tes ini ketepatan *hit* diuji dengan melakukan teknik *hit* dengan jarak 20 meter

dengan sasaran yang berjumlah 9 dengan nilai tertinggi berada di samping kanan kiri dan semakin ketengah sedikit nilainya.


Gambar 5. Lapangan tes teknik *hit*



(Sumber: Rustiana, 2013, p. 43)

Gambar 6. Keterangan lapangan tes teknik *hit*

Keterangan :

 : *Testee*

 : Arah Bola

 : Bola

1	2	3	4
---	---	---	---

 : Sasaran *Hit*

Sumber: Rustiana, 2013, p. 43)

2. Ekstrakurikuler

a. Pengertian Ekstrakurikuler

Ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang dilakukan di luar jam pelajaran yang bertujuan untuk mengembangkan potensi yang dimiliki oleh peserta didik. Seperti yang dijelaskan Wiyani dalam Yanti et al.

(2016, p. 964) ekstrakurikuler merupakan kegiatan pendidikan diluar jam pelajaran yang ditunjukkan untuk membantu perkembangan peserta didik, sesuai dengan potensi dan minat mereka melalui kegiatan yang diselenggarakan oleh tenaga kependidikan yang berwenang di sekolah. Menurut Sahertian dalam Abidin (2019, p. 188-189) Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan diluar jam pelajaran (termasuk pada waktu libur) dengan tujuan memperluas pengetahuan peserta didik serta upaya pembinaan manusia seutuhnya. Pendapat lain mengenai ekstrakurikuler berdasarkan Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 62 Tahun (2014, p. 2)

Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan yang waktu pelaksanaannya diluar jam pelajaran dengan pengawasan dan bimbingan dari satuan pendidikan, untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, dan kemandirian peserta didik secara optimal agar tujuan pendidikan tercapai dengan optimal.

b. Tujuan Ektrakurikuler

Tujuan dari adanya ekstrakurikuler olahraga disekolah adalah untuk mengembangkan minat dan bakat siswa dalam bidang olahraga agar lebih terasah. Selain itu melalui ekstrakurikuler peserta didik juga bisa menumbuhkan bakatnya yang sebelumnya belum terlihat sehingga dapat menjadi peluang untuk mendapatkan prestasi. Hal ini selaras dengan pendapat Nurcahyo (2013, p. 103) bahwa salah satu tujuan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah mengembangkan bakat dan minat siswa menuju tercapainya prestasi olahraga. Selain itu peserta didik diharap dapat mengembangkan potensi yang mereka

miliki, agar peserta didik dapat mencapai prestasi belajar yang maksimal (Suryanto & Ramadon, 2018, p. 57).

Berdasarkan penjelasan di atas ekstrakurikuler bertujuan untuk menjadi wadah bagi peserta didik dapat berkembang dengan maksimal tidak hanya dalam akademik namun juga non-akademik atau olahraga agar dapat mencapai prestasi belajar yang maksimal.

c. Profil Ekstrakurikuler Hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen

Kegiatan ekstrakurikuler yang berada dalam naungan lembaga pendidikan MTs Muhammadiyah Karangkajen merupakan wadah bagi peserta didik dalam berbagai bidang kegiatan, salah satunya bidang keolahragaan yang termasuk hoki. Dalam lingkungan sekolah menengah pertama peserta didik masih berumur belasan tahun, yang merupakan masa mencari jati diri. Menurut Rumini & Sundari dalam Windhianti, (2016, p. 28) masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang mengalami perkembangan untuk memasuki fase dewasa.

Kegiatan ekstrakurikuler di MTs Muhammadiyah Karangkajen dilaksanakan di lapangan minggiran. Latihan rutin yang dilakukan seminggu dua kali, yaitu pada hari Selasa dan Jumat mulai dari 15.30-17.30. Dalam latihan rutin ini dibimbing oleh pelatih yang juga melatih UKM Hoki Universitas Negeri Yogyakarta. Adanya ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen sudah sejak tahun 2014 dan

sudah banyak pemain yang berprestasi ketika masih bersekolah maupun sudah lulus dari sana.

Dari ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen banyak yang ikut serta dalam tim hoki Kota Yogyakarta baik dari alumni maupun yang masih bersekolah di mts. Meski pertandingan antar sekolah belum ada namun pertandingan antar daerah di Yogyakarta tiap tahunnya pasti ada seperti Kejurda Hoki Indoor SeDIY pada bulan Mei 2023 dan POPDA Hoki Indoor pada bulan Maret 2024 dalam acara tersebut peserta ekstrakurikuler ada yang ikut bermain. Kemudian dalam tim hoki Kota Yogyakarta peserta didik juga sering diikutkan dalam sparing yang dilakukan dengan tim hoki daerah lain.

B. Penelitian yang relevan

1. Penelitian oleh Aryska Windhianti berjudul “Tingkat Kemampuan Teknik *Dribble* dan *Penalty Stroke* Peserta Unit Kegiatan Mahasiswa Hoki Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2016”. Permasalahan dalam penelitian ini adalah dimana penguasaan teknik dasar adalah hal yang penting untuk menuju kemahiran seorang atlet. Kemudian dari hal tersebut dirasakan perlu adanya *work record* terkait dengan tingkat kemampuan penguasaan teknik dasar. Maka penelitian ini bertujuan mengetahui sebaik apakah tingkat penguasaan kemampuan teknik *dribble* dan *penalty stroke* dalam olahraga hoki anggota UKM Hoki UNY dalam kategori baik, ataupun kurang. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Instrumen tes *dribble* yang digunakan yaitu

Schmithals-French *Field Hockey Test*, dan tes tembakan penalti menggunakan instrumen yang pernah digunakan oleh Efi Nurhidayah (2013, p. 38). Subyek dalam penelitian ini adalah peserta UKM Hoki UNY tahun 2016 yang berjumlah 20 peserta, terdiri dari 10 peserta putra dan 10 peserta putri yang diambil dengan teknik purposive sampling. Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah statistik deskriptif dengan rumus persentase. Berdasarkan hasil penelitian diketahui kemampuan teknik *dribble* peserta UKM Hoki UNY tahun 2016 secara keseluruhan yang berkategori sangat baik sebanyak 2 orang (10%), kategori baik 5 orang (25%), yang berkategori sedang 7 orang (30%) yang berkategori kurang 5 orang (25%) dan kurang sekali sebanyak 1 orang (5%). Hasil penelitian kemampuan *penalty stroke* peserta UKM Hoki UNY tahun 2016 secara keseluruhan diperoleh yang masuk kategori baik sekali 1 orang (5%), kategori baik 2 orang (10%), kategori cukup 8 orang (40%) kategori kurang 7 orang (35%) dan kurang sekali sebanyak 2 orang (10%).

2. Penelitian oleh Willi Rustiana berjudul “Perbandingan Pembelajaran Pendekatan Taktis dan Pendekatan Teknis Terhadap Hasil Belajar *Push* dan *Hit* Siswa Dalam Permainan Hoki (Study Eksperimen Di SMA Negeri 26 Bandung)”. Tujuan penelitian ini adalah ingin mengetahui bagaimana model pembelajaran pendekatan taktis dan teknis dapat meningkatkan hasil belajar *push* dan *hit* dalam permainan hoki. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis secara mendalam pengaruh model pembelajaran

pendekatan taktis dan teknis terhadap hasil belajar siswa dalam permainan hoki. Hasil pengolahan data pada penelitian menunjukkan bahwa hasil pengujian dapat disimpulkan bahwa pembelajaran pendekatan taktis dan teknis mampu meningkatkan hasil belajar *push* dan *hit* dalam permainan hoki. Hasil penelitian perbandingan kedua pendekatan tersebut juga diperoleh bahwa t_{hitung} pembelajaran *push* = 5,13 dan t_{hitung} pembelajaran *hit* = 1,97 yang lebih besar dari t_{tabel} pada tingkat kepercayaan atau taraf signifikansi $\alpha = 0,05$ dengan $dk (n_1 + n_2 - 2) = 28$, harga $t (0.95)$ dari daftar distribusi t diperoleh 1.70 menunjukkan bahwa kelompok yang menggunakan pembelajaran pendekatan taktis menunjukkan perbedaan yang nyata dengan kelompok yang menggunakan pembelajaran pendekatan teknis terhadap hasil belajar *push* dan *hit* dalam permainan hoki .

3. Penelitian oleh Nur Mahasa Siregar berjudul "Analisis Gerak Teknik *Push* Ditinjau Dari Kinematik Gerak Dalam Permainan Hockey Pada Atlet Project Hockey Now Putra Binaan Unimed Hockey Club Tahun 2018". Tujuan penelitian ini untuk menganalisis dan mengetahui kebenaran gerak *push* pada atlet Project Hockey Now Binaan Unimed Hockey Club tahun 2018. Indikator penilaian pada penelitian ini yaitu mengetahui kemampuan teknik *push* yang terdiri dari posisi awalan : tangan kanan, tangan kiri, kaki kanan, kaki kiri, dan posisi badan. Posisi perkenaan bola : tangan kanan, tangan kiri, kaki kanan, kaki kiri. Posisi gerakan Lanjutan : tangan kanan, kaki kanan, kaki kiri, dan posisi badan. Metode penelitian yang digunakan

adalah metode kualitatif. Metode ini akan menjelaskan sebuah keadaan yang sebenarnya dan cenderung memberikan hasil data dari pada teori. Untuk menganalisis data, setiap atlet akan melakukan teknik *push* dan peneliti akan mengaplikasikannya dengan menggunakan aplikasi software kinovea dan ahli olahraga hoki dengan membandingkan pada atlet Internasional. Hasil penelitian berdasarkan aplikasi software kinovea persentase tingkat keberhasilan pada penelitian ini yaitu : Hasil persentase keseluruhan tingkat keberhasilan atlet berdasarkan persentase analisis software kinovea pada kategori Baik Sekali (32,30%), Baik (30,76%), Kurang (13,84%), Kurang Sekali (23,07%). Berdasarkan persentase penilaian ahli olahraga hoki pada kategori Baik Sekali (19,23%), Baik (55,38%), Kurang (21,53%), Kurang Sekali (3,84%). Dengan demikian berdasarkan analisis software kinovea dan penilaian ahli olahraga hoki menunjukkan bahwa keseluruhan gerak pada tingkat kebenaran gerak teknik *push* dalam kategori baik.

C. Kerangka Pikir

Ekstrakurikuler yang diterapkan di sekolah bertujuan agar peserta didik mampu menonjolkan potensi dalam dirinya yang berupa minat dan bakat. Tentunya jika diimplementasikan pada sekolah akan membawa dampak yang positif. Yang nantinya tujuan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga adalah mengembangkan bakat dan minat siswa menuju tercapainya prestasi dalam bidang olahraga.

Teknik dasar permainan hoki perlu dilatih agar dapat tercapainya tujuan dari ekstrakurikuler. Teknik dasar dalam permainan hoki yang perlu dilatih dan diperhatikan meliputi teknik *Push* dan *Hit*. Teknik *Push* berarti teknik mengumpan bola ke kawan satu tim dengan memperhatikan ketepatan, kecepatan, dan perubahan arah. Sedangkan teknik *Hit* berarti teknik pukulan yang bertujuan memukul bola dengan keras dengan hasil bola terlampau jauh, teknik ini selain digunakan untuk mengumpan bola kepada kawan teknik ini juga digunakan untuk menembak bola ke gawang musuh. Setelah dilakukan observasi dan pengamatan di MTs Muhammadiyah Karangjajen Yogyakarta diperoleh data bahwa dalam latihan rutin dan sparing banyak peserta didik yang melakukan teknik dasar *push* dan *hit* belum tepat sasaran. Dalam kenyataannya teknik dasar pukulan *push* dan *hit* dalam olahraga hoki merupakan teknik dasar yang sangat penting untuk dikuasai. Teknik tersebut menjadi salah satu penentu keberhasilan mencetak skor. Maka dari itu, besar kemungkinan kemampuan teknik *push* dan *hit* peserta didik cenderung kurang. Ketika peneliti melakukan pengamatan saat latihan berlangsung, peserta didik cenderung malas ketika latihan teknik dasar dibandingkan dengan latihan taktik atau game.

Dari uraian di atas, penelitian akan membahas tingkat penguasaan teknik dasar *Push* dan *Hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangjajen. Untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik *push* dan *hit* untuk menjadi tolak ukur dalam membuat program latihan. Yakni menggunakan tes keterampilan *Push* dan *Hit* yang diambil dari

penelitian Hendro Wisaksono dengan uji validitas dan reliabilitas modifikasi tes dalam cabang olahraga hoki.

Gambar 7. Kerangka Berpikir



BAB III METODE PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Desain penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Desain penelitian deskriptif adalah penelitian yang menggambarkan apa adanya yang ditemukan di lapangan tanpa adanya uji hipotesis. Menurut Arikunto (2010, p. 3) penelitian deskriptif murni atau survei merupakan penelitian yang benar-benar hanya memaparkan apa yang terdapat atau terjadi dalam sebuah kancah, lapangan, atau wilayah tertentu. Data yang dikumpulkan lalu diklasifikasikan atau dikelompokkan menurut jenis, sifat atau kondisinya kemudian dibuat kesimpulan. Penelitian ini memfokuskan pada tingkat penguasaan teknik dasar *hit* dan *push* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangajen.

B. Tempat Dan Waktu Penelitian

Tempat melakukan pengambilan data dan pengukuran dalam penelitian ini dilakukan di lapangan Minggiran yang terletak di Jl. Minggiran Barat No. 66, Suryodiningrat, Kec. Mantriwono, Kota Yogyakarta, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan selama 4 bulan mulai dari bulan Februari 2024 sampai bulan Mei 2024.

C. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2012, p. 61) . Populasi dalam penelitian ini adalah peserta ekstrakurikuler

hoki MTs Karangkajen. Peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen berjumlah 23 peserta didik, yang terbagi menjadi 13 putra dan 10 putri.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini yaitu penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen. Variabel ini memiliki sub-variabel yaitu:

1. Kemampuan *push*

Kemampuan *push* diartikan sebagai usaha dari peserta didik untuk melakukan operan bola kepada teman satu tim. Untuk mengetahui seberapa tingkat akurasi *push* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen. Dengan jarak antara target dengan *testee* yaitu 6 meter dengan melakukan *push testee* diminta untuk memasukan bola ke gawang yang memiliki lebar 1 meter. *Testee* melakukan pukulan sebanyak dua kali ke setiap target sasaran.

2. Kemampuan *hit*

Kemampuan *hit* secara operasional diartikan sebagai upaya dari peserta untuk memukul bola dengan tujuan mengoperkan bola ke rekan satu tim atau melakukan tembakan ke gawang lawan. Dalam tes ini jarak antara *testee* dengan target yaitu 20 meter dengan target yang berjumlah 9 yang berjejer dengan nilai tertinggi berada di samping kanan kiri. *Testee* melakukan teknik *hit* sebanyak lima kali.

E. Instrumen Dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian dapat diartikan sebagai alat untuk mengumpulkan, mengolah, menganalisa dan menyajikan data-data secara sistematis serta objektif dengan tujuan memecahkan suatu persoalan atau menguji suatu hipotesis (Nasution, 2016, p. 64). Instrumen penelitian berperan penting dalam memperoleh data untuk suatu penelitian. Berikut ini merupakan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini :

a. Tes Keterampilan *Push*

Penelitian ini menggunakan tes keterampilan *push* yang di ambil dari “Uji Validitas dan Reliabilitas Modifikasi Tes Keterampilan *Push* (Mendorong Bola) dalam Cabang Olahraga Hoki” Wisaksono dalam Rustiana (2013, p. 40) yang mempunyai Validitas sebesar “0,83” dan Reliabilitas sebesar “0,82.”

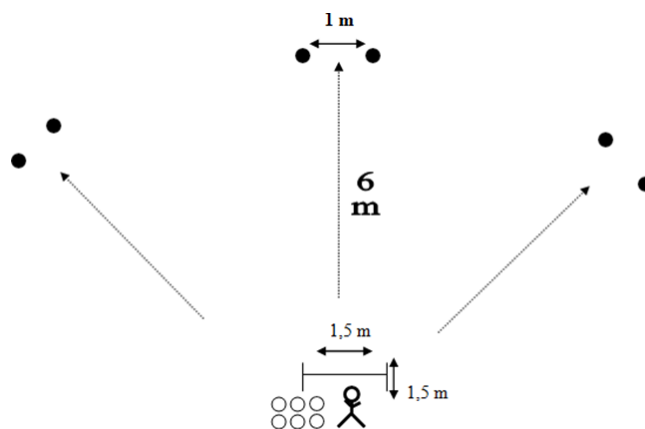
1. Alat

- a) Stik hoki
- b) Bola hoki enam buah
- c) Patok enam buah (tiga buah untuk target sasaran)
- d) Stopwatch
- e) Meteran
- f) Peluit
- g) Kapur
- h) Formulir/berkas dan alat tulis

2. Petunjuk pelaksanaan tes

- a) Jarak garis batas dorongan bola dengan sasaran adalah 6 meter.
- b) Panjang garis batas dorongan bola adalah 1,5 meter.
- c) Jarak garis batas dorongan bola dengan *testee* adalah 1,5 meter.
- d) Jarak *testee* dengan bola adalah 1,5 meter.
- e) *Testee* berdiri di belakang garis batas pelepasan bola (*push*).
- f) *Testee* bersedia melakukan *push*, *testee* melakukan *push* di atas garis.
- g) *Testee* memulai gerakan dengan diawali aba-aba atau bunyi peluit.
- h) *Testee* melakukan *push* dengan bola ke setiap target sasaran sebanyak dua kali.
- i) Total target sasaran (gawang) yang tersedia sebanyak tiga buah.
Bola yang diarahkan ke setiap sasaran (gawang) sebanyak dua buah.

Gambar 8. Lapangan tes teknik *push*



(Sumber: Rustiana, 2013, p. 40)

Gambar 9. Keterangan lapangan tes teknik *push*

Keterangan :



(Sumber: Rustiana, 2013, p. 40)

3. Pencatatan hasil

- a) Skor yang diraih adalah jumlah angka yang diperoleh secara keseluruhan dari enam bola yang melewati atau menyentuh batas garis target sasaran dengan keseluruhan waktu yang ditempuh selama melakukan *push* sebanyak enam bola ke arah target sasaran mulai dari perkenaan stik ke bola pertama sampai bola terakhir melewati batas garis target sasaran.
- b) Hasil yang dicatat adalah setiap bola yang masuk ke dalam target sasaran dan waktu yang ditempuh adalah keseluruhan waktu selama melakukan *push* dengan enam bola.
- c) Nilai untuk setiap bola masuk ke target sasaran adalah satu (1) dan bola tidak masuk adalah nol (0).
- d) Bila bola melewati atas target sasaran dan masuk diantara dua buah patok sebagai target sasaran serta tingginya bola yang di *push* kurang dari 46 cm maka bola dinyatakan sah dan mendapat

nilai satu (1). Apabila tingginya bola yang di *push* melebihi batas 46 cm maka tidak mendapat nilai atau nol (0).

b. Tes *Hit*

Dalam tes *hit* untuk mengukurnya digunakan instrumen tes yang pernah digunakan oleh Willi Rustiana pada penelitiannya yang berjudul Perbandingan Pembelajaran Pendekatan Taktis dan Pendekatan Teknis Terhadap Hasil Belajar *Push* dan *Hit* Dalam Permainan Hoki yang dilakukan pada 2013. Tujuan dari instrumen ini adalah untuk mengukur akurasi keterampilan mengoper bola dengan menggunakan teknik *hit*. Subjek melakukan tembakan sebanyak 5 kali kesempatan tembakan yang diambil adalah jumlah skor yang diraih subjek berdasarkan skor tiap daerah sasaran tembakan yang telah ditentukan.

1. Alat

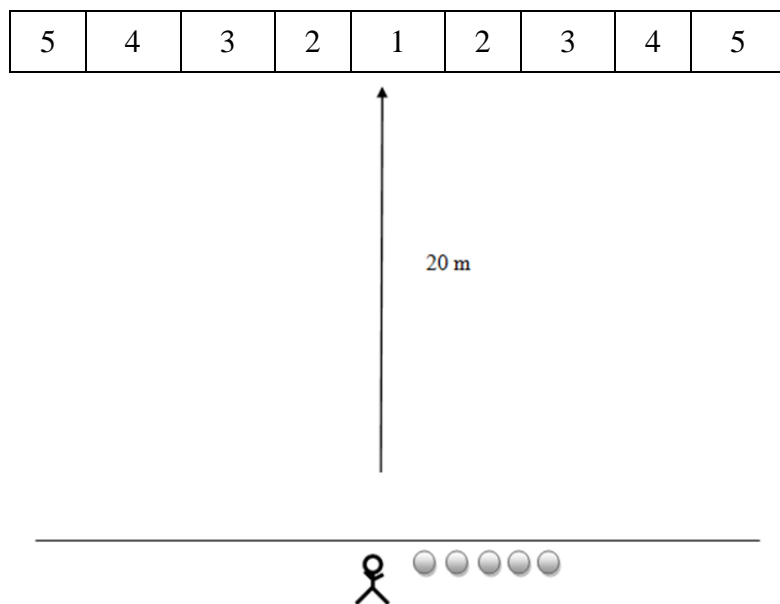
- a) Stik hoki
- b) Bola hoki lima buah
- c) Sasaran tembakan
- d) Meteran
- e) Peluit
- f) Kapur
- g) Formulir/ berkas dan alat tulis

2. Petunjuk Pelaksanaan Tes

- a) *Testee* berdiri dibelakang batas pelepasan bola (*hit*)

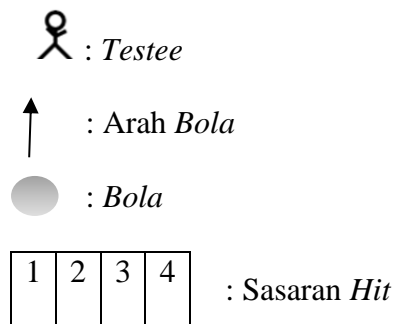
- b) *Testee* bersedia melakukan *hit*, *testee* melakukan *hit* di atas garis.
- c) *Testee* memulai gerakan dengan diawali aba-aba atau bunyi peluit.
- d) *Testee* melakukan *hit* dengan bola ke target sasaran sebanyak lima kali.

Gambar 10. Lapangan tes teknik *hit*



(Sumber: Rustiana, 2013, p. 43)

Gambar 11. Keterangan lapangan tes teknik *hit*



(Sumber: Rustiana, 2013, p. 43)

3. Pencatatan hasil

- a) Skor yang diraih adalah jumlah angka yang dikenai oleh lima bola yang dipukul
- b) Hasil yang dicatat adalah bola yang mengenai target sasaran selama melakukan *hit* dengan lima bola
- c) Nilai untuk bola masuk ke target sasaran adalah sesuai skor yang telah ditentukan yaitu : 5,4,3,2,1 dan bola yang tidak mengenai sasaran adalah nol (0)

2. Teknik Pengumpulan Data

Dalam melakukan penelitian harus ada teknik untuk mengumpulkan data. Pada penelitian ini teknik pengambilan data yang dilakukan adalah tes untuk melihat akurasi dari teknik *push* dan *hit testee*. Berikut langkah-langkah atau mekanisme dalam melakukan pengumpulan data :

- a) Pertama peneliti datang kelokasi latihan melakukan pengamatan peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangajen.
- b) Peneliti menentukan jumlah peserta ekstrakurikuler yang nanti akan dijadikan *testee* dalam penelitian.
- c) Peneliti mempersiapkan alat dan sarana yang akan digunakan untuk melakukan tes dan pengukuran.
- d) Peneliti mengarahkan dan menjelaskan tes yang akan dilakukan pada *testee*
- e) Pemberian contoh dilakukan oleh peneliti agar *testee* lebih memahami pelaksanaan tes.

f) Peneliti melaksanakan tes dan mengumpulkan data tes dan pengukuran tingkat akurasi *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen.

F. Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis data deskriptif kuantitatif yaitu mendeskripsikan kejadian sesungguhnya dalam bentuk uraian atau kalimat sesuai dengan data yang diperoleh sehingga terlihat jelas mengenai kemampuan peserta didik ketika melakukan teknik *push* dan *hit* dalam bermain hoki.

Perhitungan tingkat penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* berdasarkan data yang telah didapat setelah melakukan pengambilan data kemudian dikelompokkan menurut kategori-kategori sesuai dengan skala kategori. Kategori nilai dibagi menjadi 5 kategori, yaitu Sangat Baik, Baik, Sedang, Kurang, dan Sangat Kurang. Perhitungan menggunakan rumus Sudijono (2009, p. 453) yang dimodifikasi menggunakan *mean* ideal dan standar *deviasi* ideal menggunakan sebagai berikut :

Tabel 1. Perhitungan Skala Kategori Penilaian Teknik *Push* dan *Hit*

No.	Kelas Interval	Kategori
1.	$M + 1,5 \text{ SD keatas}$	Sangat Baik
2.	$M + 0,5 \text{ SD s.d } M + 1,5 \text{ SD}$	Baik
3.	$M - 0,5 \text{ SD s.d } M + 0,5 \text{ SD}$	Sedang
4.	$M - 1,5 \text{ SD s.d } M - 0,5 \text{ SD}$	Kurang
5.	$M - 1,5 \text{ SD ke bawah}$	Sangat Kurang

Tabel 2. Perhitungan Skala Kategori Penilaian Teknik *Push* dan *Hit* dengan *Mean Ideal* dan *Standar Deviasi Ideal*

No.	Kelas Interval	Kategori
1.	Mi + 1,5 SDi keatas	Sangat Baik
2.	Mi + 0,5 SDi s.d Mi + 1,5 SDi	Baik
3.	Mi – 0,5 SDi s.d Mi + 0,5 SDi	Sedang
4.	Mi – 1,5 SDi s.d Mi – 0,5 SDi	Kurang
5.	Mi – 1,5 SDi ke bawah	Sangat Kurang

Keterangan :

Mi (*Mean Ideal*) = $\frac{1}{2}$ (Nilai Maksimum ideal + Nilai minimal ideal)

SDi (*Standar Ideal*) = $\frac{1}{6}$ (Nilai Maksimum ideal – Nilai minimal ideal)

1. Pada tingkat kemampuan *push* ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah

Karangkajen diketahui bahwa nilai maksimal ideal (6) sedangkan nilai minimal idealnya (0)

Mean Ideal = $\frac{1}{2}$ (6+0) = 3

Standar Deviasi Ideal = $\frac{1}{6}$ (6-0) = 1

Tabel 3. Kategori kemampuan teknik *push*

No.	Nilai	Kategori
1.	$X \geq 4,5$	Sangat Baik
2.	$3,5 \leq X < 4,5$	Baik
3.	$2,5 \leq X < 3,5$	Sedang
4.	$1,5 \leq X < 2,5$	Kurang
5.	< 1,5	Sangat Kurang

2. Tingkat kemampuan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah

Karangkajen diketahui nilai maksimal ideal (25) dan nilai minimal ideal (0)

$$\text{Mean Ideal} = \frac{1}{2} (25+0) = 12,5$$

$$\text{Standar Deviasi Ideal} = \frac{1}{6} (25-0) = 4,16$$

Tabel 4. Kategori kemampuan teknik *hit*

No.	Nilai	Kategori
1.	$X \geq 18,74$	Sangat Baik
2.	$14,58 \leq X < 18,74$	Baik
3.	$10,42 \leq X < 14,58$	Sedang
4.	$6,26 \leq X < 10,42$	Kurang
5.	$< 6,26$	Sangat Kurang

Agar dapat mengetahui frekuensi presentase tingkat *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangajen yaitu dengan menggunakan rumus dari Sudijono (2009, p. 453) sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{N} \times 100\% \text{ Keterangan}$$

P = Presentase

f = Frekuensi

N = Jumlah Peserta Didik

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang mempunyai satu variabel. Hasil penelitian bertujuan untuk mengidentifikasi tingkat kemampuan teknik *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen. Hasil pelaksanaan tes kemampuan teknik dasar *push* dan *hit* pada peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen dideskripsikan dalam 5 kategori sebagai berikut :

1. Kemampuan Teknik *Push*

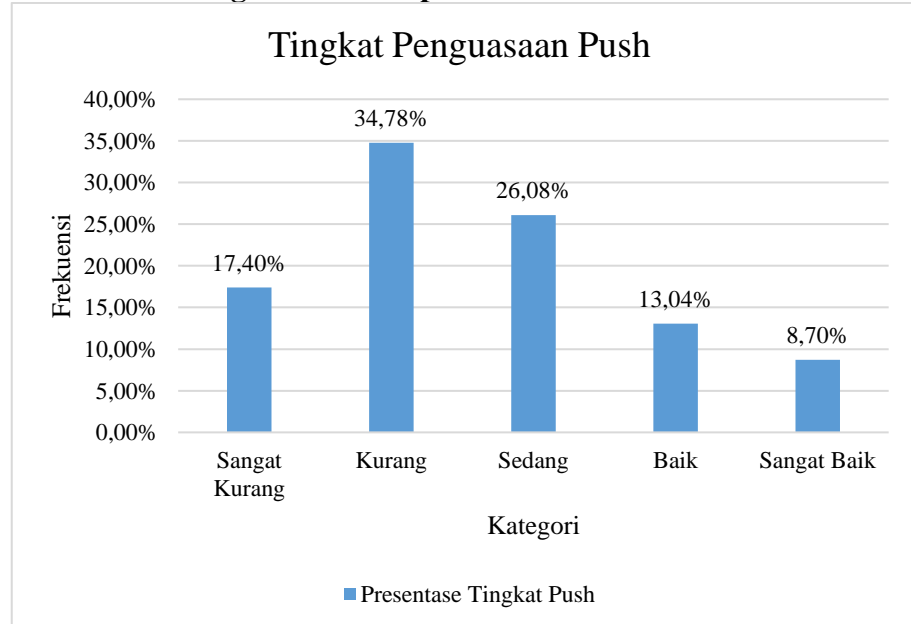
Pengukuran kemampuan tingkat penguasaan teknik *push* pada peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen yang dilakukan dilapangan Minggiran pada hari Minggu, tanggal 28 April 2024. Hasil data penelitian pada kemampuan teknik dasar *push* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangkajen diperoleh nilai maksimum ideal sebesar = 6, nilai minimum ideal = 0, *mean* ideal sebesar = 3 dan standar deviasi idealnya = 1. Dari tes teknik dasar hoki *push* diperoleh nilai maksimal = 5, nilai terendah = 1, dan nilai rata-rata = 2,61. Deskripsi hasil penelitian kemampuan *push* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 5. Kemampuan *push* peserta ekstrakurikuler

No.	Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	$X \geq 4,5$	Sangat Baik	2	8,70%
2.	$3,5 \leq X < 4,5$	Baik	3	13,04%
3.	$2,5 \leq X < 3,5$	Sedang	6	26,08%
4.	$1,5 \leq X < 2,5$	Kurang	8	34,78%
5.	$< 1,5$	Sangat Kurang	4	17,40%
Jumlah			23	100%

Untuk mempermudah mendeskripsikan data tingkat penguasaan teknik *push* di atas, berikut sajian diagram batang tingkat penguasaan teknik *push*.

Gambar 12. Diagram Kemampuan *Push* Peserta Ekstrakurikuler



Dari table di atas diketahui kemampuan teknik *push* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Yogyakarta yang masuk dalam kategori sangat baik 2 peserta didik (8,70%), pada kategori baik

sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori sedang sebanyak 6 peserta didik (26,08%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,78%), dan pada kategori sangat kurang 4 peserta didik (17,40%).

2. Kemampuan Teknik *Hit*

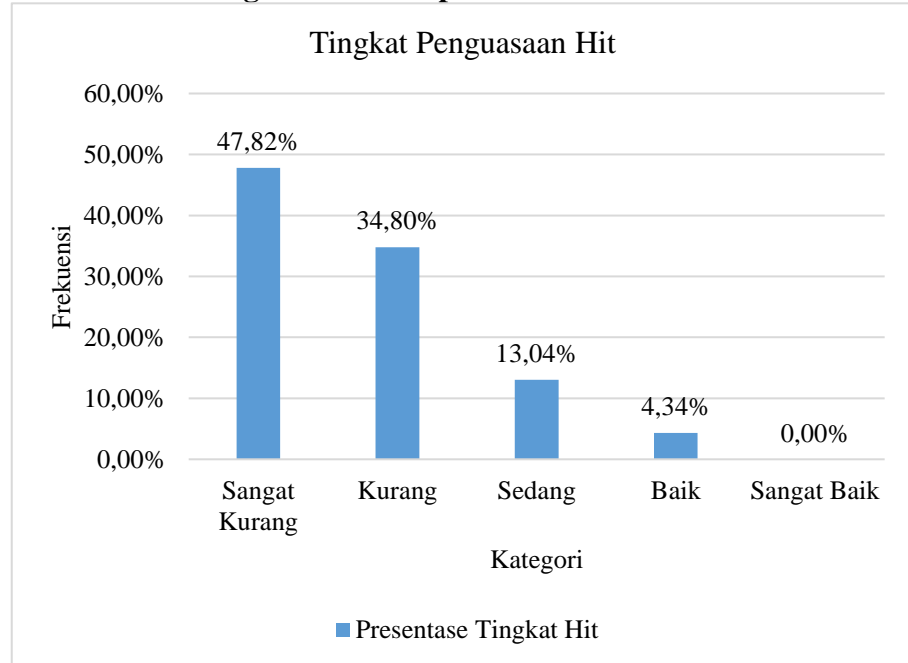
Kemampuan teknik *hit* yang dilakukan pada Minggu, 28 April 2024 dengan melakukan teknik *hit* dengan jarak 20 meter dengan target yang sudah ditentukan. Hasil penelitian untuk tingkat kemampuan teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangrajan yaitu; skor minimum sebesar = 0; skor maksimal = 25; *mean* ideal = 12,5; standar deviasi ideal = 4,16. Dari tes teknik dasar hoki *hit* diperoleh nilai maksimal = 14, nilai terendah = 1, dan nilai rata-rata 6,13. Tingkat teknik *hit* terbagi menjadi 5 kategori yaitu (1) Sangat Baik, (2) Baik, (3) Sedang, (4) Kurang, (5) Sangat Kurang. Data hasil pengukuran aktivitas fisik dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

Tabel 6. Kemampuan *Hit* Peserta Ekstrakurikuler

No.	Nilai	Kategori	Frekuensi	Presentase
1.	$X \geq 18,74$	Sangat Baik	0	0,00%
2.	$14,58 \leq X < 18,74$	Baik	1	4,34%
3.	$10,42 \leq X < 14,58$	Sedang	3	13,04%
4.	$6,26 \leq X < 10,42$	Kurang	8	34,80%
5.	$< 6,26$	Sangat Kurang	11	47,82%
Jumlah			23	100%

Apabila dibuat dalam bentuk diagram untuk memudahkan mendeskripsikan data teknik *hit* dapat dilihat pada gambar dibawah ini:

Gambar 13. Diagram Kemampuan *Hit* Peserta Ekstrakurikuler



Dari tabel di atas diketahui kemampuan teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Yogyakarta yang masuk dalam kategori sangat baik 0 peserta didik (0,00%), pada kategori baik sebanyak 1 peserta didik (4,34%), pada kategori sedang sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,80%), dan pada kategori sangat kurang 11 peserta didik (47,82%).

B. Pembahasan

Setiap peserta mempunyai penguasaan teknik dasar yang berbeda-beda, maka dari itu penelitian ini bermaksud untuk mengetahui bagaimana tingkat kemampuan teknik dasar *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki di MTs Muhammadiyah Karangjajen. Dalam hoki kemampuan dasar *push* dan *hit* merupakan keterampilan yang penting dalam permainan maka dari itu keterampilan teknik perlu dilatih agar gerakan yang sebenarnya dapat dilakukan dengan benar. Tingkat kemampuan teknik dasar *push* dan *hit* akan

menjadi bekal setiap peserta untuk mengembangkan permainan hoki. Kemampuan teknik dasar harus terus-menerus diperbaiki dan ditingkatkan melalui latihan-latihan yang tepat guna menunjang performa yang optimal.

Teknik *push* dilakukan apabila pemain hendak melakukan operan kepada rekan satu tim atau digunakan untuk melakukan tembakan kegawang. Teknik *push* ini sangat dibutuhkan dalam permainan hoki. Teknik *push* bisa digunakan ketika menyerang maupun bertahan, teknik ini dilakukan untuk melakukan operan-operan dekat serta tingkat akurasi yang lebih terarah. Dalam tes untuk menilai tingkat kemampuan teknik dasar *push* dibutuhkan akurasi karena harus mengarahkan bola kedalam gawang yang berjarak 6 meter dari posisi awal dengan lebar gawang 1 meter.

Berdasarkan hasil tes yang dilakukan untuk mengetahui tingkat penguasaan teknik dasar *push* pada peserta ekstrakurikuler hoki diMTs Muhammadiyah Karangjajen diperoleh yang masuk dalam kategori sangat baik 2 peserta didik (8,70%), pada kategori baik sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori sedang sebanyak 6 peserta didik (26,08%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,78%), dan pada kategori sangat kurang 4 peserta didik (17,40%). Hasil ini dapat diartikan bahwa kemampuan teknik *push* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Yogyakarta masih cukup beragam namun dari 23 peserta banyak yang mendapatkan kategori sedang dan kurang.

Hal tersebut dapat diartikan bahwa kemampuan *push* peserta ekstrakurikuler masih belum maksimal. Hal ini menjadi indikasi bahwa

peserta belum mempunyai keterampilan yang baik dalam melakukan teknik *push*. Dalam berlatih peserta didik terindikasi malas melatih tingkat kemampuan dasar *push* dan frekuensi untuk latihan yang masih kurang serta berbeda-beda antar pemain. Sedangkan menurut Hermanu (2013, p. 47) untuk memperoleh keterampilan teknik dasar yang benar maka dapat dipelajari sejak pemain mengenal permainan tersebut. Teknik *push* yang baik mampu menembakan bola pada arah yang tepat dan terarah selain itu rekan satu tim juga mudah menerima bola. Seperti yang dikemukakan oleh Arqom (2016: 3)

Kemampuan *push passing* para pemain sangat penting dilakukan untuk merancang serangan dan mencetak gol ke gawang lawan, mengumpan ke teman satu tim yang dibutuhkan untuk melakukan akurasi *passing* dengan baik. Kondisi semacam ini menuntut tiap pemain memiliki kemampuan *passing* dan *shooting* dengan teknik *push* yang cepat dan akurat dalam menyusun suatu penyerangan maupun pertahanan.

Kemudian untuk beberapa pemain yang masuk dalam kategori sangat baik dan baik mereka memiliki jam terbang yang lebih tinggi serta lebih giat untuk melakukan latihan teknik dasar. Dengan demikian beberapa pemain yang mempunyai intensitas latihan lebih banyak secara tidak langsung teknik dasar mereka akan semakin meningkat selain itu kekuatan otot mereka meningkat. Karena pentingnya teknik dasar *push* maka kemampuan peserta ekstrakurikuler dalam menguasai teknik dasar *push* harus ditingkatkan agar lebih merata.

Hit adalah operan yang dilakukan dengan memukul bola dengan tujuan operan yang jauh, keras dan terarah. Selain untuk melakukan operan *hit* juga digunakan untuk melakukan shooting kegawang karena hasil pukulannya yang kencang. Keterampilan *hit* merupakan keterampilan teknik dasar yang

perlu dikuasai oleh pemain hoki untuk menjalankan suatu permainan agar lebih bervariasi. Pada tes *hit* ini dibutuhkan ketepatan dan kekuatan lengan dari peserta ekstrakurikuler agar bola dapat mengenai target yang berjarak 20 meter dari posisi awal peserta didik.

Dari hasil penelitian kemampuan teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Yogyakarta yang masuk dalam kategori sangat baik 0 peserta didik (0,00%), pada kategori baik sebanyak 1 peserta didik (4,34%), pada kategori sedang sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,80%), dan pada kategori sangat kurang 11 peserta didik (47,82%).

Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa kemampuan teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangjajen sebagian besar berkategori kurang dan sangat kurang. Dari hasil penelitian yang dilakukan pada teknik *push* sedikit lebih baik dari pada teknik *hit*. Hal ini bisa terjadi karena teknik *push* lebih mudah untuk dilakukan serta mudah untuk mengarahkannya selain itu juga ketika melakukan teknik *hit* apabila ayunan tangan bergeser sedikit maka pukulan *hit* tidak maksimal. Oleh karena itu latihan teknik *hit* perlu lebih banyak dilakukan agar lebih meratanya kemampuan dasar peserta ekstrakurikuler. Selain itu banyak yang ketika melakukan teknik *hit* tidak sampai ke tujuan ini bisa terjadi karena tingkat kekuatan pukulan masih kurang.

Beberapa pemain yang bisa melakukan teknik *hit* dengan kategori baik dan sedang juga memiliki hasil teknik *push* yang baik. Dengan tidak langsung

teknik *push* dan *hit* berhubungan walaupun tidak semuanya. Peserta didik yang memiliki pukulan *hit* yang baik dan sedang dilihat ketika latihan mereka kerap datang, jadi mereka secara bertahap mengalami peningkatan dibandingkan peserta didik yang lain baik dari kekuatan maupun teknik dasar. Teknik *hit* lebih sulit dilakukan karena akurasi dan gerakan badan berpengaruh dengan hasil pukulan *hit* yang signifikan. Pemain yang bisa melakukan pukulan *hit* yang baik akan mendapatkan banyak kesempatan untuk melakukan variasi operan serta sulit dipatahkan oleh pemain lawan kepada teman satu tim ketika dalam permainan. Hal ini sejalan dengan pendapat Ramadhan, Sunaryadi (2019, p. 84) pukulan *hit* yang cepat atau kuat semakin sulit untuk dipatahkan oleh pemain lawan. Dengan melakukan peningkatan latihan untuk teknik dasar diharapkan akan menghasilkan peserta ekstrakurikuler yang nantinya berbakat dan berprestasi.

C. Keterbatasan Penelitian

Meskipun penelitian ini telah berhasil mengetahui tingkat kemampuan teknik dasar *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangjajen secara umum, bukan berarti penelitian ini terlepas dari segala keterbatasan yang ada. Beberapa keterbatasan penelitian adalah sebagai berikut:

1. Peneliti tidak dapat mengontrol apakah peserta didik mengikuti tes tingkat penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* dengan kesungguhan hati atau dengan kemampuan maksimal yang peserta didik miliki, sehingga tidak

menutup kemungkinan peserta didik melakukan dengan tidak sungguh-sungguh.

2. Peneliti hanya berfokus untuk menilai tingkat penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* namun tidak memperhatikan aktivitas fisik lainnya.
3. Peneliti tidak memperhatikan terkait mental dan motivasi saat melakukan tes teknik dasar *push* dan *hit*.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat diambil kesimpulan dalam penelitian ini yaitu:

1. Kemampuan teknik *push* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen secara keseluruhan dalam rincian presentase adalah sebagai berikut: kategori sangat baik 2 peserta didik (8,70%), pada kategori baik sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori sedang sebanyak 6 peserta didik (26,08%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,78%), dan pada kategori sangat kurang 4 peserta didik (17,40%), dengan kata lain secara keseluruhan adalah kurang.
2. Kemudian untuk teknik *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen secara keseluruhan dalam rincian presentase adalah sebagai berikut: sangat baik 0 peserta didik (0,00%), pada kategori baik sebanyak 1 peserta didik (4,34%), pada kategori sedang sebanyak 3 peserta didik (13,04%), pada kategori kurang sebanyak 8 peserta didik (34,80%), dan pada kategori sangat kurang 11 peserta didik (47,82%), dengan kata lain masuk dalam kategori sangat kurang.

B. Implikasi Penelitian

Berdasarkan kesimpulan dari data tingkat penguasaan teknik dasar *push* dan *hit* peserta ekstrakurikuler hoki MTs Muhammadiyah Karangkajen, maka hasil dari penelitian ini memiliki implikasi sebagai berikut:

1. Bagi peserta didik hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan sebagai dorongan agar lebih rajin untuk berlatih dan selalu berusaha untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar.
2. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan untuk menyusun program latihan yang lebih terstruktur untuk kedepannya.

C. Saran-saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, beberapa saran yang dapat peneliti sampaikan, yaitu:

1. Peserta didik diharapkan bersungguh-sungguh dalam berlatih dan memiliki motivasi tinggi untuk berprestasi, yang diharapkan dapat meningkatkan tingkat kemampuan teknik dasar *push* dan *hit* dalam kategori “Baik” secara keseluruhan.
2. Pelatih ekstrakurikuler diharap mengembangkan program latihan yang lebih intens dan variasi latihan pada teknik dasar olahraga hoki.
3. Pihak sekolah diharap selalu mendukung serta memfasilitasi peserta didik agar terdorong menjadi siswa yang berprestasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Abidin, A. M. (2019). Penerapan Pendidikan Karakter Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Melalui Metode Pembiasaan. *Didaktika: Jurnal Kependidikan*, 12(2), 183-196.
- Al Qorni, U. (2022). Profil Atlet Hoki Mochamad Fathur Rohman Dalam Meraih Prestasi Dikancah Nasional Dan Internasional. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(5), 73-80.
- Arifudin, O. (2022). Optimalisasi Kegiatan Ekstrakurikuler dalam Membina Karakter Peserta Didik. *JIIP-Jurnal Ilmiah Ilmu Pendidikan*, 5(3), 829-837.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian; suatu pendekatan praktik*. (Edisi revisi) Jakarta: Rineka Cipta.
- Arqom, M. Z. (2016). Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Panjang Lengan dengan Hasil *Push* Permainan Hoki *Indoor* Pada Mahasiswa Putra Penjaskesrek Angkatan 2014 Universitas Lampung. *Skripsi*. Universitas Negeri Lampung.
- Atmaja, T. (2013). Survei Pembinaan Hockey Di Jawa Tengah Tahun 2012. *Skripsi*. Fakultas Pendidikan Kesehatan Jasmani dan Rekreasi. Universitas Negeri Semarang
- Budiman, A., & Prabowo, G. D. (2020). Latihan power otot lengan untuk kecepatan *push* dalam olahraga hockey. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 2(2), 163-171.
- Cahyadi, A. D., & Faruk, M. (2022). Pembinaan Olahraga Usia Dini Pada Cabang Olahraga Hoki Di Surabaya. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 5(1), 21-25.
- Carsiwan dan Sandrawanty, M. (2016). Pengaruh Pembelajaran Hoki Terhadap Kebugaran Jasmani Dan Kepercayaan Diri Siswa Di Sma Negeri 26 Garut. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahraaan*, Vol. 01(02),p. 56-63.
- Depdiknas. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka
- Faizin, H. (2017). *Penerapan Modifikasi Tongkat Dan Bola Untuk Meningkatkan Keterampilan Memukul Dan Menahan Bola Dalam Permainan Hoki: Penelitian Tindakan Kelas Pada Siswa Kelas V SDN Tilil 4 Kota Bandung* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Hakim, A. R., Santoso, A. B., Ferbrianti, R., Dwijayanti, K., & Firdaus, M. (2023). Penerapan Latihan Circuit Untuk Meningkatkan Kondisi Fisik Atlet Hockey. *BERNAS: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(1), 812-816.
- Herman. (2009). *Pengaruh Latihan Push Up Terhadap Hasil Push Dalam Permainan Hockey Pada Siswa Putra Kelas Vi Smp Negeri 1 Indralaya*. Skripsi. Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Sriwijaya.

- Hermanu, E. (2013). Perbandingan Hasil Latihan Indoor Hockey Dan Field Hockey Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Push Dan Dribble Pada Permainan Hockey. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 5(1), 44-54.
- Junaidi, R., & Susanti, F. (2019). *Pengaruh Gaya Kepemimpinan Dan Budaya Organisasi Terhadap Kinerja Pegawai Pada UPTD Baltekkomdik Dinas Pendidikan Provinsi Sumatera Barat*.
- Kurniawan, F.(2012). *Buku Pintar Pengetahuan Olahraga*. Jakarta: Perpustakaan Nasional RI.
- Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Republik Indonesia, *Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 62 tahun 2014 tentang Kegiatan Ekstrakurikuler*, Jakarta
- Nasution, H. F. (2016). Instrumen penelitian dan urgensinya dalam penelitian kuantitatif. *Al-Masharif: Jurnal Ilmu Ekonomi Dan Keislaman*, 4(1), 59-75.
- Nurchayyo, F. (2013). Pengelolaan dan pengembangan kegiatan ekstrakurikuler olahraga di SMA/MAN/Sederajat Se-Kabupaten Sleman. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 9(2).
- Nurlathifah, N., & Firmansyah, H. (2017). Pengaruh pendekatan taktis terhadap kemampuan bermain hoki dan pembentukan kerjasama. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 2(1), 59-68.
- Purwanto, Joko. (2004). *Hoki*. Yogyakarta FIK UNY.
- Ramadhan, M. R., & Sunaryadi, Y. (2019). Perbandingan Latihan Medicine Ball Side Throw dengan Kettlebell Side Swing terhadap Peningkatan Kecepatan Hit Cabang Olahraga Hockey. *Jurnal Kepelatihan Olahraga*, 11(2), 83-87.
- Rohmat. (2017). *Minat Siswa Kelas Vii Untuk Mengikuti Ekstrakurikuler Hoki Di Smp N 1 Mlati Kabupaten Sleman Tahun Ajaran 2016/2017*.
- Rustandi, E. (2019). Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Hasil Penalty Stroke pada Permainan Hoki (Studi Deskriptif pada UKM Hoki Universitas Majalengka). *Journal Respects*, 1(1), 1-9.
- Rustiana, W. (2013). *Perbandingan Pembelajaran Pendekatan Taktis Dan Pendekatan Teknis Terhadap Hasil Belajar Push Dan Hit Siswa Dalam Permainan Hoki: Study Ekperimen Di SMA Negeri 26 Bandung* (Doctoral dissertation, Universitas Pendidikan Indonesia).
- Siregar, H. F., Akhmad, I., & Sembiring, I. (2020). *Development of a Guidebook Basic Hockey Game Techniques Based on the Truth of Motion*. In *The 5th Annual International Seminar on Transformative Education and Educational Leadership* (AISTEEL 2020) (pp. 42-45). Atlantis Press.
- Subakti, S. (2013). *Hubungan Kecepatan, Kelincahan dan Kekuatan Otot Tungkai terhadap Kemampuan Mengontrol Bola dalam Permainan Hockey Atlet Putri Pelatda Sumatra Utara Persiapan PON XVII Kalimantan Timur*. *Ilmu Keolahragaan*, 12(1),52-59.

- Sudijono, Anas. (2009). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali.
- Sugiyono. (2010). *Statistik untuk Penelitian*. Bandung : Alfabeta
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Supiana, S., Hermawan, A. H., & Wahyuni, A. (2019). Manajemen Peningkatan Karakter Disiplin Peserta Didik Melalui Kegiatan Ekstrakurikuler. *Jurnal Isema: Islamic Educational Management*, 4(2), 193-208.
- Suryanto, A., & Ramadon. (2018). *Perancangan Sistem Informasi Pendaftaran Ekstrakurikuler Berbasis Web Pada SMK Malaka Jakarta*. Paradigma, 20(2).
- Syafei, P. M., Hartadji, R. H., & Rohyana, A. (2023). Perbandingan Pengaruh Kepercayaan Diri Pada Kelompok Pemula Dan Amatir Terhadap Performa Atlet Hoki. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan Indonesia (JOKI)*, 4(1), 12-19.
- Syahrudin, S. (2018). *Reverse Hit Slip dalam Permainan Hockey*. Seminar Nasional Olahraga. Universitas Negeri Makassar.
- Syahrudin, Saleh M.S, Rahman, A. (2010). Pelatihan permainan *hockey outdoor*. *Prosding Seminar Nasional*. LPPM Universitas Negeri Makassar.
- Tabrani, Primadi. (2002). *Hoki Kreativitas dan Riset dalam Olahraga*. Bandung: ITB.
- Valentino, R. F., & Akbar, I. H. (2018). Pengaruh Latihan Menggunakan Media Audio Visual Terhadap Keterampilan Teknik *Push* Pada Cabang Olahraga Hoki. *Jurnal Kepeatihan Olahraga*, 10(1), 13-25.
- Windhianti, A. (2016). Tingkat Kemampuan Teknik Dribble Dan Penalty Stroke Peserta Unit Kegiatan Mahasiswa Hoki Universitas Negeri Yogyakarta Tahun 2016. *PGSD Penjaskes*, (4).
- Yanti, N., Adawiah, R., & Matnuh, H. (2016). Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dalam rangka pengembangan nilai-nilai karakter siswa untuk menjadi warga negara yang baik di SMA KORPRI Banjarmasin. *Jurnal Pendidikan Kewarganegaraan*, 6(11).
- Yulianto, M. R., & Kusnanik, N. W. (2021). Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Pencapaian Prestasi Tim Hockey Indoor Putra Kabupaten Gresik di Porprov 2019. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 4(4), 158-165.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/85/UN34.16/PT.01.04/2024

1 April 2024

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : **Izin Penelitian**

Yth . **Kepala MTs Muhammadiyah Karangajen**
Jl. Sisingamangaraja, Jl. Kalijaga, No.4, Brontokusuman, Kec. Mergangsan, Kota Yogyakarta,
Daerah Istimewa Yogyakarta 55153

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Pandu Jati Prikhamdani
NIM : 20601244014
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : Tingkat Penguasaan Teknik Dasar Push Dan Hit Peserta Ekstrakurikuler Hoki Di MTs Muhammadiyah Karangajen Yogyakarta
Waktu Penelitian : 1 April - 31 Mei 2024

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Tembusan :
1. Kepala Layanan Administrasi;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dekan,
Prof. Dr. Ahmad Nasrulloh, S.Or., M.Or.
NIP 19830626 200812 1 002

Lampiran 1. Kartu Bimbingan

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Pandu Sati Prihwardani
 NIM : 20601294014
 Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
 Pembimbing : Ahmad Rithaudin, S.Pd.Ses., M.Or.


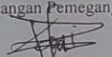
No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
1.	19/2/2024	konfirmasi proses Bimbingan, dll	
2.	26/2/2024	Revisi Bab I	
3.	9/3/2024	Revisi Bab I - II	
4.	20/3/2024	Revisi Bab I - II	
5.	28/3/2024	Revisi Bab I - II	
6.	1/4/2024	Revisi Bab II	
7.	15/5/2024	Revisi hasil penelitian - penyajian data perbaikan, - saran hal- awal + lampiran	
8.	22/5/2024	Revisi kesimpulan	
9.	29/5/2024	revisi akhir	
10.	28/5/24	Acc ujian Skripsi	

Ketua Departemen POR,


Dr. Ngatman, M.Pd.
 NIP. 19670605 199403 1 001



Lampiran 2. Surat Pengantar Izin Penelitian Pimpinan Daerah Muhammadiyah

	<p style="text-align: center;">MAJELIS PENDIDIKAN DASAR MENENGAH DAN PENDIDIKAN NONFORMAL PIMPINAN DAERAH MUHAMMADIYAH KOTA YOGYAKARTA</p> <p style="text-align: center;">Pembina Perguruan Dasar Menengah dan Nonformal Muhammadiyah Alamat : Jl. Sultan Agung No. 14, Wirogunan, Mergangsan, Kota Yogyakarta 55151 Telp. (0274) 375116 Fax. (0274) 411947 Website : www.pdmjogja.org E-mail : dikdasmenjogja@gmail.com</p>
IZIN PENELITIAN/SKRIPSI/OBSERVASI/TESIS/DISERTASI No. : 198/REK/III.4/F/2024	
<p>Setelah membaca surat dari Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta nomor : B/84/UN34.16/PT.01.04/2024 tanggal : 1 April 2024 perihal : Surat Izin Penelitian dan berdasar putusan sidang Majelis Dikdasmen dan PNF PDM Kota Yogyakarta, pada hari Senin tanggal 5 Syawal 1445 H, bertepatan tanggal 15 April 2024 M yang salah satu agenda sidangnya membahas pemberian izin penelitian/praktek kerja/observasi, maka dengan ini kami memberikan izin kepada:</p>	
Nama Terang	: PANDU JATI PRIKHAMDANI NIM 20601244014
Pekerjaan	: mahasiswa prodi S1 - Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Universitas Negeri Yogyakarta
Alamat	: Jl. Colombo No.1 Yogyakarta
Pembimbing	: Ahmad Rithaudin, S.Pd.Jas., M.Or.
untuk melakukan observasi/penelitian/pengumpulan data dalam rangka menyusun skripsi :	
Judul	: TINGKAT PENGUSAHAAN TEKNIK DASAR PUSH DAN HIT PESERTA EKSTRAKULIKULER HOKI DI MTS MUHAMMADIYAH KARANGKAJEN YOGYAKARTA
Lokasi	: MTs Muhammadiyah Karangkajen Yogyakarta
dengan ketentuan sebagai berikut:	
<ol style="list-style-type: none">1. Menyerahkan tembusan surat ini kepada pejabat yang dituju.2. Wajib menjaga tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku di sekolah/setempat.3. Wajib memberi laporan hasil penelitian/praktek kerja/observasi dalam bentuk CD kepada Majelis Pendidikan Dasar dan Menengah Pimpinan Daerah Muhammadiyah Kota Yogyakarta.4. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kestabilan Persyarikatan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah.5. Surat izin ini dapat diajukan kembali untuk mendapat perpanjangan bila diperlukan.6. Surat izin ini dapat dibatalkan sewaktu-waktu bila tidak dipenuhi ketentuan-ketentuan tersebut di atas.	
MASA BERLAKU 3 (TIGA) BULAN : 18-4-2024 sampai dengan 18-7-2024	
Tanda tangan Pemegang Izin,  Pandu Jati Prikhamdani	
Yogyakarta, 18 April 2024	
Ketua,  Dr. H. Ishafit, M.Si NBM. 600.749	Sekretaris,  Buana, S.Pd., M.Eng. NBM. 728.558
	
Tembusan: 1. PDM Kota Yogyakarta 2. Dekan FIKK UNY 3. Kepala MTs Muh. Karangkajen Yk	

Lampiran 3. Kalibrasi Roll Meter

 **PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PERDAGANGAN
UPT METROLOGI LEGAL**

SURAT KETERANGAN HASIL PENGUJIAN
Statement Letter of Testing Result

Nomor: 510 / 1407 / UP - 060 / I / 2024

No. Order	B23121334
Order Number	08 Januari 2024

Nama Alat : Ukuran Panjang
Measuring Instrument

Merek	: Keen	Kapasitas	: 50000 mm
Merk		Capacity	
Model / Tipe	: -	Daya Baca	: 2 mm
Model / Type		Resolution	
No. Seri	: -		
Serial Number			

METODE, STANDAR DAN TELUSURAN
Method, Standar and Traceability

- Metode : SK DJ PDN No. 32/PDN/KEP/3/2010
- Standar : Meter Kuningan Standar 1 meter
- Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN

DATA VERIFIKASI
Verification Data

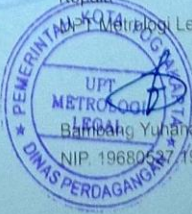
- Tanggal Verifikasi : 09 Januari 2024
- Petugas Verifikasi : Rahmat Widiono, A.Md.
- Lokasi : Laboratorium Besaran Panjang UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta
- Kondisi Ruangan : Suhu : (30 ± 3) °C Kelembapan : (55 ± 3) %

Hasil : LIHAT HALAMAN SELANJUTNYA
Result

Pemilik : Dimas Aji Priyambodo
User : Jl. Mangunjaya 10/1099 Purwokerto Lor Kec. Purwokerto Timur Banyumas

Sertifikat ini terdiri dari 2 (dua) halaman
This certificate consists of 2 (two) pages

Yogyakarta, 09 Januari 2024
Kepala
UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta


Baribang Yunana, S.T
NIP. 196805371993031007

Halaman 1 dari 2 Halaman

Permerintah Kota Yogyakarta - Dinas Perdagangan
UPT METROLOGI LEGAL
Jalan Slingamangaraja No. 21c, Brontokusuman, Kota Yogyakarta 55153
Telp. 0271-542704 | WA 0812 2561 6964 | uptmetrologilegal@gmail.com

perdagangan.jogjakota.go.id
Pengaduan
Hotline SMS 0812 2780 001
Email upik@jogjakota.go.id

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA UPT METROLOGI LEGAL

Sertifikat Nomor : 510 / 1407 / UP - 060 / 1 / 2024

METODE, STANDAR DAN TELUSURAN

Method, Standar and Traceability

- Metode : SK DJ PDN No. 32/PDN/KEP/3/2010
- Standar : Meter Kuningan Standar 1 meter
- Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN

DATA VERIFIKASI

Verification Data

- Tanggal Verifikasi : 09 Januari 2024
- Petugas Verifikasi : Rahmat Widiono, A.Md.
- Lokasi : Laboratorium Massa UPT Metrologi Legal Kota Yogyakarta
- Kondisi Ruangan : Suhu : (30 ± 3) degC
Kelembapan : (55 ± 3) %

HASIL

Results

No.	Panjang Nominal (mm)	Nilai Sebenarnya (mm)	No.	Panjang Nominal (cm)	Nilai Sebenarnya (cm)
1.	0-10000	10004.35			
2.	0-20000	20009.12			
3.	0-30000	30013.06			
4.	0-40000	40017.28			
5.	0-50000	50021.79			

Catatan: 1. Hasil yang ditampilkan hanya berhubungan dengan penggunaan alat ukur di lokasi verifikasi.

Penera
UPT Metrologi Legal

Rahmat Widiono, A.Md.
NIP. 19870723.201101.1.002

Halaman 2 dari 2 Halaman

Lampiran 4. Formulir Tes

Formulir Tes Tingkat Penguasaan Teknik Dasar *Push* dan *Hit* Peserta Ekstrakurikuler Hoki MTs Muhammadiyah Yogyakarta

A. Penilaian Teknik *Push*

1. Petunjuk Pelaksanaan *Push*

- a. Jarak garis batas dorongan bola dengan sasaran adalah 6 meter.
- b. Panjang garis batas dorongan bola adalah 1,5 meter.
- c. Jarak garis batas dorongan bola dengan testee adalah 1,5 meter.
- d. Jarak testee dengan bola adalah 1,5 meter.
- e. Testee berdiri di belakang garis batas pelepasan bola (*push*).
- f. Testee bersedia melakukan *push*, testee melakukan *push* di atas garis.
- g. Testee memulai gerakan dengan diawali aba-aba atau bunyi peluit.
- h. Testee melakukan *push* dengan bola ke setiap target sasaran sebanyak dua kali.
- i. Total target sasaran (gawang) yang tersedia sebanyak tiga buah. Bola yang diarahkan ke setiap sasaran (gawang) sebanyak dua buah.

2. Pencatatan Hasil Skor *Push*

- a. Skor yang diraih adalah jumlah angka yang diperoleh secara keseluruhan dari enam bola yang melewati atau menyentuh batas garis target sasaran dengan keseluruhan waktu yang ditempuh selama melakukan *push* sebanyak enam bola ke arah target sasaran mulai dari perkenaan stik ke bola pertama sampai bola terakhir melewati batas garis target sasaran.
- b. Hasil yang dicatat adalah setiap bola yang masuk ke dalam target sasaran dan waktu yang ditempuh adalah keseluruhan waktu selama melakukan *push* dengan enam bola.

- c. Nilai untuk setiap bola masuk ke target sasaran adalah satu (1) dan bola tidak masuk adalah nol (0).
- d. Bila bola melewati atas target sasaran dan masuk diantara dua buah patok sebagai target sasaran serta tingginya bola yang di *push* kurang dari 46 cm maka bola dinyatakan sah dan mendapat nilai satu (1). Apabila tingginya bola yang di *push* melebihi batas 46 cm maka tidak mendapat nilai atau nol (0).

3. Hasil Tes *Push*

No	Nama	JK	Kelas	Pukulan						Total Skor
				1	2	3	4	5	6	
1		L/P								
2		L/P								
3		L/P								
Total Skor										

B. Penilaian Teknik *Hit*

1. Petunjuk Pelaksanaan *Hit*

- a. *Testee* berdiri dibelakang batas pelepasan bola (*hit*).
- b. *Testee* bersedia melakukan *hit*, *testee* melakukan *hit* di atas garis.
- c. *Testee* memulai gerakan dengan diawali aba-aba atau bunyi peluit.
- d. *Testee* melakukan *hit* dengan bola ke target sasaran sebanyak lima kali.

2. Pencatatan Hasil *Hit*

- a. Skor yang diraih adalah jumlah angka yang dikenai oleh lima bola yang dipukul.
- b. Hasil yang dicatat adalah bola yang mengenai target sasaran selama melakukan *hit* dengan lima bola.
- c. Nilai untuk bola masuk ke target sasaran adalah sesuai skor yang telah ditentukan yaitu : 5,4,3,2,1 dan bola yang tidak mengenai

sasaran adalah nol (0).

3. Hasil Tes *Hit*

No	Nama	JK	Kelas	Pukulan					Total Skor
				1	2	3	4	5	
1		L/P							
2		L/P							
3		L/P							
Total Skor									

Lampiran 5. Rekap Data Hasil Tes Teknik Dasar *Push*

REKAP DATA HASIL TES DAN PENGUKURAN
TEKNIK *PUSH*

No	INISIAL	JK	PUKULAN <i>PUSH</i>											Total	Kategori
			Pukulan Ke-						5	6	7	8	9		
			1	2	3	4	5	6							
1	Rdw	L	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	5	Sangat Baik
2	Nnd	P	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	3	Sedang
3	Ctr	P	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	Sangat Kurang
4	Bhn	P	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	4	Baik
5	Ckl	P	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	Baik
6	Idh	P	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	2	Kurang
7	Ik	P	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	Sangat Kurang
8	Yg	L	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	Baik
9	Ckr	L	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	3	Sedang
10	Zk	L	0	0	1	1	1	1	0	0	1	1	1	3	Sedang
11	Yqr	L	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	0	2	Kurang
12	Rk	L	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	Sangat Kurang
13	Fz	L	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	3	Sedang
14	Chn	P	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	Sangat Kurang
15	Ny	P	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	2	Kurang
16	Byn	L	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	5	Sangat Baik
17	Gls	L	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	2	Kurang
18	Lkn	L	0	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	2	Kurang
19	Evn	L	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	2	Kurang
20	Nr	P	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	3	Sedang
21	Wd	P	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	2	Kurang
22	Zn	L	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	3	Sedang
23	Mrt	L	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	2	Kurang
Total Skor			8	5	12	12	14	10	11	60					
Rata Rata			0,347826	0,217391	0,521739	0,608696	0,434783	0,478261	2,61						
Standar Deviasi			0,47628	0,412471	0,499527	0,488042	0,495728	0,499527	1,17						
Nilai Max			1	1	1	1	1	1	1	5					
Nilai Min			0	0	0	0	0	0	0	1					

Lampiran 6. Rekap Dara Hasil Tes Teknik Dasar *Hit*

REKAP DATA HASIL TES DAN PENGUKURAN
TEKNIK *HIT*

No	INISIAL	JK	PUKULAN <i>HIT</i>					Total	Kategori
			Pukulan Ke-						
			1	2	3	4	5		
1	Rdw	L	3	2	3	2	4	14	Baik
2	Nnd	P	0	1	2	4	0	7	Kurang
3	Ctr	P	0	2	1	0	0	3	Sangat Kurang
4	Bhn	P	1	3	1	0	2	7	Kurang
5	Ckl	P	0	2	0	3	2	7	Kurang
6	Idh	P	0	4	0	0	0	4	Sangat Kurang
7	Ik	P	1	0	1	0	0	2	Sangat Kurang
8	Yg	L	3	1	2	4	2	12	Sedang
9	Ckr	L	1	2	4	3	1	11	Sedang
10	Zk	L	1	2	1	3	1	8	Kurang
11	Yqr	L	3	1	0	0	0	4	Sangat Kurang
12	Rk	L	1	0	2	0	0	3	Sangat Kurang
13	Fz	L	2	4	1	1	0	8	Kurang
14	Chn	P	0	0	2	1	0	3	Sangat Kurang
15	Ny	P	1	0	2	0	0	3	Sangat Kurang
16	Byn	L	1	3	2	3	2	11	Sedang
17	Gls	L	1	2	1	3	0	7	Kurang
18	Lkn	L	2	1	0	3	2	8	Kurang
19	Evn	L	1	4	0	2	1	8	Kurang
20	Nr	P	1	0	0	0	1	2	Sangat Kurang
21	Wd	P	1	0	0	0	0	1	Sangat Kurang
22	Zn	L	1	2	0	1	0	4	Sangat Kurang
23	Mrt	L	1	2	0	0	1	4	Sangat Kurang
Total Skor			26	38	25	33	19	141	
Rata Rata			1,130435	1,652174	1,086957	1,434783	0,826087	6,13	
Stndar Deviasi			0,899485	1,305796	1,099923	1,469282	1,048899	3,48	
Nilai Max			3	4	4	4	4	14	
Nilai Min			0	0	0	0	0	1	

Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian



Penjelasan pelaksanaan tes teknik dasar *push* dan *hit*



Pemanasan sebelum melaksanakan tes



Pelaksanaan tes *push* perempuan



Pelaksanaan tes *push* laki-laki



Pelaksanaan tes *hit* perempuan



Pelaksanaan tes *hit* laki-laki