

Analisis Keterampilan Teknik Dasar *Bowling* Atlet *Cricket* Kota Jambi**Irma Rizki^{1*}, Ugi Nugraha², Yusradinafi³****Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, FKIP, Universitas Jambi, Indonesia¹***Correspondence Author* :irmarizki13@gmail.com**ABSTRAK**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Data penelitian ini diperoleh dengan cara melakukan pengamatan dan pencatatan terhadap hasil tes keterampilan teknik dasar *bowling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 2 orang atlet *cricket* Kota Jambi (10%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori cukup. Sebanyak 11 orang atlet *cricket* Kota Jambi (55%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori baik. Dan sebanyak 7 orang atlet *cricket* Kota Jambi (35%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori sangat baik. Berdasarkan hasil penelitian dan data yang sudah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi berada pada kategori baik.

Kata Kunci: Keterampilan, Teknik Dasar, *Bowling****Analysis of Basic Bowling Technique Skills for Cricket Athletes in Jambi City*****ABSTRACT**

This study aims to determine the basic technical skills of bowling cricket athletes in Jambi City. The method used in this research is descriptive quantitative. The research data was obtained by observing and recording the results of the basic bowling technique skills test. The results showed that as many as 2 Jambi City cricket athletes (10%) had sufficient basic bowling technical skills. A total of 11 Jambi City cricket athletes (55%) have good basic bowling technical skills. And as many as 7 Jambi City cricket athletes (35%) who have basic bowling technical skills in the very good category. Based on the results of the research and the data that has been obtained, it can be concluded that the basic technical skills of bowling cricket athletes in Jambi City are in the good category.

Keywords: *Skills, Basic Techniques, Bowling***PENDAHULUAN**

Olahraga secara umum adalah sebagai salah satu aktivitas fisik maupun psikis yang berguna untuk menjaga dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang tersebut setelah melakukan olahraga (Aditia, 2015:2252).

Berdasarkan sifat dan tujuannya, olahraga dapat dibagi menjadi empat jenis, yaitu sebagai berikut : Suatu kenyataan menunjukkan bahwa ada empat dasar tujuan manusia melakukan kegiatan olahraga sekarang ini. Pertama adalah mereka yang melakukan

olahraga hanya untuk rekreasi, yaitu mereka yang melakukan kegembiraan. Kedua adalah mereka yang melakukan olahraga untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Ketiga adalah mereka yang melakukan olahraga untuk tujuan pendidikan. Keempat adalah mereka yang melakukan olahraga untuk sasaran prestasi tertentu.

Olahraga *cricket* merupakan permainan yang dimainkan dua regu yang saling berlawanan dapat dimainkan oleh siapa saja, baik anak-anak, usia muda maupun tua. *Cricket* merupakan permainan yang hampir mirip dengan permainan *softball* dan *baseball*. *cricket* bukan merupakan permainan yang bersifat perseorangan akan tetapi merupakan permainan yang bersifat beregu. Tiap-tiap regu terdiri dari atas 11 orang, sehingga harus ada kerjasama antar pemain untuk menghasilkan kemenangan. *Cricket* merupakan olahraga yang berasal dari Inggris, olahraga *cricket* sudah sangat populer di negara jajahan Inggris, seperti India, Pakistan, Australia, Malaysia dan sebagainya. Bagi yang baru mengenal olahraga *cricket*, olahraga ini menggunakan pemukul, stump, bola dan lapangan.

Di olahraga *cricket* terdapat banyak keterampilan teknik dasar antara lain : *Batting* (Memukul bola), *Bowling* (Melempar bola), *Fielding* (Menjaga), *Catching* (Menangkap), *Wicket Keeper* (Penjaga *Stump*) dan masih banyak lagi teknik dasar yang ada di dalam permainan *cricket*, terkhususnya *bowling* atau melempar bola. *Bowling* yaitu salah satu teknik yang menjadi kunci dalam olahraga ini, dimana teknik *bowling* ini yaitu cara melempar bola dengan posisi badan menyamping ke arah *batsman* dan tangan diputar dari bawah ke atas dengan siku dan tangan lurus dan melepaskan bola dengan dipantulkan di *pitch* tepat didepan *batsman* (pemukul). (Basri, dkk. 2021:54). Teknik *bowling* tersebut hanya diperankan oleh satu orang dari masing-masing tim yang disebut dengan *bowler*. Seorang *bowler* adalah orang yang bertugas sebagai pelempar bola ke *pitch* atau lapangan utama *cricket*. Tujuan dari *bowler* adalah mempersulit pemukul lawan atau *batsman* untuk mendapatkan nilai atau poin, dan lebih berfokus menjatuhkan *stump* milik lawan, sehingga membuat pemukul lawan mati dan tim lawan gagal mendapatkan poin.

Bowler bisa dikatakan sebagai pemain kunci. Dalam melakukan aksi *bowling*, *bowler* melakukan gerakan-gerakan memutar, menekuk, rotasi, fleksi, dan ekstensi dalam waktu yang singkat. Seorang *bowler* membutuhkan koordinasi antara mata, tangan, dan kaki untuk mencapai ritme yang akurat. Dibutuhkan juga latihan yang berulang-ulang untuk mendapatkan *bowling* yang maksimal. Seorang *bowler* yang baik, tentunya perlu memahami dan menguasai teknik *bowling* dengan benar. Agar lemparan yang dihasilkan tepat dan terarah, sehingga dapat mengenai *stump* tanpa mengalami *no ball* dan *wide*. *No ball* adalah salah satu sinyal wasit atau *umpire* yang diberikan kepada seorang *bowler* karena *bowler* tersebut tidak menampilkan teknik *bowling* yang benar. Sedangkan *wide* adalah salah satu sinyal wasit yang diberikan kepada seorang *bowler* karena hasil *bowling* nya melebar dan tidak mengarah ke *pitch*.

Keterampilan adalah suatu kecakapan dalam menyelesaikan tugas, terutama dalam tugas gerak. Keterampilan dapat juga dilihat dalam kaitannya dengan keadaan yang membedakan antara yang terampil dan tidak terampil. Maksudnya, keterampilan dari kategori kedua ini lebih berkaitan dengan tingkat kemahiran dalam penguasaan suatu tugas gerak. (Irfan Zinat Achmad, 2016:81).

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kuantitatif. Winarno (2013:57), menyatakan bahwa penelitian deskriptif bertujuan untuk memaparkan peristiwa yang terjadi pada masa kini, peristiwa tersebut dilakukan secara sistematis yang menekankan pada pengungkapan data berdasarkan fakta yang diperoleh dari lapangan.

Menurut Siyato (2015:27), penelitian kuantitatif adalah penelitian yang banyak menuntut penggunaan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut, serta penampilan dari hasilnya. Sedangkan menurut Arikunto (2006:12), mengemukakan tentang penelitian yang banyak menggunakan angka-angka, mulai dari mengumpulkan data, penafsiran terhadap data yang diperoleh, serta pemaparan hasil. Demikian pula pada tahap kesimpulan penelitian akan lebih baik bila disertai dengan gambar, tabel, grafik ataupun tampilan lainnya. Penelitian deskriptif kuantitatif memaparkan suatu peristiwa yang menggunakan sampel dan populasi tertentu dengan menguji hipotesis yang telah ditentukan. Dalam penelitian ini hanya terdapat satu variabel (variabel tunggal) yaitu keterampilan teknik dasar *bowling*.

Menurut Siyato, (2015:63). Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri dari objek/subjek yang memiliki kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya. Dan populasi yang peneliti ambil yaitu seluruh atlet *cricket* Kota Jambi yang berjumlah 20 orang.

Menurut Siyato (2015:64), sampel adalah sebagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut, ataupun bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu sehingga dapat mewakili populasinya. Mengenai penentuan besarnya sampel, Suharsimi Arikunto (2010:112) mengemukakan bahwa didalam pengambilan sampel apabila subjeknya kurang dari 100 maka diambil semuanya, sehingga penelitian merupakan penelitian populasi. Dikarenakan seluruh atlet *cricket* Kota Jambi berjumlah 20 orang, maka sampel yang digunakan dalam penelitian ini juga sebanyak 20 orang.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi. Untuk mendapatkan data yang benar demi kesimpulan yang sesuai dengan keadaan sebenarnya, maka diperlukan suatu instrumen yang valid dan konsisten serta tepat dalam memberikan data hasil penelitian (reliabel) (Febrianawati Yusup, 2018:17). Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes keterampilan *bowling* dengan lembar observasi untuk melihat keterampilan *bowling*, yang dibagi 5 kelas interval atau kategori penilaian. Instrumen yang akan digunakan sudah diuji terlebih dahulu. Tujuannya agar data yang peroleh dapat sesuai dengan apa yang diinginkan. Dalam instrumen ini peneliti juga menggunakan alat-alat untuk membantu kelancaran penelitian seperti bola, *bat*, *stump*, alat ukur, dan alat tulis.

Menurut Sugiyono (2015:224), teknik pengumpulan data merupakan langkah utama dalam penelitian, karena tujuan utama dari penelitian adalah mendapatkan data, jika peneliti tidak mengetahui teknik teknik pengumpulan data maka peneliti tidak akan mendapat data yang memenuhi standar. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini adalah observasi. Observasi adalah teknik pengumpulan data yang dilakukan melalui suatu pengamatan, dengan disertai pencatatan-pencatatan terhadap keadaan atau perilaku objek sasaran.

Analisis data adalah suatu proses atau upaya pengolahan data menjadi sebuah informasi baru agar karakteristik data tersebut menjadi lebih mudah dimengerti dan berguna untuk solusi suatu permasalahan, khususnya yang berhubungan dengan penelitian (Nurdin dan Hartati, 2019:172). Analisis data dalam penelitian keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi. Analisis data untuk membuat distribusi frekuensi kondisi fisik dilakukan dengan cara deskriptif kuantitatif yang mengacu dari tes lembar observasi untuk atlet *cricket* Kota Jambi. Setelah data dikelompokkan dalam setiap kategori, kemudian mencari persentase masing-masing data. Penelitian ini menggunakan teknik deskriptif persentase yang apabila data telah terkumpulkan, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga dari tadi data tersebut dapat diambil suatu kesimpulan.

Menurut Anas Sudjono (2012: 40-41), frekuensi relatif atau tabel persentase dikatakan “frekuensi relatif” sebab frekuensi yang disajikan di sini bukanlah frekuensi frekuensi yang sebenarnya, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persenan,

HASIL DAN PEMBAHASAN

Data pada penelitian ini diperoleh dari hasil tes keterampilan *bowling* yang dilakukan satu-persatu oleh atlet *cricket* Kota Jambi. Data hasil tes keterampilan *bowling* yang didapat, kemudian disusun di dalam tabel. Selanjutnya, data yang sudah diperoleh akan dimasukkan ke tabel distribusi frekuensi keterampilan teknik dasar *bowling*, sesuai dengan rumus yang sudah dipaparkan pada bab sebelumnya. Di bawah ini merupakan tabel distribusi frekuensi keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi, yang dijabarkan sebagai berikut :

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Keterampilan Bowling

SKOR	KATEGORI	FREKUENSI	PERSENTASE
13 – 15	Sangat Baik	7	35%
10 – 12	Baik	11	55%
7 – 9	Cukup	2	10%
4 – 6	Kurang	0	0%
0 – 3	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah		20	100%

Hasil penelitian terlihat pada tabel 1 dari 20 sampel yang diteliti dan di tes keterampilan teknik dasar *bowling*-nya, menunjukkan bahwa sebanyak 2 orang atlet *cricket* Kota Jambi (10%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori cukup. Sebanyak 11 orang atlet *cricket* Kota Jambi (55%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori baik. Dan sebanyak 7 orang atlet *cricket* Kota Jambi (35%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori sangat baik.

Keterampilan teknik dasar *bowling* sendiri merupakan komponen penting yang merupakan ciri dan karakteristik cabang olahraga *cricket*, oleh sebab itu harus dipersiapkan dengan matang bagaimana cara melatih keterampilan *bowling* untuk meraih prestasi. Penguasaan teknik yang baik dapat menghemat penggunaan tenaga, ini berarti bahwa semakin baik penguasaan keterampilan *bowling*, maka semakin hemat pemakaian energi yang dikeluarkan. Karena seorang *bowler* tidak hanya melakukan satu kali lemparan, melainkan 6 kali lemparan yang sah.

Melihat dari data keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi tersebut, menunjukkan bahwa keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi rata-rata masuk kategori baik. Hal ini terjadi karena teknik *bowling* yang dikuasai sudah bagus. Para atlet juga sudah cukup memahami teknik dasar *bowling* dengan baik, dan dapat melakukan *bowling* dengan tepat. Hal ini merupakan hasil dari intensitas latihan yang meningkat dikarenakan atlet *cricket* Kota Jambi sedang dalam persiapan menuju Porprov Jambi tahun 2023 yang akan dilaksanakan sekitar bulan Juni atau Juli. Namun, masih ada sedikit kesalahan yang cukup sering terjadi ketika atlet *cricket* Kota Jambi melakukan *bowling*, diantaranya yaitu tangan tidak lurus sepenuhnya ketika melempar bola (bengkok), bola yang tidak memantul di depan *stump* (melayang), terlalu cepat melepas atau merilis bola sehingga lemparan yang dihasilkan melambung, power pada saat melakukan *bowling* masih kurang terutama atlet putri. Jadi dapat dikatakan bahwa teknik *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi sudah bagus, namun belum konsisten.

Dari data keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi juga dapat dilihat bahwa ada beberapa hal atau faktor yang mempengaruhinya, yaitu : faktor proses latihan, faktor pribadi, dan faktor minat. Faktor proses latihan dimana pelatih memegang peranan penting dalam proses latihan, pelatih sangat berpengaruh terhadap keberhasilan dan penguasaan keterampilan teknik dasar *bowling*, dengan banyaknya metode yang dipakai oleh atlet atau dengan cara memodifikasi bentuk latihan *bowling* agar menjadi menarik sehingga proses latihan akan disukai oleh atlet dan tentunya program latihan akan berjalan dengan baik, ini tentunya akan mempengaruhi keterampilan gerak. Selain itu juga dengan melakukan latihan secara berulang-ulang, maka akan dapat meningkatkan keterampilan *bowling*. Faktor pribadi juga sangat berpengaruh, dimana setiap atlet mempunyai bakat dan kemampuan yang berbeda-beda. Faktor minat pun demikian, seseorang yang memiliki minat dan kemauan yang besar, maka hal itu akan membuat seseorang itu semakin giat dalam melakukan sesuatu. Selain itu juga ada faktor lingkungan, faktor ini meliputi sarana dan prasarana serta kondisi sekitar dimana pembelajaran, latihan atau kegiatan itu dilaksanakan. Jika sarana dan prasarana yang digunakan memadai, maka akan mempermudah pelatih dan atlet dalam proses peningkatan keterampilan teknik dasar *bowling*.

KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 2 orang atlet *cricket* Kota Jambi (10%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori cukup. Sebanyak 11 orang atlet *cricket* Kota Jambi (55%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori baik. Dan sebanyak 7 orang atlet *cricket* Kota Jambi (35%) yang memiliki keterampilan teknik dasar *bowling* kategori sangat baik. Berdasarkan hasil penelitian dan data yang sudah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa keterampilan teknik dasar *bowling* atlet *cricket* Kota Jambi berada pada kategori baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Achmad, I. Z. (2016). *Hubungan Antara Power Tungkai, Koordinasi Mata-Tangan, Dan Rasa Percaya Diri Dengan Hasil Keterampilan Open Spike Bola Voli*. Judika (Jurnal Pendidikan Unsika), 4(1).
- Aditia. (2015). *Survei Penerapan Nilai-Nilai Positif Olahraga Dalam Interaksi Sosial Antara Siswa Di SMA Negeri Se-Kabupaten Wonosobo Tahun 2014/2015*. Journal Of Physical Education. Volume 4 Nomor 12, Halaman: 2252.
- Arikunto. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara
- Basri, H., Pamungkas, G. W., & Abidin, D. (2021). *Hubungan Power Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Lemparan Bowling Pada Atlet Cricket Putri Kota Bekasi*. Paradigma, 18 (1), 53-59.
- Nurdin, I., & Hartati, S. (2019). *Metodologi Penelitian Sosial*. Surabaya : Media Sahabat Cendekia.
- Siyato, Sandu. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian*. Kediri: Literasi Media Publishing.
- Sudjono, Anas. (2012). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada
- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kombinasi (Mix Methods)*. Bandung: Alfabeta
- Winarno. (2013). *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang : Universitas Negeri Malang (UM PRESS)
- Yusup, F. (2018). *Uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian kuantitatif*. Tarbiyah: Jurnal Ilmiah Kependidikan, 7(1).