

PENGARUH MUSIK TERHADAP BALL HANDLING BOLA BASKET PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER DI SMA MUHAMMADIYAH 1 GRESIK

Richy Hidayat*, Dwi Cahyo Kartiko

S1 Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Olahraga,

Universitas Negeri Surabaya

*hidayatrichy@gmail.com

Abstrak

Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab. *Ball handling* adalah teknik yang harus dipelajari sebelum mempelajari teknik bermain dribbling, passing dan shooting agar pemain mempunyai kemampuan untuk mengenali, menguasai dan memainkan bola. Jika selama pertandingan banyak kesalahan dalam *ball handling* maka suatu tim akan mudah kehilangan bola sehingga mempengaruhi teknik yang lain. Untuk membantu menumbuhkan semangat dalam berlatih *ball handling* sehingga memberikan hasil yang baik. Penelitian ini bertujuan mengetahui pengaruh musik terhadap *ball handling* bola basket dan seberapa besar pengaruhnya. Penelitian ini termasuk penelitian kuantitatif dan jenis penelitian eksperimen *pretest* dan *posttest*. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah *pretest* dan *posttest*, dan juga digunakan untuk mengukur hasil *ball handling* bola basket. Subyek penelitian ini adalah 15 siswa dari kelas X dan XI SMA Muhammadiyah 1 Gresik. Berdasarkan hasil dari perhitungan uji T dengan musik *rock*, $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($8.100 > 2.365$), sedangkan perhitungan uji T dengan musik *elektronik*, $t_{hitung} > t_{tabel}$ ($5.922 > 2.447$) dengan demikian sesuai dengan ketentuan jika $t_{hitung} > t_{tabel}$ dengan taraf signifikansi 5% maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa hipotesis dari penelitian berbunyi “ada pengaruh musik terhadap *ball handling* bola basket pada peserta ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gresik” dapat diterima.

Kata Kunci : Musik, *Ball Handling* Bola Basket

Abstract

National education serves to develop people characters and skills in order to educate nation life. And to develop students to be a religious student and obey to God. *Ball handling* is must mastered technique before learning another technique, such as dribble, pass, and shoot in order to have a good basketball skills. If a team makes many errors of *ball handling* it will effect another technique for the whole team. To increase training passion on *ball handling* we add some music on it. The research purposes are to know the influence of music to baketball handling and how big it is. This research using quantitative research with experiment model. Collecting data are using *pretest* and *posttest* of *ball handling*. Research sample are 15 students of tenth grade and eleventh grade of the first muhammadiyah senior high school of Gresik. Based on t tes result found that rock music has $t_{count} > t_{table}$ ($8.100 > 2.365$) and electronic music with $t_{count} > t_{table}$ ($5.922 > 2.447$). So it means H_a accepted and H_0 rejected. It is concluded that research hypothesis said there is an influence of music to basketball handling on extracullicular students of the first muhammadiyah senior high school of Gresik accepted.

Keyword(s) : Music, *Ball Handling*, *Basket Ball*

PENDAHULUAN

Secara umum, fungsi dari pendidikan nasional adalah mengembangkan potensi peserta didik untuk mencapai masyarakat yang sejahtera. Hal demikian diatur dalam Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2003 pada Bab II Pasal 3 tentang Sistem Pendidikan Nasional menyebutkan bahwa

“Pendidikan nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif,

mandiri, dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Untuk mencapai tujuan satuan pendidikan tersebut, ada dua kegiatan penting yang dilaksanakan di sekolah yaitu kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan Intrakurikuler merupakan kegiatan belajar mengajar pada jam pelajaran, sedangkan menurut Khamidi (2008:97) “Kegiatan ekstrakurikuler merupakan kegiatan di luar jam pelajaran biasa dengan tugas memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajar, menyalurkan minat dan bakat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya.” Kegiatan ekstrakurikuler dapat membentuk sikap mental dan dedikasi sehingga dapat meningkatkan prestasi salah satu cabang olahraga tertentu dalam waktu yang lebih lama (Setiawan, 2016).

Kegiatan ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gresik diantaranya Bola Basket. Dalam permainan bola basket ada beberapa hal yang harus dipelajari sehingga permainan bisa efektif dan efisien salah satunya adalah teknik dasar *ball handling*. Menurut Bidang Kepelatihan PB Perbasi (2004:39) “*Ball handling* adalah teknik yang harus dipelajari sebelum mempelajari teknik bermain *dribbling*, *passing* dan *shooting* agar pemain mempunyai kemampuan untuk mengenali, menguasai dan memainkan bola.” Jika selama pertandingan banyak kesalahan dalam *ball handling* maka suatu tim akan mudah kehilangan bola sehingga mempengaruhi teknik yang lain.

Menurut Aprilia (2016) dengan menggunakan media musik dapat membantu menumbuhkan semangat dalam berlatih *ball handling*, sehingga memberikan hasil yang baik. Otak memahaminya sebagai musik yang keras dan membuat bersemangat, tubuh akan meresponnya dengan degup jantung yang kencang, aliran darah dan sirkulasi tubuh yang cepat, dan otot mengeras, kondisi fisik ini mempersiapkan individu untuk melakukan tindakan yang keras atau bersemangat (Rachmawati, 2005:36-37).

Penelitian ini menggunakan jenis musik *rock* dan musik *elektronik*, dua jenis musik tersebut dipilih berdasarkan analisis kebutuhan awal yang dilakukan pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah 1 Gresik. Berdasarkan uraian latar belakang tersebut akan dilakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Musik Terhadap *Ball Handling* Bola Basket Pada Peserta Ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gresik”.

Menurut Dedik S. Santoso (2002), dari hasil perhitungan diketahui bahwa musik dapat mempengaruhi performa seseorang ketika melakukan aktivitas fisik. Adanya pengaruh musik terhadap kemampuan *ball handling* ini sejalan dengan penelitian Eliakim et. Al (2012) yang menyatakan bahwa musik dapat digunakan dalam latihan bola basket dengan harapan dapat meningkatkan kemampuan pada saat latihan dan dapat membentuk performa permainan yang baik.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan pendekatan kuantitatif). Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *One Group Pretest-Posttest Design*. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah Tes Teknik Dasar Penguasaan (*Ball Handling*). Untuk mengukur penilaian proses dalam penguasaan tahapan-tahapan gerak dasar *ball handling* pada permainan basket. Yaitu dengan melakukan tahapan *ball handling*. Disini peserta harus melakukan tahapan gerak dasar *ball handling* sesuai komponen-komponen yang sudah ditentukan, untuk memperoleh nilai akhir dari tes yang dilakukan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Deskriptif Data

Pada deskriptif data ini membahas tentang rata-rata, standart deviasi, dan varian. Dari peserta ekstrakurikuler bola basket kelas X dan XI SMA Muhammadiyah 1 Gresik yang berjumlah 15. Sehingga menghasilkan nilai-nilai sebagai berikut:

Tabel 1. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Ball Handling Bola Basket Menggunakan musik *Rock*

	Siswa	Mean	Std. Deviasi	Varian
<i>Pretest</i>	8	81.7350	5.12522	26.268
<i>Posttest</i>	8	91.7500	3.91882	15.357

Berdasarkan analisis tabel di atas, tentang hasil *pretest* dan *posttest* ball handling bola basket menggunakan musik *rock*, maka dapat diketahui bahwa hasil *pretest* dari 8 peserta memiliki mean 81.7350 nilai standart deviasi 5.12522 dan nilai varian 26.268. Sedangkan untuk hasil *posttest* dari 8 peserta mamiliki mean 91.7500 nilai standart deviasi 3.91882 dan nilai varian 15.357

Tabel 2. Hasil *Pretest* dan *Posttest* Ball Handling Bola Basket Menggunakan musik *Elektronik*

	Siswa	Mean	Std. Deviasi	Varian
<i>Pretest</i>	7	84.2857	5.52914	30.571
<i>Posttest</i>	7	90.8571	4.09994	16.810

Berdasarkan analisis tabel di atas, hasil pretest dan posttest ball handling bola basket menggunakan musik *elektronik*, maka dapat diketahui bahwa hasil pretest dari 7 peserta memiliki mean 84.2857 nilai standart deviasi 5.52914 dan nilai varian 30.571. Sedangkan untuk hasil posttest dari 7 peserta memiliki mean 90.8571 nilai standart deviasi 4.09994 dan nilai varian 16.810.

Berikut hasil pengujian normalitas dengan menggunakan SPSS statistics 25:

Tabel 3. Pengujian Normalitas

Variabel	Statistik	Signifikan	Kategori
<i>Pretest rock</i>	0.762	0.608	Normal
<i>Pretest elektronik</i>	0.521	0.949	Normal
<i>Posttest rock</i>	0.573	0.898	Normal
<i>Posttest elektronik</i>	0.982	0.290	Normal

Berdasarkan tabel di atas, tentang uji normalitas dijelaskan bahwa nilai signifikan (Pvalue) pretest dengan musik *rock* lebih besar dari nilai α (5%) atau 0.05 dengan kata lain signifikan $> \alpha$ (0.762 > 0.05). sedangkan nilai signifikan (Pvalue) posttest dengan musik *rock* $> \alpha$ (5%) atau 0.05 dengan kata lain signifikan $> \alpha$ (0.573 > 0.05). nilai pretest untuk musik *elektronik* lebih besar dari nilai α (5%) atau 0.05 dengan kata lain signifikan $> \alpha$ (0.521 > 0.05). sedangkan nilai signifikan (Pvalue) posttest dengan musik *elektronik* $> \alpha$ (5%) atau 0.05 dengan kata lain signifikan $> \alpha$ (0.982 > 0.05). sehingga diputuskan H_0 diterima yang berarti bahwa data tersebut memenuhi asumsi data normal dan penelitian tersebut layak digunakan untuk penelitian selanjutnya.

Tabel 4. Uji T

	Mean	Std. Deviasi	T	Df	Signifikan
<i>Pretest dan posttest rock</i>	-10.37500	3.62284	-8.100	7	0.000
<i>Pretest dan posttest elektronik</i>	-6.57143	2.93582	-5.922	6	0.001

Berdasarkan hasil perhitungan dalam tabel 4 tentang uji t, pretest dan *posttest rock* thitung sebesar 8.100 sedangkan nilai ttabel sebesar 2.365.

Pretest dan *posttest elektronik* thitung sebesar 5.922 sedangkan nilai ttabel sebesar 2.447 karena thitung lebih besar ttabel, maka H_0 ditolak. Karena H_0 ditolak maka membuktikan H_a diterima, dengan kata lain bahwa ada perbedaan yang signifikan dari hasil tes setelah pemberian treatment dan sebelum pemberian treatment pada ekstrakurikuler bola basket di SMA Muhammadiyah 1 Gresik.

Sedangkan untuk memformulasikan Hipotesis (H_0 dan H_a)

H_0 tidak ada pengaruh yang signifikan antara hasil tes *ball handling* bola basket sebelum dan sesudah pemberian treatment.

H_a ada pengaruh yang signifikan antara hasil tes *ball handling* bola basket sebelum dan sesudah pemberian treatment.

Tabel 5. Presentase Pengaruh

<i>Rock</i>	<i>Elektronik</i>
$\frac{MD}{Mpre} \times 100\%$	$\frac{MD}{Mpre} \times 100\%$
$\frac{10,21}{81,50} \times 100\%$	$\frac{7}{84} \times 100\%$
12,50%	8,00%

Berdasarkan hasil perhitungan, presentase peningkatan *ball handling* bola basket pada kelompok musik *rock* sebesar 12,50%, sedangkan pada kelompok musik *elektronik* sebesar 8,0%.

PEMBAHASAN

Pada bagian ini akan membahas tentang pengaruh musik terhadap *ball handling* bola basket pada peserta ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gresik. Hasil penelitian Critchley dan Hansen dalam Rachmawati (2005:35) mereka melaporkan bahwa: Karena sifatnya yang nonverbal, musik bisa menjangkau sistem limbic (bagian preverbal otak primitif) yang secara langsung mempengaruhi reaksi fisik manusia seperti detak jantung, tekanan darah, dan temperature tubuh. Hasil pengamatan mereka menyebutkan bahwa dengan mengaktifkan aliran ingatan yang tersimpan di wilayah corpus collosum, musik mengingatkan integrasi seluruh wilayah otak.

Musik adalah salah satu media yang dapat meningkatkan semangat juga dapat mempengaruhi semangat juga dapat mempengaruhi keterampilan gerak seseorang. Adanya perbedaan selera musik dari para peserta membuat peneliti menggunakan beberapa jenis musik dalam peneliti ini. Pelaksanaan treatment di lapangan, dengan mendengarkan musik para peserta ekstrakurikuler melakukan gerakan *ball handling* dengan santai dan semangat.

Sesuai dengan rumusan masalah tujuan penelitian dan hasil penelitian dan hasil penelitian tentang pengaruh musik terhadap ball handling bola basket maka diketahui ada pengaruh. Hal ini dapat dilihat dari hasil skor tes ball handling bola basket sebelum diberikan treatment (pretest) untuk musik *rock* adalah mean 81.7350 nilai standart deviasi 5.12522 dan nilai varian 26.268 skor terendah dan tertinggi masing-masing 70 dan 87. Hasil skor tes *ball handling* bola basket setelah diberikan treatment (posttest) adalah mean 91.7500 nilai standart deviasi 3.91882 dan nilai varian 15.357 skor terendah dan tertinggi masing-masing 84 dan 97. Hasil skor tes *ball handling* bola basket sbelum diberikan treatment (pretest) untuk musik *elektronik* adalah mean 84.2857 dan nilai standart deviasi 5.52914 dan nilai varian 30.571 skor terendah dan tertinggi masing-masing 74 dan 91. Hasil skor tes ball handling bola basket setelah diberikan treatment (posttest) adalah mean 90.8571 nilai standart deviasi 4.09994 dan nilai varian 16.810 skor terendah dan tertinggi masing-masing 82 dan 95.

Berdasarkan tabel 3 diketahui Pvalue pada saat *pretest* dengan musik *rock* 0,762 dan Pvalue pada saat *posttest* 0,573. Sedangkan Pvalue pada saat *pretest* dengan musik *elektronik* 0,521 dan Pvalue pada saat *posttest* 0,982. Dapat disimpulkan bahwa data pada saat *pretest* dan *posttest* adalah berasal dari data normal karena Pvalue > alpha yaitu 0,05.

Berdasarkan hasil dari perhitungan uji T dengan musik *rock*, thitung > ttabel (8.100 > 2.365), sedangkan perhitungan uji T dengan musik *elektronik*, thitung > ttabel (5.922 > 2.447) dengan demikian sesuai dengan ketentuan jika thitung > ttabel dengan taraf signifikan 5% maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Dari hasil tersebut disimpulkan bahwa ada pengaruh musik terhadap *ball handling* bola basket.

Berdasarkan hasil perhitungan, peresentase peningkatan *ball handling* bola basket pada kelompok musik *rock* sebesar 12,50%, sedangkan pada kelompok musik *elektronik* sebesar 8,0% dan juga analisis hasil uji hipotesis dengan musik *rock*, thitung > ttabel (8.100 > 2.365), sedangkan dengan musik *elektronik*, thitung > ttabel (5.922 > 2.447) maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang cukup signifikan setelah diberikan treatment dengan menggunakan musik.

PENUTUP

Simpulan

1. Ada pengaruh yang signifikan dari penggunaan musik terhadap *ball handling* bola basket pada peserta ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gresik. Dibuktikan dengan hasil thitung 8.100 > ttabel 2.365 untuk musik *rock*, sedangkan thitung 5.922 > ttabel 2.447 untuk musik *elektronik* dengan taraf signifikan 0,05
2. Besarnya pengaruh musik terhadap *ball handling* bola basket pada peserta ekstrakurikuler di SMA Muhammadiyah 1 Gresik dibuktikan dengan perhitungan presentase pengaruh yaitu kelompok musik *rock* sebesar 12,50%, sedangkan pada kelompok musik *elektronik* sebesar 8,0%.

Saran

1. Penerapan musik tidak hanya digunakan pada materi *ball handling* saja melainkan bisa semua materi dalam latihan bola basket.
2. Penelitian selanjutnya dikembangkan treatment dengan musik dan tanpa musik.

DAFTAR RUJUKAN

- Aprilia, Niswatin Hasanah. 2016. *Pengaruh Musik Terhadap Ball Handling Bola Basket Pada Peserta Ekstrakurikuler Di SMA Negeri 1 Lamongan*. Vol 04 No 02 halaman 253-256.
- Eliakim, Michal. et. al. 2012. *Motivational Music And Repeated Sprint Ability In Junior Basketball Players*. *Acta Kinesiologiae Universitatis Tartuensis*, Vol. 18, pp. 29-38, www.ojs.utlib.ee, diakses pada 5 Juni 2018.
- Khamidi, Amrozi. 2008. *Pendidikan Dan Strategi Belajar Mengajar (Pendidikan Jasmani Olahraga Dan Kesehatan)*. Surabaya: Unesa University Press).
- Maksum, Ali. 2007. *Diktat Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Rachmawati, Yeni. 2005. *Musik Sebagai Budi Pekerti*. Yogyakarta: Panduan.
- Santoso. 2002. *Pengaruh Musik Terhadap Performance Fisik*. Vol. 4 No.1. Jurnal Teknik Industri.
- Setiawan, Farid. 2016. *Pengaruh Latihan Ballhandling Terhadap Keterampilan Menggiring Bola Dalam Permainan Bola Basket (Studi Pada Ekstrakurikuler SMP Negeri 9 Surabaya)*

Soetanto, Hartono, dkk. 2013. *Pendidikan Jasmani (Sebuah Pengantar)*. Surabaya: Unesa University Press.

Undang-undang Republik Indonesia No. 20 Tahun 2003, Tentang Sistem Pendidikan Nasional. Restindo Mediatama: Jakarta.

