

PROSIDING SNPO 2018

SEMINAR NASIONAL PENDIDIKAN OLAHRAGA

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN



Penyelenggara :
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Prodi Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Medan
Prodi Ilmu Keolahragaan Pascasarjana Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library , Universitas Negeri Medan

PROSIDING

SNPO 2018

Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional

SABTU, 08 SEPTEMBER 2018
GEDUNG DIGITAL LIBRARY LANTAI IV
UNIVERSITAS NEGERI MEDAN

Narasumber :

Prof. Dr. Syawal Gultom, M.Pd. (Rektor Universitas Negeri Medan)
Prof. Dr. Tandiyo Rahayu, M.Kes. (Dekan FIK Universitas Negeri Semarang)
Dr. Phil. Ichwan Azhari, M.S. (Kepala PUSSIS Universitas Negeri Medan)
Dr. Ardi Nusri, M.Kes. AIFO. (Dosen FIK UNIMED)

THE
Character Building
UNIVERSITY



Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Medan



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018
FIK Unimed, 8 September 2018:
Digital Library, Universitas Negeri Medan

PROSIDING SNPO 2018 Seminar Nasional Pendidikan Olahraga

Tema :

**Peningkatan Mutu Guru Dan Pembelajaran
Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan
Berbasis Penelitian Nilai-Nilai Kearifan Lokal
Guna Mendukung Prestasi Olahraga Nasional**

Steering Comitee

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
Drs. Suharjo, M.Pd.
Dr. Albadi Sinulingga, M.Pd.
Dr. Syamsul Gultom, SKM., M.Kes.
Drs. Mesnan, M.Kes.
Akbar Khusyairi Rambe, S.Pd.
Nasiruddin Daulay, S.Pd.

Organizing Comitee

Abdul Harris Handoko, S.Pd., M.Pd
Togi Parulian Tambunan, S.Pd.
Akbar Zahriali, S.Pd.
Rian Handika, S.Pd.
Sri Astuti, S.Pd.
Alan Alfiansyah Putra Karo-karo, S.Pd.

Editor : Dr. Nurhayati Simatupang, M.Kes.
Dr. Imran Akhmad, M.Pd.

Reviewer :

Dr. Sabaruddin Yunis Bangun, M.Pd. (Unimed)
Dr. Sukendo, M.Kes. (UNJA)
Dr. Syahrudin, M.Kes. (UNM)
Dr. Rahma Dewi, M.Pd. (Unimed)
Dr. Amir Supriadi, M.Pd. (Unimed)

Penerbit :

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Jl. Willièm Iskandar Pasar V Medan Estate Medan
Telp: 061-6625972
E-mail: fik@unimed.ac.id
Website: fik.unimed.ac.id

ISBN 978-602-53100-0-3

Hak cipta dilindungi undang-undang
Dilarang memperbanyak karya tulis ini dalam bentuk dan dengan cara apapun
tanpa ijin tertulis dari penerbit



Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018

FIK Unimed, 8 September 2018:

Digital Library , Universitas Negeri Medan

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan hidayah yang telah diberikan kepada kita semua, sehingga buku Prosiding hasil Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018 pada hari sabtu tanggal 08 September 2018 di Gedung Digital Library Universitas Negeri Medan dapat terwujud.

Buku ini memuat artikel dan hasil penelitian Bapak/Ibu guru / dosen / Mahasiswa Universitas Negeri Medan yang dikumpulkan dan ditata oleh tim dalam kepanitiaan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga Tahun 2018. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini perkenankan kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Medan, Bapak Prof. Dr. Syawal Gultom, M. Pd. yang telah memfasilitasi semua kegiatan Seminar Nasional Pendidikan Olahraga ini.
2. Bapak/Ibu segenap panitia Seminar Nasional Pendidikan Olahraga, yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pemikirannya demi suksesnya kegiatan ini.
3. Bapak/Ibu guru, dosen dan mahasiswa penyumbang artikel dan hasil penelitian dalam kegiatan ini.

Semoga buku ini dapat memberi kemanfaatan bagi kita semua, untuk kepentingan peningkatan mutu guru dan pembelajaran pendidikan Jasmani olahraga kesehatan berbasis penelitian nilai-nilai kearifan local guna mendukung prestasi olahraga nasional



Medan, September 2018
Dekan FIK UNIMED

Dr. Budi Valianto, M.Pd.
NIP. 19660520 199102 1 001



Perbedaan Pengaruh Latihan <i>Side Jump Sprint</i> dan <i>Zig-Zag Run</i> Terhadap Hasil Kelincahan Pemain Sepak Bola <i>Dandy Surama Torong</i>	834
Pengaruh Kepribadian Dan Motivasi Terhadap Kinerja Pelatih Taekwondo Di Kabanjahe <i>Petrus Sembiring</i>	843
Analisis Keberbakatan Olahraga Pada Siswa-Siswa SMP Se Kota Medan <i>Mesnan</i>	850
Upaya Meningkatkan Keterampilan <i>Low Dribbling</i> melalui Variasi Latihan Pattern <i>Jefri Fernando Nainggolan</i>	856
Pengembangan Teknik Elimination Dalam Permainan Hockey. <i>Haris fadilla</i>	860
OLAHRAGA REKREASI DAN KESEHATAN	
Kebugaran Jasmani <i>Netti Kartikasari Berutu</i>	864
Survei Minat Masyarakat Untuk Menggunakan Fasilitas Olahraga Unimed <i>Dewi Hamda Mukminingsih Sirait</i>	870
Motivasi Peserta Senam Aerobik Masal Di Kota Stabat kabupaten Langkat Tahun 2018 <i>Ilham Dwi Pranata</i>	877
Peranan Olahraga Terhadap Anak <i>Ali Mukhtar Harahap</i>	882
Hubungan Antara Publik Space Dan Kebugaran Jasmani Terhadap Aktifitas Olahraga Rekreasi Bagi Masyarakat <i>Suyono</i>	889
Kondisi Status Gizi Dan Hubungannya Terhadap Kebugaran Jasmani Siswa Putera <i>Akhmad Syiroj</i>	896
Pengembangan Permainan Tradisional Untuk Meningkatkan Hasil Belajar Gerak Dasar Lari Pada Siswa <i>Khoirul Fiqri Batubara</i>	901
Permainan Tradisional Balapan Ban Sepeda Motor Bekas Untuk Materi Kebugaran Jasmani Siswa SD <i>Putra Arima , Tarsyad Nugraha, Agung Sunarno</i>	909



PENGEMBANGAN TEKNIK *ELIMINATION* DALAM PERMAINAN *HOCKEY*

Haris fadilla

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Medan
Harisfadilla01@gmail.com

Abstrak Penelitian pengembangan bertujuan mengembangkan hasil teknik *elimination* dalam permainan *hockey*. Metode penelitian dan pengembangan *research and development* (R&D) disertai pendekatan kualitatif. Subyek penelitian pengembangan atlet *hockey* yang telah menguasai teknik dasar *elimination*. instrumen penelitian dan pengembangan ini adalah a. Telaah para pakar/ ahli. b. Uji coba kelompok kecil. c. Uji coba lapangan. analisa data deskriptif kuantitatif dari para ahli menggunakan triangulasi, Hasil pengembangan disimpulkan bahwa: Diperlukan teknik *elimination* yang dikembangkan dapat meningkatkan kemampuan, atlet yang berlatih lebih efektif dan efisien, termotivasi dalam suasana kompetitif dan mendapat teknik-teknik baru khususnya dalam *elimination*, mengembangkan variasi-variasi *elimination* saat berlatih atau bertanding, diharapkan atlet lebih kreatif dan inovatif pada teknik *elimination*.

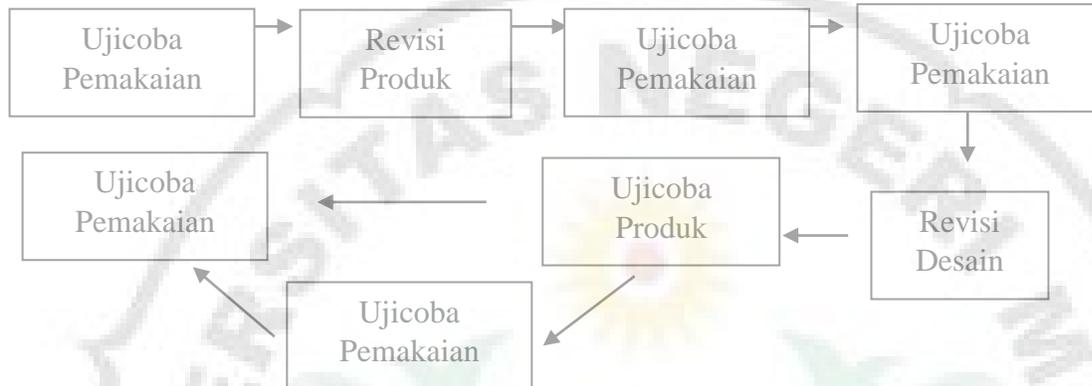
Kata kunci: analisis kebutuhan, teknik *elimination hockey*.

PENDAHULUAN

Permainan *hockey* pada dasarnya ialah upaya menguasai bola, merebut bola dan menghindari lawan bola dalam penguasaan. Penulis melakukan analisis kebutuhan kepada atlet didapatkan informasi 100% atlet memahami penguasaan *elimination* akan sangat mendukung pencapaian prestasi yang tinggi. 44% yang menyatakan kesulitan dalam berlatih untuk menguasai teknik *elimination*. 96% atlet menginginkan dapat menguasai teknik *elimination* yang baik. 100% atlet menyatakan perlunya teknik *elimination* untuk dimasukkan dalam program latihan. Ungkapan atlet disimpulkan bahwa seluruh masyarakat *hockey* membutuhkan adanya teknik yang baru dalam melewati lawan yang teknik tersebut diharapkan dapat meningkatkan prestasi. Hasil yang dikemukakan diatas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dikembangkan teknik *elimination* (melewati lawan), yang nantinya diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kemampuan *elimination* (melewati lawan). Produk yang diharapkan dalam penelitian pengembangan ini berusaha untuk membuat teknik *elimination* baru yang efektif dan efisien, sehingga diharapkan dapat menjadi daya tarik untuk atlet, menghasilkan teknik *elimination* baru dalam permainan *hockey*, sebagai masukan kepada pelatih untuk memberbudayakan variasi latihan dalam sesi latihan.

Konsep Pengembangan Sugiyono (2008; 297) penelitian pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut, diawali dengan analisa kebutuhan, pengembangan produk dan ujicoba produk. Dalam hal ini penelitian yang akan dikembangkan adalah teknik *elimination* dalam permainan *hockey*.

Rancangan langkah-langkah penelitian pengembangan sebagai berikut:



Gambar 2.1 langkah-langkah penggunaan metode *Research and development* (R & D)

Teknik Dasar *Elimination* Gerakan pertama *elimination* yaitu mengetuk sedikit atau menyeret bola dari kanan ke kiri berada di depan. Gerakan ke kanan letakkan bola dihadapan disebelah kiri badan, dengan gerakan badan dan mengetuk sedikit atau menyeret alihkan bola ke kanan dan terus menggiring bola melewati dari sebelah kanan. Gerakan ke kiri yaitu letakkan bola dihadapan sebelah kanan badan, dengan gerakan badan dan mengetuk sedikit atau menyeret alihkan bola ke kiri dan terus menggiring bola melewati dari sebelah kanan. Teknik *elimination* lama *Beat Kanan*, *Beat Kiri*, *Circle Kanan*, *Circle Kiri*, *Pivot Kanan*, *Pivot Kanan*, *Up Stick*, *Up Stick*. Prinsip-prinsip latihan untuk meningkatkan penguasaan dan kemampuan *elimination* (melewati lawan) haruslah dilakukan dengan latihan yang terarah, terukur dan teratur meningkat secara bertahap dan berulang-ulang serta berkesinambungan. Prinsip-Prinsip Latihan, Prinsip Beban Berlebih, Prinsip Beban Bertambah, Prinsip Beban Beraturan, Prinsip Individu, Prinsip Kekhususan Latihan, Prinsip Sumber Energi Utama yang Digunakan, Prinsip Pulih Asal.

METODOLOGI PENELITIAN

Pengguna produk atlet *hockey*, masyarakat *hockey*, pelatih dan pembina cabang olahraga *hockey*. Tempat penelitian lapangan *hockey* Universitas Negeri Medan pada Januari 2016. uji coba tahap I (kelompok kecil) berjumlah 10 atlet uji coba tahap II (kelompok besar) 30 atlet yang masih aktif berlatih. Pendekatan dan Metode Penelitian penelitian dan pengembangan merupakan penelitian yang bertujuan untuk menghasilkan produk yang berupa variasi latihan *elimination* dalam permainan *hockey*.

Prosedur Penelitian

Langkah-langkah Pengembangan yaitu: a. Potensi dan Masalah, b. Pengumpulan Data, c. Desain Produk. Draft Awal *Beat* kanan kecoh *stick*, *Beat* kiri kecoh *stick*, *Beat* kanan angkat bola, *Beat* kiri angkat bola, *Pivot* rendah kanan, *Pivot* rendah kiri, *Dubble pivot* kanan, *Dubble pivot* kiri, 3D kanan, 3D kiri. d. Evaluasi



Validasi, Evaluasi, dan Revisi Variasi.

- a. Telaah Para Pakar: Revisi Produk I, Produksi *Prototipe*, Uji Coba *Prototipe*, Revisi Produk II, Reproduksi
- b. Uji Coba Kepada Kelompok Kecil Tahap-tahap dalam uji coba produk ini yaitu: 1) menetapkan desain uji coba, 2) menetapkan subjek uji coba. Tahapan desain Uji Coba (Evaluasi Tahap Pertama, Revisi produk pertama, Evaluasi tahap kedua). Subyek Uji Coba (Tinjauan para ahli, Subyek analisa kebutuhan, Uji coba tahap I, Uji coba tahap II).
- c. Uji Coba Lapangan ini dilakukan 2 kali perlakuan.

Implementasi Produk dan menyebarkan produk (Desiminasi) Sebagai evaluasi sumatif produk akan didesiminasi pada club-club *hockey* kota medan dalam kurang 6 bulan, Pengumpulan data pengembangan teknik *elimination* data kualitatif diperoleh data kuantitatif dengan cara mengubah data kualitatif menjadi data kuantitatif dengan jalan memberikan skor pada data kualitatif tersebut. Instrumen Pengumpulan Data menggunakan angket analisa kebutuhan, kuesioner dari evaluasi ahli/ pelatih *hockey*, wasit *hockey* dan ahli olahraga serta hasil pendapat atlet. Analisa Data kuantitatif yang didapatkan dari penyebaran angket.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Pengembangan teknik *elimination* dalam permainan *hockey* ini telah tertulis dalam bentuk naskah atau *storyboard script* yang menyajikan bentuk-bentuk teknik *elimination*. Analisis Kebutuhan 1. Seberapa sering teknik *elimination* dilaksanakan dalam program latihan. 2. Seberapa penting pengembangan teknik *elimination* dilakukan untuk dapat meningkatkan kemampuan atlet dalam melakukan gerakan *elimination*. 3. Kendala apa sajakah yang dijumpai dalam membuat teknik *elimination* ke program latihan. 4. Dukungan apa sajakah yang didapatkan dalam membuat teknik *elimination* ke program latihan.

Draft final valid setelah mengalami revisi tahap II yaitu *Beat* kanan kecoh *stick*, *Beat* kiri kecoh *stick*, *Beat* kanan angkat bola, *Beat* kiri angkat bola, *Dubble pivot* kanan, *Dubble pivot* kiri, 3D kanan, 3D kiri. Kelayakan Produk Pengujian kelayakan teknik dilakukan dengan langkah-langkah sebagai berikut: a) Analisa kebutuhan, b) Pengembangan produk, c) Uji coba produk, d) Penyempurnaan produk, e) Penyebaran produk. Efektivitas produk Hasil evaluasi ahli, Hasil pengujian pertama/ uji coba kelompok kecil, Hasil pengujian tahap kedua/ uji coba kelompok besar Penyempurnaan Produk melalui tahapan pembuatan draf awal, merevisi produk, uji cobakan pada tahap I, evaluasi triangulasi, uji cobakan pada tahap II Pembahasan Produk Atlet lebih termotivasi, Atlet mendapatkan pengalaman gerak, Atlet kaya dengan teknik-teknik *elimination* Keterbatasan Penelitian Uji coba lapangan satu tempat serta minat, percaya diri dan faktor psikologi lainnya.



KESIMPULAN DAN SARAN

Teknik *elimination* yang dikembangkan dapat meningkatkan kemampuan teknik *elimination* atlet, atlet yang berlatih lebih efektif dan efisien, atlet termotivasi dalam suasana kompetitif, termotivasi untuk mendapatkan teknik-teknik baru khususnya dalam *elimination*. Saran produk teknik *elimination* digunakan para atlet dan pelatih, serta seluruh masyarakat *hockey*, dicetak atau diproduksi lebih banyak lagi dalam upaya mempublikasi, sosialisasi dapat diaplikasikan dalam jangkauan yang lebih luas, sebarluaskan pada klub-klub *hockey* di Indonesia.

DAFTAR PUSTAKA

- Anders, Elisabeth R. (1999). *Field Hockey Steps to Success*. United States of America: Versa Press
- Cadman, John. (1985). *Hockey The Skills of the Game*. Wiltshire: Crowood Press
- Glencross, D.J. (1984). *Hockey Coaching The Australian Way*. South Melbourne: Australian Hockey Association Ltd.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan
- Hodder and Stoughton. (1971). *Hockey Coaching*. London: Lowe & Brydone Ltd
- Ibrahim. (2014). *Hockey*. Medan. Bahan Ajar
- Meng, Yang Siow, et al. (1996). *Hoki Manual Latihan Tunas Cemerlang*. Malaysia: Pustaka Delta Pelajaran Sdn. Bhd.
- Mitchel-Taverner, Claire. (2004). *Field Hockey Techniques & Tactics*
- Sudjana. (2005). *Metoda Statistika*. Bandung: PT. Tarsito Bandung
- Sugiono, "Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D". Bandung: Alfabeta, 2008.
- Ten, Helen and M.P. Haridas. (2006). *Siri Sukan Popular Fajar Bakti: Hoki*. Kuala Lumpur: Penerbit Fajar Bakti Sdn.Bhd.