

MODIFIKASI PERMAINAN SOFTBALL UNTUK SISWA SEKOLAH DASAR

Oleh Sridadi
Universitas Negeri Yogyakarta

Abstract

Softball is a team sport modified from baseball which have been developed and popular in the USA. It is a modified games since it could previously be played by male. George Hancock was the one who started to modify baseball with the purpose was to make the game was playable in the winter by establishing written rules named indoor baseball. The effort to socialize this game to children should be done as early as possible. Elementary school is a good starting point to introduce this games. Through school physical education, children can be introduced by various games in order to enrich student movement. One of the effort is to provide modified softball. Several problems which will be explore are why softwall needs to be modified, what is the advantage of the modification, and what are the modified forms of softball?

Kata kunci: Modifikasi, Softball, Sekolah Dasar

PENDAHULUAN

Manfaat Bermain bagi Anak

Sekolah dasar adalah lingkungan pendidikan formal yang akan memberikan warna bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Dari lingkungan keluarga yang sempit, anak akan memasuki dunia sekolah yang lebih luas yang tentunya situasinya akan berbeda sekali dengan keluarga. Memasuki dunia sekolah, anak akan dihadapkan pada peraturan sekolah, otoritas guru, disiplin sekolah, dan macam-macam tuntutan yang cukup ketat. Semua ini akan memberikan pengaruh dan pengalaman yang besar bagi perkembangan kepribadian anak.

Melalui lingkungan sekolah ini pula, anak akan

mendapatkan pengalaman-pengalaman menarik dalam bermain yang tentunya berbeda jika dibandingkan di rumah. Banyak ahli yang menyatakan bahwa usia anak sekolah dasar merupakan usia bermain. Aktivitas bermain bagi anak terkadang merupakan suatu kegiatan yang spontan sebagai keinginan yang perlu mendapatkan penyaluran.

Keuntungan yang diperoleh dari aktivitas bermain menurut Mutohir (2004:104) Adalah (a) membuang ekstra energi, (b) mengoptimalkan pertumbuhan seluruh bagian tubuh seperti tulang, otot, dan organ-organ, (c) meningkatkan nafsu makan anak, (d) anak belajar mengontrol diri, (e) berkembangnya berbagai keterampilan yang akan berguna sepanjang hidupnya, (f) meningkatkan daya kreatifitas, (g) mendapatkan kesempatan belajar untuk bergaul dengan anak lainnya, (j) kesempatan untuk menjadi pihak yang kalah atau menang dalam bermain, (k) kesempatan untuk belajar mengikuti aturan-aturan, (l) dapat mengembangkan kemampuan intelektualnya.

Menurut Thompson (1992:56) bermain berarti menyediakan kesempatan untuk memperoleh pengalaman belajar yang menyenangkan. Sedangkan Pate menyatakan, anak-anak yang kurang berkesempatan untuk lebih awal berpartisipasi dalam bermain cenderung akan mengalami kesulitan untuk mempelajari penampilan motorik demhan tingkat yang lebih tinggi (1993:198). Dengan demikian bermain bagi seorang anak berarti anak akan belajar mengenal dan menguasai macam-macam benda, belajar memahami sifat-sifat benda, dan karena permainan, anak-anak akan mendapatkan rasa kepuasan dan kegembiraan. Dari kegiatan ini seorang anak akan belajar bergaul dan mengenal anak lain dalam kelompoknya, dan bekerja sama dalam berbagai kegiatan.

Berikut ini kutipan beberapa manfaat yang dapat diperoleh anak-anak melalui permainan menurut Morris (1976:2) diantaranya: (1) Games promote physical growth and development, (2) Games promote the socialization process, (3) Games aid in development of motor skill, (4) Games help develop emotional understanding between and within youngsters, (5) Games can use up excess energy on the part of youngster. Berdasarkan kutipan di atas disebutkan bahwa, permainan dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan proses sosialisasi, membantu perkembangan motor skill, membantu mengembangkan pengertian diantara anak-anak, dan dapat digunakan untuk menyalurkan energi yang merupakan bagian dari anak-anak.

MODIFIKASI PERATURAN DAN PERALATAN SOFTBALL

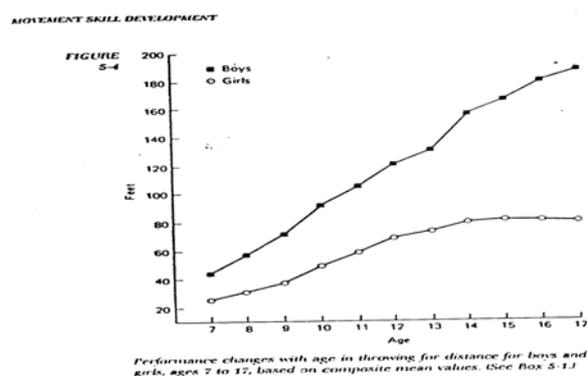
Softball merupakan salah satu bentuk permainan beregu yang dapat memberikan pengalaman bermain bagi anak-anak. Kelebihan energi yang merupakan salah satu ciri anak dapat disalurkan melalui kegiatan-kegiatan bermain bersama temansesama anggota kelompoknya. Dari permainan ini seseorang anak akan mendapatkan kegembiraan, belajar bekerja sama dengan anak lain dalam kelompoknya, dan berusaha memahami peraturan yang ada. Sehingga perlu kiranya beberapa peraturan-peraturan yang bersifat terlalu mengikat dapat disederhanakan agar mudah dipahami.

Menurut Thomson (1991:59) mengubah peraturan untuk disesuaikan dengan kemampuan anak, justru akan dengan cepat meningkatkan proses belajar dan kegembiraan melakukan aktivitas tersebut. Dengan kata lain, untuk memudahkan agar permainan tersebut dapat dikuasai dan dimengerti perlu kiranya modifikasi. Manfaat yang diperoleh dari bentuk modifikasi ini adalah untuk memudahkan pelaksanaan atau penguasaan sehingga diharapkan anak akan menaruh minat mempelajari permainan ini dengan sungguh-sungguh. Menurut Ausie Sport (1993) dalam memodifikasi ada tiga unsur yang harus diperhatikan guru atau pelatih, yaitu: (a) modifikasi ukuran lapangan, (b) modifikasi peralatan, (c) modifikasi lamanya permainan, (d) modifikasi peraturan permainan. Sedangkan menurut Mutohir (2004:107)

dampak dari modifikasi lapangan, alat-alat yang digunakan serta aturan yang ada akan memberikan kesempatan kepada siswa untuk dapat bergerak dan berkreasi dalam melakukan penjas.

Kemampuan motorik anak pada usia sekolah dasar sesungguhnya sudah mengalami perkembangan yang cukup baik. Sesuai dengan teori perkembangan Hurlock (1991:159) mengemukakan bahwa kematangan koordinasi otot akan mengikuti arah hukum perkembangan sehingga keterampilan tangan dapat dipelajari lebih awal dari pada keterampilan kaki. Tentunya dari awal mempelajari keterampilan ini akan tampak gerakan-gerakan yang tidak terkoordinasi serta banyak melakukan gerakan-gerakan yang tidak perlu dilakukan. Namun dengan cara melakukan keterampilan itu berulang-ulang, maka keterampilan tersebut akan menjadi lebih baik.

Sejalan dengan berkembangnya kemampuan motorik, biasanya akan diiringi dengan meningkatnya tingkat kecepatan, akurasi, kekuatan dan efisiensi gerakan. Peningkatan akurasi yang paling besar menurut Hurlock akan terjadi pada masa kanak-kanak sampai menjelang masa puber (1991:158). Gambar di bawah ini menunjukkan gambaran perbedaan penampilan kemampuan melempar bola antara laki-laki dan perempuan antara usia 7 s.d. 17 tahun. Dari gambar di bawah ini ditunjukkan perbedaan kemampuan melempar bola antara laki-laki dan perempuan.



Sumber Keogh dan Sugden, 1985:150

Gambar 1. Kemampuan Melempar Bola Laki-Laki dan Perempuan

Karena perbedaan kemampuan melempar bola antara laki-laki dan perempuan tidak begitu besar perbedaannya, maka dimungkinkan permainan ini

dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan secara bersama-sama. Kemampuan melempar dalam permainan ini merupakan sesuatu hal yang penting, karena merupakan salah satu dari beberapa teknik dasar yang harus dikuasai. Penguasaan beberapa teknik dasar ini perlu diberikan sedini mungkin kepada anak-anak tingkat sekolah dasar untuk memberikan bekal dan pengayaan gerak. Namun demikian perlu dipikirkan penggunaan beberapa peralatan dan peraturan, sehingga dalam melaksanakan tidak mengalami kendala.

Thompson (1993:58) berpendapat bahwa mengubah atau menyesuaikan teknik dan peralatan agar sesuai dengan kemampuan anak merupakan suatu hal yang dapat dilakukan. Oleh karena itu perlu ciri, sifat, dan bentuk permainan softball harus disesuaikan dengan sifat dan karakteristiknya anak pada usianya. Menurut Anarino (1980:133), karakteristik anak laki-laki dan perempuan kelas 5 dan 6 lebih menyukai permainan yang dinamis dan banyak bergerak. Sedangkan Kartini Kartono (1990:138) mengemukakan bahwa permainan yang digemari anak pada usia tersebut adalah yang bersifat menggembirakan.

Sesuai dengan karakteristik anak seperti yang dikemukakan para ahli di atas, bila dicermati, sesungguhnya softball adalah permainan yang dapat memberikan kegembiraan di kalangan anak-anak dalam bermain. Gerakan-gerakan yang ada dalam permainan ini seperti memukul, melempar, menangkap, lari dan lompat akan selalu dan sering dijumpai. Sehingga secara tidak langsung, anak akan memperoleh berbagai macam pengalaman dan gerakan yang dapat membantu meningkatkan pertumbuhan fisik dan perkembangan mental.

Upaya untuk memodifikasi permainan softball ini sesungguhnya merupakan usaha yang bertujuan untuk memperkenalkan permainan ini di kalangan anak tingkat sekolah dasar. Sehingga selain untuk menambah pengayaan gerak pada usia tersebut, juga akan membantu pemasalan permainan ini di kalangan anak sekolah dasar.

Permainan softball adalah jenis permainan beregu yang menuntut penguasaan keterampilan atau teknik individu secara baik. Untuk menguasainya, memerlukan proses waktu yang lama. Thompson

(1992:115) berpendapat bahwa proses mempelajari ketangkasan atau skill adalah proses jangka panjang, sedangkan Pate (1993:197) menyatakan bahwa keterampilan gerak dapat diperoleh secara bertahap dan berurutan sebelum mencapai tingkat yang lebih tinggi. Menurut Bompa (1986:18-19), dasar menuju spesialisasi dan penguasaan keterampilan secara fungsional didasarkan pada pengembangan menyeluruh. Berdasarkan beberapa pendapat tersebut dapat diartikan bahwa untuk mempelajari dan menguasai suatu keterampilan atau ketangkasan tidak cukup dicapai dalam waktu relatif singkat. Namun untuk menguasainya memerlukan waktu yang lama dan melalui tahap-tahap kemampuan yang sesuai dengan masa pertumbuhan dan perkembangan.

Seorang guru atau pelatih harus mampu menahan adanya kecenderungan untuk mengembangkan aktivitas ke arah gerakan-gerakan yang lebih khusus dan sempit. Namun pengembangan kemampuan fisik yang lebih luas serta mendasar, khususnya persiapan fisik secara umum merupakan salah satu dasar tuntutan yang penting untuk mencapai tingkat penguasaan yang lebih tinggi. Gambar 2 menunjukkan fase pokok dalam latihan yang menggambarkan pentingnya dasar-dasar penguasaan keterampilan sebelum mencapai prestasi yang tinggi.



Figure 6. The main phases of athletic training.

Bompa, 1986:19

Gambar 2. Fase Pokok Latihan Olahraga

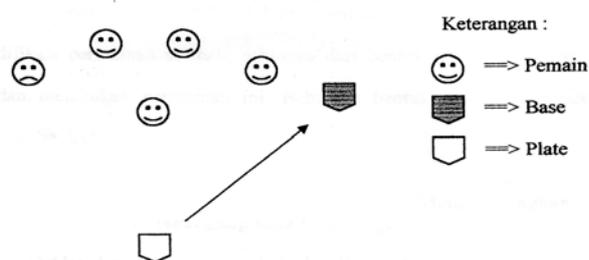
Konsekuensi dari pengembangan menyeluruh, pada saat pertama kali seseorang anak memasuki suatu latihan atau belajar keterampilan, guru atau pelatih harus memiliki satu pendekatan yang diarahkan terhadap pengembangan fungsional tubuh secara tepat, sehingga bentuk-bentuk aktivitas dengan variasi gerakan yang beraneka ragam akan

menimbulkan rasa gembira dalam melakukan kegiatan. Dengan demikian akan mengurangi kebosanan dan perasaan jenuh dalam beraktivitas atau bermain. Menurut Pate, dkk (1993:119) sering kali keinginan untuk meminta anak bermain menggunakan aturan yang sesungguhnya justru mengakibatkan pengalaman pembelajaran tidak sesuai dengan tahap perkembangan. Sebagai contoh, meminta anak berusia 8 tahun bermain basket di lapangan dengan yang sesungguhnya, menggunakan bola yang semestinya, dan tinggi keranjang 3,05 meter akan menyebabkan si pelaku meneubah pola gerak yang berkaitan dengan permainan, sehingga lebih jauh Pate dkk. Mengemukakan bahwa hasil dari pengaruh di atas akan menyebabkan: (1) Pelaku mejadi frustrasi dengan kegagalan yang berturutan dan pada akhirnya kehilangan minat pada aktivitas yang dikerjakan, (2) Pola gerakan yang salah justru tertanam dan akan mempengaruhi secara negatif perkembangan keterampilan selanjutnya.

Kendala yang ada adalah langka dan mahalnya alat dan peralatan yang digunakan, sehingga cukup sulit untuk dikembangkan di sekolah-sekolah. Oleh karena itu, atas dasar pemikiran tersebut perlu kiranya bentuk dan sifat permainan ini disederhanakan atau dimodifikasi. Menurut Thompson (1993:59) penggunaan alat dan peralatan yang terlalu besar dan berat justru akan menghambat cara belajar yang betul terhadap teknik-teknik dasar.

MODIFIKASI PERMAINAN SOFTBALL

Contoh modifikasi permainan softball yang dibuat oleh Morris (1976:73-74) sebagai berikut: (1) Pemain terdiri dari 2 regu yang terdiri dari 6 s.d 10 orang, (2) Perlengkapan yang diperlukan: bat, bola, 1 base dan 1 home plat, (3) Gerakan yang diperlukan, hitting, fielding, running, throwing, dan catching, (4) Bentuk atau pola permainan.



Gambar 3. Contoh Modifikasi Permainan Softball

Pelaksanaan

Tujuan dari permainan ini adalah untuk mengembangkan dasar-dasar keterampilan softball dan strategi base running. Pergantian dari regu jaga ke regu penyerang terjadi dua mati atau terjadi 5 run. Pitcher adalah guru atau pelatih, jarak antara pitcher dengan pemukul tidak ditentukan/dibatasi. Cara memukul sampai anak melakukan pukulan benar atau fair ball. Seorang pemukul dinyatakan mati apabila: (1) regu penjaga berhasil menangkap bola lambung, (2) regu penjaga mengatuk pelari dengan bola sebelum mencapai base atau home plate, (3) bola telah sampai di base sebelum pelari, (4) seorang pemukul melemparkan bat hingga keluar dari tempat melakukan pikulan (batter box). Jarak antara base dengan home plate 30' - 40'

Berdasarkan Gambaran contoh modifikasi di atas, penulis berusaha memberikan beberapa bentuk modifikasi permainan softball, sehingga dari bentuk modifikasi ini anak dapat dengan mudah melakukan permainan ini. Beberapa bentuk modifikasi tersebut antara lain sebagai berikut:

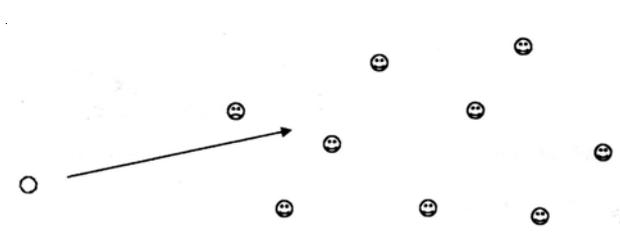
Modifikasi untuk Mengembangkan Keterampilan Memukul dan Menangkap Bola Lambung

Alat dan perlengkapan: bola kasti/tenis, batting tee, alat pemukul kasti atau rounders. Bentuk modifikasi: menyederhanakan peraturan dan meniadakan beberapa peralatan seperti glove, masker, leg guard, helmet. Aktivitas yang dikembangkan: memukul dan menangkap bola. Jumlah pemain: 10 s.d 15 orang setiap regu (1 kelas dibagi dua) yang dapat terdiri dari pemain putra dan putri. Pemain terdiri dari dua regu yang masing-masing regu dapat terdiri dari 10 - 15 orang (1 kelas).

Pelaksanaan: (1) Regu yang akan bermain dibagi dua: regu jaga dan regu penyerang, (2) Pergantian regu jaga ke regu penyerang jika terjadi 3 mati (out), (3) Cara memukul adalah dengan cara memukul bola diletakkan di atas batting tee samoai pukulan dianggap sah atau fair ball, (4) Pukulan dianggap sah atau fair ball jika bola hasil pukulan melambung sampai pada jarak 10 m dari batting tee, (5) Jika terjadi tiga kali berturut-turut hasil pukulan menyusur tanah, seorang pemukul dapat dinyatakan mati (out), (6) Poin 1

diperoleh jika pukulan tidak dapat ditangkap oleh regu penjaga, (7) Cara mematikan dapat dilakukan dengan cara menangkap bola hasil pukulan

Ketentuan umumnya adalah urutan pemukul dimulai dari nomor urut terkecil. Jika terjadi pergantian dari regu jaga ke regu penyerang atau sebaliknya, urutan memukul dilanjutkan dari urutan terakhir saat regu yang bersangkutan melakukan penyerangan sebelumnya dan jika hasil pukulan melambung dan jatuh di luar garis batas, pukulan diulang sampai dianggap benar. Bentuk dan pola permainan dapat dilihat pada gambar 4.



Gambar 4. Bentuk dan Pola Permainan

Modifikasi untuk Mengembangkan Keterampilan Memukul Bola, Lempar Tangkap, dan Meningkatkan Kemampuan Lari

Alat dan perlengkapan yang diperlukan antara lain, bola kasti, tenis, pemukul kasti atau rounders, batting tee, dan keset (base). Bentuk modifikasi, menyederhanakan peraturan, dan meniadakan beberapa peralatan seperti glove, masker, dan leg guard. Pemain terdiri dari dua regu yang masing-masing dapat terdiri dari 10 s.d. 15 orang pemain putra dan putri. Aktivitas yang dikembangkan adalah memukul bola. Lari, dan menangkap, dan melempar bola.

Pelaksanaan: (1) Regu dibagi menjadi dua, yakni regu jaga dan regu penyerang. Pergantian regu jika terjadi 3 mati (out), (2) Cara memukul adalah dengan cara memukul bola yang diletakkan di atas batting tee sampai pukulan dianggap sah atau fair ball, (3) Setelah melakukan pukulan dengan benar, seorang batter (pemukul) harus segera lari meninggalkan tempat memukul bola menuju base 1, dan bila mungkin dapat melanjutkan ke base di depannya, (4) Poin 1 atau nilai 1 dapat diperoleh bila seseorang pelari dapat berhasil selamat sampai di base,

sehingga apabila seorang pemukul dapat kembali lagi sampai tempat memukul bola dengan melewati base 1, 2, 3 dan home mendapatkan nilai 4, (5) Cara mematikan dapat dilakukan dengan cara membakar base sebelum pelari sampai base, mengatuk pelari di tengah jalan, dan menangkap bola lambung.

Ketentuan umumnya adalah jika terdapat pelari di base, setiap pukulan yang dilakukan merupakan lari keharusan sehingga pelari harus meninggalkan base untuk menuju base yang berada di depannya, setiap base hanya ditempati oleh satu orang pelari, seorang pemukul dinyatakan mati jika gagal melakukan pukulan 3 kali berturut-turut, pukulan dianggap sah jika hasil pukulan jatuh di daerah fair, dan urutan pemukul di mulai dari nomer urut terkecil. Jika terjadi pergantian dari regu jaga ke regu penyerang atau sebaliknya, urutan memukul dilanjutkan dari urutan terakhir saat regu yang bersangkutan melakukan penyerangan sebelumnya.

KESIMPULAN

Softball adalah permainan yang memiliki berbagai bentuk gerakan yang dapat membantu merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak. Gerakan-gerakan tersebut meliputi memukul, melempar, dan lari. Permainan ini pada pelaksanaannya memerlukan berbagai alat dan peralatan, dari bentuk dan ukurannya jelas tidak mungkin dapat digunakan oleh anak usia sekolah dasar. Untuk menyesuaikan perumodifikasi alat, peralatan dan peraturan yang digunakan. Hal ini dianggap penting karena usia anak sekolah dasar merupakan usia bermain yang setiap saat selalu ingin memanfaatkan waktu dan kelebihan energinya. Keuntungan yang dapat diperoleh dari bentuk modifikasi permainan ini adalah dapat dimainkan oleh anak-anak usia sekolah dasar. Dengan pengertian, permainan ini tidak terbatas dimainkan dilingkungan sekolah, akan tetapi dapat juga dilakukan oleh anak-anak seusia tersebut di luar lingkungan sekolah.

DAFTAR PUSTAKA

Anarino, Anthony, dkk. (1980) *Curikulum Theory and Design and Physical Education*. St. Louis, Toronto, London, : The C. V. Mosby Company

- Bomba, Tudor O. (1986) *Theory and Methodology of Training*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Hurlock, Elisabeth B. (1991) *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga
- Keogh, Jack: Sugden, David. (1985). *Movement Skill Development*. New York: Macmillan Publishing Company.
- Morris, G. S. Don. (1976) *How to Change The Games Children Play*. Minneapolis, Minnesota: Burgess Publishing Company.
- Mutohir, Toho Cholik: Gusril. (2004). *Perkembangan Motorik Pada Anak-Anak*. Jakarta: Dirjen Olagraga Deodiknas.
- Parno. (1991) *Permainan Besar*. Padang: Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan, Direktorat Jenderal Pengurus Tinggi Depdikbud.
- Pate, Russell R., dll. (1993) *Dasar-dasar Istilah Kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- Thompson, Peter J.L. (1991) Diterjemahkan PASI. (1993) *Pengenaan Kepada Teori Latihan*. Jakarta: Program Pendidikan dan Sistem Sertifikasi Pelatih Atletik PASI.