

PENGARUH MODIFIKASI BOLA RUGBY TERHADAP MOTIVASI DALAM PERMAINAN OLAHRAGA RUGBY

1. Dede Hardiman (dedehardiman15@gmail.com)
2. Herman Subarjah (hermansubarjah@upi.edu)
3. Dewi Susilawati (drdewisusilawati@gmail.com)

Program Studi PGSD Penjas UPI Kampus Sumedang Jl. Mayor Abdurachman No.211 Sumedang

ABSTRAK

Penelitian dilaksanakan berdasarkan permasalahan yang munsul dilapangan, dimana ketika pelaksanaan latihan tingkat berprestasi mahasiswa yang mengikuti UKM Rugby kurang termotipasi. Bentuk latihan berpengaruh dalam motivasi berprestasi. Pelatih dituntut untuk kreatif dalam memodifikasi alat latihan. Modifikasi yang dipergunakan yaitu dengan memodifikasi bola rugby untuk meningkatkan motivasi berprestasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk melihat keberpengaruhan modifikasi bola rugby terhadap motivasi. Metode dalam penelitian ini adalah penelitian *pre-eksperimen* dengan desain *one group pretest and posttest design*. Instrumen yang digunakan *skla likert*, proses analisi data menggunakan bantuan aplikasi SPSS 20, dengan berbagi macam uji, diantaranya uji normalisat, homogenitas, hipotesisi dan korelasi. Uji korelasi penulis mencari hasil peningkatan dari pelaksanaan perlakuan yang diperoleh 20,25% peningkatan. Perilaku yang diolah menggunakan uji hipotesis pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil pengelahan data menunjukkan skor rata-rata *pretest* sebesar sebesar 107,8 dan *posttest* sebesar 141,4 hasil tersebut membuktikan bahwa adanya peningkatan nilai rata-rata dan perubahan dalam tingkat motivasi mahasiswa.

Kata kunci: Modifikasi, Motivasi, Rugby

PENDAHULUAN

Olahraga rugby adalah permainan dalam penelitiannya, peneliti menghubungkan pengaruh modifikasi bola rugby dalam latihan rugby untuk meningkatkan motivasi dalam bermain. Permainan rugby juga hampir sejenis seperti permainan sepak bola Amerika, seperti pendapat Marshall & Spencer (2001, hlm. 3) menyatakan bahwa 'rugby adalah permainan yang membawa bola yang mirif seperti olahraga *amerikan football* karena kedua olahraga ini adalah olahraga yang melakukan kontak fisik yang keras kedua timnya'. Dalam rugby bagian manapun tim yang menyerang dan bertahan dalam pertandingan mengambil lapangan yang sama, ketika pertandingan bola ditendang bisa di lempar ke depan dan jika di lempar ke depan akan mengakibatkan pelanggaran untuk tim lawan dan tidak boleh menahan lawan yang tidak membawa bola ketika bertanding. Rugby dimainkan dengan dua tim, kemudian pemain pada setiap timnya akan mencoba berusaha untuk mencetak skor dengan melontarkan bola, menendang, dan membawa bola tersebut sehingga mereka bisa mencetak gol ke lawan atau dengan cara menyuntukan bola pada garis dan berlari menghindari kejaran atau tangkapan lawan sampai garis akhir lapangna. Dengan demikian, permainan olahraga rugby dapat meningkatkan motor ability pemain terutama gerakan melempar, menangkap bola dan berlari. Seperti yang di paparkan Anggoro (2013, hlm. 5) 'rugby adalah salah satu olahraga fisik yang cukup keras, para pemain saling bertabrakan satu sama lain untuk merebut bola, dan terkadang ada yang mengalami cedera patal, mungkin kurang di keal dibanding atlet sepak bola'. Namun, keberanian mereka patut di

acungi jembol sebagai peria sejati. Suzuki. Dkk (2004, hlm. 436) 'rugby adalah pemain hebat, terdiri dari pemain lari dan pemain kontak, dalam bermain rugby tampaknya memaksakan tekanan psikologi dan fisiologi pada para pemain, bahkan insiden cedera selama pertandingan rugby sangat tinggi dibanding dengan olahraga lainnya'.

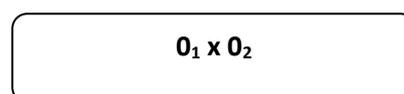
Motivasi sebenarnya berasal dari kata *motiv* yang dapat di artikan sebagai tenaga penggerak yang mengaruhi kesiapan untuk memulai melakukan rangkain kegiatan dalam suatu peristiwa. *Motiv* tidak dapat diamati secara langsung tetapi dapat diinterpretasi dari tingkah laku. "motivasi merupakan perubahan energi dalam diri seseorang yang dapat ditandai dengan munculnya felling dalam diri manusia, tetapi munculnya karena perangsang" (Magill, 2008, hlm.298) "motivasi merupakan daya penggerak yang telah menjadi aktif karena motif menjadi aktif pada saat-saat tertentu bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat disarankan atau dihayati" (Winkel, 2013, hlm.27) "motiv adalah sumber penggerak dan pendorong yang bersifat dinamik, dapat dipengaruhi, atay meghindari hal-hal serta merupakan determinan sikap dan tindakan kearah tujuan tertentu untuk mendapatkan kepuasan atau menghindari hal-hal yang tidak menyenangkan, baik disadari atau tidak disadari dan ada hubungannya aspek kognisi dan afeksi" (Sudiby, 2013, hlm.35) motivasi dapat dibagi dalam dua bentuk yaitu: motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsic tidak timbul memerlukan rangsangan dari luar karena memang telah ada dalam diri individu itu sendiri yaitu sesuai dan jelas dengan kebutuhan. Sedangkan motivasi ekstrinsik timbul karena adanya rangsangan dari luar individu. Motivasi internal adalah "motivasi yang timbul dari diri sendiri, sedangkan motivasi eksternal datang dari luar (Tutko & Richards, 2011, hlm.124) apabila tujuan yang diinginkan belum tercapai, maka ia akan memacu motivasinya lebih giat lagi, karena motivasi bersifat dinamis yangb memberikan segala tingkah laku manusia, bila terdaapat rintangan-rintangan apa yang ia inginkan dengan motivasi tersebut ia akan melipat gandakan usahanya untuk mencapai tujuan (Arifin, 2007, hlm.250).

Motivasi dapat disimpulkan sebagai proses psikologis yang menggerakkan seseorang hingga berbuat sesuatu, yang menunjukkan kepada seluruh proses gerak itu, termasuk situasi yang mendorong, dorongan yang timbul dalam individu, perilaku yang ditimbulkan oleh sesuatu tersebut dan tujuan akhir dari gerakan atau perubahan (Ibrahim & Komarudin, 2008, hlm 165) disalah satu ujung ini, motivasi diambil dari kesenangan yang melekat, kesenangan, keingintahuan, kegiatan yang dimodifikasi dan mencari tantangan baru (motivasi intrinsik), dari penyelarannya dengan system nilai, kebutuhan, dan tujuan seseorang yang membentuk 'diri' (pengintegrasian), atau dari hubungan sosial dan nilai-nilai pribadi. Namun pada penerapan latihan di Unit kegiatan mahasiswa Rugby, masih banyak kendala-kendala yang menghambat latihan permainan olahraga rugby ini. Salah satunya yaitu motivasi ketika berlatih. Berlatih menyebabkan motivasi untuk berlatih menurun atau berkurang, yang mengakibatkan turunnya

rasa percaya diri dan motivasi untuk mendalami permainan olahraga rugby ini. Terutama pada sesi latihan di langsung, dalam pelaksanaannya sering menghambat pemain jika seorang pemain kurang mendapatkan motivasi, bahwasannya ketika pelatih kurang memberikan motivasi maka mahasiswa tidak akan mampu bersemangat melakukan kegiatan latihan karena berlatih tidak sesuai apa yang diinginkan. Pelatih yang ada belum terdaftar sebagai pelatih yang memiliki sertifikat *lisensi* pelatih tetapi pelatih bisa member program latihan yang seharusnya diberikan. Dalam upaya untuk meningkatkan rasa semangat atau motivasi yang tinggi, para pemain hendaknya melakukan serangkaian latihan yang dimodifikasi sehingga dapat memberikan rasa semangat untuk para pemain dan meningkatkan motivasi mereka dalam melakukan permainan olahraga rugby. Sedangkan modifikasi didalam kamus bahasa Indonesia artinya 'pengubahan' dan berasal dari kata 'ubah' yang berarti "lain atau beda" mengubah dapat diartikan dengan "menjadikan lain dari yang sebelumnya sedangkan dari arti pengubahan adalah 'proses', perubahan atau cara mengubah, kemudian mengubah dapat juga diartikan pembaharuan tidak mengherankan pada mulanya dalam pembaharuan berpokok pada modifikasin alat agar meningkatkan motivasi dalam berlatih Sudirjo, Alif (2019, hlm. 45).

METODE PENELITIAN

Dalam sebuah penelitian pemilihan metode dalam penelitian ini sangatlah penting, peneliti memilih metode eksperimen, seperti yang dikemukakan oleh Arikunto (2010, hlm 9) eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat (hubungan kausal) antara dua factor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan factor-faktor lain yang mengganggu. untuk memecahkan masalah yang dihadapi, dengan menggunakan jenis penelitian pre-eksperimen. Sugiyono (2016, hlm 74) menjelaskan bahwa pre-eksperimen merupakan eksperimen yang sesungguhnya, karena hanya terdapat kelas eksperimen dan tidak tersedia kelas kontrol, jadi kelas eksperimen masih biasa terpengaruh oleh variabel dari luar, serta tidak dipilih secara random. Bentuk design yang dipilih sebagai metode yang dipilih dari jenis metode penelitian pre-eksperimen yaitu *one group pretest-posttest design*. Design tersebut dapat digambarkan dalam gambar 1.2



Gambar 1. *one group pretest-posttest design*
(Sugiyono, 2016, hlm 75)

Keterangan :

X = Treatment/perlakuan yang diberikan kepada sampel

O₁ = pretest sebelum dilakukan perlakuan

O₂ = pretest setelah dilakukan perlakuan

Menurut Pahlawandari, (2016, hlm 47) populasi dalam keseluruhan dari subjek penelitian yang memiliki karakteristik dan sifat yang sama. Populasi penelitian ini merupakan Mahasiswa UPI Kampus Sumedang yang mengikuti Unit kegiatan mahasiswa (UKM) Rugby UPI Kampus Sumedang yang berjumlah 35 orang mahasiswa pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan kriteria yang baik dalam setiap pelaksanaan ukm. Maka diambil 20 orang dari populasi 35 orang mahasiswa. Tempat penelitian ini bertempat di Universitas Pendidikan Indonesia Kampus Sumedang Kelurahan Situ , Kecamatan Sumedang Utara Kabupaten Sumedang Provinsi Jawa Barat.

TEMUAN PENELITIAN

Pelaksanaan penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti mendapatkan beberapa hal yang ditemukan, hal ini bersangkutan dengan latihan, peningkatan dan hal yang muncul diluar hal tersebut dari segi latihan, dalam beberapa kali pertemuan mahasiswa, dapat mengikuti latihan dengan baik, namun perancangan komponen latihan masih kurang seimbang mengakibatkan ada komponen yang tidak terlalu meningkat pada penelitian ini yaitu kedisiplinan dalam latihan hal yang menarik muncul dalam kesenangan dan rasa semangat yang besar dari mahasiswa. Ketertarikan mahasiswa pada latihan menggunakan modifikasi bola rugby ini lumayan baik menurut Susi Sulistyowati (2010, hlm 22) bola rugby dibuat dari kulit atau bahan sintetik yang berupa lainnya yang mudah untuk pegangan dan tidak memiliki tali sepatu. Modifikasi ini membuat mahasiswa tidak jenuh dan tidak membuat bosan pada saat latihan.

PEMBAHASAN

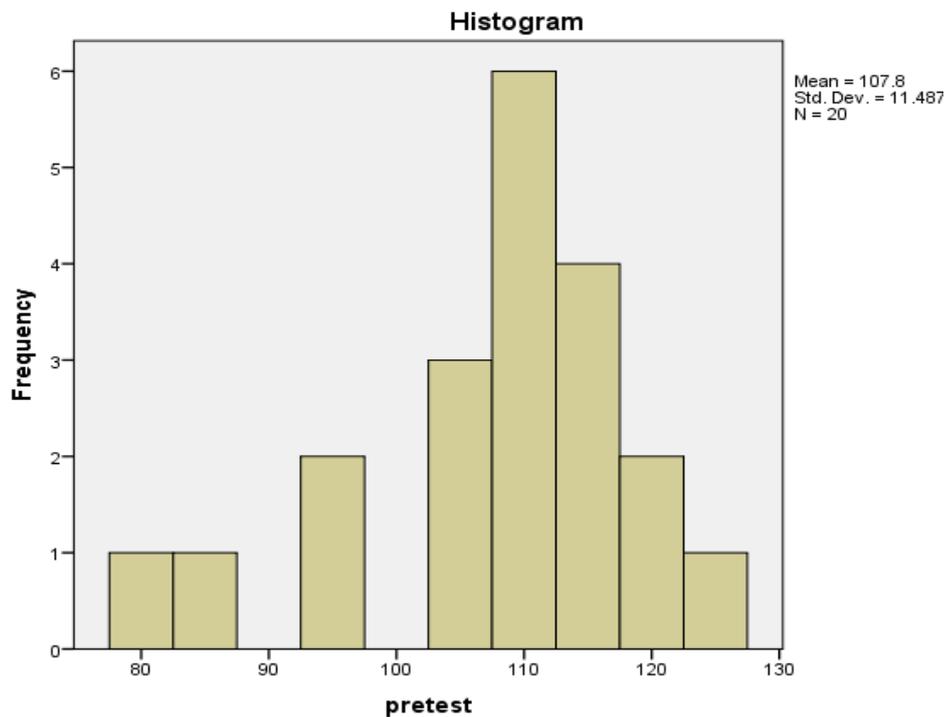
Berikut ini akan di gambarkan umum hasil penelitian berdasarkan hasil tes *skala liker* yang di lakukan kepada sampel penelitian. Diketahui rata-rata dan setandar deviasi motivasi berperstasi mahasiswa pada tes awal (*pretest*) dan tes akhir (*posttest*). Dapat di lihat pada table 1.

Tabel 1
Deskripsi Data Pretest Dan Posttest Mahasiswa UKM Rugby

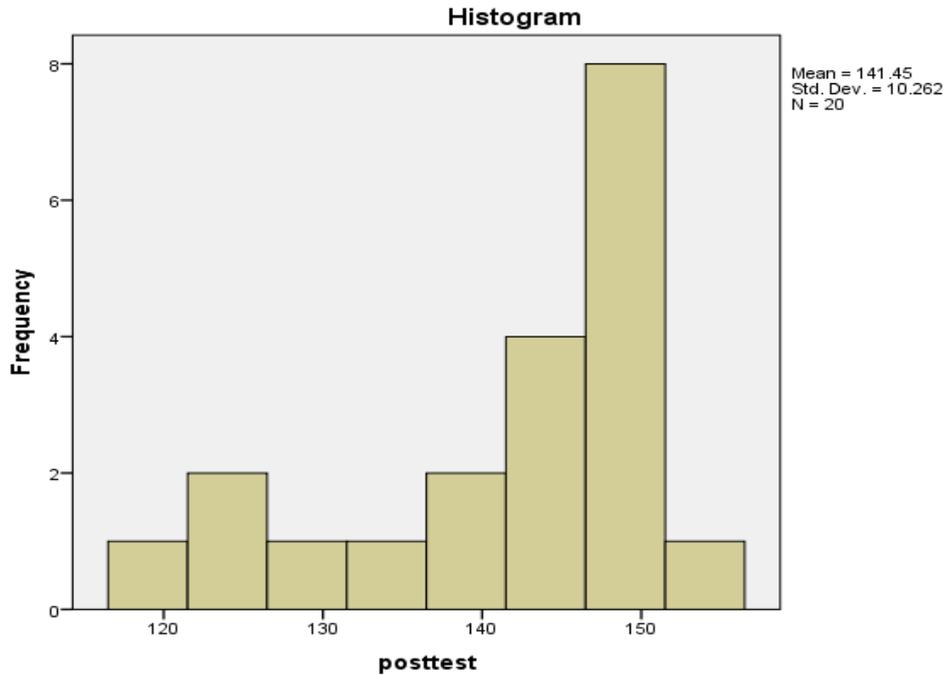
Kelas	N	Jumlah	Nilai Rata-Rata	Standar Deviasi	Nilai Terbesar	Nilai Terendah	Rentang	Varians
<i>Pretest</i>	20	215,6	107,8	11,4	124	80	44	125,3

<i>Posttest</i>	20	2819	141,4	10,3	10,3	119	35	100,0
-----------------	----	------	-------	------	------	-----	----	-------

Table 1 di atas, dapat dilihat bahwa jumlah sampel untuk *pretest* sebanyak 20 orang. Dengan rata-rata sebelum diberikan perlakuan sebesar 107,8 dan memiliki standar deviasi sebesar 11,4, lalu nilai terkecil 80 dan nilai terbesar 124, serta rentang 44, dan variansnya sebesar 125,3. Sedangkan pada *posttest* jumlah sampel adalah 20 orang dengan rata-rata setelah diberikan perlakuan sebesar 141,4 dan memiliki standar deviasi sebesar 10,3 lalu nilai terkecil 119 dan terbesar 154, serta rentang nilai 35 dan nilai variannya 100,0. Kemudian rata-rata dan standar deviasi tersebut dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Gambar Histogram *pretest*



Gambar 3. Gambar Histogram *posttest*

Data yang telah di dapat diovah dengan uji normalitas untuk melihat kenormalan data yang telah didapat. Hasil dari uji normalitas dapat divihat pada Tabel 2.

Tabe 2
Hasil Uji Normalitas Data

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.	Statistic	df	Sig.
pretest	.157	20	.200*	.924	20	.116
posttest	.210	20	.021	.865	20	.010

*. This is a lower bound of the true significance.

a. Lilliefors Significance Correction

Dari data hasil uji tersebut dapat dilihat, nilai sig dari *pretest* sebesar 0.116 nilai tersebut >0,05 itu menunjukkan bahwa data *pretest* berdistribusi normal. Data *posttest* memiliki nilai sig, 0,010 nilai tersebut > 0,05 itu menunjukkan data *prosttest* berdistribusi normal maka kedua data tersebut normal. lalu terdapatuji homogenitas untuk melihat kesamaan variansi dari data *pretest* dan *posttest* hasi uji homogenitas dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3
 Hasil Uji Homogenitas Data
Test of Homogeneity of Variances

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
.027	1	38	.871

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa nilai sig dari hasil uji homogenitas sebesar 0,871, itu berarti nilai sig (0,871) > 0,05, maka dapat di simpulkan bahwa kedu data berdistribusi homogen. Uji yang dilakukan terakhir adalah uji hipotesis menggunakan uji *paired sample T-Tes* hasil dari uji hipotesis dapat dilihat pada Tabel 4.

Tabel 4
 Hasi Uji Hipotesis

		Independent Samples Test									
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means							
		F	Sig.	t	Df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
										Lower	Upper
hasil	Equal variances assumed	.027	.871	-9.770	38	.000	-33.650	3.444	-40.623	-26.677	
	Equal variances not assumed			-9.770	37.527	.000	-33.650	3.444	-40.626	-26.674	

Dapat dilihat pada tabel 4 terdapat nilai sig(2-tiled) sebesar 0,000 itu menunjukkan nilai sig (2-tiled) 0,000<0,005 maka itu berarti terdapat adanya pengaruh dari modifikasi bola rugby terhadap motivasi dalam permainan olahraga rugby.

Dari semua uji yang telah dilakukan mendapatkan hasil bahwa terdapat adanya pengaruh terutama pada uji hipotesis, dari data yang telah didapat dan telah diuji ada peningkata setelah dilaksanakan perlakuan berupa modifikasi bola rugby. Berdasarkan pembahasan yang telah diulas dari awal sampai akhir menunjukkan bahwa memang motivasi berlatih dengan menggunakan modifikasi bola rugby dengan baik dan berdampak baik juga terhadap mahasiswa selain dari segi motivasinya tetapi dalam segi skill yang bertambah serta menjadi lebih semangat tinggi dalam melakukan kegiatan latihan. 'seseorang yang termotivasi akan selalu berbuat sesuai dengan tujuan, dan merasa akan tetap melakukan kegiatannya sehingga tercapai apa yang diinginkan, karena motivasi merupakan sesuatu kecenderungan dari beberapa bentuk aktivitas mental atau perilaku yang tampak sendirinya. (Philipis &

Barbara , 2011 , hlm 76). Motivasi olahraga antara individu yang satu dengan individu yang lain, karena perbedaan kebutuhan dan kepentingan baik disebabkan perbedaan tingkat perkembangan umumnya minat, pekerjaan dan kebutuhan-kebutuhan lainnya. Motivasi ini dapat berkembang terus sehingga individu yang mula-mula tidak ada hasrat untuk bertanding akhirnya meningkat motivasinya untuk berlatih dan mengikuti pertandingan.

Passer (dalam Sudibyo, 2013, hlm 64) membagi enam kategori utama motif-motif yang meningkatkan minat anak untuk berprestasi dalam program-program olahraga yaitu : (a) untuk mengembangkan keterampilan dan kemampuan (b) untuk berhubungan dan mencari teman (c) untuk mencapai kesuksesan dan dapatkan pengakuan (d) untuk latihan menjadi sehat dan segar (e) untuk menyalurkan energi (f) untuk mendapatkan pengalaman penuh tantangan yang menggembirakan.

Dalam hal ini pelaksanaan latihan dengan menggunakan modifikasi membuat mahasiswa menjadi lebih senang dan melaksanakan latihan dengan sukarela, itu membuat siswa mendapatkan manfaat yang lebih dari pelaksanaan latihan yaitu selain kebugaran jasmani yang meningkat tetapi mendapatkan kebahagiaan secara fisik/mental, itu akan membuat mahasiswa akan lebih termotivasi.

Namun tetap dari hasil tersebut masih ada kekurangan dari perancangan latihan terutama dalam merancang komponen latihan di dalam latihan, yang apabila dirancang lebih serius lagi akan memberikan peningkatan yang lebih lagi pada motivasi mahasiswa.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan, peneliti yang dilakukan dapat diperoleh sebagai berikut :

- 1) Penerapan modifikasi bola rugby memberikan pengaruh yang positif terhadap motivasi berprestasi di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Rugby UPI Kampus Sumedang hal tersebut dapat dilihat dari uji kesamaan data berpasangan, dimana nilai $P\text{-value sig} = 0,000 \leq \alpha 0,005$ artinya program latihan menggunakan modifikasi bola rugby dapat berpengaruh secara signifikan terhadap motivasi berprestasi mahasiswa UKM Rugby UPI Kampus Sumedang.
- 2) Besarnya pengaruh modifikasi bola rugby memberikan pengaruh yang positif terhadap motivasi berprestasi di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Rugby Upi Kampus Sumedang terlihat dari perolehan skor rata-rata pretest 107,8 dan posttest 141,45. Berdasarkan skor rata-rata nilai pretest yang lebih kecil dari skor rata-rata posttest menunjukkan bahwa adanya pengaruh

modifikasi bola rugby terhadap motivasi berprestasi di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Rugby UPI Kampus Sumedang. Hasil tersebut membuktikan dengan peningkatan sebesar 20,25 %.

IMPLIKASI

- 1) Bagi para atlet diharapkan untuk selalu menjaga dan meningkatkan motivasi berprestasi tentunya latihan dasar lebih dahulu untuk menjadikan pemain yang baik dan benar karena tanpa adanya pondasi yang kokoh tidak akan tercapai suatu prestasi maksimal.
- 2) Bagi para pelatih olahraga khususnya cabang olahraga rugby, sebaiknya selalu memperhatikan motivasi berprestasi para atlet dalam melatih atau membina atlet agar berprestasi dalam berbagai kompetisi, karena motivasi berprestasi ini merupakan syarat wajib dalam permainan rugby agar atlet dapat lebih berkembang dalam setiap pertandingan untuk selalu bersemangat.
- 3) Bagi para peneliti lainnya agar dapat lebih dapat memaksimalkan penelitian dibidang olahraga rugby khususnya mengenai motivasi dalam bermain olahraga rugby.
- 4) Bagi rekan-rekan mahasiswa yang akan mengadakan penelitian serupa, penulis menganjurkan untuk melakukan penelitian motivasi berprestasi yang lebih spesifik terhadap karakteristik olahraga baik segi item test, instrument, maupun jenis-jenis test nya atau melakukan penelitian dengan menggunakan variable control dan terikat untuk melakukan menganalisis hubungan metode latihan menggunakan modifikasi bola terhadap prestasi, teknik, dan lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggoro, D. (2011). *Top 10 Dunia Olahraga*. Jakarta: Be Hampion.
- Arifin, M. (2008). *Psikologi Dakwah*. Jakarta : Buan Bintang
- Arikunto, S. (2010). *Vprosedur Penelitian*. Jakatra : PT. Rineka Cipta
- Alif, M. N., & Sudirjo, E. (2019). *Filsafat Pendidikan Jasmani*. Sumedang : UPI Sumedang Press
- Marshall, M & Spencer, J. (2001). Concussion In Rugby: The Hidden Epidemic. *Journal Of Athletic Training*, 3. 36
- Martin R. Wong & Jhon D. Raulerson. (2014). *A Guide to sisitematics intrusional design*. (new jersey: educational technology publishing.
- Pahliwandari, R. (2016). *perbedaan tingkat kesegaran jasmani siswa mengikuti ekstrakurikuler bola basket dengan sisiwa mengikuti ekstrakurikuler bola voli*. *Jurnal Pendidikan olahraga*, 3(1). 44-53.
- Philips R. Nawman, & Barbara M. Nawman. (2011) *living the process of adjustment*. (lionis : the doresi proses hoowman.

- Richard A, Magi.(2011) *Motor learning concepts and applicatons* (duduque: WM,C Brown Company publishers)
- Rusli Ibrahim & komarudin. (2008) *psikologi Olahraga* (bandung : UPI Press)
- Sudiby. S, Broto. (2013) *Psikologi Oahlraga* (Jakarta CV Jayasakti,)
- Sugiono. (2006). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dn R&D*. Bandung : Alfabeta.
- sulisyowati.(2010). *Olahraga Rugby*. Semarang : CV. Aneka Ilmu.
- Suzuki, M. Nakija, S. dkk. (2004). Effet Of Incorporating low intensity exercise into the recover period after a Rugby Match. *British Jurnal of sports medicine*, 436
- Thomas A. Tutko & jack W. Richards. (2011). *Psychology of coaching*. (Boston: allyn & Bacon Inc)
- Ws. winkel. (2013). *Psikologi Pendidikan dan Evaluasi belajar*. (Jakarta : PT Gramedia,)