



**Pengaruh Metode Latihan *Drill Bowling* Terhadap Ketepatan *Bowler* Mahasiswa UKM *Cricket* Universitas Jambi**

***The Effect of the Bowling Drill Training Method on the Bowler Accuracy of Jambi University Cricket Student Clubs***

**Muhammad Farras Al Asyam<sup>1\*</sup>, Ahmad Muzaffar<sup>2</sup>**

Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Universitas Jambi, Indonesia<sup>12</sup>

Correspondence author : farrasmuhammad728@gmail.com<sup>1</sup>

Informasi Artikel	ABSTRACT
Submit: 29- 05 - 2023	<p><i>The purpose of this study was to examine the effect of drill bowling training method on the accuracy of bowler students of UKM cricket Jambi University. This study used a pre-experimental design with a one group pretest posttest design. This study was conducted for 16 meetings with a frequency of exercise 3 times a week in 5 weeks. Based on the results of research with data analysis and hypothesis testing, it can be concluded that there is an Influence of the Drill Training Method on the Bowling Accuracy of Jambi University UKM Students. When viewed from the Mean Difference number or the average in the initial test of 12.50 and the average final test of 25.65, the results of this study are reinforced by the results of the t test it can be seen that t count (2.708) &gt; t table (1.729), then the hypothesis in this study is accepted. Thus, it can be concluded that there is an influence of the drill training method on the bowling accuracy of Jambi University Cricket UKM students.</i></p>
Penerbit	ABSTRAK
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kepeleatihan FKIP Universitas Jambi Jambi- Indonesia	<p>Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menguji pengaruh metode latihan drill bowling terhadap ketepatan bowler mahasiswa UKM cricket Universitas Jambi. Penelitian ini menggunakan rancangan pre-experimental dengan desain one group pretest posttest design. Penelitian ini dilakukan selama 16 kali pertemuan dengan frekuensi latihan 3 kali seminggu dalam 5 minggu. Berdasarkan hasil penelitian dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat di Tarik kesimpulan bahwa terdapat Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Bowling Mahasiswa UKM Universitas Jambi. Apabila dilihat dari angka Mean Difference atau rata-rata pada tes awal sebesar 12,50 dan rata-rata tes akhir sebesar 25,65, hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil uji t dapat dilihat bahwa t hitung (2,708) &gt; t tabel (1,729), maka hipotesis pada penelitian ini diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Bowling Mahasiswa UKM Cricket Universitas Jambi.</p>
	<b>Kata Kunci</b> : Drill Bowling, Ketepatan



## PENDAHULUAN

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 anta pemain untuk menghasilkan kemenangan. *Cricket* merupakan olahraga yang berasal dari Inggris , olahraga *Cricket* sudah sangat populer dinegara jajahan Inggris, seperti India, Paskitan, Australia, Malaysia dan sebagainya. Bagi yang baru mengenal Olahraga *Cricket*, olahraga ini menggunakan pemukul, stump, bola dan lapangan. Permainan *Cricket* merupakan permainan yang menggunakan alat pemukul (bat) dan bola. Tujuan dari permainan *Cricket* adalah untuk mencetak lebih banyak run (angka) yang dibandingkan tim lainnya.

*Cricket* merupakan permainan yang memerlukan kecepatan dan ketepatan, yang berarti permainan ini memerlukan kecepatan dalam berlari, kecepatan serta ketepatan dalam memukul dan melempar bola. *Cricket* mempunyai beberapa keterampilan teknik dasar antara lain: *Batting*, *Bowling*, *Fielding*, *Catching*, *Wicket keeper* dan masih banyak teknik dasar yang ada dalam permainan *Cricket*, Terkhususnya *bowling*. Dalam permainannya teknik *bowling* tersebut hanya diperankan oleh salah satu seorang dari masing-masing tim yang disebut dengan *bowler*. Seorang *bowler* adalah orang yang bertugas sebagai pelempar bola ke *pitch* atau lapangan utama *cricket*. *Bowling* adalah melempar bola ke arah stump lawan untuk mematikan pemukul lawan dan mendapat poin. Dalam *bowling* dibutuhkan teknik sehingga bola mengenai tepat pada sasaran, untuk mata harus fokus dan tangan harus kuat jadi hubungkanlah koordinasi antara mata dan tangan untuk dapat *bowling* yang terbaik yang mengenai target sasaran. untuk sekarang UKM *cricket* Universitas Jambi masih kekurangan porsi latihan dan pengalaman bertanding karena event-event yang diselenggarakan dijambi masih kurang maupun kurang lengkapnya sarana dan prasarana seperti alatnya yang tersedia sangat sedikit dan proses latihannya bergiliran sehingga hanya beberapa dari Atlet yang terampil dalam melakukan teknik dasar *bowling*.

Metode latihan *drill* ketepatan *Bowler* merupakan pemain kunci dalam cabang olahraga *cricket*, *bowler* tersebut harus memiliki skil yang baik dalam hal ketepatannya. Semakin baik *skill bowling* yang dimiliki oleh *bowler* maka semakin sulit *Bastman* lawan untuk mendapatkan *runs* dan juga semakin mudah membuat *out*.

Berdasarkan dari latihan *cricket* yang selama ini saya jalani dan saya tinjau, banyak diantara mereka yang mengalami masalah pada teknik *bowling* yang dilakukan oleh *bowler* putra. Rasio *bowler* tersebut melakukan *no ball* dan *wide* bertambah banyak sehingga menjadi penghambat pencapaian sebuah prestasi. Mahasiswa UKM *cricket* Universitas Jambi belum sepenuhnya memahami teknik *bowling* sehingga belum tepatnya saat *bowling* ke sasaran atau *stump*. Supaya hasil lemparan yang dihasilkan baik dan terarah sehingga dapat mengenai stump tanpa mengalami *no ball* dan *wide*. Ayunan pada saat melempar bola juga sangat berpengaruh pada titik sasaran *bowler*, dan untuk *bowler* itu pada saat *bowling* posisi tangan harus lurus dan gerakan lanjutannya badan harus membungkuk dan mempunyai koordinasi mata dan tangan yang baik agar *bowling* dapat tepat

terhadap sasaran. *No ball* adalah salah satu sinyal wasit atau umpire yang diberikan kepada seorang bowler karena bowler tersebut tidak menampilkan teknik lemparan bola atau *bowling* dengan benar. Sedangkan *wide* adalah salah satu sinyal wasit yang diberikan kepada bowler karena hasil lemparan bola atau hasil *bowling* melebar dan tidak mengarah ke *pitch*. Berdasarkan penelitian terdahulu salah satu metode yang efektif untuk melatih skill menggunakan metode *drill*. Penelitian ini mengimplementasikan teori tersebut pada teknik *bowling*. Berdasarkan latar belakang yang telah di uraikan diatas peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Metode Latihan *Drill Bowling* Terhadap Ketepatan *Bowler* Mahasiswa UKM *Cricket* Universitas Jambi.

Pengertian kriket (*cricket*) yaitu sebuah permainan yang menggunakan alat pemukul kayu dan bola. Tujuan permainan *cricket* yaitu mencetak lebih banyak run (angka) dibandingkan tim lainnya. Permainan *cricket* dimainkan oleh dua tim, adapun lama permainan *cricket* tidak dibatasi oleh waktu, tetapi menggunakan *over*(perpindahan). Menurut Dellor (2010: 149) bahwa “*cricket* merupakan permainan tim, dan para pemainnya adalah anggota satu tim”. Jika tim tersebut untuk menjadi sukses, maka semua bagian harus berfungsi sebagai satu unit, dengan mencetak skor *batsmen*, *bowler*, mengambil *wicketes* dan penjaga gawang *wicket* dan *fielders* memainkan peran mereka. Menurut Menurut Roebuck (2006: 88) “*cricket* adalah pertarungan antara *batting* (pemukul) dan bola, *batsman* (pemukul) dan *bowler* (pelempar)”. Menurut Pont (2010:2) “untuk membantu para pemain *cricket* dalam meningkatkan. Menurut J Trishandra (2018:2) Olahraga *cricket* merupakan salah satu olahraga yang dapat dimainkan semua golongan manusia baik remaja maupun masyarakat umum serta tuntunan prestasi yang lebih tinggi, bahkan sudah sering diadakan kejuaraan nasional maupun internasional.

Ketepatan merupakan komponen penting yang harus dimiliki oleh setiap atlet dalam olahraga permainan, *cricket* Menurut Budiwanto (2012:43) mengemukakan bahwa akurasi atau ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran sesuai dengan tujuan atau melakukan gerakan tanpa membuat kesalahan. Menurut Anam (2013:79) menyatakan ketepatan atau akurasi dalam konteks olahraga dapat diartikan sebagai kemampuan untuk mengarahkan sesuatu gerak ke suatu sasaran yang dituju. Menurut Sajoto (dalam Milham, 2014) menyatakan ketepatan adalah: “Kemampuan seseorang dalam mengendalikan gerak-gerak bebas terhadap suatu sasaran.

Ketepatan merupakan faktor yang diperlukan seseorang untuk mencapai target yang diinginkan. Ketepatan adalah kesesuaian antara kehendak(yang diinginkan) dan kenyataan(hasil) yang diperoleh terhadap sasaran (tujuan) tertentu. Ketepatan merupakan faktor yang diperlukan seseorang untuk mencapai target yang diinginkan.

Menurut *Persatuan Cricket Indonesia*, (2006: 8) *bowling* pada umumnya terdiri dari 2 macam jenis yaitu *Fast Bowling* dan *Slow Bowling*. “*Bowler* cepat pada umumnya menahan bola dengan jahitan *vertical*, tegak karena perjalanan melalui udara”. *Bowling* adalah keterampilan dimana seorang *bowler* mendorong bola kearah *stump* untuk mencegah *batsman* mencetak poin (*run*). *Bowling cricket* adalah upaya membuat putaran pada bola dan sudut sebelum melepaskan bola (Akash dan Shailes,2017). *Bowler* cepat umumnya menahan bola dengan jahitan vertikal, sejajar dengan arah lurus lapangan dan mengirimkannya sehingga bola berputar untuk menjaga jahitan tegak karena perjalanan melalui udara (Richie Benaud, 2008:251).

Dalam *bowling* dibutuhkan strategi dan taktik sehingga seorang pemukul tidak bisa mendapatkan nilai dengan bermacam-macam tehnik *bowling* tersebut, dan di olahraga *cricket* juga ada namanya *fielding* atau lebih dikenal dengan menjaga,

tujuan dari *fielding* adalah untuk menjaga bola agar lawan tidak mendapatkan skor, mendapatkan skor lebih sedikit, dan mematikan pemukul dengan mengatur posisi fielder yang ditetapkan oleh kapten tim. Banyaknya teknik *cricket* ini dapat memotivasi anak siswa dalam berolahraga dan upaya dalam mengembangkan olahraga *cricket* ini disekolah-sekolah maupun perguruan tinggi lainnya.

Menurut Persatuan Cricket Indonesia (2006:8) bowling pada umumnya terdiri dari 2 macam jenis yaitu *Fast Bowling* dan *Slow Bowling*.

- a. *Fast Bowling* adalah melepas bola dengan menggunakan ancang-ancang dengan lari dengan jarak yang jauh agar mendapatkan kecepatan yang diinginkan disaat melepas bola.
- b. *Slow Bowling* adalah melepas bola dengan menggunakan ancang-ancang tidak terlalu jauh dan melepaskan bola secara perlahan namun pasti. *Slow Bowling* dibagi menjadi dua, yaitu *leg spin* dan *off spin*.

Untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar bowling ada yang perlu diperhatikan antara lain: 1. Cara Memegang Bola (*TheBall*), 2. Sikap Berdiri (*TheStance*), 3. *Eyes level* (pandangan lurus kedepan), 4. Posisi tangan harus lurus keatas dan pada saat melempar bola bagian pergelangan tangan sedikit ditekuk, 5. *Follow thought* (gerakan lanjutan).

#### 1). Cara memegang Bola (*The Ball*)

Bola *cricket* memiliki sim atau jahitan di tengah tengahnya jadi cara memegangnya menggunakan 3 jari yaitu jari jempol, jari telunjuk, jari tengah, jepitan sim nya (jahitan yang ada di tengah bola)

#### 2). Sikap Berdiri (*The Stance*)

Sikap berdiri harus lurus kedepan serta atur agar pada saat melempar bola kita tidak terjatuh, sikap badan yang lurus pun dapat mempengaruhi hasil lemparan yang baik.

#### 3). *Eyes level* (pandangan lurus kedepan)

Pandangan mata kita harus lurus kedepan tujuannya membidik *wicket* karena tujuan *bowling* yaitu menjatuhkan *wicket* dari *battling* sehingga *battling* di nyatakan tereleminasi dan di gantikan oleh pemukul lainnya.

#### 4). Posisi tangan harus lurus ke atas dan pada saat melempar bola bagian pergelangan tangan sedikit di tekuk agar menghasilkan lemparan yang baik dan dapat menyulitkan *battling* untuk memukul (mencetak angka).

#### 5). *Follow Thought* (Gerakan lanjutan)

*Follow Thought* adalah gerakan lanjutan setelah melakukan lemparan yang bertujuan agar bola tepat pada sasaran (*wicket*) karena gerakan lanjutan ini sangat berpengaruh pada arah bola setelah terlepas dari tangan.

Proses yang sistematis dalam berlatih secara berulang-ulang dengan setiap harinya semakin bertambah jumlah beban latihannya untuk meningkatkan kemampuan atau meningkatkan kondisi fisik tubuh dan juga untuk menjaga stamina agar tidak menurun. Latihan adalah proses melakukan kegiatan olahraga yang telah direncanakan secara sistematis dan terstruktur dalam jangka waktu yang lama untuk meningkatkan kemampuan gerak baik dari segi fisik, teknik, taktik, dan mental untuk menunjang keberhasilan siswa atau atlet dalam memperoleh prestasi olahraga yang maksimal (Langga & Supriyadi, 2016: 91).

Latihan (*training*) adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang, dan yang kian hari jumlah beban pelatihannya kian bertambah (I Putu Eri Kresnayadi & Arisanthi Dewi, 2017).

"*Training is usually defined as systematic process of repetitive, progressive, having the ultimate goal of improving athletic performance*". Artinya yaitu bahwa latihan biasanya didefinisikan sebagai suatu proses sistematis yang dilakuka secara

berulang-ulang, progresif, dan mempunyai tujuan untuk meningkatkan penampilan fisik (Bompa dalam Ahmad Nasrulloh, 2011: 4)

Banyak metode latihan yang digunakan oleh pelatih dalam keterampilan teknik dasar setiap cabang olahraga, salah satu metode latihan *drill*. Metode latihan *drill* dapat diartikan sebagai suatu cara melatih atau mengajar dimana atlet atau siswa memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang telah dipelajari. Menurut Nuha (2016:238) menjelaskan bahwa metode latihan *drill* adalah cara penyajian bahan pembelajaran dengan cara guru memberikan latihan agar peserta didik memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi. Sudjana (2014:86) menjelaskan bahwa metode *drill* pada umumnya digunakan untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang dipelajari.

Tujuan metode *drill* adalah untuk memperoleh suatu ketangkasan, keterampilan yang dipelajari anak dengan melakukannya secara praktis pengetahuan-pengetahuan yang dipelajari anak siap dipergunakan bila sewaktu waktu diperlukan. Menurut Roestiyah N.K (2008:77) bahwa teknik metode *drill* ini biasanya dipergunakan untuk tujuan agar siswa memiliki keterampilan motoric (gerak), seperti menghafal kata-kata, menulis, menggunakan alat atau benda dan melakukan gerak dalam olahraga. Kelebihan metode *drill* menurut Zuharini dalam waktu relative singkat, cepat dapat diperoleh penguasaan dan keterampilan yang diharapkan.

Dari beberapa pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa metode *drill* adalah suatu cara menyajikan bahan pelajaran dengan cara melatih atlet atau siswa agar menguasai pelajaran dengan terampil.

Adapun bentuk-bentuk latihan *drill* pada bowling sebagai berikut:

#### 1. Latihan *Bowling From Knee* (*Bowling* dari lutut)

Adalah latihan *bowling* yang dilakukan dari jarak 10 meter dari *stump* dengan posisi berlutut diam dan tidak mengambil ancang-ancang gerakan yang dilakukan secara berulang-ulang untuk mendapatkan ketepatan dalam melakukan *bowling*.

#### 2. Latihan *Bound* dan *Bowl*

Adalah salah bentuk latihan melakukan *bowling* dari jarak 15 meter dari *stump*, dengan awalan berlari diiringi dengan melompati *speed hundle* sebelum melakukan *bowling* yang bertujuan untuk melatih ketepatan pelempar/*bowler* pada saat melakukan *bowling*.

#### 3. *Bowling* Jarak Normal

Adalah latihan yang dilakukan dengan jarak yang normal yaitu berjarak 22,12 m dari posisi *bowling* terhadap *stump*, dan pada saat akan melakukan gerakan *bowling*, *bowler* akan melakukan awalan dengan berlari diiringi dengan lompatan pada saat sebelum melakukan *bowling*.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian pre-eksperimental design, dimana penelitian ini yang hanya menggunakan satu kelompok subjek, pengukuran dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Perbedaan kedua hasil pengukuran dianggap sebagai efek perlakuan (Saryono, 2010).

Dalam penelitian ini paling sedikit dapat dilakukan dalam satu kondisi yang dimanipulasi. Sementara kondisi yang lain dianggap konstan, kemudian pengaruh perbedaan kondisi atau variabel tersebut dapat diukur. Penelitian ini menggunakan desain penelitian *One Group Pretest- Posttest Design*, yaitu bahwa one group pretest-posttest design adalah kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest) (Arikunto, 2010:124). Penelitian ini membandingkan

hasil pretest dan posttest ketepatan bowler dan hasil ketepatan bowler mahasiswa setelah diberi perlakuan yakni latihan drill.

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2016:148). Instrumen sebagai alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik (Suharsimi Arikunto, 2010:203). Dalam penelitian ini instrumen untuk mengukur tingkat ketepatan bowler menggunakan *Amir Majeed Bath Bowling Skill Test*. Tes tersebut memiliki nilai validitas *face validity* dan nilai realibilitas sebesar 0,932 Bhat.

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes ketepatan *bowling cricket*. Data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini yaitu data *pre-test* yang didapat dari jumlah kemampuan mahasiswa ukm *cricket* Universitas Jambi melakukan tes *bowling* sebelum sampel dilakukan perlakuan, sedangkan data *post-test* akan didapatkan dari kemampuan mahasiswa ukm *cricket* Universitas Jambi melakukan tes *bowling* setelah sampel diberikan perlakuan.

Teknik analisis data yang digunakan uji-t. sebelum dilakukan uji-t data harus dilakukan uji normalitas dan uji homogenitas. Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah dirumuskan

Uji normalitas bertujuan untuk mengetahui apakah distribusi datanya menyimpang atau tidak dari distribusi normal. Data yang baik dan layak untuk membuktikan model-model penelitian tersebut adalah data yang memiliki distribusi normal. Dalam penelitian ini, uji normalitas menggunakan rumus *Kolmogorov Smirnov*. Konsep dasar dari uji normalitas *Kolmogorov Smirnov* adalah membandingkan distribusi data (yang akan diuji normalitasnya) dengan distribusi normal baku.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Subjek penelitian ini adalah mahasiswa Universitas Jambi. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti kegiatan UKM *cricket* di Universitas Jambi. Peneliti menggunakan 20 mahasiswa yang mengikuti kegiatan UKM *cricket* di Universitas Jambi

Penelitian ini digunakan untuk mengetahui pengaruh metode latihan *drill bowling* terhadap ketepatan *bowler* mahasiswa UKM *cricket* Universitas Jambi. Hasil penelitian tersebut dideskripsikan sebagai berikut:

### 1. Pre-Test Bowling

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 1. Deskripsi Statistik

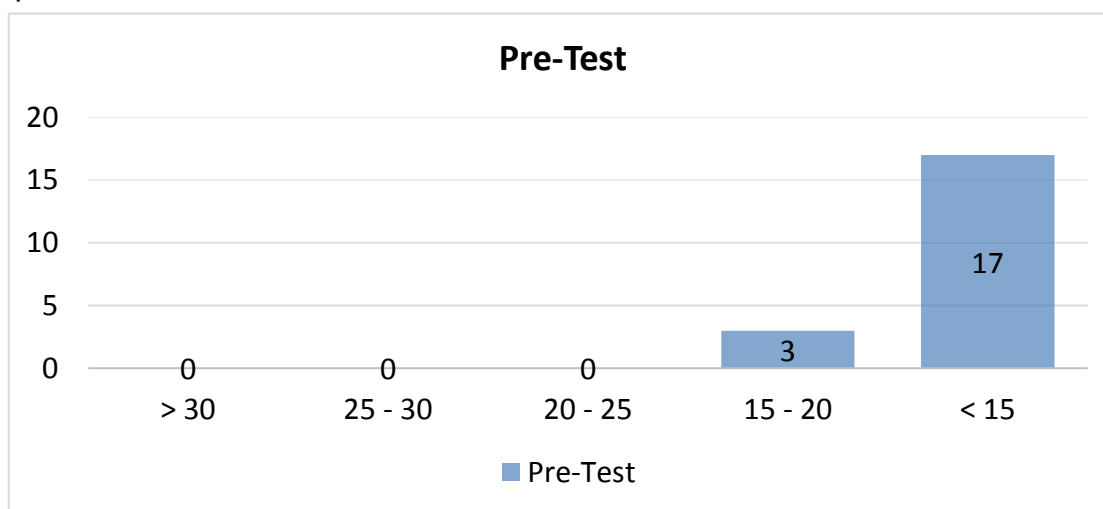
Statistics		
PreTest		
N	Valid	20
	Missing	0
	Mean	12.50
	Median	12.00
	Mode	11
	Std. Deviation	2.013
	Range	7
	Minimum	10
	Maximum	17
	Sum	250

Dari hasil perhitungan statistik diperoleh skor minimal sebesar 10, skor maksimal 17, rata-rata sebesar 12,50, median sebesar 12, modus sebesar 11 dan standar deviasi sebesar 2,013.

Tabel 2 Deskripsi Data

Norma	Frekuensi	Persen
> 30	0	0%
25-30	0	0%
20-25	0	0%
15-20	3	15%
< 15	17	85%
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas hasil tes awal (*Pre Test*), nilai sangat rendah terdapat 17 orang dengan presentase 85%, dan nilai rendah terdapat 3 orang dengan presentase 15%.



Gambar 1. Diagram Batang Hasil Penelitian *Pre-Test Bowling*

## 2. *Post-Test Bowling*

Dari hasil analisis data penelitian yang dilakukan maka dapat dideskripsikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 3. Deskripsi Statistik

Statistics		
PostTest		
N	Valid	
	Missing	0
	Mean	25.65
	Median	25.00
	Mode	24 <sup>a</sup>
	Std. Deviation	2.796
	Range	9
	Minimum	22
	Maximum	31
	Sum	513

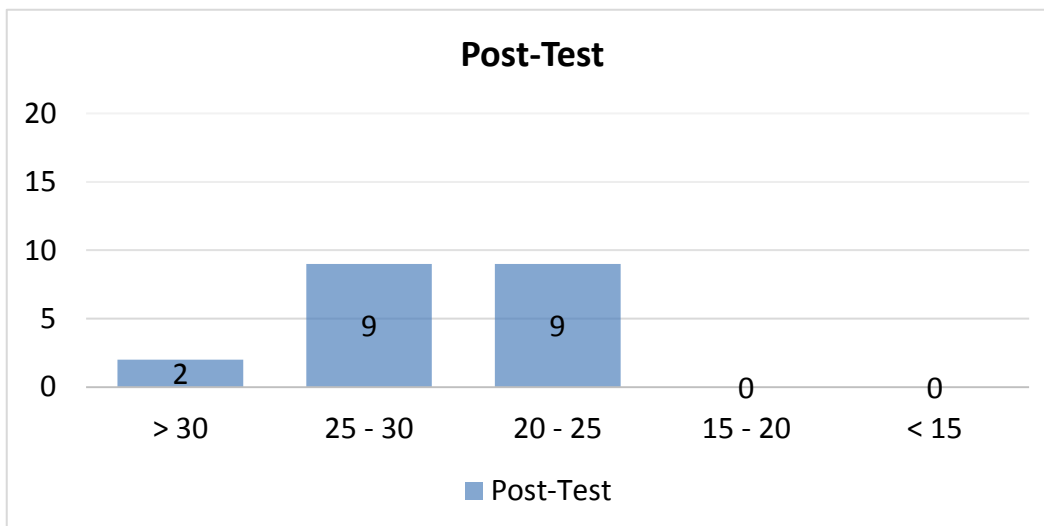
Dari hasil perhitungan statistik diperoleh skor minimal sebesar 22, skor maksimal 31, rata-rata sebesar 25,65, median sebesar 25, modus sebesar 24 dan standar deviasi sebesar 2,796.

Deskripsi hasil penelitian *post-test Bowling* dapat dilihat pada tabel dibawah ini:

Tabel 4 Deskripsi Data

Norma	Frekuensi	Persen
> 30	2	10%
25-30	9	45%
20-25	9	45%
15-20	0	0%
< 15	0	0%
<b>Total</b>	<b>20</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel diatas hasil tes akhir (*Post Test*), nilai sangat bagus terdapat 2 orang dengan presentase 10%, nilai bagus terdapat 9 orang dengan presentase 45%, dan nilai dengan kategori sedang terdapat 9 orang dengan presentase 45%. Berikut ini merupakan diagram frekuensi data.



Gambar 2. Diagram Batang Hasil Penelitian *Post-Test Bowling*

Analisi data digunakan untuk menjawab hipotesis yang diajukan yaitu ada tidaknya pengaruh metode latihan *drill bowling* terhadap ketepatan *bowler* mahasiswa UKM *cricket* Universitas Jambi. Sebelum analisis data dilakukan, maka perlu dilakukan uji persyaratan analisis yaitu dengan uji normalitas, dan uji homogenitas. Hasil uji persyaratan dan uji hipotesis dapat dilihat sebagai berikut :

Perhitungan uji normalitas dimaksudkan untuk mengetahui apakah variabel-variabel dalam penelitian mempunyai sebaran distribusi normal atau tidak. Perhitungan normalitas ini menggunakan Lilifors dengan teknik Kolmogrov-Smirnov, dengan pengolahan menggunakan bantuan aplikasi program *SPSS versi 25 IBM*.

Dari hasil uji normalitas tersebut dapat dilihat bahwa data dari semua variabel memiliki nilai p (Sig.) > 0,05, hal ini sama artinya bahwa nilai *Kolmogrov-Smirnov* (Z) yang diperoleh lebih kecil dari tabel, maka semua variabel berdistribusi normal. Karena semua data berdistribusi normal maka analisis dapat dilanjutkan.

Uji homogenitas berguna untuk menguji kesamaan sampel yaitu seragam atau tidak varian sampel yang diambil dari populasi. Kaidah homogenitas jika  $p > 0,05$



maka, tes dinyatakan homogen, jika  $p < 0,05$  maka, tes dikatakan tidak homogen.

Dari hasil tersebut dapat dilihat dari tabel *Test Of Homogeneity Of Variances* nilai sig  $p > 0,05$  sehingga data bersifat homogen.

Uji T yang digunakan untuk mengetahui apakah kemampuan *bowling* yang dimiliki mahasiswa yang mengikuti UKM *cricket* di Universitas Jambi dipengaruhi oleh latihan drill berdasarkan hasil *pre-test dan post-test*. Apabila analisis menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan maka latihan tersebut memberikan pengaruh terhadap kemampuan *bowling* mahasiswa. Dari hasil uji t dapat dilihat bahwa thitung sebesar  $2,708 > 1,729$  (ttabel) dan nilai  $p (0,01) < 0,05$ , hasil ini menunjukkan bahwa  $H_0$  ditolak yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara kemampuan *bowling* mahasiswa yang mengikuti UKM *Cricket* di Universitas Jambi sebelum dan sesudah diberikan latihan. Adanya perbedaan ini menunjukkan bahwa latihan *drill* mampu meningkatkan kemampuan *bowling* mahasiswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya Pengaruh latihan drill terhadap ketepatan *bowling* pada UKM *cricket* Universitas Jambi. Apabila dilihat dari angka *Mean Difference* atau rata-rata pada tes awal sebesar 12,50 dan rata-rata tes akhir sebesar 25,65. Hal ini menunjukkan bahwa latihan yang dilakukan mampu memberikan peningkatan yang lebih baik untuk hasil ketepatan *bowling* dibandingkan sebelum diberikan latihan.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh dengan analisis data dan pengujian hipotesa, maka dapat di Tarik kesimpulan bahwa terdapat Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Ketepatan Bowling Mahasiswa UKM Universitas Jambi. Apabila dilihat dari angka *Mean Difference* atau rata-rata pada tes awal sebesar 12,50 dan rata-rata tes akhir sebesar 25,65, hasil penelitian ini diperkuat dengan hasil uji t dapat dilihat bahwa  $t$  hitung (2,708)  $>$   $t$  tabel (1,729), maka hipotesis pada penelitian ini diterima, berarti terdapat Pengaruh Metode Latihan *Drill* Terhadap Ketepatan *Bowling* Mahasiswa UKM *Cricket* Universitas Jambi.

## RUJUKAN

- A. M. Bhat, "Multidisciplinary." No. March, 2017.
- Akash Malhorta, Shailesh Krishna. 2017. A Statistical Analysis of Bowling Performance in Cricket, (online), (<https://arxiv.org/abs/1701.04438>.)
- Anam Khoiril. (2013). Pengembangan Latihan Ketepatan Tendangan Dalam Sepakbola Untuk Anak Kelompok Umur 13-14 Tahun. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*. 3. (2):79.
- Bompa dan Buzzichelli. (2015). *Periodization Training For Sport*. Australia: Human Kinetics.
- Budiwanto, Setyo. (2012). *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: UM PRESS
- Dellor, R. (2010). *Cricket: Steps To Success*. United States of America: Human Kinetics, Inc.
- Dhimas Arij Firmansyah, Supriatna. (2020). Metode Latihan Drill Bowling Terhadap Ketepatan Bowler. *Indonesian Journal of Sport and Physical Education*. 1(3), Hal. 94-98.
- I Putu Eri Kresnayadi & Arisanthi Dewi. (2017). Pengaruh pelatihan plyometric depth jump 10 repetisi 3 set terhadap peningkatan daya ledak otot tungkai. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, Vol. 3, No. 1, Hal. 33-38.
- N. K. Roestiyah. (2008). *Strategi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Persatuan Cricket Indonesia. (2006). *Pengantar Olahraga Cricket*. Jakarta : Indonesia Cricket Foundation.

- Pont, I. (2010). *Coaching Youth Cricket*. United States of America: Human Kinetics, Inc.
- Rechie, Benaud. (2008). *Bob Woolmer's Art and Science of Cricket*. South Afrika: Struik publishers.
- Roebuck, P. (2006). *In It To Win It, The Australian Cricket Supremacy*. Australia: Allen & Unwin
- Sudjana, Nana. (2014). *Dasar-dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru Algensindo.
- Trishandra, J. (2018). Pengaruh Metode Global dan Elementer Terhadap Keterampilan Teknik Batting (Memukul Bola) Atlet Cricket Universitas Negeri Padang. *Jurnal Cerdas Sifa Pendidikan*. Vol. 7, No. 2, Hal. 16-26.