

DAFTAR ISI

- Menjaga Berat Badan Ideal Dengan Pola Hidup Sehat
Oleh Sumintarsih 1
- Sikap Siswa SMP Terhadap Pendidikan Jasmani
Olahraga dan Kesehatan di Kecamatan Wates
Kabupaten Kulonprogo Tahun Pelajaran 2007/2008
Oleh Paiman 20
- Pengaruh Latihan Aerobik dan Anaerobik Terhadap
Ambang Anaerobik
Oleh Suharjana 36
- Kapasitas Anaerobik Tidak Penting Untuk Pemain
Bolavoli
Oleh Sb Pranatahadi 49
- Adospdi *Hewitt Tennis Achievement Test* Untuk
Pengembangan Tes Keterampilan Bermain Tenis Bagi
Mahasiswa FIK UNY
Oleh Hari Yulianto 72
- Cedera Pada Olahraga Taekwondo
Oleh Devi Trtawirya 88
- Tee Ball: Bermain dan Berlatih Softball/Baseball
Usia Dini
Oleh Agus Susworo Dwi Marhaendro 101
- Pengembangan Model Pengajaran Renang Berbasis
Nilai-nilai Moral Religius Pada Mahasiswa FIK
Oleh Sismadiyanto dan Ermawan Susanto 115
- Glukosa Darah Sebagai Sumber Energi
Oleh Widiyanto 139
- Resensi Buku: Evolusi Pembelajaran Pendidikan Jasmani
Oleh Soni Nopembri 156

TEE BALL: BERMAIN DAN BERLATIH SOFTBALL/BASEBALL USIA DINI

Oleh:

Agus Susworo Dwi Marhaendro

Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Abstrak

Tulisan ini didasarkan pada pemikiran bahwa pemahaman olahraga permainan harus diberikan sedini mungkin, sehingga pemahaman tentang filosofi permainan dalam olahraga sudah tertanam mulai dari awal. Tidak bisa kita pungkiri bahwa karakteristik anak-anak senang bermain-main, sehingga bentuk pengenalan terhadap cabang olahraga harus melalui permainan. Pada saat ini hampir semua cabang olahraga permainan mempunyai modifikasi permainan untuk jenjang usia tertentu, demikian juga untuk anak usia dini. Pada cabang olahraga softball memiliki permainan khusus untuk anak usia dini, yang diberi nama *Tee Ball*. Dengan demikian penulis ingin memaparkan permainan *Tee Ball* sebagai permainan permulaan menuju permainan olahraga softball dan baseball bagi pemain muda usia. Permainan *Tee Ball* dikhususkan untuk pemain berusia 4 – 8 tahun. Sesuai dengan karakteristik anak usia 4 – 8 tahun, maka permainan ini memodifikasi pada penggunaan bola yang lebih lunak dan memukul bola pada kondisi diam. Permainan ini baik dimasukkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena lebih mengedepankan pemahaman bermain disamping penguasaan teknik dasar, hal tersebut sesuai dengan konsep *tactical games approach* atau *teaching games for understanding*.

Kata Kunci: *Bermain dan berlatih, Softball, Anak Usia Dini*

PENDAHULUAN

Pengalaman penulis sebagai insan yang berkecimpung pada permainan softball dan sebagai dosen pengampu matakuliah dasar gerak softball membuktikan bahwa pemahaman filosofi bermain softball lebih sulit dibandingkan dengan penguasaan teknik dasar permainan. Penguasaan teknik dasar seperti melempar, menangkap dan memukul bola, atau sebagai *pitcher* atau *catcher*. Sedangkan filosofi bermain meliputi, bagaimana menggunakan teknik melempar dan menangkap bola dalam permainan, bagaimana cara mematikan pemukul dan pelari, apa yang akan dilakukan seseorang pemain apabila telah mendapat atau berhasil menangkap bola, ke mana bola harus dilemparkan, apa yang harus dilakukan oleh seseorang pemain apabila tidak mendapatkan bola. Dengan demikian berarti filosofi bermain softball harus diberikan lebih dahulu, sehingga para atlet pemula akan memahami untuk apa mereka melempar, ke mana harus melempar, untuk apa mereka menangkap, apa yang dilakukan setelah menangkap, dan untuk apa mereka harus memukul, bola seperti apa yang harus dipukul, jenis pukulan apa yang harus dilakukan, situasi bagaimana mereka harus memukul atau tidak serta harus menggunakan teknik pukulan yang mana. Bukan hanya diberikan *drill* teknik dasar melempar, menangkap dan memukul, karena hanya akan menciptakan atlet yang terampil tetapi kurang mampu berpikir pada penerapan dalam permainan.

Softball dan atau baseball adalah olahraga dimana banyak orang dari semua usia dan tingkat kemampuan dapat bermain, untuk rekreasi atau kompetisi (www.softball.org.au). Perbedaan usia dan kemampuan tersebut dikelompokkan dalam beberapa modifikasi permainan yang disesuaikan dengan perbedaan tersebut. Masing-masing negara memiliki beberapa tingkatan modifikasi permainan tersebut, sesuai dengan karakteristik dan kebijakan masing-masing negara tersebut. Modifikasi dilakukan dengan mempertimbangkan pada fokus perkembangan atau perhatian tertentu. Sebagai contoh, untuk meningkatkan kemampuan atau keterampilan memukul dapat digunakan bola yang lebih besar atau dengan bantuan *batting tee*

(Sidentop, Hastie dan Mars, 2002; 67). Dengan bola yang lebih besar dapat diasumsikan lebih mudah untuk dipukul, dan dengan bantuan batting tee, bola dalam kondisi tidak bergerak/jalan segingga dapat diasumsikan lebih mudah untuk dipukul. Macam permainan tersebut, yang lazim kita kenal mulai dari *tee ball* untuk usia 6-9 tahun, *little league* untuk usia 10-12 tahun, sampai *fast pitch* dan *slow pitch* untuk usia dewasa.

Berangkat dari keragaman modifikasi permainan softball baseball berdasarkan karakteristik usia dan kemampuan, maka penulis berkeinginan mengenalkan macam-macam modifikasi permainan softball baseball tersebut. Pada kesempatan ini, berupa permainan *tee ball*, karena *tee ball* merupakan modifikasi permainan softball baseball yang paling dasar dan pertama.

SEJARAH TEE BALL

Permainan *Tee ball* diakui oleh pemerintah Amerika Serikat diciptakan oleh Dr. Dayton Hobbs pada awal tahun 1970. Waktu itu bersamaan dengan kejuaraan Tee Ball seri dunia untuk pertama kali. Namun demikian permainan awal telah dimainkan antara tahun 1940 – 1950, sehingga banyak orang yang mengklaim sebagai penemu permainan tersebut. Seperti di Albion Michigan oleh Sacharski pada tahun 1956, di Georgia oleh Claude Lewis sebagai pimpinan di *Warner Robins, Georgia Recreation Department* pada tahun 1958, dan di Starkville Mississippi oleh Rotary Club pada tahun 1961 (www.en.wikipedia.org).

Permainan baseball sangat populer di Albion selama tahun 1950, dan banyak pemuda berpartisipasi dalam permainan tersebut melalui *Albion Recreation Department*. Adalah Jerry Sacharski, pelatih baseball, mengembangkan permainan baseball yang unik untuk anak usia 6 – 8 tahun pada tahun 1956. Permainan tersebut dinamakan "Pee Were Baseball", pada tahun 1956 dimulai dengan 60 anak, tahun 1958 meningkat menjadi 185 anak, dan tahun 1960 menjadi 228 anak. Sehingga mereka dapat bermain di Michigan State University untuk difilmkan dan disiarkan pada stasiun televise pendidikan WMSB

saluran 10. (www.albionmich.com). Pada bulan Maret tahun 1958 dibentuk liga untuk *Tee ball* oleh Claude Lewis, sebagai pimpinan di *Warner Robins, Georgia Recreation Department* pada tahun 1958. Lewis membuat peraturan permainan baru dan dikirimkan ke seluruh departemen sejenis di seluruh dunia.

Namun demikian Dr. Dayton Hodds yang dikedepankan oleh pemerintah, karena telah membuat aturan yang disebar luaskan ke seluruh dunia. Dayton Hodds adalah seorang pelatih baseball untuk anak-anak sejak tahun 1950an di Bagdad, Florida dekat Pensacola. Dia melatih anak-anak usia 14 – 15 tahun, khusus untuk memukul. Di samping itu, dia juga seorang pimpinan di *Santa Rosa Christian Scholl* di Milton, Florida dekat dengan *Naval Air Station* di Whiting Field (www.geocities.com).

DESKRIPSI PERMAINAN TEE BALL

Modifikasi permainan baseball atau softball sudah banyak dilakukan khususnya untuk anak-anak, yaitu berupa permainan yang dikenal dengan nama "*T*"-ball (Golden, 1982: 232). *T-ball* atau *Tee Ball* adalah olahraga yang berdasarkan pada baseball dan softball, dan diperuntukkan sebagai pengenalan cabang baseball/softball bagi pemain usia dini untuk mengembangkan keterampilan baseball/softball dan juga untuk mendapatkan kesenangan dari permainan tersebut (selayaknya anak-anak yang senang bermain). Permainan ini merupakan permainan baseball bagi pemain usia dini, baik laki-laki atau perempuan, dan dapat bermain secara bersama-sama. Permainan ini juga merupakan salah satu cara mendapatkan kesenangan bermain sambil belajar bagaimana bermain baseball-softball. Permainan ini merupakan satu-satunya olahraga beregu pertama untuk kebanyakan anak-anak, selanjutnya merupakan tingkatan yang tinggi dari dukungan dan antusias orang dewasa. *Tee ball* telah terbukti menjadi suatu transisi alami menuju permainan softball dan baseball, karena pemain muda setelah bermain dalam permainan ini telah siap dilengkapi dengan teknik dasar dan antusias bermain.

Permainan *tee ball* merupakan permainan permulaan menuju permainan olahraga softball dan baseball bagi pemain muda usia, biasanya untuk usia 4 – 8 tahun. Semua anggota dari kedua regu bergiliran memukul bola pada *batting tee* yang diletakkan di *home plate*. Regu pemukul mencoba untuk meraih *base* (tempat hinggap) dan mengambil keuntungan untuk kembali ke *home plate*, setelah melewati 3 *base*; regu penjaga berusaha mencegah atau menggagalkan dari apa yang dilakukan regu pemukul. Permainan ini bertujuan untuk mengembangkan teknik dasar permainan softball dan baseball, meliputi memukul, berlari, menjaga dan melempar. Di samping itu, para pemain juga memperoleh pemahaman dari peraturan permainan yang pokok, yang mana bisa menjadi pemain di masa mendatang.

Tee ball merupakan permainan baseball atau softball, dimana tidak menggunakan pelempar (*pitcher*), sehingga perlu alat bantu untuk meletakkan bola agar siap dipukul. Alat tersebut dinamakan *batting tee* (Baseball Canada, 1987: 26-27). *Batting tee* yang pertama dibuat oleh Voit, dan telah digunakan oleh pemain baseball profesional lebih dari 50 tahun yang lalu untuk membantu mereka mengembangkan kemampuan memukul bola. Penghapusan teknik *pitching* (lemparan bola yang diberikan untuk dipukul) diharapkan anak-anak dapat berpartisipasi dalam permainan softball dan baseball tanpa rasa takut terkena lemparan bola dari pitcher (pelempar). Namun demikian untuk usia lebih dari 10 tahun, bola bisa dilempar, namun hanya dilakukan oleh pelatih dari regu yang memukul.

PERATURAN PERMAINAN TEE BALL

Permainan dapat dipertandingkan atau dikompetisikan apabila mempunyai *rule of the game*. Seperti keterangan sebelumnya, bahwa permainan *tee ball* memiliki karakteristik yang berbeda-beda pada beberapa negara, maka setiap negara juga memiliki *rule of the game* yang berbeda. Hal ini dapat dipahami, karena modifikasi ini hanya sebagai sarana menuju permainan softball baseball yang sudah ada.

Pada kesempatan ini peraturan permainan tee ball yang direkomendasi dari Asosiasi T-ball di USA (www.teeballusa.org).

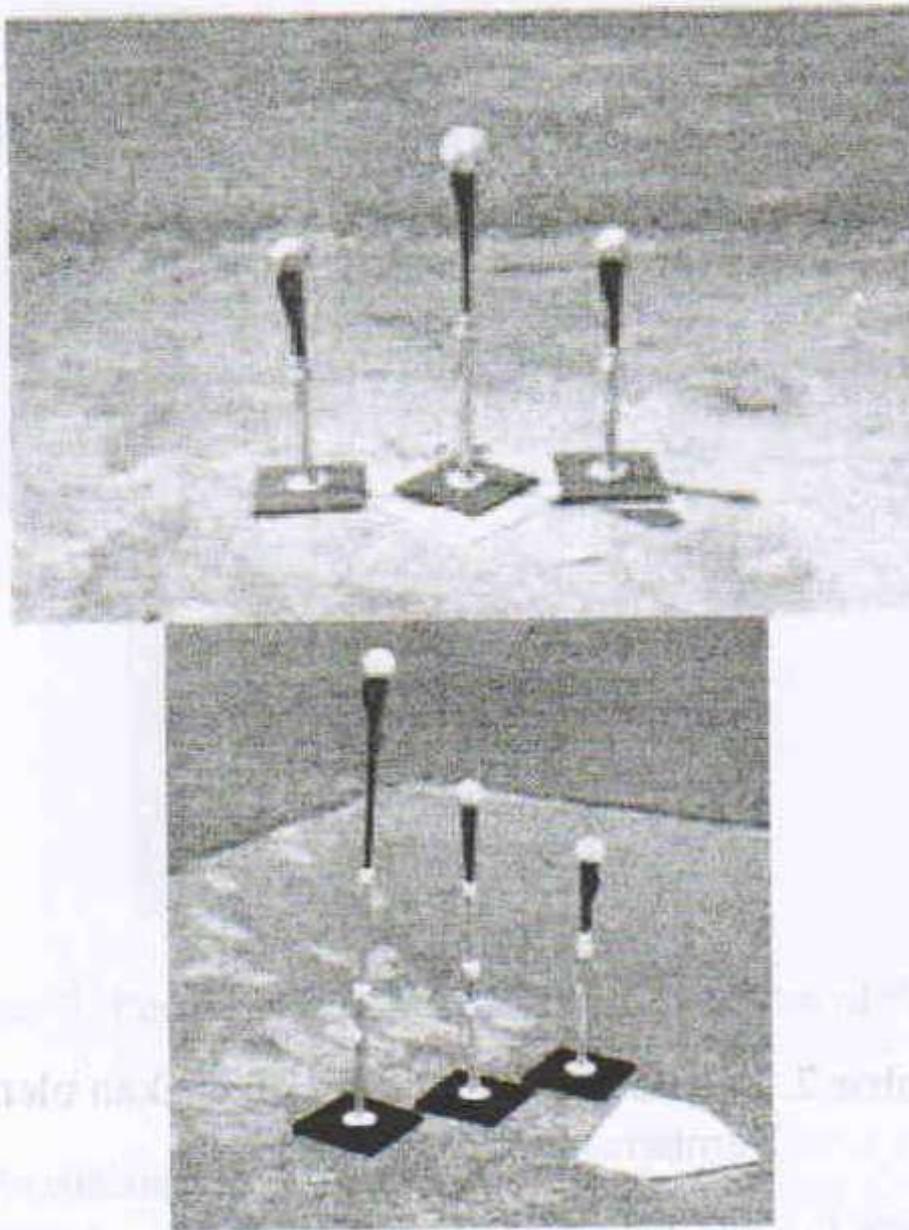
Dasar Permainan

Permainan ini dikhususkan untuk pemain berusia 4 – 8 tahun. Sesuai dengan karakteristik anak usia 4 – 8 tahun, maka permainan ini memodifikasi pada penggunaan bola yang lebih lunak dan memukul bola pada kondisi diam. Penggunaan bola yang relatif lunak untuk keamanan, terutama kemungkinan terkena bola lemparan atau hasil pukulan. Penyajian bola pada kondisi diam, dengan bantuan *batting tee*, untuk mempermudah perkenaan bola pada saat pemukulan. Permainan *tee ball* dimainkan oleh dua tim. Satu tim sebagai pemukul atau dinamakan sebagai *offensive team*, dan satu tim lainnya sebagai penjaga atau dinamakan *defensive team*. Seperti permainan softball baseball pada umumnya, tim pemukul berusaha membuat skor (*run*) sebanyak mungkin, dan tim bertahan berusaha mencegah tim penyerang membuat skor (*run*).

Perlengkapan Permainan

Perlengkapan permainan yang dimaksud adalah peralatan yang digunakan selama permainan berlangsung. Perlengkapan tersebut dapat dibagi menjadi tiga kategori, yaitu perlengkapan bermain, perlengkapan pribadi pemain, dan perlengkapan tim. Adapun perlengkapan bermain adalah peralatan yang digunakan untuk bermain yang digunakan bersama oleh dua tim, meliputi;

1. Bola terbuat dari karet dengan keliling 9" - 9 ½ ", berat antara 4 -5 ounce
2. Batting tee, tidak ada tinggi yang pasti, tetapi disesuaikan dengan tinggi badan anak-anak yang bermain.



Gambar 1. Batting tee dan bola

Sumber: www.tannertee.com

Perlengkapan pribadi pemain adalah peralatan yang disediakan oleh masing-masing pemain untuk bermain, meliputi;

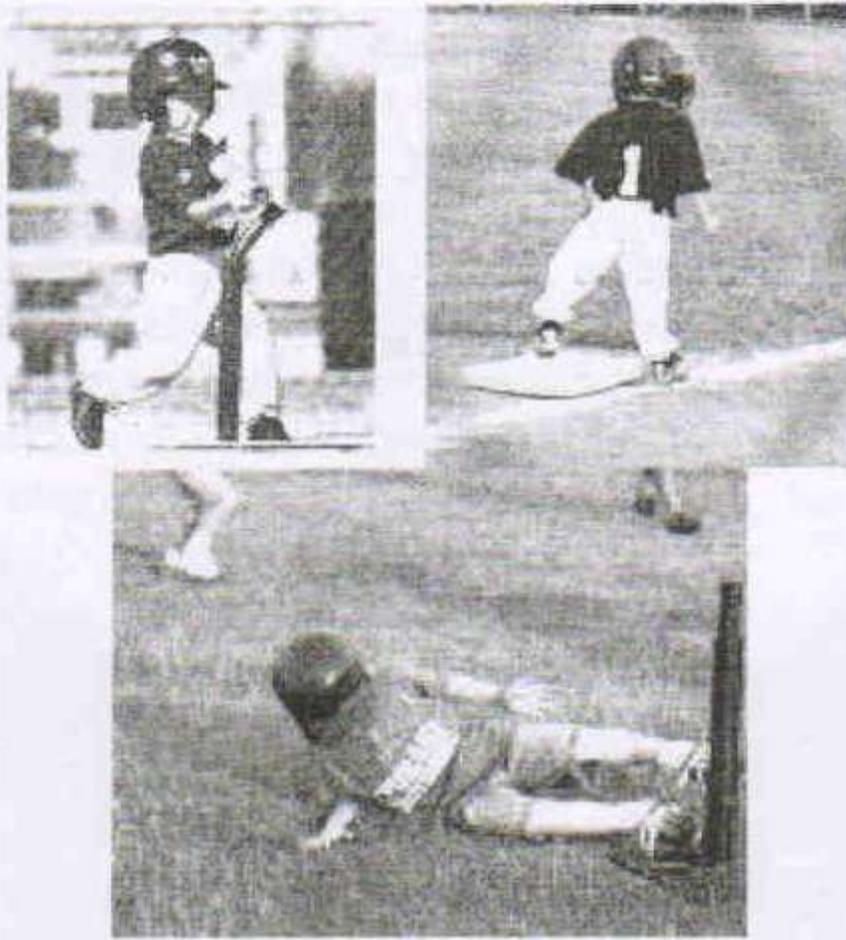
1. Sepatu tidak khusus, tetapi cukup menggunakan sepatu olahraga biasa.
2. Glove maksimal ukuran 12"



Gambar 2. Sepatu dan glove yang dikenakan oleh anak-anak
Sumber: www.eteamz.com

Sedangkan perlengkapan tim adalah peralatan yang digunakan bersama-sama oleh semua anggota dalam satu tim, meliputi;

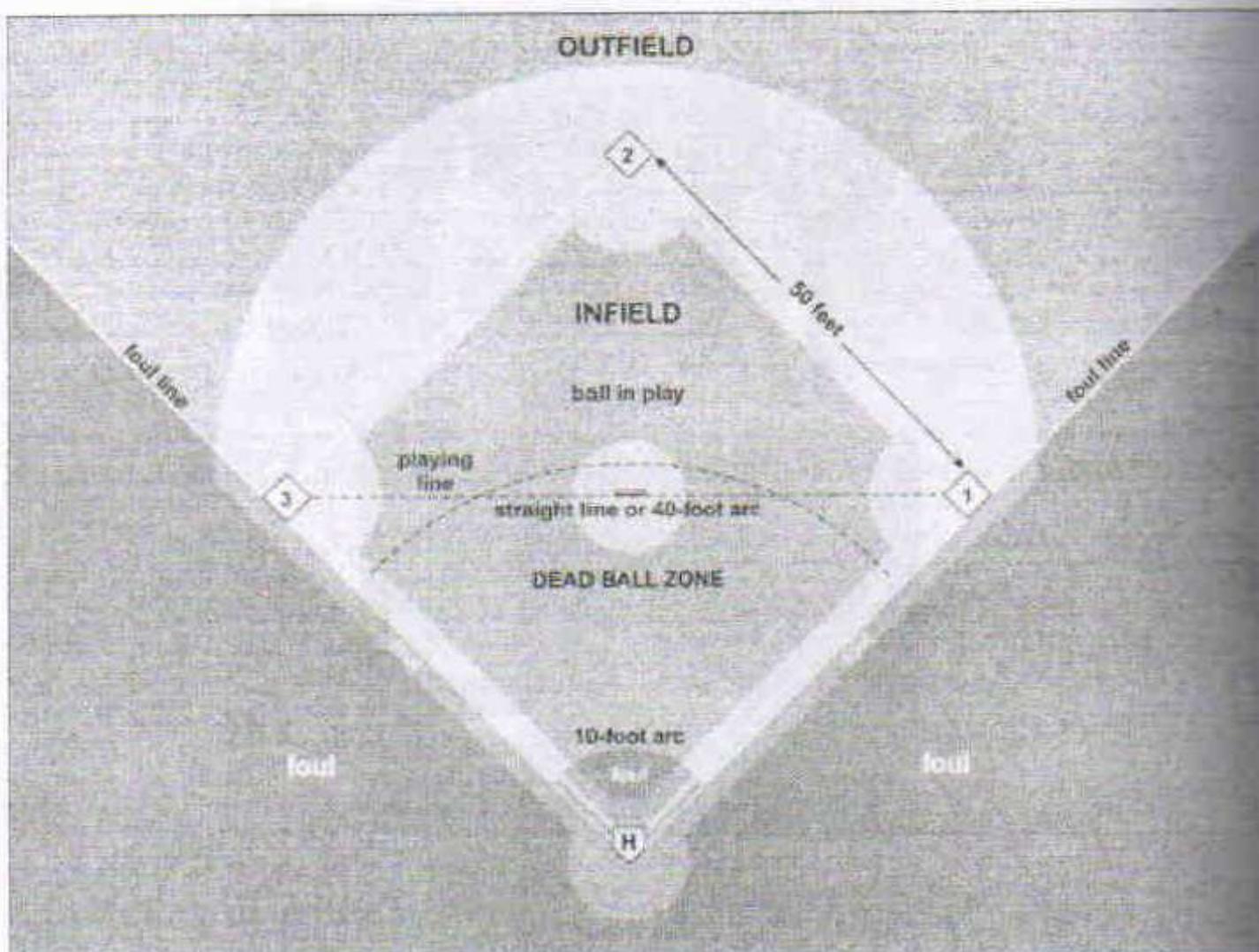
1. Pemukul memiliki panjang 25 – 26 “, dengan diameter maksimal 2 ¼ “ berat antara 17 – 20 ounces.
2. Helm bagi *offensive team*, disesuaikan dengan para pemain.



Gambar 3. Pemukul dan helm yang dikenakan oleh anak-anak
Sumber: www.eteamz.com

Lapangan Permainan

Permainan ini membutuhkan lapangan. Lapangan yang dimaksud tidak harus di lapangan softball/baseball, tetapi bisa di tanah lapang. Namun demikian perlu diperhatikan adalah jarak antar base, yaitu 50 feet. Harus dibuat garis batas untuk penjaga, yaitu baris yang ditarik dari base pertama ke base ketiga, atau garis lengkung dengan pusat di home plate dengan jari-jari 40 feet.



Gambar 4. Lapangan untuk permainan T-ball

(Sumber: *Coaching Tee Ball: The Baffled Parent's Guide*, published by Ragged Mountain Press/The McGraw-Hill Companies)

Waktu Permainan

Lama permainan ditentukan oleh jumlah inning. Inning adalah bagian dari pertandingan pada dua regu yang saling bertanding, yang bergantian sebagai regu pemukul dan regu bertahan dan sudah terjadi tiga mati bagi masing-masing regu (International Softball Federation, 2005; 31). Namun demikian dalam *tee ball* tidak menggunakan tiga pemain mati sebagai tanda pergantian antara regu pemukul dan regu bertahan, tetapi apabila semua pemain telah memukul bola. Jumlah inning yang dianjurkan sebanyak 4 inning.

Regu Bertahan

Pemain dalam satu tim berjumlah minimal 12 dan maksimal 20. Namun demikian pemain yang berada di lapangan saat jaga maksimal 15 anak, meskipun pada saat memukul semuanya memukul. Tidak ada penjaga yang melewati garis pembatas (garis yang ditarik dari *base* 1 ke 3) sebelum bola dipukul oleh regu pemukul. Dalam regu bertahan tidak menggunakan *pitcher* dan *catcher*. Bola yang dipukul diletakkan pada *batting tee*, berarti tidak ada lemparan (*no pitching*), sehingga tidak memerlukan pemain berposisi sebagai *pitcher*.

Ada tiga cara untuk mematikan pemain dari regu pemukul. Pertama apabila bola hasil pukulan pemain pemukul dapat ditangkap langsung tanpa menyentuh tanah terlebih dahulu. Kedua apabila regu penjaga dapat memnangkap bola di base terlebih dahulu daripada pemukul atau pelari yang akan menuju base tersebut. Ketiga apabila regu penjaga dapat menyentuh bola kepada pemain regu pemukul pada saat menuju base baerikutnya.

Regu Pemukul

Setiap pemukul dan saat menjadi pelari harus mengenakan helm. Urutan pemukul tidak boleh berubah-ubah. *Strike* ketika pemukul mengayunkan pemukul untuk memukul bola yang berada di *batting tee*, baik mengenai bola atau tidak. Pemukul diberi kesempatan *strike* sebanyak tiga kali, apabila belum dapat memukul bola, pemukul dikatakan mati dan digantikan oleh pemukul berikutnya. *Fair ball* apabila hasil pukulan jatuh pada daerah fair territory dan harus melewati garis 10 feet dari *home plate*. Setelah memukul harus menuju ke base yang telah disediakan dan kembali ke *home plate*. Pemukul yang dapat selamat sampai base satu dinamakan pelari. Pemain yang berada di base, tidak boleh meninggalkan base sebelum bola dipukul oleh anggota yang lain.

Pemberian Skor

Setiap regu mendapatkan skor pada saat bertahan dan menyerang. Pada saat bertahan, skor adalah setiap dapat memukul pemukul atau pelari. Satu pemukul atau pelari mendapatkan skor satu. Pada saat memukul, skor apabila pemukul atau pelari dapat menyentuh base dengan selamat. Setiap base yang disentuh mendapatkan skor satu. Pemenang adalah regu yang memiliki skor yang lebih banyak dari regu yang lainnya.

PENUTUP

Tee ball merupakan permainan baseball atau softball, dimana tidak menggunakan pelempar (*pitcher*), sehingga perlu alat bantu untuk meletakkan bola agar siap dipukul. Penghapusan teknik *pitching* (lemparan bola yang diberikan untuk dipukul) diharapkan anak-anak dapat berpartisipasi dalam permainan softball dan baseball tanpa rasa takut terkena lemparan bola dari pitcher (pelempar). Permainan ini dikhususkan untuk pemain berusia 4 – 8 tahun. Sesuai dengan karakteristik anak usia 4 – 8 tahun, maka permainan ini memodifikasi pada penggunaan bola yang lebih lunak dan memukul bola pada kondisi diam.

Tee ball is a great way to promote a healthy lifestyle before bad habits set in (www.hillsteeball.org.au). Kedudukan *tee ball* sangat penting terhadap permainan softball baseball, karena akan menanamkan pemahaman permainan softball-baseball pada usia anak-anak, sehingga mereka sudah terbiasa dengan bentuk permainan olahraga daripada kebiasaan yang kurang melakukan aktivitas fisik. Permainan *tee ball* juga baik dimasukkan dalam pembelajaran pendidikan jasmani karena lebih mengedepankan pemahaman bermain disamping penguasaan teknik dasar. Bentuk-bentuk pembelajaran seperti ini yang banyak ditekankan oleh para ahli pendidikan jasmani. Bentuk pembelajaran yang dimaksud adalah *tactical games approach*, yaitu pembelajaran konsep dan teknik olahraga dengan tujuan untuk meningkatkan kecakapan permainan siswa melalui kombinasi antara *tactical awareness* dan *skill execution* (Mitchell, 1996; 8).

DATAR PUSTAKA

Baseball Canada. (1987). *Advanced Coaching Manual*. Ottawa: Provincial Baseball Associations

Broido, H. W., (1986). *Coaching Tee Ball: The Baffled Parent's Guide*, New York: The McGraw-Hill Companies)

Golden, Ron. (1982). *The Official Baseball Instructional Service Coaches and Players Notebook: Strategy, Skills and Drills*, Ohio; Stull Printing

http://www.albionmich.com/history/history_notebook, *T-Ball invented in Albion.*

http://www.en.wikipedia.org/wiki/Tee_Ball

<http://www.eteamz.com>

<http://www.geocities.com/teeballbaseball/history.htm>

<http://www.hillsteeball.org.au>

<http://www.softball.org.au>.

<http://www.tannertee.com>

<http://www.teeballusa.org/rule.asp>

International Softball Federation, (2005), *2006-2009 Official Rules of Softball*, Florida: ISF

- Mitchell, Stephen A., Oslin, Judith L., dan Griffin, Linda L., (1996). *Teaching Sport Concept and Skill: A Tactical Games Approach*, Champaign: Human Kinetics.
- Sidentop, Daryl, Hastie, Peter A., and Mars, Hans van der, (2004), *Complete Guide to Sport Education*, Champaign: Human Kinetics.