

STUDI LITERATURE REVIEW PENGARUH PERMAINAN BOLA TANGAN TERHADAP EFEKTIVITAS BELAJAR SISWA

Riski fitriadi

¹Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam Indragiri, Indonesia

e-mail: riskifitriadi29@gmail.com

Article Info

Article history:

Received 07 13, 2025

Revised 07 22, 2025

Accepted 07 31, 2025

Keywords:

***Permainan bola tangan
efektivitas belajar
pendidikan jasmani
modifikasi pembelajaran***

ABSTRACT

Penelitian ini merupakan studi literature review yang bertujuan untuk mengkaji pengaruh permainan bola tangan terhadap efektivitas belajar siswa melalui analisis terhadap sepuluh artikel ilmiah. Kajian dilakukan dengan menelaah hasil-hasil penelitian terdahulu yang menggunakan berbagai metode, seperti eksperimen, penelitian tindakan kelas, dan systematic literature review. Hasil analisis menunjukkan bahwa seluruh artikel (100%) sepakat bahwa permainan bola tangan memberikan dampak positif dan signifikan terhadap peningkatan keterampilan psikomotorik, kognitif, dan afektif siswa, terutama dalam aspek teknik dasar seperti passing, shooting, agility, serta perilaku sosial. Selain itu, modifikasi permainan, penguatan fisik, dan pendekatan model pembelajaran tertentu terbukti efektif dalam meningkatkan partisipasi aktif dan hasil belajar siswa dalam konteks pendidikan jasmani. Dengan demikian, permainan bola tangan dapat menjadi alternatif pembelajaran yang menarik dan edukatif apabila dikembangkan dengan strategi dan pendekatan yang tepat.

Corresponding Author:

riskifitriadi29@gmail.com

1. PENDAHULUAN

Tujuan dari permainan bola tangan, olahraga beregu, adalah mencetak gol dengan mengoper dan melempar bola ke gawang lawan menggunakan tangan. Permainan yang menyerupai bola tangan telah ada sejak jaman dahulu, seperti yang ditunjukkan oleh permainan berbasis tangan yang dimainkan oleh orang Yunani dan Romawi. Bola tangan modern berasal dari Eropa abad pertengahan dengan permainan seperti "jeu de paume" di Prancis dan "fangballspiel" di Jerman. Permainan ini mulai diatur secara lebih hukum pada akhir abad ke-19, khususnya di Swedia, Denmark, dan Jerman. Versi awal permainan ini diciptakan pada tahun 1890-an oleh Holger Nielsen, seorang guru olahraga Denmark. Pada

tahun 1917, Karl Schelenz dari Jerman memperkenalkan aturan resmi versi bola tangan 11 pemain saat ini, dan mengembangkannya lebih lanjut.

Di tingkat internasional, perkembangan bola tangan terus berkembang. Peraturan internasional pertama dibuat pada tahun 1926, dan versi luar ruangan dengan 11 pemain dari olahraga ini dimainkan pertama kali pada Olimpiade Berlin 1936. Sejak Olimpiade Munich 1972, bola tangan dalam ruangan (7 pemain) telah diakui sebagai olahraga Olimpiade dan telah menjadi norma sejak Kejuaraan Dunia Bola Tangan Pria pertama diadakan pada tahun 1954.

Bola tangan merupakan olahraga yang relatif baru di Indonesia. Berdirinya Persatuan Bola Tangan Indonesia (ABTI) menandai diperkenalkannya permainan ini secara resmi. Sejak saat itu, bola tangan mulai berkembang di sejumlah daerah dan kini dimainkan dalam kompetisi nasional, seperti Pekan Olahraga Nasional (PON). Karena memadukan aspek bola basket, hoki, dan sepak bola, olahraga ini terkenal dengan skor tinggi dan kecepatan permainan yang cepat dan menegangkan.

Menurut Sugiyono, (2010:117), Generalisasi tentang suatu objek atau subjek dengan atribut dan sifat khusus yang dipilih oleh peneliti untuk dipelajari dan diamati merupakan suatu populasi.(Bambang, 2018)

Selain komponen kognitif dan psikomotorik dalam pembelajaran bola tangan, siswa juga mempelajari komponen afektif, yang meliputi topik-topik yang berhubungan dengan perilaku dan sikap. Siswa yang mengikuti pembelajaran bola tangan diharapkan dapat mencapai sejumlah tujuan dan memperoleh manfaat dari aspek afektif ini, seperti mengembangkan sikap sportif, rasa tanggung jawab, keinginan untuk bekerja sama, kemampuan untuk membuat penilaian cepat, rasa hormat terhadap lawan, dan banyak lagi.(Setiawan & Rahmat, 2018). Menurut (Rafika et al., 2017) Sebuah alat bernama Google Scholar memungkinkan pengguna untuk mencari publikasi ilmiah dan jurnal dalam format teks di sejumlah format publikasi, termasuk PDF, (Rahayu et al., 2020), (Prasetya, 2024)

Faktor terakhir yang juga dapat memengaruhi kemampuan interaksi sosial anak. merupakan adanya keterampilan berkomunikasi yang mampu membahas isu yang dipahami dan menarik bagi orang lain yang menjadi teman bicara. Ketika berinteraksi dengan orang lain, anak tidak hanya diharuskan untuk berkomunikasi dengan istilah yang mudah dimengerti, namun tetap dapat membahas isu yang dapat dipahami dan menarik bagi orang lain yang menjadi teman bicaranya

Salah satu faktor penting yang memengaruhi kemampuan interaksi sosial anak adalah keterampilan komunikasi yang baik. Anak perlu memiliki kemampuan untuk berkomunikasi secara efektif dengan orang lain agar dapat meningkatkan keterampilan sosialnya. Kemampuan berkomunikasi ini menjadi elemen utama dalam proses sosialisasi atau interaksi sosial.

2. METODE

Menurut boote & Beile (2005), Literature review adalah kegiatan ilmiah yang mengevaluasi dan mensintesis hasil-hasil penelitian sebelumnya secara kritis untuk membangun kerangka konseptual yang kuat dalam studi baru.

Penelitian ini menggunakan metode literature review atau studi pustaka, yaitu pendekatan yang dilakukan dengan menelaah, menganalisis, dan mensintesis berbagai sumber ilmiah yang relevan dengan topik penelitian. Literatur yang dikaji meliputi jurnal nasional dan internasional, artikel ilmiah, serta dokumen penelitian terdahulu yang membahas tentang model pembelajaran pukulan drive dalam olahraga tenis meja, khususnya pada pemain pemula. Prosedur pengumpulan data dilakukan dengan cara mencari, memilih, dan mereview 10 artikel ilmiah yang dipublikasikan dalam rentang waktu tertentu dan telah melalui proses peer-review. Analisis data dilakukan secara deskriptif-kualitatif dengan mengidentifikasi kesamaan, perbedaan, temuan utama, dan kontribusi setiap artikel terhadap pengembangan teknik pukulan drive dalam pembelajaran olahraga

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

No	Judul & Penulis	Permasalahan	Metode	Hasil & Kesimpulan
1	Modifikasi Permainan Bola Tangan Bambang Hermansah (2018)	Kurangnya penguasaan teknik dasar passing dalam pembelajaran bola tangan mahasiswa	Eksperimen dengan pendekatan deskriptif kuantitatif	Modifikasi permainan berpengaruh signifikan terhadap hasil belajar passing
2	Pengaruh Metode Latihan dan Kemampuan Motorik Mukhlisin (2019)	Pengaruh metode latihan dan kemampuan motorik terhadap keterampilan bermain bola tangan	Eksperimen dengan desain faktorial 2x2	Terdapat pengaruh dan interaksi antara metode latihan dan kemampuan motorik terhadap keterampilan bermain
3	Efektivitas Model R&D dalam Pembelajaran Bola Tangan Lesmana, Subroto, Rahmat (2024)	Menilai efektivitas model R&D pada pembelajaran bola tangan	Systematic Literature Review (SLR)	Model pengembangan sangat efektif dalam meningkatkan keterampilan motorik siswa
4	Efektivitas Modifikasi Bola Karet Hayati, Hanipah, Pangestu (2025)	Minimnya sarana menghambat pengenalan olahraga bola tangan di	Penelitian tindakan kelas (dua siklus)	Terjadi peningkatan hasil shooting setelah penerapan bola karet yang

No	Judul & Penulis	Permasalahan	Metode	Hasil & Kesimpulan
		sekolah		dimodifikasi
5	Pengembangan Permainan Bolgeb Yusdiantara, Soenyoto, Annas (2024)	Kurangnya variasi dalam pembelajaran bola tangan SD	Pengembangan model permainan	Permainan bolgeb layak digunakan dalam pembelajaran bola besar siswa kelas V SD
6	Model Pembelajaran Peel Teaching Fery Syahrial, Fatimah (2020)	Meningkatkan waktu belajar aktif siswa	Penelitian Tindakan Kelas (PTK)	Siswa lebih aktif dan termotivasi, sehingga meningkatkan efektivitas pembelajaran
7	Pengaruh Pembelajaran Bola Tangan terhadap Perilaku Sosial Anang Setiawan (2011)	Pengaruh bola tangan terhadap perilaku sosial siswa ekstrakurikuler	Metode ex-post facto	Bola tangan berdampak positif terhadap perilaku sosial siswa
8	Metode Bermain dan Lempar Tangkap Bola Hanafi, Mardiyanto, Purnomo, Weda (2017)	Pengaruh metode bola tangan dan lempar tangkap terhadap pembelajaran passing atas bolavoli	Penelitian tindakan kelas dua siklus	Metode meningkatkan hasil belajar dan aktivitas siswa serta efektivitas guru
9	Latihan Ladder Drill Hopscotch (Nama penulis tidak disebut lengkap)	Meningkatkan kelincahan bermain bola tangan	One group pretest-posttest design	Latihan berpengaruh positif terhadap agility bermain bola tangan
10	Pengaruh Komponen Fisik terhadap Jumpshoot Ratri, Siantoro, Purnomo, Sifaq	Pengaruh kekuatan otot dan daya ledak terhadap hasil jumpshoot bola tangan	Penelitian kuantitatif deskriptif	Kekuatan otot lengan dan perut berpengaruh signifikan terhadap jumpshoot

Kelas pendidikan jasmani dapat memanfaatkan gaya belajar ini dengan sangat baik. Siswa lebih terlibat setelah analisis eksperimen ekstensif menggunakan uji lapangan. Menurut hasil uji lapangan, denyut nadi siswa meningkat sebelum dan sesudah aktivitas.

Kekuatan otot perut memiliki peran penting dalam permainan bola tangan, terutama saat melakukan passing dan shooting. Tingkat akurasi dalam kedua teknik tersebut sangat bergantung pada kekuatan otot perut, karena otot ini mengendalikan bagian tubuh atas, khususnya tangan, yang berfungsi dalam mengarahkan dan mengunci gerakan saat passing maupun shooting. Oleh karena itu, otot perut memberikan kontribusi besar terhadap ketepatan gerakan. Temuan penelitian juga mendukung hal ini, dengan menyatakan bahwa kekuatan otot perut secara individu berpengaruh signifikan terhadap hasil shooting jump shoot.

Dapat disimpulkan bahwa produk permainan bola tangan 3 lawan 3 yang dimodifikasi sesuai untuk digunakan dalam pembelajaran permainan bola tangan. Akibatnya, siswa merasa lingkungan belajar lebih menarik, dan mereka lebih cenderung terlibat dalam pembelajaran aktif. Siswa dapat berpartisipasi aktif dalam pendidikan mereka dengan menggunakan model

<https://ejournal.pisma.id/index.php/jmr>

permainan bola tangan 3 lawan 3 dari penelitian ini sebagai alternatif pendidikan jasmani di kelas. Jelas bahwa denyut nadi siswa meningkat selama instruksi bola tangan 3 lawan 3 dibandingkan sebelumnya, yang memungkinkan mereka bergerak lebih aktif saat belajar. Jurnal.(et al., 2024). Hasil akhir dari penelitian pengembangan ini adalah menghasilkan produk permainan pengembangan bolgeb yang merupakan produk pengembangan permainan bola tangan.(Pendidikan et al., 2024)

Seperti yang ditunjukkan oleh skenario pembelajaran bola tangan, yang pada dasarnya menggambarkan dampak infrastruktur yang tidak memadai terhadap pembelajaran, pendidikan Indonesia terganggu oleh kurangnya fasilitas dan infrastruktur yang memadai. Dari(Pangestu et al., 2025)Para siswa yang menerima perawatan dengan Small Sided Games dan Team Games Tournament memiliki dampak yang berbeda pada keterampilan motorik dan kemampuan bermain bola tangan mereka. Langkah-langkah SSG dan TGT menawarkan banyak proses pembelajaran kognitif, yang berarti bahwa atlet atau siswa distimulasi dalam keterampilan penalaran mereka sebelum berlatih dengan metode permainan. Ini berarti bahwa pengaturan pelatihan yang menekankan masalah taktis dan kompetisi memberi atlet atau siswa lebih banyak kesempatan untuk mengembangkan keterampilan berpikir kritis mereka. Sementara itu, para peneliti menemukan bahwa pendekatan pelatihan SSG memberi pemain lebih banyak kesempatan untuk mengasah tindakan sederhana dan kompleks. Selain itu, prosedur latihan yang sering memudahkan atlet atau siswa untuk memperbaiki kesalahan mereka saat bermain.(Indonesia & Barat, 2020).

Berdasarkan temuan penelitian dan analisis data, dapat disimpulkan bahwa pembelajaran bola tangan memberikan dampak yang menguntungkan dan berarti terhadap kemampuan sosialisasi mahasiswa yang mengikuti pelajaran bola tangan di Program Studi Pendidikan Jasmani FKIP Universitas PGRI Palembang. Hal ini tampak Dari hasil kuesioner, kemampuan interaksi sosial masuk dalam kategori baik, individu. yaitu 70,7% sementara kelompok mencapai 69%, dan didukung oleh hasil pengamatan juga memperlihatkan bahwa keterampilan interaksi sosial mahasiswa yang Mengikuti mata kuliah bola tangan tergolong dalam kategori baik, dengan persentase sebesar 71,82%.

Perkembangan olahraga bola tangan di Indonesia tidak dapat dipisahkan dari tingkat ketertarikan masyarakat terhadap olahraga tersebut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar minat siswa SMA Negeri di Kota Sukabumi terhadap olahraga bola tangan. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif dengan rancangan

cross sectional. Data dikumpulkan melalui metode survei menggunakan kuesioner yang disebarakan melalui Google Form. Populasi penelitian adalah siswa kelas X di SMA Negeri Kota Sukabumi, dengan teknik pengambilan sampel stratified sampling, sehingga diperoleh 1853 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 16% siswa memiliki minat sangat tinggi, 34% memiliki minat tinggi, 33% berada pada kategori minat rendah, dan 16% tergolong sangat rendah. Secara keseluruhan, minat siswa terhadap olahraga bola tangan berada pada kategori tinggi dengan persentase tertinggi yaitu 34%.

Kemampuan berkomunikasi merupakan salah satu faktor penting yang memengaruhi interaksi sosial anak. Anak yang mampu berkomunikasi dengan baik cenderung lebih mudah dalam bersosialisasi dan membangun hubungan sosial dengan lingkungan sekitarnya. Oleh karena itu, keterampilan komunikasi menjadi elemen kunci dalam proses perkembangan sosial anak.

Selain keterampilan sosial, minat individu terhadap aktivitas tertentu juga berperan penting dalam keterlibatan mereka, seperti dalam olahraga. Penelitian mengenai minat siswa SMA Negeri Kota Sukabumi terhadap olahraga bola tangan menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki minat dalam kategori tinggi, meskipun ada pula yang berada dalam kategori rendah dan sangat rendah. Ini menggambarkan adanya potensi besar dalam mengembangkan olahraga bola tangan di kalangan pelajar, asalkan didukung oleh pendekatan yang sesuai.

Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa baik kemampuan komunikasi maupun minat terhadap kegiatan seperti olahraga berkontribusi besar terhadap perkembangan sosial dan keterlibatan aktif siswa. Pengembangan kedua aspek tersebut perlu menjadi perhatian dalam dunia pendidikan agar siswa dapat tumbuh secara seimbang, baik secara sosial maupun dalam hal partisipasi kegiatan positif.

Berdasarkan hasil kajian terhadap jurnal ini, dapat disimpulkan bahwa permainan bola tangan memberikan dampak positif terhadap efektivitas belajar siswa. Permainan ini tidak hanya melibatkan aktivitas fisik, tetapi juga melatih kerja sama tim, konsentrasi, dan keterampilan motorik yang berkontribusi pada peningkatan motivasi dan keterlibatan siswa dalam proses pembelajaran. Aktivitas yang menyenangkan dan dinamis seperti bola tangan terbukti mampu menciptakan suasana belajar yang lebih aktif dan interaktif.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa yang mengikuti pembelajaran dengan pendekatan permainan bola tangan mengalami peningkatan dalam pemahaman materi, partisipasi kelas, serta sikap positif terhadap pelajaran. Hal ini menunjukkan bahwa metode pembelajaran berbasis permainan dapat menjadi alternatif yang efektif dalam meningkatkan hasil belajar, khususnya pada jenjang pendidikan dasar dan menengah. Penggunaan strategi ini juga mampu mengurangi kejenuhan dan mendorong siswa untuk lebih antusias dalam mengikuti proses belajar.

Secara keseluruhan, jurnal ini memberikan bukti empiris bahwa permainan bola tangan memiliki pengaruh signifikan terhadap efektivitas belajar siswa. Penelitian ini menjadi rujukan yang baik bagi pendidik dalam menerapkan pendekatan pembelajaran yang lebih inovatif dan menyenangkan. Meskipun demikian, dibutuhkan penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas untuk melihat dampak jangka panjang dan penerapannya pada berbagai mata pelajaran lainnya.

REFERENSI

- Bambang, H. (2018). *Modifikasi Permainan Bola Tangan Terhadap Hasil Belajar Passing Dalam Pembelajaran Bola Tangan Mahasiswa*. *Wahana Didaktika*, 16(1), 35–41.
- Indonesia, U. P., & Barat, J. (2020). *Pengaruh Metode Latihan dan Kemampuan Motorik terhadap Keterampilan Bermain Bola Tangan* *Effect of Training Methods and Motor Ability on Handball Playing Skills*. 20(April), 91–97.
- Lesmana, G., Subroto, T., & Rahmat, A. (2024). *Efektivitas model pengembangan research and development permainan bola tangan pada pembelajaran penjas sytematic literature review*. *Jurnal Porkes*, 7(1), 277–287. <https://doi.org/10.29408/porkes.v7i1.25155>
- Pangestu, A. H., Cahyono, A. J., Revananda, F., Anggraini, D. N., Prasetya, H. A., Yulianto, E., & Erwanto, B. Y. (2025). *Efetifitas Modifikasi Bola Karet terhadap Hasil Shooting dalam Pembelajaran Permainan Bola Tangan (Penelitian Tindakan Kelas pada Kelas X SMA Negeri 15 Surabaya) dengan kondisi yang ada (Raibowo et al ., 2019). Salah satu materi pelajaran yang ada pada dimana bola tangan sediri adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh 7 orang pemain dengan (Ningrum , 2021). Cara bermain pada permainan bola tangan sendiri menyerupai tehknik dasar*. 4(April).
- Pendidikan, J., Sekolah, J., & Keolahragaan, F. I. (2024). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Pada Siswa Kelas V SD Dabin Kecamatan Pekalongan Barat*. 5(1), 136–144.
- Prasetya, P. Y. (2024). *Puthut yuda prasetya*.
- Rahayu, R., Subroto, T., & Budiman, D. (2020). *Implementasi Model Pembelajaran Pada Olahraga Permainan Bolatangan*. *Physical Activity Journal*, 1(2), 107. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2172>

Setiawan, A., & Rahmat, A. (2018). *Pengaruh Pembelajaran Bola Tangan Terhadap Perilaku Sosial Siswa. Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 89.

<https://doi.org/10.17509/jpjo.v3i1.10188>