

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW DI SD NEGERI
BHAYANGKARA KECAMATAN GONDOKUSUMAN
KOTA YOGYAKARTA
TAHUN 2016**

SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh
Farit Khulfani
NIM 12604221022

**PRODI PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR PENJAS
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2016**

PERSETUJUAN

Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta Tahun 2016” yang disusun oleh Farit Khulfani, NIM 12604221022 ini disetujui oleh pembimbing untuk diujikan.

Yogyakarta, ~~26~~ Agustus 2016

Pembimbing,



Yudianto, M.Pd

NIP. 19810702 200501 1 001

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta tahun 2016” benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Tanda tangan dosen penguji yang tertera dalam halaman pengesahan adalah asli. Jika tidak asli, saya siap menerima sanksi ditunda yudisium pada periode berikutnya.

Yogyakarta, 26 Agustus 2016

Yang menyatakan,



Farit Khulfani
NIM. 12604221022

HALAMAN PENGESAHAN

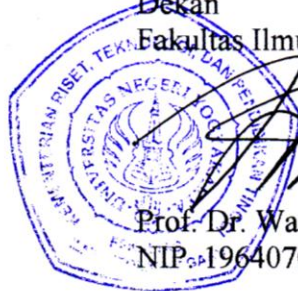
Skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta Tahun 2016” yang disusun oleh Farit Khulfani, NIM 12604221022 ini telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 5 September 2016 dan dinyatakan lulus.


DEWAN PENGUJI

Nama	Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Yudanto, M.Pd.	Ketua Penguji		6/9 2016
Nurhadi Santoso, M.Pd.	Sekretaris Penguji		17/9 2016
R.Sunardianta, M.Kes.	Penguji I (Utama)		15/9 2016
Saryono, M.Or.	Penguji II (Pendamping)		15/9 2016

Yogyakarta, September 2016

Dekan
Fakultas Ilmu Keolahragaan,




Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed.
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

“anda semua terlahir untuk menang. Namun untuk meraih kemenangan itu anda harus merencanakan, mempersiapkan dan mengharapkan kemenangan itu”

(Zig Ziglar)

“Jadilah guru yang ketiadaannya dicari, kehadirannya dinanti, kepergiannya dirindui, kematiannya ditangisi, dan kebajikannya diteladani”

(Muhlis Nur Fataa Syaiful Hidayat)

”Orang yang sukses selalu berpikir diluar jalur pada umumnya, yang mana orang lain tidak berpikir hal tersebut bisa terjadi”

(Farit Khulfani)

“Simpan dan tanamlah mimpimu dalam lubuk hatimu, hidupi mimpimu dengan perjuangan yang tiada batas hingga mimpimu bisa terwujud dan menjadi sebuah pohon rindang yang meneduhkan dan memberikan arti kehidupan di sekelilingmu.

(Farit Khulfani)

PERSEMBAHAN

Tulisan ini kupersembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku Bapak Mad Rohim Tuhamid dan Ibu Tujiyah yang telah memberikan arti perjuangan dalam menimba ilmu hingga sejauh ini, yang senantiasa memberikan arahan agar tetap menjadi manusia yang berguna bagi orang lain dan selalu memberikan kasih sayangnya serta doa terbaiknya kepadaku, semoga Allah SWT memberikan Barokah kepada beliau.
2. Adikku Siti Khumayah yang selalu memberikan semangat serta dukungan dalam pembuatan skripsi ini, semoga semua yang kita perjuangkan dapat membanggakan kedua orang tua kita di kemudian hari.

**TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW PESERTA
EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW DI SD NEGERI
BAYANGKARA KECAMATAN GONDOKUSUMAN
KOTA YOGYAKARTA TAHUN 2016**

**Oleh :
Farit Khulfani
NIM. 12604221022**

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan berdasarkan permasalahan keterampilan dasar bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bayangkara Yogyakarta yang belum dikuasai dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta tahun 2016.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bayangkara tahun 2016 yang terdiri dari kelas V dan VI yang berjumlah 29 siswa putra. Teknik pengambilan datanya menggunakan instrumen tes keterampilan bermain sepak takraw dari M.Husni Thamrin, dkk (1995) yang dimodifikasi oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015) dengan tingkat validitas sebagai berikut: sepakmuda 0,890; sepaksila 0,889; sepakkuda 0,906; *heading* 0,930; dan *smash* 0,889 dan angka realibilitas instrumen 0,932. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 siswa (10,4%) berada dalam kategori “sangat tinggi”, 4 siswa (13,8%) berada dalam kategori “tinggi”, 11 siswa (37,9%) berada dalam kategori “sedang”, 11 siswa (37,9%) berada dalam kategori “rendah”, dan tidak ada siswa (0%) yang berada dalam kategori “sangat rendah”.

Kata Kunci: *Keterampilan, Sepaktakraw, Ekstrakurikuler.*

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala limpahan rahmat dan Karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta Tahun 2016”. Keberhasilan penulisan skripsi ini adalah atas bantuan dan kerjasama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Rochmat Wahab, M.Pd, M.A., Rektor Universitas Negeri Yogyakarta (UNY) yang telah memberikan kesempatan penelliti untuk menimba ilmu dan menyelesaikan studi di UNY.
2. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Univesitas negeri Yogyakarta (UNY) yang telah memberi kesempatan pada peneliti untuk menempuh studi hingga dapat menyelesaikan studi dan memberikan ijin dalam pelaksanaan penelitian
3. Dr. Guntur, M.Pd., Ketua Prodi PGSD Penjas yang telah menyetujui dan mengijinkan pelaksanaan penelitian ini.
4. Dra. Sri Mawarti, M.Pd., Dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan bimbingan selama studi.
5. Yudanto, S.Pd.Jas., M.Pd., Dosen Pembimbing Skripsi yang selama penyusunan skripsi ini memberikan bimbingan
6. Semua Bapak dan Ibu Dosen yang telah membagikan ilmunya selama peneliti studi.

7. Kepala SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta yang telah memberikan izin penelitian.
8. Teman-teman PGSD PENJAS'12 yang dengan perbedaan pendapatnya namun tetap kompak dalam satu keluarga.
9. UKM SEPAK TAKRAW UNY yang telah memberikan warna dan makna keluarga dan makna berjuang. Salam Bola Rotan, Salam Bola 12 lubang.
10. Sedulur "Ithemouty" yang selalu memberikan dorongan semangat, tempat berbagi kebahagiaan dan ber-ceria bersama. Semoga impian kita segera terwujud.
11. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan pada peneliti selama penyusunan skripsi yang tidak bias saya sebutkan satu persatu.

Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat dalam peningkatan mutu pendidikan pada umumnya dan bermanfaat bagi para pembaca pada khususnya.

Yogyakarta, Agustus 2016

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II KAJIAN PUSTAKA	
A. Deskripsi Teori.....	8
B. Penelitian Relevan.....	28
C. Kerangka Berpikir.....	31
BAB III Metode Penelitian	
A. Desain Penelitian.....	32
B. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	32
C. Populasi Penelitian.....	33
D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data.....	33

E. Teknik Analisis Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Deskripsi Data Penelitian.....	42
B. Hasil Analisis Data Penelitian.....	43
C. Pembahasan.....	53
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	55
B. Implikasi Hasil Penelitian.....	55
C. Keterbatasan Penelitian.....	56
D. Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....	57
LAMPIRAN.....	60

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Interval dan Skor Kategori Pada Permainan Sepaktakraw.....	41
Tabel 2. Kategori Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw.....	44
Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepakmula.....	45
Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepaksila.....	47
Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepakkuda.....	48
Tabel 6. Kategorisasi Tingkat Keterampilan <i>Heading</i>	50
Tabel 7. Kategorisasi Tingkat Keterampilan <i>Smash</i>	51

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Gerakan Sepaksila.....	16
Gambar 2. Gerakan Sepakkuda.....	17
Gambar 3. Gerakan Sepakcungkil.....	18
Gambar 4. Gerakan Menapak.....	19
Gambar 5. Gerakan Servis atas.....	20
Gambar 6. Gerakan Blok.....	21
Gambar 7. Gerakan <i>Heading</i>	22
Gambar 8. Gerakan Memaha.....	22
Gambar 9. Gerakan Mendada.....	23
Gambar 10. Gerakan <i>Smash</i> Kedeng.....	24
Gambar 11. Gambar Diagram Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw.....	44
Gambar 12. Diagram Tingkat Keterampilan Sepakmula.....	46
Gambar 13. Diagram Tingkat Keterampilan Sepaksila.....	48
Gambar 14. Diagram Tingkat Keterampilan Sepakkuda.....	49
Gambar 15. Diagram Tingkat Keterampilan <i>Heading</i>	51
Gambar 16. Diagram Tingkat Keterampilan <i>Smash</i>	52

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas.....	61
Lampiran 2. Surat Rekomendasi dari Pemerintah Daerah Istimewa Yogyakarta.....	62
Lampiran 3. Surat Izin dari Dinas Perizinan Kota Yogyakarta.....	63
Lampiran 4. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian.....	64
Lampiran 5. Lembar Kalibrasi <i>Stopwatch</i>	65
Lampiran 6. Lembar Kalibrasi Ban Ukur (Meteran).....	67
Lampiran 7. Kartu Bimbingan Skripsi.....	69
Lampiran 8. Data hasil Penelitian Tes Keterampilan Sepakmula.....	70
Lampiran 9. Data hasil Penelitian Tes Keterampilan Sepaksila.....	71
Lampiran 10. Data hasil Penelitian Tes Keterampilan Sepakkuda.....	72
Lampiran 11. Data hasil Penelitian Tes Keterampilan Heading.....	73
Lampiran 12. Data hasil Penelitian Tes Keterampilan <i>Smash</i>	74
Lampiran 13. Data Tes Keterampilan Bermain Sepaktakraw.....	75
Lampiran 14. Data Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw.....	76
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan Penelitian.....	77

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga menjadi suatu hal yang tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari – hari manusia, dengan melakukan olahraga manusia mendapatkan kesenangan, kepuasan, dan menjadikan tubuh terhindar dari berbagai serangan penyakit. Olahraga menyebabkan seseorang banyak melakukan gerakan. Menurut Giriwijoyo S, dkk, (2005: 11), gerakan merupakan salah satu ciri kehidupan yang terpenting. Kian nyata gerakan seseorang atau kian banyak dia mampu bergerak, maka kian jelaslah bahwa orang itu memiliki kualitas hidup yang baik. Setiap cabang olahraga memerlukan suatu gerakan yang bervariasi. Ada berbagai macam jenis olahraga yang dilakukan secara berkelompok maupun individu, salah satunya yaitu olahraga Sepaktakraw.

Sepaktakraw merupakan sebuah permainan net yang dimainkan dalam lapangan empat persegi panjang, baik di tempat tertutup (*indoor*) maupun terbuka (*outdoor*) dengan permukaan lapangan yang rata. Sepaktakraw dapat dimainkan di lapangan rumput, lapangan pasir, keramik ataupun yang beralaskan matras karet. Kondisi lapangan yang bermacam-macam ini memudahkan masyarakat dalam melakukan permainan sepaktakraw dimanapun dan kapanpun.

Sejarah perkembangan sepaktakraw di Indonesia dimulai dengan adanya kunjungan Tim Sepak Takraw Malaysia (PSM) pada tahun 1970 dan di susul dengan datangnya Tim Sepak Takraw Singapura (PERSES) pada tahun 1971 melakukan kunjungan beberapa hari di Indonesia. Kunjungan tersebut berhasil

mendemonstrasikan permainan sepak takraw di beberapa kota di Indonesia antara lain di Jakarta, Bandung, dan Medan. Hal tersebut menjadikan masyarakat Indonesia terdorong untuk mengembangkan olahraga sepak takraw.

Olahraga sepak takraw masih kalah tenar dibandingkan olahraga bulutangkis dan sepakbola yang sudah menyumbangkan berbagai trofi kejuaraan bagi bangsa Indonesia, namun perkembangan sepak takraw di Indonesia semakin pesat. Hal ini dibuktikan dengan adanya nomor pertandingan sepak takraw yang dipertandingkan dalam ajang O2SN, POPDA, POPNAS, PORPROV, dan PON.

Perkembangan sepak takraw dibuktikan dengan banyaknya masyarakat Indonesia yang menyukai olahraga ini, dari masyarakat umum, mahasiswa, sampai siswa yang masih duduk di sekolah dasar. Penjaringan atlet muda perlu dilakukan agar dapat mengikuti pertandingan di berbagai ajang kejuaraan tersebut. Salah satu caranya untuk menjaring atlet muda yang berbakat dalam sepak takraw yaitu dengan mengadakan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah dasar. Hal ini menjadi dorongan tersendiri bagi siswa sekolah dasar untuk berlatih sepak takraw dan menjadi atlet sepak takraw masa depan.

Di Sekolah Dasar (SD) Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta mengadakan kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw untuk menciptakan atlet muda sepak takraw. Sepak takraw menjadi salah satu kegiatan ekstrakurikuler favorit bagi siswa di SDN Bhayangkara. Kegiatan

ekstrakurikuler sepak takraw dilakukan oleh siswa dari kelas 4 sampai dengan kelas 6 yang ingin berlatih dan mengembangkan kemampuannya dalam bermain sepak takraw.

Kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw dilaksanakan sebanyak 2 kali dalam satu minggu, yaitu pada hari Rabu sore pukul 13.30-15.30 WIB dan Sabtu pagi mulai 07.30-10.30 WIB. Pelatih ekstrakurikuler diambil langsung dari guru yang ada di sekolah tersebut. Hal ini bertujuan untuk mempermudah koordinasi antara pelatih, siswa, dan pihak sekolah. Meskipun kegiatan ekstrakurikuler dilakukan setiap minggunya, namun pada tahun 2016 ini SD Negeri Bhayangkara belum pernah melakukan Tes Keterampilan Bermain Sepak takraw untuk mengukur seberapa tinggi kemampuan peserta ekstrakurikuler sepak takraw, sehingga pelatih tidak mengetahui seberapa tinggi keterampilan dasar bermain sepak takraw yang dikuasai oleh setiap siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw.

Kejuaraan yang sering diikuti SDN Bhayangkara adalah O2SN tingkat Kecamatan hingga O2SN tingkat Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. Tim sepak takraw SDN Bhayangkara pada tahun 2015 berhasil memperoleh juara pertama di O2SN tingkat Kota Yogyakarta dan selanjutnya mendapat juara 3 di O2SN tingkat propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2015. Hal tersebut menjadikan Tim sepak takraw SDN Bhayangkara harus berlatih lebih giat agar memperoleh juara pertama pada ajang O2SN tingkat Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta pada tahun selanjutnya.

Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan yaitu berupa pemberian materi latihan teknik dasar dalam bermain sepak takraw. Seorang siswa agar mampu menguasai teknik dasar bermain dengan baik memerlukan ketekunan, semangat, sikap disiplin dan waktu yang tidak sedikit. Sarana dan prasarana yang sudah memadai menjadikan siswa terlihat semangat dan penuh antusias dalam mengikuti setiap kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw pada tiap pertemuannya.

Keterampilan atau teknik dasar yang diberikan pada siswa yaitu berupa teknik menyepak, menyundul, memaha, mendada, dan melakukan blok (menahan). Namun materi yang diberikan pelatih masih dalam sebatas bermain sepak takraw, belum pada latihan pematangan penguasaan keterampilan dasar bermain sepak takraw yang ditujukan pada seluruh siswa peserta ekstrakurikuler. Evaluasi perlu dilakukan pelatih agar dapat mengetahui kemajuan siswa sebagai bahan pertimbangan untuk menentukan siswa yang dianggap siap untuk mengikuti kejuaraan. Evaluasi yang dilakukan pembina masih sebatas pengamatan yang dilakukan pada saat permainan. Bahkan pada saat akan mengikuti kejuaraan, pembina memilih dan menentukan siswa yang ikut bertanding hanya dengan mengamati pada saat latihan, sedangkan kemampuan dasar sepak takraw sangat berpengaruh dalam latihan bahkan dalam sebuah pertandingan.

Penilaian keterampilan siswa dalam bermain sepak takraw sangat penting dilakukan. Selain pelatih dapat mengetahui kemampuan siswa, hasil dari penilaian tersebut dapat dijadikan acuan dalam menyusun program latihan

selanjutnya yang lebih baik. Hasil tes juga dapat digunakan sebagai pedoman dalam menentukan siswa yang sebaiknya ditempatkan pada posisi apit kanan, apit kiri, dan tekong, sehingga siswa dapat bermain secara maksimal.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk meneliti tentang tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Penelitian ini menjadi sangat penting, karena penelitian ini merupakan langkah awal untuk memperoleh informasi tentang tingkat keterampilan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, sehingga dapat dipertimbangkan untuk mengikuti ajang kejuaraan seperti O2SN.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan diatas, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Tingkat keterampilan siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta tahun 2016 masih kurang terampil.
2. Perlunya pengembangan dalam melatih bagi Pembina ekstrakurikuler sepaktakraw, pelatih belum mengedepankan latihan pematangan penguasaan keterampilan gerak dasar pada seluruh siswa.
3. Pemilihan siswa pada saat menjelang kejuaraan masih dilakukan dengan pengamatan dalam permainan, belum menggunakan hasil sebuah tes.
4. SD Negeri Bhayangkara belum pernah memperoleh juara pertama pada ajang O2SN tingkat propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

C. Batasan Masalah

Dalam sebuah penelitian agar tidak menyimpang dari masalah dan tujuan penelitian, maka dalam penelitian ini harus diberikan pembatasan masalah. Dalam hal ini dibatasi pada tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara.

D. Rumusan Masalah

Banyak permasalahan yang timbul dalam melakukan teknik dasar sepaktakraw. Oleh sebab itu, berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah tersebut maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta Tahun 2016?”

E. Tujuan Penelitian

Adapun Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa tinggi Tingkat keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta Tahun 2016.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian yang berjudul “Tingkat keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta Tahun 2016” diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat serta dapat memberikan sumbangan pemikiran dan pengetahuan bagi dunia pendidikan , khususnya dalam bidang Ilmu Keolahragaan.

2. Secara Praktis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat secara praktis sebagai berikut:

a. Bagi Penulis

Penelitian ini sangat bermanfaat karena dapat dijadikan sebagai bahan belajar, serta dapat digunakan sebagai bekal mengajar setelah mendapatkan gelar sarjana.

b. Bagi Siswa

Penelitian ini sangat bermanfaat untuk mengetahui keterampilan dasar sepaktakraw, sehingga setelah mengetahui tingkat keterampilannya diharapkan siswa dapat meningkatkan kualitas bermain sepaktakraw untuk bekal meraih prestasinya yang lebih baik.

c. Bagi Lembaga / Sekolah

Penelitian ini menjadi sangat penting bagi lembaga atau sekolah untuk memperbarui program latihan sehingga kualitas bermain sepaktakraw para peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara Yogyakarta menjadi lebih baik sehingga dapat mencapai prestasi yang di inginkan.

BAB II KAJIAN TEORI

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Keterampilan

Seseorang dalam melaksanakan berbagai kegiatan olahraga dengan tingkat kesulitan rendah hingga sangat tinggi memerlukan sebuah keterampilan yang baik. Setiap individu dilahirkan dengan tingkat keterampilan yang berbeda-beda.

Menurut Sudrajat Prawirasaputra (2000: 19), keterampilan dasar merupakan landasan yang harus dibina sejak awal. Keterampilan dasar ini secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan non lokomotor, dan (3) keterampilan manipulatif. Sedangkan menurut Endang R. Sukamti (2007: 67), keterampilan merupakan penampilan motorik pada taraf tinggi. Gerakan pada taraf tinggi akan terasa enak dipandang. Keterampilan ditandai dengan gerakan yang terorganisasi, halus, dan estentis. Berkaitan dengan keterampilan, Iyakrus (2012: 5), berpendapat bahwa keterampilan gerak adalah kemampuan menyelesaikan tugas tertentu dengan koordinasi dan control tubuh yang baik.

Dari beberapa pendapat diatas peneliti menyimpulkan bahwa keterampilan merupakan aktivitas gerak seseorang yang harus dipelajari sejak usia dini sehingga gerakan tersebut dapat dilakukan dan diselesaikan secara halus, benar, terorganisasi dan control yang baik dalam melakukan setiap gerakannya.

2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan

Permainan yang baik dipengaruhi oleh penguasaan keterampilan seseorang dalam melakukan berbagai gerak dasar secara baik dan benar. Menurut Nurhadi S. (2014: 41), keterampilan dasar adalah kemampuan melaksanakan tugas gerak yang berfaedah yang menunjukkan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan yang konsisten untuk mencapai tujuan dengan efisien dan efektif. Pendapat lain berkaitan dengan keterampilan oleh Russell R. Pate dkk (1993: 194), bahwa kemampuan seseorang untuk tampil berhasil dalam keterampilan olahraga yang kompleks ditentukan oleh interaksi yang rumit antara pengaruh keturunan dan pengaruh lingkungan. Kedua hal tersebut merupakan faktor penentu bagi seseorang dalam melakukan suatu keterampilan.

Berkaitan dengan penguasaan keterampilan, menurut M. Sajoto dalam F. Mardiana dan Tri Ani H (2014: 15), menyebutkan bahwa:

Untuk mencapai prestasi yang sangat memuaskan, tentunya didukung oleh beberapa faktor yang sangat berpengaruh didalamnya. Ada beberapa faktor penentu pencapaian prestasi maksimal dalam cabang olahraga. Faktor penentu tersebut dapat diklasifikasikan menjadi empat aspek yaitu: (1) aspek biologis terdiri atas potensi atau kemampuan dasar tubuh, fungsi organ tubuh, postur tubuh, struktur tubuh dan gizi; (2) aspek psikologis terdiri atas intelektual atau kecerdasan, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan syaraf; (3) aspek lingkungan; (4) aspek penunjang.

Faktor-faktor tersebut sangat mempengaruhi hasil akhir dari sebuah latihan keterampilan. Kondisi badan yang sehat, postur tubuh yang mendukung, dan lingkungan yang mendukung akan mempermudah seseorang dalam latihan keterampilan. Semakin matang seorang individu

dalam melakukan berbagai gerakan dengan sempurna, maka akan semakin baik pula kualitas keterampilannya. Peran guru atau pelatih dalam latihan juga mempengaruhi hasil akhir sebuah latihan keterampilan. Menurut Umi Hariyani (2011: 25), dengan adanya guru yang kreatif dan inovatif dalam hal merencanakan dan melaksanakan pembelajaran maka akan mampu menggali kreatifitas siswa dalam bergerak sehingga membantu pencapaian tujuan pembelajaran. Pemberian materi latihan keterampilan yang diberikan sesuai dengan tingkat kesulitannya akan mengakibatkan penguasaan keterampilan yang lebih baik secara perlahan-lahan. Latihan yang bervariasi juga akan mempercepat penguasaan latihan keterampilan. Meskipun demikian, seorang pelatih perlu memberikan keterampilan yang lebih sulit pada anak agar mampu tampil dengan keterampilan yang lebih sempurna.

Selain hal tersebut di atas, perbedaan jenis kelamin antara laki-laki dan perempuan juga mempengaruhi tingkat belajar keterampilan.

Menurut Husdarta dan Yudha M. Saputra (2000: 22), bahwa:

hingga usia sekitar 11 tahun, keterampilan anak laki-laki dan anak perempuan relatif belum besar perbedaannya, namun ada kecenderungan bahwa anak laki-laki lebih baik dalam keterampilan yang memerlukan kekuatan, atau otot-otot besar. Sedangkan anak perempuan lebih baik dalam keterampilan yang memerlukan kecermatan atau melibatkan otot-otot halus. Setelah usia 11 tahun perbedaan keterampilan semakin besar.

Pendapat tersebut secara langsung menjelaskan bahwa, ada perbedaan antara laki-laki dan perempuan dalam penguasaan keterampilan. keterampilan yang dimiliki anak laki-laki pada usia sekitar 11 tahun lebih

baik daripada anak perempuan seusianya. Menurut S. Rumini dan S. Sundari (2000: 57), walaupun ada sejumlah perbedaan dalam keterampilan, tetapi pada umumnya mereka belajar keterampilan umum tertentu, meskipun saat mempelajarinya juga berbeda kecakapan dalam mempelajarinya juga berbeda. S. Rumini dan S. Sundari (2000: 57-60) menambahkan bahwa, keterampilan umum ini dapat dibagi menjadi dua kelompok besar, yaitu keterampilan tangan dan keterampilan kaki.

a. Keterampilan tangan dan kaki pada awal masa kanak-kanak

Pada usia 6 tahun sebagian besar anak sudah dapat menangkap bola, tetapi 2/3 dari mereka dapat menangkap bola dengan baik. Sepertiga dari mereka waktu menangkap bola masih menggunakan seluruh tubuhnya. Bagi anak yang mempunyai pembawaan kidal, dan tidak mau mengubah kekidalannya, jangan dipaksa, karena akan menjadikan anak stress dan menghambat perkembangan yang lain. Kalau anak kidal mau mengubah kekidalannya, maka biasanya kemampuan penggunaan kedua belah tangan menjadi sama baik. Sedangkan keterampilan kaki pada awal masa kanak-kanak, biasanya anak yang berumur 5-6 tahun sudah bisa melompat, berlari cepat, dan latihan keseimbangan tubuh dengan berjalan diatas titian.

b. Perkembangan keterampilan pada akhir masa kanak-kanak

Pada masa ini, keterampilan anak berkembang menjadi lebih halus. Anak mampu melakukan gerakan-gerakan secara lebih halus. Pada umur 8-10 tahun anak dapat melakukan gerakan lebih sempurna dari pada sebelumnya, dan sekitar umur 10-12 tahun, anak dapat menguasai keterampilan olahraga secara kompleks dan cepat setara dengan orang dewasa.

Masa sekolah dasar merupakan masa dimana anak mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang mengakibatkan anak banyak melakukan berbagai macam gerakan, khususnya macam-macam gerakan dalam olahraga. Semakin bertambah usia anak, maka anak akan semakin terampil dalam melakukan suatu gerakan. Lingkungan yang mendukung juga mempengaruhi proses penguasaan gerakan yang lebih kompleks.

Dari pendapat para ahli di atas, maka peneliti menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan yaitu: (1) faktor genetik atau keturunan, (2) faktor pengaruh pengalaman belajar keterampilan, (3) faktor lingkungan pembelajaran, (4) faktor usia, dan (5) faktor perbedaan jenis kelamin. Anak akan semakin terampil melakukan keterampilan gerak dasar apabila latihan dilaksanakan secara kontinyu. Semakin bertambah usianya, anak akan mampu melakukan dan menguasai keterampilan olahraga secara kompleks, serta dapat melakukan gerakan-gerakan secara lebih halus daripada sebelumnya.

3. Permainan Sepaktakraw

Sepak takraw atau disebut juga sepakraga merupakan cabang olahraga yang berkembang dari sejenis permainan rakyat yang sudah banyak di gemari di kawasan asia tenggara termasuk indonesia. Masing-masing negara memiliki sebutan tersendiri mengenai nama sepaktakraw, sebagai contoh di Filipina dikenal dengan nama “Sipa”, di Burma disebut dengan “Chinlone”, di Laos di kenal dengan “Kator”, di Malaysia dan Singapura di sebut dengan “Sepak Raga”, sedangkan di Thailand disebut dengan “Takraw”.

Menurut Ginanjar Atmasubrata (2012: 129), menyebutkan bahwa sepaktakraw adalah jenis olahraga campuran dari sepak bola dan bola voli yang dimainkan di lapangan ganda bulutangkis serta pemain tidak boleh menyentuh bola dengan tangan. Pendapat lain mengenai pengertian sepaktakraw yaitu menurut Iyakrus, (2012: 1), menyebutkan bahwa

sepaktakraw adalah suatu permainan yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan, dimainkan di atas lapangan yang berukuran 44 kaki (13,42 m) panjang, dan 20 kaki (6,1 m) lebar. Di tengah-tengah dibatasi oleh jaring seperti permainan voli.

Sedangkan pendapat yang dikemukakan oleh Armelia (2009: 17), menyebutkan bahwa:

Sepaktakraw merupakan sebuah permainan yang dimainkan secara kolektif oleh dua regu. Setiap regu terdiri dari tiga orang pemain. Salah satu dari tiga orang pemain tersebut disebut tekong (*server*) merupakan pemain yang berada di lapangan paling belakang. Tekong ini bertugas untuk menservis bola, menerima, dan menahan serangan dari regu lawan di bagian belakang lapangan.

Dua pemain yang disebut apit kanan dan kiri. Kedua pemain ini berada di sebelah kanan dan kiri di depan tekong. Pemain ini berada di dekat net yang bertugas sebagai pelempar bola ke tekong, penerima dan pemblok bola dari pihak lawan.

Berdasarkan pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa, sepaktakraw adalah sebuah permainan yang dilakukan di lapangan berbentuk persegi panjang dengan ukuran 13,42 m x 6,10 m dan dibatasi sebuah net yang berada di tengah-tengah lapangan. Permainan ini dimainkan oleh dua regu yang saling berhadapan. Masing-masing regu terdiri dari tiga orang pemain yang berposisi sebagai tekong, apit kanan, dan apit kiri. Setiap pemain bebas memainkan bola dengan menggunakan bagian tubuh manapun kecuali lengan dengan tujuan utama yaitu untuk mengembalikan bola ke lapangan lawan.

Dalam melakukan permainan sepaktakraw seseorang harus mempersiapkan diri dengan mempelajari dan menguasai teknik dasar sepaktakraw. Teknik dasar tersebut sangat penting dalam bermain, karena

dengan menguasai teknik dasar bermain dengan baik maka seseorang dapat terlihat kualitasnya dalam bermain.

4. Teknik Dasar Permainan Sepaktakraw

Untuk dapat bermain sepaktakraw dengan terampil, seseorang memerlukan kerja keras serta kemauan yang tinggi dalam berlatih. Latihan yang dilakukan secara terstruktur dan kontinyu akan memberikan dampak yang signifikan bagi seseorang dalam menguasai kemampuan dasar bermain sepaktakraw. Kemampuan yang dimaksud adalah mampu memainkan bola dengan kaki (menyepak), dengan kepala (*heading*), dengan dada (mendada), dengan bahu (membahu), dan menapak dengan menggunakan tepal kaki. Tanpa menguasai teknik dasar atau kemampuan dasar bermain sepaktakraw, maka sebuah permainan sepaktakraw tidak dapat dimainkan dengan baik. Untuk itu agar seseorang dapat menguasai teknik dasar dengan baik maka harus melakukan latihan secara kontinyu dan sistematis.

Iyakrus (2012: 19), mengelompokkan teknik-teknik dasar bermain sepaktakraw meliputi sepakan, *heading*, memaha, servis, *smash*, dan blok. Sedangkan menurut Husni Thamrin dan Yudanto (2006: 6), unsur-unsur teknik dasar memainkan bola takraw adalah teknik menyepak, memainkan dengan kepala, memainkan dengan dada, memaha dan membahu. Dari kedua pendapat tersebut dapat disimpulkan bahwa teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepaktakraw terdiri dari menyepak (sepakan), memaha, main kepala (*heading*), *smash*, dan blok.

Iyakrus (2012: 19-36) mengelompokkan teknik-teknik dalam bermain sepak takraw kedalam beberapa kelompok sebagai berikut:

a. Macam-macam sepakan

Dalam permainan menyepak merupakan gerakan yang paling dominan dalam permainan sepak takraw. Mulai dari memulai permainan hingga membuat angka banyak dilakukan dengan menggunakan kaki. Macam-macam teknik menyepak antara lain:

1) Sepaksila

Sepaksila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, berguna untuk mengontrol bola dan memberikan umpan kepada teman (Y. Kusyanto, 1996: 95). Sepaksila digunakan untuk menerima dan menguasai bola, mengumpan atau melambungkan bola dan menyelamatkan bola hasil serangan dari lawan. Menurut Ucup Yusup dalam Suyanta (2015: 12), sepaksila berfungsi sebagai sepakmula (*servis*), *smash*, dan untuk memberi umpan kepada teman. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa sepaksila adalah memainkan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam, baik itu untuk melakukan servis, *smash*, dan melambungkan bola kepada teman sebelum di serang kepihak lawan.

Teknik melakukan sepaksila menurut Iyakrus (2012: 20) adalah sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan dua kaki terbuka selebar bahu
- b) Kaki sepak digerakkan melipat setinggi lutut kaki tumpu

- c) Bola dikenai atau bersentuhan dengan bagian dalam kaki sepak pada bagian bawah dari bola
- d) Kaki tumpu agak ditumpu sedikit, dan badan dibungkukkan sedikit
- e) Mata melihat kearah bola
- f) Kedua tangan dibuka dan di bungkukkan pada siku untuk menjaga keseimbangan pergelangan kaki sepak waktu menyepak ditegangkan dan dikencangkan
- g) Bola disepak melewati kepala



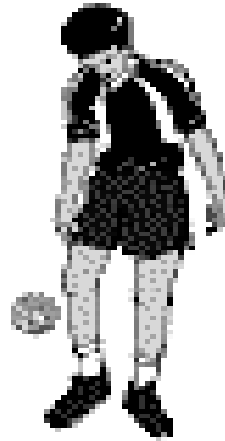
Gambar 1. Gerakan Sepaksila
(sumber: Sudrajad Prawirasaputra, 2000: 20)

2) Sepakkura

Sepakkura adalah sepakan atau menyepak dengan menggunakan kura kaki atau menggunakan punggung kaki. Menurut Sulaiman dalam Arief Nugthroho L. (2015: 21), sepakkura digunakan untuk memainkan bola yang datangnya rendah dan kencang (keras) dari lawan, untuk menguasai bola sehingga tidak jatuh. Jadi, sepakkura adalah memainkan bola dengan menggunakan punggung kaki dalam upaya menyelamatkan bola yang datang dari lawan sehingga bola tidak jatuh dan dapat melambung kembali.

Adapun teknik-teknik melakukan sepakkura menurut Iykrus (2012: 22) adalah sebagai berikut.

- a) Berdiri dengan kaki dibuka selebar bahu.
- b) Lutut kaki sepak dibengkokkan sedikit sambil ujung jari mengarah ketanah, dan kaki tendang diangkat kearah bola.
- c) Mata melihat kearah bola.
- d) Badan dibungkukkan sedikit.
- e) Kedua tangan dibuka, untuk menjaga keseimbangan tubuh.
- f) Bola diangkat setinggi kepala.



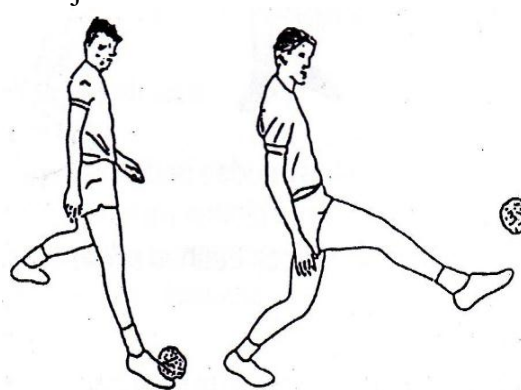
Gambar 2. Gerakan Sepakkura
 (sumber:<https://tpppenjaskesrek.files.wordpress.com/2011/12/3-sepak-takraw-sepak-sila.jpg?w=320&h=240>)

3) Sepak cungkil

Sepak cungkil adalah sepakan atau menyepak bola dengan menggunakan jari kaki, sepak cungkil berguna untuk mengambil bola yang jauh dan rendah datangnya. Ratinus D. dan Penghulu Basa dalam Arief Nugroho L. (2015: 22), mengemukakan bahwa sepak cungkil digunakan untuk mengambil bola yang jauh, rendah dan bola-bola yang liar pantulan dari bloking. Jadi sepakcungkil adalah menyepak bola menggunakan jari kaki untuk mengambil atau menyelamatkan bola liar.

Teknik-teknik melakukan sepak cangkil menurut Iyakrus (2012: 24) yaitu sebagai berikut:

- a) Berdiri dengan kedua kaki selebar bahu.
- b) Kaki sepak diluruskan sehingga ujung kaki dengan lutut digerakkan ke atas setinggi lutut kaki tumpu menuju datangnya arah bola.
- c) Bola disentuh dengan bagian atas ujung kaki sepak pada bagian bawah dari bola, sedangkan kaki tumpu ditekuk sedikit pada lutut dan badan dicondongkan sedikit ke belakang.
- d) Mata melihat ke arah datangnya bola.
- e) Bola di sepakkan lurus ke atas setinggi bahu atau kepala untuk tidak jatuh.



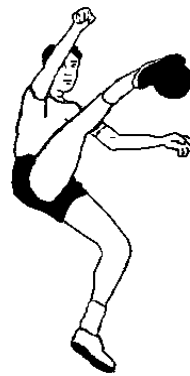
Gambar 3. Gerakan sepak cangkil
(sumber: Iyakrus 2012: 24)

4) Sepak tapak

Sepak tapak menurut Ratinus Darwis dan penghulu Basa yang peneliti kutip dari Arief Nugroho L. (2015: 23), menapak adalah menepak bola dengan menggunakan telapak kaki. menapak digunakan untuk: *smash* ke pihak lawan, servis *dropshoot*, menahan / memblok pihak lawan, menyelamatkan bola dekat dengan net (jaring).

Teknik-teknik melakukan gerakan menapak menurut Iyakrus (2012: 25) yaitu:

- a) Berdiri dengan kedua kaki dengan jarak selebar bahu
- b) Kaki sepak diangkat tinggi dengan lutut agak dibengkokkan, telapak kaki dipukulkan ke bola, kaki jangan menyentuh net.
- c) Bola disentuh ke telapak kaki di bagian atas bola, dengan menggunakan pergerakan pergelangan kaki sepak kearah lapangan lawan.
- d) Mata melihat kearah bola.
- e) Kaki tumpu di bengkokkan sedikit, kedua tangan dibuka untuk menjaga keseimbangan tubuh.
- f) Badan dicondongkan ke belakang sedikit.



Gambar 4. Gerakan Menapak
(sumber:<https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/takraw37.gif>)

5) Sepak badek atau sepak simpuh

Sepak badek adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian luar atau samping luar. Sepak badek ini dapat pula disebut dengan sepak simpuh, dikatakan sepak simpuh oleh karena menyepak bola sama dengan sikap bersimpuh. Menurut Ucup Yusup, dkk yang dikutip dalam Suyanta (2015: 12), sepak badek berfungsi sebagai upaya untuk meraih bola yang datang cepat dan pemain tidak sempat memutar badan. Sepak badek juga digunakan untuk penyelamatan bola yang datang secara mendadak dan dapat digunakan untuk melambungkan bola kepada teman.

b. Macam-macam servis (sepakmula)

Sepakmula atau servis dilakukan oleh seorang tekong dari lingkaran servis ke arah lapangan lawan dengan tujuan untuk menyerang lawan sehingga dapat memperoleh poin. Menurut Iyakrus (2012: 26-27), ada dua macam servis yaitu servis bawah dan servis atas.

1) Servis bawah

Berdiri dengan salah satu kaki berada didalam lingkaran sebagai tumpuan dan kaki lainnya berada disamping badan sebagai awalan. Servis bawah dapat dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam maupun punggung kaki.

2) Servis atas

Servis atas dilakukan dengan posisi kaki lebih tinggi dari badan. Servis atas terdiri dari servis yang menggunakan kaki bagian dalam, servis dengan punggung kaki, dan servis dengan menggunakan telapak kaki.



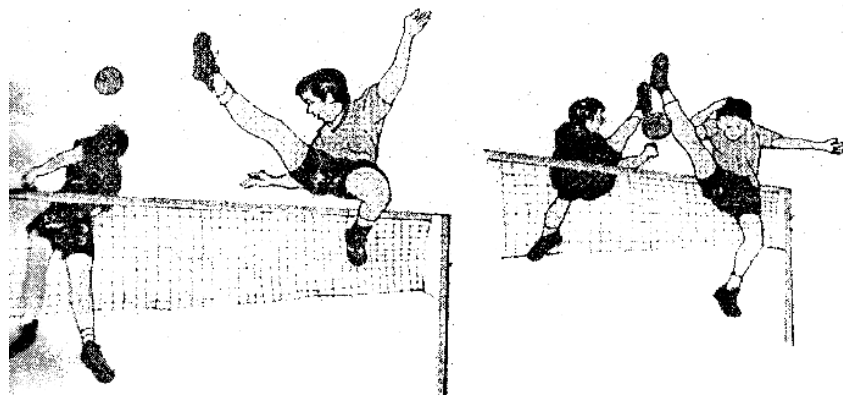
Gambar 5. Gerakan servis atas
(sumber: <http://projectgen-y.com/3a/saiful/wp-content/uploads/2014/09/ser.jpg>)

c. Bentuk bentuk teknik bertahan

Bertahan merupakan teknik yang sama pentingnya dengan teknik-teknik lainnya. Berikut adalah macam-macam bentuk teknik bertahan menurut Iyakrus (2012: 28-33) yaitu:

1) Blok

Blok atau menahan adalah salah satu dari beberapa cara gerak bertahan. Blok yang baik dapat menahan bola *smash* dan kembali ke lapangan lawan. Kegagalan blok berarti *smash* lawan berhasil dan bola akan mati di lapangan pihak yang bertahan, yang berarti poin atau angka atau perpindahan servis, dan juga sebaliknya. Blok dapat dilakukan dengan menggunakan tungkai kaki dan punggung badan.

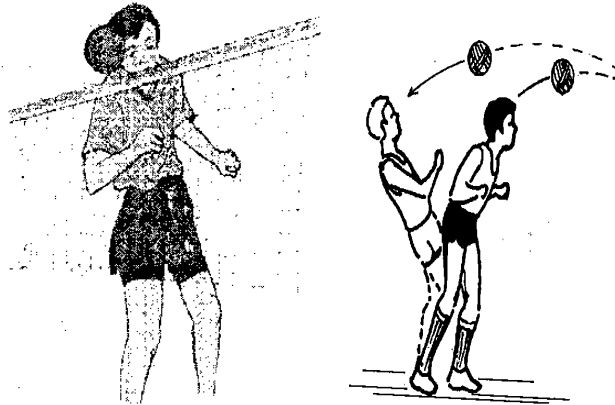


Gambar 6. Gerakan blok
(sumber: Iyakrus, 2012: 30)

2) *Heading*

Heading atau menyundul bola dapat dilakukan dengan sikap berdiri ditempat atau dengan melompat. Melompat itu sendiri dapat dilakukan tanpa atau dengan awalan. Menyundul bola dapat

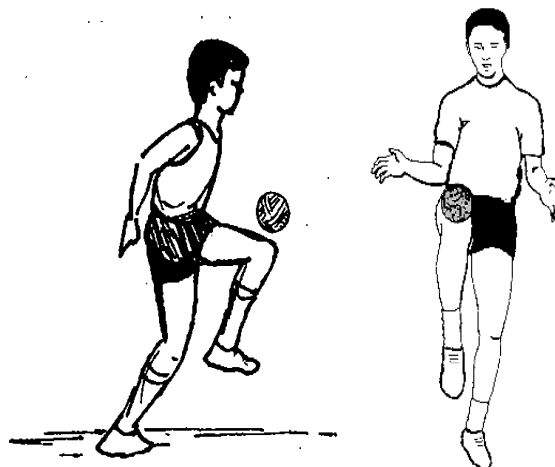
digunakan untuk menahan bola, mengumpan pada teman, dan melakukan serang dengan kepala ke arah lapangan lawan.



Gambar 7. Gerakan *heading* (menyundul)
(sumber: Iyakrus, 2012: 31 & Y.Kusyanto, 1996: 98)

3) Memaha

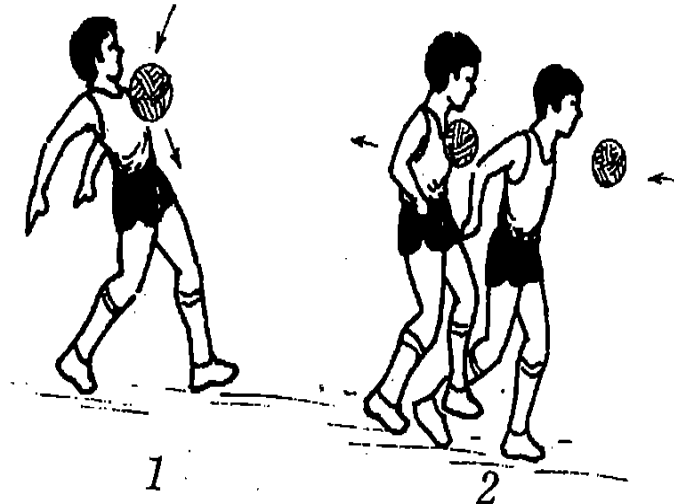
Memaha adalah memainkan bola dengan paha dalam usaha mengontrol bola. Memaha dapat digunakan untuk menahan dan menerima serangan atau melambungkan bola ke arah teman sebelum diserang ke pihak lawan.



Gambar 8. Gerakan memaha
(sumber: Y. Kusyanto, 1996: 98 dan
<https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/takraw25.gif>)

4) Mendada

Mendada adalah memainkan bola dengan dada, mendada dapat digunakan untuk mengontrol bola yang datang secara mendadak maupun melakukan serangan tipuan kepada pihak lawan di depan net.



Gambar 9. Gerakan mendada
(sumber : Y. Kusyanto, 1996: 98)

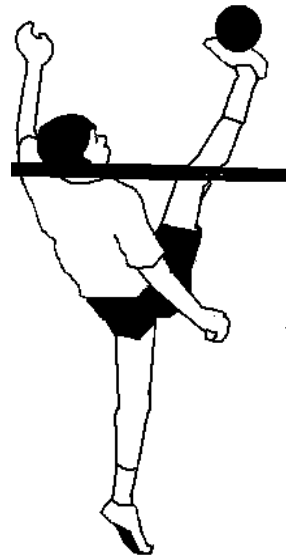
5) Membahu

Membahu adalah memainkan bola dengan badan antara batas lengan dan leher, dalam usaha mempertahankan serangan dari pihak lawan. Membahu digunakan untuk bertahan dari serangan lawan yang mendadak (tiba-tiba), dimana pihak bertahan dalam keadaan terdesak dan dalam posisi yang kurang baik.

d. *Smash* dan macamnya

Agar dapat menghasilkan *smash* yang akurat dan tajam, awalan, tolakan, sikap posisi badan saat melayang diatas dan sikap badan saat

mendarat sangat penting untuk diperhatikan pada saat berlatih. *Smash* dalam sepak takraw terdiri dari beberapa macam bentuk, yaitu: *smash* gulung (*salto*), *smash* kedeng, *smash* gunting, *smash* lurus dan *smash* telapak kaki.



Gambar 10. Gerakan *smash* kedeng
(sumber: <http://www.freewebs.com/sukansepa/ktakraw/takraw11.gif>)

Berdasarkan pendapat para ahli diatas dapat disimpulkan bahwa, dalam melakukan permainan sepaktakraw ada beragam teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain. Adapun teknik dasar tersebut meliputi ; (1) teknik sepakan (2) teknik servis (3) teknik bertahan , dan (4) teknik *smash*. Ragam teknik dasar tersebut biasa digunakan dalam sebuah permainan. Namun pada hal ini peneliti hanya membatasi pada teknik dasar bermain sepaktakraw yang dominan dipakai dalam bermain, yaitu: sepakmula (servis), sepak sila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*.

5. Karakteristik Siswa Sekolah Dasar

Siswa sekolah dasar memiliki karakteristik masing – masing sesuai usianya serta karena bawaan dari lahir. Menurut Nanang Budiman (2006: 13), perkembangan fisik anak SD mengikuti prinsip-prinsip yang berlaku untuk menyangkut; tipe perubahan, pola pertumbuhan fisik, dan karakteristik perkembangan serta perbedaan individual. Pada usia SD mulai umur 6 hingga 12 tahun anak mengalami pertumbuhan fisik seperti bertambah tinggi, lebih berat, lebih kuat, dan lebih banyak belajar keterampilan. Bisa dibayangkan pada masa ini anak mengalami perubahan tubuh yang sangat nyata pada sistem tulang, otot, dan keterampilan gerak.

Semakin tinggi usia anak, mempengaruhi perkembangan siswa baik itu dari aspek kognitif, afektif, dan psikomotornya. Siswa sekolah dasar tergolong ke dalam masa perkembangan kanak – kanak akhir. Menurut Rita Ika Izzaty, dkk (2008: 116), masa kanak akhir terbagi menjadi dua fase yaitu :

- b. Masa kelas – kelas rendah Sekolah Dasar yang berlangsung antara usia 6/7 tahun – 9/10 tahun, biasanya mereka duduk di kelas 1, 2, 3 Sekolah Dasar
- c. Masa kelas – kelas tinggi Sekolah Dasar, yang berlangsung antara usia 9/10 – 12/13, biasanya mereka duduk di kelas 4, 5, 6, Sekolah Dasar.

Rita Eka Izaty, dkk (2008: 116) juga menambahkan tentang ciri – ciri anak sesuai masanya, baik dari kelas rendah maupun kelas tinggi Sekolah Dasar yaitu:

- a. Ciri – ciri anak masa kelas – kelas rendah Sekolah Dasar
 - 1) Ada hubungan yang kuat antara keadaan jasmani dan prestasi sekolah
 - 2) Suka memuji diri sendiri
 - 3) Kalau tidak menyelesaikan suatu tugas atau pekerjaan, tugas atau pekerjaan itu tidak dianggap penting
 - 4) Suka membandingkan dirinya dengan anak lain, jika hal ini menguntungkan dirinya
 - 5) Suka meremehkan orang lain

- b. Ciri – ciri khas anak masa kelas – kelas tinggi Sekolah Dasar
 - 1) Perhatiannya tertuju kepada kehidupan praktis sehari – hari
 - 2) Ingin tahu, ingin belajar dan realistis
 - 3) Timbul minat pada pelajaran – pelajaran khusus
 - 4) Anak memandang nilai sebagai ukuran yang dapat mengenai prestasi belajarnya
 - 5) Anak – anak suka membentuk kelompok sebaya atau *peergroup* untuk bermain bersama, mereka membuat peraturan sendiri dalam kelompoknya.

Dari ciri – ciri yang telah dipaparkan menunjukkan bahwa pada masa kanak – kanak awal anak cenderung masih lebih besar rasa egoisnya. Mereka lebih mementingkan dirinya sendiri daripada kepentingan orang lain. Sedangkan pada masa kanak-kanak akhir anak mulai memikirkan hal – hal yang nyata yang dapat dilakukan serta yang dapat menguntungkan bagi dirinya dan orang – orang disekitarnya.

6. Pelaksanaan Ekstrakurikuler Sepaktakraw SD Negeri Bhayangkara

Pendidikan di Sekolah khususnya Sekolah Dasar meliputi pendidikan intrakurikuler, kokurikuler dan ekstrakurikuler. Kegiatan pendidikan yang bertujuan untuk menunjang bakat dan minat siswa agar dapat tersalurkan dengan baik salah satunya dengan kegiatan ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler

merupakan kegiatan tambahan yang dilakukan di luar jam pembelajaran seperti biasanya.

Menurut Suryosubroto (1997: 271) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan tambahan diluar struktur program dilaksanakan diluar jam pelajaran biasa agar memperkaya dan memperluas wawasan pengetahuan dan kemampuan siswa. Kegiatan ekstrakurikuler bertujuan untuk mengembangkan bakat, minat, serta potensi yang dimiliki siswa sehingga mampu tersalurkan dengan baik dalam upaya pembinaan manusia seutuhnya.

SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta merupakan salah satu Sekolah Dasar yang mengadakan kegiatan ekstrakurikuler olahraga khususnya sepak takraw. Ekstrakurikuler sepak takraw menjadi salah satu ekstrakurikuler unggulan di SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta. Kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw dilaksanakan untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bermain sepak takraw sehingga siswa mampu meraih prestasi.

Kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw yang dilaksanakan di SD Negeri Bhayangkara sudah berjalan selama kurang lebih 11 tahun sejak berdirinya pada tahun 2005. Kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bhayangkara diikuti oleh siswa kelas IV, V, dan VI. Hasil kegiatan ekstrakurikuler ini menjadikan siswa dapat mengembangkan minat dan bakat yang dimilikinya. Hal tersebut dibuktikan dengan raihan prestasi pada ajang kejuaraan, seperti O2SN (Olimpiade Olahraga Siswa

Nasional). Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan pada hari tertentu pada jam pulang sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan dengan menambah hari apabila sudah mendekati kejuaraan seperti kegiatan O2SN.

B. Penelitian Relevan

Penelitian yang relevan dibutuhkan untuk mendukung kajian teoritik yang dikemukakan serta sebagai acuan dalam melakukan penelitian. Penelitian yang relevan yang mendukung kajian teoritik penelitian ini yaitu:

1. Penelitian yang sudah dilakukan adalah penelitian yang dilakukan oleh Ari Purwo Harmoko (2010), berjudul *Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Takraw Siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepaktakraw siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen pada semester genap tahun ajaran 2009/2010. Populasi penelitian adalah siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen yang mengikuti permainan sepaktakraw pada semester genap tahun ajaran 2009/2010 sebanyak 28 siswa dan semuanya dijadikan subyek penelitian. Teknik pengumpulan data menggunakan metode survay dan teknik tes yang digunakan adalah tes baku keterampilan bermain sepaktakraw buatan M. Husni Thamrin, dkk (1995) yang terdiri dari: (a) sepakmula, (b) sepaksila, (c)

sepakkuda, (d) *heading* dan (e) *smash*. Tes ini merupakan battery tes yang telah memiliki tingkat validitas tes yaitu sepakmula: 0,616, sepaksila: 0,700, sepakkuda: 0,654, *heading*: 0,666 dan *smash*: 0,542. Uji kesahihan tes rangkaian 0,823, Uji keterandalan 0,834. Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa dari 28 siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen pada semester genap tahun ajaran 2009/2010 yang menjadi subyek penelitian penulis terdapat 1 orang atau 3,57% mendapatkan kategori “Sangat Baik”, 2 orang atau 7,14 % mendapatkan kategori “Baik”, 6 orang atau 21,43 % mendapatkan kategori “Sedang”, 16 orang atau 57,14 % mendapatkan kategori “Kurang”, 3 orang atau 10,72 % mendapatkan kategori “Sangat Kurang“. Dengan demikian tingkat keterampilan bermain Sepaktakraw siswa kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen berkategori “Kurang”.

2. Penelitian yang sudah dilakukan adalah penelitian yang dilakukan oleh Suyanta (2015), berjudul “*Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bagi Peserta Putra Pada Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Muhammadiyah Degan Kabupaten Kulon Progo Tahun 2014/2015*” Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kemampuan dasar sepaktakraw pada siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Degan Kalibawang. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti kegiatan

ekstrakurikuler sepak takraw di SD Muhammadiyah Degan Kalibawang Kulon Progo yang berjumlah 30 siswa. Instrument penelitian ini menggunakan tes kemampuan dasar sepak takraw yaitu tes sepak mula, sepak sila, sepak kuda, *heading*, dan *smash*. Teknik analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif dengan presentase. Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa tingkat kemampuan dasar sepak takraw pada siswa putra yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SD Muhammadiyah Degan Kalibawang sebagian besar dalam kategori sedang sebanyak 14 siswa. Sisanya pada kategori sangat tinggi sebanyak 1 siswa, kategori tinggi sebanyak 5 siswa, sedangkan kategori rendah dan kategori sangat rendah masing-masing 3 siswa.

C. Kerangka Berpikir

Berdasarkan kajian teoritik diatas bahwa untuk dapat bermain sepak takraw dengan baik, seseorang dituntut untuk memiliki keterampilan dalam bermain sepak takraw. Keterampilan yang dimaksud adalah keterampilan dasar bermain sepak takraw yang meliputi sepakan (sepak sila, sepak kuda, sepak cangkil, sepak tapak, sepak badek/sepak simpuh), servis (bawah dan atas), teknik bertahan (blok, *heading*, memaha, mendada, membahu), dan *smash* (*smash* gulung, *smash* kedeng, *smash* gunting, *smash* lurus, *smash* telapak kaki).

Keterampilan tersebut di atas merupakan modal awal bagi seorang pemain dalam bermain sepak takraw. Tidak banyak orang yang dapat memainkan permainan sepak takraw dengan baik. Peran pelatih atau

pembina sangat mempengaruhi hasil dari latihan keterampilan dasar sepak takraw. Latihan yang dilakukan secara kontinyu dengan tahapan yang benar akan menjadikan siswa mudah menguasai gerak dasar bermain sepak takraw. Faktor-faktor lainpun berpengaruh terhadap peningkatan prestasi, seperti sarana dan prasarana latihan, waktu latihan, dan strategi dalam bermain.

Salah satu yang menjadi tolak ukur siswa sudah mahir bermain sepak takraw yaitu dengan mengetahui kemampuannya dalam melakukan berbagai macam teknik dasar bermain sepak takraw. Hal tersebut menjadikan perlu adanya sebuah tes yang menunjukkan gambaran tentang kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar bermain sepak takraw. Hal ini sangat berguna bagi pembina dan peserta ekstrakurikuler untuk mengetahui kemampuan peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bhayangkara dalam menguasai keterampilan dasar bermain sepak takraw. Dengan diketahui tingkat keterampilan bermain sepak takraw siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD Negeri Bhayangkara ini nantinya dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk mengembangkan keterampilan dalam bermain sepak takraw. Harapan dari penelitian ini setiap peserta ekstrakurikuler dapat meningkatkan dan mengembangkan keterampilan dasar dalam bermain sepak takraw, sehingga Tim sepak takraw SD Negeri Bhayangkara dapat mencapai prestasi yang di inginkan.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif . Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di Sekolah Dasar Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Penelitian ini berusaha mendeskripsikan informasi yang ada sesuai dengan variabel yang diteliti. Penelitian ini dilakukan terhadap satu variabel tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan dengan variabel lain. Variabel tersebut adalah keterampilan bermain sepak takraw.

B. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SDN Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw akan digambarkan dalam sebuah skor atau angka yang diperoleh dari tes keterampilan yang dilakukan. Tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain sepak takraw oleh siswa, menggunakan tes kemampuan bermain sepak takraw buatan M. Husni Thamrin, dkk (1995) yang dimodifikasi oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015). Digunakan tes ini karena telah memiliki tingkat validitas sebagai berikut: *sepakmula* 0,890; *sepaksila* 0,889; *sepakkuda* 0,906; *heading* 0,930; dan *smash* 0,889 dan angka realibilitas instrumen 0,932.

C. Populasi Penelitian

Populasi penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SDN Bhayangkara, beralamat di Jl. Kemakmuran, Klitren, kecamatan Gondokusuman, kota Yogyakarta. Jumlah anak yang mengikuti ekstrakurikuler berjumlah 29 anak.

D. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengambilan Data

1. Instrumen Penelitian

Pada prinsipnya meneliti adalah melakukan pengukuran, maka harus ada alat ukur yang baik. Alat ukur dalam penelitian biasanya dinamakan instrument penelitian. Jadi instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati (Sugiyono, 2009: 102).

Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak takraw siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw SDN Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta ini menggunakan Tes Keterampilan Bermain sepak takraw buatan M.Husni Thamrin, dkk (1995) yaitu tes sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*, dengan adanya kesesuaian yang sudah di ujicobakan oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015) dan dimodifikasi untuk anak Sekolah Dasar. Uji coba dilakukan di SD N Kenteng Sempor Kebumen dengan jumlah 10 siswa. Digunakan instrumen ini dikarenakan tes ini hanya dapat digunakan untuk pemain dalam usia sekolah dasar. Selain itu, digunakan tes ini karena telah memiliki tingkat validitas sebagai berikut: sepakmula 0,890;

sepaksila 0,889; sepakkuda 0,906; *heading* 0,930; dan *smash* 0,889 dan angka realibilitas instrumen 0,932 (Arief Nugroho L, 2015: 34).

Adapun yang dimodifikasi adalah sebagai berikut:

- a. Tinggi net dari 1,55 meter diganti menjadi 1,35 meter sesuai dengan ketinggian net yang digunakan pada saat pertandingan seperti POPDA atau O2SN.
- b. Sepaksila, sepakkuda, dan *heading* dilakukan di dalam lingkaran dengan lebar jari-jari 2 meter.

2. Teknik Pengambilan Data

Penelitian dilakukan di SD Negeri Bhayangkara kota Yogyakarta yang beralamat di Jl. Kemakmuran No. 5, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Pelaksanaan pengambilan data penelitian dilakukan di lapangan sepaktakraw SD Negeri Bhayangkara dan sebagian halaman sekolah SD Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta.

Pengambilan data dalam penelitian ini dilakukan selama satu hari yaitu pada tanggal 6 Agustus 2016 pukul 07.30-10.30 WIB. Tes keterampilan dilakukan menggunakan Tes Keterampilan Sepaktakraw yang telah dimodifikasi sesuai dengan usia sekolah dasar (Arief Nugroho Liestyanto 2015) yang meliputi sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*. Langkah-langkah yang dilakukan dalam pengumpulan data sebagai berikut:

- a. Mempersiapkan alat-alat dan tempat yang digunakan untuk tes keterampilan sepakakraw. Lokasi yang digunakan adalah 1 lapangan sepakakraw dan sebagian halaman sekolah SD N Bhayangkara.
- b. Mempersiapkan lapangan dengan memasang net dan membuat petak-petak pada satu sisi lapangan untuk diberi nomor untuk perolehan poin saat siswa melakukan sepakmula dan *smash*.
- c. Membuat 3 lingkaran dengan jari-jari 2 meter untuk tes sepaksila, sepakkuda, dan *heading*.
- d. Pembagian tugas pencatat skor yang berjumlah 6 orang dibagi menjadi beberapa pos, yaitu: 2 orang di pos sepakmula dan *smash*, 1 orang di pos sepaksila, 1 orang di pos sepakkuda, 1 orang di pos *heading*, dan 1 orang bertugas mengkondisikan siswa agar tetap dalam posisinya masing-masing.
- e. Mengumpulkan, menyiapkan dan menjelaskan tentang pelaksanaan tes keterampilan pada siswa.
- f. Memimpin siswa melakukan pemanasan secukupnya.
- g. Siswa mulai melaksanakan tes.

1) Tes Sepakmula (Servis)

Tujuan dari tes sepakmula yaitu siswa melakukan sepakan pertama / servis ke lapangan lawan. Alat dan fasilitas yang digunakan yaitu berupa Lapangan yang sudah diberi poin 1 sampai dengan 5, Bola Sepakakraw 10 buah, dan alat tulis untuk mencatat skor. Pelaksanaan Sepakmula yaitu sebagai berikut:

- a) Testi berdiri pada lingkaran servis dengan berdiri menggunakan salah satu kaki menghadap net.
- b) Setelah penguji membunyikan aba-aba “mulai” kemudian testi melakukan sepakan dengan melempar bola sendiri, dan kemudian ditendang kearah lapangan yang ditandai dengan angka terendah 1 dan tertinggi 5.
- c) Dalam tes sepakmula ini testi melakukan sepakmula sebanyak 3 kali percobaan, dan dalam satu kali percobaan dilakukan dengan frekuensi 10 kali.
- d) Waktu istirahat testi adalah pada saat menunggu giliran pada percobaan selanjutnya.
- e) Skor terakhir yang dicatat adalah jumlah angka yang diperoleh dalam 10 kali tiap percobaan.

2) Tes Sepaksila

Tujuan dilaksanakan tes sepaksila yaitu untuk mengetahui kemampuan siswa dalam memainkan bola menggunakan kaki bagian dalam. Alat dan fasilitas yang digunakan yaitu bola (disiapkan 2 buah bola), *stopwatch*, dan alat tulis untuk mencatat skor. Pelaksanaan tes sepaksila yaitu sebagai berikut:

- a) Sepaksila dilakukan pada lingkaran dengan jari-jari 2 meter.
- b) Testi melakukan sepaksila sebanyak 3 kali percobaan. Setiap percobaan dilakukan dalam waktu 1 menit.

- c) Waktu istirahat testi adalah pada saat menunggu giliran pada percobaan selanjutnya.
 - d) Penguji memberikan tanda memulai tes dengan memberi aba-aba “Mulai”.
 - e) Sepaksila dihitung setelah sepakan bola pertama (sepakan pertama tidak dihitung)
 - f) Apabila bola jatuh dan waktu masih ada, testi boleh melakukan sepaksila lagi dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama.
 - g) Penguji memberikan tanda aba-aba “STOP” apabila waktu selesai.
 - h) Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi sepaksila selama 1 menit pada tiap percobaan.
- 3) Tes Sepakkuda

Tujuan dari tes ini yaitu untuk mengukur kemampuan siswa dalam memainkan bola menggunakan punggung kaki. Alat dan fasilitas yang digunakan yaitu bola (disiapkan 2 buah bola), *stopwatch*, dan alat tulis untuk mencatat skor. Pelaksanaan tes sepakkuda yaitu sebagai berikut:

- a) Sepakkuda dilakukan pada lingkaran dengan jari-jari 2 meter.
- b) Testi melakukan sepakkuda sebanyak 3 kali percobaan. Setiap percobaan dilakukan dalam waktu 1 menit.

- c) Waktu istirahat testi adalah pada saat menunggu giliran pada percobaan selanjutnya.
 - d) Penguji memberikan tanda memulai tes dengan memberi aba-aba “Mulai”.
 - e) Sepakkuda dihitung setelah sepakan bola pertama (sepakan pertama tidak dihitung)
 - f) Apabila bola jatuh dan waktu masih ada, testi boleh melakukan sepakkuda lagi dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama.
 - g) Penguji memberikan tanda aba-aba “STOP” apabila waktu selesai.
 - h) Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi sepakkuda selama 1 menit pada tiap percobaan.
- 4) Tes *Heading*

Tujuan dari tes ini yaitu untuk mengukur kemampuan siswa dalam memainkan bola menggunakan kepala. Alat dan fasilitas yang digunakan yaitu bola (disiapkan 2 buah bola), *stopwatch*, dan alat tulis untuk mencatat skor. Pelaksanaan tes *heading* yaitu sebagai berikut:

- a) *Heading* dilakukan pada lingkaran dengan jari-jari 2 meter.
- b) Testi melakukan *heading* sebanyak 3 kali percobaan. Setiap percobaan dilakukan dalam waktu 1 menit.

- c) Waktu istirahat testi adalah pada saat menunggu giliran pada percobaan selanjutnya.
 - d) Penguji memberikan tanda memulai tes dengan memberi aba-aba “Mulai”.
 - e) *Heading* dihitung setelah sundulan bola pertama (sundulan pertama tidak dihitung)
 - f) Apabila bola jatuh dan waktu masih ada, testi boleh melakukan *heading* lagi dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama.
 - g) Penguji memberikan tanda aba-aba “STOP” apabila waktu selesai.
 - h) Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi *heading* selama 1 menit pada tiap percobaan.
- 5) Tes *Smash*

Tujuan dari tes *smash* yaitu siswa melakukan serangan ke lapangan lawan. Alat dan fasilitas yang digunakan yaitu berupa Lapangan yang sudah diberi poin 1 sampai dengan 5, Bola Sepaktakraw 10 buah, dan alat tulis untuk mencatat skor. Pelaksanaan *smash* yaitu sebagai berikut:

- a) Testi berdiri didekat net dengan posisi badan membelakangi net.
- b) Setelah penguji membunyikan aba-aba “mulai” kemudian testi melakukan sepakan dengan melempar bola sendiri, dan

kemudian ditendang kearah lapangan yang ditandai dengan angka terendah 1 dan tertinggi 5.

- c) Dalam tes *smash* ini, testi melakukan *smash* sebanyak 3 kali percobaan, dan dalam satu kali percobaan dilakukan dengan frekuensi 10 kali.
- d) Waktu istirahat testi adalah pada saat menunggu giliran pada percobaan selanjutnya.
- e) Skor terakhir yang dicatat adalah jumlah angka yang diperoleh dalam 10 kali tiap percobaan.

E. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif. Tingkat keterampilan yang akan dihitung yaitu meliputi tes sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*. Hasil dari penilaian kelima item tes tersebut kemudian dijumlahkan dan hasilnya dijadikan data kasar untuk menentukan tingkat keterampilan dasar bermain sepaktakraw. Hasil data kasar masing-masing dirubah dalam rumus *T-score* dengan rumus berikut ini:

$$T - score = 50 + \left[\frac{X - \bar{X}}{SD} \right] \times 10$$

Keterangan:

X = Skor yang diperoleh
 \bar{X} = Mean (rata-rata)
SD = Standar Deviasi

Hasil perhitungan *T-score* dari lima tes tersebut kemudian dijumlahkan dan dibagi dengan jumlah item tes yang ada yaitu meliputi tes sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*. Tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara, dikategorikan menjadi 5 kategori, yaitu: Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah dengan menggunakan rumus B. Syarifudin (2010: 113) sebagai berikut:

Tabel 1. Interval dan Skor Kategori Pada Permainan Sepaktakraw

No	Interval Skor	Kategori
1	$X \geq M + 1,5 SD$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD \leq X < M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD \leq X < M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Rendah
5	$X < M - 1,5 SD$	Sangat Rendah

Keterangan:

X = Skor yang diperoleh
SD = Standar Deviasi
M = *Mean* (rata-rata)

Setelah kelima kategori dari masing-masing testi sudah diperoleh, untuk mengetahui keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta, maka selanjutnya dihitung dengan rumus presentase dari Anas Sudijono, (2012: 43).

$$P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan :

P : Presentase.
f : Frekuensi yang sedang dicari presentasenya.
N : Jumlah siswa/banyaknya individu.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi Data Penelitian

Fungsi deskripsi data penelitian yaitu mengungkapkan karakteristik data setiap variabel penelitian. Data penelitian tersebut diperoleh dari perhitungan skor yang didapat melalui tes keterampilan sepak takraw dengan responden adalah siswa SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta kelas V-VI yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw dengan jumlah 29 siswa. Dengan rincian kelas V berjumlah 18 siswa dan kelas VI berjumlah 11 siswa. Tes keterampilan tersebut meliputi: 1) sepakmula; 2) sepaksila; 3) sepakkuda; 4) *heading*; dan 5) *smash*. Hasil deskripsi dari penelitian tingkat keterampilan bermain sepak takraw yang telah dilakukan adalah berikut ini:

1. Sepakmula

Tes keterampilan sepakmula yang telah dilakukan, didapatkan hasil skor maksimal 68,72 dan skor minimal 33,55 dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.

2. Sepaksila

Tes keterampilan sepaksila yang telah dilakukan, didapatkan hasil skor maksimal 75,13 dan skor minimal 40,20, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.

3. Sepakkuda

Tes keterampilan sepakkuda yang telah dilakukan, didapatkan hasil skor maksimal 82,03 dan skor minimal 39,65, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.

4. *Heading*

Tes keterampilan *heading* yang telah dilakukan, didapatkan hasil skor maksimal 73,13 dan skor minimal 39,50, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.

5. *Smash*

Tes keterampilan *smash* yang telah dilakukan, didapatkan hasil skor maksimal 73,55 dan skor minimal 36,46, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.

B. Hasil Analisis Data Penelitian

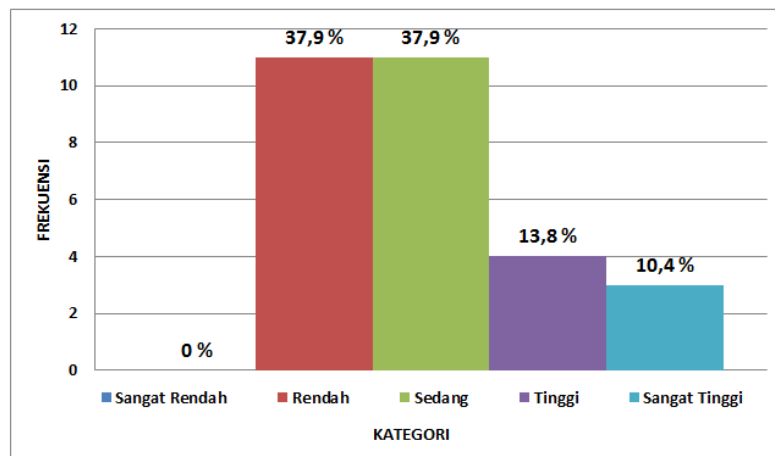
Analisis data penelitian ini menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta dikategorikan menjadi 5 kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Pengkategorian data didasarkan pada nilai *mean* dan standar *deviasi* hasil perhitungan. Data terlebih dahulu dibuat dan disetarakan dalam bentuk *T-score* karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran. Hasil analisis data penelitian ini adalah sebagai berikut:

Hasil penelitian diketahui nilai keterampilan bermain sepak takraw minimal sebesar 195,21 dan nilai maksimal 362,25 dengan nilai rata-rata sebesar 249,99, serta standar deviasi sebesar 41,92. Untuk lebih jelasnya selanjutnya disusun kategori nilai keterampilan siswa dalam bermain sepak takraw menjadi lima kategori yaitu Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah, disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 2. Kategori Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	≥ 312.87	3	10,4 %	Sangat Tinggi
2	$270.95 \leq X < 312.87$	4	13,8 %	Tinggi
3	$229.03 \leq X < 270.95$	11	37,9 %	Sedang
4	$187.11 \leq X < 229.03$	11	37,9 %	Rendah
5	< 187.11	0	0	Sangat Rendah
Total		29	100%	

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa siswa yang mengikuti tes keterampilan bermain sepaktakraw 3 siswa atau 10,4 % yang masuk kedalam kategori sangat tinggi, 4 siswa atau 13,8 % masuk dalam kategori tinggi, 11 siswa atau 37,9 % masuk dalam kategori sedang, dan 11 siswa atau 37,9% masuk dalam kategori rendah. Sementara siswa yang memiliki tingkat keterampilan dasar bermain sepaktakraw dalam kategori sangat rendah tidak ada. Hasil kategorisasi tersebut dapat digambarkan dalam diagram berikut ini:



Gambar 11. Diagram Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw

Berdasarkan gambar diatas bahwa sebagian besar tingkat keterampilan bermain sepaktakraw siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara Tahun 2016 pada kategori sedang dan rendah dengan presentase

sama yaitu 37,9% dan 37,9%. Sisanya memiliki keterampilan dasar pada kategori tinggi sebanyak 13,8% dan kategori sangat tinggi 10,4%.

Tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta dalam penelitian ini terdiri dari sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*. Berikut ini penjelasan mengenai masing-masing keterampilan dasar bermain sepaktakraw adalah sebagai berikut:

1. Sepakmula

Sepakmula atau servis dilakukan untuk memulai permainan sepaktakraw. Hasil tes diambil dari hasil terbaik dari 3 kali tes servis yang dilakukan peserta tes keterampilan. Berikut adalah hasil tes yang dilakukan pada kategori sepakmula pada ekstrakurikuler sepaktakraw:

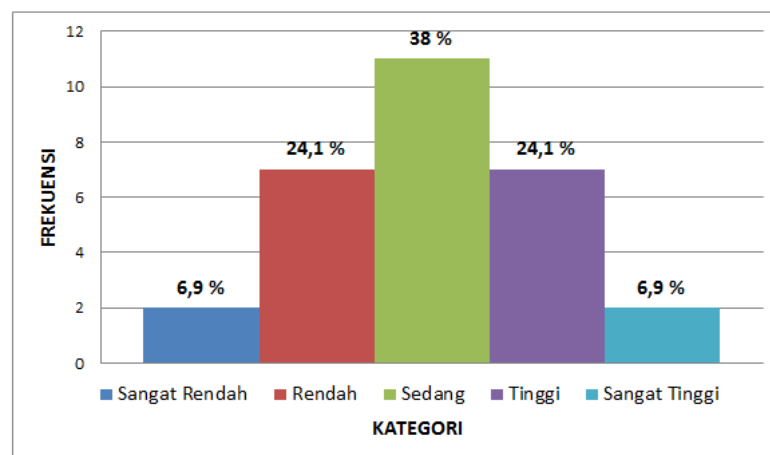
Dari hasil penelitian dapat diketahui nilai keterampilan sepakmula terendah sebesar 33,55 dan nilai tertinggi 68,72 dengan rata-rata sebesar 50, serta standar deviasi sebesar 10. Adapun kategorisasi sepakmula pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepakmula

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	≥ 65	2	6,9 %	Sangat Tinggi
2	55 – 64	7	24,1 %	Tinggi
3	45 – 54	11	38,0 %	Sedang
4	35 – 44	7	24,1 %	Rendah
5	≤ 34	2	6,9 %	Sangat Rendah
Total		29	100%	

Berdasarkan tabel diatas, dari 29 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 2 siswa atau 6,9% memiliki kemampuan sepakmula dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 7 siswa atau 24,1% memiliki kemampuan sepakmula dengan kategori tinggi, sebanyak 11 siswa atau 38% memiliki kemampuan sepakmula dalam kategori sedang, sebanyak 7 siswa atau 24,1% memiliki kemampuan sepakmula dalam kategori rendah, dan sisanya 2 siswa atau 6,9% memiliki kemampuan sepakmula dengan kategori sangat rendah.

Hasil kategorisasi tersebut digambarkan dalam diagram batang tingkat keterampilan sepakmula berikut ini:



Gambar 12. Diagram Tingkat Keterampilan Sepakmula

2. Sepaksila

Sepaksila merupakan teknik meninang bola menggunakan kaki bagian dalam. Sepaksila bisa dilakukan menggunakan kaki kanan maupun kiri. Peserta tes keterampilan melakukan tes selama satu menit yang dilakukan dalam 3 kali dan hasil tes diambil dari hasil yang terbaik. Berikut adalah

hasil tes yang dilakukan pada kategori sepaksila pada ekstrakurikuler sepaktakraw:

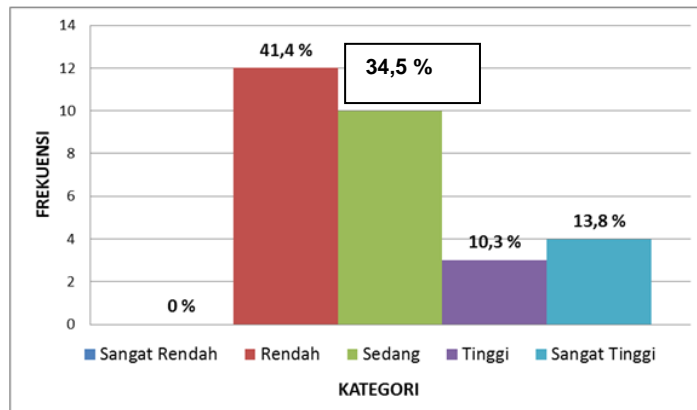
Dari hasil penelitian dapat diketahui nilai keterampilan sepaksila terendah sebesar 40,20 dan nilai tertinggi 75,13 dengan rata-rata sebesar 50, serta standar deviasi sebesar 10. Adapun kategorisasi sepaksila pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw disajikan pada tabel berikut ini:

Tabel 4. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepaksila

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	≥ 65	4	13,8 %	Sangat Tinggi
2	55 – 64	3	10,3 %	Tinggi
3	45 – 54	10	34,5 %	Sedang
4	35 – 44	12	41,4 %	Rendah
5	≤ 34	0	0 %	Sangat Rendah
Total		29	100%	

Berdasarkan tabel diatas, dari 29 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 4 siswa atau 13,8 % memiliki kemampuan sepaksila dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 3 siswa atau 10,3 % memiliki kemampuan sepaksila dengan kategori tinggi, sebanyak 10 siswa atau 34,5% memiliki kemampuan sepaksila dalam kategori sedang, sebanyak 12 siswa atau 41,4% memiliki kemampuan sepaksila dalam kategori rendah, dan tidak ada siswa yang memiliki kemampuan sepaksila dengan kategori sangat rendah.

Hasil kategorisasi tersebut digambarkan dalam diagram batang tingkat keterampilan sepaksila berikut ini:



Gambar 13. Diagram Tingkat Keterampilan Sepaksila

3. Sepakkuda

Sepakkuda merupakan teknik memainkan bola menggunakan punggung kaki atau kura kaki. Sepakkuda bisa dilakukan menggunakan kaki kanan maupun kiri. Peserta tes keterampilan melakukan tes menimang bola selama satu menit yang dilakukan dalam 3 kali dan hasil tes diambil dari hasil yang terbaik. Berikut adalah hasil tes yang dilakukan pada kategori sepakkuda pada ekstrakurikuler sepaktakraw:

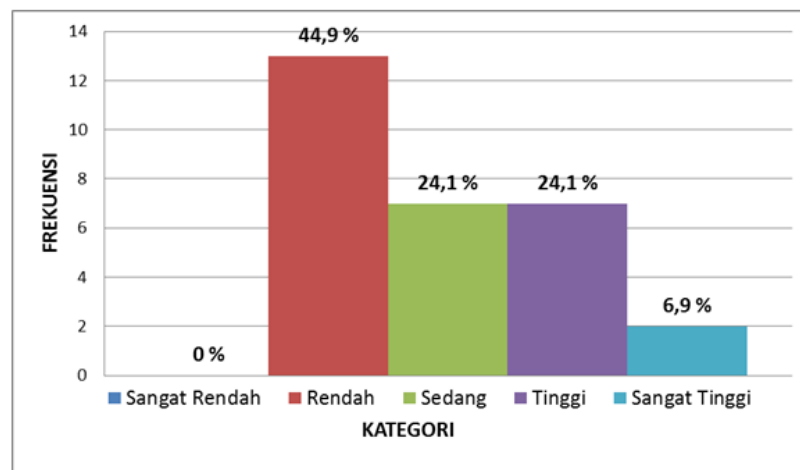
Hasil penelitian diketahui nilai keterampilan sepakkuda terendah sebesar 39,65 dan nilai tertinggi 82,03 dengan rata-rata sebesar 50, serta standar deviasi sebesar 10. Adapun kategorisasi sepakkuda pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepakkuda

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	≥ 65	2	6,9 %	Sangat Tinggi
2	55 – 64	7	24,1 %	Tinggi
3	45 – 54	7	24,1 %	Sedang
4	35 – 44	13	44,9 %	Rendah
5	≤ 34	0	0 %	Sangat Rendah
Total		29	100%	

Berdasarkan tabel diatas, dari 29 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 2 siswa atau 6,9% memiliki kemampuan sepakkuda dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 7 siswa atau 24,1% memiliki kemampuan sepakkuda dengan kategori tinggi, sebanyak 7 siswa atau 24,1% memiliki kemampuan sepaksila dalam kategori sedang, sebanyak 13 siswa atau 44,9% memiliki kemampuan sepakkuda dalam kategori rendah, dan tidak ada siswa yang memiliki kemampuan sepakkuda dengan kategori sangat rendah.

Hasil kategorisasi tersebut digambarkan dalam diagram batang tingkat keterampilan sepakkuda berikut ini:



Gambar 14. Diagram Tingkat Keterampilan Sepakkuda

4. *Heading*

Heading merupakan teknik memainkan bola menggunakan kepala pada permainan sepaktakraw. Peserta tes keterampilan melakukan tes *heading* selama satu menit yang dilakukan dalam 3 kali dan hasil tes diambil dari hasil yang terbaik. Berikut adalah hasil tes yang dilakukan pada kategori *heading* pada ekstrakurikuler sepaktakraw:

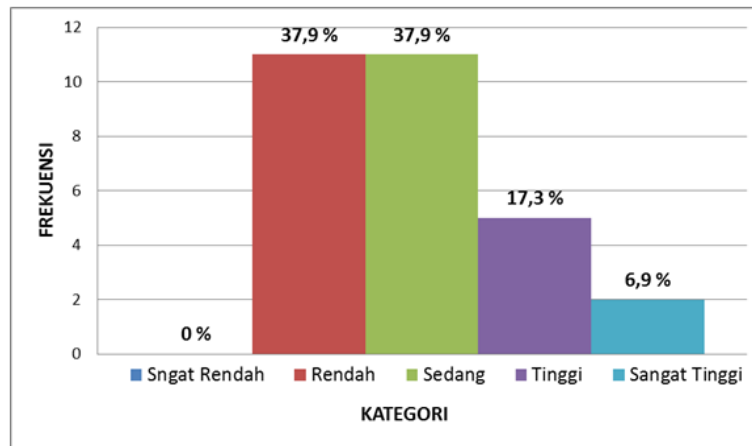
Hasil penelitian diketahui nilai keterampilan *heading* terendah sebesar 39,50 dan nilai tertinggi 73,13 dengan rata-rata sebesar 50, serta standar deviasi sebesar 10. Adapun kategorisasi *heading* pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw disajikan pada tabel berikut ini.

Tabel 6. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Heading*

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	≥ 65	2	6,9 %	Sangat Tinggi
2	55 – 64	5	17,3 %	Tinggi
3	45 – 54	11	37,9 %	Sedang
4	35 - 44	11	37,9 %	Rendah
5	≤ 34		0	Sangat Rendah
Total		29	100%	

Berdasarkan tabel diatas, dari 29 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 2 siswa atau 6,9 % memiliki kemampuan *heading* dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 5 siswa atau 17,3 % memiliki kemampuan *heading* dengan kategori tinggi, sebanyak 11 siswa atau 37,9% memiliki kemampuan *heading* dalam kategori sedang, sebanyak 11 siswa atau 37,9% memiliki kemampuan *heading* dalam kategori rendah, dan tidak ada siswa yang memiliki kemampuan *heading* dengan kategori sangat rendah.

Hasil kategorisasi tersebut digambarkan dalam diagram batang tingkat keterampilan *heading* berikut ini:



Gambar 15. Diagram Tingkat Keterampilan *Heading*

5. *Smash*

Smash merupakan kegiatan menyerang lawan. Hasil tes diambil dari hasil terbaik dari 3 kali tes *smash* yang dilakukan peserta tes keterampilan. Berikut adalah hasil tes yang dilakukan pada kategori *smash* pada ekstrakurikuler sepaktakraw:

Hasil penelitian diketahui nilai keterampilan *smash* terendah sebesar 36,46 dan nilai tertinggi 73,55 dengan rata-rata sebesar 50, serta standar deviasi sebesar 10. Adapun kategorisasi *smash* pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw disajikan pada tabel berikut ini.

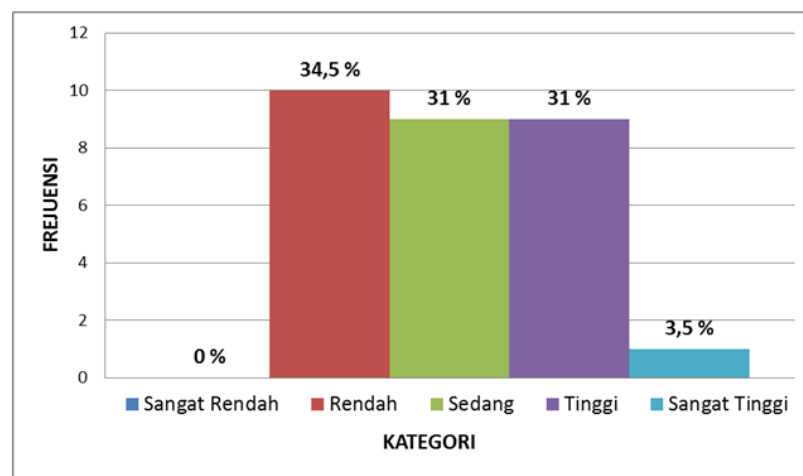
Tabel 7. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Smash*

No	Interval	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	≥ 65	1	3,5 %	Sangat Tinggi
2	55 – 64	9	31,0 %	Tinggi
3	45 – 54	9	31,0 %	Sedang
4	35 - 44	10	34,5 %	Rendah
5	≤ 34	0	0 %	Sangat Rendah
Total		29	100%	

Berdasarkan tabel diatas, dari 29 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 1 siswa atau 3,5 % memiliki kemampuan *smash* dengan kategori sangat

tinggi, sebanyak 9 siswa atau 31 % memiliki kemampuan *smash* dengan kategori tinggi, sebanyak 9 siswa atau 31% memiliki kemampuan *smash* dalam kategori sedang, sebanyak 10 siswa atau 34,5% memiliki kemampuan *smash* dalam kategori rendah, dan tidak ada siswa yang memiliki kemampuan *smash* dengan kategori sangat rendah.

Hasil kategorisasi tersebut digambarkan dalam diagram batang tingkat keterampilan *smash* berikut ini:



Gambar 16. Diagram Tingkat Keterampilan *Smash*

C. Pembahasan

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan presentase. Pengambilan data dilakukan menggunakan tes keterampilan bermain sepak takraw yang terdiri dari tes sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash* buatan M. Husni Thamrin (1995) yang dimodifikasi oleh Arief Nugroho L. (2015) dan disesuaikan dengan kebutuhan anak sekolah dasar. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta. Berdasarkan hasil analisis data

menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta masuk dalam kategori “sedang”.

Keterampilan bermain sepak takraw siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw SDN Bhayangkara dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu karena faktor lingkungan belajar, faktor pribadi, dan faktor pengalaman belajar. Lingkungan SD Negeri Bhayangkara yang memadai dan luas menjadikan siswa bebas bergerak pada saat melakukan latihan keterampilan kegiatan ekstrakurikuler. Masing-masing siswa memiliki tingkat keterampilan yang berbeda-beda. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya siswa yang berada dalam kategori sangat tinggi, tinggi, sedang dan ada yang rendah. Hal tersebut sangat terlihat pada saat siswa melakukan teknik dasar baik itu sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading* dan *smash*.

Seperti pada saat melakukan tes sepaksila, sepakkuda dan *heading* siswa masih mengalami kesulitan. Hal ini terlihat ketika siswa melakukan sepakan maupun sundulan bola sering keluar dari lingkaran yang sudah ditentukan, sehingga bolanya jauh dari jangkauan siswa dan jatuh. Kejadian tersebut menjadikan perolehan nilai siswa dalam melakukan sepaksila, sepakkuda maupun *heading* menjadi lebih sedikit, karena waktunya lebih banyak digunakan untuk mengambil bola yang jatuh. Sedangkan pada saat melakukan tes sepakmula siswa tidak banyak mengalami kesulitan.

Pada saat melakukan tes *smash*, ada beberapa siswa yang mengalami kesulitan. Kesulitan tersebut terlihat pada siswa yang postur tubuhnya lebih

pendek daripada ketinggian net, karena mengakibatkan jangkauan kakinya menjadi kurang tinggi sehingga bola yang ditendang menyangkut di net atau keluar lapangan. Kesulitan lain juga terjadi pada siswa yang mengalami berat badan yang gemuk, yaitu menjadikan siswa tersebut susah melakukan lompatan pada saat melakukan *smash* yang berakibat kurangnya nilai perolehannya dalam melakukan tes *smash*. Namun tidak ada kesulitan yang berarti bagi siswa yang berpostur tubuh ideal dalam melakukan gerakan baik itu sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*.

Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa tingkat keterampilan bermain sepaktakraw siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw SDN Bhayangkara Yogyakarta yang berkategori rendah dipengaruhi oleh beberapa unsur yang sangat mempengaruhi kemampuan siswa. Oleh karena itu untuk mencapai keterampilan yang baik, pelatih harus lebih memperhatikan pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler dari kegiatan dimulai hingga kegiatan ekstrakurikuler selesai. Penambahan sarana dan prasarana latihan juga sangat diperlukan sesuai dengan jumlah siswa yang ada. Dengan adanya keterampilan dasar yang baik, maka dapat meningkatkan permainan sepaktakraw dan prestasi sepaktakraw pada siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara Yogyakarta.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis data yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw di SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta, dapat diketahui bahwa terdapat sebanyak 3 siswa atau 10,4% yang berada dalam kategori “Sangat Tinggi”, 4 siswa atau 13,8% yang berada dalam kategori “Tinggi”, 11 siswa atau 37,9% yang berada dalam kategori “Sedang”, 11 siswa atau 37,9% yang berada dalam kategori “Rendah”, dan tidak ada siswa atau 0% yang berada dalam kategori “Sangat Rendah” dalam bermain sepak takraw.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan kesimpulan di atas, penelitian ini mempunyai beberapa implikasi sebagai berikut:

1. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar oleh pelatih dalam memilih pemain sepak takraw untuk menjadi tim inti sesuai dengan tingkat keterampilannya.
2. Dengan diketahuinya tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta dapat dijadikan pedoman dalam menyusun program latihan sehingga setiap teknik dapat dikuasai dengan baik oleh siswa secara merata.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pembatasan masalah agar tidak menyimpang dari fokus permasalahan. Namun dalam pelaksanaan dilapangan masih ada beberapa kekurangan atau keterbatasan, antara lain:

1. Kesulitan peneliti dalam mengkondisikan peserta tes selama pengambilan data berlangsung.
2. Peneliti tidak mengetahui keadaan siswa saat itu apakah dalam keadaan sehat atau dalam kondisi sakit.
3. Sarana dan prasarana yang tersedia khususnya lapangan dan bola yang tersedia tidak sebanding dengan jumlah siswa yang di tes khususnya pada saat melakukan tes sepakmula dan *smash*.

D. Saran

Berdasarkan penelitian tentang tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta Tahun 2016, peneliti mengajukan saran bagi peneliti yang tertarik meneliti tentang tingkat keterampilan bermain sepaktakraw selanjutnya yaitu sebagai berikut:

1. Peneliti berikutnya hendaknya mengambil sampel yang lebih luas.
2. Peneliti berikutnya mempersyaratkan siswa yang akan dites, yaitu siswa yang akan mengikuti tes sudah melakukan latihan minimal satu semester.
3. Peneliti mengontrol kondisi fisik siswa sebelum melakukan tes.
4. Peneliti hendaknya mempersiapkan peralatan tambahan khususnya bola agar pengambilan data menjadi lebih cepat.

DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2011). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT. Rajagrafindo Persada.
- Ari Purwo Harmoko. (2010). *Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Siswa Kelas V Sekolah Dasar Negeri Pangempon Kecamatan Sruweng Kabupaten Kebumen*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Arief Nugroho Liestyanto. (2015). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri 1 Bejiruyung Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Armelia F. (2009). *Bermain Sepak Takraw*. Semarang: PT. Aneka Ilmu.
- Endang Rini Sukanti. (2007). *Diktat Perkembangan Motorik*. Pendidikan Keahlian Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Fyea M., dan Tri Ani H. (2014). Faktor Pendukung Prestasi Bolabasket Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket di SMAN 1 Depok Sleman Yogyakarta. Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia FIK UNY.
- Ginjar Atmasubrata. (2012). *Serba Tahu Dunia Olahraga. Kumpulan Pengetahuan Umum Dunia Olahraga*. Surabaya: DAFA Publishing.
- Husdarta dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Peserta Didik*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara DIII Tahun 1999/2000.
- Nanang Budiman. (2006). *Memahami Perkembangan Anak Usia Dini*. Departemen Pendidikan Nasional. Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Direktorat Ketenagaan.
- Nurhadi Santoso. (2014). *Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepakbola Pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013*. Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia FIK UNY.

- Pate, Russel R. (1993). *Dasar-dasar Ilmiah Kepelatihan*. Semarang: IKIP Semarang Press
- Phil Yanuar Kiram. (1992). *Belajar Motorik*. Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan.
- Prasetyo Bambang dan Jannah L.M. (2005). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Depok: PT. Rajagrafindo Persada.
- Purwoko. (2013). *Tingkat Kemampuan Dasar Bermain Sepaktakraw Siswa Sekolah Dasar Negeri Bhayangkara Yogyakarta yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Sepaktakraw*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Rita Eka Izzaty, dkk. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Rusli Lutan. (1998). *Belajar Keterampilan Motorik Pengantar Teori dan Metode*. Jakarta: Departemen pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi. Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Santoso Giriwijoyo Y.S. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.
- Sri Rumini. (2000). *Buku Pengajaran Kuliah Perkembangan Anak dan Remaja*. Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Sudrajad Prawirasaputra. (2000). *Sepaktakraw*. Departemen pendidikan nasional. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D III.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV. Alfabeta.
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suyanta. (2015). *Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Bagi Peserta Putra Pada Ekstrakurikuler Sepaktakraw Di SD Muhammadiyah Degan Kabupaten Kulon Progo Tahun 2014/2015*. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.

- Ucup Yusup dan Lingling Usl. (2004). *Pembelajaran Permainan Sepaktakraw. Pendekatan Keterampilan Taktis di SMU*. Departemen pendidikan nasional. Direktorat Jenderal Pendidikan Dasar dan Menengah Bekerjasama Dengan Direktorat Jenderal Olahraga Tahun 2004.
- Umi Hariyani. (2011). Peningkatan Pembelajaran Lompat Jauh Melalui Media Ban di Sekolah Dasar Gedong Kiwo V Yogyakarta. Yogyakarta: Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia FIK UNY.
- Yanto Kusyanto. (1996). *Penuntun Belajar Pendidikan Jasmani dan Kesehatan 3. Berdasarkan Kurikulum SMU 1994. Untuk SMU Kelas III Caturwulan 1,2 dan 3*. Bandung: GANECA EXACT BANDUNG

LAMPIRAN

1. Surat Ijin Penelitian dari Fakultas



KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN

Alamat : Jl. Kolombo No.1 Yogyakarta 55281 Telp.(0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541

Nomor : 341/UN.34.16/PP/2016. 20 Juli 2016.
Lamp : 1 Eks.
Hal : Permohonan Ijin Penelitian.

Yth : Gubernur Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta
cq. Kepala Biro Administrasi Pembangunan
Setda. Provinsi DIY
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Yogyakarta.


Dengan hormat, disampaikan bahwa untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan tugas akhir skripsi, kami mohon berkenan Bapak/Ibu/Saudara untuk memberikan ijin penelitian bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta :

Nama : Farit Khulfani.
NIM : 12604221022.
Program Studi : PGSD Penjas.

Penelitian akan dilaksanakan pada :

Waktu : Juli s.d September 2016.
Tempat/Obyek : SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta.
Judul Skripsi : Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta Tahun 2016.

Demikian surat ijin penelitian ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.


Daryawan S. Suherman, M.Ed.
196407071988121001

Tembusan :

1. Kepala Sekolah SD N Bhayangkara Yogyakarta.
2. Kaprodi PGSD Penjas.
3. Pembimbing TAS.
4. Mahasiswa ybs.

2. Surat Rekomendasi Dari Pemerintah Daerah Istimewa Yogyakarta



operator2@yahoo.com

PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
SEKRETARIAT DAERAH
Kompleks Kepatihan, Danurejan, Telepon (0274) 562811 - 562814 (Hunting)
YOGYAKARTA 55213

SURAT KETERANGAN / IJIN

070/REG/VI/98/7/2016

Membaca Surat : **DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN** Nomor : **341/UN.34.16/PP/2016**
Tanggal : **20 JULI 2016** Perihal : **IJIN PENELITIAN/RISET**

- Mengingat :
1. Peraturan Pemerintah Nomor 41 Tahun 2006, tentang Perizinan bagi Perguruan Tinggi Asing, Lembaga Penelitian dan Pengembangan Asing, Badan Usaha Asing dan Orang Asing dalam melakukan Kegiatan Penelitian dan Pengembangan di Indonesia;
 2. Peraturan Menteri Dalam Negeri Nomor 20 Tahun 2011, tentang Pedoman Penelitian dan Pengembangan di Lingkungan Kementerian Dalam Negeri dan Pemerintah Daerah;
 3. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 37 Tahun 2008, tentang Rincian Tugas dan Fungsi Satuan Organisasi di Lingkungan Sekretariat Daerah dan Sekretariat Dewan Perwakilan Rakyat Daerah.
 4. Peraturan Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta Nomor 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian, dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.

DIJINKAN untuk melakukan kegiatan survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan kepada:

Nama : **FARIT KHULFANI** NIP/NIM : **12604221022**
Alamat : **FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN , PENDIDIKAN GURU SEKOLAH DASAR (PGSD) PENJAS , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**
Judul : **TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW DI SD NEGERI BHAYANGKARA KECAMATAN GONDOKUSUMAN KOTA YOGYAKARTA TAHUN 2016**
Lokasi : **DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY**
Waktu : **21 JULI 2016 s/d 21 OKTOBER 2016**

Dengan Ketentuan

1. Menyerahkan surat keterangan/ijin survei/penelitian/pendataan/pengembangan/pengkajian/studi lapangan *) dari Pemerintah Daerah DIY kepada Bupati/Walikota melalui institusi yang berwenang mengeluarkan ijin dimaksud;
2. Menyerahkan soft copy hasil penelitiannya baik kepada Gubernur Daerah Istimewa Yogyakarta melalui Biro Administrasi Pembangunan Setda DIY dalam compact disk (CD) maupun mengunggah (upload) melalui website adbang.jogjaprovo.go.id dan menunjukkan cetakan asli yang sudah disahkan dan dibubuhi cap institusi;
3. Ijin ini hanya dipergunakan untuk keperluan ilmiah, dan pemegang ijin wajib mentaati ketentuan yang berlaku di lokasi kegiatan;
4. Ijin penelitian dapat diperpanjang maksimal 2 (dua) kali dengan menunjukkan surat ini kembali sebelum berakhir waktunya setelah mengajukan perpanjangan melalui website adbang.jogjaprovo.go.id;
5. Ijin yang diberikan dapat dibatalkan sewaktu-waktu apabila pemegang ijin ini tidak memenuhi ketentuan yang berlaku.

Dikeluarkan di Yogyakarta
Pada tanggal **21 JULI 2016**
A.n Sekretaris Daerah
Asisten Perekonomian dan Pembangunan
Ub.
Kepala Biro Administrasi Pembangunan



Tembusan :

1. GUBERNUR DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA (SEBAGAI LAPORAN)
2. WALIKOTA YOGYAKARTA C.Q DINAS PERIJINAN KOTA YOGYAKARTA
3. DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA DAN OLAHRAGA DIY
4. DEKAN FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN , UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
5. YANG BERSANGKUTAN

3. Surat Izin dari Dinas Perizinan Kota Yogyakarta



PEMERINTAHAN KOTA YOGYAKARTA
DINAS PERIZINAN

Jl. Kenari No. 56 Yogyakarta 55165 Telepon 514448, 515865, 515865, 515866, 562682
Fax (0274) 555241
E-MAIL : perizinan@jogjakota.go.id
HOTLINE SMS : 081227625000 HOT LINE EMAIL : upik@jogjakota.go.id
WEBSITE : www.perizinan.jogjakota.go.id

SURAT IZIN

NOMOR : 070/2732

5361/34

- Membaca Surat : Dari Surat izin/ Rekomendasi dari Gubernur Kepala Daerah Istimewa Yogyakarta
Nomor : 070/REG/V/98/7/2016 Tanggal : 28 Juli 2016
- Mengingat : 1. Peraturan Gubernur Daerah istimewa Yogyakarta Nomor : 18 Tahun 2009 tentang Pedoman Pelayanan Perizinan, Rekomendasi Pelaksanaan Survei, Penelitian, Pendataan, Pengembangan, Pengkajian dan Studi Lapangan di Daerah Istimewa Yogyakarta.
2. Peraturan Daerah Kota Yogyakarta Nomor 10 Tahun 2008 tentang Pembentukan, Susunan, Kedudukan dan Tugas Pokok Dinas Daerah;
3. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 29 Tahun 2007 tentang Pemberian Izin Penelitian, Praktek Kerja Lapangan dan Kuliah Kerja Nyata di Wilayah Kota Yogyakarta;
4. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 85 Tahun 2008 tentang Fungsi, Rincian Tugas Dinas Perizinan Kota Yogyakarta;
5. Peraturan Walikota Yogyakarta Nomor 20 tahun 2014 tentang Penyelenggaraan Perizinan pada Pemerintah Kota Yogyakarta;
- Dijijinkan Kepada : Nama : FARIT KHULFANI
No. Mhs/ NIM : 12604221022
Pekerjaan : Mahasiswa Fak. Ilmu Keolahragaan - UNY
Alamat : Jalan Colombo No. 1 Yogyakarta
Penanggungjawab : Yudanto, M.Pd.
Keperluan : Melakukan Penelitian dengan judul Proposal : TINGKAT KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAKTAKRAW DI SD NEGERI BHAYANGKARA KECAMATAN GONDOKUSUMAN KOTA YOGYAKARTA TAHUN 2016
- Lokasi/Responden : Kota Yogyakarta
Waktu : 21 Juli 2016 s/d 21 Oktober 2016
Lampiran : Proposal dan Daftar Pertanyaan
Dengan Ketentuan : 1. Wajib Memberikan Laporan hasil Penelitian berupa CD kepada Walikota Yogyakarta (Cq. Dinas Perizinan Kota Yogyakarta)
2. Wajib Menjaga Tata tertib dan menaati ketentuan-ketentuan yang berlaku setempat
3. Izin ini tidak disalahgunakan untuk tujuan tertentu yang dapat mengganggu kesetabilan pemerintahan dan hanya diperlukan untuk keperluan ilmiah
4. Surat izin ini sewaktu-waktu dapat dibatalkan apabila tidak dipenuhinya ketentuan-ketentuan tersebut diatas

Kemudian diharap para Pejabat Pemerintahan setempat dapat memberikan bantuan seperlunya

Tanda Tangan
Pemegang Izin

FARIT KHULFANI

Dikeluarkan di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 29 Juli 2016
An. Kepala Dinas Perizinan
Sekretaris



Dra. CHRISTY DEWAWANI, MM
NIP. 196304081986032019

Tembusan Kepada :

- Yth 1. Walikota Yogyakarta (sebagai laporan)
2. Ka. Biro Administrasi Pembangunan DIY
3. Ka. Dinas Pendidikan Kota Yogyakarta
4. Kepala SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta

4. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian



PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN
UPT PENGELOLA TAMAN KANAK-KANAK
DAN SEKOLAH DASAR WILAYAH UTARA
SEKOLAH DASAR NEGERI BHAYANGKARA

Alamat : Jln. Kemakmuran No. 5 Klitren, Gondokusuman, Yogyakarta; Telp. 0274-585451
E MAIL Newbhayangkara@yahoo.co.id; WEB SITE : www.sdbhayangkara.sch.id
HOT LINE SMS : 08122780001; HOT LINE E MAIL : upik@jogjakota.go.id
WEB SITE : www.jogjakota.go.id

SURAT KETERANGAN

NO : 800/ 199/093/2016

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Dewi Partini,M.Pd
NIP. : 19620711 198604 2 002
Pangkat / Gol. Ruang : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala Sekolah SDN Bhayangkara Yogyakarta
Alamat : Jl. Kemakmuran No. 5 Yogyakarta

Menerangkan bahwa :

Nama : Farit Khulfani
NIM : 12604221022
Program Study : PGSD Penjas
Waktu Penelitian : 6 Agustus 2016

Saudara tersebut diatas sudah melakukan penelitian judul Skripsi : “ Tingkat Keterampilan Bermain Sepaktakraw Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD N Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta Tahun 2016“

Demikian surat keterangan ini kami berikan untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.


Yogyakarta, 24 Agustus 2016
Kepala Sekolah

Dewi Partini, M.Pd
NIP. 19620711 198604 2 002



SEGORO AMARTO
SEMANGAT GOTONG ROYONG AGAWE MAJUNE NGAYOGYAKARTA
KEMANDIRIAN – KEDISIPLINAN – KEPEDULIAN – KEBERSAMAAN

5. Sertifikat Kalibrasi *Stopwatch*


PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
 Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT KALIBRASI
 CALIBRATION CERTIFICATE
Nomor : 320 / SW - 4 / 1 / 2016
Number

No. Order : 008895
Diterima tgl : 25 Januari 2016

ALAT
Equipment

Nama : Stopwatch	Tipe/Model : -
Kapasitas : 9 jam	Nomor Seri : -
Daya Baca : 0.01 detik	Merek/Buatan : Toto
Accuracy : -	Trade Mark/Manufaktur : -

PEMILIK
Owner

Nama : Ninda Nurmalia	Alamat : Jl. Bugisan Selatan, Tegal Senggotan, Tirtonegoro, Kasihan, Bantul
-----------------------	---

METODE, STANDAR, TELUSURAN
Method, Standard, Traceability

Metode : ISO 4168 (1976) Time Measurement Instrument	Standar : Casio HS-80TW.IDF
Standar : -	Telusuran : Ke satuan SI melalui LK-045 IDN

TANGGAL DIKALIBRASI
Date of Calibrated : 25 Januari 2016

LOKASI KALIBRASI
Location of calibration : Balai Metrologi Yogyakarta

KONDISI LINGKUNGAN KALIBRASI
Environment condition of calibration : Suhu : 30°C ± 2°C ; Kelembaban : 55% ± 10%

HASIL
Result : Lihat sebaliknya

Yogyakarta, 26 Januari 2016
 Kepala
 Soedaryono, SE
 NIP. 195804141979031006

Halaman 1 dari 2 Halaman

FBM.22-02.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

HASIL KALIBRASI
RESULT OF CALIBRATION

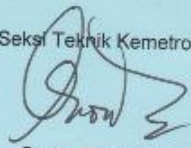
I. DATA KALIBRASI
Calibration data

1. Referensi : Ninda Nurmalia
2. Dikalibrasi oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Calibrated by

II. HASIL KALIBRASI
Result of Calibration


Nominal (menit)	Nilai Sebenarnya (menit)
00,01'00"00	00,01'00"03
00,05'00"00	00,05'00"04
00,10'00"00	00,10'00"03
00,15'00"00	00,15'00"04
00,30'00"00	00,30'00"02
00,59'00"00	00,59'00"03

Kepala Seksi Teknik Kemetrolgian



Gono, SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007

6. Sertifiat Kalibrasi Ban Ukur (Meteran)


PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PERINDUSTRIAN, PERDAGANGAN, KOPERASI DAN USAHA KECIL MENENGAH
BALAI METROLOGI
 Jl. Sisingamangaraja No. 21 Yogyakarta Telp. (0274) 375062, 377303 Fax. (0274) 375062

SERTIFIKAT PENERAAN
 VERIFICATION CERTIFICATE
Nomor : 318 / UP - 042 / I / 2016
 Number

ALAT <i>Equipment</i>	No. Order : 008895
Nama <i>Name</i> : Ban Ukur	Diterima tgl : 25 Januari 2016
Kapasitas <i>Capacity</i> : 50 meter	
Daya Baca <i>Readability</i> : 10 mm	
PEMILIK <i>Owner</i>	
Nama <i>Name</i> : NINDA NURMALIA	
Alamat <i>Address</i> : Jl. Bugisan Selatan, Tegal Senggotan, Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul	
METODE, STANDART, TELUSURAN <i>Method, Standard, Traceability</i>	
Metode <i>Method</i> : SK Ditjen PDN No 32/ PDN /KEP/3/2010	
Standard <i>Standard</i> : Komparator 10 m	
Telusuran <i>Traceability</i> : Ke satuan SI melalui LK-045-IDN	
TANGGAL TERA ULANG <i>Date of Verification</i> : 25 Januari 2016	
LOKASI TERA ULANG <i>Location of Verification</i> : Balai Metrologi Yogyakarta	
KONDISI LINGKUNGAN TERA ULANG <i>Environment condition of Verification</i> : Suhu : 28°C ± 2°C ; Kelembaban : 54% ± 10%	
HASIL TERA ULANG <i>Result of verification</i> : DISAHKAN UNTUK TERA ULANG TAHUN 2016	
DITERA ULANG KEMBALI <i>Reverification</i> : 25 Januari 2017	

Yogyakarta, 26 Januari 2016
 Kepala
BALAI METROLOGI
 Sutedaryono SE
 NIP. 19560114 197903 1 006

Halaman 1 dari 2 Halaman FBM.22-01.T

DILARANG MENGGANDAKAN SEBAGIAN ATAU SELURUHNYA ISI DARI SERTIFIKAT INI TANPA SEIZIN KEPALA BALAI METROLOGI YOGYAKARTA

HASIL PENERAAN
RESULT OF VERIFICATION

I. DATA PENERAAN

Verification data

1. Referensi : NINDA NURMALIA
2. Ditera ulang oleh : Sukardjono NIP. 19591010.198203.1.023
Verified by

II. HASIL

Result

Nominal (m)	Nilai Sebenarnya (cm)
0 - 10	1000,00
10 - 20	2000,00
20 - 30	3000,00
30 - 40	4000,00
40 - 50	5000,00

Kepala Seksi Teknik K metrologian



Gono, SE, MM
NIP. 19610807.198202.1.007

7. Kartu Bimbingan Skripsi

**KARTU BIMBINGAN
TUGAS AKHIR SKRIPSI/BUKAN SKRIPSI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA**

Nama Mahasiswa : Farid Khulfani
 NIM : 12604221022
 Program Studi : PGSD PENJAS
 Jurusan : POK
 Pembimbing : Yudanto, M.Pd.

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda tangan Dosen Pembimbing
1.	18-4-16	Latar belakang Masalah	
2.	25-5-16	Latar belakang Masalah. (BAB I)	
3.	6-6-16	Revisi Bab I. Identifikasi masalah dan Batasan Masalah.	
4.	15-6-16	Revisi Bab I. Tujuan dan Manfaat penelitian	
5.	27-6-16	Bab II, Keterampilan dan faktor-faktor yang mempengaruhi keterampilan, gambar kecepatan	
6.	30-6-16	Bab II, Bab III, definisi variabel penelitian, penggunaan instrumen penelitian.	
7.	10-8-16	Revisi BAB IV, Deskripsi data, Tabel,	
8.	16-8-16	Revisi Bab IV, pembahasan masing-masing Tes Keterampilan.	
9.	18-8-16	Revisi abstrak, Bab IV pembahasan dikaitkan dengan faktor keterampilan. Bab V, Implikasi	
10.	27-8-16	Abstrak dan perbaikan diagram.	
11.	28-8-16	Lampiran - lampiran.	

Mengetahui
Kaprosdi PGSD Penjas,

Dr. Guntur, M.Pd
NIP 19810926 200604 1 001

8. Data Penelitian Tes Keterampilan Sepakmula

Tes Keterampilan Sepakmula			
No	Nama	Skor	Kategori
1	A.S	45.78	Sedang
2	A.R	50.37	Sedang
3	A.L	61.07	Tinggi
4	D.A	56.48	Tinggi
5	D.N.L	38.13	Rendah
6	D.N	58.01	Tinggi
7	D.D	68.72	Sangat Tinggi
8	D.R	65.66	Sangat Tinggi
9	F.N.D	53.43	Sedang
10	F.R.L	51.98	Sedang
11	F.T	42.72	Rendah
12	K.R	39.66	Rendah
13	L.R.W	56.35	Tinggi
14	M.A	33.55	Sangat Rendah
15	M.AR	53.43	Sedang
16	R.B	62.60	Tinggi
17	R.D.T	33.55	Sangat Rendah
18	R.C	36.61	Rendah
19	B.T	35.08	Rendah
20	E.V	56.35	Tinggi
21	F.D	39.66	Rendah
22	F.O	35.08	Rendah
23	G.K	53.48	Sedang
24	R.D	53.48	Sedang
25	R.S.T	54.99	Sedang
26	R.T.U	54.99	Sedang
27	S	50.37	Sedang
28	S.T.V	56.35	Tinggi
29	Z.N	51.98	Sedang
Jumlah		1449.89	
Mean / Rata-rata		50.00	
Standar Deviasi		10.00	
Skor Minimum		33.55	
Skor Maximum		68.72	

8. Data Penelitian Tes Keterampilan Sepaksila

Tes Keterampilan Sepaksila			
No	Nama	Skor	Kategori
1	A.S	42.04	Rendah
2	A.R	50.31	Sedang
3	A.L	43.88	Rendah
4	D.A	45.72	Sedang
5	D.N.L	40.20	Rendah
6	D.N	68.69	Sangat Tinggi
7	D.D	75.13	Sangat Tinggi
8	D.R	47.56	Sedang
9	F.N.D	65.02	Sangat Tinggi
10	F.R.L	41.12	Rendah
11	F.T	56.75	Tinggi
12	K.R	41.12	Rendah
13	L.R.W	42.96	Rendah
14	M.A	44.80	Rendah
15	M.AR	45.72	Sedang
16	R.B	75.13	Sangat Tinggi
17	R.D.T	42.04	Rendah
18	R.C	45.72	Sedang
19	B.T	43.88	Rendah
20	E.V	42.04	Rendah
21	F.D	44.80	Rendah
22	F.O	42.96	Rendah
23	G.K	58.58	Tinggi
24	R.D	56.75	Tinggi
25	R.S.T	46.64	Sedang
26	R.T.U	52.15	Sedang
27	S	47.56	Sedang
28	S.T.V	54.91	Sedang
29	Z.N	45.72	Sedang
Jumlah		1449.87	
Mean / Rata-rata		50.00	
Standar Deviasi		10.00	
Skor Minimum		40.20	
Skor Maximum		75.13	

9. Data Penelitian Tes Keterampilan Sepakkuda

Tes Keterampilan Sepakkuda			
No	Nama	Skor	Kategori
1	A.S	47.17	Sedang
2	A.R	56.06	Tinggi
3	A.L	42.39	Rendah
4	D.A	42.39	Rendah
5	D.N.L	39.65	Rendah
6	D.N	69.04	Sangat Tinggi
7	D.D	82.03	Sangat Tinggi
8	D.R	53.32	Sedang
9	F.N.D	62.89	Tinggi
10	F.R.L	41.02	Rendah
11	F.T	56.06	Tinggi
12	K.R	43.75	Rendah
13	L.R.W	45.80	Sedang
14	M.A	44.44	Rendah
15	M.AR	47.17	Sedang
16	R.B	63.57	Tinggi
17	R.D.T	39.65	Rendah
18	R.C	43.75	Rendah
19	B.T	41.02	Rendah
20	E.V	44.44	Rendah
21	F.D	47.17	Sedang
22	F.O	41.02	Rendah
23	G.K	57.42	Tinggi
24	R.D	55.37	Tinggi
25	R.S.T	46.49	Sedang
26	R.T.U	57.42	Tinggi
27	S	44.44	Rendah
28	S.T.V	51.27	Sedang
29	Z.N	43.75	Rendah
Jumlah		1449.96	
Mean / Rata-rata		50.00	
Standar Deviasi		10.00	
Skor Minimum		39.65	
Skor Maximum		82.03	

10. Data Penelitian Tes Keterampilan *Heading*

Tes Keterampilan <i>Heading</i>			
No	Nama	Skor	Kategori
1	A.S	44.35	Rendah
2	A.R	64.00	Tinggi
3	A.L	53.35	Sedang
4	D.A	50.12	Sedang
5	D.N.L	42.05	Rendah
6	D.N	73.13	Sangat Tinggi
7	D.D	62.82	Tinggi
8	D.R	53.35	Sedang
9	F.N.D	62.82	Tinggi
10	F.R.L	39.50	Rendah
11	F.T	61.87	Tinggi
12	K.R	45.35	Sedang
13	L.R.W	39.70	Rendah
14	M.A	45.35	Sedang
15	M.AR	46.64	Sedang
16	R.B	73.13	Sangat Tinggi
17	R.D.T	40.93	Rendah
18	R.C	39.70	Rendah
19	B.T	44.35	Rendah
20	E.V	40.93	Rendah
21	F.D	44.35	Rendah
22	F.O	39.70	Rendah
23	G.K	61.87	Tinggi
24	R.D	46.64	Sedang
25	R.S.T	44.35	Rendah
26	R.T.U	47.90	Sedang
27	S	45.35	Sedang
28	S.T.V	51.00	Sedang
29	Z.N	45.35	Sedang
Jumlah		1449.95	
Mean / Rata-rata		50.00	
Standar Deviasi		10.00	
Skor Minimum		39.50	
Skor Maximum		73.13	

11. Data Penelitian Tes Keterampilan *Smash*

Tes Keterampilan <i>Smash</i>			
No	Nama	Skor	Kategori
1	A.S	53.26	Sedang
2	A.R	45.60	Sedang
3	A.L	56.55	Tinggi
4	D.A	50.27	Sedang
5	D.N.L	38.01	Rendah
6	D.N	51.92	Sedang
7	D.D	73.55	Sangat Tinggi
8	D.R	50.37	Sedang
9	F.N.D	59.69	Tinggi
10	F.R.L	39.75	Rendah
11	F.T	48.83	Sedang
12	K.R	36.46	Rendah
13	L.R.W	42.60	Rendah
14	M.A	50.37	Sedang
15	M.AR	64.28	Tinggi
16	R.B	45.60	Sedang
17	R.D.T	39.75	Rendah
18	R.C	42.78	Rendah
19	B.T	36.46	Rendah
20	E.V	38.01	Rendah
21	F.D	42.78	Rendah
22	F.O	36.46	Rendah
23	G.K	59.69	Tinggi
24	R.D	62.78	Tinggi
25	R.S.T	55.01	Tinggi
26	R.T.U	47.00	Sedang
27	S	59.69	Tinggi
28	S.T.V	62.78	Tinggi
29	Z.N	59.69	Tinggi
Jumlah		1449.98	
Mean / Rata-rata		50.00	
Standar Deviasi		10.00	
Skor Minimum		36.46	
Skor Maximum		73.55	

12. Data Penelitian Tes Keterampilan Sepaktakraw

DATA HASIL TES KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKTAKRAW															
No	Nama	Kelas	Sepak Mula	Skor T	Sepak Sila	Skor T	Sepak Kuda	Skor T	Heading	Skor T	Smash	Skor T	Total Skor	Kemampuan Sepaktakraw	Kategori Keterampilan Sepaktakraw
1	A.S	V	21	45.78	10	42.04	19	47.17	10	44.35	21	53.26	232.60	46.52	Sedang
2	A.R	V	24	50.37	19	50.31	32	56.06	27	64.00	16	45.60	266.34	53.27	Sedang
3	A.L	V	31	61.07	12	43.88	12	42.39	18	53.35	23	56.55	257.24	51.45	Sedang
4	D.A	V	28	56.48	14	45.72	12	42.39	15	50.12	19	50.27	244.97	48.99	Sedang
5	D.N.L	V	16	38.13	8	40.20	8	39.65	8	42.05	11	38.01	198.04	39.61	Rendah
6	D.N	V	29	58.01	39	68.69	51	69.04	35	73.13	20	51.92	320.79	64.16	Sangat Tinggi
7	D.D	V	36	68.72	46	75.13	70	82.03	26	62.82	34	73.55	362.25	72.45	Sangat Tinggi
8	D.R	V	34	65.66	16	47.56	28	53.32	18	53.35	19	50.37	270.26	54.05	Sedang
9	F.N.D	V	26	53.43	35	65.02	42	62.89	26	62.82	25	59.69	303.84	60.77	Tinggi
10	F.R.L	V	25	51.98	9	41.12	10	41.02	5	39.50	12	39.75	213.37	42.67	Rendah
11	F.T	V	19	42.72	26	56.75	32	56.06	25	61.87	18	48.83	266.22	53.24	Sedang
12	K.R	V	17	39.66	9	41.12	14	43.75	11	45.35	10	36.46	206.35	41.27	Rendah
13	L.R.W	V	28	56.35	11	42.96	17	45.80	6	39.70	14	42.60	227.41	45.48	Rendah
14	M.A	V	13	33.55	13	44.80	15	44.44	11	45.35	19	50.37	218.51	43.70	Rendah
15	M.A.R	V	26	53.43	14	45.72	19	47.17	12	46.64	28	64.28	257.23	51.45	Sedang
16	R.B	V	32	62.60	46	75.13	43	63.57	35	73.13	16	45.60	320.03	64.01	Sangat Tinggi
17	R.D.T	V	13	33.55	10	42.04	8	39.65	7	40.93	12	39.75	195.92	39.18	Rendah
18	R.C	V	15	36.61	14	45.72	14	43.75	6	39.70	14	42.78	208.55	41.71	Rendah
19	B.T	V1	14	35.08	12	43.88	10	41.02	10	44.35	10	36.46	200.79	40.16	Rendah
20	E.V	V1	28	56.35	10	42.04	15	44.44	7	40.93	11	38.01	221.76	44.35	Rendah
21	F.D	V1	17	39.66	13	44.80	19	47.17	10	44.35	14	42.78	218.76	43.75	Rendah
22	F.O	V1	14	35.08	11	42.96	10	41.02	6	39.70	10	36.46	195.21	39.04	Rendah
23	G.K	V1	26	53.48	28	58.58	34	57.42	25	61.87	25	59.69	291.05	58.21	Tinggi
24	R.D	V1	26	53.48	26	56.75	31	55.37	12	46.64	27	62.78	275.02	55.00	Tinggi
25	R.S.T	V1	27	54.99	15	46.64	18	46.49	10	44.35	22	55.01	247.47	49.49	Sedang
26	R.T.U	V1	27	54.99	21	52.15	34	57.42	13	47.90	17	47.00	259.46	51.89	Sedang
27	S	V1	24	50.37	16	47.56	15	44.44	11	45.35	25	59.69	247.40	49.48	Sedang
28	S.T.V	V1	28	56.35	24	54.91	25	51.27	16	51.00	27	62.78	276.31	55.26	Tinggi
29	Z.N	V1	25	51.98	14	45.72	14	43.75	11	45.35	25	59.69	246.49	49.30	Sedang
Jumlah			689	1449.89	541.00	1449.87	671	1449.96	432	1449.95	544	1449.98	7249.65	1449.93	
Mean / Rata-rata			23.76	50.00	18.66	50.00	23.14	50.00	14.90	50.00	18.76	50.00	249.99	50.00	
Standar Deviasi			6.54	10.00	10.88	10.00	14.63	10.00	8.68	10.00	6.47	10.00	41.92	8.38	
Skor Minimum			13	33.55	8.00	40.20	8	39.65	5	39.50	10	36.46	195.21	39.04	
Skor Maximum			36	68.72	46.00	75.13	70	82.03	35	73.13	34	73.55	362.25	72.45	
X ≥ 312.87															
270.95 ≤ X < 312.87															
229.03 ≤ X < 270.95															
187.11 ≤ X < 229.03															
X < 187.11															
															Sangat Tinggi
															Tinggi
															Sedang
															Rendah
															Sangat Rendah

13. Data Tinggi Badan dan Berat Badan Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw

No	Nama	Kelas	TB	BB	Status Gizi
1	A.S	V	122	21	Normal
2	A.R	V	145	51	Lebih
3	A.L	V	145	52	Lebih
4	D.A	V	135	36	Normal
5	D.N.L	V	135	26	Normal
6	D.N	V	128	27	Normal
7	D.D	V	137	31	Normal
8	D.R	V	137	33	Normal
9	F.N.D	V	132	23	Normal
10	F.R.L	V	135	32	Normal
11	F.T	V	145	43	Normal
12	K.R	V	134	21	Kurang
13	L.R.W	V	138	36	Normal
14	M.A	V	124	23	Normal
15	M.AR	V	138	25	Normal
16	R.B.	V	137	36	Normal
17	R.D.T	V	140	31	Normal
18	R.C	V	137	30	Normal
19	B.T	VI	126	31	Normal
20	E.V	VI	127	22	Kurang
21	F.D	VI	134	27	Normal
22	F.O	VI	153	36	Normal
23	G.K	VI	140	44	Normal
24	R.D	VI	142	35	Normal
25	R.S.T	VI	146	54	Normal
26	R.T.U	VI	130	27	Normal
27	S	VI	145	37	Normal
28	S.T.V	VI	145	46	Normal
29	Z.N	VI	133	26	Normal

14. Dokumentasi Kegiatan Penelitian



Foto Persiapan dan Pemanasan Sebelum Tes



Foto Tes Sepaksila



Foto Tes Sepakmula



Foto Tes Sepakkuda



Foto Tes *Heading*



Foto Tes *Smash*



Foto Pencatatan Skor



Foto Kegiatan Penutupan