

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAK TAKRAW
PADA PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA
DI SMA NEGERI 1 TANJUNGSARI**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

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



Oleh:

Ringga Erdianto

NIM. 18601244009

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
TAHUN 2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAK TAKRAW PADA PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRGA DI SMA NEGERI 1 TANJUNGSARI

Disusun oleh:

Ringga Erdianto
NIM 18601244009

Telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Mengetahui,
a.n. Koordinator Program Studi



Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or
NIP. 197702182008011002

Yogyakarta, 14 Juli 2022
Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Dr. Yudanto, M.Pd.
NIP. 198107022005011001

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Ringga Erdianto

NIM : 1860124009

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepak Takraw pada
Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri
1 Tanjungsari

Saya menyatakan bahwa skripsi yang saya tulis adalah hasil penelitian saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya, tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, 13 Juli 2022
Yang menyatakan,



Ringga Erdianto
NIM. 18601244009

HALAMAN MOTTO

1. Jadilah seseorang yang bermanfaat bagi orang lain (Penulis)
2. Berjalan tak seperti rencana adalah jalan yang sudah biasa dan jalan satu-satunya adalah jalani sebaik kau bisa (FESTIVALIST)

PERSEMBAHAN

Dengan hikmat dan penuh rasa syukur, skripsi ini kupersembahkan kepada:

1. Kedua orangtuaku (Bapak Parjimin dan Ibu Wartiyem) yang telah memberikanku doa dan semangat, untuk melanjutkan sekolah sampai tingkat perguruan tinggi. Terimakasih untuk pengorbanan dan kasih sayangnya sehingga anakmu mampu menyelesaikan kuliahnya dan mendapatkan gelar sarjana.
2. Kakak kandung saya Budi Setiawan, Adik kandung saya Diana Nur Safitri serta Isma Nur Alifa yang selalu ada di saat susah maupun senang, selalu ada menemani sampai saat ini.

HALAMAN PENGESAHAN

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAK TAKRAW PADA PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRGA DI SMA NEGERI 1 TANJUNGSARI

Disusun oleh:

Ringga Erdianto
NIM. 18601244009

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Program Studi
Pendidikan Jasmani Kesehatan dan rekreasi Jurusan Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

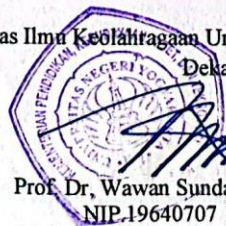
Pada tanggal 22 Juli 2022

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr Yudanto, M.Pd.		29/7/2022
Ketua Penguji/Pembimbing Saryono, S.Pd., jas., M.Or		29/7/2022
Sekretaris Fathan Nurcahyo S.Pd., jas., M.Or.		29/7/2022
Penguji		

Yogyakarta, Juli 2022

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

**TINGKAT KETERAMPILAN DASAR BERMAIN SEPAK TAKRAW
PADA PESERTA DIDIK KELAS KHUSUS OLAHRAGA
DI SMA NEGERI 1 TANJUNGSARI**

Oleh:

Ringga Erdianto

NIM. 18601244009

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tinggi tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi penelitian ini adalah peserta didik Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 25 peserta didik. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah sepak mula, sepak sila, sepak kuda, *heading*, dan *smash*. Teknik analisis penelitian ini menggunakan analisis frekuensi dalam bentuk presentase.

Hasil penelitian diperoleh bahwa tinggi tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori “sedang” sebesar 14 orang atau 56,00%. Tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori “sangat tinggi” 2 orang atau 8,00%, “tinggi” 4 orang atau 16,00%, “sedang” 14 orang atau 56,00%, “rendah” 4 orang atau 16,00% dan “sangat rendah” 1 orang atau 4,00%.

Kata Kunci : keterampilan, sepak takraw, kelas khusus olahraga

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan kehadiran Allah SWT, atas segala limpahan nikmat dan rahmatnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Skripsi dengan judul **“Tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari”**. Skripsi dapat terwujud dengan baik berkat uluran tangan dari berbagai pihak, teristimewa pembimbing. Oleh sebab itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan terimakasih yang sebesar-besarnya dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada:

1. Bapak Dr. Yudanto, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi, yang telah ikhlas memberikan ilmu, tenaga dan waktunya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Bapak Dr. Hedi A Hermawan, M.Or selaku a.n. Koordinator Program Studi beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyelesaian Tugas Akhir Skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed. selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan, yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Pihak SMA Negeri 1 Tanjungsari yang telah membantu jalannya penelitian, hingga penelitian ini dapat berjalan dengan lancar dan mendapatkan hasil yang diinginkan.
5. Untuk kedua orang tua, Bapak Parjimin dan Ibu Wartiyem, atas segala doa dan dukungan hingga akhirnya Tugas Akhir Skripsi ini dapat selesai.

6. Kakak kandung Budi Setiawan, Adik kandung Diana Nur Safitri dan Isma Nur Alifa yang selalu ada di saat susah maupun senang, selalu ada menemani sampai saat ini.
7. Untuk Trisanti Eli Wardani, yang telah banyak memberikan dukungan, dorongan, dan semangat dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini
8. Teman-teman kelas PJKR E 2018 dan semasa KKN yang telah memberikan semangat serta motivasi selama perkuliahan.
9. Semua pihak, yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah memberikan bantuan kepada saya selama proses penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah diberikan oleh semua pihak diatas semoga menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah SWT/Tuhan Yang Maha Esa dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi yang bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang ingin membaca dan membutuhkan.

Yogyakarta, 13 Juli 2022
Penulis



Ringga Erdianto
NIM. 18601244009

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
PERSEMBAHAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
ABSTRAK.....	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Masalah.....	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori.....	9
B. Hasil Penelitian Relevan.....	28
C. Kerangka Berfikir.....	29
BAB III METODE PENELITIAN	31
A. Jenis Penelitian.....	31
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	31
C. Populasi dan Sampel Penelitian	32
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian	33
E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	33
F. Validitas dan Realibilitas Instrumen	39
G. Teknik Analisis Data.....	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
A. Hasil Penelitian	41

B. Pembahasan	52
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Implikasi	58
C. Saran	59
D. Keterbatasan Hasil Penelitian	59
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	62

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Tabel Norma Pengkategorian	40
Tabel 2 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Sepak Mula	41
Tabel 3 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak Mula	42
Tabel 4 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Sepak sila.....	43
Tabel 5 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak sila	44
Tabel 6 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Sepak Kuda.....	45
Tabel 7 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak kuda.....	45
Tabel 8 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Heading.....	47
Tabel 9 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Heading.....	47
Tabel 10 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Smash	48
Tabel 11 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Smash	49
Tabel 12 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Dasar	50
Tabel 13 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Dasar bermain Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari	51

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Sepak Sila.....	18
Gambar 2 Sepak Mula (Servis)	18
Gambar 3 Sepak Kuda	19
Gambar 4 Heading.....	20
Gambar 5 Smash.....	20
Gambar 6 Lapangan Sepak Takraw.....	34
Gambar 7 Diagram Batang Sepak Mula	43
Gambar 8 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepak sila	44
Gambar 9 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepak kuda	46
Gambar 10 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Heading	48
Gambar 11 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Smash.....	50
Gambar 12 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pembimbing Skripsi.....	63
Lampiran 2 Kartu Bimbingan Skripsi.....	64
Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian.....	65
Lampiran 4 Data Hasil Penelitian.....	66
Lampiran 5 Hasil Penelitian.....	64
Lampiran 6 Hasil Olah data.....	65
Lampiran 7 Dokumentasi.....	69

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Hampir setiap manusia saat ini mencintai dunia olahraga yang beraneka ragam, salah satunya olahraga yang cukup digemari oleh beberapa kalangan anak kecil dan dewasa adalah olahraga sepak takraw. Sepak takraw merupakan permainan sepak raga, setelah itu dimodifikasi untuk dijadikan sebuah permainan yang kompetitif. Dasar permainan sepak takraw adalah olahraga permainan tradisional Indonesia di mainkan oleh 6-7 orang secara melingkar yang disebut dengan takraw hop.

Sepak takraw merupakan suatu permainan yang dilakukan diatas lapangan empat persegi panjang, rata, baik di tempat terbuka (*outdoor*) maupun tertutup (*indoor*) para pemain memainkan bola terbuat dari rotan menggunakan seluruh anggota badan dari kepala, badan, dan kaki, akan tetapi tidak boleh menggunakan tangan. Pada dasarnya sepak takraw merupakan perpaduan antara olahraga sepak bola dan olahraga bola voli. Permainan keterampilan sepak takraw ini terlihat pada penguasaan bola agar tidak jatuh ditanah dan dapat mengembalikan bola tersebut kepihak lawan.

Permainan sepak takraw berasal dari zaman Kesultanan Malaka (1402-1511) dan dikenali sebagai sepak raga dalam bahasa Melayu. Catatan sejarah awal tentang sepak raga dalam bahasa Melayu. Ketika pemerintahan Sultan Mansur Shah Ibni Almarhum Sultan Nuzaffar Shah (1459-1477), bernama Raja Ahmad telah dibuang ke luar negeri karena bersalah membunuh anak bendahara akibat

perselisihan ketika bermain sepak raga. Raja Ahmad kemudian diangkat menjadi Sultan di Pahang, dengan gelar Sultan Muahamad Shah 1 Ibni Almahrum Sultan Mansur Shah. Pada tahun 1940-an permainan ini berubah menggunakan jaring dan peraturan angka. Olahraga ini secara resmi dikenal sebagai Sepak Takraw. “*Sepak*” berasal dari bahasa Melayu yang berarti menendang dan “*Takraw*” berasal dari bahasa Thailand yang berarti bola anyaman. Oleh karena itu, sepak takraw mempunyai pengertian menendang bola. Pemilihan nama ini untuk olahraga pada dasarnya merupakan kesepakatan antara dua negara pelopor sepak takraw yakni Malaysia dan Thailand (Hananto, 2015)

Sejarah adanya sepak takraw di Indonesia dimulai pada periode 1945-1986 adanya kecenderungan sepak raga lebih digairahkan beberapa provinsi di Sulawesi Selatan dan beberapa daerah Sumatera. Pada tahun 1970 datangnya rombongan pemain sepak takraw dari Malaysia dan di ikuti beberapa bulan kemudian datang dari Singapura memperkenalkan sepak raga jaring. Hal tersebut yang mengairahkan masyarakat Indonesia untuk memulai mengenal dan mencintai olahraga sepak takraw.

Sepak takraw memang belum dapat menyamai ketenaran dari sepak bola di tanah air maupun di dunia, begitu juga dengan bulutangkis yang sudah membawa banyak trofi kejuaraan dunia ke negara Indonesia, akan tetapi sepak takraw patut untuk diperhitungkan pada masa yang akan datang. Hal ini di karenakan sepak takraw sangat berkembang di Asia Tenggara, karena setiap kegiatan olahraga seperti *Sea Games*, *Asian Games*, PON dan sebagainya. Pihak tuan rumah selalu memberikan cabang sepak takraw untuk dipertandingkan. Terlepas dari itu bangsa

Indonesia harus dapat menjaring anak bangsa khususnya yang ahli atau berkeinginan di didik menjadi seorang atlet dikemudian hari.

Perkembangan sepak takraw banyak masyarakat menyukai olahraga ini, baik dari yang tua hingga anak kecil, dari tingkat universitas sampai tingkat sekolah dasar. Berbagai perlombaan lokal pun sering diadakan untuk mengetahui tingkat perkembangan olahraga sepak takraw dan penjaringan atlet di masa depan. Salah satu upaya yang dilakukan pemerintah untuk menciptakan atlet-atlet yang handal yaitu dengan mendirikan program Kelas Khusus Olahraga (KKO). Kelas Khusus Olahraga (KKO) merupakan Ko-kurikuler yang diharapkan dapat meningkatkan minat dan menyalurkan bakat pesera didik untuk menjadi atlet profesional di masa yang akan datang. Kegiatan ini juga sebagai upaya-upaya memantapkan implementasi kurikulum yang berbasis kompetensi, karena kelas olahraga nantinya diharapkan dapat menghasilkan peserta didik yang berpotensi untuk menjadi atlet andalan yang didukung dengan program latihan yang teratur, (Kemendiknas, 2010).

SMA Negeri 1 Tanjungsari merupakan salah satu sekolah berbasis Kelas Khusus Olahraga (KKO). KKO cabang sepak takraw mempunyai tujuan untuk menciptakan atlet yang berbakat, berkualitas dicabang sepak takraw, menuju pribadi yang baik, dan tidak lepas juga sebagai wadah pembinaan dan pelatihan atlet sepak takraw agar bisa bersaing dengan daerah yang lain dalam mencari dan mengembangkan bibit muda berbakat, lepas juga sebagai wadah positif di masyarakat. Kelas olahraga merupakan suatu kelas yang terdiri dari kegiatan-kegiatan olahraga dari berbagai cabang olahraga yang di lakukan suatu lingkup

sekolah. Siswa mendapatkan pembinaan dan latihan khusus oleh masing-masing pelatih di tiap-tiap cabang.

Kelas olahraga dapat dijadikan suatu wahana untuk pembinaan kegiatan kesiswaan dalam bidang olahraga di sekolah untuk menghasikan atlet yang profesional, baik dalam tingkat daerah, provinsi, nasional maupun internasional. Kelas Khusus Olahraga (KKO) ini dapat dijadikan sebagai lumbung bagi Bangsa Indonesia untuk merekrut calon-calon atlet sepak takraw yang berkualitas. Dari inilah peserta didik dapat belajar berbagai keterampilan dasar bermain sepak takraw. Faktor penting yang berpengaruh dan dibutuhkan dalam permainan sepak takraw salah satunya penguasaan teknik dasar merupakan suatu persyaratan penting yang harus dimiliki oleh setiap pemain agar permainan dapat dilakukan dengan baik. Dalam permainan, keterampilan sepak takraw sangat diperlukan, supaya permainan dapat berjalan dengan baik. Keterampilan tersebut dapat berupa keterampilan dasar dan keterampilan khusus. Keterampilan dasar meliputi: sepak sila, sepak kura/kuda, sundulan kepala (*heading*). Sedangkan keterampilan khusus meliputi: sepak mula atau (servis), menerima bola dari servis, pukulan bola yang keras dan tajam ke arah bidang lapangan lawan (*smash*), menahan serangan (*block*), untuk dapat melewatkan bola secara teratur melalui bagian atas net.

Setiap posisi pada permainan sepak takraw memiliki ciri khas masing-masing seperti tekong yang mempunyai power kuat dalam melakukan servis, kemudian apit kanan yang mempunyai akurasi tepat pada saat menerima bola dari lawan, dan apit kiri memiliki ciri khas umpan yang akurat.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pelatih sepak takraw di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang dilakukan peneliti pada tanggal 4 Februari 2022, masih ada peserta didik yang belum maksimal dalam melakukan keterampilan dasar bermain sepak takraw seperti sepak sila, sepak kuda dan sepak mula (servis), salah satu penyebabnya yaitu karena keterbatasan sarana dan prasarana yang kurang memadai untuk pelaksanaan latihan sepak takraw. Peserta didik di SMA Negeri 1 Tanjungsari di Kelas Khusus Olahraga (KKO) memiliki dua jadwal yaitu kegiatan Olahraga Prestasi (OP) di pagi hari pukul 08.00-09.30 WIB dan kegiatan ekstrakurikuler pukul 16.00-17.30 WIB, yang masing-masing kegiatannya dilakukan dengan waktu dua kali dalam seminggu pada hari Selasa dan Kamis, Dengan program latihan yang monoton, dan kurang adanya variasi dalam program latihan menyebabkan peserta didik mengalami kesulitan dalam meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak takraw, menjadikan rendahnya tingkat akurasi sepak mula (servis) dan *passing*, sulitnya peserta didik dalam menyundul (*heading*) dan *smash*, kurang maksimalnya gerakan sepak kuda dan sepak sila. Untuk tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik KKO belum diketahui tingginya, sehingga di SMA Negeri 1 Tanjungsari perlu diadakan tes keterampilan bermain sepak takraw untuk mengetahui sampai sejauh mana tingkat kemampuan dari masing-masing peserta didik. Berdasarkan uraian-uraian di atas tersebut peneliti sangat tertarik untuk mengadakan penelitian tentang “tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari”. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan

evaluasi pelatih untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak takraw bagi peserta didik KKO di SMA Negeri 1 Tanjungsari.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah-masalah sebagai berikut:

1. Rendahnya tingkat akurasi sepak mula (*servis*) dan *passing* pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari
2. Dalam melakukan keterampilan dasar menyundul dan *smash* peserta didik kelas khusus olahraga masih mengalami kesulitan.
3. Kurang maksimalnya gerakan sepak kuda dan sepak sila peserta didik KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari
4. Keterbatasan sarana dan prasarana yang kurang memadai dalam pelaksanaan latihan sepak takraw
5. Belum diketahui tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

C. Batasan Masalah

Untuk menghindari agar tidak meluasnya pembahasan, maka penelitian ini dibatasi pada permasalahan tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi dan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Berapakah tinggi tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari?”

E. Tujuan Masalah

Tujuan dilakukan penelitian ini adalah untuk mengetahui tinggi tingkat keterampilan bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

Memberikan sumbangsih bagi perkembangan ilmu pengetahuan dan teori pembelajaran khususnya tentang tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw peserta didik kelas khusus olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari

2. Secara Praktis

a. Bagi sekolah

Dapat dijadikan bahan pertimbangan dalam menentukan program kegiatan khususnya pada pengukuran

b. Bagi pelatih

Dapat menjadikan pembelajaran sepak takraw tersebut, dan dapat mengetahui seberapa besar bakat yang dimiliki peserta didik

c. Bagi peserta didik

Dapat mengetahui seberapa tingkat teknik dasar serta mampu meningkatkan keterampilan dalam bermain sepak takraw

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Hakikat Keterampilan

a. Pengertian Keterampilan Gerak

Berdasarkan pengertian dari Sofyan (2015:11) belajar gerak adalah suatu proses yang di dalamnya terjadi penyampaian informasi pemberian latihan dan perubahan yang terjadi akibat latihan dan akan dikuasai suatu gerak yang matang kemudian dari gerakan yang matang akan menguasai gerak yang relatif permanen dan gerakan akan dikuasai secara otomatis. Keterampilan gerak sendiri adalah kemampuan melakukan gerakan secara efisien dan efektif, hal ini dalam proses terbentuknya gerak itu tidak terjadi secara otomatis, tetapi merupakan akumulasi dari proses belajar dan berlatih yaitu dengan cara memahami gerakan berulang-ulang yang disertai dengan kesadaran gerakan yang dilakukan. Keterampilan atau pematapan keterampilan, baru diperoleh repetisi atau pengulangan, dimana setiap fase latihan mengembangkan kekompakan stimulus dan respons.

Berdasarkan pengertian dari Sudarno (2016:11) keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan suatu tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan yang didapat melalui proses belajar. Santoso (2014:41) menyebutkan, 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.

Dari pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan melakukan gerakan yang diperagakan oleh seseorang secara efisien dan efektif dalam melakukan tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan yang didapat melalui proses belajar.

b. Fase Penguasaan Keterampilan Gerak

Untuk dapat menguasai keterampilan gerak, diperlukan tahapan atau fase yang berada didalam proses belajar. Seperti yang disebutkan oleh Sofyan (2015:13) dan terbagi dalam tiga tahapan atau fase, yaitu sebagai berikut:

- 1) Fase kognitif, pada fase ini aktivitas kognitif atau aktivitas berfikir masih menonjol karena harus berusaha memahami bagaimana bentuk gerakan dan bagaimana melakukan gerakan, gerakanya masih sangat dipengaruhi oleh pikiranya. Dalam fase kognitif, apabila gerakan keterampilan yang dipelajari cukup rumit dan meliputi rangkaian gerakan yang bermacam-macam dalam mempraktikannya, dilakukan dengan cara mempraktikannya bagian demi bagian gerakan, dengan ini siswa akan lebih mudah menguasainya.
- 2) Fase Fiksasi, tahap ini merupakan tahap realisasi rencana pola gerak menjadi gerak tubuh. Pada awalnya, gerakan dilakukan dengan tingkat koordinasi yang rendah yang tampak kaku dan kasar. Peranan pengulangan yang berkali-kali disertai dengan umpan balik yang bermakna akan memberikan dampak positif terhadap usaha pembentukan keterampilan gerak.
- 3) Fase Otomatisasi, keterampilan pada tahap ini gerak telah menjadi bagian dari dalam dirinya. Contohnya, tekong yang telah memiliki keterampilan permanen akan dapat melakukan sepak mula dengan koordinasi yang tinggi. Keterampilan

gerak dapat dilakukan dengan efisien dan efektif, tidak perlu lagi berfikir bagaimana cara melakukan gerakan mengayun dan menyepak bola dengan cepat, tepat dan keras. Semua gerak dilakukannya dengan otomatis.

c. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Keterampilan Gerak

Dalam olahraga permainan dipengaruhi oleh penguasaan keterampilan seseorang dalam melakukan berbagai gerak dasar secara baik dan benar. Mardiana & Hastuti (2014:15) menyatakan bahwa untuk mencapai prestasi yang sangat memuaskan tentunya didukung oleh faktor yang sangat berpengaruh didalamnya. Ada 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 atas kecerdasan, motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan syarat; (3) aspek lingkungan; (4) aspek penunjang.

Khulfani (2016:8) menyatakan 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.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa keterampilan adalah kemampuan melaksanakan tugas gerak yang menunjukkan tingkat kemahiran dan derajat keberhasilan untuk mencapai tujuan yang efisien dan efektif. Dalam melakukan keterampilan gerak dasar ada beberapa faktor-faktor yang mempegaruhi keterampilan yaitu ada 5:

- 1) Faktor genetik atau keturunan
- 2) Faktor pengaruh pengalaman belajar keterampilan
- 3) Faktor lingkungan pembelajaran
- 4) Faktor usia
- 5) Faktor perbedaan jenis kelamin

2. Hakikat Sepak Takraw

a. Pengertian Sepak Takraw

Sepak takraw adalah suatu permainan yang pada awalnya menggunakan bola yang terbuat dari rotan dan sekarang menggunakan bola yang terbuat dari *sytetic fibre*, dimainkan di atas lapangan yang datar berukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Ditengah-tengah lapangan dibatasi oleh jaring (net) dengan tinggi 155 cm untuk putra dan 152 cm untuk putri. Permainan 2 regu yang saling berlawanan masing-masing regu terdiri dari 3 (tiga) orang.

Dalam permainan sepak takraw menggunakan seluruh anggota tubuh kecuali tangan. Tujuan dari kedua regu adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga dapat jatuh dilapangan lawan atau menyebabkan lawan membuat pelanggaran atau membuat salah sehingga mendapat point. Definisi permainan sepak takraw sebagaimana tersebut di atas adalah sepak takraw kompetisi. Sepak

takraw dimainkan dengan menyepak dan menanduk bola serta memantulkan bola menggunakan seluruh bagian tubuh seperti kaki, paha, dada, dan bahu kecuali tangan. Teknik dasar sepak takraw antara lain adalah sepakan, tandukan, mendada, memaha, dan membahu. Teknik dasar sepak takraw yang meliputi sepak mula, mengumpan, smesh, dan block atau menahan. Tujuan memainkan bola adalah agar bola melewati net dan masuk ke daerah lawan. Setiap regu boleh memainkan bola sebanyak tiga kali sentuhan setelah itu harus di pidahkan ke lawan.

Muhammad Permana (2021:361) menyatakan sepak takraw adalah salah satu olahraga bola besar yang dikategorikan sebagai olahraga tim yang berasal dari kesultanan melayu. Olahraga ini mempertandingkan dua tim yang beranggotakan 3 orang dari setiap tim ini dan mererbutkan skor tertinggi yaitu 21 angka dalam setiap set. Sedangkan menurut Ari Susana (201:139) permainan sepak takraw dimainkan secara beregu oleh dua regu. Setiap regu dimainkan oleh 3 orang yang dipisahkan oleh net terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu terdiri dari tiga orang pemain yang masing-masing sebagai tekong yang berdiri paling belakang yang bertugas menservis bola, menerima bola, dan menahan serangan dari regu lawan di bagian belakang lapangan. Dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada disebelah kiri dan sebelah kanan yang disebut apit kiri dan apit kanan yang tugasnya pelempar.

Dari beberapa pengertian diatas dapat disimpulkan sepak takraw adalah permainan yang dimainkan menggunakan bola yang berbentuk dari rotan dan dari plastik, permainan sepak takraw dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdapat 3 orang pemain. Posisi di tengah dapat disebut tekong yang tugasnya

sebagai penyepak untuk dimulainya tanda permainan, di sebelah kiri yang di sebut apit kiri yang tugasnya sebagai pengumpan dan penerima bola dari lawan, dan disebelah kanan disebut dengan apit kanan yang tugasnya sebagai pelempar bola kearah tekong. Tujuan dari permainan sepak takraw yaitu mengembalikan bola dari serangan lawan sehingga bola terjatuh di area lawan.

b. Peraturan Permainan Sepak Takraw

Permainan sepak takraw mempunyai peraturan-peraturan tersendiri, sehingga akan membedakan permainan dengan olahraga lainnya. Peraturan bermain sepak takraw meliputi: lapangan, bola, pemain, macam-macam sepakan, permainan kombinasi, dan cara penilaian. Selain peraturan dasar tersebut, terdapat peraturan lainnya yang harus di perhatikan untuk melakukan permainan sepak takraw dengan baik. Hananto (2015:20) menyebutkan adanya peraturan permainan dalam nomor tim-tim inter regu yaitu sebagai berikut:

1) Lapangan

Lapangan sepak takraw berukuran panjang 13,4 m dan lebar 6,10 m. Sepak takraw dapat dimainkan di lapangan tertutup (*indoor*) dan juga dapat dimainkan di lapangan terbuka (*outdoor*). Apabila dimainkan di dalam lapangan tertutup seperti gedung maka tinggi loteng minimal 8 m dari lantai. Keempat sisi lapangan ditandai dengan cat atau lakban yang lebarnya 4 cm diukur dari pinggir sebelah luar. Adapun bagian dari ke empat sisi tersebut adalah, sebagai berikut:

a) Area bebas adalah minimal 3 m dari garis luar lapangan harus bebas rintangan.

b) *Centre Line* adalah garis tengah dengan lebar 2 cm.

c) *Quarter Circle* adalah garis seperempat lingkaran dipojok garis tengah dengan radius 90 cm diukur dari garis sebelah dalam.

d) *The service Circle* adalah lingkaran servis dengan radius 30 cm berada ditengah lapangan, jarak dari garis belakang 2,45 m, dan jarak dari titik tengah garis lingkaran ke garis tengah (*centre line*) 2,45 m, jarak titik tengah lingkaran adalah 3,05 m dari kiri dan kanan garis pinggir lapangan.

2) Tiang

a) Putra: tinggi net 1,55 m di pinggir dan minimal 1.52 m di tengah

b) Putri: tinggi net 1.45 m di pinggir dan minimal 1,45 m di tengah

c) Kedudukan tiang 30 cm di luar garis pinggir

3) Net

Net terbuat dari tali (benang) kuat atau nilon, dimana tiap lubangnya berdiameter lebar 5-8 cm. Lebar net 70 cm dan panjang 6,10 m.

4) Bola Takraw

Bola takraw terbuat dari bola plastik (*sytetic fibre*) dimana awalnya bola terbuat dari rotan. Lingkaran bola 42-44 cm untuk putra dan 43-45 cm untuk putri. Berat bola adalah 170-180 gram untuk putra dan 150-160 gram untuk putri.

5) Sepatu

Sepatu yang digunakan untuk permainan sepak takraw berbeda dari yang digunakan cabang olahraga yang lainnya. Jenis sepatu khusus yang digunakan bahanya terbuat dari karet yang lembut serta tapak kakinya tidak licin sehingga nyaman untuk digunakan.

- 6) Pemain
 - a) Permainan ini dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari 3 orang pemain dan setiap regu dilengkapi dengan satu atau dua pemain cadangan
 - b) Satu dari 3 pemain di posisi belakang disebut *tekong* (yang melakukan sepak mula atau servis awal)
 - c) Dua pemain berada di depan, yang sebelah kiri di sebut apit kiri dan di sebelah kanan di sebut apit kanan
- 7) Posisi Pemain Pada Waktu Servis
 - a) Sebelum permainan dimulai, kedua regu harus berada di lapangan dalam posisi siap bermain
 - b) Dalam melakukan sepak mula, salah satu dari *tekong* berada di dalam lingkaran servis, dan satu lagi di luar lingkaran untuk melakukan sepak mula
 - c) Kedua pemain apit kiri dan apit kanan, ketika dilakukan servis, harus berada di seperempat lingkaran
 - d) Lawan atau regu penerima servis bebas bergerak di lapangan area sendiri
- 8) Kesalahan (Batal)
 - a) Kesalahan penyepak mula
 - b) Tekong melompat saat melakukan servis, kaki tumpuan tidak berada dalam lingkaran atau menginjak garis lingkaran servis
 - c) Tekong tidak menyepak bola saat yang dilambungkan kepadanya
 - d) Bola jatuh di luar lapangan
 - e) Bola tidak melewati net

- f) Pemain memainkan bola lebih dari 3 kali
 - g) Apit sebagai pelambung masih memainkan bola, memantulkan bola, melemparkan bola kepada teman sendiri setelah wasit menyebutkan angka
 - h) Apit mengangkat kaki, menginjak garis, menyentuh atau melewati bawah net saat tekong melakukan sepak mula
- 9) Sistem Perhitungan Angka
- a) Angka kemenangan setiap set maximum 21 angka, apabila terjadi posisi angka 20-20, pemenang akan ditentukan pada saat selisih 2 point sampai batas akhir 25 point
 - b) Apabila penerima servis, atau yang melakukan sepak mula terjadi kesalahan, secara otomatis tim lawan akan memperoleh angka
 - c) Apabila kedua regu memenangkan 1 set, permainan akan dilanjutkan dengan set “*tea break*” dengan 15 point, kecuali pada posisi 14-14, pemenang akan ditentukan pada selisih 2 point sampai batas akhir 17 point
 - d) Memberikan kesempatan istirahat 2 menit masing-masing pada akhir set pertama dan kedua termasuk *tie break*.
- c. Teknik Dasar Sepak Takraw

Hananto (2015:47) di dalam bukunya menyebutkan beberapa teknik dasar dalam permainan sepak takraw, antara lain sebagai berikut:

1) Sepak Sila

Sepak sila merupakan keterampilan dasar dalam bermain sepak takraw, seperti halnya pancasila yang mempunyai “lima dasar” yang merupakan landasan dasar bagi bangsa Indonesia, begitulah kira-kira yang menggambarkan betapa

pentingya penguasaan keterampilan sepak sila dalam permainan sepak takraw. Sepak sila merupakan salah satu keterampilan dasar sepakan yang harus dikuasai setiap pemain sepak takraw, teknik dasar sepak sila sangat diperlukan oleh setiap pemain untuk menerima servis dan mengumpan pada teman satu regu dan menyelamatkan bola dari serangan lawan.

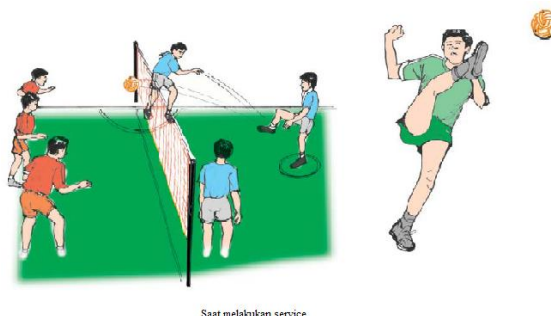


Gambar 1 Sepak Sila

(Sumber: <http://www.penasorkes.com/2019/02/jenis-jenis-sepakan-dalam-sepak-takraw.html>)

2) Sepak Mula (Servis)

Sepak mula dalam permainan sepak takraw adalah teknik dasar sepakan yang bertujuan untuk memulai suatu permainan atau pertandingan. Posisi pemain yang melakukan servis adalah tekong.



Gambar 2 Sepak Mula (Servis)

(Sumber: <https://penahitamutih.files.wordpress.com/2012/04/image010.png>)

3) Sepak Kuda (Sepak Kura)

Merupakan teknik sepakan yang menggunakan punggung kaki untuk perkenaan bola. Teknik ini digunakan untuk menyelamatkan bola dari serangan lawan, teknik dasar sepak kuda sering dilakukan ketika regu dalam keadaan terdesak dan bola dalam posisi tidak tenang.



Gambar 3 Sepak Kuda

(Sumber: <https://penahitamputih.files.wordpress.com/2012/04/servis01.gif>)

4) *Heading* (Menyundul)

Heading atau sundulan merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak takraw dimana perkenaan bola adalah di bagian dahi depan, dahi samping kiri maupun dahi samping kanan dan kepala bagian belakang. Teknik dasar ini digunakan untuk menerima bola dari pihak lawan, menyelamatkan bola dari serangan lawan.



Gambar 4 Heading

(Sumber: <https://www.wikihow.com/Play-Sepak-Takraw#/Image:Play-Sepak-Takraw-Step-7.jpg>)

5) *Smash*

Smash adalah pukulan yang utama dalam penyerangan untuk berusaha mendapatkan point untuk mencapai kemenangan. Tujuannya adalah untuk mematikan permainan dari pihak lawan. Dalam permainan sepak takraw, *smash* merupakan teknik gerakan yang memiliki tingkat kesulitan tinggi, oleh karena itu bagaimana melakukan teknik *smash* yang efektif dan efisien perlu dilatih secara rutin, konsisten dan kontinu.



Gambar 5 *Smash*

(Sumber: <https://www.gurumapel.com/2016/11/teknik-dasar-smash-roll-spike-dalam.html>)

3. Hakikat Peserta Didik

a. Pengertian Peserta Didik

M.Ramli (2015:74) menyatakan bahwa peserta didik merupakan subjek dan objek pendidikan yang memerlukan bimbingan orang lain (pendidik) untuk membantu mengembangkan potensi yang dimilikinya, serta membimbing menuju kedewasaan. Dalam Undang-Undang RI No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional disebutkan pengertian peserta didik adalah anggota masyarakat yang berusaha mengembangkan potensi diri melalui proses pembelajaran yang tersedia pada jalur, jenjang, dan jenis pendidikan tertentu.

Adapun pengertian peserta didik menurut Kirom (2017:75) yaitu orang/individu yang mendapat pelayanan pendidikan sesuai dengan bakat, minat, dan kemampuan agar tumbuh dan berkembang dengan baik serta mempunyai kepuasan dalam menerima pelajaran yang diberikan oleh pendidiknya. Dapat diambil kesimpulan bahwa pengertian peserta didik adalah anggota masyarakat yang mempunyai kepribadian yang khas dengan ciri-ciri pertumbuhan dan perkembangannya. dan peserta didik berusaha untuk mengembangkan potensi diri melalui proses pendidikan dan jalur pendidikan tertentu.

b. Karakteristik Peserta Didik

Karakteristik peserta didik atau karakteristik siswa merupakan ciri khusus yang dimiliki oleh masing-masing peserta didik baik sebagai individu atau kelompok sebagai pertimbangan dalam proses pengorganisasian pembelajaran, (Hani Hanifah, 2020). Dalam memberikan pembelajaran atau pengetahuan, seorang guru seharusnya mengetahui dan memahami karakteristik peserta didiknya, supaya

apa yang akan diajarkan, bagaimana metode pembelajarannya dapat diterima dengan baik oleh peserta didik, dan dapat dicapai tujuan yang diinginkan. Menurut Darkun (2019:83) karakteristik peserta didik merupakan ciri atau sifat yang melekat pada siswa yang menggambarkan kondisi peserta didik, contohnya kemampuan akademis yang telah dimiliki, gaya dan cara belajar serta kondisi sosial ekonomi. Karakteristik siswa dapat dikatakan sebagai keseluruhan pola perilaku dan kemampuan yang ada pada siswa sebagai hasil dari pembawaan lingkungan sosialnya, dan hasil akhirnya menentukan pola aktivitas peserta didik dalam meraih cita-citanya.

Karakteristik mencerminkan pola dan perilaku peserta didik, saat menerima pembelajaran yang dapat mempengaruhi hasil akhir dari pembelajaran tersebut. Meriyati (2015:45) menyebutkan, Ada tiga kelompok karakteristik peserta didik yang perlu diperhatikan, yaitu:

- 1) Karakteristik yang berkaitan dengan fisiologis. Karakteristik yang dapat dilihat dari jenis kelamin, kondisi fisik, usia kronologis, panca indera, tingkat kematangan, dan sebagainya.
- 2) Karakteristik yang berkaitan dengan psikologis. Karakteristik yang dimaksud dalam hal ini, meliputi: bakat, minat, motivasi, intelegensi, gaya belajar, emosi.
- 3) Karakteristik yang berkaitan dengan lingkungan. Karakteristik ini meliputi: etnis, kondisi sosial ekonomi, kebudayaan, dll

Segala sesuatu yang memperlihatkan perilaku peserta didik saat menerima pembelajaran dan pengetahuan dapat dikatakan sebagai karakteristik. Karakteristik juga dapat menunjukkan bagaimana kondisi peserta didik yang sebenarnya.

Berdasarkan pengertian dari Purwanto (2019:9), karakteristik peserta didik dapat berasal dari beberapa komponen, antara lain:

1) Kemampuan Awal

Kemampuan awal disini berarti kondisi pengetahuan dan keterampilan siswa pada saat awal sebelum menuju proses penerimaan pembelajaran yang akan datang, sesuai dengan harapan guru supaya dapat tercapai oleh siswa.

2) Bakat

Bakat adalah keadaan dasar atau bawaan ilmiah yang sudah melekat dalam diri seseorang, terbawa dari sejak lahir dan terkait dengan struktur otaknya. Bakat ini salah satu karakteristik yang tentunya dapat mempengaruhi keberhasilan penerimaan pembelajaran.

3) Motivasi

Seseorang dengan motivasi tinggi biasanya akan mempunyai dorongan yang lebih tinggi untuk mencapai sesuatu yang sedang diusahakan. Motivasi ini dapat berasal dari diri sendiri (internal) dan dari luar (eksternal).

4) Gaya Belajar

Gaya belajar (Dunn & Dunn) merupakan kumpulan karakteristik pribadi yang membuat suatu pembelajaran efektif untuk beberapa orang dan tidak efektif untuk orang lain. Gaya belajar berisi cara penerimaan informasi pembelajaran dengan tingkat penerimaan optimal dibandingkan dengan cara yang lain.

5) Retensi

Retensi merupakan kemampuan untuk mengingat materi.

6) Kesulitan Belajar

Kondisi adanya hambatan dalam mencapai suatu perubahan suatu hal (contoh: sikap, pengetahuan, keterampilan).

Kondisi dan hal-hal seperti yang disebutkan diatas dapat menghasilkan karakteristik tersendiri untuk peserta didik. Setiap anak akan mempunyai karakteristik dasar yang berbeda, bahkan seperti halnya anak kembar yang identik pun mereka memiliki karakteristik yang berbeda, dan kembali kepada pengajar apakah mampu memahami karakteristik peserta didik sehingga peserta didik dapat menerima dan mempunyai atau menguasai suatu pengetahuan maupun keterampilan. Karakteristik peserta didik pada umumnya tentu sangat beragam, seperti contohnya yang disebutkan didalam Meriyati (2015:12), contoh beberapa karakteristik peserta didik, yaitu: senang bermain, selalu ingin tahu, mudah terpengaruh, suka meniru, manja, berani, kreatif, keras kepala, suka berkhayal, emosi, senang dipuji, ingin bebas, suka mengganggu, mendambakan kasih sayang dan rasa aman, selalu ingin mencoba, ingin diperhatikan, punya sifat polos, suka menentang, egois dan banyak lagi.

Untuk anak usia SMA tentunya karakteristiknya jauh lebih menonjol dibandingkan anak-anak yang menginjak usia dini, karena pada saat anak usia SMA, anak sudah berada pada masa remaja (12-21 tahun). Pada masa remaja ini masa peralihan terjadi yaitu dari masa kehidupan anak-anak menuju masa kehidupan orang dewasa. Menurut (Meriyati, 2015) masa remaja ini dikenal dengan masa pencarian jati diri (*ego identity*), beliau menyebutkan bahwa masa remaja atau anak usia SMA ditandai dengan karakteristik penting, yaitu:

- 1) Mencapai hubungan yang matang dengan teman sebaya
- 2) Dapat menerima dan belajar peran sosial sebagai pria atau wanita dewasa yang dijunjung tinggi oleh masyarakat
- 3) Menerima keadaan fisik dan mampu menggunakannya secara efektif
- 4) Mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan orang dewasa lainnya
- 5) Memilih dan mempersiapkan karir di masa depan sesuai dengan minat dan kemampuannya
- 6) Mengembangkan sikap positif terhadap pernikahan, hidup berkeluarga dan memiliki anak
- 7) Mengembangkan keterampilan intelektual dan konsep-konsep yang diperlukan sebagai warga negara
- 8) Mencapai tingkah laku yang bertanggung jawab secara sosial
- 9) Memperoleh seperangkat nilai dan system etika sebagai pedoman dalam bertingkah laku

Disini dapat diambil kesimpulan bahwa karakteristik peserta didik, adalah kondisi yang menunjukkan dan mencerminkan perilaku, pola atau sifat yang ditunjukkan dalam penerimaan proses belajar untuk mencapai penguasaan pengetahuan maupun keterampilan. Pada anak usia SMA atau dapat dikatakan masa remaja dengan karakteristik seperti yang dijelaskan diatas, harusnya sudah memiliki tingkat kematangan dan kesiapan yang lebih tinggi dalam penerimaan ilmu baru, sehingga harapan dan peluang untuk mencapai suatu puncak tingkat pengetahuan dan keterampilan.

4. Hakikat Kelas Khusus Olahraga (KKO)

a. Pengertian Kelas Khusus Olahraga

Kelas olahraga merupakan kegiatan ko-kurikuler yang diharapkan dapat meningkatkan minat dan menyalurkan bakat siswa untuk menjadi atlet potensial di masa yang akan datang. Kegiatan ini juga sebagai upaya-upaya memantapkan implementasi kurikulum yang berbasis kompetensi, karena kelas olahraga nantinya diharapkan dapat menghasilkan siswa yang berpotensi untuk menjadi atlet andalan yang didukung dengan program latihan yang teratur, (Kemendiknas, 2010). Menurut Undang-Undang No.3 Tahun 2005 ayat (6) menyatakan bahwa kelas khusus adalah kelas yang disediakan dalam satuan pendidikan untuk menampung para peserta didik yang berbakat dalam bidang olahraga tertentu.

Pendapat lain tentang Kelas Khusus Olahraga (KKO) menurut Sumaryana, (2015:12) KKO adalah rombongan belajar khusus yang peserta didiknya memiliki bakat istimewa di bidang olahraga diberikan secara khusus dan proporsional sesuai dengan minat dan bakat istimewa yang dimiliki oleh peserta didik. Ada pendapat lain yaitu Mahendra (2017:97) yang menyatakan bahwa Kelas Khusus Olahraga (KKO) atau kelas olahraga adalah sebuah model pembinaan yang dilaksanakan di sekolah target yang melibatkan sekelompok siswa yang teridentifikasi "berbakat" olahraga (memiliki keunggulan olahraga) dalam lingkup sekolah.

Dari pengertian diatas dapat disimpulkan bahwa Kelas Khusus Olahraga (KKO) merupakan kegiatan kokurikuler yang berbasis kompetensi yang bertujuan untuk mengembangkan minat dan bakat peserta didik di bidang olahraga karena

nantinya kelas khusus olahraga diharapkan dan dapat menghasilkan atlet andalan dimasa yang akan datang.

b. Tujuan Kelas Khusus Olahraga

Suatu program dipastikan mempunyai tujuan yang ingin dicapai, tak terkecuali program kelas olahraga. Berdasarkan pengertian dari Khodari (2016:127) Kelas Khusus Olahraga (KKO) bertujuan untuk membina dan mengembangkan bakat dan minat siswa dalam bidang olahraga, meningkatkan mutu akademis dan prestasi olahraga, meningkatkan kemampuan sekolah dalam membina dan mengembangkan kegiatan keolahragaan.

Pembinaan bagi siswa yang memiliki bakat minat serta prestasi di bidang olahraga ini dilakukan melalui program pembinaan Kelas Khusus Olahraga (KKO). Program ini diarahkan untuk penyaringan bibit unggul dan pembentukan siswa agar menjadi atlet yang berprestasi. Menurut UU No. 34 tahun 2006 dalam (Indonesia, 2005) menjelaskan secara terperinci tujuan dari pembinaan KKO sebagai berikut:

- 1) Mendapatkan peserta didik yang berhasil mencapai prestasi puncak di bidang ilmu pengetahuan dan teknologi, estetika dan olahraga, pada tingkat satuan pendidikan, Kabupaten/Kota, provinsi, nasional dan internasional.
- 2) Memotivasi sebanyak mungkin peserta didik pada umumnya untuk juga ikut bersaing mencapai prestasi optimal sesuai dengan potensi dan kekuatan masing-masing, sehingga dan pembinaan tersebut tidak hanya sekedar mampu menghasilkan peserta didik dengan prestasi puncak, tetapi juga dengan meningkatkan prestasi rata-rata peserta didik, dan,
- 3) Mengembangkan budaya masyarakat yang apresiatif terhadap prestasi di bidang

pendidikan.

Berdasarkan dari pendapat di atas dapat diambil kesimpulan bahwa tujuan dari Kelas Khusus Olahraga adalah mengembangkan minat dan bakat peserta didik di bidang pendidikan supaya dapat disalurkan dan diarahkan menuju pencapaian prestasi.

B. Hasil Penelitian Relevan

Penelitian yang relevan dapat digunakan sebagai acuan, supaya penelitian yang sedang dilaksanakan mempunyai gambaran dan alur yang jelas. Beberapa penelitian terdahulu yang relevan dengan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Sudarno (2016) dengan judul “Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Takraw Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016”, Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen tahun 2015/2016. Metode yang digunakan penelitian ini adalah metode survei, sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini mendapat kesimpulan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Kradenan Karanggayam Kebumen berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 36% (9 siswa), “sedang” sebesar 40% (10 siswa), “tinggi” sebesar 12% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 12% (3 siswa).

2. Penelitian yang dilakukan oleh Arief Nugroho Liestiyanto (2015) dengan judul “Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepak Takraw Siswa Peserta

Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SD Negeri Bejiyurung Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen” Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Bejiyurung Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan penelitian ini adalah metode survei, sedangkan teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Penelitian ini mendapat kesimpulan bahwa tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw di SD Negeri Bejiyurung Kec. Sempor Kab. Kebumen dapat diketahui bahwa siswa yang mengikuti keterampilan bermain sepak takraw sebanyak 3 siswa atau 10% yang mempunyai kategori sangat baik, 6 siswa atau 20% berkategori tinggi, 11 siswa atau 37% berkategori sedang dan 10 atau 135 siswa berkategori kurang, serta 0% atau tidak ada siswa yang untuk ketegori sangat kurang dalam bermain sepak takraw.

C. Kerangka Berfikir

Sepak takraw terdiri atas beberapa keterampilan dasar, seperti sepak sila, sepak mula, *heading*, *smash*. Keterampilan dasar tersebut menjadi penentu apakah seorang pemain sepak takraw bisa menjadi pemain yang baik atau tidak. Namun, di SMA Negeri 1 Tanjungsari, dimana di dalam sekolah tersebut tersedia Kelas Khusus Olahraga (KKO), dan ada kegiatan ekstrakurikuler untuk cabang sepak takraw dengan keterbatasan sarana prasarana yang kurang mendukung jalannya sepak takraw, program latihan yang monoton memberikan dampak bagi keterampilan dasar sepak takraw peserta didik KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari

khususnya yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler cabang sepak takraw. Peserta didik masih terlihat kesulitan dan belum maksimal pada saat melakukan keterampilan dasar.

Berdasarkan hal tersebut maka perlu diketahui sejauh mana tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari, dengan dilaksanakannya penelitian untuk mengetahui tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan berusaha mendeskripsikan informasi yang ada sesuai dengan variabel yang diteliti. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang bertujuan untuk menyajikan gejala, fakta, atau peristiwa secara sistematis dan akurat berdasarkan karakteristik suatu populasi atau wilayah tertentu. Metode penelitian kuantitatif adalah metode penelitian yang berdasarkan pada filsafat positivisme, digunakan untuk meneliti pada populasi atau sampel tertentu, pengumpulan data menggunakan instrument penelitian, analisis data bersifat kuantitatif, dengan tujuan untuk menguji hipotesis yang telah ditetapkan, (Sugiyono, 2013). Penelitian ini dilaksanakan dengan menggunakan metode survey. Metode survey digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu yang alamiah (bukan buatan), tetapi peneliti melakukan perlakuan dalam pengumpulan data, misalnya dengan mengedarkan kuisisioner, test, wawancara terstruktur dan sebagainya perlakuan tidak seperti dalam eksperimen), (Sugiyono, 2013). Untuk teknik dan pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dengan sasaran peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMA Negeri 1 Tanjungsari, tepatnya dengan jumlah 25 peserta didik. Penelitian ini dilakukan pada bulan Mei-Juni 2022.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2013). Populasi bukan hanya mengenai kuantitas atau jumlah dalam bentuk angka disuatu obyek. Namun populasi meliputi seluruh karakteristik/sifat yang dimiliki oleh subyek atau obyek tersebut. Contohnya dokter, dokter menggunakan darah sebagai bahan penelitian. Darah pada setiap manusia merupakan populasi, dan sebagian darah yang digunakan untuk penelitian disebut sampel. Sesuai dengan pernyataan tersebut populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari.

2. Sampel

Sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Bila populasi besar dan peneliti tidak mungkin mempelajari semua yang ada pada populasi, misalnya karena keterbatasan dana, tenaga dan waktu, maka peneliti dapat menggunakan sampel yang diambil dari populasi itu, (Sugiyono, 2013). Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 27 peserta didik dari total keseluruhan peserta didik KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari dengan kondisi 2 orang tidak mengikuti pelaksanaan tes untuk penelitian sehingga dihasilkan hanya 25 orang yang mengikuti tes untuk penelitian ini.

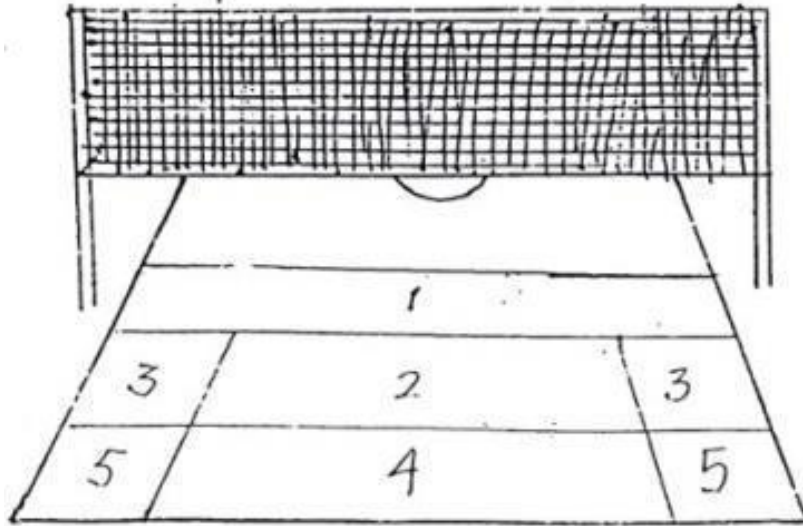
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel merupakan satu hal penting yang perlu diketahui, untuk mendapatkan hasil penelitian sesuai dengan yang diharapkan. Variabel yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) SMA Negeri 1 Tanjungsari. Definisi operasionalnya yaitu tingkat keterampilan peserta didik KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari, dalam permainan sepak takraw. Dalam penelitian ini, diartikan sebagai jumlah skor atau angka yang diperoleh dalam melakukan tes keterampilan bermain sepak takraw.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk melakukan penelitian dengan menggunakan suatu metode. Teknik yang digunakan untuk memperoleh data dalam penelitian ini adalah menggunakan tes dan pengukuran. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini yaitu instrumen oleh M.Husni Tamrin Tahun 2010. Tes ini meliputi sepak mula, sepak sila, sepak kuda, *heading*, dan *smash*. Adapun bentuk instrumen dan satuan pengukurannya adalah:

1. Lapangan yang digunakan untuk tes adalah sebagai berikut:



Gambar 6 Lapangan Sepak Takraw Untuk Tes Keterampilan Dasar
(Yudanto, 2021)

2. Ketentuan Umum

- a. Pelaksanaan tes harusurut sesuai dengan butir urutan tes
- b. Ukuran lapangan serta alat yang digunakan sesuai dengan peraturan yang berlaku.
- c. Bola yang digunakan berukuran standar, baik yang terbuat dari rotan maupun yang dibuat dari plastic
- d. Sebelum melakukan tes diadakan percobaan
- e. Sebelum melakukan tes, peserta melakukan pemanasan sendiri selama 3-5 menit.
- f. Peserta harus menggunakan sepatu

3. Tes Sepak Mula

- a. Tujuan : Servis untuk memulai permainan

- b. Perlengkapan: (1) bola takraw, (2) lapangan yang sudah ditandai dengan nilai, (3) alat tulis menulis, dan (4) net
- c. Petugas: (1) penghitung frekuensi sepak mula oleh peserta dan (2) pencatat hasil
- d. Petunjuk Pelaksanaan Tes:
 - 1) Sepak mula dilakukan dalam lingkaran servis dengan berdiri pada salah satu kaki dalam garis lingkaran
 - 2) Aba-aba “mulai” dengan melempar bola sendiri. Peserta melakukan sepak mula diarahkan ke lapangan yang telah ditandai dengan angka (nilai). Angka satu (1) adalah nilai terendah dan angka lima (5) nilai tertinggi.
 - 3) Setiap peserta melakukan sepak mula dalam tiga (3) kali percobaan, setiap percobaan dengan frekuensi 10 kali. Waktu istirahat peserta adalah saat menunggu giliran melakukan sepak mula pada percobaan berikutnya.
 - 4) Skor terakhir yang dicatat adalah jumlah angka yang diperoleh dalam 10 kali tiap kesempatan

4. Tes Sepak Sila

- a. Tujuan : memainkan bola dengan menggunakan kaki bagian dalam untuk menerima, menguasai, mengumpan, serta menyelamatkan bola dari serangan lawan
- b. Perlengkapan: (1) bola takraw, (2) stopwatch, dan (3) alat tulis.
- c. Petugas: (1) menghitung frekuensi sepak sila yang dilakukan peserta dan, (2)
- d. pencatat hasil
- e. Petunjuk Pelaksanaan Tes:

- 1) Sepak sila dilakukan pada tempat yang telah ditentukan
- 2) Aba-aba “mulai” peserta melakukan sepak sila, petugas mulai menghidupkan *stopwatch* serta menghitung frekuensi sepak sila peserta
- 3) Sepak sila dihitung setelah sepakan bola pertama (sepakan pertama tidak dihitung)
- 4) Jika bola jatuh dan waktu masih ada, peserta boleh melakukan sepak sila dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama
- 5) Aba-aba “berhenti”, *stopwatch* dimatikan dan peserta menghentikan sepak sila
- 6) Setiap peserta melakukan sepak sila dalam tiga (3) kali percobaan, dengan waktu satu (1) menit. Waktu istirahat peserta adalah saat menunggu giliran melakukan sepak mula pada percobaan berikutnya.
- 7) Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi sepak sila dalam satu (1) menit pada tiap percobaan

5. Tes Sepak Kuda

- a. Tujuan: memainkan bola dengan menggunakan punggung kaki untuk bola yang datangnya rendah dan kencang, menyelamatkan dari serangan lawan, mengawal dan menguasai bola.
- b. Perlengkapan: (1) bola takraw, (2) *stopwatch*, dan (3) alat tulis.
- c. Petugas: (1) menghitung frekuensi sepak kuda yang dilakukan peserta dan, (2) pencatat hasil
- d. Petunjuk Pelaksanaan Tes:
 - 1) Sepak kuda dilakukan pada tempat yang telah ditentukan

- 2) Aba-aba “mulai” peserta melakukan sepak kuda, petugas mulai menghidupkan *stopwatch* serta menghitung frekuensi sepak kuda peserta
- 3) Sepak kuda dihitung setelah sepakan bola pertama (sepakan pertama tidak dihitung)
- 4) Jika bola jatuh dan waktu masih ada, peserta boleh melakukan sepak kuda dan hitungan dilanjutkan lagi setelah sepakan pertama
- 5) Aba-aba “berhenti”, *stopwatch* dimatikan dan peserta menghentikan sepak sila
- 6) Setiap peserta melakukan sepak kuda dalam tiga (3) kali percobaan, dengan waktu satu (1) menit
- 7) Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi sepak kuda dalam satu (1) menit pada tiap percobaan

6. *Heading*

- a. Tujuan: memainkan bola dengan kepala, menyelamatkan, memberi umpan kepada teman, serta untuk menyerang
- b. Perlengkapan: (1) bola takraw, (2) *stopwatch*, dan (3) alat tulis.
- c. Petugas: (1) menghitung frekuensi *heading* yang dilakukan peserta dan, (2) pencatat hasil
- d. Petunjuk Pelaksanaan Tes:
 - 1) *Heading* dilakukan pada tempat yang telah ditentukan
 - 2) Aba-aba “mulai”, peserta melakukan *heading*, dengan tinggi pantulan kira-kira sepanjang tungkai kaki bawah (betis), petugas mulai menghidupkan *stopwatch* serta menghitung frekuensi *heading* peserta

- 3) *Heading* dihitung setelah pantulan bola pertama (pantulan pertama tidak dihitung)
- 4) Jika bola jatuh dan waktu masih ada, peserta boleh melakukan *lagi* dan hitungan dilanjutkan lagi setelah pantulan bola pertama
- 5) Aba-aba “berhenti”, *stopwatch* dimatikan dan peserta menghentikan *heading*
- 6) Setiap peserta melakukan *heading* dalam tiga (3) kali percobaan, tiap percobaan selama satu (1) menit, waktu istirahat peserta adalah saat menunggu melakukan *heading* pada percobaan berikutnya
- 7) Skor yang dicatat adalah jumlah frekuensi *heading* dalam satu (1) menit pada tiap percobaan.

7. Tes *Smash*

- a. Tujuan: menyerang lawan
- b. Perlengkapan: (1) bola takraw, (2) alat tulis, (3) lapangan yang sudah ditandai dengan nilai (angka), dan (4) net
- c. Petugas: (1) menghitung frekuensi *smash* peserta, (2) mencatat hasil, dan (3) *judge*
- d. Petunjuk Pelaksanaan Tes:
 - 1) *Smash* dilakukan di depan net
 - 2) Bola dilemparkan/dilambungkan sendiri oleh peserta setelah aba-aba “mulai”
 - 3) *Smash* diarahkan ke lapangan yang telah ditandai dengan angka-angka (nilai)
 - 4) Saat melakukan *smash*, kedua kaki harus lepas dari lantai

- 5) Setiap peserta melakukan *smash* sebanyak sepuluh (10) kali dalam tiga kali percobaan. Waktu istirahat peserta adalah saat menunggu giliran melakukan *smash* pada percobaan berikutnya
- 6) Skor yang dicatat adalah jumlah nilai yang diperoleh dalam sepuluh (10) kali melakukan *smash* pada tiap percobaan

F. Validitas dan Realibilitas Instrumen

Karena Instrumen merupakan hasil adopsi dari instrumen oleh M.Husni Thamrin, maka sudah diketahui nilai validitas dan realibilitas, sebagai berikut: Tes keterampilan bermain sepak takraw putra: 1) Sepak mula (Validitas 0,460); 2) Sepak sila (Validitas 0,531); 3) Sepak kuda (Validitas 0,643); 4) *heading* (Validitas 0,588); dan 5) *smash* (Validitas 0,409); sedangkan reliabilitas 0,810.

G. Teknik Analisis Data

Setelah data terkumpul, selanjutnya dilakukan analisis data supaya hasil akhir dari data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. (Arikunto, 2013) menyatakan bahwa: penelitian deskriptif dengan pendekatan kuantitatif, maka teknik analisis yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif presentase, Sugiyono (2015:112). Rumus tersebut sebagai berikut Sudijono (2015:40) :

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

Keterangan :

P = Presentasi yang dicari (Frekuensi Relatif)

F = Frekuensi

N = Jumlah Responden

Hasil kasar masing-masing item tersebut dirubah dalam *T-score*. Berikut ini rumus untuk mencari *T-score*:

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

Keterangan:

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

Hasil *T-Score* menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi. Untuk mengetahui batas nilai T Skor tiap masing-masing kategori, yaitu menggunakan skor baku (T Skor). Untuk memudahkan dalam mendistribusikan data digunakan skor baku (T Skor) dengan penilaian 5 kategori. Menurut (Azwar, 2016) penilaian dengan 5 kategori adalah sebagai berikut:

Tabel 1 Tabel Norma Pengkategorian

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	$M - 1,5 SD \leq X < M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X < M - 1,5 SD$	Kurang Sekali

Keterangan :

- X = Total jawaban responden
 M = Mean (rerata)
 SD = Standar deviasi

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian tentang tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Penelitian ini dilakukan pada 01 Juni – 07 Juni 2022 dan diperoleh responden sebanyak 25 peserta didik. Dari hasil di atas akan dideskripsikan sebagai berikut:

1. Deskripsi Tingkat Keterampilan Sepak Mula dalam Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

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

Tabel 2 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Sepak Mula

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	50.16
<i>Median</i>	49.00
<i>Mode</i>	49.00
<i>Std. Deviation</i>	10.08167
<i>Minimum</i>	26.00
<i>Maximum</i>	71.00

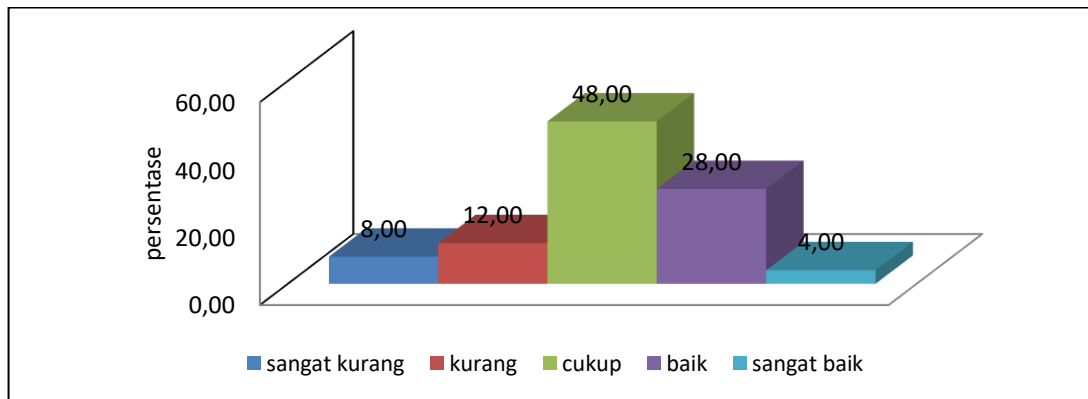
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan sepak mula dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari dengan rerata (*mean*) sebesar 50,16, nilai tengah (*median*) sebesar 49, nilai sering muncul (*mode*) sebesar 49, dan standar deviasi sebesar 10,08. Sedangkan skor tertinggi (*maximam*) sebesar 71, dan skor terendah (*minimum*) sebesar 26. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan sepak mula dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus

Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 3 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak Mula

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$65,28 < X$	1	4,00	Sangat Tinggi
2	$55,20 < X \leq 65,28$	7	28,00	Tinggi
3	$45,12 < X \leq 55,20$	12	48,00	Sedang
4	$35,04 < X \leq 45,12$	3	12,00	Rendah
5	$X \leq 35,04$	2	8,00	Sangat Rendah
Jumlah		25	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan sepak mula dan sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 12 orang atau 48,00%. Tingkat keterampilan sepak mula dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 1 orang atau 4,00%, tinggi 7 orang atau 28%, sedang 12 orang atau 48,00%, rendah 3 orang atau 12,00% dan sangat rendah 2 orang atau 8,00%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan sepak mula dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari:



Gambar 7 Diagram Batang Sepak Mula

2. Deskripsi Tingkat Keterampilan Sepak sila dalam Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tangjungsari

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

Tabel 4 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Sepak sila

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	49,84
<i>Median</i>	49,00
<i>Mode</i>	49,00
<i>Std. Deviation</i>	9,96945
<i>Minimum</i>	27,00
<i>Maximum</i>	82,00

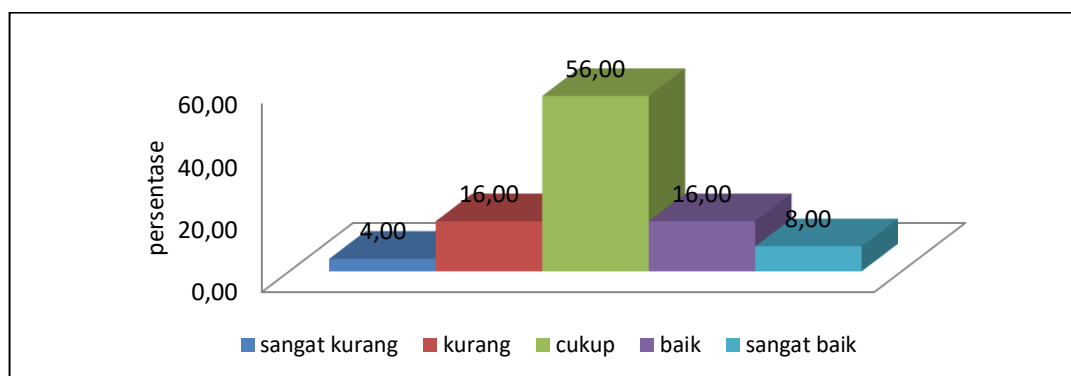
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan sepak sila dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tangjungsari dengan rerata (*mean*) sebesar 49,84, nilai tengah (*median*) sebesar 49, nilai sering muncul (*modus*) sebesar 49 dan simpangan baku (*standar deviation*) sebesar 9,97. Sedangkan skor tertinggi (*maximum*) sebesar 82 dan skor terendah (*minimum*) sebesar 27. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan sepak sila dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus

Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 5 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak sila

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$64,78 < X$	2	8,00	Sangat Tinggi
2	$54,82 < X \leq 64,78$	4	16,00	Tinggi
3	$44,86 < X \leq 54,82$	14	56,00	Sedang
4	$34,90 < X \leq 44,86$	4	16,00	Rendah
5	$X \leq 34,90$	1	4,00	Sangat Rendah
Jumlah		25	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan sepak sila dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 14 orang atau 56,00%. Tingkat keterampilan sepak sila dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 2 orang atau 8,00%, tinggi 4 orang atau 16%, sedang 14 orang atau 56,00%, rendah 4 orang atau 16,00% dan sangat sangat rendah 1 orang atau 4,00%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan sepak sila dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari:



Gambar 8 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepak sila

3. Deskripsi Tingkat Keterampilan Sepak kuda dalam Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

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

Tabel 6 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Sepak Kuda

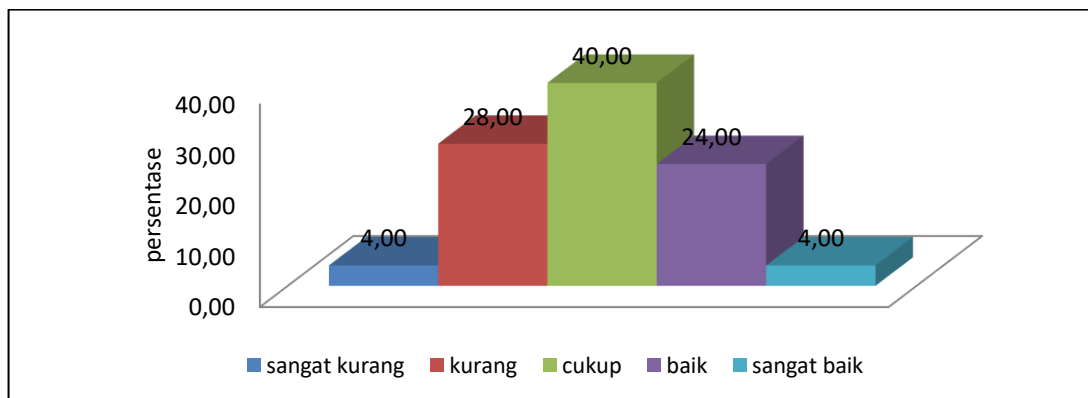
Statistik	Skor
<i>Mean</i>	49,88
<i>Median</i>	52,00
<i>Mode</i>	40,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	9,86712
<i>Minimum</i>	31,00
<i>Maximum</i>	71,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan sepak kuda dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari dengan rerata (*mean*) sebesar 49,88, nilai tengah (*median*) sebesar 52, nilai sering muncul (*mode*) sebesar 40 dan simpangan baku sebesar (*Standart deviation*) 9,87. Sedangkan skor tertinggi (*maxium*) sebesar 71 dan skor terendah (*minimum*) sebesar 31. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan sepak kuda dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 7 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepak kuda

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$64,69 < X$	1	4,00	Sangat Tinggi
2	$54,82 < X \leq 64,69$	6	24,00	Tinggi
3	$44,95 < X \leq 54,82$	10	40,00	Sedang
4	$35,08 < X \leq 44,95$	7	28,00	Rendah
5	$X \leq 35,08$	1	4,00	Sangat Rendah
Jumlah		25	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan sepak kuda dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 10 orang atau 40,00%. Tingkat keterampilan sepak kuda dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 1 orang atau 4,00%, tinggi 6 orang atau 24%, sedang 10 orang atau 40,00%, rendah 7 orang atau 28,00% dan sangat rendah 1 orang atau 4,00%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan sepak kuda dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari:



Gambar 9 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Sepak kuda

4. Deskripsi Tingkat Keterampilan *Heading* dalam Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

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

Tabel 8 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Heading

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	49,92
<i>Median</i>	48,00
<i>Mode</i>	45,00
<i>Std. Deviation</i>	10,11154
<i>Minimum</i>	30,00
<i>Maximum</i>	73,00

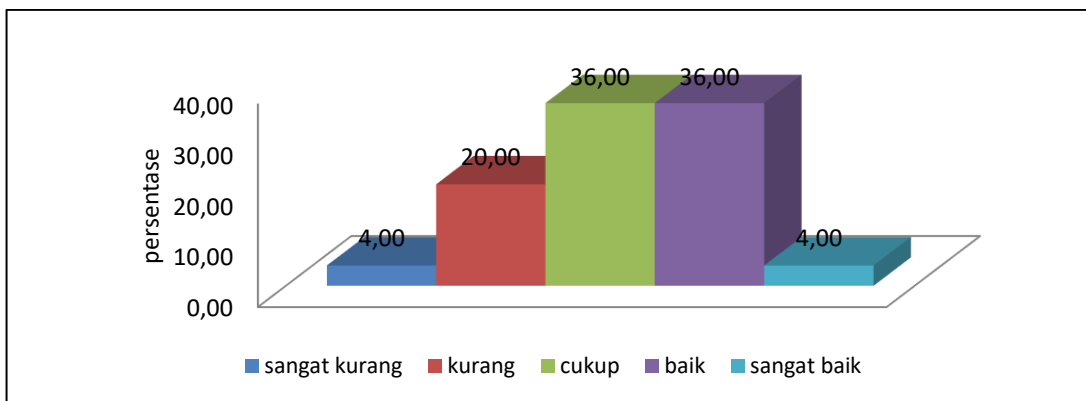
Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan *heading* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari dengan rerata (*mean*) sebesar 49,92, nilai tengah (*median*) sebesar 48, nilai sering muncul (*mode*) sebesar 45 dan simpangan baku (*std. deviation*) sebesar 10,11. Sedangkan skor tertinggi (*maximum*) sebesar 73 dan skor terendah (*minimum*) sebesar 30. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *heading* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 9 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Heading

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$65,09 < X$	1	4,00	Sangat Tinggi
2	$54,98 < X \leq 65,09$	9	36,00	Tinggi
3	$44,87 < X \leq 54,98$	9	36,00	Sedang
4	$34,76 < X \leq 44,87$	5	20,00	Rendah
5	$X \leq 34,76$	1	4,00	Sangat Rendah
Jumlah		25	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *heading* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah tinggi dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada

kategori tinggi sebesar 9 orang atau 36,00%. Tingkat keterampilan *heading* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 1 orang atau 4,00%, tinggi 9 orang atau 36,00%, sedang 9 orang atau 36,00%, rendah 5 orang atau 20,00% dan sangat sangat rendah 1 orang atau 4,00%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan *heading* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari:



Gambar 10 Diagram Batang Tingkat Keterampilan *Heading*

5. Deskripsi Tingkat Keterampilan *Smash* Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

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

Tabel 10 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan *Smash*

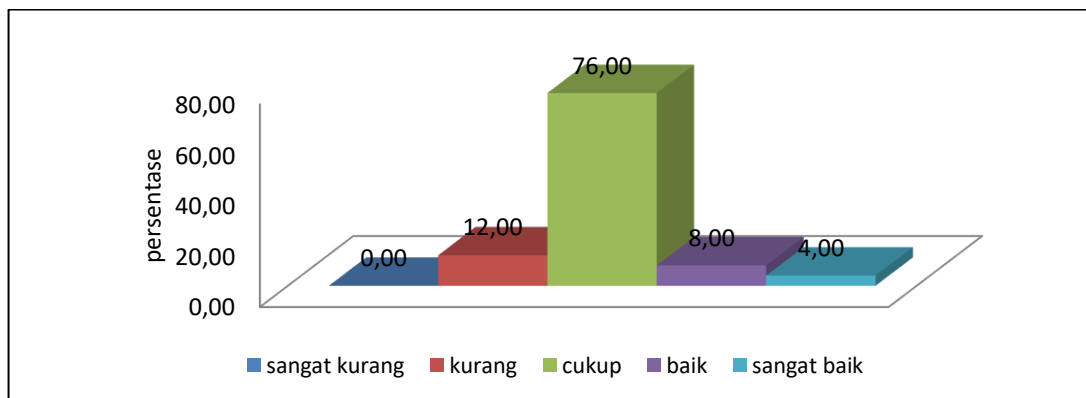
Statistik	Skor
<i>Mean</i>	49,96
<i>Median</i>	49,00
<i>Mode</i>	45,00
<i>Std. Deviation</i>	10,0684
<i>Minimum</i>	35,00
<i>Maximum</i>	83,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan *smash* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari dengan rerata sebesar 49,96, nilai tengah sebesar 49, nilai sering muncul sebesar 45 dan simpangan baku sebesar 10,07. Sedangkan skor tertinggi sebesar 83 dan skor terendah sebesar 35. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan *smash* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 11 Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Smash*

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$65,07 < X$	1	4,00	Sangat Tinggi
2	$55,00 < X \leq 65,07$	2	8,00	Tinggi
3	$44,93 < X \leq 55,00$	19	76,00	Sedang
4	$34,86 < X \leq 44,93$	3	12,00	Rendah
5	$X \leq 34,86$	0	0,00	Sangat Rendah
Jumlah		25	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan *smash* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 19 orang atau 76,00%. Tingkat keterampilan *smash* dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 1 orang atau 4,00%, tinggi 2 orang atau 8,00%, sedang 19 orang atau 76,00%, rendah 3 orang atau 12,00% dan sangat sangat rendah 0 orang atau 0,00%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan *smash* sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari:



Gambar 11 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Smash

6. Deskripsi Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tangjursari

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

Tabel 12 Deskripsi Statistik Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tangjursari

Statistik	Skor
<i>Mean</i>	250,1600
<i>Median</i>	246,0000
<i>Mode</i>	238,00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	42,68263
<i>Minimum</i>	149,00
<i>Maximum</i>	369,00

Dari data di atas dapat dideskripsikan tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tangjursari dengan rerata (*mean*) sebesar 250,16, nilai tengah (*median*) sebesar 246, nilai sering muncul (*modus*) sebesar 238 dan simpangan baku (sebesar 42,68. Sedangkan skor tertinggi sebesar 369 dan skor terendah sebesar 149. Dari hasil tes maka dapat dikategorikan tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada

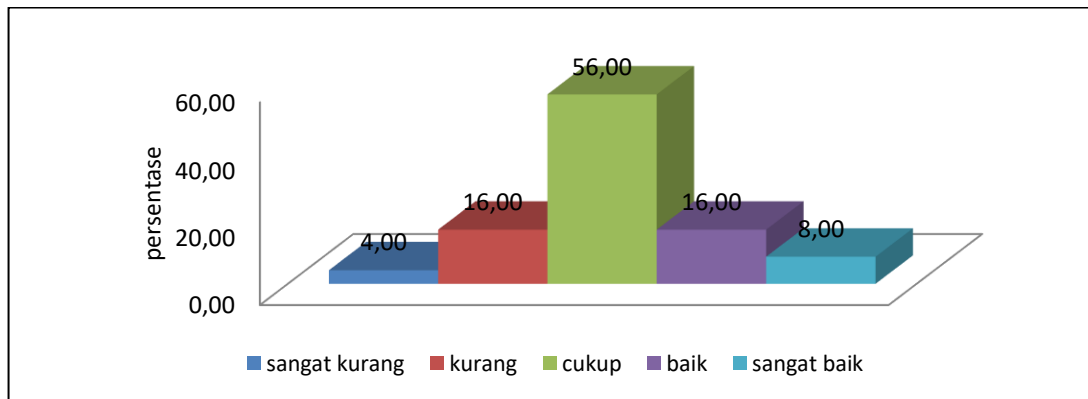
peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari.

Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 13 Kategorisasi Tingkat Keterampilan Dasar bermain Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

No	Interval	Frekuensi	Persentase (%)	Kategori
1	$314,18 < X$	2	8,00	Sangat Tinggi
2	$271,50 < X \leq 314,18$	4	16,00	Tinggi
3	$228,82 < X \leq 271,50$	14	56,00	Sedang
4	$186,14 < X \leq 228,82$	4	16,00	Rendah
5	$X \leq 186,14$	1	4,00	Sangat Rendah
Jumlah		25	100	

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 14 orang atau 56,00%. Tingkat keterampilan dasar bermain dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 2 orang atau 8,00%, tinggi 4 orang atau 16,00%, sedang 14 orang atau 56,00%, rendah 4 orang atau 16,00% dan sangat sangat rendah 1 orang atau 4,00%. Berikut adalah grafik tingkat keterampilan dasar bermain dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari:



Gambar 12 Diagram Batang Tingkat Keterampilan Dasar bermain Sepak Takraw Pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari

B. Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian tentang tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari diperoleh hasil bahwa tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 14 orang atau 56,00%. Tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 2 orang atau 8,00%, tinggi 4 orang atau 16,00%, sedang 14 orang atau 56,00%, rendah 4 orang atau 16,00% dan sangat sangat rendah 1 orang atau 4,00%.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari memiliki tingkat keterampilan yang sedang. Keadaan ini menunjukkan bahwa hasil penelitian sesuai dengan keterbatasan dan permasalahan yang ada di lapangan. Rendahnya tingkat akurasi sepak mula dan *passing* dalam

bermain sepak takraw menjadi salah satu gambaran tingkat keterampilan peserta didik. Keadaan ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan kategori sedang pada keterampilan sepak mula masih dalam kategori sedang. Tingkat keterampilan teknik dasar sepak sila dan sepak kuda juga menunjukkan hasil pada kategori sedang. Keadaan ini sesuai dengan keadaan di lapangan bahwa peserta didik merasakan kesulitan dalam melakukan teknik dasar tersebut.

Selain itu, tingkat keterampilan menyundul dan smash merupakan salah satu keterampilan yang memiliki tingkat kesulitan yang lebih. Keterampilan smash merupakan keterampilan yang mengharuskan adanya gerakan yang lebih ekstrim dan lebih sulit dibandingkan dengan keterampilan dasar lainnya. Keadaan ini sedikit berbeda di mana hasil penelitian keterampilan menyundul menunjukkan kategori tinggi. Keterampilan menyundul lebih mudah dilakukan oleh peserta didik yang dimungkinkan karena bola takraw lebih dekat dengan mata sehingga koordinasi dalam melakukan teknik dasar tersebut lebih mudah dilakukan.

Sedangkan secara keseluruhan bahwa keterampilan dasar bermain sepak takraw peserta didik di KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari masih berkategori sedang. Keadaan ini tentunya menunjukkan bahwa kualitas peserta didik Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari masih belum maksimal. Keadaan ini tentunya menjadi evaluasi bahwa kelas khusus olahraga adalah kelas yang memang dikhususkan bagi peserta didik yang memiliki bakat bermain sepak takraw. Akan tetapi, keadaan di lapangan tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta didik belum maksimal.

Mahendra (2017:97) yang menyatakan bahwa Kelas Khusus Olahraga (KKO) atau kelas olahraga adalah sebuah model pembinaan yang dilaksanakan di sekolah target yang melibatkan sekelompok peserta didik yang teridentifikasi "berbakat" olahraga (memiliki keunggulan olahraga) dalam lingkup sekolah. Sejalan dengan pendapat tersebut menunjukkan bahwa keterampilan dasar bermain sepak takraw peserta didik masih perlu ditingkatkan untuk dapat mewujudkan dan menunjukkan bahwa mereka adalah peserta didik kelas khusus olahraga. Peserta didik KKO merupakan peserta didik yang harus memiliki bakat dan memiliki proses pembinaan untuk meraih prestasi secara maksimal di jenjang Pendidikan maupun di jenjang non Pendidikan.

Berdasarkan pengertian dari I Ketut Semarayasa (2016; 35) bahwa faktor teknik dalam permainan sepak takraw merupakan faktor penting yang harus diperhatikan, karena dengan memiliki teknik yang baik dan benar akan berdampak pada produktivitas dan efektivitas baik penyerangan maupun pertahanan dalam bermain sepak takraw. Sejalan dengan pendapat tersebut menunjukkan bahwa keterampilan teknik dasar sangat mempengaruhi tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw. Hal ini tidak hanya kualitas teknik saja, tetapi peserta didik juga harus dapat melakukan penyerangan dan pertahanan yang baik dalam bermain sepak takraw.

Menurut Mardiana & Hastuti (2014:15) menyatakan bahwa untuk mencapai prestasi yang sangat memuaskan tentunya didukung oleh faktor (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 atas kecerdasan,

motivasi, kepribadian, koordinasi kerja otot dan syarat; (3) aspek lingkungan; (4) aspek penunjang. Sejalan dengan pendapat tersebut bahwa potensi yang dimiliki peserta didik kelas khusus olahraga sangatlah mendukung untuk dapat memiliki tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw yang baik. Akan tetapi, masih banyak koreksi untuk dapat memaksimalkan faktor biologis yang telah melalui proses seleksi untuk menjadi syarat menjadi peserta didik kelas khusus olahraga. Keadaan yang dimungkinkan belum dapat dikontrol dimana faktor gizi di mana peserta didik harus dapat memenuhinya Ketika mereka berada di rumah. Faktor yang dasar untuk dilakukan oleh peserta didik dalam mendukung keberhasilannya.

Penguasaan teknik dasar bermain sepak takraw banyak faktor yang mempengaruhinya seperti faktor keturunan, pengalaman, lingkungan, usia dan jenis kelamin. Faktor keturunan menjadi faktor bawaan yang telah ada pada peserta didik sejak lahir. Hal ini seperti adanya ciri khusus dan karakteristik fisiologis yang ada pada peserta didik sehingga kemampuan keterampilannya dapat terpengaruh. Selain itu, faktor bawaan lain seperti usia yang memberikan kematangan kepada peserta didik dan akan membedakan antara peserta didik lainnya. Kematangan peserta didik sangat dipengaruhi oleh peserta didik dari proses latihannya maupun tingkat pemahamannya. Sedangkan pada usia peserta didik peserta ekstrakurikuler sepak takraw masih usia remaja awal sehingga adanya proses mencari jati diri masih berlangsung. Sehingga keinginan peserta didik belum sepenuhnya untuk meraih prestasi dan adanya perkembangan yang signifikan. Begitu pula dengan faktor jenis kelamin yang menunjukkan adanya perbedaan antara laki – laki dan perempuan.

Faktor yang sangat kental di mana faktor pengalaman belajar keterampilan dan lingkungan pembelajaran. Pengalaman belajar sangat penting di mana pengalaman tidak hanya pada proses latihan dan bertanding yang telah di dapatnya. Akan tetapi, pengalaman dari pihak luar akan membantu perkembangannya. Keadaan ini menunjukkan bahwa pengalaman dan pengaruh lingkungan belajar sangat besar. Berdasarkan hasil penelitian terdapat dua peserta didik dengan kategori sangat tinggi dikarenakan peserta didik tersebut telah masuk dalam tim PORDA. Keadaan ini tentunya menjadi pembeda antara peserta didik satu dengan lainnya. Proses pembelajarannya juga sangat mempengaruhinya.

Tingkat keterampilan dasar bermain sepak takraw bagi peserta didik kelas khusus olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang masih dalam kategori sedang ini tentunya belum dapat menunjukkan bahwa peserta didik memiliki keterampilan yang tinggi. Sehingga hasil penelitian ini menunjukkan bahwa masih perlu adanya perbaikan dalam proses pembinaan dan latihan di kelas khusus olahraga untuk dapat meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak takraw bagi peserta didik.

Keterbatasan sarana dan prasarana yang kurang memadai dalam mendukung jalannya kegiatan peserta didik dalam mengikuti olahraga prestasi dan ekstrakurikuler juga dapat menjadi salah satu penyebabnya. Berdasarkan hasil observasi menunjukkan bahwa terdapat keterbatasan sarana dan prasarana sehingga dapat mempengaruhi tingkat kualitas latihan sepak takraw. Sarana dan prasarana sangatlah penting dalam menunjang pelaksanaan program kelas khusus olahraga dalam hal latihan dan pembinaan. Selain itu, sarana juga dapat mempengaruhi kualitas motivasi peserta didik dalam mengikuti latihan. Sehingga

sarana dan prasarana dapat mempengaruhi dari luar dan dalam dari peserta didik. Program latihan monoton juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan dasar bermain sepak takraw pada peserta didik seperti hasil penelitian di atas.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa tinggi tingkat keterampilan dasar bermain dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari adalah sedang dengan pertimbangan frekuensi terbanyak berada pada kategori sedang sebesar 14 orang atau 56,00%. Tingkat keterampilan dasar bermain dalam sepak takraw pada peserta didik Kelas Khusus Olahraga (KKO) di SMA Negeri 1 Tanjungsari yang berkategori sangat tinggi 2 orang atau 8,00%, tinggi 4 orang atau 16,00%, sedang 14 orang atau 56,00%, rendah 4 orang atau 16,00% dan sangat sangat rendah 1 orang atau 4,00%.

B. Implikasi

1. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pelaksanaan latihan sepak takraw di KKO SMA Negeri 1 Tanjungsari.
2. Untuk peneliti selanjutnya dan pihak lain yang membutuhkan hasil dari penelitian ini supaya dapat digunakan sebagai bahan bacaan, sumber referensi dan bahan pembandingan untuk penelitian selanjutnya agar dapat melakukan penelitian yang lebih berkualitas lagi.

C. Saran

1. Bagi Proses Latihan

Hasil penelitian diharapkan dapat sebagai acuan dalam upaya meningkatkan kualitas latihan sepak takraw dengan melihat kebutuhan peserta didik secara maksimal dan memperhatikan sarana dan prasarana.

2. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai sumber referensi dan bahan pembandingan untuk penelitian selanjutnya agar dapat melakukan penelitian yang lebih berkualitas lagi.

D. Keterbatasan Hasil Penelitian

1. Adanya peserta didik yang tidak menghadiri penelitian, menyebabkan pelaksanaan penelitian kurang maksimal
2. Peneliti tidak bisa mengontrol secara teliti keadaan psikis siswa saat menjalani tes keterampilan sepak takraw

DAFTAR PUSTAKA

- Ari Susana, S. W. (2013). Penggunaan Media Pelatihan Bola Modifikasi terhadap Hasil Prestasi Sepak Sila pada Ekstrakurikuler Sepak Takraw. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Volume 01 No. 01*.
- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT Rineka Cipta .
- azwar, S. (2016). *Fungsi dan Pengembangan Pengukuran Tes dan Prestasi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset .
- Darkun, M. (2019). Pentingnya Karakteristik Siswa dalam Pembelajaran Bahasa Arab. *AN Nabighoh Volum 21, No.01*.
- Hananto, H. P. (2015). *Melatih Olahraga dan Sepak Takraw (Menuju Prestasi Puncak)*. Yogyakarta: UNY Press.
- Hani Hanifah, S. S. (2020). Perilaku dan Karakteristik Peserta Didik Berdasarkan Tujuan Pembelajaran . *Jurnal Manajemen dan Ilmu Pendidikan Volume 2, No. 1, 109*.
- Indonesia, P. R. (2005, September 23). *Undang-Undang (UU) No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Retrieved from JDIIH BPK RI: <https://peraturan.bpk.go.id/Home/Details/40234/uu-no-3-tahun-2005>
- Kemendiknas. (2010). *Panduan pelaksanaan program kelas olahraga* . Jakarta: Direktorat Pembinaan Sekolah Menengah Pertama Dirjen Mendikdasmen.
- Khodari, R. (2016). Evaluasi Program Kelas Khusus Olahraga Sekolah Menengah tas Negeri 1 Sewon Bantul Yogyakarta. *Jurnal Multilateral , Volume15, No 2* .
- Khulfani, F. (2016). Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Takraw Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SD Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta Tahun 2016. *Skripsi UNY*.
- Kirom, A. (2017). Peran Guru Peserta Didik dalam Proses Pembelajaran Berbasis Multikultural. *Jurnal Pendidikan Agama Islam Volume 3 No. 1*.
- M.Ramli. (2015). Hakikat Pendidik dan Peserta didik . *Tarbiyah Islamiah Volume 5 No.1*.
- Mahendra, A. (2017). Pengembangan Manajemen Kelas Khusus Olahraga. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan Vol.02 No.02*.

- Mardiana, F., & Hastuti, T. A. (2014). Faktor Pendukung Prestasi Bola Basket Peserta Ekstrakurikuler Bola Basket di SMA N 1 Depok Sleman Yogyakarta. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*.
- Meriyati. (2015). *Memahami Karakteristik Anak Didik*. Lampung: Fakta Press.
- Muhammad Permana, A. B. (2021). Penerapan Metode Profile Matching untuk Penentuan Pemain Ideal Peserta O2SN Cabang Olahraga Sepak Takraw. *Jurnal Teknik Informatika Kapautama (JTIK)*.
- Purwanto, K. K. (2019, Agustus 27). *Perkembangan Peserta Didik*. Retrieved from Universitas Billfath: http://repository.billfath.ac.id/kriesna/2020/06/kriesna_bab_vi___karakteristik_peserta_didik.pdf
- Santoso, N. (2014). Tingkat Keterampilan Passing-Stoping Dalam Permainan Sepak Bola pada Mahasiswa PJKR B Angkatan 2013. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 10, No. 2*.
- Semarayasa, I. K. (2016). Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Tingkat Motor Ability Terhadap Keterampilan Servis Atas Sepak Takraw Pada Mahasiswa PRNJASKESREK FOK UNDIKSHA. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia Volume 12 Nomor 1, 35*.
- Sofyan, H. A. (2015). *Sepak Takraw untuk Pelajar*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Sudarno. (2016). Tingkat Keterampilan Bermain Sepak Takraw Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SD Kradenan Kabupaten Kebumen Tahun 2015/2016. *Skripsi UNY*, 11.
- Sugiyono. (2013). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: CV Alfabeta.
- Sugiyono. (2013). Variabel Penelitian. In Sugiyono, *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D* (p. 38). Bandung: Alfabeta.
- Sumaryana. (2015). Perbedaan prestasi belajar siswa kelas khusus olahraga dengan siswa. *Skripsi Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Yudanto. (2021). *Sepak Takraw untuk Pemula*. Yogyakarta: UNY Press.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Pembimbing Skripsi



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
Alamat : Jl. Colombo No. 1, Yogyakarta Telp. 513092, 586168 Psw. 1341

Nomor : 017/POR/III/2022
Lamp. : 1 bendel
Hal : Pembimbing Proposal TAS

7 Maret 2022

Yth. Dr. Yudanto, M.Pd.
Jurusan POR FIK Universitas Negeri Yogyakarta

Diberitahukan dengan hormat, bahwa dalam rangka membantu mahasiswa dalam menyusun TAS untuk persyaratan ujian TAS, dimohon kesediaan Bapak/Ibu untuk menjadi pembimbing penulisan TAS saudara :

Nama : Ringga Erdianto
NIM : 18601244009
Judul Skripsi : TINGKAT KETERAMPILAN TEKNIK DASAR SEPAK TAKRAW
PADA ATLET KELAS KHUSUS OLAHRAGA DI SMA NEGERI 1
TANJUNGSARI

Bersama ini pula kami lampirkan proposal penulisan TAS yang telah dibuat oleh mahasiswa yang bersangkutan, topik/judul tidaklah mutlak. Sekiranya kurang sesuai, mohon kiranya diadakan pembenahan sehingga tidak mengurangi makna dari masalah yang diajukan.

Atas perhatian dan kesediaan Bapak/Ibu disampaikan terima kasih.

Ketua Jurusan POR,

Dr. Jaka Sunardi, M.Kes.
NIP. 19610731 199001 1 001

Lampiran 2 Kartu Bimbingan Skripsi











KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Ringga Erdianto

NIM : 18601244009

Program Studi : PJKR

Pembimbing : Dr. Yudanto, M.Pd.


No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda Tangan
1.	07/03 - 2022	Pengajuan proposal BAB i - iii	
2.	09/03 - 2022	Revisi BAB I & Revisi Tata Tulis	
3.	18/03 - 2022	Revisi BAB ii, Penambahan Kajian Teori	
4.	21/03 - 2022	Revisi BAB ii, Penambahan Kajian Teori	
5.	18/05 - 2022	Revisi BAB ii, Penambahan Kajian teori, & Revisi BAB iii	
6.	20/06 - 2022	Revisi BAB iii	
7.	03/06 - 2022	Acc proposal & penelitian	
8.	24/06 - 2022	Revisi Lampiran	
9.	28/06 - 2022	Revisi Lampiran	
10.	11/07 - 2022	Acc sytan Akhir	

a.n. Ketua Jurusan POR,

Dr. Hedi A. Hermawan, M.Or.
NIP. 19770218 200801 1 002



Lampiran 3 Surat Ijin Penelitian

 PEMERINTAH DAERAH DAERAH ISTIMEWA YOGYAKARTA
DINAS PENDIDIKAN, PEMUDA, DAN OLAH RAGA
BALAI PENDIDIKAN MENENGAH KAB. GUNUNGKIDUL
SMA NEGERI 1 TANJUNGSARI
Alamat: Jl Baron Km.12 Kemiri Tanjungsari. Telp: 116-55881, 081328747256
Web: smantasa.sch.id Email : sman1tanjungsari@yahoo.co.id

SURAT IZIN PENELITIAN
No. 070 / 0280

Yang bertandatangan dibawah ini Kepala SMAN 1 Tanjungsari :

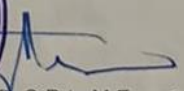
Nama : JUMIYANTO. S.Pd., M.Eng.
NIP : 196702161998111001
Pangkat/ Gol : Pembina / IV a
Jabatan : Kepala Sekolah
Intansi : SMA N 1 Tanjungsari


Berdasarkan surat dari Universitas Negeri Yogyakarta nomor : 896/UN34.16/PT.01.04/2022 tentang Permohonan Izin Penelitian. Menyatakan bahwa :

NO	NAMA	NIM	PRODI	UNIVERSITAS
1.	Ringga Erdianto	18601244009	Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi	Universitas Negeri Yogyakarta

diberikan izin untuk melakukan penelitian pencarian data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS) yang dilaksanakan pada 1 Juni -7 Juni 2020 dengan judul "Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepak Takraw pada Peserta Didik Kelas Khusus Olahraga di SMA Negeri 1 Tanjungsari"

Demikian Surat Izin Penelitian ini kami berikan, agar dipergunakan sebagai mana mestinya.

Tanjungsari, 8 Juni 2022
Kepala Sekolah

JUMIYANTO, S.Pd., M.Eng.
NIP. 197106041998011001



Lampiran 4 Data Hasil Penelitian

No	Nama	Posisi	Nilai Skor					
			Sepak Mula	Sepak Sila	Sepak Kuda	Headin g	Smash	
1	Dino Eka saputra	Tekong	14	30	18	20	8	
2	Yehova Raffa E	Apit Kiri	12	40	20	25	14	
3	Malvino Esa P	Tekong	10	25	18	20	8	
4	Gesit Putranto	Tekong	10	24	17	14	6	
5	Aris Lutfi A	Apit Kanan	6	14	11	10	4	
6	Aditiya Nur Ari	Apit Kiri	10	24	12	17	6	
7	Rangga Aristo R	Apit Kanan	10	26	14	14	4	
8	Azis Rahmawan S	Apit Kiri	12	18	10	20	6	
9	Muhamad Fariza S	Apit Kiri	10	18	12	18	4	
10	Laras Yudian P	Tekong	10	22	10	14	8	
11	Indra Gunawan	Tekong	12	20	14	19	6	
12	Risky Wijayanto	Apit Kiri	8	15	10	11	6	
13	Bagas Prasetya E	Tekong	8	20	12	16	8	
14	Yulianto	Apit Kanan	10	16	10	12	6	
15	Angga Tegar S	Tekong	12	20	14	14	6	
16	Yogi Ardika P	Tekong	12	20	14	20	8	
17	Syarif Nur Hidayat	Apit Kiri	10	18	10	18	6	
18	Reno Bastian	Apit Kiri	9	16	10	15	7	
19	Amin Nur R	Apit Kanan	10	20	10	14	8	
20	Aditya Firmansyah	Apit Kiri	10	20	14	12	7	
21	Rian Prihatin	Apit Kanan	10	18	12	14	7	
22	Trio Andri	Apit Kiri	10	19	16	18	7	
23	Imam Febrianto	Tekong	12	20	18	20	8	
24	Jeri Antaka	Tekong	12	18	14	13	5	
25	Ridwan Pramudit	Apit Kanan	6	4	7	8	3	

Lampiran 5 Hasil Penelitian

No	Sepak Mula		Sepak Sila		Sepak Kuda		Heading		Smash		KETERAMPILAN DASAR
	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Jumlah
1	14	71	30	66	18	64	20	61	8	54	316
2	12	60	40	82	20	71	25	73	14	83	369
3	10	49	25	58	18	64	20	61	8	54	286
4	10	49	24	56	17	61	14	45	10	64	275
5	7	32	15	41	11	43	10	35	4	35	187
6	10	49	24	56	12	46	17	53	6	45	248
7	10	49	26	59	14	52	14	45	7	49	255
8	12	60	18	46	15	55	20	61	6	45	267
9	10	49	18	46	12	46	18	55	4	35	232
10	10	49	22	53	10	40	14	45	8	54	241
11	12	60	20	49	14	52	19	58	7	49	269
12	8	37	15	41	10	40	11	38	6	45	201
13	8	37	20	49	12	46	16	50	8	54	238
14	10	49	16	43	10	40	12	40	6	45	216
15	12	60	20	49	14	52	14	45	6	45	252
16	12	60	20	49	14	52	20	61	10	64	286
17	10	49	18	46	10	40	18	55	6	45	235
18	9	43	16	43	10	40	15	48	7	49	223
19	10	49	20	49	10	40	14	45	8	54	238

Lanjutan Lampiran 4 Hasil Penelitian

No	Sepak Mula		Sepak Sila		Sepak Kuda		Heading		Smash		KETERAMPILAN DASAR
	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Skor Tes	T score	Jumlah
20	10	49	20	49	14	52	12	40	7	49	240
21	10	49	18	46	12	46	14	45	7	49	236
22	10	49	19	48	16	58	18	55	7	49	260
23	12	60	20	49	18	64	20	61	8	54	289
24	12	60	18	46	14	52	13	43	6	45	246
25	6	26	6	27	7	31	8	30	4	35	149
Mean		50		50		50		50		50	250
Median		49		49		52		48		49	246
Modus		49		49		52		45		45	238
Standar Deviasi		10,0		10,0		10,0		10,0		10,0	42,6
Minimum		71		82		71		73		83	369
Maksimum		26		27		31		30		35	149

Lampiran 6 Hasil Olah data

Statistics

	SEPAK_MULA	SEPAK_SILA	SEPAK_KUDA	HEADING	SMASH	KETERAMPILAN
N Valid	25	25	25	25	25	25
Missing	0	0	0	0	0	0
Mean	50,1600	49,8400	49,8800	49,9200	49,9600	250,1600
Median	49,0000	49,0000	52,0000	48,0000	49,0000	246,0000
Mode	49,00	49,00	40,00 ^a	45,00	45,00	238,00 ^a
Std. Deviation	10,08167	9,96945	9,86712	10,11154	1,00684E1	42,68263
Minimum	26,00	27,00	31,00	30,00	35,00	149,00
Maximum	71,00	82,00	71,00	73,00	83,00	369,00

a, Multiple modes exist, The smallest value is shown

SEPAK_MULA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 26	1	4,0	4,0	4,0
32	1	4,0	4,0	8,0
37	2	8,0	8,0	16,0
43	1	4,0	4,0	20,0
49	12	48,0	48,0	68,0
60	7	28,0	28,0	96,0
71	1	4,0	4,0	100,0
Total	25	100,0	100,0	

Lanjutan Lampiran 5 Hasil Penelitian

SEPAK_SILA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	27	1	4,0	4,0	4,0
	41	2	8,0	8,0	12,0
	43	2	8,0	8,0	20,0
	46	5	20,0	20,0	40,0
	48	1	4,0	4,0	44,0
	49	7	28,0	28,0	72,0
	53	1	4,0	4,0	76,0
	56	2	8,0	8,0	84,0
	58	1	4,0	4,0	88,0
	59	1	4,0	4,0	92,0
	66	1	4,0	4,0	96,0
	82	1	4,0	4,0	100,0
	Total	25	100,0	100,0	

SEPAK_KUDA

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	31	1	4,0	4,0	4,0
	40	6	24,0	24,0	28,0
	43	1	4,0	4,0	32,0
	46	4	16,0	16,0	48,0
	52	6	24,0	24,0	72,0
	55	1	4,0	4,0	76,0
	58	1	4,0	4,0	80,0
	61	1	4,0	4,0	84,0
	64	3	12,0	12,0	96,0
	71	1	4,0	4,0	100,0
	Total	25	100,0	100,0	

Lanjutan Lampiran 6 Hasil Olah Data

HEADING

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	30	1	4,0	4,0	4,0
	35	1	4,0	4,0	8,0
	38	1	4,0	4,0	12,0
	40	2	8,0	8,0	20,0
	43	1	4,0	4,0	24,0
	45	6	24,0	24,0	48,0
	48	1	4,0	4,0	52,0
	50	1	4,0	4,0	56,0
	53	1	4,0	4,0	60,0
	55	3	12,0	12,0	72,0
	58	1	4,0	4,0	76,0
	61	5	20,0	20,0	96,0
	73	1	4,0	4,0	100,0
	Total	25	100,0	100,0	

SMASH

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	35	3	12,0	12,0	12,0
	45	7	28,0	28,0	40,0
	49	6	24,0	24,0	64,0
	54	6	24,0	24,0	88,0
	64	2	8,0	8,0	96,0
	83	1	4,0	4,0	100,0
	Total	25	100,0	100,0	

Lanjutan Lampiran 6 Hasil Olah Data

KETERAMPILAN

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	149	1	4,0	4,0	4,0
	187	1	4,0	4,0	8,0
	201	1	4,0	4,0	12,0
	216	1	4,0	4,0	16,0
	223	1	4,0	4,0	20,0
	232	1	4,0	4,0	24,0
	235	1	4,0	4,0	28,0
	236	1	4,0	4,0	32,0
	238	2	8,0	8,0	40,0
	240	1	4,0	4,0	44,0
	241	1	4,0	4,0	48,0
	246	1	4,0	4,0	52,0
	248	1	4,0	4,0	56,0
	252	1	4,0	4,0	60,0
	255	1	4,0	4,0	64,0
	260	1	4,0	4,0	68,0
	267	1	4,0	4,0	72,0
	269	1	4,0	4,0	76,0
	275	1	4,0	4,0	80,0
	286	2	8,0	8,0	88,0
	289	1	4,0	4,0	92,0
	316	1	4,0	4,0	96,0
	369	1	4,0	4,0	100,0
Total		25	100,0	100,0	

Lampiran 7 Dokumentasi



(Pengambilan gambar tes *smash*)



(Pengambilan gambar tes sepak sila)



(Pengambilan gambar tes sepak mula (servis))

