

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPTUAL MOTORIK DAN
KESEIMBANGAN DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN
BOLA PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK TAKRAW SEKOLAH DASAR
DI KABUPATEN CILACAP**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri
Yogyakarta Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh :
Isna Nur Hunaini
NIM. 19601241005

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2023**

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPTUAL MOTORIK DAN
KESEIMBANGAN DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN
BOLA PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK TAKRAW SEKOLAH DASAR
DI KABUPATEN CILACAP**

Oleh :

Isna Nur Hunaini
NIM 19601241005

ABSTRAK

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui : (1) hubungan antara perseptual motorik dengan keterampilan penerimaan bola pertama pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap. (2) hubungan antara keseimbangan dengan keterampilan penerimaan bola pertama pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap. (3) hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan keterampilan penerimaan bola pertama pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap.

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif dengan menggunakan metode korelasional. Populasi dalam penelitian terdiri dari peserta ekstrakurikuler sekolah dasar di Kabupaten Cilacap berjumlah 32 siswa. Teknik yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive sampling*, *sampel* yang memenuhi kriteria berjumlah 24 anak. Instrumen yang digunakan untuk mengukur perseptual motorik yaitu pengukuran dengan balok keseimbangan, keseimbangan dengan *stork stand*, dan keterampilan penerimaan bola pertama menggunakan tes penerimaan bola pertama. Teknik analisis yang digunakan yaitu analisis uji t, uji f, dan analisis berganda.

Uji hipotesis pertama diperoleh nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $4,720 > 2,080$, maka terdapat hubungan antara perseptual motorik terhadap kemampuan penerimaan bola pertama peserta ekstrakurikuler sepak takraw di Kabupaten Cilacap. Uji hipotesis kedua diperoleh nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $2,129 > 2,080$, maka terdapat hubungan antara keseimbangan terhadap kemampuan penerimaan bola pertama peserta ekstrakurikuler sepak takraw di Kabupaten Cilacap. Uji hipotesis ketiga diperoleh nilai F_{hitung} adalah 11,024 dan nilai F_{tabel} adalah 3,44. $F_{hitung} > F_{tabel}$, maka terdapat hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan keterampilan penerimaan bola pertama peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.

Kata kunci : Perseptual Motorik, Keseimbangan, Receive

CORRELATION BETWEEN MOTORIC PERCEPTUAL AND BALANCE TOWARDS THE FIRST BALL RECEPTION SKILLS OF SEPAK TAKRAW EXTRACURRICULAR MEMBERS IN ELEMENTARY SCHOOLS LOCATED IN CILACAP REGENCY

Abstract

The objective of this research is to find out: (1) the correlation between the perceptual motor skills and the first ball reception skills of sepak takraw extracurricular members in elementary schools located in Cilacap Regency. (2) the correlation between the balance and the first ball reception skills of sepak takraw extracurricular members in elementary schools located in Cilacap district. (3) the correlation between motor perceptual and balance towards the first ball reception skills of sepak takraw extracurricular members in elementary schools located in Cilacap Regency.

This research was a descriptive quantitative study using the correlational method. The research population was for about 32 sepak takraw extracurricular members of the elementary schools located in Cilacap Regency. The technique used the purposive sampling, a sample that met the criteria was for about 24 students. The instruments used to measure motor perceptual are measurements with a balance beam, balance with a stork stand, and first ball reception skills using the first ball reception test. The analysis technique used the analysis of t test, f test, and multiple analysis.

The first hypothesis test obtained the value of t count $>$ t table, at $4.720 > 2.080$, so there is a correlation between motor perception and the ability to receive the first ball for sepak takraw extracurricular members in Cilacap Regency. The second hypothesis test obtain t count $>$ t table at $2.129 > 2.080$, hence there is a correlation between balance and the first ball reception skills for sepak takraw extracurricular members in Cilacap Regency. The third hypothesis test obtain that the F count value is at 11.024 and the F table value is at 3.44. F count $>$ F table, then there is a correlation between motor perceptual and balance towards the first ball reception skills of sepak takraw extracurricular members in elementary schools located in Cilacap Regency.

Keywords: Perceptual Motor, Balance, Receive

SURAT PERNYATAAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Isna Nur Hunaini

NIM : 19601241005

Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Judul TAS : Hubungan Antara Perseptual Motorik dan Keseimbangan dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap.

Menyatakan bahwa saya adalah penulis skripsi ini. Sepengetahuan saya, tidak ada orang lain yang menulis atau menerbitkan karya atau pendapat apa pun selain yang digunakan sebagai referensi kutipan dalam artikel ilmiah.

Yogyakarta, 2 Februari 2023

Yang Menyatakan,



Isna Nur Hunaini
NIM. 19601241005

LEMBAR PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

**HUBUNGAN ANTARA PERSEPTUAL MOTORIK DAN
KESEIMBANGAN DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN
BOLA PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER
SEPAK TAKRAW SEKOLAH DASAR
DI KABUPATEN CILACAP**

Disusun Oleh :

Isna Nur Hunaini

NIM 19601241005

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

Yogyakarta, 15 Februari 2023

Mengetahui,
Koordinator Program Studi



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

Diketahui,
Dosen Pembimbing TAS



Dr. Yudanto, M.Pd
NIP. 198107022005011001

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi

HUBUNGAN ANTARA PERSEPTUAL MOTORIK DAN KESEIMBANGAN DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN BOLA PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN CILACAP


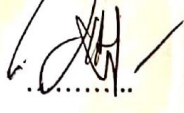
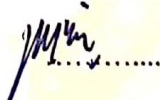
Disusun Oleh:

Isna Nur Hunaini
NIM 19601241005

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Tugas Akhir Skripsi Prodi Pendidikan
Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 27 Februari 2023

TIM PENGUJI

Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Dr. Yudanto, M.Pd. Ketua Penguji/Pembimbing		21/3-2023
Fathan Nurcahyo, S.Pd.Jas., M.Or Sekertaris		21/3-2023
Dr. Hedi Ardiyanto H, S.Pd., M.Or Penguji Utama		21/3-2023

Yogyakarta, 21 Maret 2023

Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



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

MOTTO

“Hidup itu asik dan seru, jadi jangan lupa bersyukur”

(Isna Nur Hunaini)

PERSEMBAHAN

Puji syukur saya panjatkan kepada Allah SWT atas rahmat serta hidayah-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan skripsi ini dan kesempatan nikmat sehat dalam menyelesaikannya. Karya ini saya syukuri dan saya persembahkan untuk:

1. Bapak dan Ibu tercinta (Bapak Yayat dan Ibu Evie) yang tidak henti-hentinya menyemangati peneliti dan memberikan doa serta dukungannya agar dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Kaka saya tersayang (Dani Eka Mulyana) sebagai penyemangat dan menjadi panutan saya selama mengerjakan penelitian ini.

KATA PENGANTAR

Puji Syukur kehadirat Allah SWT atas segala Hidayah, Rahmat, dan Karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Perseptual Motorik dan Keseimbangan dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama Pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw di Kabupaten Cilacap” dapat diselesaikan.

Skripsi ini disusun guna memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan Universitas Negeri Yogyakarta. Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan serta dukungan dari berbagai pihak, maka pada kesempatan ini disampaikan ucapan terimakasih kepada :

1. Prof. Dr. Sumaryanto, M.Kes., AIFO. selaku Rektor Universitas Negeri Yogyakarta yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk belajar di Universitas Negeri Yogyakarta.
2. Bapak Dr. Yudanto, M.Pd., selaku pembimbing skripsi, telah banyak mencurahkan waktu, tenaga, dan ilmunya selain memberikan saran dan petunjuk kepada penulis sehingga karya akhir ini dapat diselesaikan.
3. Bapak Prof. Dr. Wawan Sundawan Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan dan Kesehatan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
4. Bapak Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, S.Pd., M.Or. selaku Koordinator Program Studi PJKR yang telah memberikan banyak pengarahan.
5. Bapak Dasno, Bapak Deni, dan Bapak Dodi selaku guru penjas yang telah membantu dan membimbing saya selama pengambilan data.

6. Kepala Sekolah SD N Cimanggu 02. SD N Panimbang 03, dan SD Muhammadiyah Jenang PK, yang telah memberi izin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
7. Keluarga, sahabat, dan teman-teman yang selalu memberikan semangat dan dukungan untuk menyelesaikan penelitian ini.
8. Adik-adik siswa sekolah dasar yang telah selalu semangat dalam pelaksanaan penelitian.
9. Semua pihak yang telah membantu sehingga tugas akhir skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik namun tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan dan masih jauh dari kesempurnaan. Untuk mencapai hasil yang lebih besar, penulis menyambut umpan balik dan ide yang konstruktif. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kita semua.

Yogyakarta, 2 Februari 2023

Yang Menyatakan,

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Isna Nur Hunaini', with a long horizontal stroke extending to the right.

Isna Nur Hunaini
NIM. 19601241005

DAFTAR ISI

COVER	i
ABSTRAK	ii
ABSTRACT	iii
SURAT PERNYATAAN	iv
LEMBAR PERSETUJUAN	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
MOTTO	vii
PERSEMBAHAN	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II	9
KAJIAN PUSTAKA	9
A. Kajian Teori	9
1. Perseptual Motorik	9
2. Hakikat Kondisi Fisik.....	10
3. Hakikat Keterampilan.....	13
4. Hakikat Sepak Takraw	14
5. Penerimaan Bola Pertama (<i>receive</i>)	24
6. Hakikat Ekstrakurikuler Olahraga.....	27

7. Karakteristik Peserta didik SD	30
B. Kajian Penelitian yang Relevan	34
C. Kerangka Berpikir	37
D. Hipotesis Penelitian.....	38
BAB III.....	40
A. Jenis Penelitian.....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian	41
C. Populasi dan Sampel Penelitian	41
D. Definisi Operasional Variabel Penelitian.....	42
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data.....	43
F. Teknik Analisis Data.....	46
BAB IV	50
A. Hasil Penelitian	50
B. Pembahasan.....	62
C. Keterbatasan Penelitian	66
BAB V.....	67
A. Kesimpulan	67
B. Implikasi Hasil Penelitian	68
C. Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN.....	73

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Skor Penilaian Penerimaan Bola Pertama.....	45
Tabel 2. Pedoman Pengkategorian.....	47
Tabel 3. Data Penelitian	50
Tabel 4. Deskriptif Statistik Perseptual Motorik.....	51
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Perseptual Motorik	52
Tabel 6. Deskriptif Statistik Keseimbangan.....	53
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Keseimbangan	53
Tabel 8. Deskriptif Statistik Penerimaan Bola Pertama.....	54
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Keterampilan Penerimaan Bola pertama	55
Tabel 10. Hasil Uji Normalitas	56
Tabel 11. Hasil Uji Linearitas	56
Tabel 12. Hasil Regresi Linear Berganda	58
Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis Pertama.....	59
Tabel 14. Hasil Hipotesis Kedua.....	59
Tabel 15. Hasil Hipotesis Ketiga	60
Tabel 16. Hasil Koefisien Diterminasi.....	61
Tabel 17. Hasil Sumbangan Relatif dan Sumbang Efektif	61

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Lapangan Sepak Takraw	16
Gambar 2. Bola Takraw	17
Gambar 3. Keterampilan Sepak Sila	18
Gambar 4. Keterampilan Sepak Kuda.....	18
Gambar 5. Keterampilan Mencungkil.....	19
Gambar 6. Keterampilan Menapak	19
Gambar 7. Keterampilan Membadek	20
Gambar 8. Keterampilan Menyundul.....	20
Gambar 9. Keterampilan Mendada	21
Gambar 10. Keterampilan Memaha	21
Gambar 11. Keterampilan Sepak Mula.....	22
Gambar 12. Keterampilan <i>Receive</i>	22
Gambar 13. Keterampilan Mengumpan	23
Gambar 14. Keterampilan Menahan	23
Gambar 15. Keterampilan Menembak	24
Gambar 16. Kerangka Berpikir	38
Gambar 17. Desain Penelitian.....	40
Gambar 18. Posisi Penerimaan Bola dan Arah Bola.....	44
Gambar 19. Diagram Batang Perseptual Motorik.....	52
Gambar 20. Diagram Batang Keseimbangan Tubuh	54
Gambar 21. Diagram Batang Kemampuan <i>Receive</i>	55

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Kartu Bimbingan Skripsi	74
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	75
Lampiran 3. Surat Keterangan dari Sekolah	78
Lampiran 4. Data Penelitian.....	81
Lampiran 5. Format Hasil Pengukuran Perseptual Motorik	82
Lampiran 6. Format Hasil Pengukuran Tes Keseimbangan	83
Lampiran 7. Format Penilaian Penerimaan Bola Pertama (<i>receive</i>)	84
Lampiran 8. Deskriptif Statistik.....	85
Lampiran 9. Tabel Frekuensi	86
Lampiran 10. Uji Prasyarat	88
Lampiran 11. Uji Hipotesis	90
Lampiran 12. Dokumentasi.....	92
Lampiran 13. Ukuran Balok Keseimbangan.....	95
Lampiran 14. Tabel <i>Pretest</i>	96
Lampiran 15. Tabel Populasi	97

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan olahraga dilaksanakan melalui kegiatan belajar dan mengajar di luar jam pelajaran maupun dalam jam pelajaran di sekolah. Kegiatan Pendidikan olahraga yang dilaksanakan di luar jam pelajaran yang dijadwalkan dengan maksud untuk menumbuh kembangkan minat dan kemampuan siswa merupakan kegiatan ekstrakurikuler. Siswa yang potensinya belum tergali jika hanya mengandalkan jam pelajaran dapat diakomodir dan dikembangkan melalui kegiatan ekstrakurikuler. Hal ini dimaksudkan bahwa dengan menyelenggarakan kegiatan ekstrakurikuler, sekolah akan membantu siswa menggunakan waktu luangnya dengan kegiatan yang konstruktif dan menghindari kegiatan yang tidak produktif yang dapat berdampak buruk. Salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang memiliki peminat yang besar dan beragam adalah olahraga. Cabang olahraga takraw merupakan salah satu ekstrakurikuler olahraga. Dibandingkan olahraga rekreasi lainnya, cabang olahraga takraw ini tidak terlalu terkenal dan peminatnya sedikit. Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap terdapat ekstrakurikuler cabang olahraga sepak takraw, contohnya SD Negeri Cimanggu 02, SD Negeri Panimbang 03, dan SD Muhammadiyah Jenang PK. Pelaksanaan ekstrakurikuler dilakukan setelah pulang sekolah dilaksanakan dua kali dalam seminggu. Latihan dilakukan di lapangan sepak takraw masing-masing sekolah, bola takraw yang terdiri dari dua jenis bahan yang dibedakan fungsinya untuk anak, bahan rotan ringan untuk pemula dan fiber

kuning atau coklat untuk siswa yang sudah menguasai minimal teknik dasar. Untuk net yang biasa digunakan merupakan net modifikasi menggunakan net bulutangkis.

Dikembangkan di negara-negara Asia Tenggara termasuk Singapura, Thailand, Brunei, Sri Lanka, Myanmar, Kamboja, dan Indonesia, Sepak Takraw adalah olahraga tradisional Melayu (Arsita, 2021: 40-49). Bergantung pada jumlah yang dimainkan, tim yang terdiri dari dua hingga empat pemain masing-masing berpartisipasi dalam olahraga yang dikenal sebagai sepak takraw. Nomor yang diperlombakan dalam sepak takraw yaitu mulai dari *double*, nomor regu sederhana tiga orang, serta *quadrant*. Infrastrukturnya relatif mendasar dan murah, dan takraw adalah olahraga yang mudah dimainkan. Olahraga ini dulunya dikenal sebagai olahraga sepak raga sebelum dikenal sebagai olahraga takraw.

Permainan ini dimainkan di lapangan persegi panjang yang rata baik di dalam maupun di luar ruangan. Lapangan takraw terdiri dari dua bagian yang dipisahkan oleh jaring. Kecuali tangan, setiap bagian tubuh ikut serta dalam permainan takraw. Taktik dasar dalam takraw adalah *servis*, *passing*, *smash*, *heading*, dan *blocking* (Hananto dan Hubertus Purno 2015: 2). Salah satu cara dasar untuk mengumumkan dimulainya pertandingan takraw adalah servis. Jika servis sulit atau tidak mungkin untuk diterima lawan, itu bisa menjadi serangan utama dalam kemenangan dalam permainan takraw. Hasil penelitian pada pertandingan takraw mengungkapkan bahwa sepak mula merupakan cara perolehan poin dalam pertandingan takraw (Hakim dan Aziz Abdul 2007: 1).

Dengan menerima bola pertama, pemain berupaya mempertahankan area dari serangan servis lawan. Meskipun servis atau sepak mula merupakan taktik yang

digunakan untuk memulai permainan, permainan takraw akan berakhir jika tim penerima servis tidak mampu menerima dan menguasai bola (Hakim, 2007: 2). Dalam takraw, penerimaan bola adalah suatu cara yang dilakukan dengan menggunakan beberapa teknik dasar, seperti menyundul, sepak kuda, sepak sila, dan teknik dasar lainnya yang bertujuan untuk menerima servis atau sepak mula dari lawan. Salah satu keterampilan dasar dalam sepak takraw adalah menerima bola pertama yang sama pentingnya dengan melakukan servis, gagal menerima akan mengakibatkan hilangnya poin yang sangat menguntungkan lawan (Hanafi dan Rangga 2016: 19).

Keuntungan yang diperoleh tim lawan dengan tidak mendapatkan bola pertama adalah kemampuan mencetak poin ekstra yang pada akhirnya bisa menghasilkan kemenangan. Kegagalan dalam penerimaan bola pertama, seperti saat bola sulit ditangani, saat kontrol bola lemah, saat servis bola terlalu kuat, atau saat bola di luar jangkauan karena tipuan. Oleh karena itu, salah satu keterampilan dasar yang perlu dikembangkan oleh pemain khususnya siswa sekolah dasar adalah kemampuan menerima bola pertama. Ini karena menerima bola pertama adalah teknik dasar yang tidak mudah dan perlu dilatih dari sejak awal mula siswa berlatih. Bagi siswa pemula atau sekolah dasar, teknik *receive* memiliki tingkat kesulitan yang cukup menantang karena pada saat sebelum menerima servis, arah bola tidak dapat diprediksi, sehingga siswa diharapkan memiliki performa gerak dan keseimbangan tubuh yang baik untuk mengatur serangan balik terhadap tim lawan.

Namun dalam prakteknya siswa SD di Kabupaten Cilacap seringkali membutuhkan waktu yang lebih lama dari yang diperlukan untuk mengolah

rangsangan eksternal berupa penerimaan bola pertama dari servis lawan, terbukti dengan gerakannya menuju datangnya bola, penguasaan bolanya pada lapangan, kehilangan konsentrasi saat bermain, dan ketidakmampuan memprediksi arah datangnya bola dari servis lawan (Suparminto 2018 : 6). Agar seluruh anggota tubuh aktif bergerak saat bermain takraw, mata harus melihat ke arah datangnya bola sebelum otak memerintahkan tubuh atau saraf untuk bergerak maju.

Kemampuan setiap bagian tubuh untuk merespon secara tepat bergantung pada perkembangan keterampilan perseptual motorik dan koordinasi gerakan siswa. Menerima bola awal membutuhkan kondisi fisik yang baik dan perseptual motorik yang baik. Keseimbangan adalah salah satu kondisi fisik yang paling penting, dan tingkat keseimbangan murid akan berdampak pada cara menerima bola awal. Menjaga postur dan posisi tubuh yang baik saat berdiri membutuhkan keseimbangan (Tauhidman dan Ramadan 2018: 4). Kemampuan untuk memahami rangsangan yang diterima oleh alat indera dikenal sebagai perseptual motorik (Sugiyanto 2007: 85). Kemampuan perseptual motorik berguna untuk siswa agar dapat menanggapi dengan tepat keadaan atau situasi yang dihadapi, siswa perlu memiliki kemampuan untuk memahami segala sesuatu yang terjadi di sekitar siswa. Contohnya ketika peserta didik sedang bermain sepak takraw, peserta didik dapat melihat arah datangnya bola dan memahami situasi sekitar, sehingga peserta didik dapat melakukan gerakan lanjutan untuk memainkan bola sesuai dengan situasi.

Selama pembinaan ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri Cimanggu 02, SD Negeri Panimbang 03, dan SD Muhammadiyah Jenang PK yang masing-masing dilatih oleh Bapak Deni, Bapak Dodi, dan Bapak Dasno hanya fokus kepada latihan

penguasaan teknik dasar, tanpa memperhatikan kondisi fisik dan perseptual motorik anak guna mencapai keterampilan penerimaan bola pertama. Kondisi fisik dan perseptual motorik merupakan kapasitas seseorang dalam melakukan kerja fisik.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan sementara bahwa faktor gerak, keseimbangan, dan penerimaan rangsangan dari luar setiap individu berpengaruh terhadap tingkat keberhasilan dalam permainan takraw yang berhasil, terutama pada saat menerima bola pertama. Tingkat kepekaan motorik perseptual setiap anak memiliki pengaruh yang signifikan terhadap unsur gerak dan penerimaan rangsangan. Karena setiap keterampilan membutuhkan perseptual motorik dan keseimbangan yang tinggi agar dapat dieksekusi dengan benar, ada hubungan yang erat antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan keterampilan penerimaan bola awal. Namun, penelitian diperlukan untuk mengkonfirmasi hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan pada kemampuan penerimaan bola pertama siswa dalam sepak takraw.

Peneliti termotivasi untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Perseptual Motorik dan Keseimbangan terhadap Keterampilan Penerimaan Bola Pertama Siswa Peserta Ekstrakurikuler Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap” dikarenakan adanya kekhawatiran di atas dan belum diketahuinya hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan pada keterampilan penerimaan bola pertama (*receive*).

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah di atas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Salah satu penyebab tim sepak takraw kalah adalah karena gagal dalam penerimaan bola pertama dari servis lawan.
2. Siswa yang mengikuti ekstrakurikuler takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap kurang memiliki kesadaran gerak.
3. Belum teridentifikasinya tingkat perseptual motorik siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.
4. Belum teridentifikasinya tingkat keseimbangan siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.
5. Belum teridentifikasinya tingkat keterampilan penerimaan bola pertama siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.
6. Belum teridentifikasinya hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan keterampilan penerimaan bola pertama siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.

C. Batasan Masalah

Mempelajari cara menerima bola pertama dalam permainan sepak takraw menghadirkan sejumlah tantangan belajar yang menantang. Dalam penelitian ini, peneliti hanya akan membahas masalah hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan keterampilan menerima bola pertama peserta ekstrakurikuler takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap agar topik lebih terarah.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka dalam penelitian ini rumusan masalahnya yaitu:

1. Adakah hubungan yang signifikan antara perseptual motorik dengan kemampuan penerimaan bola pertama siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar Kabupaten Cilacap?
2. Adakah hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan penerimaan bola pertama siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar Kabupaten Cilacap?
3. Adakah hubungan yang signifikan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan kemampuan penerimaan bola pertama siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar Kabupaten Cilacap?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini yaitu :

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara perseptual motorik dengan kemampuan penerimaan bola pertama siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar Kabupaten Cilacap.
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan kemampuan penerimaan bola pertama siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar Kabupaten Cilacap.
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan kemampuan penerimaan bola pertama siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar Kabupaten Cilacap.

F. Manfaat Penelitian

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

1. Teoritis

- a. Sebagai pertimbangan bagi peneliti lain untuk melakukan kajian mengenai penelitian sepak takraw dengan variabel yang berbeda.
- b. Sebagai salah satu sumber informasi terkait dengan hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan terhadap keterampilan penerimaan bola pertama dalam sepak takraw.

2. Praktis

- a. Bagi sekolah dapat mengetahui tingkat perseptual motorik dan keseimbangan terhadap keterampilan penerimaan bola pertama siswa dalam sepak takraw.
- b. Bagi siswa dapat mengetahui dan mengukur tingkat kemampuan dirinya sendiri dalam perseptual motorik dan keseimbangan terhadap keterampilan penerimaan bola pertama dalam sepak takraw.
- c. Bagi guru bisa dijadikan sebagai pertimbangan dalam program pembelajaran atau ekstrakurikuler dan peningkatan keterampilan penerimaan bola pertama siswa dalam sepak takraw.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori

1. Perseptual Motorik

Manusia harus bergerak untuk melakukan tugasnya sehari-hari. Hal ini meliputi anak dan orang tua bergerak dalam melakukan aktivitasnya baik secara halus maupun kasar, menyesuaikan dengan kemampuan dan keadaan kondisi masing-masing. Makhluk hidup bergerak dalam aktivitas rutinnnya, orang melakukan gerakan besar dan kecil tergantung pada keadaan. Gerak relasi yang berfungsi untuk menghubungkan gerak perseptual seseorang dengan kemampuan kognitifnya, merupakan jenis gerak yang dihasilkan dari proses perpaduan sensoris. Contohnya antara lain gerakan tubuh yang dilakukan untuk menghindari bahaya, yang dilakukan saat seseorang sedang berjalan di jalan yang ramai, dan lain-lain (Saputra, 2003: 24-25). Perseptual merupakan salah satu komponen kognitif manusia yang sangat penting untuk memahami lingkungan. Perseptual adalah proses di mana seseorang menggunakan pengetahuan untuk menginterpretasikan rangsangan yang ditangkap oleh sistem sensorik atau system alat indera manusia (Desmita, 2010: 118). Manusia pada dasarnya dibekali secara genetic kemampuan gerak, karena itu gerak merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia (Suparno, 2006 :150). Berdasarkan beberapa kutipan di atas, kesimpulan yang didapatkan mengenai perseptual motorik itu adalah istilah yang digunakan untuk mengaitkan keterampilan gerak dan fungsi kognitif seseorang, yang dimana itu semua berawal dari penginderaan manusia yang kemudian diteruskan melali

respon. Kemampuan yang didapatkan berasal dari bagaimana manusia belajar, dimana tempat siswa belajar, serta apa yang siswa pelajari.

2. Hakikat Kondisi Fisik

Menurut Yuyun Yudiana, dkk (2011: 2-13), pengertian mengenai komponen kondisi fisik, sebagai berikut :

a. Kekuatan (*strength*)

Kekuatan adalah kemampuan otot untuk melakukan kontraksi guna membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan. Latihan yang sesuai untuk mengembangkan kekuatan ialah melalui bentuk latihan tahanan. Kontraksi otot yang terjadi pada saat melakukan tahanan atau latihan kekuatan terbagi dalam tiga kategori, yaitu: a) kontraksi *isometric*, b) kontraksi *isotonic*, dan c) kontraksi *isokinetic*.

b. Daya Tahan (*endurance*)

Daya tahan adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kerja dalam waktu yang relative lama. Daya tahan terbagi menjadi dua atas daya tahan otot (*muscle endurance*), dan daya tahan jantung-pernapasan peredaran darah (*respiratori-cardio-vasculatoir-endurance*).

c. Kelentukan (*flexibility*)

Kelentukan adalah kemampuan seseorang untuk dapat melakukan gerak dengan ruang gerak seluas-luasnya dalam persendiannya. Factor utamanya yaitu bentuk sendi, elastisitas otot, dan ligament. Ciri-ciri latihan Kelentukan yaitu meregangkan persendian dan mengulur sekelompok otot. Kelentukan ini sangat diperlukan oleh setiap atlet.

d. Keseimbangan (*Balance*)

Kapasitas untuk mempertahankan posisi tubuh seseorang dalam keadaan statis dan dinamis dikenal sebagai keseimbangan. Kemampuan mempertahankan posisi tubuh dan sikap secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat gerak berpindah tempat (*dynamic balance*). Visual, telinga (rumah siput) merupakan komponen yang mempengaruhi keseimbangan (Widiastuti, 2011:144).

Keseimbangan merupakan kondisi fisik yang dibutuhkan setiap manusia dalam melakukan olahraga ataupun kegiatan sehari-hari. Menurut Albertus (2015:165) menyatakan bahwa keseimbangan adalah kemampuan yang penting karena digunakan dalam aktivitas sehari-hari, contohnya pada saat berlari, berjalan, sebagian besar olahraga termasuk olahraga sepak takraw.

Waktu reaksi, kecepatan gerakan, dan waktu refleks semuanya perlu diperhitungkan saat mencapai keseimbangan ini. Untuk menjaga sikap atau sikap tubuh yang efektif saat bermain takraw, diperlukan keseimbangan dalam kemampuan bermain seseorang. Pelatihan keseimbangan biasanya dilakukan bersamaan dengan latihan pengkondisian fisik lainnya termasuk kelincahan, kecepatan, dan fleksibilitas. Ada dua macam keseimbangan menurut Ismaryati (2008:48) yaitu sebagai berikut.:

- 1) Keseimbangan statis merupakan upaya seseorang untuk mempertahankan sikap pada posisi diam di tempat. Lingkup ruang geraknya sangat kecil, seperti berdiri di atas alas yang sempit.

2) Keseimbangan dinamis merupakan upaya seseorang untuk mempertahankan posisi tubuhnya pada saat bergerak. Lingkup ruang geraknya luas, seperti saat bermain sepatu roda, bermain ski air, dan olahraga lainnya.

e. Kecepatan (*speed*)

Kecepatan merupakan kapasitas gerak dari anggota tubuh atau bagian dari sistem pengungkit tubuh atau kecepatan pergerakan dari seluruh tubuh yang dilaksanakan dalam waktu yang singkat.

f. Kelincahan (*agility*)

Kelincahan merupakan kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan. Kelincahan ini berkaitan erat dengan kecepatan dan Kelentukan.

g. *Power (elastic / fast strength)*

Power merupakan kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat.

h. Stamina

Stamina merupakan komponen fisik yang tingkatannya lebih tinggi dari daya tahan. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa atlet yang memiliki stamina yang mampu bertahan lebih lama sebelum mencapai batas maksimal.

i. Koordinasi

Koordinasi merupakan suatu kemampuan biomotorik yang sangat kompleks. Koordinasi erat kaitannya dengan kecepatan, kekuatan, daya tahan, dan Kelentukan.

Berdasarkan kutipan di atas, dapat disimpulkan bahwa keseimbangan merupakan salah satu unsur kondisi fisik yang sangat penting untuk menjaga kestabilan posisi ataupun gerakan yang dilakukan oleh manusia, dengan keseimbangan maka manusia dapat melakukan gerakan yang sulit dalam olahraga yang baru dipelajari atau dilakukan.

3. Hakikat Keterampilan

Ma'mun dan Saputra (2000: 57) menyebutkan bahwa keterampilan adalah tingkat kemampuan yang konstan dalam mencapai suatu tugas dengan sukses. Keterlibatan tubuh dalam pola gerak, keterampilan dibagi menjadi dua yaitu keterampilan gerak kasar (*gross motor skill*) dan keterampilan gerak halus (*fine motor skill*). Untuk mengklasifikasikan berbagai bentuk gerakan, kata keterampilan motorik halus dan kemampuan motorik kasar biasanya digunakan. Keterampilan motorik kasar dikendalikan oleh otot besar atau kelompok otot. Otot paha dan betis adalah dua contoh otot tersebut. Saat otot-otot ini bekerja sama, memungkinkan tindakan seperti melompat, berlari, dan berjalan. Padahal otot-otot kecil terlibat dalam mengatur keterampilan motorik halus.

Menurut Prawirasaputra (2000: 19-22) menyatakan bahwa ada dasar untuk penguasaan keterampilan di setiap olahraga. Kemampuan dasar ini biasanya dipecah menjadi tiga kategori: kemampuan manipulatif, non-lokomotor, dan lokomotor. Ketiga kemampuan ini dijelaskan dalam paragraf berikut.:

a. Keterampilan Non-lokomotor

Keterampilan non lokomotor merupakan bagian dari keterampilan yang memerlukan penggunaan otot, persendian, dan gerakan anggota gerak. Tindakan non-lokomotor termasuk berdiri tegak dengan satu kaki diangkat. Gerakan teknik dasar yang dominan dalam takraw adalah penerimaan bola pertama yang dilakukan dengan satu kaki. Penyangga kaki harus memiliki kekuatan otot. fit dan cukup kuat

untuk menjaga keseimbangan. Keterampilan dasar ini termasuk keterampilan keseimbangan, membuat area pendukung yang kecil, membuat keseimbangan seseorang menjadi tidak stabil. Sementara itu, keseimbangan seseorang akan semakin tidak menentu semakin jauh dari titik tumpu berat badannya.

b. Keterampilan Lokomotor

Pengertian kemampuan lokomotor adalah kemampuan menggerakkan anggota tubuh karena titik berat berpindah dari satu lokasi ke lokasi lain. Misalnya, kemampuan gerak dasar seperti berjalan, berlari, melompat, dan melompat diperlukan saat pemain melakukan servis atau *smash* dalam permainan takraw. Ketika mencoba melompat misalnya, keterampilan dasar utama alat gerak jenis ini perlu dilengkapi dengan kekuatan, kecepatan, dan kelincahan.

c. Keterampilan Manipulatif

Bakat manipulatif adalah kemampuan menggerakkan tangan atau kaki untuk menguasai bola. Keterampilan manipulasi lain yang dominan dalam permainan takraw adalah kemampuan menendang atau menangkap bola awal. Tentu saja, kemampuan fundamental ini tidak cukup dengan sendirinya. Misalnya, menjaga keseimbangan dan mampu membedakan ruang diperlukan untuk teknik dasar takraw dalam penerimaan bola pertama (kemampuan nonlokomotor, lokomotor, dan manipulatif).

Dari penjelasan di atas dapat disimpulkan bahwa keterampilan didefinisikan sebagai kompetensi yang ditampilkan oleh seseorang dalam tugas-tugas yang berhubungan dengan pencapaian tujuan dan diciptakan melalui proses pembelajaran dan selama tahapan pelatihan.

4. Hakikat Sepak Takraw

a. Pengertian Sepak Takraw

Sepak takraw merupakan salah satu jenis olahraga yang unik karena menggabungkan bola voli dan sepak bola di lapangan yang menyerupai lapangan bulu tangkis. Sepak takraw dikenal diberbagai negara dengan nama yang bervariasi, *Sipa* di Filipina, *chinlone* di Myanmar, *kator* di Laos, dan *takraw* di Thailand (Atmasubrata, 2012). Sebuah bola rotan atau plastik (*fiber*) digunakan dalam permainan takraw yang dimainkan di lapangan datar dengan dimensi panjang 13,40

m dan lebar 6,10 m. Dua bagian lapangan takraw dibagi oleh jaring yang menyerupai jaring bulu tangkis (Sulaiman, 2004: 1).

Dalam permainan takraw, dua tim terpisah masing-masing dengan tiga pemain berhadapan satu sama lain. Kecuali tangan, semua bagian tubuh digunakan dalam permainan ini (Sulaiman, 2008). Sepak Takraw adalah permainan yang juga disebut sebagai Sepak raga. Dua tim lawan, masing-masing dengan tiga pemain, bersaing dalam permainan ini. Setiap tim dipisahkan dengan jaring. Setiap tim memiliki tekong, apit kanan, dan apit kiri, dan permainan ini dimainkan di lapangan persegi panjang yang rata. Permainan takraw sering dimainkan di dalam ruangan atau di luar ruangan tanpa benda yang berpotensi bahaya (Winarno: 2004).

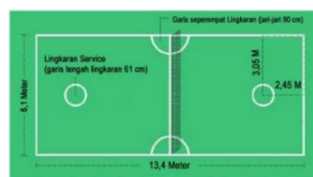
Permainan sepak takraw memiliki tujuan yang sama antar pihak, yaitu mengembalikan bola dengan cara apapun supaya dapat jatuh di lapangan lawan dan menyebabkan lawan membuat kesalahan lalu menjadi angka tambahan bagi pihak yang memasukkan. Pertanda mulainya permainan sepak takraw ini mulai dengan melakukan sepak mula (servis) yang dilakukan oleh tekong ke daerah lapang lawan. Lalu pihak sebaliknya berusaha menerima bola pertama dengan menggunakan kaki dan menggunakan anggota tubuh lainnya kecuali tangan, dalam sepak takraw hanya diperbolehkan melakukan maksimal tiga kali sentuhan oleh sendiri atau secara bergantian.

b. Sarana dan Prasarana Sepak Takraw

1) Lapangan

Lapangan Takraw memiliki panjang 13,40 meter dan lebar 6,10 meter. Garis terdekat dengan penonton adalah 3 meter, garis tengah selebar 2 sentimeter, garis

seperempat lingkaran di tengah lapangan, juga dikenal sebagai area apit kanan dan kiri, berjarak 90 sentimeter dari garis dalam, dan servis lingkaran, dengan radius 30 sentimeter, terletak di tengah setiap bidang lapangan dan berjarak 2,45 meter dari garis belakang. Garis tengah lingkaran berjarak 4,25 meter dari garis tengah lapangan, dan dari pinggir kiri dan kanan lapangan berjarak 3,05 meter dari pusat lingkaran.



**Gambar 1. Lapangan Sepak Takraw
(Sumber : Sulaiman, 2004: 16)**

2) Tiang Net

Tinggi tiang net putra adalah 1,55 m di samping dan harus minimal 1,52 m di tengah, sedangkan tinggi tiang net wanita adalah 1,45 m di samping dan minimal 1,42 mm di tengah (Hananto, 2015: 21).

3) Jaring (Net)

Jaring atau yang biasa disebut dengan net terbuat dari bahan benang kasar (*nylon*) dan memiliki ukuran lubang-lubang 4-5 cm. Lebar jaring 72 cm dan panjang tidak lebih dari 6,71 m. Pada bagian pinggir atas, samping dan bawah dibuat pita selebar kurang lebih 5 cm yang diperkuat dengan tali yang diikat pada kedua ring. Ukuran tinggi jaring sepak takraw 1,35 m dari tanah atau lantai.

4) Bola Sepak Takraw

Bola takraw yang dianyam dan memiliki lubang-lubang yang unik dan dapat menjadi sirkulasi udara disebut bola takraw, karena keunikan itu bola takraw

berbeda dari olahraga bola besar lainnya. Rotan juga digunakan untuk membuat bola takraw. Bola takraw saat ini diproduksi dalam bentuk plastik (serat sintetis) seiring berjalannya waktu (S. Tejo, 2019). Diameter lingkaran bola adalah 42–44 cm untuk anak laki-laki dan 43–45 cm untuk anak perempuan. Berat bola memiliki berat 150-160 gram untuk wanita dan 170-180 gram untuk pria (Hananto, 2015: 22).



Gambar 2. Bola Takraw
(Sumber : Sulaiman, 2004: 16)

c. Teknik Dasar Sepak Takraw

Sepak takraw terdapat berbagai jenis teknik dasar yang harus dipelajari dan dipahami, yaitu sepak sila, sepak kura, sepak cungkil, sepak badek, sepak tapak, memaha, mendada, membahu, menyundul, *smash*, menahan, dan sepak mula.

Ada beberapa macam teknik dasar dalam takraw yang perlu dipelajari dan dipahami, antara lain sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, sepak badhek, menapak, memaha, mendada, membahu, menyundul, *smash*, menahan, dan servis. Jamalong dan Syam (2014: 6–16) menguraikan keterampilan dasar yang dibutuhkan untuk bermain takraw, antara lain:

1) Sepak Sila

Sepak sila merupakan kemampuan menendang atau menyepak bola dengan kaki bagian dalam, digunakan untuk menerima, mengontrol, mengumpan, dan menghentikan serangan lawan.



Gambar 3. Keterampilan Sepak Sila
(Sumber: Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

2) Sepak Kuda

Sepak kuda atau sepak kura merupakan keterampilan sepakan atau menyepak dengan menggunakan kura kaki atau dengan punggung kaki. Sepak kura digunakan untuk memainkan atau mengontrol bola yang datangnya rendah dan kencang atau menyelamatkan bola dari serangan lawan, untuk bertahan atau menguasai bola dalam usaha menyelamatkan.



Gambar 4. Keterampilan Sepak Kuda
(Sumber: Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

3) Sepak Cungkil

Sepak cungkil merupakan keterampilan menyepak bola dengan menggunakan kaki (jari kaki). Sepak cungkil digunakan untuk mengambil bola yang jauh, rendah dan tidak menentu yang dihasilkan dari pemblokiran (*blocking*) yang dipantulkan.



Gambar 5. Keterampilan Mencungkil
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

4) Sepak Tapak (menapak)

Keterampilan menyepak bola dengan menggunakan telapak kaki yaitu disebut menapak. Digunakan untuk melakukan *smash* tipuan ke pihak lawan, servis *dropsot* menahan atau membloking *smash* dari pihak lawan dan menyelamatkan bola dekat jaring (net).



Gambar 6. Keterampilan Menapak
(Sumber : Dokumentasi Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

5) Sepak Simpuh atau Sepak Badek

Sepak badek merupakan keterampilan menyepak bola dengan kaki bagian luar atau samping luar. Digunakan untuk menjaga daerah dari serangan bola lawan, serta untuk mengontrol bola dalam usaha penyelamatan.



Gambar 7. Keterampilan Membadek
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

6) Menyundul (*Heading*)

Menyundul (*heading*) merupakan keterampilan menyundul bola dengan kepala. Digunakan untuk menerima bola pertama dari pihak lawan, meyelamatkan bola dari serangan lawan, dan memberi umpan kepada teman untuk melakukan serangan kepada lawan.



Gambar 8. Keterampilan Menyundul
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

7) Mendada

Mendada merupakan salah bentuk mengontrol dengan memainkan bola menggunakan bagian dada, digunakan untuk mempertahankan bola dari serangan lawan untuk dapat dimainkan selanjutnya dan dikembalikan ke daerah lawan.



Gambar 9. Keterampilan Mendada
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

8) Memaha

Memaha merupakan keterampilan mengontrol dengan memainkan bola dengan bagian paha dalam usaha mempertahankan bola, digunakan untuk menahan, menerima dan menyelamatkan bola dari serangan lawan.



Gambar 10. Keterampilan Memaha
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

d. Teknik Khusus Sepak Takraw

1) Sepak Mula (Servis)

Sepak mula (servis) merupakan keterampilan sepakan yang dilakukan oleh pemain belakang dalam sepak takraw yang biasa disebut tekong sebagai pertanda awal mulanya permainan. Sepak mula memiliki berbagai macam jenis gerakan yaitu seperti gaya bebas, tajam dan keras, tinggi ke belakang, semi lob, sudut, serta putar.



Gambar 11. Keterampilan Sepak Mula
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

2) Menerima Sepak Mula (*receive*)

Menerima sepak mula merupakan keterampilan yang biasa disebut sebagai keterampilan penerimaan bola pertama. Keterampilan penerimaan bola pertama ini merupakan salah satu teknik yang sangat penting karena apabila gagal dalam melakukan maka angka akan menjadi milik lawan. Maka dari itu, teknik ini memerlukan latihan yang cukup serius supaya bisa dikuasai dan mengurangi kesalahan-kesalahan tim.



Gambar 12. Keterampilan *Receive*
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

3) Mengumpan

Mengumpan merupakan keterampilan penguasaan bola untuk memberikan umpan sebelum teman melakukan *smash*. Mengumpan yang baik akan memberikan hasil *smash* yang tajam dan mudah diarahkan oleh teman untuk dimasukkan ke daerah lawan. Sehingga teknik mengumpan ini merupakan salah satu kunci keberhasilan *smash*.



Gambar 13. Keterampilan Mengumpan
(Sumber: Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

4) Menahan (*block*)

Menahan atau keterampilan yang biasa disebut *block* merupakan salah satu keterampilan bertahan untuk menghalangi atau menahan serangan dari lawan yang melakukan *smash*. Tujuannya yaitu untuk menggagalkan serangan atau *smash* dari lawan untuk mendapatkan angka.



Gambar 14. Keterampilan Menahan
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

5) Menembak (*Smash*)

Menembak atau *smash* merupakan keterampilan gerakan serangan yang dilakukan untuk menjatuhkan bola ke daerah lawan yang dilakukan setelah melakukan *passing* sendiri atau umpan yang diberikan dari teman. *Smash* yang baik merupakan gerakan menembak yang tajam, keras dan sulit diterima lawan dan menghasilkan angka. *Smash* memiliki berbagai macam antara lain yaitu *smash* gulung (akrtobatik), *smash* kedeng, dan masih banyak lagi.



Gambar 15. Keterampilan Menembak
(Sumber : Dokumen Pribadi Isna Nur Hunaini, 2022)

5. Penerimaan Bola Pertama (*receive*)

a. Pengertian Menerima Bola Pertama

Teknik penerimaan bola pertama merupakan salah satu bentuk usaha pertahanan sekaligus merupakan awal dari serangan karena apabila sebuah regu sudah menguasai teknik penerimaan bola pertama dengan baik, hal itu menjelaskan bahwa regu tersebut sudah berhasil melakukan pertahanan dari pihak lawan dalam bentuk serangan apapun, contohnya dapat menerima serangan servis dari lawan. Apabila penerimaan bola pertama sudah dikuasai maka kemungkinan untuk memperoleh angka bisa lebih besar. Pendapat lain mengenai penerimaan bola pertama menurut Zalfendi (2009: 137) menerima bola dari servis lawan merupakan gerak kerja yang sangat penting dan harus dikuasai oleh setiap pemain, karena kesalahan dan kegagalan seorang pemain menerima servis yaitu artinya memberikan angka kepada regu lawan yang melakukan servis. Pendapat lain dari Zalfendi (2009: 138) mengemukakan bahwa menerima bola pertama juga bisa dikatakan berhasil apabila *smasher* dapat melakukan *smash* dengan baik dan sempurna ke daerah lawan.

Jika sebuah tim telah mempelajari cara menerima bola pertama dengan baik, itu menjelaskan bahwa tim tersebut telah berhasil mempertahankan serangan

apapun dari lawan, misalnya mampu menerima serangan servis lawan. Teknik menerima bola pertama juga menjadi awal serangan Apabila penerimaan bola pertama sudah dikuasai maka kemungkinan untuk memperoleh angka bisa lebih besar. Perspektif lain dalam menerima bola pertama menyatakan bahwa setiap pemain harus menguasai menerima bola dari servis lawan karena kesalahan dan kegagalan dalam menerima servis mengakibatkan poin masuk ke tim yang melakukan servis terlebih dahulu (Zalfendi, 2009: 137). Menurut Zalfendi (2009: 138), penerimaan bola awal juga dapat dianggap berhasil apabila pukulan *smasher* dapat mengenai daerah lawan dengan tepat dan benar.

b. Tujuan Penerimaan Bola Pertama

Tujuan dari gerakan penerima bola pertama adalah untuk menerapkan suatu teknik dalam upaya menghentikan serangan atau servis bola pertama lawan. Menerima bola atau servis pertama dari lawan merupakan teknik yang perlu dikuasai dan menuntut latihan yang cukup bagi setiap pemain, karena merupakan salah satu teknik yang paling sulit untuk dikuasai selain penting dalam permainan (Engle, 2010: 12). Sudut pandang lain dalam menerima bola pertama diberikan oleh (Hakim, 2007: 3), yang menyatakan bahwa meskipun teknik sepak mula digunakan untuk memulai permainan di takraw, permainan akan berakhir jika tim penerima tendangan tidak dapat mengontrol atau menerima bola pertama.

Hal ini menyebabkan, regu penerima telah melakukan kesalahan dan kehilangan angka untuk regunya. Dalam permainan takraw, penerimaan bola pertama merupakan salah satu teknik yang sangat penting. Setelah itu, menurut Zaidul (2005: 15), menerima bola pertama adalah awal dari serangan dan upaya

pertahanan. Itu juga menentukan seberapa baik serangan itu akan berjalan. Jika bola pertama tidak diterima dengan baik, tim tidak akan bisa melakukan serangan secara efisien.

c. Teknik Menerima Bola Pertama

Menurut Zaidul (2005:14) menjelaskan cara melakukan teknik penerimaan bola pertama yang baik dalam sepak takraw yaitu sebagai berikut: (1) Berdiri dengan kedua kaki yang sedikit ditekuk. (2) Posisi badan sedikit condong ke depan dengan keadaan rileks serta kedua tangan menjaga keseimbangan. (3) Pandangan mata fokus ke arah datangnya bola atau servis lawan. (4) Pada saat bola di servis segera mengantisipasi laju jalannya bola, menggunakan sepak kura, sepak sila, dan teknik dasar lainnya. (5) Penerimaan bola pertama diusahakan posisi bola tinggi supaya mudah untuk dilanjutkan gerakan lanjutan oleh pemain satu regu.

Adapun bentuk lain dalam teknik menerima bola pertama (*receive*) selain dari penjabaran di atas, yaitu sebagai berikut: (1) Pemain penerima bola pertama (*receive*) yang berada di lapangan, berada dalam posisi siap dengan kedua kaki sedikit ditekuk. (2) Menerima bola pertama menggunakan sepak sila karena sepak sila merupakan teknik dasar yang sering digunakan dalam memberikan umpan lanjutan dengan bola tinggi dan rendah. (3) Setelah pemain penerima bola pertama menerima bola, bola diarahkan dan dikuasi untuk gerakan lanjutan seperti menerima bola pertama oleh tekong, lalu diumpan kepada apit kanan atau kiri untuk melakukan *smash* ke daerah lawan, dari apit kanan mengumpan kepada apit kiri begitu sebaliknya, dan bisa dengan mengontrol bola sendiri dengan maksimal tiga

kali sentuhan lalu melakukan gerakan lanjutan untuk memasukan bola ke daerah lawan.

Berdasarkan pendapat di atas, dapat disimpulkan bahwa menerima servis merupakan salah satu teknik penerimaan bola pertama dari serangan lawan, yang dimana penerimaan bola pertama perlu dikuasai oleh setiap pemain, dengan tujuan untuk menghindari terjadinya kegagalan dalam melakukan penerimaan bola pertama yang menyebabkan kehilangan angka untuk regu. Penerimaan bola pertama atau menerima servis yang tidak baik dapat menyebabkan performa regu kurang maksimal dan sulit dalam mendapatkan angka. Sebuah regu telah dikatakan berhasil melakukan pertahanan dari serangan servis pihak lawan, apabila penerimaan bola pertama dilakukan dengan baik dan mampu mengembalikan bola ke daerah lawan. Dengan penguasaan penerimaan bola pertama yang baik, pemain juga dapat menguasai serangan lain seperti *smash* dan lainnya guna mematikan bola di daerah lawan untuk memperoleh ataupun mendapatkan penambahan angka.

6. Hakikat Ekstrakurikuler Olahraga

a. Dasar Hukum Ekstrakurikuler Olahraga

Dasar hukum ekstrakurikuler olahraga, yaitu sebagai berikut: 1) Keputusan Dirjen Dikdasmen Nomor 226/C/Kep 1992, sebagaimana tercantum dalam Hastuti (2008: 64), mendefinisikan kegiatan ekstrakurikuler sebagai kegiatan yang dilaksanakan di luar jam belajar reguler dan bersifat dilakukan pada saat hari libur sekolah, dengan tempat di dalam maupun di luar sekolah, dengan tujuan memberikan pengetahuan yang lebih mendalam kepada siswa, 2) Depdiknas (2004:01) dan Hastuti (2008:63) memberikan definisi tambahan tentang kegiatan

ekstrakurikuler. Menurut Tri Ani Hastuti, kegiatan ekstrakurikuler adalah program siswa yang disponsori sekolah yang dirancang untuk membantu siswa mengembangkan keterampilan dan minat serta pengetahuan siswa.

Berdasarkan pendapat yang sudah dikemukakan diatas, bahwa ekstrakurikuler pada umumnya memiliki tujuan yang sama dalam membina peserta didik dalam pelajaran yang terkait, serta untuk menyalurkan bakat serta minat dalam bidang akademik maupun non akademik.

b. Definisi Ekstrakurikuler Olahraga

Ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan di luar jam pelajaran dengan tujuan membina, meningkatkan, dan mengembangkan bakat dan minat siswa pada suatu mata pelajaran atau olahraga tertentu. Siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler mempelajari konsep-konsep yang mungkin belum siswa pelajari selama periode kelas yang didedikasikan untuk pendidikan jasmani (Atmaja, 2012: 23). Pandangan lain tentang ekstrakurikuler olahraga dipegang oleh Supandi (2006: 45), yang menyatakan bahwa ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu kegiatan yang dilakukan siswa untuk mendapatkan pemahaman yang lebih luas tentang pentingnya olahraga yang siswa minati dan ikuti. Guru ekstrakurikuler olahraga di suatu sekolah sudah seharusnya membantu siswa meningkatkan bakat dan keterampilannya di bidang olahraga dengan maksud untuk membantu siswa dalam mencapai prestasi. Ekstrakurikuler olahraga dimanfaatkan sebagai tempat berlatih dalam upaya meraih keberhasilan olahraga.

c. Tujuan Ekstrakurikuler Olahraga

Melalui keikutsertaan dalam kegiatan ekstrakurikuler olahraga, siswa didorong untuk mengembangkan dan memelihara kondisi fisiknya dalam kegiatan yang dipilihnya. Hal ini dilakukan agar anak dapat mengembangkan jati dirinya dan siap berkompetisi di masa mendatang dengan menjadikan atletik sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Menurut Sutrisno (2013: 20), “Ekstrakurikuler olahraga adalah kegiatan yang berupaya untuk mengembangkan potensi siswa guna mencapai peningkatan kualitas diri baik secara fisik maupun psikis.”

Pendapat kedua dikemukakan oleh Sutrisno (2013:23), yang menyatakan bahwa anak diharapkan memperoleh bekal hak kemandirian, kepercayaan diri, dan kreativitas melalui ekstrakurikuler olahraga. Ekstrakurikuler olahraga dapat dijadikan sebagai wadah untuk mencetak lulusan yang terampil, berkualitas, berbudi pekerti luhur, serta sehat jasmani dan rohani.

d. Jenis-jenis Kegiatan Ekstrakurikuler Olahraga

Program ekstrakurikuler olahraga pada hakekatnya diberikan oleh sekolah kepada siswa dengan memperhatikan keterampilan, minat, dan kemampuannya di bidang olahraga. Hermawan (2010: 6) menyebutkan beberapa alternatif pembuatan program kegiatan ekstrakurikuler olahraga.

1) Alternatif-1 (*Top-Down*)

Sesuai dengan kebutuhan siswa, sekolah merencanakan dan menawarkan program kegiatan ekstrakurikuler dalam bentuk kelompok atau paket (jenis kegiatan).

2) Alternatif-2 (*Bottom-Up*)

Dalam memutuskan dan merencanakan program kegiatan ekstrakurikuler, sekolah memperhatikan keragaman potensi aspirasi, minat, bakat, motivasi, dan kemampuan siswa atau kelompok.

3) Alternatif-3 yaitu Variasi dari alternatif-1 dan alternatif-2

7. Karakteristik Peserta didik SD

a. Hakikat Anak Usia Sekolah Dasar

Menurut Nursidik Kurniawan dalam Karsiyah (2009:14), anak usia sekolah dasar pada umumnya berada dalam masa pertumbuhan perkembangan intelektual, emosional, dan fisiknya. Namun, tingkat perkembangan anak di masing-masing area ini bervariasi, yang mengarah ke tingkat pertumbuhan yang berbeda. Meskipun memiliki usia yang sama, hal ini merupakan komponen yang menimbulkan perbedaan individu pada siswa sekolah dasar.

Yusuf (2000: 24) menegaskan bahwa anak usia sekolah dasar menunjukkan keragaman individu dalam berbagai cara, termasuk perbedaan dalam IQ, kemampuan linguistik dan kognitif, perkembangan kepribadian, dan perkembangan fisik anak.

b. Karakteristik Peserta Didik Sekolah Dasar secara Fisik

Kesehatan tidak menentu, mudah terpengaruh dan rentan penyakit dan gerak perlawanan masih rendah. Era "anak besar" mencakup siswa di sekolah dasar. Anak besar adalah anak yang berumur antara 6 sampai 10 atau 12 tahun (Sugiyanto, 1991:101). Perkembangan fisik periode ini menunjukkan kecenderungan yang berbeda dengan periode sebelumnya dan periode sesudahnya. Menurut Annarino

yang dikutip Sukintaka (1992:41), pemuda kelas bawah (usia 6 sampai 8 tahun) menunjukkan ciri-ciri sebagai berikut:

- 1) Waktu reaksi lambat, koordinasi buruk, membutuhkan banyak otot besar yang berbeda, suka mengejar, berkelahi, bermain, dan makan.
- 2) Dengan musik atau suara berirama, seseorang menjadi aktif, bersemangat, dan gembira.
- 3) Tulang rapuh dan rentan terhadap distorsi.
- 4) Hati dalam keadaan genting.
- 5) Perasaan pertimbangan dan pemahaman muncul.
- 6) Meskipun koordinasi mata-tangan membaik, otot polos masih belum dapat digunakan dengan benar.
- 7) Kesehatan tidak menentu, mudah sakit, mudah dirugikan, dan daya tahan gerak rendah.

Batas atas usia anak menunjukkan bahwa penting untuk menyesuaikan aspek dan karakteristik siswa ketika mengajar melalui aktivitas fisik. Dalam hal ini pendidikan jasmani atau pembelajaran yang diberikan guru harus menggali dan memahami karakteristik siswa sebagai pembelajar. Tahun sekolah dasar juga dikenal sebagai tahun intelektual atau tahun kerukunan pendidikan. Anak-anak secara substansial lebih terbuka untuk menerima pendidikan dan informasi dari sebelum dan sesudah pada usia ini. Ciri-ciri anak usia sekolah dasar menurut Yusuf (2000: 24) adalah sebagai berikut: kelas rendah (6-10 tahun), menunjukkan ciri pembeda seperti hubungan positif yang tinggi antara kondisi fisik dan prestasi. Oleh karena itu, fisik yang sehat akan berdampak pada kesuksesan yang diraih. Salah

satu ciri karakter anak usia sekolah dasar adalah siswa memiliki kecenderungan untuk meninggikan diri sendiri setiap kali siswa mengikuti aturan tradisional, siswa senang membandingkan diri siswa dengan anak lain, dan siswa menganggap suatu masalah tidak penting jika siswa tidak dapat menyelesaikannya. Siswa juga percaya bahwa jika siswa mendapat nilai bagus, terlepas dari prestasi siswa, siswa pantas dihargai tinggi.

Masa akhir kanak-kanak sering disebut sebagai masa sekolah atau masa sekolah dasar, menurut Izzaty, dkk (2008:104) Anak-anak mengalami masa ini mulai dari usia 6 tahun hingga mulai pubertas, dan masa remaja awal berlangsung dari usia 11 sampai 13 tahun. Anak tersebut sekarang sudah siap untuk masuk sekolah dasar dan siap sekolah. Izzaty, dkk. (2008: 105–117) lebih lanjut menyatakan bahwa ciri dan pertumbuhan masa kanak-kanak akhir dapat dilihat dari:

1) Perkembangan fisik

Sebelum memasuki masa pubertas, ketika pertumbuhan begitu pesat baik dari kemampuan kognitif maupun mempelajari keterampilan baru, pertumbuhan fisik cenderung lebih stabil atau tenang. Selama pubertas, jaringan otot tumbuh jauh lebih cepat daripada jaringan lemak. Selain itu, latihan diperlukan untuk lebih mengembangkan berbagai keterampilan, termasuk keseimbangan tubuh, mengetahui ke mana mengarahkan bola, dan mengantisipasi gerakan. Sangat penting bagi anak-anak untuk tetap aktif sepanjang waktu, secara teori.

2) Perkembangan Kognitif

Menurut Piaget yang dikutip oleh Izzaty, dkk. (2008: 105), masa akhir kanak-kanak (usia 7 sampai 12 tahun) adalah ketika pemikiran menjadi lebih padat, sedangkan masa kanak-kanak awal lebih merupakan periode yang tidak jelas. Dan masih belum jelas dalam istilah yang lebih spesifik. Anak-anak dapat menggunakan kemampuan mental siswa untuk mengatasi kesulitan tertentu, menggunakan operasi mental untuk mengatasi masalah dunia nyata. kurangnya ego dan timbulnya kesenangan social.

3) Perkembangan emosi

Kehidupan seorang anak secara signifikan dipengaruhi oleh emosi siswa. Anak muda juga mengalami efek dari emosi ini secara fisik, terutama ketika itu intens dan terus-menerus. Anak diajarkan untuk menahan ekspresi emosi yang kurang diinginkan, seperti marah, menyakiti perasaan orang lain, menakut-nakuti, dan sebagainya. Hurlock, yang dikutip oleh Izzaty, dkk. (2008: 112), menyatakan bahwa ekspresi emosi yang muncul saat ini sama dengan sebelumnya dan meliputi: kemarahan, ketakutan, kecemburuan, rasa ingin tahu, iri hati, kegembiraan, kemurungan, dan kasih sayang.

4) Perkembangan Sosial

Lingkungan sosial yang terus-menerus diekspos oleh seorang anak berdampak pada dirinya sejak lahir. Perilaku sosialnya sangat dipengaruhi oleh orang-orang di sekitarnya. Adanya keinginan yang kuat untuk menyesuaikan diri dengan kelompok sebaya. Anak itu berusaha menemukan orang lain dalam kelompoknya yang mirip dengannya. Menurut Santrock, yang dikutip oleh Izzaty, dkk (2008: 105) anak

muda sering bertanya pada diri sendiri, "Apa yang dapat saya lakukan agar semua teman saya menyukai saya?" Apa yang saya lakukan salah? Siswa bahkan berusaha keras untuk menjadi anak paling populer di kelompoknya dalam upaya memenangkan rasa kasihan teman sebayanya.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa masa anak-anak ialah masa dimana awal mula siswa mempelajari segala aspek dalam kehidupan. Kondisi fisik, emosional, kognitif dan sosial masih dalam tahap pembelajaran yang perlu diberikan arahan dalam mengontrol oleh guru. Kemampuan gerak anak sekolah dasar baru memasuki tahap awal, terutama kemampuan gerak anak dalam aktivitas olahraga. Fase gerak anak sekolah dasar perlu dimaksimalkan, diperhatikan dan diperbaiki.

B. Kajian Penelitian yang Relevan

Peneliti mencari bahan penelitian terkini yang menarik untuk diteliti guna melengkapi dan membantu dalam persiapan penelitian ini. Kajian teoritis yang dikemukakan membutuhkan dukungan dari temuan penelitian yang relevan dengan penelitian ini agar dapat menjadi landasan bagi penciptaan kerangka konseptual. Studi berikut ini berkaitan dengan penelitian ini:

1. Penelitian milik Zulman, Ali Umar, dan Atradinal tahun (2018) yang berjudul "Hubungan Keseimbangan dan Kelincahan Terhadap Keterampilan Sepak Sila Pemain Sepak Takraw SMP Negeri 2 Batang Anai". Jenis penelitian adalah korelasi, dengan populasi pemain Sepaktakraw SMP Negeri 2 Batang Anai sebanyak 15 orang. Penarikan sampel menggunakan teknik total *sampling* yang mana seluruh populasi 15 orang dijadikan sampel. Pengumpulan data

penelitian keseimbangan menggunakan tes keseimbangan dengan tes berdiri dengan satu kaki dengan mengembangkan kedua tangan, dan kelincahan menggunakan *tes suthle run* (lari bolak-balik), keterampilan Sepak Sila, dengan melakukan Sepak Sila pemain diberi kesempatan melakukannya selama 60 detik. Data diolah menggunakan rumus korelasi *product moment*. Hasil penelitian ditemukan 1) Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dengan keterampilan Sepak Sila dalam Sepaktakraw pemain SMP Negeri 2 Batang Anai dengan $t_{hitung} (3.240) > t_{tabel} (1.771)$, 2) Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kelincahan dengan keterampilan Sepak Sila dalam Sepaktakraw pemain SMP Negeri 2 Batang Anai dengan $t_{hitung} (0.371) < t_{tabel} (1.771)$, 3) Terdapat hubungan yang signifikan antara keseimbangan dan kelincahan secara bersama-sama terhadap keterampilan Sepak Sila dalam Sepaktakraw dengan $F_{hitung} (5.86) > F_{tabel} (3.88)$ dilihat dari pemain Sepaktakraw SMP Negeri 2 Batang Anai.

2. Penelitian milik Amelia Vica tahun (2019) yang berjudul “Hubungan Kelincahan dan Keseimbangan Terhadap Hasil *Receive* Pada Atlet Sepak Takraw Putri PUSLATDA Jawa Timur”. Penelitian ini menggunakan metode non-eksperimen dengan pendekatan kuantitatif dan menggunakan desain penelitian korelasional. Populasi penelitian sejumlah 10 atlet putri PUSLATDA Jawa Timur. Berdasarkan hipotesis dan analisis data yang telah diperoleh maka dapat diketahui bahwa ada pengaruh antara variabel bebas kelincahan terhadap variabel terikat *receive* dengan sumbangan efektif yang di berikan sebesar 92%, namun tidak terdapat pengaruh antara variabel bebas

keseimbangan terhadap variabel terikat hasil *receive* , namun secara simultan (bersama) terdapat pengaruh yang signifikan antara variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y) sebesar 88,3% sedangkan sisanya 11,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Berdasarkan data dan pembahasan dalam penelitian ini maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan secara parsial (tersendiri) antara variabel kelincuhan terhadap hasil *receive* akan tetapi tidak terdapat hubungan secara parsial (tersendiri) antara variabel keseimbangan terhadap hasil *receive*, namun secara simultan (bersama) terdapat hubungan antara variabel keseimbangan dan kelincuhan terhadap hasil *receive* pada atlet sepak takraw putri PUSLATDA Jawa Timur.

3. Penelitian Suparminto (2014) yang berjudul “Hubungan Antara Perseptual Motorik dengan Keterampilan Sepak Sila Siswa SD Negeri 1 Karangjambe Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga yang mengikuti Ekstrakurikuler Sepak Takraw”. Penelitian ini menggunakan metode *survey*. Populasi penelitiannya adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw yang berjumlah 20 siswa putra. Instrumen yang digunakan adalah tes perseptual motorik dan sepak sila. Teknik analisis datanya menggunakan *Product Moment Pearson* dengan nilai signifikansi 0,05. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara perseptual motorik dengan keterampilan sepak sila siswa SD Negeri 1 Karangjambe Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga yang mengikuti ekstrakurikuler sepaktakraw. Dari hasil analisis korelasi sederhana (r) didapat korelasi antara perseptual motorik dengan keterampilan sepak sila (r) adalah 0,917. Kesimpulan penelitian ini yaitu nilai

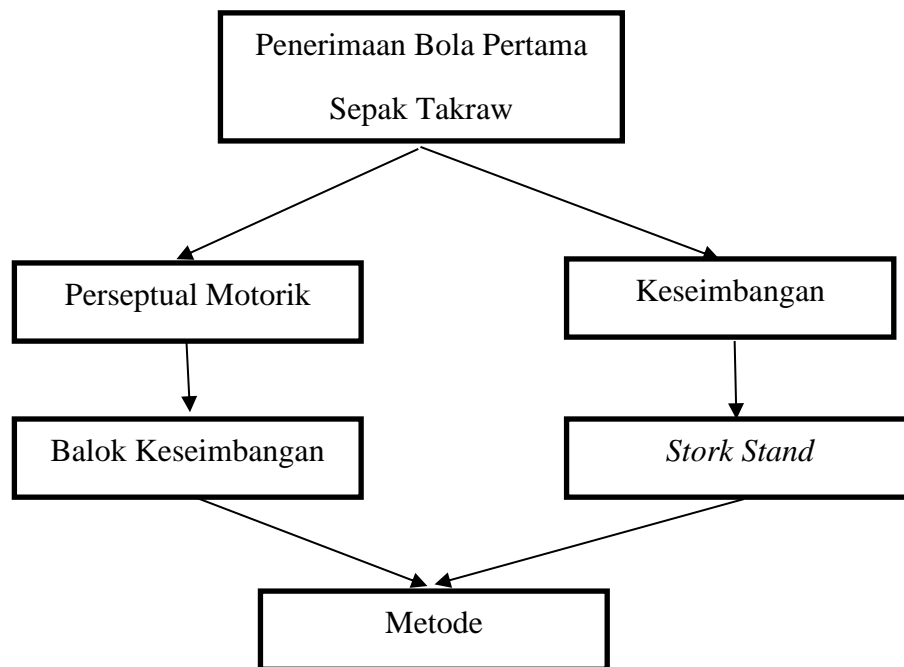
signifikansi ($0,000 < 0,05$) maka H_0 ditolak, artinya bahwa ada hubungan secara signifikan antara perseptual motorik dan sepak sila.

C. Kerangka Berpikir

Anak-anak di sekolah dasar menunjukkan sifat yang beragam dari anak-anak yang lebih muda dan lebih tua. Anak-anak di sekolah dasar senang bermain dan banyak bergerak, bergaul dengan teman-teman, dan lebih suka menyelesaikan sesuatu sendiri. Perseptual motorik adalah kemampuan untuk mengambil, memahami, dan memilih informasi atau rangsangan dari luar, serta melakukan peregangan dan mengendalikan otot selama waktu tertentu. Berdasarkan kajian teori tersebut di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa seseorang perlu memiliki perseptual motorik dan keseimbangan yang baik, serta keterampilan dalam menerima bola pertama saat bermain sepak takraw, agar dapat melakukan atau bermain sepak takraw dengan baik, khususnya dalam permainan sepak takraw dan teknik menerima bola pertama. Setiap pemain dalam aturan harus mahir dalam seni menerima bola pertama, yang merupakan keterampilan yang sangat penting.

Hal ini karena setiap pemain yang menerima servis harus melakukan beberapa gerakan untuk merencanakan serangan balik atau serangan balik terhadap tim yang melakukan servis dan menjaga keseimbangan tubuh agar dapat menggunakan kemampuan menerima karena arah bola saat servis tidak terduga. Untuk memilih posisi tim sekolah yang tepat, ekstrakurikuler sepak takraw Kabupaten Cilacap harus memperhatikan kondisi fisik dan gerak perseptual peserta selama latihan. Teknik penerimaan bola pertama dipengaruhi oleh keseimbangan dan perseptual motorik.

Data penelitian ini diambil melalui tes dan pengukuran yang dilakukan peserta didik ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap. Teknik yang digunakan untuk menentukan sampel yaitu *purposive sampling* dari masing-masing sekolah. Peserta didik ekstrakurikuler sepak takraw melakukan tes perseptual motorik dengan berjalan di balok keseimbangan dan pengukuran *stork stand*, penerimaan bola pertama atau sepak sila.



Gambar 16. Kerangka Berpikir

D. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kerangka berpikir yang telah diuraikan adapun hipotesis yang diharapkan dapat dibuktikan kebenarannya melalui data sebagai berikut :

1. Adanya hubungan antara perseptual motorik dengan penerimaan bola pertama pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.
2. Adanya hubungan antara keseimbangan dengan penerimaan bola pertama pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap.

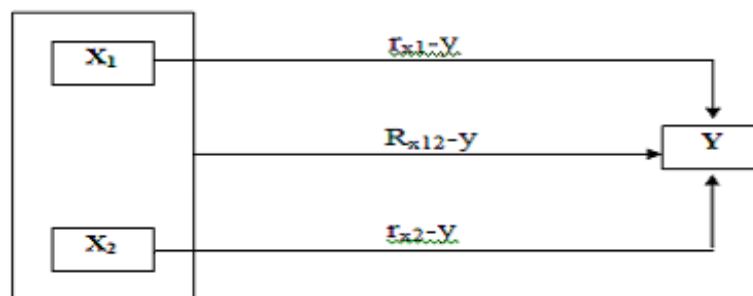
3. Adanya hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan penerimaan bola pertama pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap secara bersama-sama atau simultan.

BAB III

METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Penelitian kuantitatif deskriptif korelasional merupakan metode yang digunakan dalam penelitian ini. Penelitian korelasi menurut Arikunto (2016:247) adalah penelitian yang dilakukan untuk memastikan ada tidaknya hubungan antara dua variabel atau lebih. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana kemampuan penerimaan bola awal anak peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap terkait dengan perseptual motorik dan keseimbangan. Pendekatan survei yang digunakan dalam penelitian ini meliputi prosedur tes dan pengukuran. Untuk menghasilkan petunjuk empiris yang secara langsung relevan dengan subjek studi yang ada, desain penelitian direncanakan dan dilaksanakan dengan hati-hati. Sedangkan kemampuan penerimaan bola pertama (Y) merupakan variabel terikat, perseptual (X_1) dan keseimbangan (X_2) merupakan variabel bebas. Desain penelitian sebagai berikut:



Gambar 17. Desain Penelitian
Sumber : Sugiyono (2008: 219)

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Lapangan Sepak Takraw SD Negeri Cimanggu 02, SD Muhammadiyah Jenang PK, dan SD Negeri Panimbang 03 yang beralamatkan di Kabupaten Cilacap. Waktu untuk pelaksanaan penelitian ini dilaksanakan pada 6-10 Januari 2023.

C. Populasi dan Sampel Penelitian

1. Populasi Penelitian

Populasi adalah wilayah untuk generalisasi yang terdiri dari hal-hal atau orang-orang dengan kriteria dan karakteristik tertentu yang telah diputuskan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian diambil kesimpulannya (Sugiyono, 2015). Penelitian ini merupakan penelitian populasi, 32 siswa, termasuk 8 siswa dari SD Negeri Cimanggu 02, 7 dari SD Negeri Panimbang 03, dan 17 dari SD Muhammadiyah Jenang PK, merupakan populasi penelitian.

2. Sampel Penelitian

Dengan menggunakan teknik *sampling*, sampel adalah sebagian dari populasi yang diambil atau dipilih (Hardani, dkk. 2020: 363). *Purposive sampling* digunakan untuk memilih sampel untuk penelitian ini. *Purposive sampling* menurut Sugiyono (2015:85) adalah teknik pengambilan sampel dengan persyaratan dan pertimbangan tertentu. Kondisi berikut harus dipenuhi untuk membayar sampel ini: (1) partisipasi aktif dalam pelatihan; (2) kesediaan secara lisan untuk berpartisipasi sebagai sampel dan kesediaan untuk melakukan pengukuran tes; dan (4) kemampuan melakukan sepak sila minimal tiga kali dalam satu kali percobaan. Ada 24 anak di antara peserta yang memenuhi persyaratan tersebut.

D. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian (Arikunto, 2016: 118). Variabel yang mempengaruhi disebut penyebab, variabel bebas atau independent yaitu Perseptual Motorik (X_1) dan Keseimbangan (X_2) sedangkan variabel terikat atau dependent yaitu Keterampilan Penerimaan Bola Pertama (Y). Dalam penelitian ini terdapat dua variabel independent yaitu perseptual motorik dan keseimbangan serta keterampilan penerimaan bola pertama sebagai variabel terikat. Definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut :

1. Perseptual motorik adalah kemampuan siswa untuk mengikuti instruksi sesuai perintah yang dibentuk dari komponen-komponen gerak. Kemampuan perseptual motorik merupakan kemampuan pemahaman tubuh, pemahaman ruang, pemahaman arah, kualitas gerak dan hubungan objek diluar tubuh siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap yang dihasilkan melalui pengukuran menggunakan instrumen perseptual motorik yang meliputi tes berjalan maju, berjalan mundur, berputar ke arah kanan, berputar ke arah kiri, berjingkat dengan satu kaki kanan, berjingkat dengan satu kaki kiri. Semua dilakukan tanpa beban maupun dengan beban 0,5 kg diatas balok keseimbangan.
2. Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh baik dalam kondisi statis dan dinamis. Penelitian ini menggunakan keseimbangan statis, yaitu menggunakan tes *stork stand*/berdiri dengan satu kaki, untuk mengukur keseimbangan (Hartana, 2008: 33).

3. Tes penerimaan bola pertama yang dilakukan sepuluh kali dengan perhitungan skor total menilai kemampuan pemain menerima bola pertama dalam upaya mempertahankan daerah dari serangan tendangan pembuka lawan.

E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian adalah peralatan atau fasilitas yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data agar penelitian menjadi lebih mudah dan menghasilkan temuan yang lebih baik, dalam artian datanya cermat, teliti, dan sistematis sehingga mudah dalam penanganannya (Arikunto, 2010: 136). Alat-alat berikut digunakan dalam penelitian ini:

a. Perseptual motorik

Instrumen motorik perseptual siswa sekolah dasar dari Hari Amirullah Rachman (2004) dengan uji reliabilitas 0,92 merupakan instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Instrumen perseptual motorik meliputi tes tanpa beban yang meliputi berjinjit dengan satu kaki kanan lalu ganti kaki kiri sepanjang balok keseimbangan, berjalan maju sepanjang balok keseimbangan, berjalan mundur sepanjang balok keseimbangan, berputar ke kanan pada keseimbangan balok, dan berjingkat dengan satu kaki di sisi kanan atau kiri balok keseimbangan. Pengujian kemudian dilanjutkan dengan beban 0,5 kg.

b. Keseimbangan

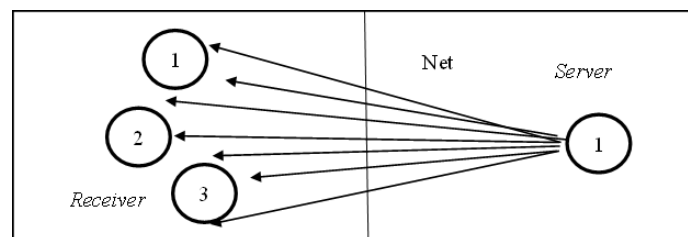
Keseimbangan merupakan kemampuan seseorang untuk mempertahankan posisi tubuh baik dalam kondisi statis dan dinamis. Penelitian ini menggunakan keseimbangan statis, yaitu menggunakan tes *stork stand*/berdiri dengan salah satu

kaki terkuat (jinjit), dilakukan dua kali percobaan dan diambil rata-rata dari data tersebut.

c. Penerimaan Bola Pertama

Tes ini bertujuan untuk mengukur tingkat keterampilan atau kemampuan pemain dalam menerima bola pertama dari servis lawan pada permainan sepak takraw.

- a) Peserta didik tiga orang (testi) berdiri di tengah lapangan, bersiap menerima servis dari tekong (*server*). Hal ini seperti posisi akan bertanding.
- b) Tekong/*server* melakukan servis (menyepak bola dengan kaki) dengan bola dilambungkan oleh apit, servis ke arah testi bebas, bisa dengan pukulan keras tajam atau *splash/skrup* atau penempatan bola dilapangan lawan.
- c) Testi tiga orang, masing-masing menerima bola *server* sebanyak 10 kali.
- d) Testi berusaha menerima bola (dengan seluruh anggota badannya kecuali tangan) dari tekong/*server* dengan sebaik-baiknya.
- e) Skor/nilai yang diperoleh oleh testi, adalah total skor dari 10 kali menerima servis.



**Gambar 18. Posisi Penerimaan Bola dan Arah Bola
(Sumber : Fatimah, 2022: 44)**

Adapun penskoran tes menerima bola pertama untuk setiap penerimaan adalah sebagai mana pada tabel di bawah ini:

Tabel 1. Skor Penilaian Penerimaan Bola Pertama

Penerimaan Bola Pertama	Skor
<ul style="list-style-type: none">• Bola dapat diterima oleh testi dengan baik, dengan penguasaan bola yang tenang, dilambungkan dekat dengan dirinya (kurang dari satu meter).	4
<ul style="list-style-type: none">• Bola dapat diterima oleh testi kurang baik, penguasaan bola kurang tenang, lambungan bola lebih jauh dari dirinya sampai keluar lapangan tetapi masih dalam jangkauan penguasaan.	3
<ul style="list-style-type: none">• Bola dapat diterima oleh testi tetapi tidak dalam penguasaannya, masuk ke lapangan lawan.	2
<ul style="list-style-type: none">• Bola diterima oleh testi, tetapi bola menyentuh net, masuk ke lapangan sendiri• Bola diterima oleh testi, tapi sasaran jauh ke luar lapangan	1
<ul style="list-style-type: none">• Bola tidak dapat diterima oleh testi (anggota tubuh tidak dapat menyentuh sedikitpun) oleh testi, bola masuk ke lapangan sendiri.	0

(Sumber : Sulaiman, 2011)

Hal yang perlu diperhatikan *tester* yaitu apabila pukulan tekong/*server* diulang, jika:

- a. Bola yang diservis menyangkut net jatuh di lapangan *server*.
- b. Bola yang dipukul *server* keluar garis batas lapangan (*out*).
- c. Lambungan bola ke tekong tidak tepat, sehingga tidak disepak oleh tekong.
- d. Bola servis mengenai net dan jatuh dekat dengan net di bidang lapangan penerima servis (Testi).

2. Teknik dan Pengumpulan Data

Penelitian ini merupakan penelitian *survey* yang dimana Teknik pengumpulan datanya menggunakan tes dan pengukuran. Tes dan pengukuran dilakukan untuk mengetahui perseptual motorik, keseimbangan serta keterampilan penerimaan bola pertama siswa peserta ekstrakurikuler sekolah dasar di Kabupaten Cilacap. Sebelum melakukan pengukuran peneliti menjelaskan mengenai prosedur penilaian yang harus dilakukan siswa/testi serta menjelaskan item-item yang akan dilakukan. Dalam pengambilan data ini siswa melakukan secara bergantian sesuai urutan yang sudah ditentukan. Pengumpulan data ini dibantu oleh satu guru penjas masing-masing sekolah

F. Teknik Analisis Data

1. Analisis Deskriptif

Menurut Sugiyono (2012: 29) menyatakan bahwa analisis statistik deskriptif merupakan gambaran tentang objek penelitian melalui sampel/data keseluruhan tanpa analisis dan kesimpulan yang umum. Analisis tersebut yaitu modus, median, *mean*, nilai maksimum, nilai minimum, standar deviasi dan tabel distribusi frekuensi.

Analisis selanjutnya yaitu deskripsi data dikelompokkan menjadi 5 kategori dengan menggunakan nilai rata-rata hitung (*arithmetic mean*) dan standar deviasi. Adapun pengkategori datanya yaitu sebagai berikut:

Tabel 2. Pedoman Pengkategorian

No.	Interval	Kategori
1.	$X > (M_i + 1,5 SD_i)$	Sangat Tinggi
2.	$(M_i + 0,5 SD_i) < X \leq (M_i + 1,5 SD_i)$	Tinggi
3.	$(M_i - 0,5 SD_i) < X \leq (M_i + 0,5 SD_i)$	Sedang
4.	$(M_i - 1,5 SD_i) < X \leq (M_i - 0,5 SD_i)$	Rendah
5.	$X \leq (M_i - 1,5 SD_i)$	Sangat Rendah

Sumber: Anas Sudjiono (2012: 329)

2. Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji Normalitas memiliki tujuan untuk mengetahui data yang dianalisis normal atau tidak. Pengujian ini bergantung kepada variabel yang akan diuji. Pengujian normalitas menggunakan teknik *Kolmogrov-Smirnov* yang dimana teknik ini adalah mengetahui nilai residual berdistribusi normal dengan membandingkan data yang akan diuji normalitasnya menggunakan distribusi normal baku.

Dasar pengambilan keputusan menurut metode *Kolmogrov-Smirnov* yaitu sebagai berikut:

- 1) Data variabel yang diuji berdistribusi normal, jika nilai signifikansi $> 0,05$.
- 2) Data variabel yang diuji tidak berdistribusi normal, jika nilai signifikansi $< 0,05$.

b. Uji Linearitas

Uji linieritas memiliki tujuan untuk mengetahui apakah variabel bebas yang dijadikan prediktor mempunyai hubungan linear atau tidak dengan variabel

terikatnya, maka dari itu uji ini perlu dilakukan untuk mendapatkan hasil yang akurat dan sesuai dengan dasar dan kaidah yang harus dilalui. Untuk mendapatkan nilai yang pasti serta akurat harus dilakukan uji linearitas yang dilakukan dengan uji statistik F, yaitu apabila nilai $p > 0,05$ maka dinyatakan linier. Sebaliknya, apabila nilai $p < 0,05$ maka dinyatakan tidak linier.

3. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linear Berganda

Dalam penelitian ini digunakan analisis regresi berganda yaitu untuk mengetahui sejauh mana pengaruh variabel bebas terhadap variabel terikatnya. Analisis regresi berganda adalah salah satu alat analisis nilai pengaruh dua variabel bebas atau lebih terhadap variabel terikat untuk membuktikan ada atau tidaknya hubungan fungsi atau hubungan kausal antara dua variabel bebas atau lebih (X_1) (X_2) (X_3)..... (X_n). Rumus regresi linear berganda:

$$Y = a + b_1x + b_2x + e$$

Keterangan :

Y = Variabel dependent

X_1 dan X_2 = Variabel independent

a = Konstanta

b_1 b_2 = Koefisien regresi (nilai peningkatan ataupun penurunan)

e = Residu

b. Uji Koefisien Korelasi Parsial (Uji t)

Uji t digunakan untuk menguji seberapa jauh pengaruh variabel penjelas atau independent secara parsial (individual) terhadap variasi variabel dependen.

Pengujian ini menggunakan tingkat signifikansi 5% melakukan perbandingan antara t_{hitung} dengan t_{tabel} . Jika nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ dan $sig < 0,05$, maka setiap variabel bebas yang diteliti berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat. Sebaliknya jika nilai $t_{hitung} < t_{tabel}$ dan $sig > 0,05$, maka setiap variabel bebas yang diteliti tidak berpengaruh signifikan terhadap variabel terikat (Ghozali 2015: 59) .

c. Uji Stimulan (Uji F hitung)

Uji F yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh setimulan dari variabel bebas secara simultan (X_1X_2) terhadap variabel terikat (Y) yang dibantu dengan software *SPSS (Statistic Package and Social Science)*. $F_{hitung} \geq F_{tabel}$ pada $\alpha = 5\%$, maka H_0 ditolak, H_a diterima atau variabel bebas secara bersama-sama mempunyai hubungan terhadap variabel terikat. $F_{hitung} < F_{tabel}$ pada $\alpha = 5\%$, maka H_0 diterima, H_a ditolak atau variabel bebas secara bersamasama tidak mempunyai hubungan terhadap variabel terikat.

d. Koefisien Diterminasi (R^2)

Koefisien diterminasi memiliki fungsi untuk mengetahui berapa persen pengaruh yang diberikan variabel X secara simultan terhadap variabel Y. jika nilai (R^2) yang dihasilkan mendekati nilai 1 maka hubungan variabel independent semakin kuat. Sebaliknya jika nilai (R^2) yang dihasilkan mendekati nilai 0 maka hubungan variabel independent terhadap variabel dependen lemah. Rumus mencari sumbang efektif (*R square change*) $SE(X)\% = \text{Beta} \times \text{Koefisien Korelasi} \times 100\%$. Rumus mencari Sumbang relatif (SR) $\% = SE(X) \% \times R^2$ (koefisien diterminasi).

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Deskripsi Hasil Penelitian

Sampel yang diteliti dalam penelitian ini adalah siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap dengan jumlah 24 anak. Penelitian ini dilakukan di tempat yang berbeda yaitu lapangan SD Negeri Cimanggu 02, SD Muhammadiyah Jenang PK, dan SD Negeri Panimbang 03 di Kabupaten Cilacap. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menggunakan tes dan pengukuran keseimbangan, perseptual motorik, dan penerimaan bola pertama (*receive*). Berikut data hasil dari tes dan pengukuran :

Tabel 3. Data Penelitian

No	Perseptual Motorik (X1)	Keseimbangan (X2)	Receive (Y)
1	33	2,63	25
2	35	4,01	15
3	35	2,03	15
4	32	1,94	17
5	39	3,31	29
6	36	2,65	14
7	31	2,37	16
8	31	2,75	13
9	31	2,07	15
10	37	4,00	14
11	34	3,54	17
12	29	1,94	14
13	33	1,90	18
14	38	3,29	27
15	38	3,99	28
16	29	2,05	12
17	29	1,92	12
18	28	3,05	10

No	Perseptual Motorik (X1)	Keseimbangan (X2)	Receive (Y)
19	39	3,73	20
20	33	2,32	14
21	33	2,82	13
22	32	2,60	13
23	32	3,49	16
24	28	1,36	12

a. **Perseptual Motorik (X₁)**

Berdasarkan hasil tes perseptual motorik yang sudah dilakukan pada 24 siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap diperoleh *mean* = 33,2, *median* = 33, modus = 33, dan standar deviasi = 3,4. Berdasarkan nilai mean dan standar deviasi yang dihasilkan, setelah itu disusun dalam distribusi frekuensi. Hasil dari tes perseptual motorik siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap yaitu sebagai berikut :

Tabel 4. Deskriptif Statistik Perseptual Motorik pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

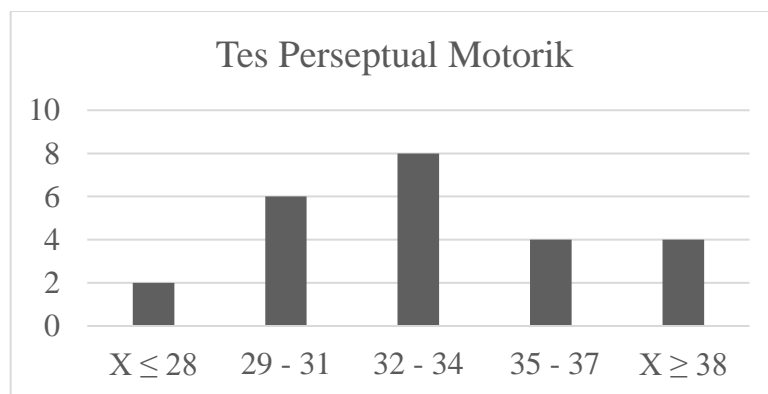
Statistik	
N	24
<i>Mean</i>	33,1
<i>Median</i>	33
Modus	33
<i>Std. Deviation</i>	3,4
<i>Minimum</i>	28
<i>Maximum</i>	39

Tabel distribusi hasil penelitian perseptual motorik peserta ekstrakurikuler sepak takraw di Kabupaten Cilacap yaitu sebagai berikut :

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Perseptual Motorik pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

No	Interval	Frekuensi	F%
1	$X \leq 28$	2	8,3
2	29 - 31	6	25
3	32 - 34	8	33,3
4	35 - 37	4	16,7
5	$X \geq 38$	4	16,7
	Jumlah	24	100.0

Dari tabel di atas perseptual motorik siswa ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap dapat didistribusikan dalam frekuensi variabel perseptual motorik yang berada pada interval $X \leq 28$ sebanyak 2 siswa (8,3%), 29 – 31 sebanyak 6 siswa (25%), 32-34 sebanyak 8 siswa (33,3%), 35 – 37 sebanyak 4 siswa (16,7%), $X \geq 38$ sebanyak 4 siswa (16,7%), dari data tersebut dapat digambarkan dalam bentuk diagram batang yaitu sebagai berikut :



Gambar 19. Diagram Batang Perseptual Motorik Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Cilacap

b. Keseimbangan (X_2)

Tingkat keseimbangan tubuh siswa peserta ekstrakurikuler Sepak Takraw akan dikategorikan menjadi 5 bagian yaitu baik sekali, baik, sedang, kurang, dan kurang sekali. Pengkategorian ini didapatkan dari *mean* dan standar deviasi hasil

perhitungan. Hasil pengukuran keseimbangan siswa peserta ekstrakurikuler sekolah dasar di Kabupaten Cilacap yang dilakukan pada 24 siswa adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik Keseimbangan pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

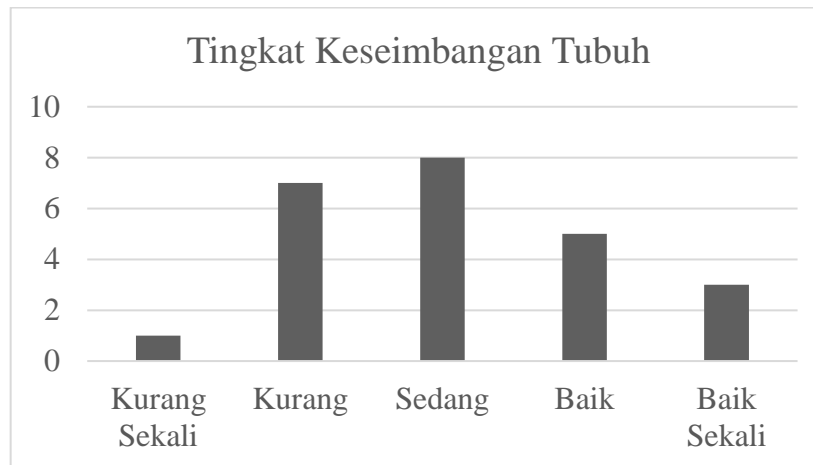
Statistik	
N	24
<i>Mean</i>	2,74
<i>Median</i>	2,64
Modus	1,94
<i>Std. Deviation</i>	0,78
<i>Minimum</i>	1,36
<i>Maximum</i>	4,01

Berdasarkan hasil penelitian Keseimbangan didapatkan hasil yaitu dari 24 siswa. Sebanyak 8 siswa (33,3%) memiliki tingkat keseimbangan tubuh sedang, 7 siswa (29,2%) memiliki tingkat keseimbangan kurang, 5 siswa (20,8%) memiliki tingkat keseimbangan baik, 3 siswa (12,5%) memiliki tingkat keseimbangan baik sekali, dan 1 siswa (4,2 %) memiliki tingkat keseimbangan tubuh kurang sekali.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Keseimbangan pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

No	Kategori	Interval	Frekuensi	F %
1	Baik Sekali	$> 3,91$	3	12,5
2	Baik	$3,13 < X \leq 3,90$	5	20,8
3	Sedang	$2,35 < X \leq 3,12$	8	33,3
4	Kurang	$1,57 < X \leq 2,34$	7	29,2
5	Kurang Sekali	$0 < X \leq 1,56$	1	4,2
Total			24	100

Dari tabel di atas, dapat digambarkan dalam bentuk diagram batang sebagai berikut :



Gambar 20. Diagram Batang Keseimbangan Tubuh Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

c. **Penerimaan Bola Pertama (Y)**

Dari hasil pengukuran keterampilan penerimaan bola pertama (*receive*) siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap menghasilkan *mean* = 16,6, *modus* = 14, *median* = 15, standar deviasi sebesar = 5,3. Nilai terkecil yang diperoleh tersebut adalah 10 dan nilai terbesar yang diperoleh tersebut adalah 29. Hasil dari pengukuran keterampilan penerimaan bola pertama siswa yaitu :

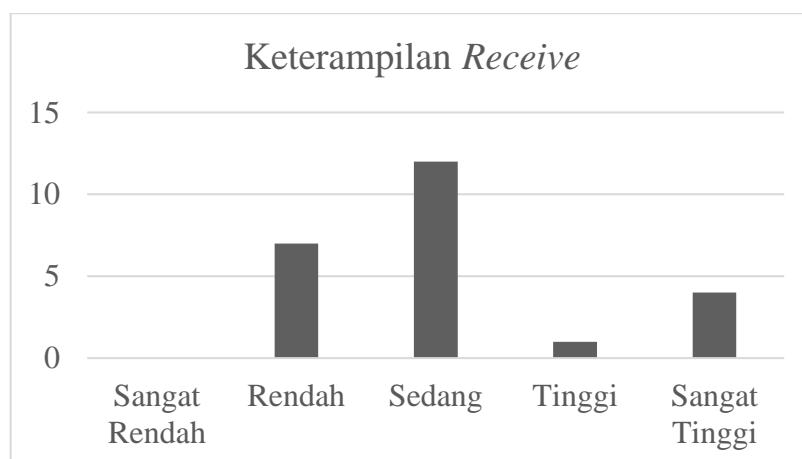
Tabel 8. Deskriptif Statistik Penerimaan Bola Pertama pada siswa peserta ekstrakurikuler Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

Statistik	
<i>Mean</i>	16,6
SD	5,3
<i>Median</i>	15,0
<i>Minimum</i>	10,0
<i>Maximum</i>	29,0
<i>Modus</i>	14,0
N	24

Tabel 9. Distribusi Frekuensi keterampilan penerimaan bola pertama peserta ekstrakurikuler sepak takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

Interval	Frekuensi	F%	Kategori
$X > 24,6$	4	16,7	Sangat Tinggi
$19,3 < X \leq 24,6$	1	4,2	Tinggi
$14 < X \leq 19,3$	12	50,0	Sedang
$8,6 < X \leq 14$	7	29,2	Rendah
$X \leq 8,6$	0	0	Sangat Rendah
Jumlah	24	100	

Dari tabel tersebut diketahui keterampilan penerimaan bola pertama siswa peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap menghasilkan kategori sangat tinggi sebanyak 4 siswa (16,7%), kategori tinggi sebanyak 1 siswa (4,2%), kategori sedang sebanyak 12 siswa (50%), kategori rendah 7 siswa (29,2%), dan kategori sangat rendah tidak ada siswa atau 0. Berdasarkan hasil di atas, keterampilan penerimaan bola pertama peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap mayoritas berada pada kategori sedang sebesar 50%. Berikut merupakan gambaran bentuk diagram batang dari hasil pengukuran keterampilan penerimaan bola pertama di atas :



Gambar 21. Diagram Batang Kemampuan *Receive* Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap

2. Hasil Uji Prasyarat

a. Uji Normalitas

Uji normalitas dilakukan untuk mengetahui sebaran semua variabel berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas data ini menggunakan uji *Kolmogorov-smirnov*, data dikatakan normal bila $sig > 0,05$. Adapun hasil uji normalitas yaitu sebagai berikut :

Tabel 10. Hasil Uji Normalitas

Korelasi	Taraf Signifikan (p)	Keterangan
X1 dengan Y	0,200	Distribusi Normal
X2 dengan Y	0,084	Distribusi Normal

Tabel di atas menunjukkan hasil bahwa hubungan perseptual motorik dengan *receive* berdistribusi normal dengan nilai $sig\ 0,2 > 0,05$, dan hubungan keseimbangan dengan *receive* berdistribusi normal dengan nilai $sig\ 0,08 > 0,05$. Nilai $sig > 0,05$, yang dimana dapat disimpulkan bahwa variabel berdistribusi normal.

b. Uji Linearitas

Uji linearitas ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara variabel dependen dan independen. Uji ini dilakukan sebagai awal dalam melakukan uji regresi berganda. Perhitungan uji linearitas ini dilakukan dengan menggunakan *SPSS 22*. Adapun hasil dari uji linearitas dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

Tabel 11. Hasil Uji Linearitas

Korelasi	F hitung	F tabel	<i>Sig.Dev</i>	Keterangan
X1 - Y	1,74	3,44	0,175	Linear
X2 - Y	2,23	3,44	0,320	Linear

Keterangan :

- 1) Variabel memiliki hubungan linear, apabila nilai $F_{hitung} < F_{tabel}$.
- 2) Variabel tidak memiliki hubungan linear, apabila nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$.
- 3) Adanya hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat, apabila nilai *Sig. dev linearity* $> 0,05$.
- 4) Tidak adanya hubungan yang linear antara variabel bebas dan variabel terikat, apabila nilai *Sig. dev linearity* $< 0,05$.

Dari tabel di atas menghasilkan bahwa variabel perseptual motorik dan keseimbangan memiliki nilai F_{hitung} yang lebih kecil dari F_{tabel} dan nilai *sig. Deviation linearity* lebih besar daripada 0,05, hal ini memberikan kesimpulan bahwa ada hubungan linear antara variabel bebas dan terikat.

3. Uji Hipotesis

a. Analisis Regresi Linear Berganda

Analisis regresi merupakan Teknik statistika yang memiliki tujuan untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dua atau variabel bebas (X) terhadap variabel terikat (Y). Hasil analisis linear berganda perseptual motorik dan keseimbangan dengan keterampilan penerimaan bola pertama (*receive*) pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap disajikan dalam pada tabel yaitu sebagai berikut :

Tabel 12. Hasil Regresi Linear Berganda

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
	B	Std. Error	Beta
(Constant)	-22.302	8.663	
Perseptual	1.249	.326	.798
Keseimbangan	-.892	1.428	-.130

a. Dependent Variabel: *Receive*

Berdasarkan hasil regresi linear berganda di atas, maka dapat ditentukan persamaan yang dihasilkan dari penelitian ini, sebagai berikut :

$$Y = -22,302 + 0,798(X_1) + (-0,130)(X_2)$$

Hasil persamaan linear berganda di atas dapat dijabarkan sebagai berikut :

- 1) Konstanta sebesar (-22,302) artinya jika variabel perseptual motorik dan keseimbangan dianggap nol. Maka variabel (y) kemampuan penerimaan bola pertama mendapatkan hasil (-22,302).
- 2) Nilai koefisien regresi variabel perseptual motorik diperoleh nilai sebesar 0,798 artinya jika variabel perseptual motorik mengalami kenaikan satu satuan, sementara variabel keseimbangan diasumsikan tetap, maka keterampilan bola pertama mengalami kenaikan sebesar 0,798 dan bertanda positif artinya hubungan X_1 dan Y searah.
- 3) Koefisien regresi variabel keseimbangan diperoleh nilai sebesar (-0,130) artinya jika variabel keseimbangan mengalami kenaikan satu satuan, sementara variabel perseptual motorik diasumsikan tetap, maka keterampilan bola pertama mengalami penurunan sebesar (0,130) dan bertanda negatif artinya hubungan X_2 dan Y berlawanan arah.

b. Uji Hipotesis Pertama

Dalam menganalisis data penelitian ini diperlukan uji hipotesis, antara lain dengan analisis koefisien korelasi uji t.

Tabel 13. Hasil Uji Hipotesis Pertama
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-20.138	7.829		-2.572	.017
Perseptual	1.110	.235	.709	4.720	.000

a. *Dependent Variabel: Receive*

Berdasarkan korelasi uji t dan nilai signifikan dari tabel di atas diketahui hubungan antara perseptual motorik (X_1) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) nilai signifikannya $0,00 < 0,05$ dan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $4,720 > 2,080$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara perseptual motorik (X_1) dengan keterampilan penerimaan bola pertama Y.

c. Uji Hipotesis Kedua

Dalam menganalisis data penelitian ini diperlukan uji hipotesis, antara lain dengan analisis koefisien korelasi uji t.

Tabel 14. Hasil Hipotesis Kedua
Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	3.144	.434		7.247	.000
Keseimbangan	.325	.152	.415	2.129	.044

a. *Dependent Variabel: Receive*

Berdasarkan korelasi uji t dan nilai signifikan dari tabel di atas diketahui hubungan antara keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) nilai signifikannya $0,04 < 0,05$ dan nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $2,129 > 2,080$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama Y.

Keterangan :

d. **Uji Hipotesis Ketiga**

Dalam menganalisis data penelitian ini diperlukan uji hipotesis, antara lain dengan analisis koefisien korelasi berganda (uji F hitung).

Tabel 15. Hasil Hipotesis Ketiga
ANOVA^a

Model	<i>Sum of Squares</i>	df	<i>Mean Square</i>	F	<i>Sig.</i>
1 <i>Regression</i>	336.825	2	168.412	11.024	.001 ^b
<i>Residual</i>	320.800	21	15.276		
<i>Total</i>	657.625	23			

a. *Dependent Variabel: Receive*

b. *Predictors: (Constant), Keseimbangan, Perseptual*

Berdasarkan hasil analisis korelasi berganda di atas diketahui bahwa nilai F_{hitung} adalah 11,024 dengan nilai signifikan sebesar 0,001 dan nilai F_{tabel} adalah 3,44. Dari hasil di atas dapat disimpulkan bahwa $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan tingkat signifikan $0,001 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara perseptual motorik (X_1) dan keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) secara simultan.

e. **Koefisien Diterminasi**

Koefisien Diterminasi (R^2) pada umumnya digunakan untuk mengukur seberapa jauh kemampuan model regresi dalam menyimpulkan variasi variabel dependen dalam bentuk persen.

Tabel 16. Hasil Koefisien Diterminasi Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.716 ^a	.512	.466	3.90848

a. Predictors: (Constant), Keseimbangan, Perseptual

b. Dependent Variabel: *Receive*

Dari hasil tabel di atas diketahui bahwa *R Square* (R^2) adalah sebesar 0,512 ($0,512 \times 100\% = 51,2\%$). Hal tersebut memberikan kesimpulan bahwa sebesar 51,2% dari variabel perseptual motorik dan keseimbangan mempengaruhi keterampilan penerimaan bola pertama, sedangkan 48,8% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Salah satu contohnya yaitu kelincahan, menurut Saputro (2016:39) “kelincahan sangat membantu gerakan sepak takraw kedalam pertandingan, apabila kelincahan yang dimiliki seseorang semakin baik, maka pergerakannya semakin baik pula”.

Tabel 17. Hasil Sumbangan Relatif dan Sumbang Efektif

Nilai	SR	SE
X1	98.2	50.3
X2	1.8	0.9
Total	100%	51.2

Berdasarkan tabel di atas dapat disimpulkan bahwa perseptual motorik (X_1) memiliki pengaruh positif atau searah terhadap penerimaan bola pertama (Y) dengan nilai SE sebesar 50,3%, dan keseimbangan (X_2) memiliki pengaruh negatif

atau berbalik arah terhadap penerimaan bola pertama (Y) dengan nilai Sumbang Efektif sebesar (0,9%). Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa variabel (X_1) dan variabel (X_2) berpengaruh secara simultan terhadap penerimaan bola pertama (Y) sebesar 51,2%, sedangkan sisanya 48,8% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti.

B. Pembahasan

Hasil analisis data dengan berdasarkan hasil pengujian hipotesis, dan juga didukung oleh teori-teori yang sudah dijelaskan di atas, menghasilkan keseluruhan hipotesis yang diajukan dapat diterima. Dengan demikian penelitian ini berhasil menunjukkan hasil sebagai berikut :

1. Hubungan Perseptual Motorik dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama (*receive*)

Hipotesis pertama menghasilkan nilai signifikannya $0,00 < 0,05$. Nilai t hitung $> t$ tabel yaitu $4,720 > 2,080$, H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan antara perseptual motorik (X_1) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap. Nilai sumbangan efektif variabel perseptual motorik yaitu 50,3%.

Berdasarkan hasil penelitian diatas, Sepak sila merupakan keterampilan menyepak dengan kaki bagian dalam yang digunakan untuk menerima bola, menimang atau menguasai bola, mengumpan bola dan menyelamatkan serangan lawan (Zalfendi, 2009:2) dengan itu sepak sila merupakan salah satu teknik penerimaan bola pertama. Gerakan sepak sila yang baik dipastikan di dalamnya telah memiliki unsur-unsur perseptual motorik yang baik (Suparminto, 2015).

Perseptual motorik diperlukan untuk melakukan keterampilan penerimaan bola pertama. Keterampilan penerimaan bola pertama yang baik dapat dilihat dari perseptual motorik anak yang baik, contohnya yaitu disaat anak akan melakukan Gerakan penerimaan bola pertama, anak menggerakkan salah satu kaki dengan cepat untuk melakukan perkenaan bola, anak mengetahui posisi yang baik dan tepat saat melakukan penerimaan bola pertama, anak dengan cepat mengarahkan bola yang diterimanya ke daerah lawan, serta anak bisa mengatur tempo dan waktu kapan datangnya bola dan kapan harus menyepak bola tersebut.

Penelitian ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suparminto (2018), dari hasil analisis perseptual motorik (X) mempunyai hubungan terhadap keterampilan sepak sila pemain sepak takraw SD Negeri 1 Karangjambe.

2. Hubungan Keseimbangan dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama (*receive*)

Hipotesis kedua menghasilkan nilai signifikannya $0,04 < 0,05$. Nilai t hitung $>$ t tabel yaitu $2,129 > 2,080$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama Y . Nilai sumbangan efektif variabel perseptual motorik yaitu (0,9%).

Keseimbangan sangat erat kaitannya dengan keterampilan penerimaan bola pertama dalam sepak takraw, karena dengan keseimbangan pemain akan mudah dalam menjaga posisi tubuh saat melakukan keterampilan *receive* serta keterampilan sepak takraw lainnya. Dalam melakukan teknik sepak sila atau keterampilan penerimaan bola pertama sangat diperlukan keseimbangan karena

factor keseimbangan merupakan kemampuan untuk mempertahankan system saraf otot dalam posisi atau sikap yang efisien selagi bergerak (Zulman, dkk, 2018).

Menurut Nur (2018:109) menyatakan bahwa keseimbangan adalah salah satu kondisi fisik yang harus dimiliki dan dikembangkan dalam penguasaan teknik sepak sila atau penerimaan bola pertama yang baik.

Pada saat melakukan keterampilan penerimaan bola pertama, anak harus memiliki keseimbangan yang kuat, hal tersebut dimaksudkan agar anak mampu melakukan teknik *receive* tanpa terjatuh dan bola dapat diterima dan dikembalikan ke daerah lawan. Keseimbangan pada tubuh dan kaki akan memberikan banyak manfaat bagi anak, khususnya dalam olahraga sepak takraw, dengan keseimbangan yang baik Gerakan tubuh dan teknik penerimaan bola pertama akan lebih kuat, stabil, dan efisien. Selain itu dalam latihan dan pertandingan tubuh dan kaki yang seimbang, anak dapat menerima bola dari serangan servis lawan dan menjadikan penerimaan bola pertama menjadi teknik serangan untuk memberikan skor tambahan bagi regu.

Penelitian ini relevan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zulman (2018:86), dari hasil analisis Keseimbangan (X) mempunyai hubungan terhadap keterampilan sepak sila pemain sepak takraw SMP Negeri 2 Batang Anai.

3. Hubungan Perseptual Motorik dan Keseimbangan dengan Penerimaan Bola Pertama (*receive*)

Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa F_{hitung} adalah 11,024 dengan nilai signifikan sebesar 0,001 dan nilai F_{tabel} adalah 3,44. $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan tingkat signifikan $0,001 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga

ada hubungan yang signifikan antara perseptual motorik (X_1) dan keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) secara simultan, besar sumbangan efektif total 51,2% dari variabel perseptual motorik dan keseimbangan mempengaruhi keterampilan penerimaan bola pertama secara bersama, sedangkan 48,8% dipengaruhi variabel lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Berdasarkan penelitian ini, perseptual motorik memberikan pengaruh searah dengan *receive* sedangkan keseimbangan memberikan pengaruh berbalik arah dengan *receive*.

Perseptual motorik merupakan respon gerak yang diterima oleh anak melalui penginderaan yang diteruskan dalam bentuk respon gerak, dalam keterampilan penerimaan bola pertama (*receive*) diperlukan kemampuan tubuh dan kaki dalam melakukan gerakan mengubah-ubah arah untuk melakukan gerakan lanjutan setelah melakukan penerimaan. Dalam pelaksanaan penerimaan bola pertama dengan menggunakan gerakan tubuh, diperlukan pula keseimbangan tubuh dalam menerima bola. Pada saat penerimaan bola, otak harus memikirkan gerakan lanjut apa yang akan dilakukan serta menjaga keseimbangan saat melakukan teknik penerimaan bola contohnya sepak sila. Sepak sila merupakan gerakan menyepak bola dengan kaki bagian dalam dan digunakan untuk menerima, menguasai, dan mengumpan untuk serangan *smash* serta untuk menyelamatkan bola dari serangan lawan (Hanif, 2015:35). Keseimbangan memiliki peran penting dalam permainan sepak takraw terutama dalam penerimaan bola pertama, pada saat melakukan sepak sila kaki satu menyepak dan kaki satu menjaga keseimbangan.

Dari hasil penelitian di atas dapat diartikan bahwa anak memiliki kemampuan perseptual motorik dan keseimbangan yang berbeda-beda, dengan perseptual

motorik anak dan keseimbangan anak yang baik, maka kemampuan penerimaan bola pertama pula baik. Dalam setiap cabang olahraga dipastikan memerlukan gerak yang cepat, tepat, akurat, efektif dan efisien, seperti gerakan-gerakan dalam olahraga pada umumnya, lari, jalan, menendang, menangkap, memukul, melempar, memutar dan gerakan-gerakan lainnya yang lebih detail untuk setiap cabang olahraga (Suparminto, 2018). Keseimbangan memiliki pengaruh yang kecil dimana artinya apabila anak memiliki keseimbangan yang tidak baik, kemampuan penerimaan bola pertama anak bisa dikatakan akan tetap baik, selagi anak tersebut memiliki perseptual motodik dan kondisi fisik lainnya yang lebih baik.

C. Keterbatasan Penelitian

Penelitian telah dilakukan secara maksimal, tetapi tidak menutup kemungkinan adanya keterbatasan saat pelaksanaan. Keterbatasan selama melaksanakan penelitian ini yaitu:

1. Peserta didik tidak dalam keadaan yang *fit*, karena dilakukan setelah melakukan aktivitas atau kegiatan sebelumnya, karena itu pelaksanaan tes tidak maksimal.
2. Penyampaian tata cara pelaksanaan tes dijelaskan dengan disertai contoh gerakan secara berulang, yang menyebabkan waktu tidak efisien.
3. Faktor yang mempengaruhi keterampilan penerimaan bola pertama dan tidak bisa dikontrol, seperti kondisi alam, lapangan dan sekitar serta kemampuan atau *skill* peserta didik.

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, hasil uji penelitian serta pembahasan mendapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Hipotesis pertama menghasilkan nilai signifikannya $0,00 < 0,05$. Nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $4,720 > 2,080$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan antara perseptual motorik (X_1) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) pada peserta ekstrakurikuler sepak takraw sekolah dasar di Kabupaten Cilacap. Nilai sumbangan efektif variabel perseptual motorik yaitu 50,3% dan nilai sumbang relatif 98,2%..
2. Berdasarkan analisis di atas menghasilkan nilai signifikannya $0,04 < 0,05$. Nilai $t_{hitung} > t_{tabel}$ yaitu $2,129 > 2,080$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama Y. Nilai sumbangan efektif variabel perseptual motorik yaitu 0,9% dan nilai sumbang relatif 1,8%..
3. Berdasarkan hasil penelitian di atas diketahui bahwa F_{hitung} adalah 11,024 dengan nilai signifikan sebesar 0,001 dan nilai F_{tabel} adalah 3,44. $F_{hitung} > F_{tabel}$ dengan tingkat signifikan $0,001 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara perseptual motorik (X_1) dan keseimbangan (X_2) dengan keterampilan penerimaan bola pertama (Y) secara simultan.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Temuan penelitian ini diharapkan memiliki efek positif pada bidang olahraga terutama sepak takraw, khususnya yang berikut:

1. Bagi siswa perlunya latihan yang lebih keras untuk merangsang keseimbangan dan perseptual motorik mengingat perseptual motorik siswa yang rendah karena kurangnya latihan.
2. Perseptual motorik dan keseimbangan memiliki pengaruh penting dalam aktivitas olahraga, terutama bagi peserta ekstrakurikuler sepak takraw.
3. Penelitian di sekolah atau klub lain dapat menggunakan hasil penelitian ini untuk dijadikan referensi, penelitian ini menghasilkan bahwa ada hubungan antara perseptual motorik dan keseimbangan dengan kemampuan menerima bola pertama peserta ekstrakurikuler sepak takraw SD di Kabupaten Cilacap.

C. Saran

Setelah selesai melakukan penelitian, terdapat beberapa saran untuk penelitian selanjutnya :

1. Peserta didik, hendaknya menambahkan komponen latihan yang mengandung unsur perseptual motorik dan keseimbangan untuk meningkatkan keterampilan penerimaan bola pertama (*receive*).
2. Untuk membantu anak lebih baik dalam menerima bola pertama, sebaiknya dalam kegiatan ekstrakurikuler diberikan latihan tambahan oleh guru mengenai keseimbangan dan perseptual motorik untuk meningkatkan keterampilan penerimaan bola pertama (*receive*).

3. Untuk membandingkan tingkat perseptual dan keseimbangan terhadap penerimaan bola pertama sepak takraw peserta didik SD yang satu dengan yang lain, diperlukan penelitian serupa di SD lain.
4. Untuk peneliti berikutnya, dapat melakukan penelitian menggunakan variabel tambahan untuk mengidentifikasi variabel lain yang terkait dengan kemampuan penerimaan bola pertama (*recive*).

DAFTAR PUSTAKA

- Agista Purba Atmaja. (2012). Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Keterampilan *Passing* Bawah Dengan Model Bermain Modifikasi Tenis Meja Bola Besar Pada Peserta didik Yang Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMP Negeri 4 Gamping. *Journal FIK Universitas Negeri Yogyakarta*.
- Ahsanudin, A., Sardjono, Y., & Sutrisno, B. (2013). *Pengembangan Nasionalisme Siswa Melalui Kegiatan ekstrakurikuler (Studi Situs Di SMK N 5 Surakarta)* (Doctoral dissertation, Universitas Muhammadiyah Surakarta).
- Albertus. Dkk. (2015). *Tes dan Pengukuran dalam Olahraga*. Yogyakarta : CV Andi Offset.
- Amung Ma'mun dan Yudha M. Saputra. (2000). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Depdikbud
- Anas Sudjiono. (2009). *Pengantar Evaluasi Pendidikan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: PT Bina Aksara
- Arsita. 2021. "sport educational and health."
- Desminta. (2009). *Psikologi perkembangan*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Engel, R. (2010). *Dasar-dasar Sepak Takraw*. Kanada: ASEC International. Pakar Raya.
- Fatimah, Fanni Alya. 2022. "Hubungan Koordinasi Mata-Kaki dan Kelincahan dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Menengah Pertama di Kabupaten Bantul." *Jendela Olahraga* 7(2):2022–28. doi: 10.26877/jo.v6i1.6225.
- Hakim, A. Aziz. (2007). Analisis perolehan angka dalam permainan sepak takraw. *Jurnal Pelangi Ilmu*. Vol 1.
- Hananto, Hubertus Purno. (2015). *Melatih Olahraga dan Sepak Takraw*. Yogyakarta: UNY Press
- Hanafi, Mochamad, Bulqini, Arif dan Hakim, Abdul Aziz 2016. *Buku Ajar Sepak Takraw*. Surabaya: Adi Buana University press.
- Hananto, dan Hubertus Purno. 2015. "Melatih Olahraga dan Sepak Takraw."

- Hanif, Achmad Sofyan. 2015. *Kepelatihan Dasar Sepak Takraw*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Hardani, D. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Yogyakarta: CV Pustaka Ilmu. Alfabeta 73
- Hari Amirullah Rachman. (2004). *Pengembangan Perseptual Motorik Sebagai Dasar Pengembanagan Kreatifitas*. Yogyakarta: UNY Yogyakarta
- Hedi Ardiyanto Hermawan. (2014). *Hakikat Ekstrakurikuler*. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia. Diterbitkan oleh: Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ismaryati. (2006). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Surakarta: Seri Buku Teks
- Jamalong, Ahmad. (2014). *Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw*. Yogyakarta: Ombak
- Nur, M. (2018). *Kontribusi Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw murid SD Negeri 28 Tumampua II Kab.Pangkep*. *Journal of Physical Education, Spor and Recreation, 1*
- Rita Eka Izzaty. (2008). *Perkembangan Peserta Didik*. Yogyakarta: UNY Press
- Rizal, A.. (2016). *Kontribusi Koordinasi Mata Kaki dan Keseimbangan dengan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw murid SMP Negeri 1 Tanasito Kab. Wajo*. *Jurnal Penjakora,3*.
- Sudrajat Prawirasaputra. (2000). *Sepak Takraw*. Jakarta: Depdikbud
- Sugiyanto. (2007). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Jakarta: UT
- Sugiyono. (2015). *Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*. Bandung:
- Sugiyono.(2017). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif*
- Sukintaka. (1992). *Teori Bermain untuk D2 PGSD Penjas*. Jakarta: Depdiknas.
- Sulaiman. (2004). *Paparan Mata Kuliah Sepaktakraw*: FIK UNNES.
- Sulaiman. (2004). *Paparan Mata Kuliah Sepaktakraw*: FIK UNNES.
- Sulaiman. (2008). *Sepak Takraw Pedoman Bagi Guru Olahraga, Pembina, Pelatih dan Atlet*. Semarang: Universitas Negeri Semarang.
- Supandi. (2006). *Penjasorkes di SMA/SMU*. Alfabeta: Bandung










- Suparminto. 2018. "Hubungan antara perseptual motorik dengan keterampilan sepak sila siswa SD Negeri 1 Karangjambe Kecamatan Padamara Kabupaten Purbalingga yang mengikuti Eksrakurikuler". Yogyakarta : Yogyakarta FIK UNY
- Syamsu Yusuf. (2000). *Psikologi Perkembangan Anak & Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Tauhidman, Hilal, dan Gilang Ramadan. 2018. "Pengembangan Model Latihan Keseimbangan untuk Sekolah Dasar." *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran* 4(1):133.
- Tri Ani Hastuti. (2008). Kontribusi Ekstrakurikuler Bolabasket Terhadap Pembibitan Atlet dan Peningkatan Kesegaran Jasmani. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*. Jurusan Pendidikan Olahraga. Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY.
- Vica, Amelia, Riskita Putri, Drs Arif Bulqini, dan M. Kes. n.d. HUBUNGAN KELINCAHAN DAN KESEIMBANGAN TERHADAP HASIL *RECEIVE* PADA ATLET SEPAK TAKRAW PUTRI PUSLATDA JAWA TIMUR.
- Widiastuti. (2011). *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta : PT Bumi Timur Jaya.
- Winarno, M. E., dan M. Pd. 2006. *PERSPEKTIF PENDIDIKAN JASMANI DAN OLAHRAGA*.
- Winarno, M,E. (2011). *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Yudha M. Saputra. (1998). *Pengembangan Kegiatan Ko Dan Ekstrakurikuler*. Jakarta:Depdikbud.
- Yudha M. Saputra. (2003). *Perkembangan dan Belajar Motorik*. Bandung: UPI
- Yudha M. Saputra . (2004). *Dasar-Dasar Permainan Atletik*. Jakarta: Depdiknas.
- Zalfendi. (2009). *Permainan Sepaktakraw*. Padang. Sukabina Press
- Zaidul (2005). *Permainan Sepaktakraw*. Diknas. Padang.
- Zulman, F. U., Umar. A., & Atradinal, F. U. (2018). Hubungan Keseimbangan dan kelincahan terhadap keterampilan sepak sila pemain sepak takraw SMP Negeri 2 Batang Anai. *Jurnall Menssana*,3 (1), 77-78.

LAMPIRAN


Lampiran 1. Kartu Bimbingan Skripsi

KARTU BIMBINGAN TUGAS AKHIR SKRIPSI

Nama Mahasiswa : Isna Nur Hunaini
NIM : 19601241005
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Pembimbing : Dr. Yudanto, S.Pd., Jas., M.Pd

No.	Tanggal	Pembahasan	Tanda - Tangan
	29/3 - 2022	Konsultasi	
	29/3 - 2022	Bab I	
	29/6 - 2022	Bab I - II	
	8/12 - 2022	Bab II - III	
	13/12 - 2022	Bab I - III	
	17/01 - 2023	Konultasi Penelitian	
	7/02 - 2023	Bab IV - V	
	13/02 - 2023	Revisi bab IV - V	
	14/02 - 2023	Pergajuan	

Ketua Jurusan POR,


Dr. Hedi Ardiyanto Hermawan, M.Or
NIP. 19770218 2008011002

Lampiran 2. Surat Izin Penelitian

SURAT IZIN PENELITIAN

<https://admin.eservice.uny.ac.id/surat-izin/cetak-penelitian>



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

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fk.uny.ac.id E-mail: humas_fk@uny.ac.id

Nomor : B/1121/UN34.16/PT.01.04/2022

26 Desember 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SD Negeri Cimanggu 02
Jl. Panusupan, Kec. Cimanggu, Kab. Cilacap, Jawa Tengah

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Isna Nur Hunaini
NIM : 19601241005
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN DAN PERSEPTUAL
MOTORIK DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN BOLA
PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SIKAP TAKRAW
SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN CILACAP
Waktu Penelitian : 6 - 10 Januari 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik.

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002



KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN,
RISET, DAN TEKNOLOGI
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1119/UN34.16/PT.01.04/2022

26 Desember 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SD Muhammadiyah Jenang PK
Jl. Sirkaya, Jenang, Kec. Majenang, Kab. Cilacap, Jawa Tengah

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Isna Nur Hunaini
NIM : 19601241005
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN DAN PERSEPTUAL MOTORIK DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN BOLA PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN CILACAP
Waktu Penelitian : 6 - 10 Januari 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik,

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.



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

Alamat : Jalan Colombo Nomor 1 Yogyakarta 55281
Telepon (0274) 586168, ext. 560, 557, 0274-550826, Fax 0274-513092
Laman: fik.uny.ac.id E-mail: humas_fik@uny.ac.id

Nomor : B/1118/UN34.16/PT.01.04/2022

26 Desember 2022

Lamp. : 1 Bendel Proposal

Hal : Izin Penelitian

Yth. Kepala SD Negeri Panimbang 03
Jl. Raya Genteng Wetan, Panimbang, Kec. Cimanggu, Kab. Cilacap Prov. Jawa Tengah

Kami sampaikan dengan hormat, bahwa mahasiswa tersebut di bawah ini:

Nama : Isna Nur Hunaini
NIM : 19601241005
Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan, Dan Rekreasi - S1
Tujuan : Memohon izin mencari data untuk penulisan Tugas Akhir Skripsi (TAS)
Judul Tugas Akhir : HUBUNGAN ANTARA KESEIMBANGAN DAN PERSEPTUAL MOTORIK DENGAN KETERAMPILAN PENERIMAAN BOLA PERTAMA PADA PESERTA EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN CILACAP
Waktu Penelitian : 6 - 10 Januari 2023

Untuk dapat terlaksananya maksud tersebut, kami mohon dengan hormat Bapak/Ibu berkenan memberi izin dan bantuan seperlunya.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya kami sampaikan terima kasih.



Wakil Dekan Bidang Akademik.

Dr. Yudik Prasetyo, S.Or., M.Kes.
NIP 19820815 200501 1 002

Tembusan :

1. Sub. Bagian Akademik, Kemahasiswaan, dan Alumni;
2. Mahasiswa yang bersangkutan.

Lampiran 3. Surat Keterangan dari Sekolah



MAJELIS PENDIDIKAN DASAR DAN MENENGAH
PIMPINAN CABANG MUHAMMADIYAH MAJENANG
SD MUHAMMADIYAH JENANG
Jl. Sirkaya No. 10 RT.03/18 Jenang, Majenang 53257

SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 006/III.4A/U/F/2023

Dengan Hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : HERU TOMO, S.Pd.SD

NBM : 1.130.889

Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa,

Nama : Isna Nur Hunaini


NIM : 19601241005

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi-S1

Telah melakukan penelitian di SD Muhammadiyah Jenang Program Khusus Majenang pada tanggal 6-10 Januari 2023 untuk penyusunan skripsi dengan judul "**Hubungan Antara Keseimbangan dan Perseptual Motorik dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap**".

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Majenang, 14 Januari 2023

Kepala
SD Muhammadiyah Jenang Majenang

HERU TOMO, S.Pd.SD
NBM.1.130.889



PEMERINTAH KABUPATEN CILACAP
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SD NEGERI PANIMBANG 03
KECAMATAN CIMANGGU
Alamat : JL. Raya Gantieng Wetan, Desa Panimbang, Kec. Cimanggu 53256

SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PENELITIAN
Nomor : 421.2 / 54 / K.07.45.15

Dengan Hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Eny Karomah, S.Pd
NIP : 19640422 198405 2 003
Jabatan : Kepala Sekolah SD Negeri Panimbang 03 Cimanggu

Menerangkan bahwa,

Nama : Isna Nur Hunaini
NIM : 19601241005
Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi-S1

Telah melakukan penelitian di SD Negeri Panimbang 03 pada tanggal 10 Januari 2023 untuk penyusunan skripsi dengan judul "**Hubungan Antara Keseimbangan dan Perseptual Motorik dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap**".

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Cimanggu, 10 Januari 2023
Kepala Sekolah

Eny Karomah, S.Pd.
NIP. 19640422 198405 2 003



**PEMERINTAH KABUPATEN CILACAP
DINAS PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
SD NEGERI CIMANGGU 02
KECAMATAN CIMANGGU**

Alamat : Jalan Panusupan No. 8 Desa Cimanggu (53256)
E-mail: sdncimanggu02@yahoo.co.id

SURAT KETERANGAN MELAKSANAKAN PENELITIAN

Nomor : 421.2/006/K.07.21/15

Dengan Hormat, yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Imron Fauzi, S.Pd., M.Pd

NIP : 19881204 201402 1 001

Jabatan : Kepala Sekolah

Menerangkan bahwa,

Nama : Isna Nur Hunaini

NIM : 19601241005

Jurusan : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi-S1

Telah melakukan penelitian di SD Negeri Cimanggu 02 pada tanggal 6-10 Januari 2023 untuk penyusunan skripsi dengan judul **"Hubungan Antara Keseimbangan dan Perseptual Motorik dengan Keterampilan Penerimaan Bola Pertama pada Peserta Ekstrakurikuler Sepak Takraw Sekolah Dasar di Kabupaten Cilacap"**.

Demikian surat keterangan ini kami buat dengan sebenarnya untuk dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Cimanggu, 11 Januari 2023
Kepala Sekolah

Imron Fauzi, S.Pd., M.Pd
NIP 19881204 201402 1 001

Lampiran 4. Data Penelitian

No	Nama	Perseptual Motorik (X1)	Keseimbangan (X2)	Receive (Y)
1	Furqon	33	2.63	25
2	Aziz	35	4.01	15
3	Egar	35	2.03	15
4	Riski	32	1.94	17
5	Faras	39	3.31	29
6	Sakti	36	2.65	14
7	Arya	31	2.37	16
8	Ridho	31	2.75	13
9	Fahmi	31	2.07	15
10	Iza	37	4.00	14
11	Ardi	34	3.54	17
12	Mugi	29	1.94	14
13	Arjun	33	1.90	18
14	Eza	38	3.29	27
15	Ghani	38	3.99	28
16	Alifa	29	2.05	12
17	Khansa	29	1.92	12
18	Aniq	28	3.05	10
19	Soko	39	3.73	20
20	Lutfi	33	2.32	14
21	Fahri	33	2.82	13
22	Azam	32	2.60	13
23	Mujib	32	3.49	16
24	Mallila	28	1.36	12

Lampiran 5. Format Hasil Pengukuran Perseptual Motorik

Format Pengukuran Status Perseptual Motorik										
No	Tugas Gerak	Skor (tanpa beban)				Skor (beban 0,5kg)				Jml
		0	1	2	3	0	1	2	3	
1.	Jalan Maju									
2.	Jalan Mundur									
3.	Berputar ke arah kanan									
4.	Berputar ke arah kiri									
5.	Jalan Menyamping ke kiri dengan menyilangkan kaki kanan melalui kaki kiri									
6.	Jalan Menyamping ke kanan dengan menyilangkan kaki kiri melalui kaki kanan									
7.	Jingkat dengan satu kaki (kanan)									
8.	Jingkat dengan satu kaki (kiri)									
		Jumlah Total								

Lampiran 6. Format Hasil Pengukuran Tes Keseimbangan

No.	Inisial	Kanan 1	Kanan 2	Mean	Kategori
1	FQ	2.73	2.53	2.63	Sedang
2	AZ	3.12	4.89	4.01	Baik Sekali
3	EG	2.19	1.87	2.03	Kurang
4	RS	2.54	1.33	1.94	Kurang
5	FS	2.61	4.01	3.31	Baik
6	ST	3.13	2.17	2.65	Sedang
7	AR	3.22	1.52	2.37	Sedang
8	RD	3.09	2.41	2.75	Sedang
9	FM	2.24	1.90	2.07	Kurang
10	IZ	1.79	6.21	4.00	Baik Sekali
11	AD	2.35	4.72	3.54	Baik
12	MG	1.20	2.67	1.94	Kurang
13	AJ	2.61	1.18	1.90	Kurang
14	EZ	2.57	4.00	3.29	Baik
15	GH	3.91	4.07	3.99	Baik Sekali
16	AF	1.98	2.12	2.05	Kurang
17	KH	1.74	2.10	1.92	Kurang
18	AQ	2.13	3.96	3.05	Sedang
19	SK	3.58	3.88	3.73	Baik
20	LT	2.66	1.97	2.32	Sedang
21	FR	3.16	2.48	2.82	Sedang
22	AM	2.28	2.91	2.60	Sedang
23	MJ	2.82	4.15	3.49	Baik
24	ML	1.48	1.24	1.36	Kurang Sekali

Lampiran 7. Format Penilaian Penerimaan Bola Pertama (receive)

No.	Inisial	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Jumlah	Mean	Kategori
1	FQ	1	2	4	2	1	2	4	3	3	3	25	2.5	Sangat Tinggi
2	AZ	1	1	1	2	2	2	1	1	2	2	15	1.5	Sedang
3	EG	1	2	2	2	1	2	0	2	2	1	15	1.5	Sedang
4	RS	2	2	2	2	1	2	1	2	1	2	17	1.7	Sedang
5	FS	4	3	1	3	4	3	2	2	4	3	29	2.9	Sangat Tinggi
6	ST	2	2	1	0	1	2	2	1	1	2	14	1.4	Sedang
7	AR	0	2	2	2	1	2	1	2	2	2	16	1.6	Sedang
8	RD	0	0	1	2	2	1	2	2	1	2	13	1.3	Rendah
9	FM	2	2	2	2	1	1	1	2	0	2	15	1.5	Sedang
10	IZ	1	1	2	2	1	1	2	0	2	2	14	1.4	Sedang
11	AD	2	2	2	1	2	0	2	2	2	2	17	1.7	Sedang
12	MG	1	2	0	2	1	2	2	2	2	0	14	1.4	Sedang
13	AJ	2	2	2	1	2	2	1	2	2	2	18	1.8	Sedang
14	EZ	3	4	4	4	3	3	1	2	1	2	27	2.7	Sangat Tinggi
15	GH	4	3	4	4	1	3	3	1	3	2	28	2.8	Sangat Tinggi
16	AF	0	1	0	2	2	1	2	0	2	2	12	1.2	Rendah
17	KH	1	0	1	1	2	2	2	1	2	0	12	1.2	Rendah
18	AQ	1	1	0	0	2	1	1	2	1	1	10	1.0	Rendah
19	SK	3	2	2	1	4	1	2	1	2	2	20	2.0	Tinggi
20	LT	2	2	1	1	2	1	0	2	1	2	14	1.4	Sedang
21	FR	2	1	1	0	2	2	1	2	1	1	13	1.3	Rendah
22	AM	2	2	2	2	1	0	1	0	1	2	13	1.3	Rendah
23	MJ	3	2	2	1	0	2	2	2	1	1	16	1.6	Sedang
24	ML	1	0	2	1	2	2	2	1	1	0	12	1.2	Rendah

Lampiran 8. Deskriptif Statistik

Statistics

		Perseptual	Keseimbangan	Receive
<i>N</i>	<i>Valid</i>	24	24	24
	<i>Missing</i>	0	0	0
<i>Mean</i>		33.1250	2.7400	16.6250
<i>Std. Error of Mean</i>		.69760	.15937	1.09149
<i>Median</i>		33.0000	2.6400	15.0000
<i>Mode</i>		33.00	1.94	14.00
<i>Std. Deviation</i>		3.41751	.78075	5.34719
<i>Variance</i>		11.679	.610	28.592
<i>Range</i>		11.00	2.65	19.00
<i>Minimum</i>		28.00	1.36	10.00
<i>Maximum</i>		39.00	4.01	29.00

Lampiran 9. Tabel Frekuensi

Perseptual (X1)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	28.00	2	8.3	8.3	8.3
	29.00	3	12.5	12.5	20.8
	31.00	3	12.5	12.5	33.3
	32.00	3	12.5	12.5	45.8
	33.00	4	16.7	16.7	62.5
	34.00	1	4.2	4.2	66.7
	35.00	2	8.3	8.3	75.0
	36.00	1	4.2	4.2	79.2
	37.00	1	4.2	4.2	83.3
	38.00	2	8.3	8.3	91.7
	39.00	2	8.3	8.3	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Receive (Y)

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	10.00	1	4.2	4.2	4.2
	12.00	3	12.5	12.5	16.7
	13.00	3	12.5	12.5	29.2
	14.00	4	16.7	16.7	45.8
	15.00	3	12.5	12.5	58.3
	16.00	2	8.3	8.3	66.7
	17.00	2	8.3	8.3	75.0
	18.00	1	4.2	4.2	79.2
	20.00	1	4.2	4.2	83.3
	25.00	1	4.2	4.2	87.5
	27.00	1	4.2	4.2	91.7
	28.00	1	4.2	4.2	95.8
	29.00	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Keseimbangan (X2)

		Frequenc y	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1.36	1	4.2	4.2	4.2
	1.90	1	4.2	4.2	8.3
	1.92	1	4.2	4.2	12.5
	1.94	2	8.3	8.3	20.8
	2.03	1	4.2	4.2	25.0
	2.05	1	4.2	4.2	29.2
	2.07	1	4.2	4.2	33.3
	2.32	1	4.2	4.2	37.5
	2.37	1	4.2	4.2	41.7
	2.60	1	4.2	4.2	45.8
	2.63	1	4.2	4.2	50.0
	2.65	1	4.2	4.2	54.2
	2.75	1	4.2	4.2	58.3
	2.82	1	4.2	4.2	62.5
	3.05	1	4.2	4.2	66.7
	3.29	1	4.2	4.2	70.8
	3.31	1	4.2	4.2	75.0
	3.49	1	4.2	4.2	79.2
	3.54	1	4.2	4.2	83.3
	3.73	1	4.2	4.2	87.5
	3.99	1	4.2	4.2	91.7
	4.00	1	4.2	4.2	95.8
	4.01	1	4.2	4.2	100.0
	Total	24	100.0	100.0	

Lampiran 10. Uji Prasyarat

1. Uji Normalitas

a. X1-Y

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		<i>Unstandardized Residual</i>
N		24
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	3.76921370
	<i>Most Extreme Differences</i>	
	<i>Absolute</i>	.136
	<i>Positive</i>	.136
	<i>Negative</i>	-.079
<i>Test Statistic</i>		.136
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.200 ^{c,d}

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

d. This is a lower bound of the true significance.

b. X2-Y

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		<i>Unstandardized Residual</i>
N		24
<i>Normal Parameters^{a,b}</i>	<i>Mean</i>	.0000000
	<i>Std. Deviation</i>	.55840043
	<i>Most Extreme Differences</i>	
	<i>Absolute</i>	.166
	<i>Positive</i>	.166
	<i>Negative</i>	-.103
<i>Test Statistic</i>		.166
<i>Asymp. Sig. (2-tailed)</i>		.084 ^c

a. Test distribution is Normal.

b. Calculated from data.

c. Lilliefors Significance Correction.

2. Uji Linearitas

a. X1-Y

ANOVA Table

			Sig.
<i>Receive * Perseptual</i>	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	.007
		<i>Linearity</i>	.000
		<i>Deviation from Linearity</i>	.175
<i>Within Groups</i>			
<i>Total</i>			

b. X2-Y

ANOVA Table

			Sig.
<i>Receive * Keseimban- ngan</i>	<i>Between Groups</i>	<i>(Combined)</i>	.299
		<i>Linearity</i>	.125
		<i>Deviation from Linearity</i>	.320
<i>Within Groups</i>			
<i>Total</i>			

Lampiran 11. Uji Hipotesis

1. Hipotesis Pertama

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-20.138	7.829		-2.572	.017
Perseptual	1.110	.235	.709	4.720	.000

a. *Dependent Variabel: Receive*

2. Hipotesis Kedua

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	3.144	.434		7.247	.000
Keseimbangan	.325	.152	.415	2.129	.044

a. *Dependent Variabel: penerimaan*

3. Hipotesis Ketiga

Correlations

		Receive	Perseptual	Keseimbangan
<i>Pearson Correlation</i>	<i>Receive</i>	1.000	.709	.415
	<i>Perseptual</i>	.709	1.000	.683
	<i>Keseimbangan</i>	.415	.683	1.000
<i>Sig. (1-tailed)</i>	<i>Receive</i>	.	.000	.044
	<i>Perseptual</i>	.000	.	.000
	<i>Keseimbangan</i>	.044	.000	.
<i>N</i>	<i>Receive</i>	24	24	24
	<i>Perseptual</i>	24	24	24
	<i>Keseimbangan</i>	24	24	24

Coefficients^a

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients
	B	Std. Error	Beta
(Constant)	-22.302	8.663	
Perseptual	1.249	.326	.798
Keseimbangan	-.892	1.428	-.130

a. Dependent Variabel: Receive

Model Summary^b

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.716 ^a	.512	.466	3.90848

a. Predictors: (Constant), Keseimbangan, Perseptual

b. Dependent Variable: Receive

ANOVA^a

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	336.825	2	168.412	11.024	.001 ^b
	Residual	320.800	21	15.276		
	Total	657.625	23			

a. Dependent Variable: Receive

b. Predictors: (Constant), Keseimbangan, Perseptual

Lampiran 12. Dokumentasi

SD Muhammadiyah Jenang PK



Tes Stork Stand



Tes Balok Keseimbangan



Tes Receive



Foto Bersama

SD Negeri Cimanggu 02



Tes Stork Stand



Tes Balok Keseimbangan



Tes Receive



Stork Stand

SD Negeri Panimbang 03



Tes Stork Stand



Tes Balok Keseimbangan

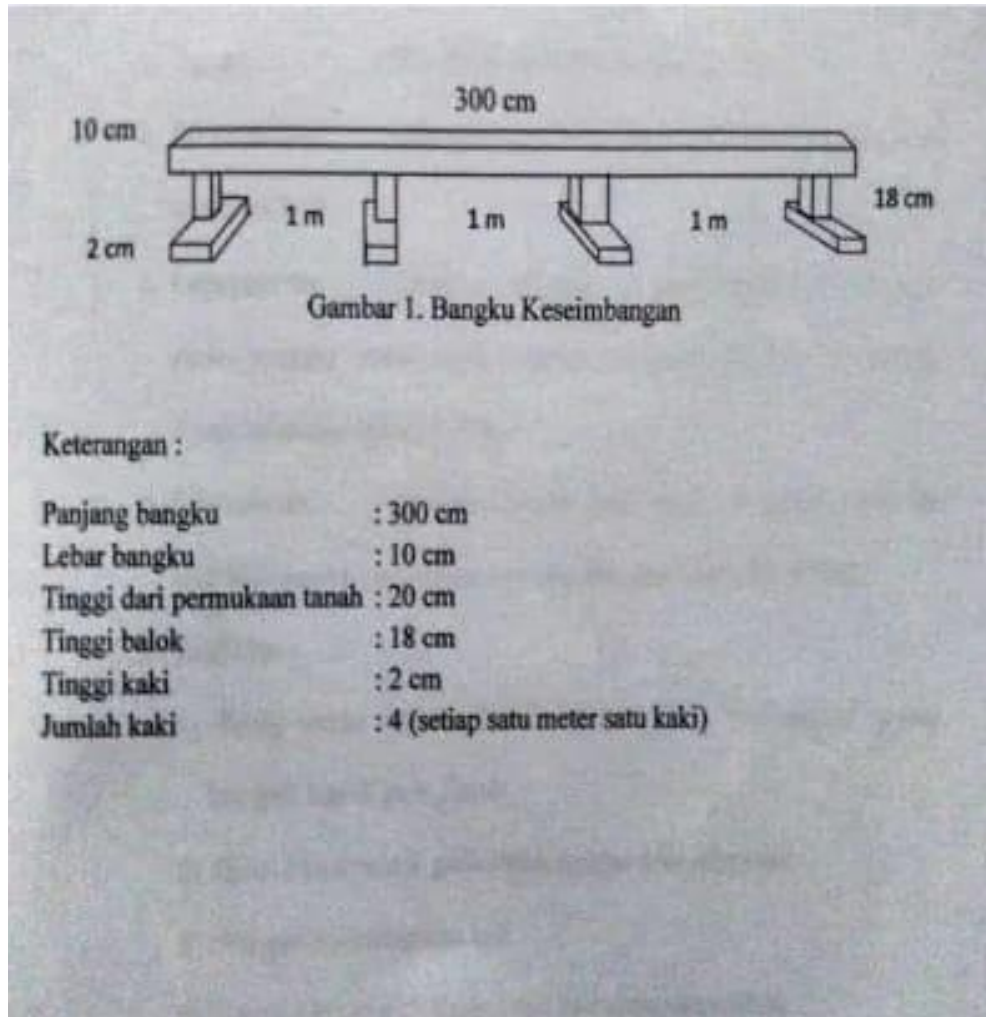


Tes Receive



Stork Stand

Lampiran 13. Ukuran Balok Keseimbangan



(Sumber : Darmawan 2016 : 68)

Lampiran 14. Tabel Pretest

No.	Nama	<i>Pretest</i>
1	Furqon	11
2	Aziz	4
3	Egar	7
4	Riski	3
5	Heri	1
6	Faras	9
7	Sakti	8
8	Arya	3
9	Ridho	3
10	Fahmi	5
11	Ganta	2
12	Rio	2
13	Iza	9
14	Ardi	4
15	Mugi	3
16	Dika	2
17	Eza	6
18	Ghani	7
19	Alifa	5
20	Khansa	4
21	Aniq	3
22	Gina	1
23	Soko	5
24	Lutfi	4
25	Arjun	6
26	Tedi	2
27	Fahri	4
28	Azam	5
29	Viko	1
30	Mujib	8
31	Mallila	3
32	Torik	7

Lampiran 15. Tabel Populasi

Instansi	Pa	Pi	Jumlah
SD Negeri Cimanggu 02	8	0	8
SD Negeri Panimbang 03	6	1	7
SD Muhammadiyah Jenang PK	13	4	17
Total	27	5	32