

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

**Oleh Farit Khulfani**

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Begeri Yogyakarta

Email: [faritkhulfani22@gmail.com](mailto:faritkhulfani22@gmail.com)

### **Abstrak**

Penelitian ini dilakukan berdasarkan permasalahan keterampilan dasar bermain sepaktakraw yang belum dikuasai dengan baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Negeri Bayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta tahun 2016. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif menggunakan pendekatan kuantitatif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw yang terdiri dari kelas V dan VI yang berjumlah 29 siswa putra. Teknik pengambilan datanya menggunakan instrumen tes keterampilan bermain sepaktakraw dari M.Husni Thamrin, dkk (1995) yang dimodifikasi oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015) dengan tingkat validitas sebagai berikut: sepakmula 0,890; sepaksila 0,889; sepakkuda 0,906; heading 0,930; dan smash 0,889 dan angka realibilitas instrumen 0,932. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 3 siswa (10,4%) berada dalam kategori “sangat tinggi”, 4 siswa (13,8%) berada dalam kategori “tinggi”, 11 siswa (37,9%) berada dalam kategori “sedang”, 11 siswa (37,9%) berada dalam kategori “rendah”, dan tidak ada siswa (0%) yang berada dalam kategori “sangat rendah”.

Kata Kunci: *Keterampilan, Sepaktakraw, Ekstrakurikuler.*

## **LEVEL OF SEPAK TAKRAW SKILLS OF SEPAK TAKRAW EXTRACURRICULAR STUDENTS OF BAYANGKARA ELEMENTARY SCHOOL, GONDOKUSUMAN SUB-DISTRICT, YOGYAKARTA YEAR 2016**

### **Abstract**

*The research is based on the problem that the basic skills of sepak takraw have not been mastered well. This research is aimed to know the level of sepak takraw skills of sepak takraw extracurricular students of Bayangkara Elementary School, Gondokusuman sub-district, Yogyakarta, year 2016. This research is a descriptive research which uses quantitative approach. Population of this research was all of the students of sepak takraw extracurricular, which consisted of 29 male students from grade V and VI. The data were collected using an instrument for sepak takraw skills testing from M. Husni Thamrin, dkk (1995) which was modified by Arief Nugroho Liestyanto (2015) with the levels of validity: sepakmula 0,890; sepaksila 0,889; sepakkuda 0,906; heading 0,930 and smash 0,889. The instrument's reliability was 0,932. The data were analyzed using descriptive quantitative analysis with percentage. The result showed that 3 students (10,4%) were on “very high” category, 4 students (13,8%) were on “high” category, 11 students (37,9%) were on “average” category, 11 students (37,9%) were on “low” category and no student (0%) was on “very low” category.*

*Keywords: skills, sepak takraw, extracurricular*

## PENDAHULUAN

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

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

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

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

Di Sekolah Dasar (SD) Negeri Bhayangkara Kecamatan Gondokusuman Kota Yogyakarta mengadakan kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw untuk menciptakan atlet muda sepaktakraw. Sepaktakraw menjadi salah satu kegiatan ekstrakurikuler favorit bagi siswa di SDN Bhayangkara. Kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw dilakukan oleh siswa dari kelas 4 sampai dengan kelas 6 yang ingin berlatih dan mengembangkan kemampuannya dalam bermain sepaktakraw.

Kegiatan ekstrakurikuler sepaktakraw dilaksanakan sebanyak 2 kali dalam satu minggu, yaitu pada hari rabu sore dan sabtu pagi. Kejuaraan yang sering diikuti SDN Bhayangkara adalah O2SN tingkat Kecamatan hingga O2SN tingkat Propinsi Daerah Istimewa Yogyakarta..

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

Penilaian keterampilan siswa dalam bermain sepaktakraw sangat penting dilakukan. Selain pelatih dapat mengetahui kemampuan siswa, hasil dari penilaian tersebut dapat dijadikan acuan dalam menyusun program latihan selanjutnya yang lebih baik. Hasil tes juga dapat digunakan sebagai pedoman dalam menentukan siswa yang sebaiknya ditempatkan pada posisi apit kanan, apit kiri, dan tekong, sehingga siswa dapat bermain secara maksimal.

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

## METODE PENELITIAN

### Desain Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang bertujuan untuk menggambarkan seberapa tinggi tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di Sekolah Dasar Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta.

### Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw akan digambarkan dalam sebuah skor atau angka yang diperoleh dari tes keterampilan yang dilakukan. Tes yang digunakan untuk mengukur keterampilan bermain sepaktakraw oleh siswa, menggunakan tes kemampuan bermain sepaktakraw buatan M. Husni Thamrin, dkk (1995) yang dimodifikasi oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015).

### Populasi Penelitian

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

## Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

### Instrumen Penelitian

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

Instrumen yang digunakan yaitu Tes Keterampilan Bermain sepaktakraw buatan M.Husni Thamrin, dkk (1995) yaitu tes sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading*, dan *smash*, dengan adanya kesesuaian yang sudah di ujicobakan oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015), dengan tingkat validitas sebagai berikut: sepakmula 0,890; sepaksila 0,889; sepakkuda 0,906; *heading* 0,930; dan *smash* 0,889 dan angka realibilitas instrumen 0,932 (Arief Nugroho L, 2015: 34).

### Teknik Pengumpulan Data

Penelitian dilakukan di SD Negeri Bhayangkara kota Yogyakarta yang beralamat di Jl. Kemakmuran No. 5, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta. Pelaksanaan pengambilan data penelitian dilakukan di lapangan sepaktakraw SD Negeri Bhayangkara dan sebagian halaman sekolah SD Negeri Bhayangkara, Kecamatan Gondokusuman, Kota Yogyakarta, yang dilakukan selama satu hari yaitu pada tanggal 6 Agustus 2016 pukul 07.30-10.30 WIB.

### Teknik Analisis Data

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

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

Keterangan:

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

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

Tabel 1. Interval dan Skor Kategori Pada Permainan Sepaktakraw

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

Keterangan:

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

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

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

Keterangan :

- P = Presentase.
- f = Frekuensi
- N = Jumlah siswa/banyaknya individu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Deskripsi Data Penelitian

Deskripsi dari penelitian tingkat keterampilan bermain sepaktakraw peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SD Negeri Bhayangkara Yogyakarta Tahun 2016 yang telah dilakukan adalah berikut ini:

1. Sepakmula  
Tes keterampilan sepakmula didapatkan hasil skor maksimal 68,72 dan skor minimal 33,55 dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.
2. Sepaksila  
Tes keterampilan sepaksila didapatkan hasil skor maksimal 75,13 dan skor minimal 40,20, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.
3. Sepakkuda  
Tes keterampilan sepakkuda didapatkan hasil skor maksimal 82,03 dan skor minimal 39,65, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.
4. *Heading*  
Tes keterampilan *heading* hasil skor maksimal 73,13 dan skor minimal 39,50, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.
5. *Smash*  
Tes keterampilan *smash* didapatkan hasil skor maksimal 73,55 dan skor minimal 36,46, dengan standar deviasi 10 dan skor rata-rata 50.

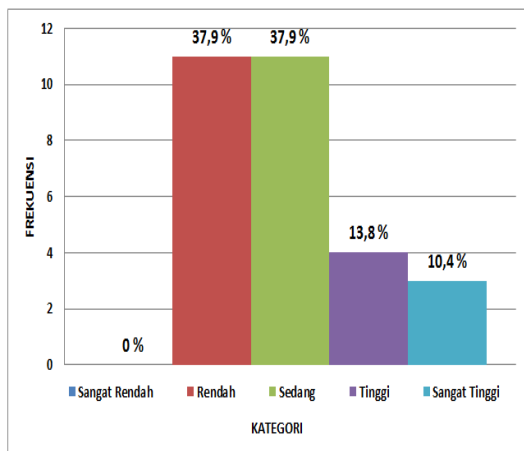
### Hasil Analisis Data Penelitian

Hasil penelitian diketahui nilai keterampilan bermain sepaktakraw minimal sebesar 195.21 dan nilai maksimal 362.25 dengan nilai rata-rata sebesar 249.99, serta standar deviasi sebesar 41.92. Untuk lebih jelasnya selanjutnya disusun kategori nilai keterampilan siswa dalam bermain sepaktakraw menjadi lima kategori yaitu Sangat Tinggi, Tinggi, Sedang, Rendah, dan Sangat Rendah, disajikan dalam tabel berikut ini.

Tabel 2. Kategori Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw

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

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa siswa yang mengikuti tes keterampilan bermain sepahtakraw 3 siswa atau 10,4 % yang masuk kedalam kategori sangat tinggi, 4 siswa atau 13,8 % masuk dalam kategori tinggi, 11 siswa atau 37,9 % masuk dalam kategori sedang, dan 11 siswa atau 37,9% masuk dalam kategori rendah.



Gambar 11. Diagram Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw

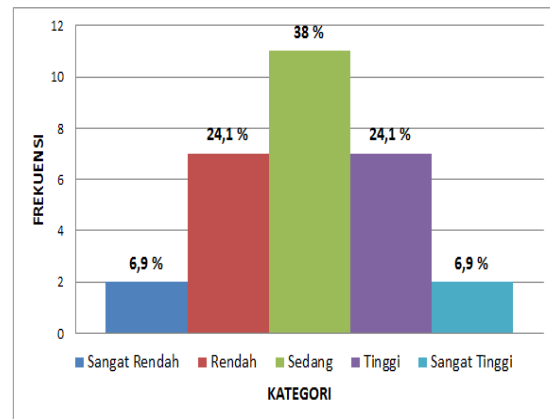
Berikut ini penjelasan mengenai masing-masing keterampilan dasar bermain sepahtakraw adalah sebagai berikut:

Pertama yaitu sepahtakraw atau servis, dilakukan untuk memulai permainan sepahtakraw. Hasil tes diambil dari hasil terbaik dari 3 kali tes servis yang dilakukan peserta tes keterampilan.

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepakmula

No	Interva l	Frekuensi	Presentase	Kategori
1	$\geq 65$	2	6,9 %	Sangat Tinggi
2	55 – 64	7	24,1 %	Tinggi
3	45 – 54	11	38,0 %	Sedang
4	35 – 44	7	24,1 %	Rendah
5	$\leq 34$	2	6,9 %	Sangat Rendah
Total		29	100%	

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



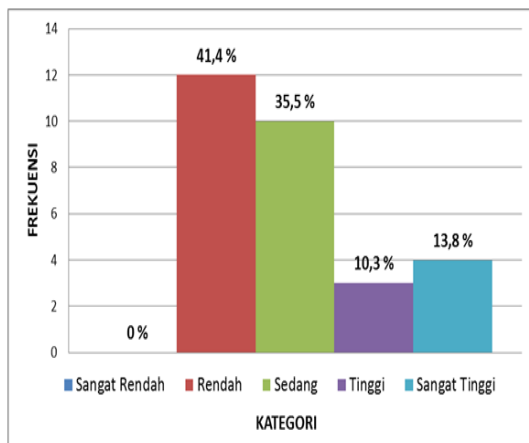
Gambar 12. Diagram Tingkat Keterampilan Sepakmula

Kedua yaaitu sepahtakraw, merupakan teknik menimang bola menggunakan kaki bagian dalam. Sepahtakraw bisa dilakukan menggunakan kaki kanan maupun kiri. Peserta tes keterampilan melakukan tes selama satu menit yang dilakukan dalam 3 kali dan hasil tes diambil dari hasil yang terbaik.

Tabel 3. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepaksila

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

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



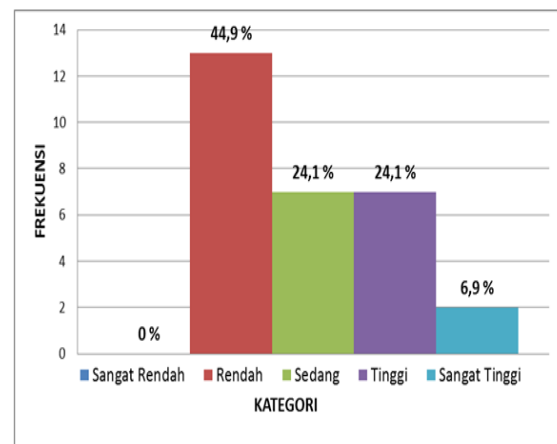
Gambar 13. Diagram Tingkat Keterampilan Sepaksila

Ketiga yaitu sepakkuda, merupakan teknik memainkan bola menggunakan punggung kaki atau kura kaki. Sepakkuda bisa dilakukan menggunakan kaki kanan maupun kiri.

Tabel 5. Kategorisasi Tingkat Keterampilan Sepakkuda

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

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



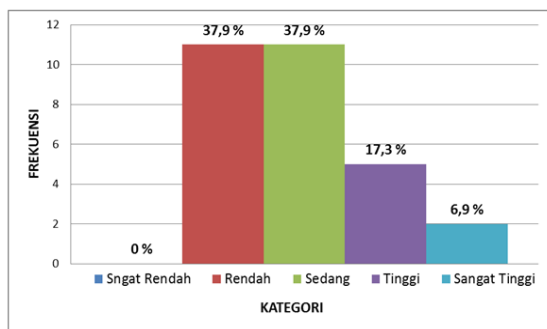
Gambar 14. Diagram Tingkat Keterampilan Sepakkuda

Keempat yaitu *heading*, merupakan teknik memainkan bola menggunakan kepala pada permainan sepaktakraw. Peserta tes keterampilan melakukan tes *heading* selama satu menit yang dilakukan dalam 3 kali dan hasil tes diambil dari hasil yang terbaik.

Tabel 6. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Heading*

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

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



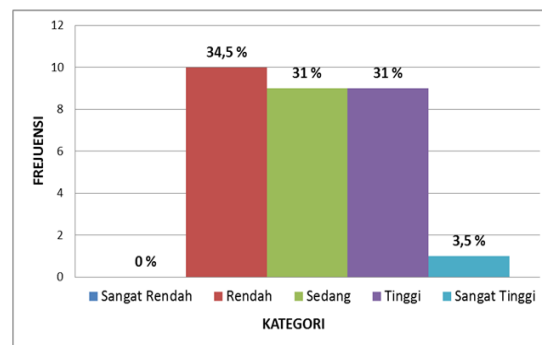
Gambar 15. Diagram Tingkat Keterampilan *Heading*

Kelima yaitu *Smash*, merupakan kegiatan menyerang lawan. Hasil tes diambil dari hasil terbaik dari 3 kali tes *smash* yang dilakukan peserta tes keterampilan

Tabel 7. Kategorisasi Tingkat Keterampilan *Smash*

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

Berdasarkan tabel diatas, dari 29 siswa menunjukkan bahwa sebanyak 1 siswa atau 3,5 % memiliki kemampuan *smash* dengan kategori sangat tinggi, sebanyak 9 siswa atau 31 % memiliki kemampuan *smash* dengan kategori tinggi, sebanyak 9 siswa atau 31% memiliki kemampuan *smash* dalam kategori sedang, sebanyak 10 siswa atau 34,5% memiliki kemampuan *smash* dalam kategori rendah.



Gambar 16. Diagram Tingkat Keterampilan *Smash*

### Pembahasan

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

Keterampilan bermain sepaktakraw siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw SDN Bhayangkara dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu karena faktor lingkungan belajar, faktor pribadi, dan faktor pengalaman belajar. Lingkungan SD Negeri Bhayangkara yang memadai dan luas menjadikan siswa bebas bergerak pada saat melakukan latihan keterampilan kegiatan

ekstrakurikuler. Masing-masing siswa memiliki tingkat keterampilan yang berbeda-beda. Hal tersebut dibuktikan dengan adanya siswa yang berada dalam kategori sangat tinggi, tinggi, sedang dan ada yang rendah. Hal tersebut sangat terlihat pada saat siswa melakukan teknik dasar baik itu sepakmula, sepaksila, sepakkuda, *heading* dan *smash*.

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

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

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

dan prestasi sepaktakraw pada siswa peserta ekstrakurikuler sepaktakraw di SDN Bhayangkara Yogyakarta.

## KESIMPULAN DAN SARAN

### Kesimpulan

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

### Saran

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

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

## DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono. (2012). *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: PT Rajagrafindo Persada.
- Arief Nugroho Liestyanto. (2015). *Tingkat Keterampilan Dasar Bermain Sepaktakraw Siswa Peserta Ekstrakurikuler Sepaktakraw di SD Negeri 1 Bejiruyung Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen*. Skripsi. Fakultas



Ilmu Keolahragan Universitas Negeri  
Yogyakarta.

Santoso Giriwijoyo Y.S. (2005). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: ITB.

Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Kuantitatif , Kualitatif dan R & D*. Bandung: CV. Alfabeta.

Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.