



SKRIPSI

**PENINGKATAN KEMAMPUAN SEPAK SILA DALAM
PERMAINAN SEPAK TAKRAW MELALUI VARIASI
BERPASANGAN SISWA KELAS VIII**

SMP NEGERI 3 BAJO

Disusun dan diajukan oleh

Abdul rauf basir

1785201037

telah dipertahankan dalam ujian skripsi

pada tanggal 14 september 2021

Susunan Dewan Penguji

Ketua Sidang

Sri Rahayu Amri, S.H., M.H

NIDN. 0926048302

Penguji 1

Saman M. Pd
NIDN. 090908703

Penguji 2

Firmansyah Dahlan M. Pd
NIDN. 090088803

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar sarjana

Tanggal.....

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani

Ahmad S. Pd M. Pd
NIDN. 0905038505

SKRIPSI
PENINGKATAN KEMAMPUAN SEPAK SILA DALAM
PERMAINAN SEPAK TAKRAW MELALUI VARIASI
BERPASANGAN SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 3 BAJO

Disusun dan diajukan oleh

Abdul rauf basir

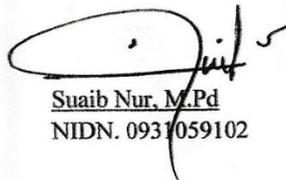
1785201037

telah dipertahankan dalam ujian skripsi

pada tanggal 14 september 2021

Susunan Dewan Penguji

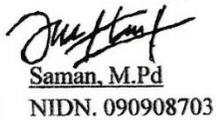
Pembimbing I


Suaib Nur, M.Pd
NIDN. 0931059102

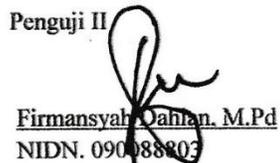
Pembimbing II


Sri Rahayu Amri, S.H., M.H
NIDN. 0926048302

Penguji I


Saman, M.Pd
NIDN. 090908703

Penguji II

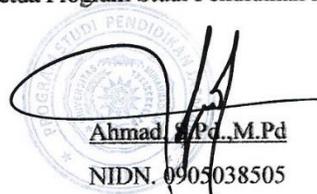

Firmansyah Oahlan, M.Pd
NIDN. 090088803

Skripsi ini diterima sebagai salah satu persyaratan

Untuk memperoleh gelar sarjana

Tanggal.....

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani


Ahmad, M.Pd., M.Pd
NIDN. 0905038505

SKRIPSI
PENINGKATAN KEMAMPUAN SEPAK SILA DALAM
PERMAINAN SEPAK TAKRAW MELALUI VARIASI
BERPASANGAN SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 3 BAJO

Disusun dan diajukan oleh

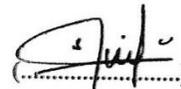
Abdul rauf basir

1785201037

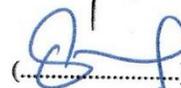
Telah dipertahankan dalam sidang ujian skripsi pada tanggal 14 september 2021 dan diterima sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana pada Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Muhammadiyah Palopo.

Susunan Dewan Penguji

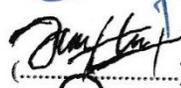
Pembimbing I : Suaib Nur, M.Pd

(.....

.....)

Pembimbing II : Sri Rahayu Amri, S.H., M.H

(.....

.....)

Penguji I : Saman, M.Pd

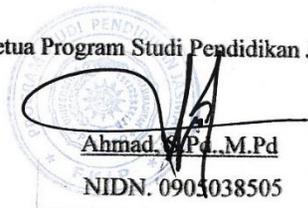
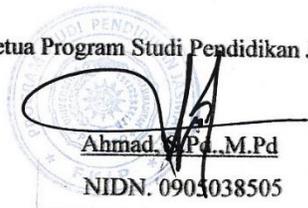
(.....

.....)

Penguji II : Firmansyah Dahlan, M.Pd

(.....

.....)

Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani



Ahmad S.Pd, M.Pd
NIDN. 0905038505

PERSYARATAN KEASLIAN SKRIPSI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Abdul rauf basir

Nim : 1785201037

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Judul Skripsi : Peningkatan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw melalui variasi berpasangan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bajo

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai hasil tulisan atau pikiran sendiri.

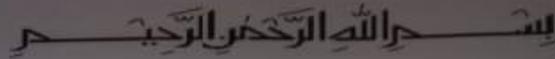
Apabila kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Palopo, september 2021

Yang Membuat Pernyataan:


Abdul rauf basir

KATA PENGANTAR



Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Allhamdulillah, puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah SWT yang senantiasa mencurahkan rahmat dan karunianya serta petunjuk sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini tepat waktu. Skripsi ini disusun oleh peneliti sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Strata/S1 pada Universitas Muhammadiyah Palopo.

Sebagai manusia biasa, peneliti menyadari bahwa dari awal hingga akhir proses penyusunan skripsi ini, banyak sekali pihak yang terlibat dan berperan didalamnya demi mewujudkan tugas akhir ini, karena itu peneliti ingin menyampaikan rasa hormat dan ucapan terima kasih yang setinggi-tingginya kepada mereka yang secara moril maupun materil telah banyak membantu peneliti untuk merampungkan skripsi ini hingga hasil.

Pertama-tama ucapan terima kasih saya haturkan secara khusus kepada orang tua, saudara-saudari serta keluarga besar yang hormati, cintai dan sayangi yang selalu memberikan hal yang terbaik bagi peneliti, memberi motivasi serta dukungannya dalam menyelesaikan menyusun tugas akhir ini. Selanjutnya, peneliti juga tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Salju, S.E.,M.M. Selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Palopo.
2. Bapak Dr. Imam Pribadi, S.Sos.I.,M.Pd.I. Selaku Dekan FKIP Universitas Muhammadiyah Palopo.

3. Bapak Ahmad, S.Pd.,M.Pd. selaku Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani Universitas Muhammadiyah Palopo.
4. Bapak Suaib Nur, S.Pd.,M.Pd. selaku pembimbing Pertama yang telah bersedia membimbing dan memberikan saran dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
5. Bapak Sri Rahayu Amri, S.H., M.H selaku pembimbing Kedua yang telah bersedia membimbing dan memberikan saran dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
6. Rekan-rekan mahasiswa yang juga telah memberikan dukungan dan kerja samanya dalam menyelesaikan laporan skripsi ini.
7. Keluargaku tercinta yang dengan ikhlas memberikan dukungannya, baik moril maupun materi.

Akhir kata, penulis berharap semoga laporan skripsi ini dapat bermanfaat khususnya bagi Penulis sendiri dan umumnya bagi pembaca.

Palopo, 31 Juni 2021


Abdul Rauf Basir

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TULIS SKRIPSI

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul:

**PENINGKATAN KEMAMPUAN SEPAK SILA DALAM
PERMAINAN SEPAK TAKRAW MELALUI VARIASI
BERPASANGAN SISWA KELAS VIII
SMP NEGERI 3 BAJO**

dan diajukan untuk diuji pada tanggal, adalah hasil karya saya .
Saya juga menyatakan dengan sesungguhnya bahwa dalam skripsi ini, tidak terdapat keseluruhan atau sebagian tulisan orang lain yang saya ambil dengan cara menyalin atau meniru dalam bentuk rangkaian kalimat atau simbol yang menunjukkan gagasan atau pendapat atau pemikiran dari penulis lain, yang saya akui seolah-olah sebagai tulisan saya sendiri, dan atau tidak terdapat sebagian atau keseluruhan tulisan yang saya salin, tiru atau yang saya ambil dari tulisan orang lain tanpa memberikan pengakuan kepada penulis aslinya.

Apabila saya melakukan yang tersebut di atas secara sengaja atau tidak, saya menyatakan menarik skripsi yang saya ajukan sebagai hasil karya tulisan saya sendiri. Jika kemudian terbukti bahwa ternyata saya melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan orang lain seolah-olah itu hasil pemikiran saya sendiri, berarti gelar dan ijazah yang telah diberikan oleh Universitas batal saya terima.

Palopo,.....

Yang memberi pernyataan



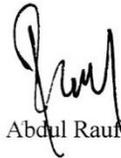
Abdul Rauf Basir

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis perhadapkan kepada Allah SWT yang telah memberikan rahmat, hidayah dan inayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini dengan judul “Peningkatan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw melalui variasi berpasangan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Bajo”.

Penulisan skripsi ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat dalam menambah khazanah pengetahuan atau wawasan penulis, terkhusus tentang masalah yang telah dibahas dalam penelitian ini. Selain itu, salah satu alasan penelitian ini dilakukan adalah memenuhi sebagian persyaratan mencapai derajat Sarjana (S1) pada Universitas Muhammadiyah Palopo. Penyelesaian tulisan ini telah mendapat banyak bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak. skripsi ini tidak mungkin terselesaikan dengan baik tanpa adanya dukungan, bimbingan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak selama penyusunan. Sehingga dalam kesempatan ini penulis dengan ketulusan hati mengucapkan terima kasih kepada pihak-pihak yang telah memberikan bimbingan dan dukungannya. Semoga Allah SWT memudahkan segala urusan dan melimpahkan karunia-Nya kepada pihak-pihak tersebut sebagai implementasi wujud pengabdian kepada-Nya. Penulis pun menyadari penulisan ini masih jauh dari kesempurnaan dikarenakan kemampuan penulis yang terbatas. Oleh karena ini, segala saran dan dan ide lebih lanjut penulis harapkan. Semoga tulisan ini bermanfaat bagi pembacanya. Amin Ya Robbal Alamiin

Palopo,.....



Abdul Rauf Basir

INTISARI

Penelitian ini adalah penelitian tindakan kelas yang terdiri dari empat langkah penelitian, yaitu perencanaan, tindakan, observasi, dan refleksi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahwa penerapan variasi metode latihan berpasangan pada permainan sepak takraw dapat meningkatkan kemampuan sepak sila siswa di kelas VIII SMP Negeri 3 Bajo. Adapun subjek penelitian ini berjumlah 29 siswa yang terdiri dari 17 jumlah siswa laki-laki dan 12 jumlah siswa perempuan. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi aktivitas guru dan lembar observasi aktivitas siswa serta tes keterampilan siswa. Penelitian ini dilakukan dalam 2 siklus dan tes evaluasi siswa dilakukan di tiap-tiap akhir siklus. Hasil persentase observasi aktivitas siswa pada siklus 1 adalah 38,8%, siklus 2 adalah 89%. Persentase observasi aktivitas guru pada siklus 1 adalah 65,67% dan pada siklus 2 adalah 89,34%. Hasil rata-rata tes keterampilan pada siklus 1 adalah 18,72 dan pada siklus 2 yaitu 23,96 dengan standar ketuntasan 20 sepakan dalam waktu satu menit. Hasil penelitian ini menyatakan bahwa penggunaan variasi latihan berpasangan dapat meningkatkan kualitas pembelajaran sepak sila serta mampu menumbuhkan kegembiraan dan memotivasi siswa dalam belajar.

Kata kunci : Sepak Sila, Variasi Latihan Berpasangan

ABSTRACT

This research was classroom action research which consisted of four steps, namely planning, action, observation, and reflection. The purpose of this study was to find out whether or not the application of paired exercise variation method in sepak takraw sport could improve sepak sila ability of the students in class VIII of SMP Negeri 3 Bajo. The subjects of this study were 29 students consisting of 17 male students and 12 female students. The instruments used in this study were teacher activity observation sheets, student activity observation sheets and student skill tests. This research was conducted in 2 cycles. Student evaluation tests were carried out at the end of each cycle. The result of the percentage of student activity observations in cycle 1 was 38.8% and in cycle 2 was 89%. The percentage of teacher activity observations in cycle 1 was 65.67% and in cycle 2 was 89.34%. The average result of the skill test in cycle 1 is 18.72 and in cycle 2 is 23.96 with a standard of completeness of 20 a week in one minute. The results of this study show that the use of paired exercise variation can improve the quality of sepak sila, students' excitement and motivation in learning.

Keywords: *sepak sila, paired exercise variation*

DAFTAR ISI

| | |
|---|-------------|
| HALAMAN SAMPUL | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| INTISARI | iii |
| ABSTRACT | iv |
| PRAKATA | v |
| DAFTAR ISI | vi |
| DAFTAR TABEL | vii |
| DAFTAR GAMBAR | viii |
| DAFTAR LAMPIRAN | ix |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1. Latar Belakang | 5 |
| 1.2. Rumusan Masalah | 6 |
| 1.3. Tujuan Penelitian | 6 |
| 1.4. Manfaat Penelitian | 6 |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis | 6 |
| 1.4.2 Manfaat Praktis | 7 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 8 |
| 2.1. Landasan Teori | 8 |
| 2.1.1 Pembelajaran | 8 |
| 2.1.2 Sepak Takraw | 11 |
| 2.1.3 Teknik Dasar Sepak Takraw | 14 |
| 2.1.4 Perlengkapan Dan Ukuran Lapangan Sepak Takraw | 18 |
| 2.2. Kerangka Berpikir | 23 |
| 2.3. Hipotesis Tindakan | 25 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 26 |
| 3.1. Desain Penelitian | 26 |
| 3.2. Jenis Penelitian | 28 |
| 3.3. Subjek Penelitian | 29 |
| 3.4. Lokasi dan Subjek Penelitian | 31 |
| 3.5. Sumber Data | 32 |
| 3.6. Teknik Pengumpulan Data | 33 |
| 3.7. Instrumen Penelitian | 34 |
| 3.8. Teknik Analisis Data | 35 |
| 3.9. Indikator Keberhasilan | 36 |
| BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN | 39 |
| 4.1 Hasil Penelitian | 39 |
| 4.1.1 Deskripsi Data | 40 |

| | |
|---------------------------------------|-----------|
| 4.1.1 Deskripsi Data | 40 |
| 4.1.2 Laporan Siklus 1 | 41 |
| 4.1.3 Laporan Siklus 2 | 43 |
| 4.2 Pembahasan Hasil Penelitian | 46 |
| BAB V PENUTUP | 48 |
| 5.1 Kesimpulan | 48 |
| 5.2 Saran | 49 |
| DAFTAR RUJUKAN..... | 37 |
| LAMPIRAN | 50 |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1 Instrumen Aspek Psikomotor | 32 |
| Tabel 3.2 Instrumen Aspek Kognitif | 33 |
| Tabel 3.3 Instrumen Aspek Afektif | 34 |
| Tabel 3.4 Teknik Kualifikasi Penilaian Psikomotor | 36 |
| Tabel 3.5 Kriteria Ketuntasan Minimal Siswa Kelas VIII SMP 3 Bajo | 37 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Teknik dasar sepak sila | 15 |
| Gambar 2.2 Sepak kura/ sepak kuda | 16 |
| Gambar 2.3 Heading | 17 |
| Gambar 2.4 Mendada | 17 |
| Gambar 2.5 Lapangan sepak takraw | 19 |
| Gambar 2.6 Tiang dan net | 20 |
| Gambar 2.7 Bola sepak takraw | 20 |
| Gambar 2.8 Pemain | 21 |
| Gambar 2.9 Kerangka berpikir | 24 |
| Gambar 3.1 Rancangan Siklus Penelitian Tindakan kelas | 28 |

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|---|----|
| Lampiran 1. Lembar Observasi Belajar Mengajar | 80 |
| Lampiran 2. Format Pengamatan Kegiatan Belajar Mengajar | 81 |
| Lampiran 3. Daftar Nilai Pra-Siklus | 82 |
| Lampiran 4. Daftar Nilai Siklus 1 | 86 |
| Lampiran 5. Daftar Nilai Siklus 2 | 90 |
| Lampiran 6. Dokumentasi | 94 |

Rhauff

SKRIPSI_RHAUFF[1].docx

Sources Overview

38%

OVERALL SIMILARITY

| Rank | Source | Similarity |
|------|---|------------|
| 1 | repository.umpalopo.ac.id INTERNET | 8% |
| 2 | eprints.uny.ac.id INTERNET | 6% |
| 3 | journal.umpalopo.ac.id INTERNET | 4% |
| 4 | ejournal.unib.ac.id INTERNET | 3% |
| 5 | nurhalisa04.wordpress.com INTERNET | 3% |
| 6 | langkahilmu.com INTERNET | 2% |
| 7 | olahragapedia.com INTERNET | 2% |
| 8 | digilib.unimed.ac.id INTERNET | 1% |
| 9 | afri54.blogspot.com INTERNET | <1% |
| 10 | id.123dok.com INTERNET | <1% |
| 11 | docplayer.info INTERNET | <1% |
| 12 | jurnal.unimed.ac.id INTERNET | <1% |
| 13 | ejournal.stkip11april.ac.id INTERNET | <1% |

See
6/9/21
A. Puludde



| | | |
|----|---|-----|
| | .com INTERNET | <1% |
| 15 | lib.unnes.ac.id INTERNET | <1% |
| 16 | www.slideshare.net INTERNET | <1% |
| 17 | pt.scribd.com INTERNET | <1% |
| 18 | jurnalmahasiswa.unesa.ac.id INTERNET | <1% |
| 19 | digilib.uinsgd.ac.id INTERNET | <1% |
| 20 | journal.unj.ac.id INTERNET | <1% |
| 21 | media.neliti.com INTERNET | <1% |
| 22 | tekpoint.com INTERNET | <1% |
| 23 | www.kajianpustaka.com INTERNET | <1% |
| 24 | id.scribd.com INTERNET | <1% |
| 25 | eprints.unm.ac.id INTERNET | <1% |
| 26 | es.scribd.com INTERNET | <1% |
| 27 | journal2.um.ac.id INTERNET | <1% |
| 28 | text-id.123dok.com INTERNET | <1% |
| 29 | eprints.walisongo.ac.id INTERNET | <1% |
| 30 | www.researchgate.net INTERNET | <1% |

Excluded search repositories:

- Submitted Works
- Publications
- Crossref
- Crossref Posted Content

Excluded from Similarity Report:

- Small Matches (less than 25 words).

Excluded sources: