

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Permainan sepak takraw merupakan perpaduan atau penggabungan tiga buah permainan yaitu permainan sepakbola, bolavoli, dan bulutangkis. Sepak takraw adalah permainan yang dilakukan di lapangan yang berukuran 13,40 x 6,10 m yang dibagi oleh dua garis dan net (jaring) setinggi 1,55 dengan lebar 72 cm dan lubang jaring sekitar 4-5 cm. Bola yang dimainkan terbuat dari rotan atau plastik (*synthetic fibre*) yang dianyam dengan lingkaran antara 42-44 cm. Permainan sepak takraw pada umumnya menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali bagian lengan. Permainan diawali dengan servis yang berada pada lingkaran servis, selanjutnya seorang pemukul bertugas melakukan servis menggunakan kakinya, pemain ini dapat disebut dengan tekong. Servis dinyatakan berhasil dilakukan apabila melewati net, kemudian pihak lawan dapat mengembalikan bola tersebut maksimal tiga kali sentuhan baik seorang maupun rekan satu tim untuk mengembalikan bola tersebut disebrangkan di atas net agar jatuh di wilayah lapangan lawan. Permainan sepak takraw mempunyai peraturan-peraturan tersendiri, sehingga akan membedakan permainan dengan olahraga yang lainnya (Saputro, 2017).

Kemampuan dasar bermain sepak takraw yang baik seperti kemampuan menyepak adalah hal yang diutamakan dalam pembelajaran sepak takraw. Sepakan dalam permainan sepak takraw merupakan gerak dominan, karena dalam permainan sepak takraw lebih banyak menggunakan sepak sila. Jika seseorang ingin berprestasi dalam permainan sepak takraw harus menguasai teknik dasar

sepak takraw. Maka dalam upaya meningkatkan proses pembelajaran sepak takraw untuk menguasai teknik dasar passing dibutuhkan pembelajaran yang efektif. Pembelajaran yang efektif dapat didefinisikan sebagai pembelajaran yang berhasil mencapai tujuan belajar peserta didik sebagaimana yang diharapkan oleh guru. Sedikitnya ada dua unsur pokok dalam pembelajaran efektif, yaitu guru harus memiliki suatu gagasan jelas tentang tujuan belajar yang diharapkan dan pengalaman belajar yang direncanakan dan disampaikan dapat tercapai (Hanif, 2015).

Permainan sepak takraw memiliki banyak sekali teknik-teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain, ada teknik dasar sepak sila, sepak cungkil, memaha, heading, tekong (*service*), *smash*, dan block. Dari rangkaian teknik dasar tersebut ada beberapa teknik yang harus diketahui, yaitu teknik bertahan dan teknik menyerang. Teknik bertahan meliputi sepak sila yang baik dan block. Sedangkan teknik menyerang adalah *smash* dan tekong (*service*). Seorang pemain sepak takraw harus memiliki ketrampilan sepak sila yang baik untuk melakukan teknik bertahan dan teknik menyerang dalam permainan sepak takraw. Karena sepak sila juga salah satu gerakan yang sangat dominan dalam permainan sepak takraw. Sepak sila dapat didefinisikan sebuah cara memainkan bola secara efektif dan efisien untuk mendapatkan hasil optimal (Alfiandi, 2018).

Seorang pemain sepak takraw yang kurang dalam ketrampilan teknik dasar sepak sila sangat berpengaruh terhadap kegagalan meredam serangan atau pun untuk membangun serangan (*smash*), karena sepak sila dalam permainan sepak takraw memiliki tiga kegunaan yaitu: untuk mengontrol, passing, serta untuk membangun serangan (*Smash*).

Berdasarkan hasil observasi di kelas V SDN 30 Mattirowalie Kota Palopo menunjukkan bahwa skill siswa dalam permainan sepak takraw masih belum baik. Hal tersebut dapat dilihat pada tabel data awal di bawah ini.

Tabel 1.1 Data awal siswa kelas V SDN 30 Mattirowalie Kota Palopo

No	Nama	Nilai Akhir	Ket
1	Mugni Syahgani	75	Tuntas
2	Gaza Al-Ghani	71	Tidak Tuntas
3	Gazali Ridwan	68	Tidak Tuntas
4	Moh. Fajri F	75	Tuntas
5	Muh. Abil Wahid	64	Tidak Tuntas
6	Muh. Adnan A	71	Tidak Tuntas
7	Muh. Rum A	78	Tuntas
8	Muhammad Fidel	68	Tidak Tuntas
9	Sangaji Baret F	64	Tidak Tuntas
10	Muhammad Faiz	75	Tuntas
11	Andi Niar J	64	Tidak Tuntas
12	Naila Azizah R	64	Tidak Tuntas
13	Nur Fadila A	64	Tidak Tuntas
14	Nurul Azizah Y	68	Tidak Tuntas
15	Puput Maharani	75	Tuntas
16	Putri Indah D	64	Tidak Tuntas
17	Rafifah A	64	Tidak Tuntas
18	Refani Putri	68	Tidak Tuntas
19	Sitti Faisa M	57	Tidak Tuntas
20	Syakra Nabila	71	Tidak Tuntas
21	Syarifah Indah A	64	Tidak Tuntas
22	Andi Niar Juni A	61	Tidak Tuntas

Hasil observasi awal menunjukkan bahwa dari 22 siswa, terdapat 5 siswa dengan persentase 23% yang memenuhi nilai KKM yang telah ditentukan oleh sekolah yaitu 75. Siswa yang tidak memenuhi KKM sebanyak 17 siswa dengan persentase 77%.

Hal tersebut membuat peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian tindakan kelas (PTK) yang berjudul “Implementasi Sepaksila Berpasangan

terhadap Peningkatan *Skill* Siswa Kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada Permainan Sepak Takraw”.

### **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang akan dikaji dan dianalisis dalam penelitian ini adalah Bagaimana implementasi sepaksila berpasangan terhadap peningkatan *skill* siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw?

### **1.3 Tujuan Penelitian**

Tujuan dalam penelitian ini, yaitu: untuk mengetahui implementasi sepaksila berpasangan terhadap peningkatan *skill* siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian merupakan sesuatu yang diharapkan ketika sebuah penelitian sudah selesai. Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini, yaitu:

1. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan penulis mengenai implementasi teknik sepaksila dalam upaya meningkatkan *skill* siswa dalam permainan sepak takraw.
2. Memperkaya wawasan peneliti maupun pembaca lainnya tentang implementasi teknik sepaksila.
3. Sebagai referensi dan masukan bagi civitas akademis Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Muhammadiyah Palopo dan pihak lain dalam melakukan penelitian yang sejenis.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Pendidikan Jasmani**

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap - mental - emosional - sportivitas - spiritual - sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Menjalankan proses pendidikan, kegiatan belajar dan pembelajaran merupakan suatu usaha yang amat strategis untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Ruang lingkup pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan salah satunya adalah permainan dan olahraga yang meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non lokomotor, sepak bola, bola basket, bola voli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, bela diri serta aktivitas lainnya. Dalam olahraga permainan salah satunya terdapat olahraga sepak takraw yang terdapat di dalam lingkup pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan (Sulistyo, 2021).

Pendidikan jasmani dan olahraga adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Pendidikan Jasmani merupakan olah gerak yang tujuannya mengembangkan keseluruhan pribadi anak didik melalui aktifitas jasmani. Pendidikan jasmani memiliki peran yang sangat penting dalam mengintensifkan penyelenggaraan pendidikan sebagai suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Pendidikan

jasmani memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah, dan terencana (Hudah, 2020).

Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan media untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap-mental-emosional-sportivitas-spiritual-sosial), serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang. Pada dasarnya mata pelajaran pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan merupakan kegiatan pendidikan yang mengutamakan gerak fisik. Dengan proses belajar tersebut, diharapkan perkembangan anak akan menyeluruh meliputi gerak fisik, gerak motorik, pengembangan pengetahuan dan penalaran, serta perkembangan kepribadian yang biasa kita sebut psikomotorik, kognitif, dan afektif.

Berdasarkan Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN) Pasal 1 ayat 11 menyatakan bahwa Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan dilaksanakan sebagai bagian dari proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan dan kebugaran jasmani. Artinya selain aspek fisik, masih ada target lain yang harus dicapai, yaitu Pengetahuan, kepribadian, keterampilan, dan kesehatan. Para ahli telah membuktikan bahwa hanya guru Penjasorkes berkomponen yang mampu mewujudkan fungsi ideal Penjasorkes di sekolah. Untuk pemenuhan kebutuhan guru, sarana dan prasarana, serta kegiatan lomba kegiatan Pejasorkes di satuan pendidikan, Pasal 18 UU SKN

mengamanatkan pada setiap satuan pendidikan untuk menyiapkan guru olahraga dan pembantunya, prasarana dan sarana olahraga pendidikan sesuai dengan tingkat kebutuhan, dan dapat melakukan kejuaraan olahraga sesuai dengan taraf pertumbuhan dan perkembangan peserta didik secara berkala antarsatuan pendidikan setingkat.

Pertumbuhan, perkembangan, dan belajar aktifitas jasmani akan mempengaruhi: (1) ranah kognitif, yang merupakan kemampuan berfikir (bertanya, kreatif, dan menghubungkan), kemampuan memahami, menyadari gerak, dan perbuatan akademik, (2) ranah psikomotor, yang merupakan pertumbuhan biologik, kesegaran jasmani, kesehatan, keterampilan gerak, dan peningkatan keterampilan gerak, dan (3) ranah afektif, yang berupa rasa senang, penanggapan yang sehat terhadap aktifitas jasmani, kemampuan menyatakan dirinya (aktualisasi diri), menghargai diri sendiri, dan konsep diri (Sukintaka, 2012).

## **2.2 Sepak Takraw**

### **2.2.1 Deskripsi Sepak Takraw**

Olahraga sepak takraw merupakan olahraga dari Indonesia dan telah lama berkembang di tanah air, dengan banyak dimainkan oleh masyarakat Indonesia terutama yang berdomisili di daerah pantai, seperti kepulauan Riau, Sumatera bagian barat, dan Makasar. Permainan sepak takraw di Makasar sering disebut sepakraga yang dimainkan oleh para nelayan sebagai pengisi waktu luang sebelum mereka melaut.

Sepak takraw termasuk olahraga yang sangat menghibur, karena dalam sepak takraw digunakan teknik-teknik yang begitu atraktif. Menurut Yusup

(Indrawan, 2018) Olahraga sepak takraw merupakan olahraga yang berasal dari tanah melayu, hal itu bisa dilihat dari pengertian sepak takraw itu sendiri yaitu: Kata "sepak" diambil dari bahasa melayu, kata "takraw" diambil dari bahasa Thai yang berarti "bola yang terbuat dari anyaman rotan". Banyak ahli mengemukakan definisi sepak takraw. Salah satunya adalah Prawirasaputra (Indrawan, 2018), mengemukakan pengertian tentang sepak takraw, yang dahulunya dikenal masyarakat dengan sebutan sepak raga, yaitu: Sepak raga atau maraga/madaraga dalam bahasa bugis yang diambil dari kata siraga-raga yang berarti saling menghibur.

Sepak takraw adalah sebuah permainan yang dilakukan di atas lapangan yang berbentuk empat persegi panjang. Lapangan di batasi oleh net yang dimainkan menggunakan bola yang terbuat dari rotan atau plastik yang di anyam bulat. Permainan ini dilakukan oleh dua regu dengan tujuan memainkan bola serta mengembalikannya ke lapangan lawan. Dalam memainkannya dapat menggunakan seluruh bagian tubuh kecuali lengan. Di awali dengan servis yang dilakukan di dalam lingkaran servis, seorang pemukul yang bertugas melakukan servis disebut tekong. Setelah servis dilakukan dan berhasil melewati net kemudian pihak lawan memainkan bola maksimal tiga kali baik oleh seorang maupun rekan satu regu untuk kembali di seberangkan diatas net agar bola jatuh di petak lawan (Sucipto, 2017).

Memang sepak raga dapat dimainkan kapan saja dan di mana saja, sekedar untuk menghibur masyarakat atau dirinya sendiri dalam mengisi waktu luang. Namun pada saat-saat yang penting seperti pelantikan raja, sepak raga ini dimanfaatkan untuk memeriahkan pesta pelantikan raja itu atau dimainkan pada



pesta perkawinan, pesta keluarga, panen, atau atraksi untuk menyambut tamu-tamu penting. Sedangkan Darwis (2013) mengemukakan tentang sepak takraw yaitu, "Permainan sepak takraw itu merupakan perpaduan atau penggabungan tiga buah permainan yaitu sepakbola, bola voli, dan bulutangkis". Dikatakan sama dengan sepakbola karena dalam permainan sepak takraw juga menggunakan kaki. Seperti bola voli karena di sepak takraw itu memvoli bola untuk memberi umpan kepada teman untuk di *smash* kelapangan lawan. Seperti permainan bulutangkis karena lapangan dan net yang digunakan dalam permainan sepak takraw hampir sama dengan yang digunakan oleh permainan bulutangkis.

### **2.2.2 Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw**

Novrianto (2013), mengungkapkan bahwa teknik dasar di dalam sepak takraw terdiri dari: sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, menapak, sepak badek, heading, mendada, menahan, dan membahu. Teknik permainan sepak takraw adalah sevice, control, *smash*, heading, dan block, kaki adalah bagian tubuh yang paling utama digunakan ketika bermain sepak takraw (Ita, 2019).

#### **1. Sepak Sila**

Sekian banyak teknik dasar dalam permainan sepak takraw, salah satu teknik dasar yang sangat dominan dan penting sebagai prasyarat seorang pemain agar dapat bermain sepak takraw dengan baik yaitu sepak sila. Teknik sepak sila ini disebut juga sebagai ibu dari permainan sepak takraw, karena fungsi dari sepak sila sangat banyak, diantaranya yaitu: untuk mengumpan pada teman, menerima sepak mula dari lawan, sebagai penghantar bola pada lawan, atau menyelamatkan bola (Suprayitno, 2018). Menurut Saputro (2017), Sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam baik kaki kanan maupun kiri

menyerupai posisi sila dan kaki satunya sebagai tumpuan. Hal ini dikarenakan dalam permainan sepak takraw, teknik sepak sila memegang peranan penting. Sepak sila merupakan teknik yang paling dasar yang harus dikuasai oleh atlet. Hal ini disebabkan karena permainan sepak takraw sebagian besar menggunakan sepak sila untuk menerima dan mengumpan bola.

Menurut Hubertus (2015) sepak sila adalah kemampuan memainkan bola dengan perkenaan kaki bagian dalam dengan cara melipat kaki ke bagian dalam dari badan sebanyak-banyaknya tanpa bola jatuh ke lantai. Saputro (2017) menjelaskan bahwa sepak sila merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepak takraw yang harus dikuasai oleh atlet sepak takraw sebelum menginjak ke teknik-teknik khusus yang lain seperti servis, *smash*, maupun blocking. Oleh karena itu berbagai variasi latihan yang menunjang dalam proses latihan sepak sila sangat diperlukan untuk meningkatkan teknik sepak sila. Selain itu pemberian variasi latihan dapat mengurangi tingkat kejenuhan dan kebosanan atlet dalam berlatih serta meningkatkan semangat atlet dalam berlatih dikarenakan dengan adanya variasi-variasi latihan yang baru.

Beberapa pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan, sepak sila adalah salah satu teknik dasar sepak takraw dengan cara menyepak bola menggunakan kaki bagian tanpa bola terjatuh.



Gambar 2.1. Sepak Sila  
Sumber: [www.penasorkes.com](http://www.penasorkes.com)

## 2. Sepak kuda

Sepak kuda adalah sebuah teknik sepakan yang menggunakan matakaki (punggung kaki) untuk perkenaan dengan bola.

## 3. Sepak badek

Sepak badek yaitu teknik yang menggunakan kaki bagian luar sebagai perkenaan dengan bola dan digunakan untuk mengontrol bola yang arahnya tidak terduga atau menyelamatkan bola dari pihak lawan dalam usaha penyelamatan.

## 4. Sepak tapak

Sepak tapak adalah menyepak bola dengan menggunakan telapak kaki atau tapak kaki, digunakan untuk melakukan *smash* ke pihak lawan, menahan atau memblock *smash* dari pihak lawan dan menyelamatkan bola yang berada di dekat net.

## 5. Sepak cungkil

Sepak cungkil merupakan teknik sepakan yang menggunakan jari-jari kaki sebagai perkenaan dengan bola, digunakan untuk mengambil atau meraih bola yang berada di depan dan jauh dari badan.

## 6. Membahu

Membahu merupakan teknik mengontrol menggunakan bahu, digunakan ketika bola bergerak dengan cepat dan berada di atas dada serta tidak sempat menggunakan kepala.

## 7. *Heading*

*Heading* merupakan salah satu teknik dalam sepak takraw dimana perkenaan bola adalah pada dahi depan, dahi samping kanan dan kiri, serta kepala bagian belakang.

## 8. Mendada

Mendada merupakan salah satu teknik sepak takraw dimana perkenaan bola adalah dada bagian pectoralis mayor, digunakan untuk mengontrol bola agar dapat dimainkan kembali.

## 9. Servis (Sepak mula)

Servis atau tendangan pertama kali dilakukan oleh tekong pada bola dari feeder dengan posisi salah satu kaki harus berada di dalam lingkaran. Selama servis kaki yang berada di dalam lingkaran tidak boleh keluar, karena jika keluar akan memberikan point buat lawan (Ita, 2019).

### a. Servis bawah

Servis bawah dilakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam dan bisa juga menggunakan punggung kaki sebagai perkenaan dengan bola. Servis bawah biasanya dilakukan oleh atlet-atlet pemula.

#### b. Servis samping

Servis samping atau menyamping yaitu menggunakan kaki bagian dalam sebagai perkenaan dengan bola. Jarak bola dengan lantai saat perkenaan dengan kaki sekitar 50 cm sampai 100 cm.

#### c. Memblok

Memblok merupakan salah satu teknik dalam bermain yaitu teknik pertahanan dalam permainan sepak takraw. Memblok bisa dilakukan menggunakan kaki dan bisa juga dilakukan menggunakan seluruh badan bagian belakang (punggung). Tujuannya adalah menggagalkan serangan lawan.

#### d. *Smash*

*Smash* adalah sebuah teknik serangan berupa pukulan yang utama dalam penyerangan untuk berusaha mematikan lawan dan mendapat kemenangan. Tujuannya adalah untuk mendapatkan point dan mematikan permainan dari pihak lawan. *Smash* dalam permainan sepak takraw sebagai salah satu faktor yang penting dalam pola serangan ke lawan, dimana mencakup semua keterampilan dasar yang harus dikuasai oleh pemain. Beberapa macam jenis *smash* dalam sepak takraw antara lain: *smash* gulung, *smash* kedeng, *smash* gunting, *smash* lurus, *smash* telapak kaki.

### **2.2.3 Peraturan Sepak Takraw**

#### 1. Servis

Menurut Winarno (2014) service adalah upaya menyajikan bola kepada regu lawan yang dilakukan oleh pemain yang diposisi tekong. Seorang tekong dikatakan melakukan service dengan baik, apabila dia mampu menendang bola melewati atas net dan masuk kelapangan lawan. Service yang baik adalah sajian

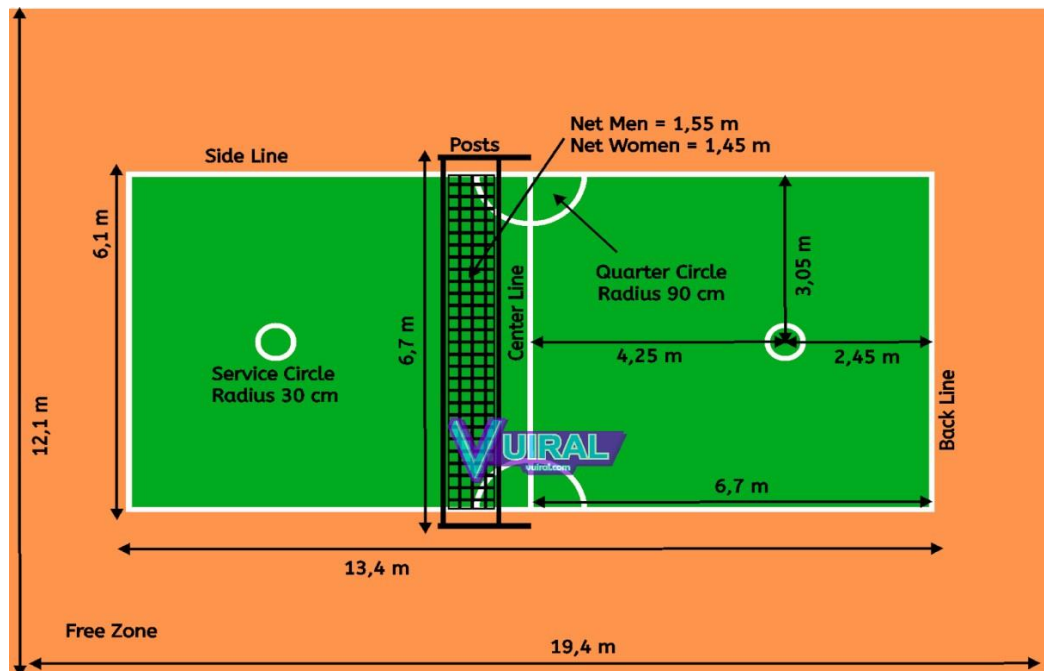
yang dilakukan dengan cepat dan tepat, sehingga lawan tidak dapat mengantisipasi, mengontrol bola dan bahkan tidak dapat mengembalikan bola tersebut secara sempurna kelapangan lawan. Service merupakan serangan pertama yang dilakukan kedarerah lapangan lawan.

Servis untuk nomor tim dan regu dilakukan oleh tekong yang berada di lingkaran, dengan posisi salah satu kaki harus berada di luar lingkaran. Ketika menendang bola kaki tumpuan kaki tidak boleh diangkat atau keluar melewati lingkaran. Sedangkan servis untuk nomor double event, pemain melakukan servis dari belakang garis lapangan, ketika menendang bola kaki tidak boleh menyentuh garis belakang lapangan.

## 2. Lapangan

Lapangan takraw adalah dengan bentuk persegi panjang dimana ukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Spesifikasi lapangannya antara lain:

- a. Garis tengah dengan lebar 2 cm.
- b. *Quarter circle* adalah garis seperempat lingkaran di pojok garis tengah dengan radius 90 cm diukur dari garis sebelah dalam.
- c. The *service circle* adalah lingkaran servis dengan radius 30 cm berada di tengah lapangan, jarak dari garis belakang 2,45 m dan jarak dari titik tengah garis lingkaran ke garis tengah 4,25 m. Jarak titik tengah lingkaran ke kanan dan kiri garis pinggir lapangan 3,05 m.



Gambar 2.2 Lapangan sepak takraw  
Sumber: [www.penjaskorkes.com](http://www.penjaskorkes.com)

### 3. Tiang dan Net

#### a. Putra

Tinggi net 1,55 meter di pinggir dan minimal 1,52 meter di tengah. Kemudian penempatan tiang net didirikan 0,3 meter atau 1 kaki di luar batas garis tepi dan segaris dengan garis tengah.

#### b. Putri

Tinggi net 1,45 meter di pinggir dan minimal 1,42 di tengah. Kedudukan tiang berjarak 30 cm di luar garis pinggir lapangan. Sedangkan net terbuat dari tali (benang) kuat atau nilon, dimana tiap lubangnya berdiameter lebar 5-8 cm. Net sepak takraw memiliki lebar net 70 cm dan panjang 6,10 meter.

### 4. Bola Takraw

Bola sepak takraw berbahan dari bola plastik (*sytetic fiber*) yang dimana dulu masih berbahan rotan. Lingkaran bola berukuran 42-44 cm untuk putra, dan

43-45 cm untuk putri. Berat bola takraw seberat 170-180 gram bagi putra dan 150-160 gram bagi putri.



Gambar 2.3. Bola sepak takraw  
Sumber: [www.penjasorkes.com](http://www.penjasorkes.com)

#### 5. Pemain

Pemain berjumlah 3 orang untuk nomor regu dengan cadangan 2 orang, sedangkan untuk nomor doble event berjumlah 2 orang yang ada di dalam lapangan dengan cadangan 2 orang. Dengan berkembangnya sepak takraw sekarang sehingga bertambah lagi nomor yang dipertandingkan yaitu nomor quadrant. Nomor kuadrant berjumlah 4 orang yang ada di dalam lapangan dengan orang pemain cadangan.



### 2.3 Penelitian Terdahulu

Tabel 2.1  
Penelitian Terdahulu

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Variabel	Teknik Analisis	Hasil Penelitian
1	Fatwa Wara Putra. (2020). Hubungan persepsi kinestetik dengan keterampilan sepak sila Pada permainan sepak takraw	Persepsi kinestetik (X), keterampilan sepak sila (Y)	Metode korelasional	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara persepsi kinestetik dengan keterampilan sepak sila pada permainan sepak takraw dengan kategori kuat, yang ditunjukkan oleh $(r^2) = 60,90\%$ . Semakin baik persepsi kinestetik siswa maka semakin tinggi kemampuan sepak silanya. Kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang erat antara persepsi kinestetik dengan keterampilan sepak sila pada permainan sepak takraw
2	Rifki Nanda Putra. (2019). Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Sepak Sila Permainan Sepak Takraw	Koordinasi mata kaki (X), keterampilan sepak sila (Y)	Metode korelasional	Hasil penelitian ini adalah signifikan, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat Hubungan Koordinasi Mata Kaki Terhadap Keterampilan Sepak sila Permainan Sepak takraw Siswa Putra Kelas VIII SMP N 5 Kota Pekanbaru, dengan demikian Ha diterima

No	Nama, Tahun, Judul Penelitian	Variabel	Teknik Analisis	Hasil Penelitian
3	Patrice Alfiandi. (2020). Pengembangan model latihan sepak sila pada permainan Sepak takraw	Model latihan sepaksila	Metode deskriptif	Melalui uji validitas yang dilakukan dengan menggunakan uji justifikasi ahli, menghasilkan produk pengembangan model latihan sepak sila pada permainan sepak takraw

## 2.4 Kerangka Konseptual

Berikut adalah kerangka konseptual dalam penelitian ini yang dapat digambarkan secara sistematis sebagai berikut:



Gambar 2.4 Kerangka Konseptual

## 2.5 Hipotesis Tindakan

1. Hipotesis Alternatif ( $H_a$ ): penerapan sepaksila berpasangan dapat meningkatkan *skill* siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw.
2. Hipotesis Nihil ( $H_0$ ): penerapan sepaksila berpasangan tidak dapat meningkatkan *skill* siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw.

## **BAB III**

### **METODE PENELITIAN**

#### **3.1 Jenis Penelitian**

Metode penelitian merupakan bagian yang sangat penting dan syarat mutlak dari suatu penelitian. Berbobot tidaknya suatu penelitian tergantung pada pengambilan langkah-langkah dan metode penelitian. Seperti yang dikemukakan oleh Hadi (2014) bahwa metode penelitian sebagaimana yang dikenal sekarang, memberikan garis-garis yang cermat dan mengajukan syarat-syarat yang benar, maksudnya adalah untuk menjaga agar pengetahuan yang dicapai dari suatu penelitian dapat mempunyai harga ilmiah yang setinggi-tingginya.

Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang menggunakan data pengamatan secara langsung terhadap jalannya proses pembelajaran di kelas. Dari data tersebut kemudian dianalisis melalui beberapa tahapan dalam siklus-siklus tahapan. Deskriptif yang dimaksud adalah untuk memberikan gambaran tentang kurangnya skill siswa pada permainan sepak takraw.

Menurut Ali (2015), penelitian yang dilakukan terutama untuk mencari sesuatu dasar pengetahuan praktis dalam rangka memperbaiki keadaan atau situasi yang dilakukan secara terbatas hal ini biasanya dilakukan terhadap situasi atau keadaan yang sedang berlangsung. Kriteria pelaksanaan tindakan adalah :

1. Peneliti adalah pengguna dari hasil penelitian itu sendiri
2. Penelitian berlangsung pada situasi dimana pemecahan masalah perlu dilakukan dan hasilnya diperlukan untuk mengubah tindakan.

## **3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian**

### **3.2.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini akan dilaksanakan di kelas V SDN 30 Mattirowalie.

### **3.2.2 Waktu Penelitian**

Penelitian ini rencana dilaksanakan pada bulan Juni sampai dengan Juli 2022.

## **3.3 Populasi dan Sampel**

Populasi adalah keseluruhan sumber data yang diperlukan dalam suatu penelitian (Saryono, 2013). Populasi dalam penelitian ini yaitu semua siswa kelas V SDN 30 Mattirowalie sebanyak 96 siswa yang terdiri dari: 22 siswa kelas V<sub>A</sub>, 24 siswa kelas V<sub>B</sub>, 25 siswa kelas V<sub>C</sub> dan 25 siswa kelas V<sub>D</sub>.

Sampel adalah bagian dari populasi yang akan diteliti (Hidayat, 2013). Sampel yang akan dijadikan sebagai subyek penelitian adalah siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie sebanyak 22 siswa. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu.

## **3.4 Fokus Penelitian**

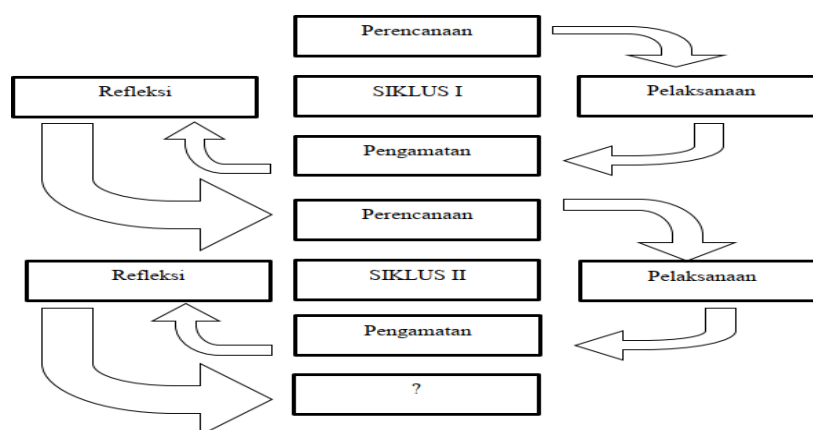
Fokus penelitian merupakan apa yang harus menjadi perhatian dalam penelitian. Dalam penelitian tindakan kelas meningkatkan skill siswa pada permainan sepak takraw.

## **3.5 Desain Penelitian**

Prosedur penelitian yang digunakan dalam penelitian ini berbentuk siklus yang tidak hanya berlangsung satu kali, tetapi beberapa kali hingga tercapai tujuan yang

diharapkan dalam pembelajaran. Sebagaimana yang dikemukakan Wardhani (2013), setiap siklus terdiri dari empat kegiatan pokok yaitu perencanaan (*planning*), pelaksanaan (*acting*), pengamatan (*observing*), dan refleksi (*reflection*), dan seterusnya sampai tercapai hasil yang diharapkan.

Adapun siklus tindakan pada penelitian ini adalah sebagai berikut:



Gambar 3.1 Alur siklus penelitian tindakan kelas  
Sumber : (Arikunto, 2013)

### 3.6 Prosedur Kerja Penelitian Tindakan Kelas

Prosedur kerja dalam penelitian ini merupakan siklus kegiatan yang terdiri dari dua siklus. Masing – masing siklus meliputi perencanaan, tindakan, observasi dan refleksi. Penelitian ini merupakan penelitian tindakan kelas yang dilaksanakan dalam dua siklus. Tiap siklus dilaksanakan 2 kali pertemuan.

#### 3.6.1 Siklus I

Hari senin, 27 Juni 2022.

##### 1. Perencanaan (*planning*)

Pada siklus I yaitu dilakukan 2 kali pertemuan sesuai dengan materi pelajaran sepak takraw yang mengacu pada silabus. Pada tahapan perencanaan penelitian menyusun rencana proses pengajaran (RPP) yang akan dilaksanakan,

menyajikan materi pelajaran, dan membuat lembar penilaian untuk mengetahui hasil siklus I.

#### 2. Pelaksanaan Tindakan (*action*)

Penelitian dilakukan dalam 2 kali pertemuan dalam 2 minggu. Pertemuan disusun dalam satu rencana pelaksanaan pembelajaran dan peneliti terjun langsung untuk melaksanakan proses pembelajaran sesuai dengan rencana pembelajaran yang telah dibuat. Dalam kegiatan pembelajaran, peneliti terjun langsung untuk memberikan materi sepak takraw khususnya tentang sepaksila.

#### 3. Pengamatan (*observation*)

Kegiatan pengamatan ini, guru mengamati pelaksanaan tindakan untuk mengetahui sejauh mana hasil pembelajaran sepaksila. Peneliti juga menilai keseriusan dan keaktifan siswa dalam mempraktikkan permainan sepak takraw.

#### 4. Refleksi (*reflection*)

Kegiatan refleksi ini merupakan suatu kegiatan untuk mengulas secara kritis perubahan yang terjadi pada siswa, suasana pembelajaran di kelas dan guru. Dalam tahapan ini, menganalisis kendala – kendala yang dihadapi dalam proses pembelajaran yang kemudian ditentukan langkah – langkah perbaikan untuk siklus selanjutnya.

### **3.6.2 Siklus II**

Hari senin, 4 Juli 2022.

#### 1. Perencanaan (*planning*)

Pada siklus II ini peneliti terjun memberikan materi sepak takraw khususnya pembelajaran sepaksila. Dalam siklus 2 ini dilaksanakan berdasarkan hasil refleksi siklus 1. Pada siklus ini, dilakukan perbaikan dari kekurangan yang ada pada

siklus 1 sehingga dalam pelaksanaannya siswa akan lebih semangat belajar. Pada siklus II ini, menyusun tugas dan menyusun tes formatif II.

#### 2. Pelaksanaan Tindakan (*action*)

Pelaksanaan siklus II yaitu menerapkan teknik sepaksila. Guru memberikan informasi dan mempraktekkan hal-hal yang berkaitan dengan teknik sepaksila.

#### 3. Pengamatan (*observation*)

Kegiatan pengamatan ini, observasi yang dilakukan dengan melihat temuan-temuan dan perubahan yang terjadi pada siswa dalam pembelajaran sepak takraw. Peneliti mengamati keseluruhan proses pembelajaran dan mencatat seluruh proses sesuai instrumen pengamatan yang disiapkan.

#### 4. Refleksi (*reflection*)

Refleksi dilakukan meliputi kegiatan penelitian sejak dari siklus I sampai dengan siklus II. Hasil penilaian selama proses pembelajaran dianalisis dengan cara analisis hasil sesuai dengan target pencapaian penelitian.

### **3.7 Instrumen Penelitian**

Instrumen utama yang menjadi alat pengumpul data dalam penelitian tindakan kelas ini adalah peneliti itu sendiri. Instrumen penelitian adalah alat bantu yang dipilih dan digunakan dalam kegiatan mengumpulkan data agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah. Selain itu, peneliti juga menggunakan instrumen-instrumen lain sebagai alat bantu dalam melakukan penelitian seperti RPP, lembar observasi, takraw, net dan sempritan.



Tabel 3.1 Instrumen Gerak Dasar Sepak Sila

No	Aspek Yang Dinilai		Kualitas Gerak			
			1	2	3	4
1	Sikap Awal	1. Posisi terbuka dengan jarak selebar bahu				
2	Pelaksanaan	1. Penyepakanya dengan posisi melipat kaki setinggi lutut 2. Pengenaan bola dengan kaki penyepak berada diantar kedua paha atau dekat lutut yang berdiri 3. Kaki tumpuan agak ditekuk sedikit 4. Badan agak membungkuk 5. Pergelangan kaki sepak pada waktu menyepak ditegangkan				
3	Sikap Akhir	1. Bola disepak lurus melewati kepala				
Jumlah						
Skor Maksimal			28			

Sumber : Zaputra (2019:49)

Gerak dasar nilai kualitas gerak sepak sila sebagai berikut :

1. Siswa mendapatkan nilai 4 apabila melakukan gerakan sepak sila sedengan sangat baik.
2. Siswa mendapatkan nilai 3 apabila dapat melakukan gerakan sepak sila dengan baik.
3. Siswa mendapatkan nilai 2 apabila dapat melakukan gerakan sepak sila dengan cukup baik.
4. Siswa mendapatkan nilai 1 apabila tidak dapat melakukan gerakan sepak sila dengan kurang baik

### 3.7.1 Siklus I

Penelitian menerapkan bola gantung untuk meningkatkan hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw dengan aturan dan alat yang sudah dimodifikasi.

Peneliti mengajar langsung di lapangan sambil diamati oleh observer yang bertugas mengamati peneliti yang bertugas menjadi seorang guru. Proses

pengamatan yang dilakukan oleh observer harus didasari dengan sadar, kritis, sistematis, dan objektif. Dalam penelitian ini keterampilan yang diamati adalah keterampilan sepak sila siswa.

### **3.7.2 Siklus II**

Penelitian menerapkan bola gantung untuk meningkatkan hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw dengan aturan dan alat yang sudah dimodifikasi. Peneliti mengajar langsung di lapangan sambil diamati oleh observer yang bertugas mengamati peneliti yang bertugas menjadi seorang guru. Proses pengamatan yang dilakukan oleh observer harus didasari dengan sadar, kritis, sistematis, dan objektif.

### **3.8 Teknik Pengumpulan Data**

Pada penelitian ini teknik yang digunakan untuk pengumpulan data adalah teknik tes dan observasi. Secara operasional pengertian tes menurut Muslich (2013) adalah sejumlah tugas yang harus dikerjakan oleh yang di tes. Tes untuk mengetahui peningkatan skill siswa pada permainan sepak takraw. Observasi digunakan untuk mengetahui kekurangan atau kesulitan siswa dalam proses pembelajaran. Observasi juga digunakan untuk mengetahui peningkatan dan keberhasilan dalam proses pembelajaran.

### **3.9 Teknik Analisis Data**

Data yang dikumpulkan pada setiap kegiatan observasi dari pelaksanaan siklus penelitian memakai analisis kualitatif dan kuantitatif karena data berupa angka dan kata-kata (narasi) menggunakan persentase untuk melihat kecenderungan yang terjadi dalam proses kegiatan pembelajaran. Proses analisis dimulai dari

awal sampai akhir pelaksanaan tindakan. Data yang terkumpul dapat dianalisis dari tahap orientasi sampai tahap akhir dalam pelaksanaan tindakan dengan disesuaikan pada karakteristik, fokus masalah serta tujuan. Kriteria dan ukuran keberhasilan tujuan penelitian ditentukan berdasarkan hasil evaluasi belajar secara individu. Untuk mengetahui rata-rata dan tingkat keberhasilan pembelajaran, peneliti menggunakan:

1. Tes Psikomotorik

$$\text{Nilai} = \frac{\text{Jumlah skor yang diperoleh}}{\text{Jumlah skor maksimal}} \times 100\%$$

Penghitungan ketuntasan belajar dengan menggunakan rumus diatas harus sesuai dengan memperhatikan kriteria ketuntasan minimal (KKM) yang ditetapkan oleh guru Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan pada sampel siswa dalam penelitian yaitu siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie.

Kriteria deskriptif yang digunakan untuk teknik kategorisasi standar dalam menentukan nilai ketuntasan kemampuan siswa pada kategori penilaian di kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.2** Teknik Kualifikasi Penilaian Psikomotorik Pedoman Konversi Skala-4

Tingkat penguasaan (%)	Hasil Penilaian	
	Nilai	Kualifikasi
93 – 100	A	Sangat Baik
84 – 92	B	Baik
75 – 83	C	Cukup
<75	D	Kurang

**Sumber:** Penilaian Psikomotor SDN 30 Mattirowalie

**Tabel 3.3** Kriteria Ketuntasan Minimal

<b>Nilai</b>	<b>Kategori</b>
>75,00	Tuntas
<75,00	Tidak Tuntas

**Sumber:** Kurikulum SDN 30 Mattirowalie

KKM yang ditetapkan SDN 30 Mattirowalie digunakan untuk mengkategorikan tingkat ketuntasan belajar siswa dalam memahami materi penjasorkes sudah tuntas atau belum.

- a. Seorang siswa dikatakan menyelesaikan pendidikan jasmani jika memperoleh nilai minimal 75,00.
- b. Seorang siswa dikatakan kurang belajar jika nilai yang diperoleh tidak sama dengan 75,00.

### **3.10 Indikator Keberhasilan**

Indikator keberhasilan penelitian tindakan kelas adalah terjadinya peningkatan skill siswa pada permainan sepak takraw siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie. Kriteria Ketuntasan Minimal (KKM) yang ditetapkan oleh pihak sekolah, standar kelulusan untuk tiap individu yaitu nilai 75 dan mencapai tuntas klasikal 80% dari jumlah siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie.

## **BAB IV**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

Bab ini akan memberikan gambaran umum tentang data penelitian, yang akan ditampilkan dalam bentuk tabel ringkasan. Dalam hal ini, temuan penelitian akan dijelaskan, diikuti dengan pembahasan temuan tersebut. Dua siklus penelitian diperlukan untuk mendapatkan hasil yang diperlukan untuk menjawab pertanyaan penelitian. Hasil dari kedua siklus tersebut adalah sebagai berikut:

#### **4.1 Hasil Penelitian**

##### **4.1.1 Data awal sepaksila berpasangan terhadap peningkatan skill siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw**

Sebelum melakukan pelaksanaan tindakan maka peneliti dan kolaborator melakukan pengambilan data awal penelitian. Ini dimaksudkan untuk mengetahui kondisi awal keadaan kelas pada peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw. Adapun deskripsi data yang diambil adalah peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw.

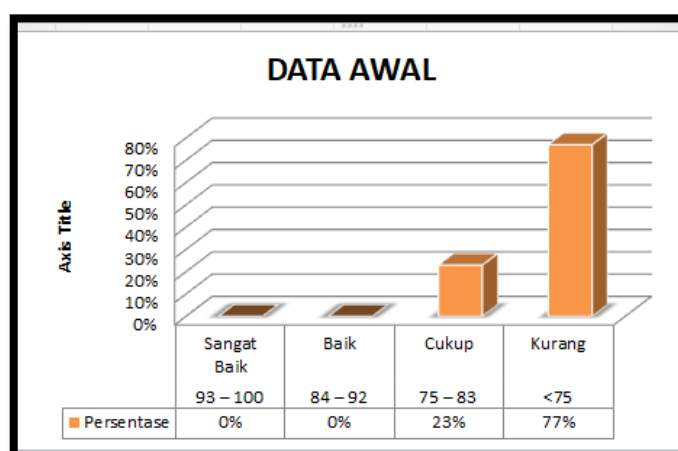
Kondisi awal peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw sebelum diberikan tindakan melalui sepaksila berpasangan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

Tabel 4.1 Hasil pengamatan data awal peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	93 – 100	Sangat Baik	0	0%
2	84 – 92	Baik	0	0%
3	75 – 83	Cukup	5	23%
4	<75	Kurang	17	77%
		<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>

Berdasarkan tabel 4.1 persentase ketuntasan belajar di atas, diperoleh peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan dengan rincian yaitu dari 22 jumlah siswa (100%). Yang memiliki kategori sangat baik 0 siswa (0%), kategori baik 0 (0%), kategori cukup 5 (23%), kategori kurang 17 siswa (77%). Dapat di ketahui rata – rata capaian siswa pada hasil penilaian awal sebesar 23%. Namun demikian klasifikasi nilai ini belum memenuhi indikator kinerja yakni 75%. Untuk itu perlu diadakan tindakan lanjutan untuk lebih meningkatkan skill terhadap sepaksila berpasangan.

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bentuk diagram sebagai berikut :



Gambar 4.1 Diagram batang skor nilai persentase pada data awal

Maka disusun sebuah tindakan untuk peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw, melalui sepaksila berpasangan sebanyak 2 siklus, yang masing – masing siklus terdiri atas 4 tahapan, yakni (1) Perencanaan, (2) Pelaksanaan, (3) Pengamatan, (4) Refleksi.

#### **4.1.2 Deskripsi hasil belajar siklus I**

Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus I peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw, terdiri dari empat tahapan yakni, a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi. Keempat tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

##### **a. Perencanaan**

Perencanaan pada siklus pertama sebagai langkah awal dalam penelitian tindakan kelas ini, yaitu mempersiapkan segala sesuatunya dalam rangka pelaksanaan tindakan meliputi :

- 1) Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie melalui sepaksila berpasangan.
- 2) Menyiapkan media pembelajaran dan sumber belajar.
- 3) Membuat tes penilaian peningkatan skill berdasarkan materi yang diajarkan melalui sepaksila berpasangan.

##### **b. Pelaksanaan**

Pelaksanaan tahapan dilakukan pada tanggal 12 juli sampai 28 juli, penelitian tindakan kelas (PTK) pada siklus I berlangsung dalam dua pertemuan, dengan satu pertemuan untuk proses pembelajaran dan satu pertemuan untuk tes

kemampuan kelulusan dengan sepaksila berpasangan. Setiap pertemuan berlangsung selama tiga jam dan sudah termasuk pelajaran (4x40 menit). Kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir dilakukan pada tahap pelaksanaan tindakan.

#### 1. Kegiatan awal

Pada siklus I, kegiatan awal berlangsung selama 20 menit dan dilakukan dalam proses peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan yaitu: 1) Berbaris di lapangan; 2) Berdoa sebelum memulai pelajaran; dan 3) Meneliti absensi siswa, kesehatan kuku, dan gaya rambut. 4) Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap (olahraga), 5) Menginformasikan siswa tentang permainan pembelajaran, 6) Melakukan kegiatan pemanasan yang diarahkan pada kegiatan inti, 7) Sebagai penilaian awal, guru melakukan persepsi. 8) Guru membagi siswa ke dalam kelompok-kelompok yang heterogen berdasarkan jenis metode yang digunakan dalam pembelajaran pendidikan jasmani.

#### 2. Kegiatan inti

Pada kegiatan ini dilaksanakan selama 120 menit, pada pertemuan pertama guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan kepada siswa tentang materi peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dan memberi motivasi pada anak didiknya. Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan sepaksila berpasangan. Kemudian menginformasikan aturan dan cara pelaksanaan dalam sepaksila berpasangan. Untuk pertemuan pertama dan kedua, siswa dibekali dengan materi sepaksila berpasangan, supaya dalam pelaksanaan di pertemuan selanjutnya siswa bisa mempraktikkan dengan baik gerakan sepaksila berpasangan.



Pelaksanaan yaitu setiap siswa berdiri membentuk lingkaran dan satu orang ditengah yang bertugas untuk mengoper bola/sepaksila kepada teman. Dilakukan secara bergantian apabila bola terjatuh maka pemain tersebut berada ditengah kemudian melakukan sepaksila dalam kelompok tersebut. Dilakukan secara berulang-ulang guna untuk meningkatkan skill dalam melakukan sepaksila.

### 3. Kegiatan Akhir

Di akhir kegiatan 20 menit, siswa dikumpulkan untuk evaluasi/koreksi menyeluruh tentang cara melakukan gerakan sepaksila berpasangan dalam permainan sepak takraw. Guru kemudian menyimpulkan materi bersama siswa dan menyajikan materi yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya, dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya. Selanjutnya guru melakukan kesalahan refleksi – kesalahan gerak selama proses pembelajaran.

#### **c. Observasi**

Berdasarkan temuan observasi siklus I, aktivitas guru menunjukkan bahwa pada kegiatan awal, guru memberikan persepsi sebagai dasar penilaian awal, dan dilanjutkan dengan pemanasan umum yang disesuaikan dengan sepaksila berpasangan yang akan digunakan. Pengamatan yang dilakukan selama proses pembelajaran pada mata pelajaran penjasorkes selanjutnya dengan materi sepaksila berpasangan yang mengungkapkan bahwa pada kegiatan awal masih terdapat siswa yang kurang serius melakukan pemanasan, kemudian saat memasuki pembelajaran inti, masih kurangnya partisipasi dan perhatian siswa dalam pembelajaran dimana siswa masih mengalami kesulitan dalam melakukan sepaksila. Siswa masih kurang mendengarkan penjelasan tentang materi dari guru pada kegiatan akhir, terbukti dengan tidak mengangkat tangan ketika guru

meminta siswa mendemonstrasikan secara singkat materi yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. Setelah semuanya selesai, siswa tampak bersemangat mendengar pesan dan motivasi guru.

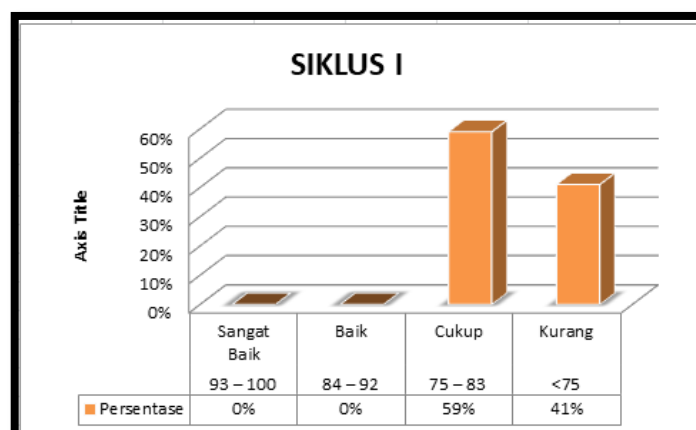
#### d. Hasil belajar pada siklus I

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus I adalah penyajian peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan sebanyak 2 kali pertemuan dan untuk kegiatan tes dilakukan pada pertemuan kedua atau pengambilan nilai aspek psikomotor. Berdasarkan peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.2.

Tabel 4.2 Siklus I peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	93 – 100	Sangat Baik	0	0%
2	84 – 92	Baik	0	0%
3	75 – 83	Cukup	13	59%
4	<75	Kurang	9	41%
		<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas diperoleh peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan dengan rincian yaitu dari 22 jumlah siswa (100%). Yang memiliki kategori sangat baik 0 siswa (0%), kategori baik 0 (0%), kategori cukup 13 (59%), kategori kurang 9 siswa (41%). Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus I berikut ini :



**Gambar 4.2** Diagram batang skor nilai persentase pada siklus I

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus I diatas, tampak bahwa dari 22 subjek penelitian, terdapat kategori sangat baik pada nilai (93-100) sebanyak 0 siswa (0%), kategori baik pada nilai (84-92) sebanyak 0 siswa (0%), kategori cukup pada nilai (75-83) sebanyak 13 siswa (59%), kategori kurang pada nilai (<75) sebanyak 9 siswa (41%). Berdasarkan hasil belajar pada siklus pertama, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 4.3** Deskripsi ketuntasan belajar siklus I

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	9	41%
75 – 100	Tuntas	13	59%
Jumlah		22	100%

**Sumber :** Analisis Data Hasil Belajar Siswa Siklus I

Berdasarkan tabel diatas, tampak bahwa dari 22 subjek penelitian terdapat 13 siswa dengan persentase 59% sudah dalam kategori tuntas dan 9 siswa dengan persentase 41% dalam kategori tidak tuntas pada siklus I.

#### **e. Refleksi**

Berdasarkan observasi dan evaluasi yang dilakukan selama pelaksanaan siklus I, siswa tidak memenuhi indikator keberhasilan klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Adapun jenis refleksi yang diperhatikan saat merevisi tindakan pada siklus II, yaitu:

- a. Siswa belum memahami gerakan sepaksila berpasangan secara berkelompok berbentuk lingkaran.
- b. Siswa belum mampu melakukan sepaksila berpasangan dengan baik karena bola yang disepaksila tidak terarah.

#### **4.1.3 Deskripsi hasil belajar siklus II**

Tahap penelitian tindakan kelas pada siklus II peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw, terdiri dari empat tahapan yakni, a) perencanaan, b) pelaksanaan, c) observasi, d) refleksi. Keempat tahapan tersebut dapat diuraikan sebagai berikut :

##### **a. Perencanaan**

Perencanaan pada siklus kedua sebagai langkah awal dalam penelitian tindakan kelas ini, yaitu mempersiapkan segala sesuatunya dalam rangka pelaksanaan tindakan meliputi :

1. Penyusunan rencana pelaksanaan pembelajaran (RPP) kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie melalui sepaksila berpasangan.
2. Menyiapkan media pembelajaran dan sumber belajar.
3. Membuat tes penilaian peningkatan skill berdasarkan materi yang diajarkan melalui sepaksila berpasangan.

## **b. Pelaksanaan**

Pelaksanaan tahapan dilakukan pada tanggal 2 agustus sampai tanggal 22 agustus Tahap penelitian tindakan kelas (PTK) siklus II dilaksanakan dalam dua pertemuan, dengan satu pertemuan untuk proses pembelajaran dan satu pertemuan untuk tes kemampuan kelulusan dengan sepaksila berpasangan. Setiap pembelajaran berlangsung selama dua jam pada setiap pertemuan (4x40 menit). Kegiatan awal, kegiatan inti, dan kegiatan akhir semuanya dilakukan selama tahap pelaksanaan tindakan.

### **1. Kegiatan awal**

Kegiatan pertama berlangsung 20 menit dan dilakukan dalam proses peningkatan skill menggunakan sepaksila berpasangan pada siklus II yaitu: 1) Berbaris di lapangan; 2) Berdoa sebelum memulai pelajaran; dan 3) 3) Meneliti absensi siswa, kesehatan kuku, dan gaya rambut. 4) Menegur siswa yang tidak berpakaian lengkap (olahraga), 5) Menginformasikan kepada siswa tentang permainan pembelajaran, 6) Kegiatan pemanasan diarahkan pada kegiatan inti 7) Sebagai penilaian awal, guru melakukan persepsi. 8) Guru membagi siswa ke dalam kelompok-kelompok yang heterogen berdasarkan jenis permainan yang digunakan dalam pembelajaran.

### **2. Kegiatan inti**

Pada kegiatan ini dilaksanakan selama 120 menit, pada pertemun pertama guru menjelaskan kegiatan yang akan dilaksanakan kepada siswa tentang materi peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan. Guru menjelaskan tujuan pembelajaran yang ingin dicapai dan memberi motivasi pada anak didiknya Selanjutnya guru mendemonstrasikan atau memberi contoh gerakan sepaksila

berpasangan. Kemudian menginformasikan aturan dan cara pelaksanaan dalam sepaksila berpasangan. Untuk pertemuan pertama dan kedua, siswa dibekali dengan materi sepaksila berpasangan, supaya dalam pelaksanaan di pertemuan selanjutnya siswa bisa mempraktikkan dengan baik gerakan sepaksila berpasangan.

Pelaksanaan yaitu setiap siswa berdiri membentuk lingkaran dan satu orang ditengah yang bertugas untuk mengoper bola/sepaksila kepada teman. Dilakukan secara bergantian apabila bola terjatuh maka pemain tersebut berada ditengah kemudian melakukan sepaksila dalam kelompok tersebut. Kemudian sepaksila dilakukan secara berpasangan Dilakukan secara berulang-ulang guna untuk meningkatkan skill dalam melakukan sepaksila.

### **3. Kegiatan Akhir**

Sementara kegiatan dilakukan selama 20 menit, siswa dikumpulkan untuk evaluasi/koreksi menyeluruh tentang bagaimana melakukan gerakan sepaksila berpasangan yang benar. Guru kemudian menyimpulkan materi bersama siswa dan menyajikan materi yang akan diajarkan pada pertemuan berikutnya, dengan memberikan kesempatan kepada siswa untuk bertanya. Selanjutnya guru melakukan kesalahan refleksi – kesalahan gerak selama proses pembelajaran.

#### **a. Observasi**

Berdasarkan temuan observasi siklus II, aktivitas guru menunjukkan bahwa pada kegiatan awal, guru memberikan persepsi sebagai dasar penilaian awal, dan dilanjutkan dengan pemanasan umum yang disesuaikan dengan sepaksila berpasangan yang akan digunakan.

Hasil observasi yang dilakukan pada saat proses pembelajaran pada mata pelajaran penjasorkes selanjutnya dengan menggunakan sepaksila berpasangan,

terlihat bahwa pada saat kegiatan awal siswa sudah benar-benar melakukan pemanasan, kemudian saat memasuki pembelajaran inti semua siswa aktif dalam pembelajaran. Proses pembelajaran dimana siswa tidak mengalami kesulitan. Selain itu siswa tidak ragu-ragu dan sudah memahami sepaksila berpasangan.

Siswa terlihat baik pada kegiatan akhir dimana mereka mendengarkan penjelasan guru tentang materi karena mereka sudah berlomba-lomba mengangkat tangan ketika guru bertanya kepada siswa siapa yang bisa mendemonstrasikan secara singkat materi yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. Setelah itu siswa tampak antusias mendengarkan pesan dan motivasi guru, serta diberikan reward kepada siswa yang berprestasi.

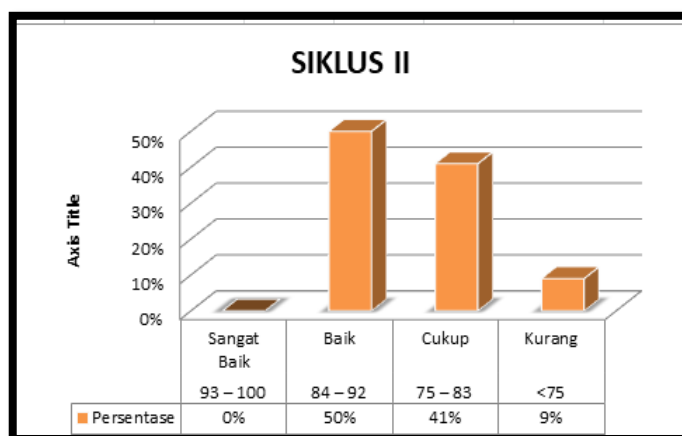
#### **b. Hasil belajar pada siklus II**

Kegiatan yang telah dilakukan pada siklus II adalah penyajian materi passing dengan sepaksila berpasangan secara menyilang sebanyak 2 kali pertemuan dan untuk kegiatan tes dilakukan pada pertemuan kedua atau pengambilan nilai aspek psikomotor. Berdasarkan hasil passing dengan sepaksila berpasangan secara menyilang siswa dapat diklasifikasikan yaitu : sangat baik, baik, cukup, kurang. Selanjutnya dapat dilihat pada tabel 4.4.

Tabel 4.4 Siklus II peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	93 – 100	Sangat Baik	0	0%
2	84 – 92	Baik	11	50%
3	75 – 83	Cukup	9	41%
4	<75	Kurang	2	9%
		<b>Jumlah</b>	<b>22</b>	<b>100%</b>

Dari tabel di atas diperoleh peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan dengan rincian yaitu dari 22 jumlah siswa (100%). Yang memiliki kategori sangat baik 0 siswa (0%), kategori baik 11 (50%), kategori cukup 9 (41%), kategori kurang 2 siswa (9%). Jadi. Pada siklus II siswa peningkatan secara drastis menjadi kategori baik, berarti siswa mengalami peningkatan skill mencapai 75% kategori lulus dari semua hasil siswa yang ingin dicapai. Dapat dilihat pada diagram batang skor nilai persentase pada siklus II berikut ini :



**Gambar 4.3** Diagram batang skor nilai persentase pada siklus II

Berdasarkan diagram batang skor nilai persentase pada siklus I diatas, tampak bahwa dari 22 subjek penelitian, terdapat kategori sangat baik pada nilai (93-100) sebanyak 0 siswa (0,0%), kategori baik pada nilai (84-92) sebanyak 11 siswa (50%), kategori cukup pada nilai (75-83) sebanyak 9 siswa (41%), kategori kurang pada nilai (<75) sebanyak 2 siswa (9%). Berdasarkan hasil belajar pada siklus kedua, maka persentase ketuntasan belajar siswa dapat dilihat pada tabel dibawah:



Tabel 4.5 Deskripsi ketuntasan belajar siklus II

Kriteria Ketuntasan	Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
0 – 74	Tidak Tuntas	2	9%
75 – 100	Tuntas	20	91%
Jumlah		22	100%

**Sumber :** Analisis Data Hasil Belajar Siswa Siklus II

Berdasarkan tabel diatas, tampak bahwa dari 22 subjek penelitian terdapat 20 siswa dengan persentase 91% sudah dalam kategori tuntas dan 2 siswa dengan persentase 9% dalam kategori tidak tuntas pada siklus II.

### c. Refleksi

Berkaca pada siklus II, siswa mencapai indikator keberhasilan klasikal yang telah dirumuskan sebelumnya. Adapun jenis refleksi yang diperhatikan saat merevisi tindakan pada siklus II, yaitu:

- a. Siswa sudah memahami sepaksila berpasangan
- b. Siswa sudah mampu melakukan sepaksila berpasangan dengan baik serta bola yang disepaksila sudah terarah dengan baik.

#### 4.1.4 Perbandingan hasil belajar siswa siklus I dan siklus II

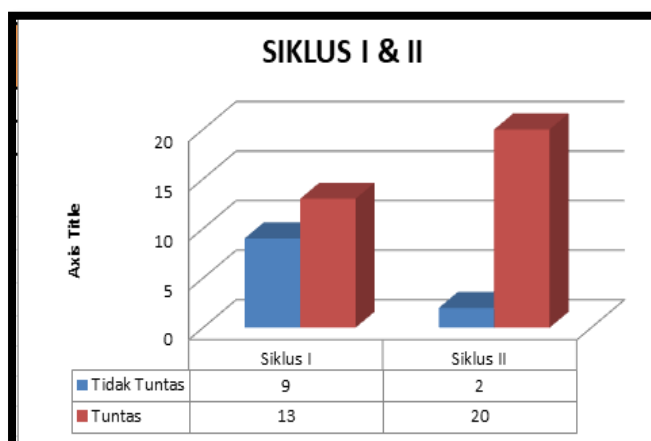
Peningkatan skill siswa pada siklus I mencapai rata-rata, sedangkan pada siklus II meningkat. Tabel di bawah ini berisi informasi lebih lanjut tentang peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada siklus I dan II.

Tabel 4.6 Deskripsi ketuntasan belajar siklus I dan II

No	Nilai	Siklus I			Siklus II	
		Kategori	Frekuensi	Persentase (%)	Frekuensi	Persentase (%)
1	< 75,00	Tidak Tuntas	9	41	2	9
2	>75,00	Tuntas	13	59	20	91
Jumlah			22	100	30	100

Sumber : Analisis Data Hasil Belajar Siswa Siklus I dan II

Untuk lebih jelasnya perbandingan distribusi frekuensi dan kategori ketuntasan peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada siklus I dan II Dapat dilihat pada diagram berikut :



Gambar 4.4 Ketuntasan belajar siklus I dan II

Dari gambar diatas tampak bahwa dari 22 siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie yang menjadi subjek penelitian dapat diuraikan sebagai berikut:

1. Persentase ketuntasan peningkatan skill siswa setelah diterapkan sepaksila berpasangan, untuk kategori tuntas sebesar 59% pada siklus I, kemudian meningkat menjadi 91% pada siklus II untuk peningkatan skill.

2. Persentase ketuntasan peningkatan skill siswa setelah diterapkan sepaksila berpasangan, untuk kategori tidak tuntas 41% pada siklus I, kemudian untuk kategori tidak tuntas 9% pada siklus II.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penelitian tindakan tentang peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie, dengan tingkat pencapaian nilai rata – rata 86 setiap siswa dengan standar KKM 75 dan nilai ketuntasan seluruh siswa 84% pada siklus II, sehingga tidak perlu lagi dilanjutkan ke siklus berikutnya.

## **4.2 Pembahasan**

Hal ini memberikan peningkatan yang signifikan berdasarkan hasil analisis data terkait peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan. Sebelum penelitian, 5 siswa termasuk dalam kategori tuntas dengan persentase 23% dan 17 siswa dengan persentase 77% termasuk dalam kategori tidak tuntas. Pada siklus I, 13 siswa termasuk dalam kategori tuntas dengan persentase 59%, dan 9 siswa termasuk dalam kategori tidak tuntas, dengan persentase 41%. Pada siklus II, 20 siswa dengan persentase 91% termasuk dalam kategori tuntas, sedangkan 2 siswa dengan persentase 9% termasuk dalam kategori tidak tuntas.

Siklus I berlangsung dua kali pertemuan, dengan tes kelulusan hasil belajar berlangsung pada pertemuan kedua. Selanjutnya setiap pertemuan telah menyusun pelajaran yang akan diajarkan sesuai dengan RPP, sehingga dalam mengajar ada target beberapa materi yang diajarkan dalam pertemuan tersebut. Peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie mencapai nilai rata-rata 73 atau dalam kategori kurang pada siklus I.

Pada siklus I persentase ketuntasan belajar siswa mencapai 59% dari total frekuensi 13 siswa. Namun masih terdapat siswa yang kurang memenuhi standar KKM sekolah yaitu sebesar 41% (belum tuntas) dari total frekuensi 9 siswa.

Pengamatan yang dilakukan selama proses pembelajaran pada mata pelajaran penjasorkes selanjutnya dengan materi sepaksila berpasangan mengungkapkan bahwa pada kegiatan awal masih terdapat siswa yang kurang serius melakukan pemanasan, kemudian saat memasuki pembelajaran inti, masih kurangnya partisipasi dan perhatian siswa dalam pembelajaran dimana siswa masih mengalami kesulitan dalam bermain game, dan siswa.

Pada kegiatan akhir, dimana siswa masih kurang dalam mendengarkan penjelasan tentang materi dari guru, hal ini terlihat karena siswa masih kurang dalam mengangkat tangan ketika guru meminta siswa yang bisa memperagakan secara singkat materi yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. Setelah semua selesai, barulah siswa terlihat antusias dalam mendengarkan pesan – pesan dan motivasi dari guru.

Pada siklus II dilaksanakan 2 kali pertemuan dan satu kali pertemuan untuk menguji ketuntasan peningkatan skill. Selain itu, setiap pertemuan telah mengatur pelajaran yang akan diajarkan sesuai dengan RPP, sehingga dalam pengajaran ada target bahwa dalam pertemuan tersebut ada beberapa materi yang akan diajarkan. Pada siklus II peningkatan skill terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie sudah sesuai dengan yang diharapkan, hal ini terlihat dari pencapaian indikator keberhasilan baik secara individual maupun klasikal yang telah ditentukan. Perhatian, keaktifan, dan memotivasi siswa semakin meningkat. Dari penelitian siklus I dan II, tercatat perubahan–perubahan

dan segi psikomotor siswa selama mengikuti mata pelajaran Penjaskes dengan materi sepaksila, peneliti mencatat perubahan-perubahan yang terjadi selama proses pembelajaran.

Hasil peningkatan siklus II, terhadap sepaksila berpasangan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie mencapai nilai rata-rata 84 atau dalam kategori baik. Bila ditinjau dari persentase ketuntasan belajar siswa pada siklus II, mencapai 91% dari jumlah frekuensi 20 siswa. Untuk 2 siswa yang tidak tuntas di siklus II akan diberikan arahan-arahan serta motivasi supaya dapat mengalami peningkatan. Berdasarkan hasil observasi pada siklus II, pada aktivitas guru menunjukkan bahwa kegiatan awal, guru memberikan persepsi sebagai dasar penilaian awal, dan dilanjutkan dengan pemanasan secara umum disesuaikan dengan sepaksila berpasangan yang akan dilakukan.

Siswa terlihat baik pada kegiatan akhir dimana mereka mendengarkan penjelasan guru tentang materi karena mereka sudah berlomba-lomba mengangkat tangan ketika guru bertanya kepada siswa siapa yang bisa mendemonstrasikan secara singkat materi yang telah dilakukan dalam proses pembelajaran. Setelah itu siswa tampak antusias mendengarkan pesan dan motivasi guru, serta diberikan reward kepada siswa yang berprestasi. Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat dikatakan bahwa penerapan sepaksila berpasangan dapat meningkatkan *skill* siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Penelitian tindakan kelas dilakukan dua siklus pada siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie. Setiap siklus dibagi menjadi empat tahap: perencanaan, pelaksanaan, observasi, dan refleksi. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa penerapan sepaksila berpasangan dapat meningkatkan *skill* siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie pada permainan sepak takraw. Dalam hal ini sesuai hasil analisis data yang menunjukkan bahwa ada peningkatan yang signifikan *skill* pada permainan sepak takraw, dimana pada siklus I persentase kelulusan siswa kelas V<sub>A</sub> SDN 30 Mattirowalie sebesar 59% dan meningkat pada siklus II dengan persentase kelulusan sebesar 91%.

#### **5.2 Saran**

Berdasarkan temuan penelitian bahwa sepaksila berpasangan dapat meningkatkan *skill* siswa pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan khususnya pada materi sepaksila, maka penulis memberikan rekomendasi sebagai berikut:

1. Guru diharapkan dapat menjadikan sepaksila berpasangan sebagai suatu alternatif pada mata pelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan untuk meningkatkan sepaksila.
2. Penyediaan atau peningkatan sarana dan prasarana pembelajaran olahraga di sekolah. Diperlukan lebih banyak referensi atau fasilitas olahraga, terutama yang membantu dalam proses pembelajaran.

3. Peneliti tambahan yang akan meneliti rumusan serupa diharapkan dapat mengembangkan metode pembelajaran melalui penelitian yang mendalam.

## DAFTAR RUJUKAN

- Alfiandi, Patrice. (2018). Pengembangan Model Latihan Sepak Sila pada Permainan Sepak Takraw. *Jurnal Publikasi Universitas Negeri Jakarta*, 2(1).
- Hanif, Achmad Sofyan. (2015). *Sepak Takraw untuk Pelajar*. Kharisma Putra Utama Offset. Jakarta.
- Hidayat, Andi Aziz Alimul. (2013). *Metode Penelitian dan Teknik Analisis Data*. Salemba Medika. Jakarta.
- Hudah, Maftukin. (2020). Impelementasi Materi Passing Bola Voli dengan Media Bola Plastik dan Bola Voli Asli terhadap Hasil Belajar Siswa Kelas VIII SMP Negeri 17 Kota Tegal. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1).
- Indrawan, Soni. (2018). Model Latihan Keterampilan Umpan Sepaksila Sepak Takraw untuk Tingkat Anak Usia SMA. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(1).
- Putra, Fatma Wara. (2020). Hubungan Persepsi Kinestetik dengan Keterampilan Sepak Sila Permainan Sepak Takraw. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4, 1.
- Putra, Rifki Nanda. (2019). Hubungan Koordinasi Mata Kaki terhadap Keterampilan Sepak Sila Permainan Sepak Takraw. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1).
- Saputro, Dimas Bakti. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Sepak Sila Sepak Takraw untuk Tingkat Pemula. *Jurnal Performance Indonesia*, 1(2).
- Saryono. (2013). *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif*. Nuha Medika.
- Suherman, Adang. (2013). *Dasar-dasar Penjaskes*. Departemen Pendidikan Nasional. Jakarta.
- Sukintaka. (2012). *Teori Pendidikan Jasmani*. Esa Grafika.
- Sulistyo, Bitdah. (2021). Analisis Pengaruh Faktor-Faktor Pendukung Pembelajaran terhadap Hasil Belajar Sepak Sila Cabang Olahraga Sepak Takraw. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 1(1).
- Wardhani, IGK. (2013). *Penelitian Tindakan Kelas*. Universitas Terbuka.