

**ANALISIS KETERAMPILAN SMASH SEPAK TAKRAW ATLET  
PPLPD ACEH**

**Skripsi**

diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Pendidikan

Oleh :

**Suwandi Nova  
Nim : 1911040024**



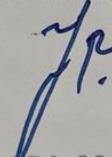
**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVESITAS BINA BANGSA GETSEMPENA  
BANDA ACEH  
2023**

**LEMBARAN PERSETUJUAN  
ANALISIS KETERAMPILAN SMASH SEPAK TAKRAW ATLET PPLPD  
ACEH**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan  
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bina Bangsa Getsempena

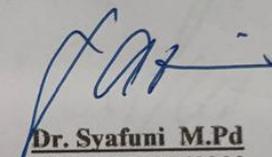
Banda Aceh, 21 Agustus 2024

Pembimbing I



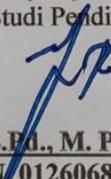
**Irwandi, S.Pd., M. Pd. AIFO**  
NIDN. 0126068005

Pembimbing II



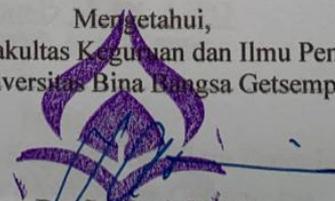
**Dr. Syafuni M.Pd**  
NIDN. 0128068203

Menyetujui,  
Ketua Program Studi Pendidikan Jasmani,



**Irwandi, S.Pd., M. Pd. AIFO**  
NIDN. 0126068005

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bina Bangsa Getsempena

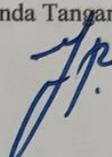
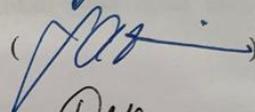
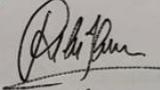


**Dr. Syafuni M.Pd**  
NIDN. 0128068203

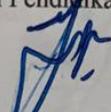
**PENGESAHAN TIM PENGUJI**  
**ANALISIS KETERAMPILAN SMASH SEPAK TAKRAW ATLET PPLPD ACEH**

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan  
Tim Penguji Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bina Bangsa Getsempena

Banda Aceh, 21 Maret 2024

		Tanda Tangan
embimbing I	: <u>Irwandi, S. Pd, M. Pd, AIFO</u> NIDN. 0126068005	(  )
embimbing II	: <u>Dr. Syarfuni M. Pd</u> NIDN. 0128068203	(  )
enguji I	: <u>Rika Kustina, M. Pd</u> NIDN. 015048503	(  )
enguji II	: <u>Zulheri Is, M. Pd</u> NIDN. 1302108903	(  )

Menyetujui,  
Ketua Prodi Pendidikan Jasmani

  
Irwandi, M. Pd, AIFO  
NIDN. 0126068005

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Bina Bangsa Getsempena

  
**FKIP UBBG**  
Dr. Syarfuni, M. Pd  
NIDN. 0128068203

### PERSETUJUAN BIMBINGAN

Nama : Suwandi Nova

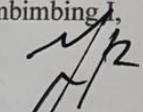
Nim : 1911040024

Program Studi : S1 PENJAS

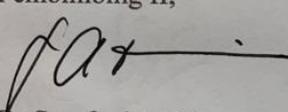
Judul Skripsi : **ANALISIS KETERMIPILAN SMASH SEPAK TAKRAW  
ATLET PPLPD ACEH TAHUN 2023**

Skripsi ini telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan pada ujian skripsi program sarjana.

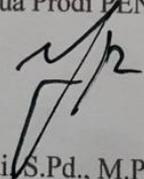
Pembimbing I,

  
Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO  
NIDN. 0126068005

Banda Aceh, 21 Desember 2023  
Pembimbing II,

  
Dr. Syarfuni, M.Pd  
NIDN.0128068203

Mengetahui,  
Ketua Prodi PENJAS

  
Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO  
NIDN. 0126068005

## PERNYATAAN KEASLIAN

Saya beridentitas di bawah ini:

Nama : Suwandi Nova  
NIM : 1911040024  
Program Studi : Pendidikan Jasmani

Menyatakan bahwa hasil penelitian atau skripsi ini benar-benar karya saya sendiri, bukan jiplakan dari karya orang lain, baik sebagian maupun seluruhnya. Pendapat atau temuan orang lain yang terdapat dalam skripsi ini dikutip atau dirujuk berdasarkan kode etik ilmiah. Apabila skripsi ini terbukti plagiasi atau jiplakan, saya siap menerima sanksi akademis dari Program Studi atau Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena.

Banda Aceh, 21 Agustus 2024

Yang membuat pernyataan,



Suwandi Nova

NIM. 1911040024

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur kehadiran Allah SWT, atas limpahan Rahmat dan Karunia-Nya, sehingga penulis dapat merampungkan dan menyelesaikan penulisan skripsi ini yang berjudul “Analisis Keterampilan Smash Sepak Takraw Atlet PPLPD Aceh”. Tidak lupa pula, sholawat beserta salam penulis limpahkan kepada pangkuan alam Rasulullah Muhammad SAW, karena berkat perjuangan beliau kita telah dituntunnya dari alam jahiliyah ke alam Islamiyah, dari alam kegelapan ke alam yang terang benderang yang penuh dengan ilmu pengetahuan, seperti yang kita rasakan pada saat ini juga.

Penulisan skripsi ini merupakan kewajiban yang harus penulis selesaikan dalam rangka melengkapi tugas-tugas dan memenuhi syarat untuk menyelesaikan Pendidikan Program Sarjana (S1) pada Fakultas Keguruan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena. Dalam rangka pelaksanaan penelitian dan penulisan skripsi ini, penulis banyak memperoleh bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dimana pada kesempatan ini penulis menyampaikan ungkapan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada :

1 Teristimewa untuk orang tua penulis Ibunda Suyati serta seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan, pengorbanan, dan Do'a selama penulis menyelesaikan studi di FKIP UBBG.

2. Dr. Lili Kasmini, S.SI, M. Si., selaku Rektor Universitas Bina Bangsa Getsempena yang telah Memberikan kesempatan arahan selama pendidikan ini.

3. Dr. Syarfuni, M.Pd Selaku Dekan FKIP Universitas Bina Bangsa Getsempena yang telah memberikan kesempatan arahan selama pendidikan, dan penulisan skripsi ini.

4. Bapak T.Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO sebagai ketua program studi Pendidikan Jasmani pada Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena sekaligus selaku Dosen Pembimbing I saya, yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan dan membimbing penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.

5. Bapak Dr. Syarfuni, M.Pd sebagai Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena sekaligus selaku Dosen pembimbing II saya, yang sudah meluangkan waktu dan tempat untuk mengarahkan dan membimbing penulis dalam proses penyelesaian skripsi ini.

6. Bapak dan Ibu dosen Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Bina Bangsa Getsempena, yang telah memberikan pengajaran dan berbagai disiplin ilmu kepada penulis selama penulis belajar di Universitas Bina Bangsa Getsempena.

7. Seluruh staff tata usaha prodi pendidikan jasmani yang telah membantu dalam urusan perizinan dan adminitrasi Penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih belum sempurna. Hal ini tidak terlepas dari keterbatasan kemampuan dan ilmu pengetahuan yang penulis miliki. Penulis berharap semua yang dilakukan menjadi amal ibadah dan dapat bermanfaat bagi penulis dan bagi pembaca. Dengan segala kerendahan hati penulis mengaharapkan kritik dan saran dari semua pembaca sebagai motivasi bagi penulis. Semoga kita selalu mendapat ridha dari Allah SWT. Amin Ya Rabbal'amin.

Banda Aceh, 19 Maret 2024

Penulis

Suwandi Nova  
19110024

## Abstrak

Suwandi nova.2023. *Analisis keterampilan smash sepak takraw atlet pplpd Aceh*. Skripsi. Program studi Pendidikan jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan. Universitas Bina Bangsa Getsempena. Pembimbing:

(1) Irwandi, S.Pd., M.Pd.AIFO

(2) Dr.syarfuni, M.Pd

Para atlet sepaktakraw PPLPD Aceh aktif melakukan latihan dengan porsi latihan untuk teknik smash lebih banyak porsinya dibandingkan latihan teknik lainnya. Latihan fisik yang diberikan kepada atlet juga lebih mengarah untuk meningkatkan kualitas teknik smash terutama peningkatan kekuatan otot perut, power tungkai dan lengan. Namun ketika mengikuti beberapa kejuaraan, saat pertandingan peneliti melihat PPLPD Aceh dengan mudah mendapatkan poin, namun saat melakukan teknik smash pemain banyak menghilangkan poin, karena bola hasil smash tersebut terkadang ada yang menyangkut pada net, bola nya yang keluar dari lapangan, dan sering sekali terkena block oleh lawan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Jenis penelitian ini bersifat survei. Sampel penelitian ini sebanyak 4 orang atlet. Teknik pengumpulan data dilakukan dengan keterampilan *Smash* dan observasi. Analisis data menggunakan rumus rata-rata dan distribusi frekuensi. Berdasarkan hasil pengolahan data diketahui bahwa tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tergolong baik dengan nilai rata-rata 3,75 dengan tingkat persentase dari 4 (100%) atlet yang dijadikan sampel terdapat 1 (25%) atlet tergolong kategori sangat baik, 1 (25%) tergolong baik dan 2 (50%) tergolong kurang baik.

Kata kunci: *Analisis, Keterampilan Smash, Sepak Takraw.*

### **Abstract**

Suwandi nova. 2023. *Analysis of the sepak takraw smash skills of PPLPD Aceh athletes*. Thesis. Physical Education Study Program, Faculty of Teacher Training and Education. Getsempena Bina Bangsa University. Supervisor:

(1) Irwandi, S.Pd., M.Pd. AIFO

(2) Dr. Syarfuni, M.Pd

*PPLPD Aceh sepaktakraw athletes actively carry out training with a larger portion of smash technique training than other technical training. The physical training given to athletes also aims to improve the quality of smash techniques, especially increasing abdominal muscle strength, leg and arm power. However, when participating in several championships, during matches researchers saw that PPLPD Aceh easily got points, but when using the smash technique many players lost points, because the smashed ball sometimes hit the net, the ball went out of the goal. court, and often beaten. blocked by the opponent. Therefore, this study aims to determine the level of Smash skills in Sepak Takraw athletes from PPLPD Aceh. This research uses a qualitative approach. This type of research is survey in nature. The sample in this study was 4 athletes. Data collection techniques were carried out using Smash skills and observation. Data analysis uses the average formula and frequency distribution. Based on the results of data processing, it is known that the Smash skill level of the Aceh PPLPD Sepak Takraw athletes is classified as good with an average score of 3.75 with a percentage level of 4 (100%) of the athletes sampled, there is 1 (25%) athlete in the very good category. Good. , 1 (25%) is classified as good and 2 (50%) is classified as bad.*

**Keywords:** *Analysis, Smash Skills, Sepak Takraw.*

## DAFTAR ISI

<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>i</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>ii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>iii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	4
1.3 Rumusan Masalah.....	4
1.4 Tujuan Penelitian .....	4
1.5 Pertanyaan Penelitian.....	4
1.6 Manfaat Penelitian .....	4
1.7 Definisi Operasional .....	5
<b>BAB II LANDASAN TEORITIS</b>	
2.1 Landasan Teori .....	7
2.1.1 Pengertian Keterampilan.....	7
2.1.2 Sejarah Sepak Takraw .....	9
2.1.3 Pengertian Sepak Takraw .....	10
2.1.4 Teknik Dasar Sepak Takraw .....	13
2.1.5 Jenis-Jenis Smasc dalam Sepak Takraw .....	20
2.1.6 Peraturan Permainan Sepak Takraw .....	22
2.2 Kerangka Berpikir.....	24
2.3 Penelitian yang Relevan.....	25
<b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>	
3.1 Metode dan Jenis Penelitian .....	28
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian.....	29
3.3 Populasi dan Sampel.....	33
3.4 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data .....	30
3.5 Teknik Analisis Data .....	33
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil penelitian.....	36
4.2 Analisis Data .....	44
4.2.1 Menghitung Rata-rata .....	44
4.2.2 Meghitung Persentase.....	45
4.2.2.1 Persentase Hasil Observasi.....	45
<b>BAB V</b>	
5.1 Kesimpulan .....	49
5.2 Saran .....	49
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....	<b>50</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kategori Skala Penilaian .....	34
Tabel 4.1 Nilai Tes Smash .....	36
Tabel 4.2 Keterampilan Smash .....	37

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sepak Sila.....	15
Gambar 2.2 Sepak Kura .....	16
Gmabar 2.3 Memaha.....	19
Gambar 2.4 Heading .....	19
Gambar 2.5 Smash Gulung .....	21
Gambar 2.6 Smash Gunting .....	21
Gambar 2.7 Smash Kepala Gaya Sisi Kanan.....	22
Gambar 2.8 Smash Menggunakan Dahi.....	22
Gambar 2.9 Kerangka Pemikiran.....	25

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 : menyiapkan barisan dan memberikan arahan .....	53
Lampiran 2 : memberikan penjelasan untuk melakukan penelitian.....	54
Lampiran 3 : memberikan arahan untuk melakukan penelitian .....	55

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Permainan sepak takraw adalah dilakukan oleh dua regu yang satu regu terdiri dari tiga orang yang saling berhadapan yang dibatasi oleh net dan kedua regu saling memperebutkan poin (Semarayasa, 2014:66). Sepak takraw adalah suatu permainan yang mempergunakan bola dari rotan atau (*synthetic fibre*) dilakukan diatas lapangan empat persegi panjang, rata, baik terbuka maupun tertutup dan lapangan dibatasi oleh net (Sulaiman, 2014:53).

Permainan ini dilakukan oleh dua regu yang berlawanan. Sebagai olahraga yang beregu sepak takraw merupakan olahraga yang bersejarah, budaya bangsa dan keadaan alam serta hasil bumi Indonesia, dalam perkembangan sepak takraw di Indonesia tidak lepas dari pembinaan yang sistematis. Di awali dari usia pelajar mereka terus dibina dan di kenalkan melalui pendidikan jasmani di sekolah (Hanif. A.S, 2015). Di dalam permainan sepak takraw terdapat beberapa teknik-teknik dasar di antaranya teknik sepakan, teknik, teknik mendada/control dada, teknik membahu/control bahu, teknik main kepala atau menyundul, teknik menahan dan teknik serangan atau smash.

Penelitian ini memfokuskan pada teknik smash. Purwanto (2022) mengemukakan smash adalah pukulan bola yang keras dan tajam kearah bidang lapangan lawan, smash dalam permainan sepak takraw merupakan teknik yang paling penting dan harus dikuasai oleh seorang pemain karna dengan smash ini angka dapat dengan mudah diperoleh regu atau yang bertanding dapat memenangkan suatu

pertandingan dengan mudah. Smash dalam permainan sepak takraw dapat dilakukan dengan kaki ataupun dengan kepala.

Smash merupakan serangan terakhir yang diharapkan bisa untuk menghasilkan angka atau poin bagi suatu tim, dan smash merupakan salah satu daya tarik dalam permainan sepaktakraw, karena teknik dalam smash sepaktakraw cenderung dilakukan dengan cara-cara akrobatik. Salah satu bentuk smash dalam permainan sepaktakraw adalah Smash kedeng, yang mana smash kedeng adalah pukulan smash yang dilakukan dengan menjulurkan kaki ke atas mengejar bola, tidak dilakukan dengan putaran badan (salto) di udara. Smash kedeng dilakukan dengan memukul bola dengan kaki kanan ataupun kiri (Arfan dan Asmi, 2019:31).

Saat ini permainan sepak takraw merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat Aceh. Hal ini ditandai dengan terbentuknya berbagai tim sepak takraw, salah satunya ialah PPLPD Aceh. Masalah yang terdapat pada atlet sepak takraw PPLPD Aceh berdasarkan data awal terlihat sebagian atlet mampu meraih kemenangan-kemenangan yang baik. Hal ini tentu berhubungan erat dengan keterampilan bermain, termasuk dalam melakukan teknik smash. Hasil pengamatan selama ini yang penulis lakukan pada tim PPLPD Aceh terlihat bola yang di smash tidak tepat sasaran dan bahkan dapat diantisipasi oleh pihak lawan.

Dari pengamatan bagaimana pelatih melakukan penilaian kemampuan smash kepada anak latihnya masih ditemukan penilaian teknik smash yang berbeda dari masing-masing pelatih PPLPD Aceh. Pelatih selain memiliki kemampuan bagus dalam teknik dan strategi juga harus mampu dalam mengevaluasi keterampilan. Penilaian keterampilan teknik smash melalui evaluasi dari pelatih diharapkan dapat

membantu atlet dalam meningkatkan kemampuan dalam teknik smash atlet PPLPD Aceh.

Hasil observasi peneliti terhadap atlet sepak takraw PPLPD Aceh, latihan dilaksanakan setiap hari di lapangan sepak takraw tersebut. Setiap pertemuan latihan, porsi latihan untuk teknik smash lebih banyak porsinya dibandingkan latihan teknik lainnya. Latihan fisik yang diberikan kepada atlet juga lebih mengarah untuk meningkatkan kualitas teknik smash terutama peningkatan kekuatan otot perut, power tungkai dan lengan. Minat atlet untuk berlatih teknik smash sangatlah tinggi karena menurut atlet teknik smash merupakan awal ketertarikannya terhadap olahraga sepak takraw, dan atlet juga beranggapan smash yang bagus ialah smash yang dilakukan dengan keras dan tajam.

Namun ketika mengikuti beberapa kejuaraan, saat pertandingan peneliti melihat PPLPD Aceh dengan mudah mendapatkan poin, namun saat melakukan teknik smash pemain banyak kehilangan poin, karena bola hasil smash tersebut terkadang ada yang menyangkut pada net, bola nya yang keluar dari lapangan, dan sering sekali terkena block oleh lawan. Berdasarkan kajian yang terjadi di lapangan peneliti menduga kurangnya tingkat kemampuan smash yang dimiliki atlet sepak takraw PPLPD Aceh belum sesuai dengan yang diharapkan, apabila hal ini terus dibiarkan maka akan mempengaruhi prestasi club tersebut.

Berdasarkan uraian di atas peneliti ingin mengadakan suatu penelitian yang berjudul **“Analisis Keterampilan Smash Sepak Takraw Atlet PPLPD Aceh”**.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Adapun yang menjadi identifikasi masalah dalam penulisan proposal skripsi ini adalah masih terdapatnya berbagai kesalahan dalam keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh saat melakukan pertandingan.

## **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka yang menjadi rumusan masalah dalam penulisan proposal skripsi ini adalah bagaimana tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh?

## **1.4 Tujuan Penelitian.**

Bertolak dari rumusan masalah di atas, maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh.

## **1.5 Pertanyaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah dan tujuan penelitian di atas, maka yang menjadi pertanyaan penelitian ini ialah bagaimana tingkat keterampilan Smash kedeng dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh?

## **1.6 Manfaat Penelitian.**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Penelitian dilakukan agar memberikan manfaat baik yang bersifat pengembangan ilmu pengetahuan maupun sumbangsih untuk memperkaya khazanah ilmu pengetahuan terkait tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw

Atlit PPLPD Aceh, sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu bahan rujukan bagi peneliti dalam mengadakan penelitian selanjutnya.

#### 1.6.2 Manfaat Praktis

Selain itu, hasil kajian ini juga berguna secara praktis bagi beberapa pihak tertentu, seperti:

1. Bagi atlit agar terus meningkatkan latihan keterampilan Smash Sepak Takraw, sehingga selalu dapat meraih kemenangan bagi Atlit PPLPD Aceh
2. Bagi pelatih menjadi bahan informasi dan evaluasi terkait tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh.

### **1.7 Definisi Operasional**

Untuk mempermudah pembaca dalam memahami isi skripsi ini, maka penulis memberikan penjelasan istilah dasar dalam skripsi ini, yaitu:

#### 1.7.1 Analisis

Menurut Hasan (2013) analisis adalah penguraian suatu kelompok atas berbagai bagiannya dan pengenalan bagian itu sendiri, serta hubungan antara bagian untuk memperoleh pengertian yang tepat dan pemahaman arti keseluruhan. Menurut Ardianto (2018: 8) analisis adalah kajian yang dilaksanakan terhadap sebuah bahasa guna meneliti struktur bahasa tersebut secara mendalam. Jadi analisis disini adalah sebuah kajian yang diteliti guna mendapatkan hasil yang mendalam.

#### 1.7.2 Keterampilan

Menurut Wahyudi (2016:33) keterampilan adalah kecakapan atau keahlian untuk melakukan suatu pekerjaan yang hanya diperoleh dalam praktek. Menurut

Soemarjadi (2015:2) keterampilan merupakan perilaku yang diperoleh melalui tahap-tahap belajar, keterampilan berasal dari gerakan-gerakan yang kasar atau tidak terkoordinasi melalui pelatihan bertahap gerakan tidak teratur itu berangsur-angsur berubah menjadi gerakan-gerakan yang lebih halus sehingga diperoleh suatu keterampilan yang diperlukan untuk tujuan tertentu

### 1.7.3 Smash

*Smash* adalah salah satu teknik permainan sepak takraw. *Smash* merupakan serangan terakhir yang banyak menghasilkan angka. Untuk dapat melakukan *smash* yang baik seorang pemain harus menguasai teknik *Smash* dengan baik. Penguasaan smash tersebut dapat dilatih dengan cara atau metode tertentu. *Smash* dapat dilakukan dengan menggunakan kepala dan dapat dilakukan juga dengan kaki. Tetapi sebagian besar pemain melakukan *Smash* dengan menggunakan kaki, karena smash yang dilakukan dengan menggunakan kaki hasilnya akan lebih keras dibanding menggunakan kepala (Prasetiawati, 2015).

### 1.7.4 Sepak Takraw

Menurut Sulaiman (2014: 4), “Sepak takraw merupakan suatu permainan yang menggunakan bola yang terbuat dari rotan, dimainkan diatas lapangan yang datar berukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Ditengah-tengah dibatasi oleh jaring net setinggi 1,55 m”. Dalam permainan ini yang dipergunakan terutama kaki dan semua anggota badan kecuali tangan”. Sedangkan Iyakrus (2012) mengemukakan Sepak takraw yakni suatu permainan olahraga yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan dan dapat dimainkan di atas lapangan yang berukuran 13,42 m, dan lebar 6,1 m dengan cara dilempar menggunakan kaki.

## **BAB II**

### **LANDASAN TEORITIS**

#### **2.1 Landasan Teori**

##### **2.1.1 Hakikat Keterampilan**

Suatu pembelajaran gerak sangat erat kaitannya dengan istilah terampil. Seseorang dikatakan terampil jika ia mampu menguasai suatu gerak yang telah dilatihkan dengan baik. Menurut Ma'mun dan Yudha (2015: 57) keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efektif dan efisien. Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut. Menurut Schmidt dalam Ma'mun dan Yudha (2015: 61), keterampilan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum, tetapi dengan pengeluaran energi dan waktu yang minimum.

Sedangkan menurut Singer yang dikutip dalam Ma'mun dan Yudha (2015: 61), keterampilan adalah derajat keberhasilan yang konsisten dalam mencapai suatu tujuan dengan efisiensi dan efektif. Menurut Mustafa (2020:11), keterampilan juga dapat dipahami sebagai indikator dari tingkat kemahiran. Penguasaan suatu keterampilan motorik merupakan sebuah proses di mana seseorang mengembangkan seperangkat respon ke dalam suatu pola gerak yang terkoordinasi, terorganisir, dan terintegrasi. Sebagai indikator dari kemahiran, maka keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam melaksanakan tugas yang berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan. Semakin tinggi kemampuan seseorang mencapai tujuan yang diharapkan, maka semakin terampil orang tersebut.

Menurut Ma'mun dan Yudha (2015:58), untuk memperoleh tingkat keterampilan diperlukan pengetahuan yang mendasar tentang bagaimana keterampilan tertentu dihasilkan atau diperoleh serta faktor-faktor apa saja yang berperan dalam mendorong penguasaan keterampilan. Pada intinya bahwa suatu keterampilan itu baru dapat dikuasai apabila dipelajari atau dilatihkan dengan persyaratan tertentu, satu diantaranya adalah kegiatan pembelajaran atau latihan keterampilan tersebut dilakukan secara terus menerus dalam jangka waktu tertentu yang memadai.

Lebih lanjut Ma'mun dan Yudha (2015: 67) mengatakan bahwa berdasarkan keterlibatan tubuh dalam pola gerak, keterampilan dibagi menjadi dua, yaitu (1) keterampilan gerak kasar (*gross motor skill*), dan (2) keterampilan gerak halus (*fine motor skill*). Keterampilan gerak kasar secara khusus dikontrol oleh otot-otot besar atau kelompok otot. Keterampilan ini tidak terlalu menekankan ketepatan (*precision*) dalam pelaksanaannya. Berlari, melompat, melempar dan kebanyakan keterampilan dalam olahraga dimasukkan sebagai keterampilan gerak kasar. Keterampilan gerak halus secara khusus dikontrol oleh otot-otot kecil atau halus. Banyak gerak yang menggunakan tangan dipertimbangkan sebagai gerak halus. Keterampilan ini melibatkan koordinasi neuromuskuler yang memerlukan ketepatan derajat tinggi untuk berhasilnya keterampilan ini. Pencapaian suatu keterampilan dipengaruhi oleh banyak faktor yang secara umum dibedakan menjadi tiga hal yang utama, yaitu (1) faktor proses belajar mengajar, (2) faktor pribadi, dan (3) faktor situasional. Ma'mun dan Yudha (2015: 83) mengemukakan bahwa ada tiga hal yang dapat diidentifikasi dalam tahap belajar keterampilan gerak, yaitu (1) tahapan verbal-kognitif, (2) tahapan motorik, dan (3) tahapan otomatisasi.

Sedangkan menurut Prawirasaputra (2015: 19-22), penguasaan keterampilan pada setiap cabang olahraga berlandaskan pada penguasaan keterampilan dasar. Keterampilan dasar tersebut secara umum terbagi menjadi tiga kelompok, yaitu (1) keterampilan lokomotor, (2) keterampilan non lokomotor dan (3) keterampilan manipulatif.

### 2.1.2 Sejarah Sepak Takraw

Olahraga ini berasal dari zaman kesultanan Melayu pada 634-713 M yang dalam bahasa Melayu dikenal sebagai sepak raga. Untuk bolanya sendiri terbuat dari anyaman rotan serta pemain berdiri membentuk lingkaran. Di zaman kesultanan Melayu, tepatnya di sekitar abad ke-15, sepak takraw dimainkan untuk pertama kalinya dalam sejarah. Namun saat itu olahraga ini belum bernama sepak takraw, melainkan sepak raga. Nama sepak takraw sendiri diambil dari bahasa Melayu dan bahasa Thailand. Kata “sepak” berasal dari bahasa Melayu yang artinya menendang. Sedangkan untuk kata “takraw” berasal dari bahasa Thailand yang artinya bola yang dianyam. Penentuan nama tersebut tentu dikarenakan hasil kesepakatan dari kedua daerah yang menemukan olahraga ini, yaitu Malaysia dengan Thailand (Julianur, 2020:1).

Dari kedua negara tadi, permainan olahraga ini saat ini sudah menyebar ke berbagai negara. Pada tahun 1970an, olahraga sepak takraw ini mulai masuk ke wilayah-wilayah di Indonesia. Olahraga sepak takraw ini dibawa oleh bangsa Malaysia dan Singapura yang sedang berkelana ke negara Indonesia ini. Namun biarpun begitu, permainan sepak takraw ini juga sebenarnya sudah dikenal oleh bangsa Indonesia sejak dulu. Hanya saja, sepak takraw di Indonesia kala itu hanya sebatas permainan

tradisional saja. Sejak kedatangan bangsa Malaysia dan Singapura yang membawa masuk permainan ini ke Indonesia, olahraga sepak takraw ini mulai banyak diminati. Di Sulawesi dan Sumatera lah sepak takraw paling cepat berkembang. Induk olahraga sepak takraw di Indonesia sendiri terlahir pada tahun 1971. Organisasi yang menjadi induk olahraga ini bernama PERSERASI. Dan pada tahun 1980, kejuaraan nasional sepak takraw untuk pertama kalinya ada di Indonesia (Julianur, 2020:2).

Menurut Ratinus Darwis dan Penghulu Basa (1992: 6), perubahan nama sepakraga jaring menjadi sepaktakraw diresmikan tanggal 27 Maret 1965 di Kuala Lumpur di Stadion negara Kuala Lumpur pada waktu pesta olahraga Asia Tenggara (SEAP GAMES). Istilah Sepaktakraw merupakan perpaduan antara bahasa Malaysia dan bahasa Muangthai yaitu sepak berasal dari bahasa Malaysia yang berarti sepak dan Takraw berasal dari bahasa Thailand yang berarti bola rotan.

### 2.1.3 Pengertian Sepak Takraw

Permainan sepak takraw dikenal masyarakat Indonesia di beberapa daerah yang ada di Indonesia seperti Kalimantan, Sumatra dan Sulawesi dengan sebutan sepak raga, yaitu permainan anak negeri yang dimana dalam memainkan sepak raga masih menggunakan bola yang terbuat dari rotan. Dalam permainan ini setiap pemain menunjukkan suatu kemahiran dalam penguasaan bola, pemain memainkan bola rotan dengan seluruh anggota badan kecuali dengan tangan seperti kaki, paha, dada, bahu, kepala. Permainan ini sangat menarik karena dalam permainan ini untuk mempertahankan bagaimana supaya bola tetap lama dimainkan tanpa jatuh ketanah. Perkembangan sepak takraw di negara Asia terutama Asia Tenggara telah mengenal permainan dengan menggunakan bola rotan ini sejak lama. Mungkin saja disetiap

negara cara bermain dan nama permainannya yang berbeda-beda. Menurut Ratinus Darwis dan Basa (2012:5) “Setiap negara mempunyai nama sendiri-sendiri seperti misalnya Malaysia dengan nama sepak raga jaring, Thailand dengan nama takraw dan Philipina dengan nama sipak”.

Menurut Sulaiman (2014:4), “Sepak takraw merupakan suatu permainan yang menggunakan bola yang terbuat dari rotan, dimainkan di atas lapangan yang datar berukuran panjang 13,40 m dan lebar 6,10 m. Ditengah-tengah dibatasi oleh jaring net setinggi 1,55 m”. Dalam permainan ini yang dipergunakan terutama kaki dan semua anggota badan kecuali tangan. Tujuan dari setiap pihak adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga dapat jatuh di lapangan lawan atau menyebabkan lawan membuat pelanggaran atau bermain salah. Menurut Darwis dan Basa (2012:2) “Permainan sepak takraw itu merupakan perpaduan atau penggabungan tiga buah permainan yaitu permainan sepak bola, bola voli, dan bulutangkis”.

Sepak takraw merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu dan dimainkan di lapangan berbentuk empat persegi panjang. Permainan sepak takraw dilakukan dengan menggunakan bola yang terbuat dari rotan. Setiap regu terdiri dari tiga orang pemain. Menurut Sudrajad (2016:5) “Permainan sepak takraw dilakukan di lapangan berukuran 13,4 m kali 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 sepaktakraw terbuat dari rotan atau *fiber glass* yang dianyam dengan lingkaran 42-44 cm”. Permainan sepak takraw dilakukan oleh dua regu yang berhadapan di lapangan yang dipisahkan oleh jaring (net) yang terbentang membelah lapangan menjadi dua bagian. Setiap regu yang berhadapan terdiri atas 3 orang pemain yang bertugas sebagai tekong

yang berdiri paling belakang, dua orang lainnya menjadi pemain depan yang berada di sebelah kiri dan kanan yang disebut apit kiri dan apit kanan.

Permainan sepak takraw dimainkan tanpa menggunakan tangan untuk memukul bola, bahkan tidak boleh menyentuh lengan. Bola hanya boleh menyentuh atau dimainkan dengan kaki, dada, bahu dan kepala. Permainan sepak takraw diawali dengan sepak mula sebagai servis yang dilakukan oleh tekong. Sepak mula dilakukan oleh tekong atas lambungan bola oleh pelambung yang diarahkan ke tekong. Tekong harus berada di dalam lingkaran yang telah disediakan. Begitu juga pada waktu melakukan sepak mula salah satu kakinya harus tetap berada di dalam lingkaran tempat tekong melakukan sepak mula. Tekong harus mengarahkan bola ke daerah lawan melalui atas net (jaring). Di lain pihak lawan harus menerima bola dan mengembalikannya ke daerah lawan. Pihak lawan diberi kesempatan menyentuh bola sebanyak tiga kali.

Tujuan permainan sepak takraw adalah mencapai kemenangan. Untuk mencapai kemenangan dibutuhkan penguasaan teknik, taktik dan strategi yang baik, sehingga mempunyai peluang untuk memasukkan bola ke lapangan lawan sebanyak-banyaknya. Selain itu juga, kerja sama yang kompak dalam satu tim juga sama pentingnya untuk memperoleh kemenangan. Sebaik apapun keterampilan yang dimiliki seorang pemain tanpa kerja sama yang baik antar pemain yang satu dengan lainnya dalam satu tim, maka akan sulit memperoleh kemenangan. Menurut Anwar dkk (2019:4) bahwa “Tanpa menguasai kemampuan dasar atau teknik dasar maka sepak takraw tidak dapat dilakukan dengan baik”. Teknik dasar dimiliki dengan berlatih dengan baik dan kontinyu. Berdasarkan penjelasan di atas dapat disimpulkan

bahwa, sepak takraw merupakan olahraga permainan beregu yang menuntut kualitas taktik dan teknik serta kerjasama yang kompak dalam satu tim untuk memperoleh kemenangan. Sebaik apapun teknik dan taktik yang dimiliki suatu tim, tanpa kerjasama yang kompak akan sulit memenangkan suatu pertandingan. Setiap individu juga harus memiliki kemampuan teknik dasar yang baik untuk memenangkan suatu pertandingan.

#### 2.1.4 Teknik Dasar Sepak Takraw

Untuk bermain sepahtakraw yang baik maka seorang Pemain harus mempunyai kemampuan dasar bermain sepak takraw yang baik. Kemampuan yang dimaksud adalah menyepak dengan menggunakan bagian-bagian kaki, memainkan bola dengan kepala, dengan dada, dengan paha, dengan bahu, dan dengan telapak kaki.

Kemampuan di atas satu sama lainnya saling berkaitan dan tidak dapat dipisahkan. “Teknik dasar dapat dimiliki dengan baik apabila berlatih dengan baik dan kontinyu” (Anwar dkk 2019:4). Selain teknik dasar terdapat faktor-faktor lain yang mempengaruhi peningkatan prestasi sepak takraw.

Peningkatan prestasi olahraga menuntut adanya perbaikan dan pengembangan unsur teknik untuk mencapai tujuannya. Teknik dikatakan baik apabila ditinjau dari segi anatomis, fisiologis, mekanika, biomeknika dan mental terpenuhi persyaratannya secara baik, dapat diterapkan dalam praktek dan memberikan sumbangan terhadap pencapaian prestasi maksimal. Menurut Yusuf dkk, (2014:30-42) bahwa “Teknik dasar sepak takraw terdiri dari sepak sila, sepak kuda, sepak badek, sepak cungkil, heading, memaha, mendada, menapak, sepak mula, smash, dan blocking”.

Menurut Suhud (2019:26) “Untuk melatih penguasaan teknik dan taktik dalam permainan sepak takraw terutama bagi pemula harus selalu berpedoman pada gerakan-

gerakan dari yang mudah ke sukar, dari yang dikuasai ke yang belum dikuasai”. Selanjutnya Suhud (2019:47) “Menekankan bahwa dalam usaha menguasai dan meningkatkan keterampilan teknik-teknik sepak takraw dan kemampuan yang dimiliki, maka latihannya harus sistematis dan metodis”. Teknik teknik dasar dalam sepak takraw ada 3 macam yang perlu di kuasai adalah sebagai berikut:

#### 2.1.4.1 Teknik Sepakan

Dalam permainan sepak takraw menyepak adalah gerakan yang dominan (Darwis dan Basa, 2012). “Dapat di katakan bahwa gerakan menyepak ini merupakan ibu dari permainan sepak takraw, karena bola terbanyak dimainkan dengan kaki”. Teknik menyepak dalam sepak takraw adalah sebagai berikut:

#### 2.1.4.2 Sepak sila

Menurut Darwis & Basa (2012: 16) mengemukakan bahwa “Sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam”. Sepak sila digunakan untuk: (a) menerima dan menimang bola, (b) mengumpan dan antaran bola, (c) menyelamatkan serangan lawan. Sedangkan menurut Sulaiman (2014:18), “Sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam. Sepak sila digunakan untuk menerima dan menimang atau menguasai bola, mengumpan antara bola dan untuk menyelamatkan serangan lawan. Teknik melakukan sepaksila adalah sebagai berikut:

- 1) Berdiri pada kedua kaki menghadap kearah datangnya bola.
- 2) Berdiri pada satu kaki, pada kaki kiri atau kanan.

- 3) Bila berdiri pada kaki kiri, maka kaki kanan ditarik ke atas dan telapak kakinya menghadap lutut kaki kiri kemudian di turunkan setinggi mata, kaki kiri ditarik lagi ke atas sampai setinggi lutut berulang-ulang.
- 4) Pemain berdiri pada dua kaki, kaki kiri di depan kaki kanan, berat badan bertumpu pada kaki kiri, menghadap pelambung bola.



Gambar 2.1 Sepak Sila

#### 2.1.4.3 Sepak Kura

Sepak kura atau juga disebut sepak kuda. Sepak kuda atau sepak kura adalah sepakan dengan menggunakan kura kaki atau dengan punggung kaki. Digunakan untuk menyelamatkan bola dari serangan lawan, memainkan bola dengan usaha menyelamatkan bola dan mengambil bola yang rendah.

Teknik sepak kura atau sepak kuda menurut Sulaiman (2014:19), “Sepak kura atau sepak kuda adalah sepakan atau menyepak dengan menggunakan punggung kaki”. Sepak kura atau sepakkuda digunakan untuk memainkan bola yang datangnya rendah dan kencang (keras) atau menyelamatkan bola dari serangan lawan, untuk bertahan atau menguasai bola dalam usaha menyelamatkan bola dari serangan lawan supaya tidak jatuh. Teknik melakukan sepakkura atau sepak kuda :

- a) Berdiri dengan kedua kaki terbuka selebar bahu.
- b) Jarak badan terhadap bola kurang lebih sejauh panjang lengan, karena kaki pemukul pada posisi punggung kaki, sehingga cenderung kaki agak lurus.
- c) Lutut kaki sepak dibengkokkan sedikit sambil ujung jari kaki mengarah ke lantai, kaki tendang diangkat ke arah bola yang datang.
- d) Bola disentuh pada bagian bawahnya, dengan bagian atas kaki (punggung kaki).
- e) Badan dibungkukkan sedikit, kaki tumpu agak ditekuk.
- f) Kedua tangan dibuka dan dibengkokkan pada siku untuk menjaga keseimbangan.
- g) Bola disepak ke atas setinggi lutut.



Gambar 2.2 Sepak Kura

#### 2.1.4.4 Sepak cangkil

Sepak cangkil adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki (jari kaki). Digunakan untuk mengambil bola yang jauh, rendah dan bola-bola yang liar pantulan dari bloking. Sepak cangkil adalah menyepak bola dengan menggunakan ujung kaki. Sepak cangkil digunakan untuk mengambil dan menyelamatkan bola yang jauh dan rendah.

#### 2.1.4.5 Menapak

Menapak adalah menyepak bola dengan menggunakan telapak kaki. Digunakan untuk: *smash* ke pihak lawan, menahan atau membloking *smash* dari pihak lawan dan menyelamatkan bola dekat net (jaring). Sepaktapak atau menapak adalah sepakan atau menyepak bila dengan menggunakan telapak kaki. Menapak digunakan untuk smes ke pihak lawan, servis dropshot, menahan smes dari pihak lawan, menyelamatkan atau mengambil bola dekat atau di atas net.

#### 2.1.4.6 Sepak Simpuh

Sepak simpuh adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian luar atau samping luar, di katakan sepak simpuh karena posisi seperti orang bersimpuh, sepak simpuh ini bertujuan untuk menguasai bola dari serangan lawan.

#### 2.1.4.7 Teknik Service

Menurut Suhud (2019) “Service atau sepak mula merupakan awal dari permainan sepak takraw. Sepak mula di lakukan oleh tekong arah lapangan lawan dan merupakan cara kerja yang sangat penting, karena angka atau poin dapat di peroleh oleh regu yang melakukannya”. Jenis service ada 2 macam yaitu:

##### a) Service Bawah

Service bawah adalah ddengan cara berdiri dengan satu kaki berada dalam lingkaran sebagai tumpuan dan satu kaki berada di samping belakang badan sebagai awalan.

##### b) Service Atas

Service atas yaitu servis yang menggunakan kaki bagian dalam, service dengan punggung kaki, dan service dengan bagian telapak kaki.

#### 2.1.4.8 Teknik Bertahan

Teknik bertahan dalam suatu permainan merupakan teknik yang sama pentingnya dengan kemampuan menyerang. Bentuk teknik pertahanan ada 5 macam yaitu:

a) Block

Block adalah salah satu dari beberapa gerak dari bertahan. Block yang baik adalah dapat menahan serangan lawan sehingga kembali ke lapangan lawan, block bisa menggunakan tungkai atau punggung badan.

b) Memaha

Menurut Sulaiman (2014:23), “Memaha adalah memainkan bola dengan paha dalam usaha mengontrol bola”. Memaha dapat digunakan untuk menahan dan menerima bola dari serangan lawan, atau untuk membentuk dan menyusun serangan.



Gambar 2.3. Memaha

Memaha adalah memainkan bola dengan paha dalam usaha mengontrol bola. Memaha digunakan untuk menahan, menerima, dan menyelamatkan serangan dari lawan, membentuk dan menyusun serangan.

c) Kepala (heading)

Main kepala atau heading yaitu memainkan bola dengan kepala. Teknik ini dapat digunakan untuk bertahan dan memberi umpan kepada teman, dan melakukan serangan.



Gambar 2.4 Heading

#### 2.1.4.9 Smash

Smash adalah sepakan yang dilakukan oleh tekong kearah lapangan lawan sebagai cara memulai permainan. suatu gerak kerja yang penting dalam permainan sepak takraw, karena *point* dapat dibuat oleh regu yang melakukan servis. Tujuan suatu servis hendaklah dipusatkan kepada pengacuan permainan atau pertahanan lawan sehingga kita dapat mengatur smash yang mematikan dan sulit menerima bola oleh lawan.

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa unsur-unsur teknik dasar bermain sepaktakraw ialah teknik menyepak, teknik memainkan dengan kepala, teknik mendada, teknik memaha dan teknik membahu. Teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain sepaktakraw banyak ragamnya, peneliti hanya menentukan faktor-faktor keterampilan bermain sepaktakraw yang sangat dominan dipakai dalam permainan sepaktakraw, yaitu sepakmula, sepaksila, sepakkuda, heading dan smash.

Hal ini disebabkan karena teknik dasar di atas merupakan teknik yang dominan sering dipakai dalam bermain sepak takraw.

#### 2.1.5 Jenis-Jenis Smash dalam Sepak Takraw

Dalam Panduan Bermain Sepak Takraw (2003: 40) terdapat beberapa jenis smash dalam sepak takraw antara lain:

##### 1. Smash Gulung

Roll spike adalah teknik smash gulung atau salto ke belakang dengan menendang bola dalam permainan sepak takraw. Smash gulung adalah smash yang dilakukan seperti gerakan salto (kedua kaki tidak menyentuh tanah), smash gulung sering dilakukan oleh pemain professional karna resiko cideranya besar.



Gambar 2.5 Smash Gulung

##### 2. Smash Gunting

Cara melakukan smash gunting atau kedeng adalah dengan memusatkan pandangan pada bola, lalu ambil posisi bersiap untuk melakukan smash. Ambil lompatan dengan menggunakan kaki kanan sebagai tumpuan jika kaki kanan digunakan untuk melakukan smash, begitu pula sebaliknya.



Gambar 2.6 Smash Gunting

Posisikan badan menyisih dengan net dan bersiap melakukan smash dengan menggunakan kaki tumpuan. Lalu segera lakukan smash ketika badan berada dalam puncak lompatan.

### 3. Smash Kepala Gaya Sisi Kanan/Kiri

Smash kepala gaya sisi kanan dilakukan dengan melakukan lompatan sesuai dengan ketinggian bola. Posisikan kepala dan badan bergerak dari arah kiri ke kanan atau sebaliknya. Lalu tendang bola ketika bola sudah mencapai ketinggian maksimal dengan kedua tangan tetap menjaga keseimbangan.



Gambar 2.7 Smash Kepala Gaya Sisi Kanan/Kiri

### 4. Smash (rejaman) dengan menggunakan dahi

Buka kaki selebar bahu, lalu lakukan lompatan hingga tinggi mencapai bola. Tarik tubuh ke belakang dan lakukan heading dengan menggunakan dahi. Seimbangkan tangan agar tubuh tidak mudah goyang saat melakukan heading.



Gambar 2.8 Smash Menggunakan Dahi

#### 2.1.6 Peraturan Permainan Sepak Takraw

Menurut Yuliana, dkk (2020:8-12) terdapat beberapa peraturan dalam permainan Sepak Takraw, yaitu sebagai berikut:

##### 1. Lapangan

- a. Lapangan Sepaktakraw seukuran dengan lapangan Badminton yaitu : 13,40 m x 6,10 m.
- b. Sepaktakraw dapat dimainkan dalam gedung atau diluar gedung (apabila dimainkan didalam gedung maka tinggi loteng minimal 8 m dari lantai).
- c. Keempat isi lapangan ditandai dengan cet atau lakban yang lebarnya 4 cm, diukur dari pinggir sebelah luar.
- d. Areal bebas minimal 3 m dari garis luar lapangan bebas dari rintangan
- e. *Centre cirle* yaitu garis tengah dengan lebar 2 cm.
- f. *Quarter circle* yaitu garis seperempat lingkaran dipojok garis tengah radius 90 cm diukur dari garis sebelah dalam.
- g. *The service circle* adalah lingkaran service dengan radius 30 cm berada ditengah lapangan, jarak dari garis belakang 2,45 m dan jarak dari titik tengah garis lingkaran kegaris tengah 9 (Centre Line) 4,25 m, jarak titik tengah lingkaran adalah 3,05m dari kiri dan kanan garis pinggir lapangan.

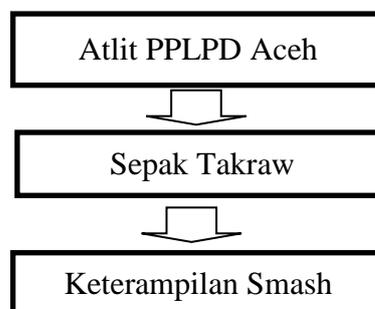
##### 2. Ukuran Tiang Net

- a. Putra: Tinggi net 1,55 m dipinggir dan minimal 1,52 di bagian tengah.
  - b. Putri: Tinggi net 1,45 m dipinggir dan minimal 1,42 di bagian tengah.
  - c. Kedudukan tiang 30cm diluar garis pinggir
3. Jaring atau Net.
- a. Net terbuat dari tali atau benang kuat atau nilon, dimana tiap lubangnya lebar 6 – 8 cm.
  - b. Lebar net 70 cm dengan panjang 6,10 m.
4. Bola Takraw terbuat dari plastik dimana awalnya adalah terbuat dari rotan, dengan ukuran :
- a. Lingkaran 42-44 cm untuk putra dan 43-45 cm untuk putri.
  - b. Berat adalah 170-180 gr untuk putra dan 150-160 untuk putri.
5. Pemain-pemain
- a. Permainan ini dimainkan oleh 2 (dua) “Regu” masing-masing regu terdiri dari 3 (tiga) orang pemain dan disetiap regu dilengkapi oleh 1 (satu) orang pemain cadangan.
  - b. 1 (satu) dari tiga pemain diposisi belakang disebut back atau “Tekong” sebagai penyepak mula untuk memulai permainan.
  - c. Dua orang berada didepan yang berada pada sebelah kiri tekong disebut “Apit kiri” dan yang berada pada sebelah kanan tekong disebut “Apit kanan” orang penjaga garis samping dan belakang (Julianur, dkk, 2020:8-12).
6. Pinalty (hukuman)
- Menurut Yuliaa, dkk (2020:8-12) pemain yang melanggar peraturan ini akan dikenakan sanksi atau hukuman pernyataan dari wasit apabila:
- a. Memperlihatkan sikap tidak sopan kepada pemain atau penonton juga pada wasit atas keputusan yang diambil.
  - b. Menghubungi wasit yang bertugas dengan keras mengenai suatu keputusan yang diambil.
  - c. Meninggakan lapangan permainan tanpa permissi kepada wasit yang memimpin pertandingan.

- d. Memberikan bola kepada pihak lawan dengan menggunakan kaki atau melemparkannya dengan keras.
  - e. Berkelakuan tidak sopan selama permainan.
7. Apabila hal tersebut dilanggar oleh seseorang pemain maka wasit menggunakan kartu sebagai berikut:
- a. Kartu Kuning, sebagai tanda peringatan seorang pemain yang melakukan pelanggaran terhadap tata tertib seperti yang diatas.
  - b. Kartu Merah, apabila pemain telah menerima kartu kuning pada pertandingan yang sama.
  - c. Sikap kasar dan tidak sopan seperti memukul, menendang, meludah dan lain-lain.
  - d. Menggunakan kata-kata kotor atau mencaci maki (Yuliana, dkk, 2020:12).

## 2.2 Kerangka Berpikir

Sugiyono (2019:44) mengemukakan kerangka berpikir adalah sintesa yang mencerminkan keterkaitan antara variabel yang diteliti dan merupakan tuntunan untuk memecahkan masalah penelitian serta merumuskan hipotesis penelitian yang berbentuk bagan alur yang dilengkapi penjelasan kualitatif. Dalam sebuah rancangan penelitian diperlukan adanya sebuah kerangka pemikiran. Sebagaimana yang diketahui bahwa kerangka pemikiran merupakan alur dari sebuah penelitian yang dirancang sebelum proses dari penelitian tersebut berlangsung, dengan demikian kerangka pemikiran dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 2.9. Kerangka Pemikiran

Berdasarkan kerangka pemikiran di atas, maka dapat dijelaskan bahwa kajian ini mengkaji khusus terkait keterampilan smash para pemain sepak Takraw atlit PPLPD Aceh. *Smash* adalah teknik yang sangat penting dan pemain harus menguasai teknik tersebut, dikarenakan melalui smash poin atau angka akan dapat dengan mudah diperoleh (Wiyaka, 2022: 7). Sementara Huda (2015: 3) mengemukakan bahwa smash ialah rangkaian gerak dinamis dan kompleks untuk mendapatkan poin dalam sepak takraw.

### **2.3 Penelitian yang Relevan**

Agar mempermudah penulis melakukan penelitian dan menghindari persamaan dengan kajian lainnya, maka perlu dicantumkan beberapa kajian terdahulu yang memiliki relevansi dengan kajian ini.

Pertama penelitian yang ditulis oleh Rivan, dkk (2022) berjudul "*Analisis Gerak Smash Kedeng Pada Atlet Putra Sepak Takraw Club Psti Kabupaten Demak Tahun 2021*". Hasil analisis data ditinjau dari segi biomekanika tiap fase *smash* kedeng dengan jumlah 10 atlet nilai rata-rata tiap fase yaitu 1) fase awalan nilai rata-rata 4,68 kriteria sesuai, 2) fase lompatan nilai rata-rata 3,9 kriteria hampir sesuai 3) fase perkenaan nilai rata-rata 3,1 kriteria hampir sesuai 4) fase pendaratan nilai rata-rata 1,8 kriteria tidak sesuai. Nilai rata-rata keseluruhan 10 atlet adalah 3,45 masuk dalam kriteria hampir sesuai. Perlu melakukan perbaikan gerak *smash* kedeng pada atlet putra sepaktakraw club PSTI Kabupaten Demak. Kelemahan pada fase 2, 3, dan 4 perlu ditingkatkan melalui program latihan fisik yang menunjang dan bentuk-bentuk latihan *smash* kedeng yang lebih bervariasi.

Penelitian kedua ditulis oleh Arfan dan Asmi (2019) berjudul "*Tinjauan Kemampuan Smash Kedeng Atlet Sepaktakraw Club Cassanova Kabupaten Tanah Datar*". Dari analisis data diperoleh hasil penelitian sebagai berikut : kategori "baik" sebesar 26,67% (4 atlet), "cukup" sebesar 46,67% (7 siswa), "kurang" sebesar 20% (3atlet), sedangkan kategori"“sangat kurang” sebesar 6,67% (1 atlet). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 250,41 tingkat kemampuan smash kedeng atlet sepaktakraw club Cassanova Kabupaten Tanah Datar berada pada kategori "cukup".

Ketiga, penelitian Saleh, dkk (2021) berjudul "*Analisis Keterampilan Bermain Sepak Takraw Atlet Kabupaten Sigi*". Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) tidak terdapat nilai kategori sangat tinggi; (2) kategori tinggi sebanyak 5; (3) kategori sedang sebanyak 9; (4) kategori kurang sebanyak 4; (5) tidak terdapat nilai sangat kurang. Hasil nilai uji deskriptif didapatkan skor maksimal sebesar 79,30, dan skor minimal sebesar 36,81 dengan skor rata-rata 50 dan standar deviasi 10. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain sepak takraw Kabupaten Sigi masuk dalam kategori sedang.

Penelitian selanjutnya ditulis oleh Purwanto (2022) berjudul "*Analisis Keterampilan Bermain Sepak Takraw Atlet Kabupaten Toli-Toli*". Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa: (1) tidak terdapat nilai kategori sangat tinggi; (2) kategori tinggi sebanyak 5; (3) kategori sedang sebanyak 9; (4) kategori kurang sebanyak 4; (5) tidak terdapat nilai sangat kurang. Hasil nilai uji deskriptif didapatkan skor maksimal sebesar 79,30, dan skor minimal sebesar 36,81 dengan skor rata-rata 50 dan standar deviasi 10. Secara keseluruhan dapat disimpulkan bahwa keterampilan bermain sepak takraw Kabupaten Toli-toli masuk dalam kategori sedang.

## **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

### **3.1 Metode dan Jenis Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kualitatif. Menurut Sukmadinata (2019:44), metode kualitatif adalah penelitian untuk mendeskripsikan dan menganalisis tentang fenomena secara individual maupun kelompok. Metode kualitatif merupakan kumpulan metode untuk menganalisis dan memahami lebih dalam mengenai makna beberapa individu maupun kelompok dianggap sebagai masalah (Creswell, 2015:31).

Adapun jenis penelitian ini merupakan penelitian Survei. Menurut Tika (2016:9) “penelitian survei adalah suatu metode penelitian yang bertujuan untuk mengumpulkan sejumlah besar data berupa variabel, unit atau individu dalam waktu yang bersamaan, data dikumpulkan melalui individu atau sampel fisik tertentu dengan tujuan agar dapat menggeneralisasikan terhadap apa yang diteliti. Menurut Sugiyono (2019:6) “metode survei adalah metode yang digunakan untuk mendapatkan data dari tempat tertentu atau pelaksanaan penelitian, dengan suatu cara seperti menggunakan tes dan sebagainya”.

Penelitian ini bersifat deskriptif yang menurut Arikunto (2018: 3) adalah penelitian yang dimaksudkan untuk menyelidiki keadaan, kondisi atau hal lain-lain yang sudah disebutkan, yang hasilnya dipaparkan dalam bentuk laporan penelitian. Sukmadinata (2016: 72) juga menyebutkan penelitian deskriptif sebagai suatu bentuk penelitian yang ditujukan untuk mendeskripsikan fenomena-fenomena yang ada, baik

fenomena alamiah maupun fenomena buatan manusia. Penelitian ini bersifat deskriptif dikarenakan hanya ingin menggambarkan kemampuan atau tingkat keterampilan *Smash* Dikalangan Atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh pada saat penelitian berlangsung tanpa pengujian hipotesis.

### **3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian**

Penelitian ini berlokasi di lapangan Sepak Takraw PPLPD Aceh yang beralamat di Kota Banda Aceh. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Agustus 2023.

### **3.3 Populasi dan Sampel**

#### **3.3.1 Populasi**

Menurut Sugiyono (2019:12), “populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk mempelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.”. Populasi dalam penelitian ini ialah seluruh Atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh yang berjumlah 4 orang.

#### **3.2.2 Sampel**

Sampel merupakan bagian dari populasi yang memiliki ciri-ciri atau keadaan tertentu yang akan diteliti. Pengambilan sampel penting agar peneliti mudah dalam mendapatkan data saat melaksanakan penelitian. Menurut Bailey dalam Prasetyo (2017:62), “sampel ialah bagian dari populasi yang ingin diteliti. Artinya sampel harus dilihat sebagai suatu pendugaan terhadap populasi dan bukan populasi itu sendiri. Sampel juga diartikan sebagian dari objek yang akan diteliti yang dapat mewakili

seluruh populasi”. Adapun yang menjadi sampel dalam penelitian ini ialah Atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh yang berjumlah 4 orang.

### **3.4 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data**

#### 3.4.1 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan teknik tes pengukuran keterampilan *Smash* dikalangan atlet Sepak Takraw atlit PPLPD Aceh yang dikemukakan oleh Yusup (2001:75), yaitu:

- 1) Tujuan : mengukur keterampilan smash
- 2) Alat/fasilitas:
  - a) Lapangan bermain sepak takraw
  - b) Bola sepak takraw
  - c) Stop watch
- 3) Petugas pelaksana :
  - a) Penghitung waktu
  - b) Pencatat
  - c) Penghitung nilai.
- 4) Pelaksanaan Tes
  - a) Subjek mengambil tempat didepan net dan siap melakukan *smash*.
  - b) Bola dilambungkan kearah subjek berdasarkan keinginan yang dikendaki, biasanya tinggi 3 meter di udara di dekat net.
  - c) Subjek akan melompat dan melakukan smash melewati atas net dan bola mengarah kelapangan lawan.



Gambar 1. Gerakan awalan



Gambar 2. gerakan inti



Gambar 3. Gerakan lanjutan

Untuk menentukan kategori tingkat persentase penelitian ini digunakan kategori yang dikemukakan oleh Nurhasanah (2016) yakni sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kategori Skala Penilaian

No	Persentase%	Kategori
1	81 – 100	Sangat Baik
2	61 – 80	Baik
3	41 – 60	Cukup
4	21 – 40	Kurang
5	0 – 20	Sangat Kurang

Sumber: Nurhasanah (2016).

- d) Setiap subjek di beri 3 kali kesempatan dengan mengambil nilai tertinggi
- 5) Cara menskor
- a) Stop watch dijalankan pada waktu bola disentuh kaki subjek yang melakukan smash, dan dihentikan pada saat bola menyentuh lantai.
  - b) Skor diambil dari skor tehnik melakukan smash dan perkenaan terhadap bola.
  - c) Jika bola sasaran mengenai tepat pada kaki subjek maka skor yang dicatat adalah yang paling tinggi.
  - d) Skor keseluruhan di ambil dengan cara dijumlahkan skor sasaran bola dengan skor tinggi jangkauan maksimal ketika melakukan smash dari tiga kesempatan melakukan smash.

#### 3.4.2 Instrumen Penelitian

Adapun lembar instrument dalam penelitian ini terdiri dari lembar observasi/ pengamatan, lembar tes dan dokumentasi.

## 1. Observasi

Observasi merupakan teknik pengumpulan data, dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung ke objek penelitian untuk melihat dari dekat kegiatan yang dilakukan (Riduwan, 2004 : 104). Observasi (pengamatan) yang dimaksud di sini adalah “deskripsi secara sistematis tentang kejadian dan tingkah laku dalam setting sosial yang dipilih untuk diteliti. Pengamatan dapat bervariasi, mulai dari yang sangat terstruktur dengan catatan rinci mengenai tingkah laku sampai dengan deskripsi yang paling kabur tentang kejadian dan tingkah laku.

Observasi ini bertujuan untuk mendapatkan nilai proses, observasi berupa catatan lapangan untuk mendeskripsikan proses yang ada dilapangan ketika peneliti melakukan observasi. Catatan lapangan tersebut yang akan dijadikan pedoman peneliti untuk membuat menyusun suatu produk yang akan dikembangkan sesuai situasi dalam observasi yang dilakukan. Catatan lapangan berisikan dengan adanya masukan dan saran ahli materi yang bertujuan membantu peneliti dalam mengembangkan tes keterampilan *Smash* dikalangan atlet Sepak Takraw atlit PPLPD Aceh.

## 2. Angket Tabel Tes Keterampilan *Smash*

Pengumpulan data dalam penelitian pengembangan ini menggunakan tes pengukuran, yang selanjutnya pada halaman berikutnya disertai dengan hasil kemampuan. Tes bertujuan untuk memperoleh nilai hasil. Tes yang dilakukan peneliti adalah tes keterampilan *Smash* dikalangan atlet Sepak Takraw atlit PPLPD

Aceh. Tes ini digunakan dalam uji coba skala kecil dan besar untuk mendapatkan data yang akan digunakan dalam mengevaluasi pelaksanaan tes dan norma penilaian pada tes keterampilan *Smash* dikalangan atlet Sepak Takraw atlit PPLPD Aceh.

### 3. Dokumentasi

Sumber informasi dokumentasi memiliki peran penting dan perlu mendapat perhatian bagi para peneliti. Data ini memiliki objektivitas yang tinggi dalam memberikan informasi kepada para guru sebagai tim peneliti. Informasi dari sumber dokumen sekolah dapat dibedakan menjadi dua macam, yaitu dokumen resmi dan dokumen catatan pribadi (Sukardi, 2013:47). Adapun dokumen resmi yang penulis maksud dalam penelitian ini berupa profil PPLPD Aceh, dan foto-foto penelitian terkait keterampilan *Smash* Sepak Takraw atlit PPLPD Aceh.

### 3.5 Teknik Analisis Data

Untuk mengetahui nilai teknik dasar passing atas dan passing bawah pada klub kuning gading, maka digunakan rumus statistik. Adapun langkah-langkah dalam menganalisa data ialah sebagai berikut:

#### 3.5.1 Perhitungan nilai rata-rata (Mean)

Setelah data mentah dari hasil tes didapatkan, maka langkah awal ialah menghitung nilai rata-rata dari hasil perjumlahan seluruh nilai dibagi dengan jumlah sampel yang dijadikan subjek penelitian. Untuk menghitung nilai rata-rata masing-masing tes, maka digunakan rumus statistik yang dikemukakan oleh Sudjana (2012), yaitu sebagai berikut:

$$\bar{X} = \frac{\sum X}{N}$$

Keterangan:

$\bar{X}$  = Mean atau nilai rata-rata yang dicari

$\sum X$  = Jumlah score X

N = Jumlah sampel

### 3.5.2 Menghitung Distribusi Frekuensi

Metode pengolahan data yang digunakan adalah metode analisis statistik sederhana dengan perhitungan persentase yang disebut dengan distribusi frekuensi. Dengan rumus dari Hadi (2016 :229) yaitu :

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

Keterangan:

P= persentase

F= frekuensi

N= sampel

100%= bilangan tetap

Untuk menentukan kategori tingkat persentase penelitian ini digunakan kategori yang dikemukakan oleh Nurhasanah (2016) yakni sebagai berikut:

Tabel 3.1 Kategori Skala Penilaian

No	Persentase%	Kategori
1	81 – 100	Sangat Baik
2	61 – 80	Baik
3	41 – 60	Cukup
4	21 – 40	Kurang
5	0 – 20	Sangat Kurang

Sumber: Nurhasanah (2016).

## BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### 4.1 Hasil Penelitian

Data tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh diperoleh melalui pelaksanaan tes Smash. Adapun hasil tes tersebut dapat dilihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1 Nilai Tes *Smash*

No	Nama	LK/PR	Skor	Waktu	Kategori
1	Ridho	LK	4	6	Baik
2	Haikal	LK	3	7	Kurang
3	Arif	LK	3	7	Kurang
4	Raihan	LK	5	5	Baik Sekali
<b>Total</b>			15	25	<b>Baik</b>
<b>Rata-rata</b>			3,75	6,25	

Berdasarkan tabel di atas maka dapat diketahui nilai rata-rata keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh sebesar 3,75 tergolong baik dan jika dilihat dari segi waktu jatuhnya bola dalam melakukan Smash selama 6,25 detik. Selain dilakukan pengukuran terkait keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh, juga dilakukan pengamatan terhadap gerakan dalam melakukan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tersebut. Dari ke empat attel yang dijadikan sampel diperoleh keterangan sebagaimana terlihat pada tabel-tabel di bawah ini.

Tabel 4.2 Keterampilan Smash Atlet I (Ridho)

Nama Atlet	Aspek yang Diamati	Skor				
		5	4	3	2	1
Ridho	Pengambilan tempat untuk melakukan <i>smash</i>		✓			
	Teknik lompatan dalam melakukan smash		✓			
	Perkenaan terhadap bola			✓		
	Teknik melakukan smash			✓		
	Tinggi jangkauan tungkai terhadap bola			✓		
	Posisi bentuk badan saat melakukan smash			✓		
<b>Total Skor Perolehan</b>		<b>20</b>				
<b>Skor Maksimum</b>		<b>30</b>				
<b>Persentase</b>		<b>67%</b>				



Gambar 1.gerakan awalan smash Gambar 2.gerakan inti smash



Gambar 3.gerakan lanjutan smash

Berdasarkan tabel 4.2 dan gambar di atas atlet I dilihat dari keterampilan mengambil tempat untuk melakukan smash dan teknik lompatan sudah tergolong baik. Aspek kecepatan gerakan terhadap bola, teknik melakukan smash dan waktu tempuh bola masih kurang baik sedangkan posisi jatuhnya bola juga tergolong kurang baik. Jika dilihat dari tingkat persentasenya secara keseluruhan diperoleh 67% tergolong dalam kategori baik.

Tabel 4.3 Keterampilan Smash Atlet II (Haikal)

Nama Atlet	Aspek yang Diamati	Skor				
		5	4	3	2	1
Haikal	Pengambilan tempat untuk melakukan <i>smash</i>	✓				
	Teknik lompatan dalam melakukan smash		✓			
	Perkenaan terhadap bola			✓		
	Teknik melakukan smash		✓			
	Tinggi jangkauan tungkai terhadap bola	✓				
	Posisi bentuk badan saat melakukan smash		✓			
<b>Total Skor Perolehan</b>		<b>25</b>				
<b>Skor Maksimal</b>		<b>30</b>				
<b>Persentase</b>		<b>83%</b>				



Gambar 1.gerakan awalan smash

Gambar 2.gerakan inti smash



Gambar 3.gerakan lanjutan smash

Berdasarkan tabel 4.3 dan gambar di atas atlet II dilihat dari keterampilan mengambil tempat untuk melakukan smash sudah sangat baik, teknik lompatan sudah tergolong baik. Aspek kecepatan gerakan terhadap bola masih kurang baik, teknik melakukan smash sudah baik dan waktu tempuh bola sangat baik sedangkan posisi jatuhnya bola juga tergolong baik. Jika dilihat dari tingkat persentasenya secara keseluruhan diperoleh 83% tergolong dalam kategori sangat baik.

Tabel 4.4 Keterampilan Smash Atlet III (Arif)

Nama Atlet	Aspek yang Diamati	Skor				
		5	4	3	2	1
	Pengambilan tempat untuk melakukan <i>smash</i>			✓		

Arif	Teknik lompatan dalam melakukan smash		✓			
	Perkenaan terhadap bola			✓		
	Teknik melakukan smash			✓		
	Tinggi jangkauan tungkai terhadap bola			✓		
	Posisi bentuk badan saat melakukan smash			✓		
<b>Skor Perolehan</b>		<b>19</b>				
<b>Skor Maksimal</b>		<b>30</b>				
<b>Persentase</b>		<b>63%</b>				



Gambar 1.gerakan awalan smash

Gambar 2.gerakan inti smash



Gambar 3.gerakan lanjutan smash

Berdasarkan tabel 4.4 di atas atlet III dilihat dari keterampilan mengambil tempat untuk melakukan smash masih kurang baik, teknik lompatan sudah tergolong baik. Aspek kecepatan gerakan terhadap bola, teknik melakukan smash, waktu tempuh bola

masih dan posisi jatuhnya bola juga tergolong kurang baik. Jika dilihat dari tingkat persentasenya secara keseluruhan diperoleh 63% tergolong dalam kategori baik.

Tabel 4.5 Keterampilan Smash Atlet IV (Raihan)

Nama Atlet	Aspek yang Diamati	Skor				
		5	4	3	2	1
Raihan	Pengambilan tempat untuk melakukan <i>smash</i>	✓				
	Teknik lompatan dalam melakukan smash		✓			
	Perkenaan terhadap bola		✓			
	Teknik melakukan smash			✓		
	Tinggi jangkauan tungkai terhadap bola			✓		
	Posisi bentuk badan saat melakukan smash		✓			
<b>Skor Perolehan</b>		<b>23</b>				
<b>Skor Maksimal</b>		<b>30</b>				
<b>Persentase</b>		<b>77%</b>				



Gambar 1.gerakan awalan smash

Gambar 2.gerakan inti smash



Gambar 3.gerakan lanjutan smash

Berdasarkan tabel 4.5 di atas atlet IV dilihat dari keterampilan mengambil tempat untuk melakukan smash sudah sangat baik, teknik lompatan sudah tergolong baik dan kecepatan gerakan terhadap bola sudah baik. Sedangkan teknik melakukan smash dan waktu tempuh bola masih kurang baik, namun posisi jatuhnya bola juga tergolong baik. Jika dilihat dari tingkat persentasenya secara keseluruhan diperoleh 77% tergolong dalam kategori baik.

## **4.2 Analisis Data**

### **4.2.1 Menghitung Rata-rata**

Adapun berdasarkan nilai tes tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh, maka penulis menggunakan rumus perhitungan nilai rata-rata. Maka dapat dihitung nilai rata-rata menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\bar{x} = \frac{\sum x}{N}$$

$$\frac{15}{4}$$

$$3,75$$

Berdasarkan hasil perhitungan di atas, diperoleh nilai rata-rata tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh, sebesar 3,75 dan tergolong dalam kategori baik.

## **4.2.2 Menghitung Persentase**

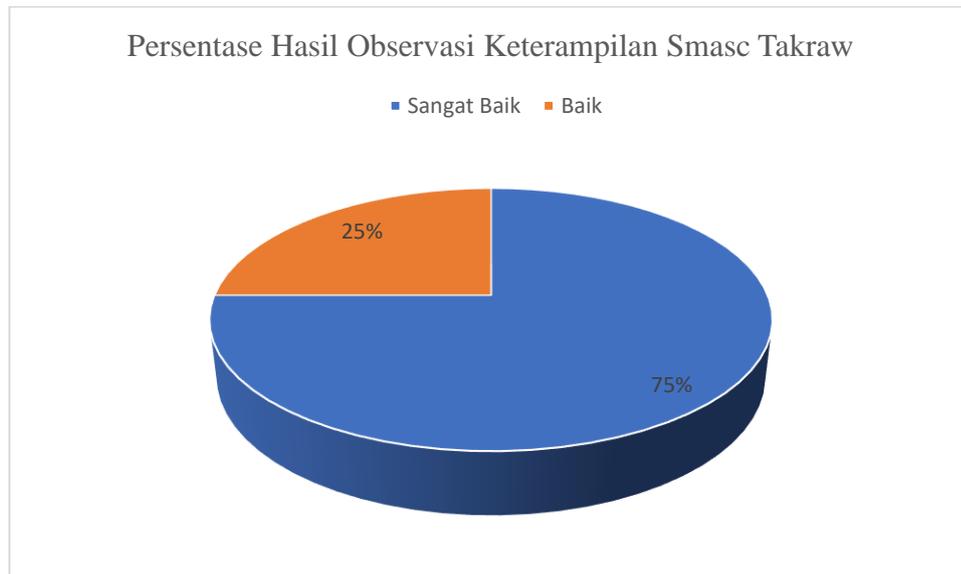
### **4.2.2.1 Persentase Hasil Observasi**

Jika dilihat dari persentase hasil observasi keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Sangat Baik} = \frac{1}{4} \times 100\% = 25\%$$

$$\text{Baik} = \frac{3}{4} \times 100\% = 75\%$$

Berdasarkan perhitungan hasil observasi keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh dapat gambarkan pada Gambar 4.1.



Gambar 4.1 di atas menunjukkan bahwa rata-rata tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tergolong baik. Dimana dari 100% atlet terdapat 25% tergolong kategori sangat baik dan 75% tergolong baik.

#### 4.2.2.2 Persentase Hasil Test

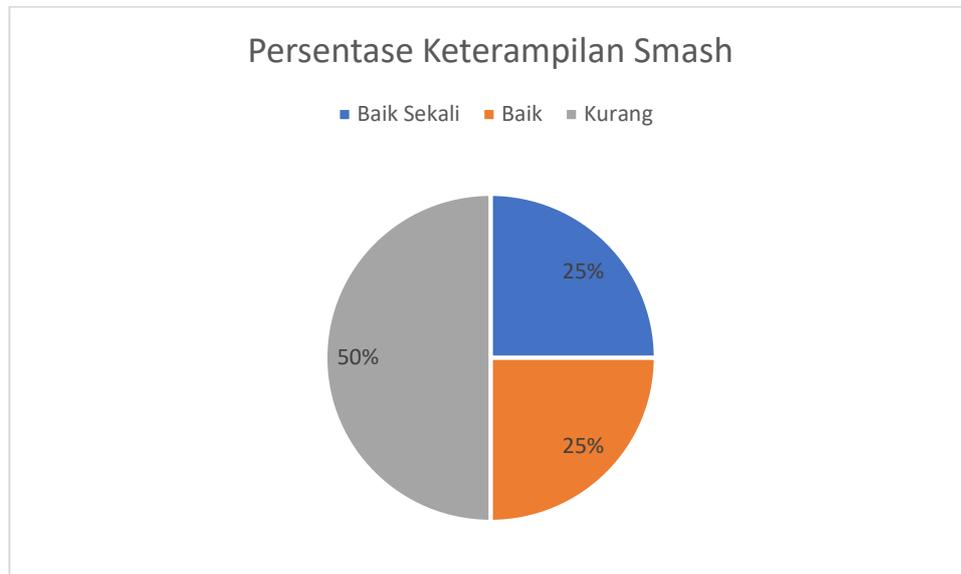
Jika dilihat dari persentase hasil test tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh dengan menggunakan rumus sebagai berikut:

$$\text{Baik Sekali} = \frac{1}{4} \times 100\% = 25\%$$

$$\text{Baik} = \frac{1}{4} \times 100\% = 25\%$$

$$\text{Kurang} = \frac{2}{4} \times 100\% = 50\%$$

Berdasarkan perhitungan tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh dapat digambarkan pada Gambar 4.1.



Gambar 4.1 di atas menunjukkan bahwa rata-rata tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tergolong baik. Dimana dari 100% atlet terdapat 50% tergolong kategori kurang baik, 25% tergolong baik dan 25% tergolong baik.

### 4.3 Pembahasan

Berdasarkan analisis penulis terhadap temuan penelitian di atas terkait hasil pengamatan dan tes keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh diperoleh rata-rata keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh sebesar 3,75 tergolong baik dan jika dilihat dari segi waktu jatuhnya bola dalam melakukan Smash selama 6,25 detik. Pengukuran terhadap Smash atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh, juga dilakukan pengamatan terhadap gerakan dalam melakukan Smash yang terdiri dari keterampilan mengambil tempat untuk melakukan smash dan teknik lompatan sudah tergolong baik. Aspek kecepatan gerakan terhadap

bola, teknik melakukan smash dan waktu tempuh bola masih kurang baik sedangkan posisi jatuhnya bola juga tergolong kurang baik.

Hasil pengamatan terhadap empat sampel penelitian ini diperoleh bahwa atlet 1 secara keseluruhan diperoleh 67% tergolong dalam kategori baik. Atlet II secara keseluruhan memperoleh 83% tergolong dalam kategori sangat baik. Atlet III secara keseluruhan diperoleh 63% tergolong dalam kategori baik. Begitu juga tingkat persentase yang diperoleh atlet IV secara keseluruhan diperoleh 77% tergolong dalam kategori baik. Jadi secara keseluruhan hasil observasi menunjukkan bahwa rata-rata tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tergolong baik. Dimana dari 100% atlet terdapat 25% tergolong kategori sangat baik dan 75% tergolong baik. Sedangkan rata-rata tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tergolong baik. Dimana dari 100% atlet terdapat 50% tergolong kategori kurang baik, 25% tergolong baik dan 25% tergolong baik.

Baiknya tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh disebabkan banyak faktor seperti aktif melakukan latihan, dukungan fisik dan lingkungan bermain. Hal ini senada dengan apa yang dinyatakan Lutan (2018 : 28) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi olahraga ialah faktor eksogen, seperti lingkungan fisik tempat berlatih, lingkungan keluarga yang membantu membangun ambisi. Dan faktor endogen yakni atribut yang melekat pada diri seseorang seperti struktur anatomi, kemampuan fungsi fisiologis dan sistem persyarafan, serta ciri – ciri kepribadian yang bersangkutan.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan Smash dikalangan atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tergolong baik dengan nilai rata-rata 3,75 dengan tingkat persentase dari 4 (100%) atlet yang dijadikan sampel terdapat 1 (25%) atlet tergolong kategori sangat baik, 1 (25%) tergolong baik dan 2 (50%) tergolong kurang baik

#### **B. Saran**

Sesuai dengan data hasil penelitian dan simpulan yang telah diuraikan diatas, maka diajukan saran sebagai berikut:

1. Kepada pelatih, agar terus meningkatkan latihan bagi atlet Sepak Takraw Atlit PPLPD Aceh tidak hanya pada aspek keterampilan Smash melainkan aspek lainnya.
2. Bagi atlet, agat terus giat dalam berlatih sehingga dapat membawa PPLPD Aceh ke ranah nasional dan internasional.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anwar,dkk. (2019). *Mari Bermain Sepak Takraw*. Jakarta: PB. Persetasi.
- Ardianto, Elvinaro. 2018. *Metode Penelitian untuk Public Relations. Kuantitatif dan Kualitatif*. Bandung: Simbiosis Rekatama
- Arfan dan Asmi (2019) “*Tinjauan Kemampuan Smash Kedeng Atlet Sepaktakraw Club Cassanova Kabupaten Tanah Datar*.”
- Arfan dan Asmi, 2019. Tinjauan Kemampuan Smash Kedeng Atlet Sepaktakraw Club Cassanova Kabupaten Tanah Datar. *Jurnal Pendidikan dan Olahraga* Vol 2 No 2.
- Arikunto. 2018. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Darwis dan Basa. 2012. *Olahraga Pilihan Sepak Takraw*. Padang: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Hadi, Sutrisno. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif Kualitatif dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Hanif. (2015). *Sepak Takraw Untuk Pelajar*. Jakarta: Kharisma. Putra Utama Offset
- Hasan. 2013. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (edisi Ketiga). Jakarta: Balai. Pustaka.
- Huda, Richy Nuur. 2015. “*Pengaruh Latihan Bola Gantung Bisa Lepas Terhadap Kemampuan Smash Kedeng Pada Mahasiswa UKM Sepaktakraw Universitas Negeri Yogyakarta*”. Skripsi. Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.
- Ma'mun dan Yudha. (2015). *Perkembangan Gerak dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Mustafa. 2020. *Keterampilan Motorik Pada Pendidikan Jasmani Meningkatkan Pembelajaran Gerak Seumur Hidup*. *Jurnal Sporta Sainatika* Vol 5 No 2.
- Prasetiawati, H. E. (2015). *Pengaruh Media Audio Visual Terhadap Penguasaan Teknik Smash Kedeng (Studi Pada Ekstrakurikuler Sepak Takraw Smp Negeri 2 Gedeg Kabupaten Mojokerto)*. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 3(1). <http://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/13501>

- Prasetyo, dkk, 2014. Pelaksanaan Program Usaha Kesehatan Sekolah Dalam Upaya Meningkatkan Derajat Kesehatan Pada Anak Usia Sekolah Dasar Di Lombok Timur. *Jurnal Kedokteran Yarsi Volume 2 Nomor 22*. Malang:
- Prawirasaputra. 2015. *Sepak Takraw*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah Bagian Proyek Penataran Guru SLTP setara D-III, Jakarta
- Purwanto (2022) berjudul “Analisis Keterampilan Bermain Sepak Takraw Atlet Kabupaten Toli-Toli”.
- Purwanto, . (2022) *Pengembangan Model Latihan Teknik Bertahan Sepak Takraw Berbasis Resistance Belt Pada Pplop Jawa Tengah*. Sarjana Thesis, Universitas Negeri Jakarta.
- Rivan, dkk (2022) berjudul “Analisis Gerak Smash Kedeng Pada Atlet Putra Sepak Takraw Club Psti Kabupaten Demak Tahun 2021.
- Saleh, dkk (2021) berjudul “Analisis Keterampilan Bermain Sepak Takraw Atlet Kabupaten Sigi
- Semarayasa, I, K. 2014. *Pengaruh Strategi Pembelajaran dan Kemampuan Gerak Dasar Motor Ablity terhadap Kemampuan Smash Silang pada Permainan Sepak Takraw Mahasiswa Penjaskesrek FOK UNDIKSHA*. Jurnal Pendidikan Indonesia 3(1)
- Soemarjadi, dkk.(2015). *Pendidikan Keterampilan*. Jakarta: Depdikbud.
- Sudjana, Nana. 2012. *Penelitian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Remaja Rosda Karya.
- Sudrajat. (2016). *Sepak Takraw*. Jakarta: DepDikBud.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhud, M. (2019). *Sepaktakraw*. Jakarta: PB.PERSETASI.
- Sukardi. (2013). *Metode Penelitian Pendidikan Kompetensi dan Praktiknya*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sukmadinata. 2016. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Sulaiman. 2014. *Sepak Takraw*. Semarang. Unnes Press.

Tika. (2016). *Management Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta : Penerbit Andi.

Wahyudi, U. (2016). *Pengembangan Model Latihan Kombinasi Dribbling, Passing Dan Shooting Peserta Ekstrakurikuler Bolabasket Di Smp Negeri 2 Kota Malang*. Jurnal Pendidikan Jasmani, 26, 351–364.

Wijaya, (2022). *Kemampuan Sepak Sila dalam Sepak Takraw pada Siswa Kelas X MIPA-4*

Yuliana, (2020). *Pengaruh Latihan Smash Bola Gantung Terhadap Kemampuan. Smash Kedeng Atlet Sepak Takraw Putri SMAN 8 Kabupaten Bungo*: Skripsi

Yusuf,dkk .(2014). *Sepaktakraw*. Jakarta: PB. PERSETASI

## LAMPIRAN









**KEPUTUSAN  
DEKAN FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
NOMOR: 3649/131013/F1/SK/I/2023**

**Tentang**

**PENUNJUKAN DOSEN PEMBIMBING SKRIPSI**

- Menimbang** : a. Bahwa untuk kelancaran penulisan skripsi bagi mahasiswa, perlu diberikan secara kontinue dan intensif.  
b. Bahwa untuk keperluan tersebut perlu ditunjuk Dosen Pembimbing Skripsi dan ditetapkan dengan surat keputusan.
- Mengingat** : a. Surat Edaran Dikti No. 298/D/T/1986, tanggal 10 Februari 1986 tentang proses dan bimbingan Skripsi/Karya Tulis Akhir Mahasiswa.  
b. Rapat standar bimbingan Skripsi Universitas Bina Bangsa Getsempena Tanggal 19 April 2021.  
c. Buku Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah Program Pendidikan Sarjana (S-1) pada Universitas Bina Bangsa Getsempena tahun 2010.  
d. Hasil Seminar Proposal Skripsi tanggal 26 October 2023 pada Program Studi S1 Pendidikan Jasmani

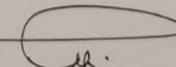
**MEMUTUSKAN**

- Menetapkan** :  
**Pertama** : Menunjuk Saudara/i :
- |                           |                       |
|---------------------------|-----------------------|
| <b>Dr. Syarfuni, M.Pd</b> | Sebagai Pembimbing I  |
| <b>Irwandi, M.Pd</b>      | Sebagai Pembimbing II |

**Untuk membimbing skripsi mahasiswa**

- |                      |  |
|----------------------|--|
| <b>Nama/NIM</b>      | : <b>Suwandi Nova / 1911040024</b>                                 |
| <b>Program Studi</b> | : <b>S1 Pendidikan Jasmani</b>                                     |
| <b>Judul Skripsi</b> | : <b>Analisis Keterampilan Smash Sepak Takraw Altel PPLPP Aceh</b> |
- Kedua** : Dengan Ketentuan:
- Bimbingan harus dilaksanakan dengan kontinue dan penuh rasa tanggung jawab dan harus sudah selesai selambat-lambatnya 6 Bulan terhitung sejak Surat Keputusan ini dikeluarkan.
  - Surat Keputusan ini mulai berlaku sejak tanggal ditetapkan.
  - Surat Keputusan ini akan diperbaiki kembali sebagaimana mestinya, jika dalam penetapan ini terdapat kekeliruan.

Ditetapkan di : Banda Aceh  
Pada Tanggal : Rabu, 01 November 2023  
Plt. Dekan FKIP,

  
**Dr. Rita Novita, M.Pd**  
NIDN: 0101118701

**TEMBUSAN:**

- Ketua Program Studi
- Yang bersangkutan
- Arsip



UNIVERSITAS BINA BANGSA GETSEMPENA  
FAKULTAS KEGURUAN DAN  
ILMU PENDIDIKAN

Jl. Tanggul Krueng Lamnyong No. 34 Rukoh, Banda Aceh 23112 Indonesia | fkip.ac.id | fkip@bbg.ac.id | +62 823-2121-1883



Nomor : 3923 /131013/FI/KM/X/2023  
Lampiran : -  
Hal : *Izin Melaksanakan Penelitian Skripsi*

Kepada Yth,  
Kepala Dispora Prov. Aceh  
Di\_  
Tempat

Dengan hormat,

Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP) mengharapkan bantuan Bapak/Ibu agar sudi kiranya memberi izin kepada yang namanya tersebut di bawah ini :

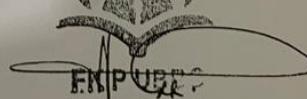
Nama : **Suwandi Nova**  
NIM : **1911040024**  
Program Studi : **S1 Pendidikan Jasmani**

Untuk mengumpulkan data-data di Atlet PPLPD Aceh dalam rangka penyusunan skripsi yang berjudul :

*“Analisis Keterampilan SMASH Sepak Takraw Atlet PPLPD Aceh”.*

Atas pemberian izin dan bantuan Bapak/Ibu kami ucapkan terimakasih.

Banda Aceh, 14 Nopember 2023  
Plt. Dekan FKIP



**Dr. Rita Novita, M.Pd**  
NIDN: 1312049101



PEMERINTAH ACEH  
**DINAS PEMUDA DAN OLAAHRAGA**

Jalan Gurami No. 18 Lampriet, Banda Aceh 23126  
Telepon (0651) 7555150, Faksimile (0651) 7555088  
Pos-el : [dispورا@acehprov.go.id](mailto:dispورا@acehprov.go.id), Laman : [dispورا.acehprov.go.id](http://dispورا.acehprov.go.id)

Banda Aceh, 19 Desember 2023

Nomor : 070/3542  
Lampiran : -  
Sifat : Biasa  
Hal : *Izin Melaksanakan Penelitian Skripsi*

Yang Terhormat :  
Plt. Dekan FKIP Universitas  
Bina Bangsa Getsempena

di -  
Tempat

1. Sehubungan dengan surat Saudara Nomor : 3923/131013/FI/KM/X/2023 tanggal 14 November 2023 tentang hal tersebut diatas, bersama ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami tidak keberatan serta mendukung nama dibawah ini untuk melakukan penelitian dalam rangka Penulisan Skripsi yang berjudul “ Analisis Keterampilan SMASH Sepak Takraw Atlet PPLPD Aceh ”. Penelitian tersebut dapat dilakukan di Kantor Dinas Pemuda dan Olahraga Aceh atau Stadion Harapan Bangsa sesuai dengan kebutuhan yang bersangkutan :

NO	NAMA MAHASIWA	NPM	Program Studi
1.	Suwandi Nova	1911040024	S1 Pendidikan Jasmani

2. Demikian untuk dipergunakan seperlunya dan terima kasih.

PEMERINTAH ACEH  
DINAS PEMUDA DAN OLAAHRAGA  
  
T. BANTA NUZULLAH, S.Pd  
PEMBINA Tk. I  
NIP. 19770901 200312 1 002