

## SEPAK TAKRAW: HOW ABILITY OF STATE ELEMENTARY STUDENTS IN THE COVID-19 PANDEMIC?

Putri Prastiwi Wulandari<sup>1\*</sup>, Farid Imam Nurhadi<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Sekolah Dasar, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.

<sup>2</sup>Ilmu Keolahragaan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Colombo No. 1, Karangmalang, Depok, Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta, Indonesia.

Corresponden Author: [putriprastiwi@uny.ac.id](mailto:putriprastiwi@uny.ac.id)

### Abstract

*The problem that occurs in public elementary schools throughout the Gamping District of Yogyakarta in the sport of sepak takraw is that some students are not yet skilled at soccer, soccer, horse soccer, heading, and smash. This research is descriptive quantitative with a survey method. The subjects in the study were all participants of the sepak takraw extracurricular at State Elementary Schools in Gamping District, totaling 22 students who were determined by purposive sampling. This research instrument uses the basic skills test method for playing sepak takraw consisting of soccer, soccer, horse, heading, and smash tests. The analysis technique here is in the form of a percentage of the skills of playing sepak takraw in SD Negeri in Gamping District, Yogyakarta with the results of "very poor" 0% (0 students), "less" 40.91% (9 students), "moderate" 31.82% (7 students), "high" 18.18% (4 students), and "very high" 9.09% (2 students). With an average value of 49.99 with the results of the skills of playing sepak takraw at State Elementary Schools throughout the Gamping District of Yogyakarta in the "medium" category.*

**Keywords:** skills, sepak takraw, extracurricular

## SEPAK TAKRAW: BAGAIMANA KEMAMPUAN SISWA SEKOLAH DASAR NEGERI PADA SAAT PANDEMI COVID-19?

### Abstrak

Permasalahan yang terjadi di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta pada olahraga sepak takraw adalah sebagian siswa ada yang belum terampil melakukan sepakmula, sepaksila, sepakkuda, heading, dan smash. Penelitian ini deskriptif kuantitatif dengan metode survei. Subjek dalam penelitian adalah seluruh peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping, berjumlah 22 siswa yang ditentukan dengan *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini menggunakan metode tes keterampilan dasar bermain Sepak takraw terdiri dari: tes sepakmula, sepaksila, sepakkuda, heading dan smash. Teknik analisis disini berbentuk presentase keterampilan bermain Sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dengan hasil "sangat kurang" 0% (0 siswa), "kurang" 40,91% (9 siswa), "sedang" 31,82% (7 siswa), "tinggi" 18,18% (4 siswa), dan "sangat tinggi" 9,09% (2 siswa). Dengan nilai rata-rata 49,99 dengan hasil keterampilan bermain Sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori "sedang".

**Kata kunci :** keterampilan, Sepak takraw, ekstrakurikuler

### PENDAHULUAN

Saat ini pembelajaran ekstrakurikuler dilakukan mandiri dan bisa dilakukan secara tatap muka dengan adanya batasan dari siswa tetapi harus mematuhi protokol kesehatan, setiap individu juga harus memiliki imun tubuh yang kuat guna menangkal virus corona dalam melakukan kegiatan ekstrakurikuler tersebut disamping meningkatkan prestasi dan juga

meningkatkan kesehatan tubuh (T. Kurniawan et al., 2021). Pandemi virus corona (Covid19) telah berdampak besar pada kehidupan masyarakat di dunia modern. Indonesia sendiri menetapkan kebijakan yang berlaku di setiap daerah. Kebijakan ini telah membawa perubahan yang signifikan, misalnya di bidang ekonomi, di bidang kesehatan dan di bidang pendidikan. Di bidang pendidikan, pemerintah bekerja sama melalui Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan (Kemendikbud) agar entitas pendidikan seperti guru dan siswa dapat menyelenggarakan proses belajar mengajar, meskipun dengan cara yang berbeda. Sebelum pandemi covid-19 menyebar, siswa melakukan ekstrakurikuler secara rutin 3x dalam 1 minggu, tetapi pada saat ini terpaksa melakukan latihan 1x dalam seminggu. Pelaksanaan ekstrakurikuler di sekolah, siswa diarahkan untuk memilih macam-macam ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah sesuai dengan minat, bakat, dan keterampilan siswa (Prayoga, 2021). Kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan oleh sekolah diharapkan dapat melahirkan bibit-bibit olahragawan yang nantinya dapat dibina untuk berprestasi di tingkat regional, nasional, maupun internasional (Prayitno & Winarno, 2021); (Wahyuntoro & Rismayanthi, 2019).

Seluruh SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta menyelenggarakan berbagai macam kegiatan ekstrakurikuler yang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani siswa dan meningkatkan keterampilan siswa, diantaranya: usaha kesehatan sekolah, olahraga, kepramukaan, dan Palang Merah Remaja, salah satu kategori ekstrakurikuler adalah sepak takraw. Dasar permainan sepak takraw adalah olahraga permainan tradisional Indonesia dimainkan oleh 6-7 orang secara melingkar (Padli et al., 2019); (Irawan et al., 2021). Sepak takraw merupakan suatu permainan yang dilakukan di atas lapangan empat persegi panjang, rata, baik di tempat terbuka maupun tertutup (Muhyi et al., 2021); (Musa et al., 2020). Artinya dasar dari sepak takraw merupakan perpaduan antara sepakbola dan voli yang dimodifikasi agar munculnya inovasi olahraga rekreasi yang sekrang sudah menjadi Internasional.

Sepak takraw merupakan salah satu kegiatan ekstrakurikuler yang berjalan cukup baik dimana terlihat antusias siswa mengikuti olahraga tersebut yang cukup digemari (Erland et al., 2018); (Maselena et al., 2016); (Hariyanto et al., 2021). Kemudian, sepak takraw juga merupakan olahraga yang penuh dengan tantangan dimana pemain harus bisa melakukan gerakan split, salto bahkan menggulingkan badannya yang bisa membuat cedera tetapi memang seperti itulah permainan sepak takraw (Qoryatiningtyas et al., 2017); (Aryanti et al., 2022). kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw yang ada di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta tersebut juga telah menciptakan pemain yang mempunyai keterampilan dan prestasi yang baik, tetapi akhir-akhir ini diamati dari tahun 2017-2020 mengalami penurunan. Selama ini setiap ada pertandingan sepak takraw, guru atau pelatih dalam menyeleksi pemain hanya berdasarkan fisik dan sikap pemain saja tidak berdasarkan keterampilan individu dalam bermain sepak takraw. Seharusnya perbaikan sistem dalam latihan dan proses perekrutan anak yang mengikuti lomba harus dilaksanakan dengan baik, sehingga pada perlombaan berikutnya dapat menjuarai dan melanjutkan perlombaan ditingkat lanjut (Siswanto et al., 2017); (Maselena & Hasan, 2011).

Berdasarkan pengamatan pada bulan Desember 2020 dari keseluruhan SD Negeri yang ada di kecamatan gamping kegiatan ekstrakurikuler yang dilaksanakan itu hanya dengan memberikan materi keterampilan dan berbagai macam teknik bermain sepak takraw saja. Seharusnya berbagai variasi latihan keterampilan sepak takraw dengan metode bermain diberikan supaya menghindari rasa jenuh para siswa, sehingga tercipta suasana yang menyenangkan yang menyebabkan para siswa memiliki semangat yang tinggi untuk terus berlatih. Kemudian dilanjutkan dengan evaluasi yang perlu dilakukan oleh pembina atau pelatih untuk menentukan pemain sepak takraw yang dianggap siap untuk mengikuti kompetisi, akan tetapi pada kenyataannya hal tersebut belum dilaksanakan. Pemilihan dan penentuan hanya dilakukan dengan pengamatan secara langsung. Pemilihan tersebut terkesan sangat subjektif, sehingga tidak dapat dipertanggung jawabkan keterampilan dalam bermain

sepak takraw. Padahal untuk dapat bermain sepak takraw dengan baik dan benar, siswa harus menguasai keterampilan dasar bermain sepak takraw yang terdiri dari: sepak mula, sepak sila, sepak kuda, heading, dan smash. Namun para pelatih tidak menyeleksi dengan mengacu pada tehnik-tehnik tersebut sehingga berdampak saat ikut pertandingan siswa bermain kurang maksimal.

Keterampilan dasar dalam bermain sepak takraw mempunyai peranan yang sangat penting, hal ini disebabkan karena untuk menjaga kualitas permainan dalam mengembangkan prestasi pemain (Putra et al., 2020). Selain itu berdasarkan penelitian (Susana, 2013; 22); (Panuntun & Raharjo, 2015; 14); (Prayitno & Winarno, 2021; 7); (Mashud & Abdillah, 2021; 12); (Ray et al., 2021; 10) penguasaan tehnik dasar merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu tim dalam suatu pertandingan disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Oleh karena dalam penelitian ini didapat permasalahan yang berbunyi seberapa tinggi tingkat keterampilan tehnik dasar bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif digunakan untuk menjawab dan memecahkan masalah yang dihadapi saat dilakukannya penelitian, penelitian ini dilakukan di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta pada bulan Januari 2021. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta sebanyak 80 siswa yang terdiri dari 19 SD Negeri yang ada di Kecamatan Gamping, kemudian sampel disini ditentukan menggunakan *purposive sampling* harapanya sampel yang digunakan dapat memberikan hasil penelitian lebih objektif, adapun kriteria yang ditentukan yaitu merupakan siswa yang pernah mengikuti POPDA/elit, berjenis kelamin laki-laki, dengan jumlah 22 pemain. Instrumen penelitian ini mengacu pada penelitian (Nugroho, 2012); (Heriansyah & Suhartiwi, 2021) untuk mengetahui analisis tingkat keterampilan khususnya dicabang olahraga sepak takraw. Data penelitian diambil dengan melakukan test melalui gerakan sepakmula yang dilakukan secara mandiri didampingi orang tua agar terbukti jujur, sepaksila, sepakkuda, heading, dan smash. Adapun yang dimodifikasi adalah sebagai berikut: (1) Tinggi net dari 1,55 meter namun diganti menjadi 1,35 meter. (2) Sepaksila, sepakkuda, dan heading di dalam lingkaran lebar jari-jari 2 meter dengan tes validitas dan reliabilitas:

Tabel 1. Validitas dan Reliabilitas Tes Sepak takraw Modifikasi

No	Keterampilan	Validitas	Reliabilitas
1	Sepakmula	0,890	1,00
2	Sepaksila	0,889	0,733
3	Sepakkuda	0,906	0,776
4	Heading	0,930	0,744
5	Smash	0,923	0,807

Hasil kasar masing-masing item tersebut dirubah dalam T-score. Berikut ini rumus untuk mencari T-score:

$$T \text{ Skor} = 50 + \left( \frac{x - \bar{x}}{SD} \right) \cdot 10$$

Hasil T skor menjadi dasar untuk menentukan klasifikasi. Untuk mengetahui batas nilai T skor tiap masing-masing kategori yaitu menggunakan skor baku (T skor). Dengan norma penelitian:

Tabel 2. Norma Penilaian Keterampilan Sepak Takraw

No.	Rentangan Norma	Kategori
1	$M + 1,5 SD < X$	Sangat Tinggi
2	$M + 0,5 SD < X \leq M + 1,5 SD$	Tinggi
3	$M - 0,5 SD < X \leq M + 0,5 SD$	Sedang
4	$M - 1,5 SD < X \leq M - 0,5 SD$	Kurang
5	$X \leq M - 1,5 SD$	Sangat Kurang

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Data penelitian diperoleh dari perhitungan skor yang didapat melalui tes keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri 2 Gebangsari Kecamatan Klirong Kabupaten Kebumen. Tes hasil keterampilan sepak takraw terdiri atas tes: (1) sepakmula; (2) sepaksila; (3) sepakkuda; (4) *smash*; (5) *heading*. Sebelum masuk dalam analisis data disini data terlebih dahulu dikonversikan ke dalam T-Score untuk menyetarakan data karena adanya perbedaan satuan hasil pengukuran.

Tabel 3. Deskriptif Statistik Keseluruhan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	63,35 <	Sangat Tinggi	2	9,09%
2	54,45 - 63,34	Tinggi	4	18,18%
3	45,56 - 54,44	Sedang	7	31,82%
4	36,66 - 45,55	Kurang	9	40,91%
5	$\leq 36,65$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 40,91% (9 siswa), “sedang” sebesar 31,82% (7 siswa), “tinggi” sebesar 18,18% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 9,09% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 49,99 tingkat keterampilan bermain sepak takraw peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

Tabel 4. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepakmula

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	31,65 <	Sangat Tinggi	2	9,09%
2	23,71 - 31,64	Tinggi	3	13,64%
3	15,77 - 23,70	Sedang	10	45,45%
4	7,83 - 15,76	Kurang	7	31,82%
5	$\leq 7,82$	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepakmula di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 31,82% (7 siswa), “sedang” sebesar 45,45% (10 siswa), “tinggi” sebesar 13,64% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 9,09% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 19,73 tingkat keterampilan sepakmula peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

Tabel 5. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepaksila

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	25,14 <	Sangat Tinggi	1	4,55%
2	17,81 - 25,13	Tinggi	6	27,27%
3	10,48 - 17,80	Sedang	6	27,27%
4	3,15 - 10,47	Kurang	9	40,91%
5	≤ 3,14	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa tingkat keterampilan sepaksila di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 40,91% (9 siswa), “sedang” sebesar 27,27% (6 siswa), “tinggi” sebesar 27,27% (6 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 4,55% (1 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 14,14 tingkat keterampilan sepaksila peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

Tabel 6. Deskriptif Statistik Keterampilan Sepakkuda

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	42,40 <	Sangat Tinggi	3	13,64%
2	27,66 - 42,39	Tinggi	3	13,64%
3	12,91 - 27,65	Sedang	6	27,27%
4	1,86 - 12,90	Kurang	10	45,45%
5	≤ 1,85	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan sepakkuda di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 45,45% (10 siswa), “sedang” sebesar 27,27% (6 siswa), “tinggi” sebesar 13,64% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 13,64% (3 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 20,27 tingkat keterampilan sepakkuda peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

Tabel 7. Deskriptif Statistik Keterampilan Heading

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	34,46 <	Sangat Tinggi	2	9,09%
2	23,04 - 34,45	Tinggi	4	18,18%
3	11,62 - 23,03	Sedang	7	31,82%
4	0,19 - 11,61	Kurang	9	40,91%
5	≤ 0,18	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 40,91% (9 siswa), “sedang” sebesar 31,82% (7 siswa), “tinggi” sebesar 18,18% (4 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 9,09% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 17,32 tingkat keterampilan *heading* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

Tabel 8. Deskriptif Statistik Keterampilan Smash

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	21,45 <	Sangat Tinggi	2	9,09%
2	16,46 - 21,44	Tinggi	3	13,64%
3	11,47 - 16,45	Sedang	8	36,36%
4	6,48 - 11,46	Kurang	9	40,91%
5	≤ 6,47	Sangat Kurang	0	0%
Jumlah			22	100%

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 0% (0 siswa), “kurang” sebesar 40,91% (9 siswa), “sedang” sebesar 36,36% (8 siswa), “tinggi” sebesar 18,18% (3 siswa), dan “sangat tinggi” sebesar 9,09% (2 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 13,95 tingkat keterampilan *smash* peserta ekstrakurikuler sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta dalam kategori “sedang”.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bermain sepak takraw di SD Negeri se Kecamatan Gamping Yogyakarta pada teknik sepakmuda, sepakgasing, sepakbola, heading, dan smash dalam penelitian ada 9 pemain mempunyai tingkat keterampilan yang kurang dengan nilai 40,91%, kategori sedang sebanyak 7 siswa sebesar 31,82%. Siswa yang dapat predikat layak ada 6 siswa dengan kategori tinggi 18,18% dan sangat tinggi 9,09%.

Kategori sedang merupakan hasil sebagian besar yang diterima oleh siswa yang melaksanakan ekstrakurikuler bermain sepak takraw. Hasil tersebut dapat dikarenakan beberapa faktor antara lain: (1) kurang memadainya sarana dan prasarana yang ada; (2) jadwal ekstrakurikuler yang diadakan sore hari sedangkan pada pagi harinya siswa juga melaksanakan kegiatan pembelajaran, sehingga mengalami kelelahan; (3) kurang adanya dukungan dari pihak lain yang terkait dengan ekstrakurikuler sepak takraw dan (4) kurangnya variasi latihan yang menyebabkan siswa bosan dalam melakukan latihan. Hal ini perlu menjadi perhatian dan tindak lanjut, sehingga siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat meraih prestasi yang membanggakan (Prayitno & Winarno, 2021); (Mashud & Abdillah, 2021); (Arimbawa et al., 2022); (Muhyi et al., 2021); (Mubin et al., 2015). Artinya dari penelitian ini jika melihat kriteria yang diutarakan pendukung diatas bahwa ada sebanyak 6 siswa yang layak untuk mengikuti perlombaan dengan 2 di antaranya sangat layak untuk mengikuti karena memiliki skor tertinggi diantara skor yang lainnya, dan terdapat 7 siswa atau sebesar 31,82% yang mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw yang mempunyai predikat sedang atau bahkan kurang. Siswa tersebut harus dilatih lebih keras lagi, sehingga dapat bermain sepak takraw dengan baik (Muhyi et al., 2021). Oleh karena itu disini mengindikasikan bahwa siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tersebut harus berlatih secara terus-menerus dengan teknik yang tepat agar dapat meningkatkan teknik dan mental dalam bermain.

Dalam melaksanakan ekstrakurikuler, Diperlukan strategi pengajaran yang bertujuan agar pembelajaran lebih menarik dan membuat siswa senang untuk melakukan gerak. Ekstrakurikuler yang membosankan pada siswa sekolah dasar akan menyebabkan menurunnya motivasi untuk terlibat dalam keaktifan latihan (Khoiruzi, 2022); (Pratama & Sulendro, 2022); (Gani, 2018); (Aji, 2021); (Zarei & Ramkissoon, 2021). Strategi pembelajaran yang menarik agar siswa termotivasi untuk bergerak salah satunya adalah melalui pendekatan bermain (Susana, 2013); (Panuntun & Raharjo, 2015); (Hasanah & Rustriadi, 2021); (Semarayasa, 2016); (Hasanuddin et al., 2015). Artinya dengan pembelajaran yang bervariasi salah satunya dengan permainan merupakan salah satu model pembelajaran yang dapat menunjang

pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal supaya menarik, aktif, senang dan berprestasi.

Dari lima teknik keterampilan sepak takraw yang dilakukan ada nilai teknik tertentu yang lebih menonjol dibanding teknik yang lain. Siswa lebih menguasai teknik sepakkuda dengan nilai rata-rata 20,27, dilanjutkan teknik sepakmula sebesar 19,73, teknik heading sebesar 17,32, dilanjutkan sepaksila sebesar 14,14, dan yang terkecil pada teknik smash sebesar 15,03. Didukung dengan penelitian (Kurniawan & Firdaus, 2020: 15); (Muazu Musa et al., 2020); (Aryanti et al., 2021); (Maseleno & Hasan, 2012); (Maseleno & Hasan, 2013) teknik-teknik dasar ini bisa untuk menentukan siswa yang akan diikutkan dalam perlombaan atau tim inti sepak takraw. Senada dengan penelitian (Wahyudi et al., 2018); (Padli et al., 2019); (Erland et al., 2018) penentuan siswa dapat dilakukan dengan skor yang diperoleh siswa tersebut dengan lima tehnik tersebut memang sangat jarang diketahui dan sesungguhnya sangat bisa dikuasai siswa dengan baik agar suatu saat nanti jika sudah masuk ke tingkat yang lebih profesional siswa tidak merasa keberatan menerima pembelajaran dan bisa mengikuti. Artinya hasil penelitian yang dilakukan bahwa latihan dasar tersebut dapat dijadikan sebuah acuan bagi guru untuk menyeleksi siswa yang lolos dan tidak lolos. Meskipun penelitian ini dilakukan dengan sebaik-baiknya tetapi mengalami beberapa kendala salah satunya dilakukan mandiri dan tidak dapat diamati secara langsung.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa siswa yang mengikuti ekstrakurikuler rata-rata memiliki tehnik dasar sepak takraw dalam kategori sedang. Hal ini perlu menjadi perhatian dan tindak lanjuti, sehingga siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler dapat meraih prestasi yang meningkat karena tehnik dasar merupakan ketrampilan yang sangat penting dimana jika siswa tidak memiliki tehnik dasar yang baik akan sulit menerima pelatihan yang lebih dalam dimasa depan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aji, T. (2021). Development Of Game Model Number Five Event In Sepak takraw Branch In Central Java Players. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(6), 5262–5271.
- Arimbawa, K. A. P., Sudiana, I. K., & Sudarmada, I. N. (2022). Motivasi Siswa Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli di SMPN se-Kecamatan Selemadeg Timur Kabupaten Tabanan. *Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan Undiksha*, 9(3), 90–98.
- Aryanti, S., Nurrizalia, M., Setiyo, E., Helmi, H., & Azhar, S. (2022). Powtoon-Based Learning Videos to Improve Learning Outcomes at Background Services in Elementary School Students. *Halaman Olahraga Nusantara (Jurnal Ilmu Keolahragaan)*, 5(1), 217–226.
- Aryanti, S., Victorian, A. R., & Bayu, W. I. (2021). Learning of sepak sila technique based video for sepak takraw course. *ICOPE 2020: Proceedings of the 2nd International Conference on Progressive Education, ICOPE 2020, 16-17 October 2020, Universitas Lampung, Bandar Lampung, Indonesia*, 318.
- Erland, J., Sucipto, S., & Budiman, D. (2018). Implementasi Pendekatan Taktis Terhadap Hasil Keterampilan Bermain Sepak takraw. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 2(1), 34–39.
- Gani, A. (2018). The Development of Sepak takraw Skill Training Model Based on Drill Double Event in South Jakarta Club Takraw. *Journal of Education, Health and Sport*, 8(12), 303–316.

- Hariyanto, A., Wahyu, M., & Prakosa, B. (2021). Optimalization of Reaction Time Through. *Medicina*, 20(1), 36–43.
- Hasanah, N. H., & Rustriadi, T. (2021). PEMBINAAN PRESTASI CABANG OLAHRAGA HOCKEY DI KABUPATEN KEBUMEN TAHUN 2021. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(2), 538–546.
- Hasanuddin, I., Taha, Z., Yusoff, N., Ahmad, N., Ghazilla, R. A. R., Usman, H., & Ya, T. T. (2015). Investigation of the head impact power of a sepak takraw ball on sepak takraw players. *Movement, Health & Movement Journal*, 4(2), 47–58.
- Heriansyah, S. P., & Suhartiwi, S. P. (2021). *PERMAINAN SEPAK TAKRAW SEJARAH, TEKNIK DASAR, PERATURAN PERTANDINGAN DAN PERWASITAN*. Jakad Media Publishing.
- Irawan, R., Padli, V. E., Purba, R. H., & Susanti, S. A. (2021). *Developing of top serve accuracy test on Sepak takraw sport game*.
- Khoiruzi, A. H. (2022). Metode Latihan Dasar Passing Aktif Dan Pasif Dalam Meningkatkan Keterampilan Pada Ekstrakurikuler Futsal. *Jurnal Edukasimu*, 2(2).
- Kurniawan, T., Mustar, Y. S., Hariyanto, A., Susanto, I. H., & Noordia, A. (2021). Assessment Transition of Exercise and Dietary Habit of Athletes Before and During Ramadan in the Pandemic of COVID-19. *Medikora*, 20(2), 113–124. <https://doi.org/10.21831/medikora.v20i2.40716>
- Kurniawan, W. P., & Firdaus, M. (2020). Pendekatan bermain sebagai solusi mengenalkan teknik dasar sepak takraw. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 226–241. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v6i1.13652](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13652)
- Maseleno, A., & Hasan, M. M. (2011). Fuzzy Logic based analysis of the sepak takraw games ball kicking with the respect of player arrangement. *World Applied Programming Journal*, 2(5), 285–293.
- Maseleno, A., & Hasan, M. M. (2013). Fuzzy logic and dempster-shafer theory to find kicking range of sepak takraw game. *2013 5th International Conference on Computer Science and Information Technology*, 8–12.
- Maseleno, A., & Hasan, M. M. (2012). Move prediction in start kicking of sepak takraw game using Dempster-Shafer theory. *2012 International Conference on Advanced Computer Science Applications and Technologies (ACSAT)*, 376–381.
- Maseleno, A., Hasan, M. M., Muslihudin, M., & Susilowati, T. (2016). Finding kicking range of sepak takraw game: Fuzzy logic and Dempster-Shafer theory approach. *Indonesian Journal of Electrical Engineering and Computer Science*, 2(1), 187–193.
- Mashud, S. H., & Abdillah, S. (2021). Physical Literacy: Kajian Sarpras Pendukung Pembelajaran Pjok Dan Ektrakurikuler Olahraga Di Sekolah Daerah Lahan Basah. *Prosiding Seminar Nasional Lingkungan Lahan Basah*, 6(2).
- Muazu Musa, R., PP Abdul Majeed, A., Kosni, N. A., & Abdullah, M. R. (2020). An overview of beach soccer, sepak takraw and the application of machine learning in team sports. *Machine Learning in Team Sports*, 1–12.
- Mubin, A. S. A., Ahmad, N., Mamat, A., Taha, Z., & Hasanuddin, I. (2015). CFD study of drag and lift of sepak takraw ball at different face orientations. *Advances in Mechanical Engineering*, 7(1), 369137.
- Muhyi, M., Hanafi, M., Sukmana, A. A., Utamayasa, I. G. D., & Prastyana, B. R. (2021). The



- effectiveness of krwanjang game implementation on sepak sila's skills in sepak takraw game at Surabaya sepak takraw academy. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 7(3), 367–377.
- Musa, R. M., Majeed, A. P. P. A., Kosni, N. A., & Abdullah, M. R. (2020). *Machine learning in team sports: performance analysis and talent identification in Beach Soccer & Sepak-takraw*. Springer Nature.
- Nugroho, W. (2012). *Peningkatan hasil belajar sepak sila dalam permainan sepak takraw melalui penggunaan alat bantu pembelajaran pada siswa kelas v sd negeri jetis 01 kec. Baki tahun ajaran 2011/2012*.
- Padli, P., Madri, M., & Zumroni, Z. (2019). Training Of Basic Techniques For Sepakraw Playing For Teachers Of Penjasorkes Basic School Of Padang Utara Sub-district. *Jurnal Humanities Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), 24–35.
- Panuntun, J. B., & Raharjo, A. (2015). Pola Pembinaan Ekstrakurikuler Sepak takraw Di Sekolah Menengah Pertama Negeri Se-Kabupaten Tegal 2013/2014. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 2(2), 50–56.
- Pratama, H. G., & Sulendro, S. (2022). Pengaruh Latihan Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Menggiring Bola Dalam Permainan Sepakbola Peserta Putra Ekstrakurikuler Smpn 1 Gandusari. *Journal of Physical Activity (JPA)*, 3(1), 1–9.
- Prayitno, J., & Winarno, M. E. (2021). Kebugaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Olahraga di SMA Negeri Kota Malang. *Sport Science and Health*, 3(10), 808–813.
- Prayoga, H. D. (2021). Survei Pengelolaan Ekstrakurikuler Olahraga Sekolah Dasar Negeri Kota Tarakan. *Riyadhoh: Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 27–32.
- Putra, F. W., Suwo, R., & Nasarudin, N. (2020). Hubungan Persepsi Kinestetik Dengan Keterampilan Sepak Sila Pada Permainan Sepak takraw. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 4(1), 41–46.
- Qoryatiningtyas, U., Winarno, M. E. W. M. E., & Surendra, M. (2017). Pengembangan Variasi Latihan Sepak Sila Untuk Peserta Ekstrakurikuler Sepak takraw di Sd Negeri Wonodadi 1 Kecamatan Wonodadi Kabupaten Blitar. *Gelombang Pendidikan Jasmani Indonesia*, 1(1), 103–113.
- Ray, W. A., Manurizal, L., & Sinurat, R. (2021). KONTRIBUSI KEKUATAN OTOT TUNGKAI DAN KELENTUKAN PINGGANG DENGAN KEMAMPUAN SEPAK SILA SISWA EKSTRAKURIKULER SEPAK TAKRAW SMK ISLAM INAYAH UJUNG BATU. *Journal Of Sport Education and Training*, 2(1), 82–92.
- Semarayasa, I. K. (2016). Utilizing mobile phone video in teaching sepak takraw gunting spike. *The 2nd International Seminar on Educational Technology 2016*, 428.
- Siswanto, S., Rahayu, T., & Fakhruddin, F. (2017). Hubungan Kelincahan, Kelentukan Togok dan Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Kemampuan Smash Kedeng Sepak takraw pada Siswa Ekstrakurikuler SD Negeri Margomulyo Pegandon Kendal. *Journal of Physical Education and Sports*, 6(1), 88–94.
- Susana, A. (2013). Penggunaan media pelatihan bola modifikasi terhadap hasil prestasi sepak sila pada ekstrakurikuler sepak takraw (studi pada peserta ekstrakurikuler smp negeri 3 srengat kabupaten blitar). *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 1(1).
- Wahyudi, W., Budiman, D., & Saepudin, E. (2018). Penerapan Model Pembelajaran Kooperatif Tipe TGT dalam Pembelajaran Permainan Bola Besar Berorientasi Sepak takraw untuk

Meningkatkan Kerjasama dan Keterampilan Bermain. *TEGAR: Journal of Teaching Physical Education in Elementary School*, 1(2), 1. <https://doi.org/10.17509/tegar.v1i2.11732>

Wahyuntoro, T., & Rismayanthi, C. (2019). Pengaruh Latihan Circuit Body Weight Terhadap Vo2 Max Dan Fleksibilitas Siswa Yang Mengikuti Ekstra Kurikuler Bola Voli. *Medikora*, 15(2), 11–25. <https://doi.org/10.21831/medikora.v15i2.23142>

Zarei, A., & Ramkissoon, H. (2021). Sport tourists' preferred event attributes and motives: A case of Sepak takraw, Malaysia. *Journal of Hospitality & Tourism Research*, 45(7), 1188–1213.