

ARTIKEL

PENGARUH PENGGUNAAN BOLA KRAWNJANG TERHADAP TEKNIK DASAR SEPAK SILA PADA SEPAK TAKRAW PADA CLUB UPASGAM KABUPATEN BLITAR



Oleh:

NAMA : Siti Juariyah

NPM : 14.1.01.09.0394

Dibimbing oleh :

1. Mokhammad Firdaus, M.or
2. Wing Prasetya K., M.Pd

PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FALKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN (FKIP)
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK
INDONESIAUN PGRI KEDIRI
2019



SURAT PERNYATAAN ARTIKEL SKRIPSI TAHUN 2019


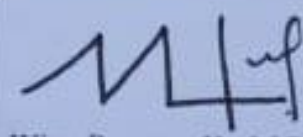

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Siti Juariyah
NPM : 14.1.01.09.0394
Telepon/HP : 082110739904
Alamat Surel (Email) : Teye250997@gmail.com
Judul Artikel : Pengaruh Penggunaan Bola Krawnjang Terhadap Teknik Dasar Sepak Sila Pada Sepak Takraw Pada Club Upasgam Kabupaten Blitar
Fakultas – Program Studi : Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan
Nama Perguruan Tinggi : Universitas Nusantara PGRI Kediri
Alamat Perguruan Tinggi : Jl. Kh. Achmad Dahlan No. 76 Kediri

Dengan ini menyatakan bahwa :

- artikel yang saya tulis merupakan karya saya pribadi (bersama tim penulis) dan bebas plagiarisme;
- artikel telah diteliti dan disetujui untuk diterbitkan oleh Dosen Pembimbing I dan II.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya. Apabila di kemudian hari ditemukan ketidak sesuaian data dengan pernyataan ini dan atau ada tuntutan dari pihak lain, saya bersedia bertanggung jawab dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Mengetahui		Kediri 30 September 2019
Pembimbing I  Mokhammad Firdaus, M.Or. 0713018804	Pembimbing II  Wing Prasetya K., M.Pd. 0709099001	Penulis,  Siti Juariyah 14.1.01.09.0394

Pengaruh Penggunaan Bola Kranjang Terhadap Teknik Dasar Sepak Sila Pada Sepak Takraw Pada Klub Upasgam Kabupaten Blitar

Siti Juariyah

14.1.01.09.0394

Fakultas Ilmu Keguruan dan Pendidikan - Penjaskesrek

Teye250997@gmail.com

Mokhammad Firdaus, M. Or dan Wing Prasetya K, M. Pd

UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI

ABSTRAK

Penelitian ini dilakukan karena banyaknya yang melakukan sepak sila dengan gerakan yang salah sehingga peneliti ingin menggunakan metode latihan bola krawnjang agar memberi inovasi latihan yang diharapkan adanya peningkatan kemampuan sepak sila pada anak.

Permasalahan penelitian ini adalah bagaimana penerapan bola krawnjang dapat meningkatkan kemampuan anak dalam melakukan sepak sila. Peneliti ingin melihat seberapa berpengaruh penggunaan bola krawnjang dalam meningkatkan kemampuan anak dalam sepak sila sehingga dapat meningkatkan kualitas anak tersebut.

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimen semu dengan menggunakan pendekatan kuantitatif. Menggunakan sampel seluruh anak pada club sepak takraw Upasgam. Peneliti menggunakan teknik penelitian *pretest* dan *posttest* agar dapat membandingkan hasil kemampuan sepak sila siswa agar dapat dilihat pengaruhnya.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah adanya pengaruh penggunaan bola krawnjang terhadap hasil sepak sila siswa. Dengan hasil penilaian rata-rata awal siswa 48,89, dengan adanya beberapa treatment rata-rata nilai teknik dasar sepak sila siswa menjadi 76,67 dengan peningkatan 56,82%. Dengan adanya treatment tersebut teknik dasar sepak sila siswa menjadi lebih baik dan menggunakan teknik yang benar.

Berdasarkan hasil dari kesimpulan penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan hasil sepak sila siswa menggunakan bolakrawnjang, siswa diharap mendapatkan teknik dasar sepak sila yang lebih benar dengan adanya penelitian ini. Gurupun diharap agar lebih inovatif dalam pembelajaran sehingga siswa lebih meningkatkan semangat siswa.

KATA KUNCI : Sepak Takraw, Bola Krwanjang.

I. LATAR BELAKANG

Sepak takraw adalah jenis olah raga campuran dari sepak bola dengan bola voli, dimainkan dilapangan ganda bulu tangkis, dan pemain tidak diperbolehkan menggunakan tangan. Kejuaraan paling bergengsi di cabang olahraga

ini adalah *King's Cup World Championship*, yang terakhir diadakan di Bangkok, Thailand. Permainan ini dimainkan dizaman kesultanan melayu (634-713) dan dikenal sebagai anak sepak raga dalam bahasa melayu, bola terbuat

dari anyaman dan pemain berdiri melingkar.

Bermain sepak takraw menuntut seseorang mempunyai kemampuan dasar bermain sepak takraw yang baik, seperti kemampuan menyepak. Menurut Hanif (2015: 23), sepakan dalam bermain sepak takraw merupakan gerakan dominan, karena dalam bermain sepak takraw banyak dimainkan dengan menggunakan kaki, antara lain sepak sila. Karena melakukan sepak sila memerlukan teknik yang baik, jadi tidak bisa asal dilakukan mengangkat kaki.

Sebagai bangsa yang berkembang Indonesia tentunya harus terus membangun negaranya, oleh karena itu bangsa yang berkembang selalu giat untuk membangun dari berbagai sektor diantaranya dibidang olahraga. Dengan demikian dibutuhkan sumber daya manusia yang memiliki keterampilan, kecerdasan, berpengetahuan, berkepribadian, memiliki jiwa sportifitas, serta sehat jasmani dan rohani. Olahraga merupakan sarana yang ampuh untuk meningkatkan kualitas fisik serta mental terutama bagi generasi muda.

Dengan adanya hal tersebut pemerintah mengeluarkan undang undang sistem keolahragaan nasional No. 3 tahun 2005 pasal 4 yaitu “pembinaan dan pengembangan keolahragaan nasional yang dapat menjamin pemerataan akses terhadap olahraga, peningkatan kesehatan dan kebugaran, peningkatan prestasi, dan manajemen keolahragaan yang menghadapi tantangan serta tuntutan perubahan kehidupan nasional dan global memerlukan sistem pembinaan olahraga untuk mencapai prestasi”.

Prestasi sendiri memiliki arti hasil dari sebuah usaha yang dilakukan seseorang, prestasi disini dapat didapat seorang atlet dengan semangat diri saat latihan. Dengan bersungguh-sungguh tentunya atlet akan mendapatkan prestasi terbaik. Namun selain semangat atlet yang harus diperhatikan adalah pelatih, pelatih memiliki peran penting dalam latihan dengan program latihan yang dibuat.

Seperti halnya dengan pelatih lain di desa Wonodadi kabupaten Biltar memiliki klub sepak takraw yang bernama Upasgam, Upasgam sendiri dibentuk karena didesa Wonodadi memiliki anak-anak yang

sangat antusias dengan olahraga sepak takraw, siswa yang ada di klub ini beragam mulai dari kelas 5 SD sampai kelas 3 SMA. Karena memang dilingkungan ini sangat menggemari olahraga sepak takraw jadi tidak heran kalau banyak anak yang suka dengan olahraga ini.

Pada saat melakukan *passing* sepak sila masih banyak siswa yang melakukan dengan gerakan yang masih salah. Dan pada saat melakukan teknik dasar *passing* masih banyak kaki yang belum benar pada perkenaan kaki untuk melakukan *passing* yang benar. Ada banyak juga siswa yang melakukan sepak sila dengan asal-asalan sehingga tidak mendapat teknik yang benar. Hal ini dikarenakan siswa masih belum paham benar bagai mana teknik sepak sila yang benar. Disini tentunya pelatih harus bisa membuat inovasi latihan yang baru atau dapat juga menggunakan media baru agar siswa dapat mengeksplor hal baru untuk memperbaiki sepak sila mereka.

Berdasarkan observasi permasalahan yang ditemukan peneliti tersebut maka peneliti memiliki keinginan untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh

Penggunaan Bola Krawnjang Terhadap Teknik Sepak Sila Sepak Takraw pada Klub Sepak Takraw Upasgam Kab. Blitar”.

II. METODE

A. Identifikasi Variabel Penelitian

“Variabel adalah suatu konsep yang memiliki variabilitas atau keragaman yang menjadi fokus penelitian” Maksum (2012:29). Variabel dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel bebas : Bola Krawnjang
2. Variabel terikat : Teknik Dasar Sepak Sila Sepak takraw

B. Teknik dan Pendekatan Penelitian

1. Pendekatan Penelitian

Penelitian eksperimen ini bersifat semu karena hanya memenuhi tiga syarat dari empat syarat untuk masuk dalam kategori eksperimen murni. Dari keempat syarat yang tidak ada dalam penelitian ini untuk dikatakan penelitian eksperimen murni yaitu tidak adanya mekanisme kontrol.

2. Teknik Penelitian

Teknik penelitian merupakan cara yang dilakukan untuk melakukan sebuah penelitian. dapat digunakan pula

desain penelitian, desain penelitian merupakan sebuah rancangan bagaimana suatu penelitian akan dilakukan Maksum (2012: 95). Desain penelitian ini masuk dalam kategori desain praeksperimen (*Preexperimental Design*) dengan menggunakan prinsip *One Group Pretest-Posttest Design* Maksum (2012: 97). *Pretest* dan *posttest* dilakukan karena dapat mengetahui perubahan hasil belajar sepak sila akibat adanya perlakuan.

Berikut adalah skema yang dapat digambarkan dari *One Grup Pretest Posttest Design*:

Gambar 3.1 *One Group Pretest-Posttest Design*.

TI	X	T2
----	---	----

Keterangan:

T1 = *Pretest*

X = *Treatment* (Perlakuan)

T2 = *Posttest*

Maksum (2012: 97)

C. Tempat dan Waktu Penelitian

1. Tempat Penelitian

Tempat : Klub Sepak

Takraw Upasgam Wonodadi

Alamat : Pasar

Gambar, Wonodadi Blitar.

Kecamatan : Wonodadi

Kabupaten : Blitar

2. Waktu Penelitian

Pengambilan data dilaksanakan selama 8 minggu.

D. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Menurut Maksum (2012), populasi adalah keseluruhan individu atau objek yang dimaksud untuk diteliti. "Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian" Arikunto (2006:130). Dalam penelitian ini populasi yang digunakan adalah seluruh atlet klub Upasgam Wonodadi dengan jumlah 18 orang.

2. Sampel

Menurut Hamid (2011), sampel adalah bagian populasi yang dijadikan objek penelitian. Sampel yang baik harus sejauh mungkin menggambarkan populasi (*representativeness*). Dalam penelitian ini menggunakan seluruh populasi yang ada makan penelitian ini merupakan penelitian populasi. Jadi yang akan digunakan sebagai sampel berjumlah 18 siswa.

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data

Instrumen penelitian digunakan untuk menilai teknik sepak sila siswa, tentunya instrumen yang digunakan harus sesuai dengan materi yang diberikan agar mendapat nilai yang sesuai.

F. Teknik Analisis

1. Jenis Analisis

Analisis data dilakukan dengan teknik analisa dari data yang diperoleh dari *pretest* dan *posttest* yang dilakukan dengan permainan sepak takraw terkhusus pada keterampilan gerak dasar dalam melakukan sepak sila. Setelah melakukan *pretest* dan *posttest* hasil data akan dihitung apakah ada peningkatannya atau tidak berikut adalah teknik penilaian yang akan digunakan sebagai penilaian.

a. SPSS

SPSS adalah program komputer yang digunakan untuk menganalisa data. SPSS ini digunakan agar hasil lebih akurat. SPSS yang digunakan merupakan SPSS versi IMB SPSS versi 25.

b. Mean

Mean (rata-rata) merupakan angka yang diperoleh dengan membagi jumlah nilai-nilai dengan jumlah individu.

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

Keterangan :

X = Rerata nilai

$\sum X$ = Nilai mentah yang dimiliki subjek

N = Banyaknya subjek yang memiliki nilai

Maksum (2012:16)

c. Untuk mengetahui hasil dari lembar obsevasi siswa dapat digunakan rumus sebagai berikut:

$$X' = \frac{\sum x}{N} \times 100\%$$

Keterangan :

X' = nilai rata-rata guru/siswa

$\sum x$ = jumlah nilai perolehan

N = jumlah poin maksimal

100% = x 100%

III. HASIL DAN KESIMPULAN

A. Deskripsi Data Variabel

Setelah dibahas tentang hal – hal yang berkaitan dengan metode dan teknik pengumpulan data, maka dalam bab ini akan disajikan tentang hasil penelitian dan pembahasan yang hasil penelitian dan pengolahan data yang meliputi penghitungan rata-rata, pengambilan nilai *max*, nilai *min*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh

penggunaan bola krawnjang terhadap teknik dasar sepak sila pada sepak takraw pada klub Upasgam Kabupaten Blitar.

Dari tabel nilai data mentah kemudian peneliti melakukan olah data menggunakan SPSS dan memasukkan data *pretest* serta *posttest* untuk melihat data yang diinginkan. Berikut beberapa data hasil oleh SPSS:

Tabel 4.1 Hasil olah SPSS *Pretest* dan *Posttest* Keterampilan Sepak Sila

Deskripsi Data	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	Selisi h
Rata-rata	48.89	76.67	27.78
Nilai Max	60	90	30
Nilai Min	40	60	20
Peningkatan	56.82%		

Dari tabel diatas dapat dilihat bahwa rata-rata nilai *pretest* 48,89 sedangkan nilai *posttest* 76,67, jadi selisih rata rata adalah 27,78. Nilai maksimal pada *pretest* adalah 60 sedangkan pada *posttest* adalah 90, jadi selisih nilai maksimal adalah 30. Nilai minimal pada *pretest* adalah 40 sedangkan nilai *posttest* adalah 60, jadi selisih nilai minimal adalah 20. Peningkatan keterampilan sepak sila siswa adalah 56.81%.

B. Analisis Data

Analisis data digunakan untuk mengetahui hasil dari penelitian. setelah dilakukan olah data peneliti akan terlihat hasil yang diinginkan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penggunaan bola krawnjang terhadap teknik dasar sepak sila pada sepak takraw pada klub upasgam Wonodadi Blitar. Analisa akan dilakukan menggunakan uji t untuk mengetahui pengaruh penggunaan bola krawnjang terhadap teknik dasar sepak sila.

Setelah dilakukan *pretest*, pemberian perlakuan dilakukan selama 14 kali *treatment* menggunakan bola krawnjang dan *posttest* pada jam latihan klub. Peneliti telah mendapatkan beberapa nilai yang akan diolah menggunakan SPSS. Penelitian dilakukan untuk mengetahui pengaruh penggunaan bola krawanjang terhadap teknik dasar sepak sila pada sepak takraw pada klub upasgam kabupaten Blitar terdapat beberapa peningkatan kemampuan ketrampilan siswa sebagai berikut:

Tabel 4.4 Hasil Perhitungan Uji Normalitas Data Keterampilan Sepak Sila

	Mean	t- hitung	t- tabel	Sig	Alpha	Ket
Pre	48.89	18.22	2.11	.000	0.05	Sig
Post	76.67	2	0			

Berdasarkan tabel hasil uji t diketahui bahwa rata-rata *pretest* keterampilan sepak sila adalah 48,89 sedangkan rata-rata *posttest* adalah 76,67 dengan t-hitung sebesar 18,222, t-tabel sebesar 2.110, signifikansi .000, alpha 0.05 dengan keterangan signifikan.

C. Pengujian Hipotesis

Berdasarkan hasil uji t diketahui bahwa rata-rata *pretest* keterampilan sepak sila adalah 48,89 sedangkan rata-rata *posttest* adalah 76,67 dengan t-tabel 2,110 dengan signifikansi alpha: 0.05 df 17 mendapatkan t-hitung sebesar 18,222. Berdasarkan data tersebut bahwa nilai t-hitung lebih besar dari t-tabel ($t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$) ($18,222 > 2,110$).

D. Pembahasan

Setelah dilakukan *treatment* menggunakan bola krawanjang selama 14 kali pertemuan, peneliti melakukan perhitungan *pretest* awal dan *posttest* menggunakan uji t pada SPSS dan mendapatkan hasil perhitungan rata-rata *pretest* keterampilan sepak sila adalah 48,89

sedangkan rata-rata *posttest* adalah 76,67 dengan t-tabel 2,110 dengan signifikansi alpha: 0.05 df 17 mendapatkan t-hitung sebesar 18,222. Berdasarkan data tersebut bahwa nilai t-hitung lebih besar dari t-tabel ($t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$) ($18,222 > 2,110$), maka hipotesis yang menyatakan adanya pengaruh penggunaan bola krawanjang terhadap teknik dasar sepak sila pada sepak takraw pada klub upasgam Wonodadi Bliar dinyatakan “diterima”.

IV. PENUTUP

Pada penelitian ini telah dilakukan penilaian teknik dasar sepak sila pada awalnya siswa hanya mendapatkan rata-rata hasil nilai 48,89, kemudian setelah dilakukan *treatment* menggunakan bola krawanjang selama 14 pertemuan dan dilakukan penilaian lagi dan mendapatkan rata-rata nilai 76,67, hal tersebut menjelaskan bahwa adanya peningkatan kemampuan sepak sila pada siswa.

Dengan adanya *treatment* menggunakan bola krawanjang dapat meningkatkan hasil sepak sila pada siswa, setelah dilakukan penghitungan menggunakan SPSS terdapat peningkatan sebesar

56,82%. Peningkatan tersebut diperoleh dengan adanya persamaan penggunaan bola hanya saja bola untuk bola krawnjang lebih ringan dan empuk karena dilapisi dengan spons.

Peningkatan nilai didapat juga dari pada saat *treatment* peneliti juga memberi tahu pada siswa bagaimana teknik dasar sepak sila yang benar dan mencontohkan kepada siswa, jadi siswa dapat lebih mengerti dan paham bagai mana sepak sila yang benar.

Setelah dilakukan *treatment* kemampuan pasing sepak sila siswa meningkat karena telah mengetahui bagaimana teknik melakukan sepak sila yang benar menggunakan bola yang lebih ringan siswa dapat merasakan pasing yang dilakukan. Melalui perhitungan SPSS dapat diketahui bahwa adanya banyak peningkatan pada siswa.

V. DAFTAR PUSTAKA

- Ali, Nur dan Wardoyo, H. 2018. *Pengembangan Model Latihan Sepak Sila Pada Permainan Sepak Takraw*, 111-126, (online) tersedia: (<http://journal.unj.ac.id>) diunduh 13 Januari 2019
- Buku Pedoman Penulisan Skripsi. 2017. Universitas Negeri PGRI Kediri.
- Fadlillah, Muhammad. 2012. *Desain Pembelajaran Paud*. Jogjakarta: AR-Ruzz Media.
- Hanif, Achmad Sofyan. 2015. *Kepelatihan Dasar Sepak Takraw*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Iyakrus. 2012. *Permainan Sepak Takraw*. Palembang: Unsri Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Tanpa Penerbit.
- Maksum, Ali. 2012. *Metodologi Penelitian dalam Olahraga*. Surabaya: Unesa University Press.
- Maksum, Ali. 2009. *Statistik dalam Olahraga*. Surabaya: Tanpa Penerbit.
- Olahraga asli kota kediri. [Http://koranmemo.com/olahraga-asli-kota-kediri-krawnjang/](http://koranmemo.com/olahraga-asli-kota-kediri-krawnjang/) , diakses pada 22 Januari 2019
- Sugiyono. 2012. *Statistika untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.