

**PENGARUH PENGGUNAAN MEDIA AUDIO-VISUAL  
DALAM PEMBELAJARAN KONVENSIONAL  
TERHADAP KETERAMPILAN SEPAKTAKRAW**

**(Studi Eksperimen Pada Siswa SMP N 18 Padang)**

**TESIS**



**Oleh :**

**ZUMRONI  
NIM : 20082**

**Ditulis untuk memenuhi sebagian persyaratan dalam  
mendapatkan gelar Magister Pendidikan**

**KONSENTRASI MANAJEMEN PENDIDIKAN OLAHRAGA  
PROGRAM STUDI ADMINISTRASI PENDIDIKAN  
PROGRAM PASCASARJANA  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2015**

## ABSTRACT

**ZUMRONI, 2014. The effect Of Audio-Visual Media Application In Conventional Training Method To Sepaktakraw Skill For Student of SMPN 18 Padang. Thesis. Graduate Program of University State of Padang.**

The main issue in this research is lack of skill in sepaktakraw for students at SMPN 18 Padang. It is purposed to describe the effect of sepaktakraw training skill by using audio-visual media and without using audio-visual media in conventional training method.

The type of this research is quasy experiment. Research population was 26 extracurricular students at SMPN 18 Padang that consisted of 20 male students and 6 female students. Sample was taken by purposive with resulted in only male students as samples. Determination of which groups had to use or not to use audio-visual media in conventional learning was set randomly. Each group consisted of 10 students. Meetings were conducted 16 times with training frequency of 4 times a week. Instruments in this research were petting test, passing test, and service test,.

Research finding shows that: (1) using audio-visual media in conventional training method has significant effect in sepaktakraw skill wiht test result (  $t_{hit} = 4,66 > t_{tab} = 2.26$ ), (2) conventional training method significant effect in sepaktakraw skill wiht test result (  $t_{hit} = 7,95 > t_{tab} = 2.26$ ), (3) there is no disparity in effect of audio-visual media and not effect of audio-visual media wiht test result (  $t_{hit} = 0,19 < t_{tab} = 1.83$ ).

## ABSTRAK

**Zumroni, 2014. Pengaruh Penggunaan Media Audio-Visual Dalam Pembelajaran Konvensional Terhadap Keterampilan Sepaktakraw pada Siswa SMP N 18 Padang. Tesis, program Pascasarjana Universitas Negeri Padang.**

Masalah dalam penelitian ini adalah masih rendahnya keterampilan sepaktakraw pada siswa SMP N 18 Padang. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengaruh penggunaan media audio-visual dalam pembelajaran konvensional terhadap keterampilan sepaktakraw SMP N 18 Padang.

Jenis penelitian adalah eksperimen semu. Penelitian dilakukan pada siswa SMP N 18 Padang. Populasi penelitian, siswa ekstrakurikuler SMP N 18 Padang yang berjumlah 26 orang, 20 orang putra dan 6 orang putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, dengan menetapkan anggota putra saja sebagai sampel. Penentuan kelompok yang menggunakan media audio visual dan kelompok tanpa menggunakan media audio visual dalam pembelajaran konvensional dilakukan secara acak, sehingga masing-masing kelompok terdiri dari 10 orang. Perlakuan dilakukan 16 kali pertemuan dengan frekuensi latihan 4 kali seminggu, instrumen yang dipakai untuk mengukur keterampilan sepaktakraw adalah tes menimang bola, tes *passing* dan tes *service*. Untuk menguji hipotesis 1 dan 2 digunakan Uji t *dependent sample*, sedangkan hipotesis 3 digunakan Uji t *independent sample*.

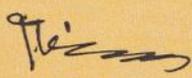
Hasil penelitian menunjukkan bahwa; (1) penggunaan media audio visual dalam pembelajaran konvensional berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan sepaktakraw dengan hasil uji ( $t_{hitung} 4,66 > t_{tabel} 2,26$ ); (2) pembelajaran konvensional berpengaruh secara signifikan terhadap keterampilan sepaktakraw dengan hasil uji ( $t_{hitung} 7,95 > t_{tabel} 2,26$ ); (3) tidak terdapat perbedaan pengaruh antara kelompok yang menggunakan media audio-visual dengan kelompok tanpa menggunakan media audio-visual dengan hasil uji ( $t_{hitung} 0,19 < t_{tabel} 1,83$ ).

## PERSETUJUAN AKHIR TESIS

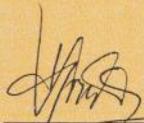
Mahasiswa : *Zumroni*

NIM. : 20082

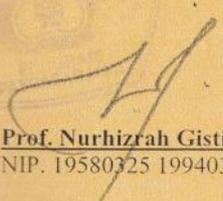
Nama  
  
Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram  
Pembimbing I

Tanda Tangan Tanggal  
 05/15  
/02

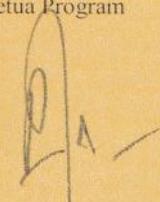
Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd  
Pembimbing II

 - 5/2 2015

Direktur Program Pascasarjana  
Studi/Konsentrasi  
Universitas Negeri Padang

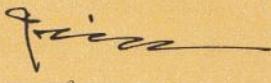
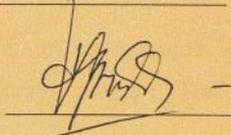
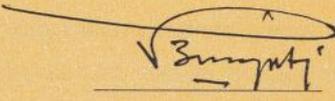
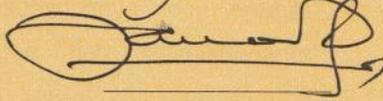
  
Prof. Nurhizrah Gistituati, M.Ed, Ed.D  
NIP. 19580325 199403 2 001

Ketua Program

  
Prof. Dr. Rusdinal, M.Pd  
NIP. 19630320 198803 1 002

**PERSETUJUAN KOMISI  
UJIAN TESIS MAGISTER KEPENDIDIKAN**

---

No.	Nama	Tanda Tangan
1.	<u>Prof. Dr. Phil. Yanuar Kiram</u> (Ketua)	
2.	<u>Prof. Dr. Syafruddin, M.Pd</u> (sekretaris)	
3.	<u>Prof. Dr. Sayuti Syahara, M.S, AIFO</u> (Anggota)	
4.	<u>Dr. Adnan Fardi, M.Pd</u> (Anggota)	
5.	<u>Dr. Darmansyah, M.Pd</u> (Anggota)	

Mahasiswa

Mahasiswa : *Zumroni*

NIM. : 20082

Tanggal Ujian : 18 - 08 - 2014

## SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, tesis dengan judul "Pengaruh Penggunaan Media Audio Visual Dalam Pembelajaran Konvensional Terhadap Keterampilan Sepaktakraw" (Studi Eksperimen Pada Siswa SMP N 18 Padang), adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik baik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri, tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Tim Pembimbing
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tertulis dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar rujukan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 1 April 2015  
Saya yang menyatakan

  
6000  
ENAM RIBURUPIAH  
Zumroni  
20082

## KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini yang berjudul pengaruh penggunaan media audio visual dalam pembelajaran konvensional terhadap keterampilan sepakbola sesuai dengan rencana. Tujuan penulisan tesis ini adalah untuk memenuhi sebagian persyaratan memperoleh gelar Magister Pendidikan (M.Pd) pada Program Studi Administrasi Pendidikan Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Program Pascasarjana (PPs) Universitas Negeri Padang.

Terima kasih saya ucapkan kepada Prof. Phil. Yanuar Kiram selaku Rektor Universitas Negeri Padang. Prof. Nurhizrah Gistituati, M.Ed, Ed. D selaku Direktur Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas peneliti dalam menyelesaikan dalam tesis.

Dalam pelaksanaan penulisan tesis ini penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak baik perorangan maupun badan-badan terkait yang telah memberikan bantuan dan bimbingan sampai selesainya tesis.

Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Phil Yanuar Kiram sebagai pembimbing I dan Prof. Dr. Syafruddin, M. Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan tesis ini.
2. Prof. Sayuti Syahara, M.S. AIFO, Dr. Adnan Fardi, M. Pd dan Dr. Darmansyah, M. Pd, selaku tim penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan maupun dalam menguji tesis ini.

3. Seluruh staf pengajar Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan selama penulis mengikuti perkuliahan.
4. Kepala sekolah, staf pengajar dan pelatih sepak takraw SMP N 18 Padang yang telah memberikan fasilitas dalam kegiatan penelitian.
5. Kepada ayahanda Suherman dan ibunda Maliar yang telah memberikan dorongan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
6. Kepada kakanda Desrianto, (kakak Ipar Novita Sari) Antoni, SE (kakak Ipar Ners. Silvina Yuliza, S.Kep), adinda Muhammad Ronal, S.Pd dan Muhammad Yusuf yang selalu memberikan motivasi sehingga tesis ini terselesaikan.
7. Rekan-rekan mahasiswa Program Pascasarjana Universitas Negeri Padang khususnya mahasiswa Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Angkatan 2010.
8. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian tesis ini.

Demikianlah ucapan terima kasih yang tulus penulis sampaikan. Semoga segala bantuan yang telah diberikan menjadi amal saleh dan menjadi ibadah di sisi Allah. Amin.

Padang, 1 April 2015

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>PESETUJUAN AKHIR TESIS .....</b>	<b>iii</b>
<b>PERSETUJUAN KOMISI UJIAN TESIS .....</b>	<b>iv</b>
<b>SURAT PERNYATAAN</b> .....	<b>v</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xiii</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	9
C. Pembatasan Masalah.....	16
D. Perumusan Masalah.....	16
E. Tujuan Penelitian.....	17
F. Manfaat Penelitian.....	18
 <b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
A. Landasan Teori.....	19
1. Hakikat Keterampilan Sepaktakraw .....	19
2. Hakikat Pembelajaran.....	47
3. Hakikat Media <i>Audio-Visual</i> .....	53
B. Kajian Penelitian Yang Relevan .....	58
C. Kerangka Berpikir .....	60
D. Hipotesis.....	68

### **BAB III METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian .....	66
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	67
C. Populasi dan Sampel.....	67
D. Definisi Operasional .....	69
E. Prosedur Penelitian .....	70
F. Instrumen Penelitian.....	71
G. Teknik Analisis Data .....	76

### **BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data .....	77
1. Kelompok Sampel Dengan Penggunaan Media Audio- Visual Dalam Pembelajaran Konvensional terhadap Keterampilan Sepaktakraw.....	77
2. Kelompok Sampel Dengan Pembelajaran Konvensional terhadap keterampilan Sepaktakraw .....	79
B. Pengujian Persyaratan Analisis.....	81
1. Uji Normalitas .....	81
2. Uji Homogenitas .....	83
C. Pengujian Hipotesis.....	84
1. Penggunaan Media Audio-Visual Dalam Pembelajaran Konvensional Secara Signifikan Dapat Meningkatkan Keterampilan Sepaktakraw Siswa SMP N 18 Padang..	84
2. Pembelajaran Konvensional Secara Signifikan Dapat Meningkatkan Keterampilan Sepaktakraw Siswa SMP N 18 Padang.....	85
3. Perbedaan Pengaruh Antara Penggunaan Media Audio-Visual Dalam Pembelajaran Konvensional dan	

Pembelajaran Konvensional terhadap keterampilan Sepaktakraw Siswa SMP Negeri 18 Padang.....	86
D. Pembahasan .....	88
E. Keterbatasan Penelitian .....	95

## **BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN**

A. Kesimpulan.....	101
B. Implikasi .....	102
C. Saran.....	105

<b>DAFTAR RUJUKAN.....</b>	<b>106</b>
----------------------------	------------

## **Lampiran**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Data Observasi Keterampilan Bermain Sepaktakraw Siswa SMP N 18 Padang.....	7
2. Kerangka Berpikir.....	64
3. Rancangan Penelitian .....	67
4. Populasi Penelitian.....	68
5. Distribusi frekuensi hasil kelompok penggunaan media audio visual dalam pembelajaran konvensional.....	78
6. Distribusi frekuensi hasil kelompok pembelajaran konvensional .....	80
7. Rangkuman Hasil Pengujian Normalitas .....	82
8. Rangkuman Hasil Pengujian Homogenitas .....	83
9. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis I .....	85
10. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis II .....	86
11. Rangkuman Hasil Pengujian Hipotesis III .....	87

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Teknik Pelaksanaan Sepak Sila .....	30
2. Teknik Service Bawah.....	37
3. Teknik Service Atas dengan Kaki Bagian Dalam .....	38
4. Teknik Service Punggung Kaki.....	38
5. Teknik Mengumpan (passing) .....	47
6. Tes Sepak Sila .....	72
7. Lapangan Tes Passing.....	74
8. Lapangan Tes Service .....	75
9. Histogram Hasil Data Penggunaan Media <i>Audio-Visual</i> dalam Pembelajaran Konvensional .....	79
10. Histogram Hasil Data Pembelajaran Konvensional Terhadap Keterampilan Sepaktakraw.....	81

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Program Latihan .....	105
2. Data mentah Tes Awal Keterampilan Sepaktakraw.....	113
3. Data Mentah Tes Akhir Keterampilan Sepaktakraw Dengan Media Audio-Visual .....	114
4. Data Mentah Tes Akhir Keterampilan Sepaktakraw Tanpa Media Audio-Visual .....	115
5. Data Mentah Tes Awal Keterampilan Sepaktakraw.....	116
6. Pembagian Kelompok Secara Acak (Random).....	117
7. Data Tes Akhir Keterampilan Sepaktakraw Media Audio-Visual .....	118
8. Data Tes Akhir Keterampilan Sepaktakraw Tanpa Media Audio- Visual.....	119
9. Uji Normalitas .....	120
10. Uji Homogenitas .....	124
11. Penentuan Kelas Interval Dengan Acuan Skala Lima .....	126
12. Pengujian Hipotesis.....	127
13. Foto Dokumentasi .....	130
14. Surat izin penelitian .....	137

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Indonesia merupakan salah satu negara berkembang. Hal ini dapat dilihat pada kegiatan pembangunan yang sedang berjalan. Pembangunan dilakukan secara menyeluruh seperti pembangunan pada sektor ekonomi, kehutanan, pendidikan, transportasi dan sebagainya. Pembangunan ini diharapkan dapat berjalan dengan lancar sehingga dapat memperoleh hasil yang maksimal.

Keberhasilan pembangunan di suatu negara tidak terlepas dari kualitas sumber daya manusia yang dimilikinya. Pembangunan tidak akan berjalan dengan baik apabila tenaga penggeraknya tidak memiliki kesehatan yang baik dalam menjalankan pembangunan tersebut. Untuk itu dalam menunjang pembangunan nasional, salah satunya pembangunan pada sektor olahraga yang diarahkan untuk mendukung peningkatan sumber daya manusia agar menjadi tenaga yang terampil, cerdas, berkepribadian serta sehat jasmani dan rohani.

Melalui olahraga dapat dibentuk manusia yang sehat jasmani, dan rohani serta mempunyai kepribadian, disiplin, sportivitas yang tinggi sehingga pada akhirnya akan terbentuk manusia yang berkualitas. Dalam olahraga terdapat berbagai aspek yang bisa mewujudkan sumber daya manusia yang berkualitas, maju dan mandiri serta mengangkat harkat dan martabat bangsa. Disamping itu,

olahraga pada saat sekarang ini menjadi suatu kebutuhan untuk mencapai kebugaran jasmani, olahraga juga dikembangkan untuk pencapaian prestasi masing-masing cabang olahraga yang dibina dan dikembangkan. Kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi banyak penemuan-penemuan baru, baik dari segi teori olahraga, kondisi fisik dan teknik belajar maupun penemuan peralatan yang sangat menunjang untuk meningkatkan prestasi olahraga.

Secara umum, kegiatan olahraga memiliki bermacam-macam tujuan, tergantung dari keinginan pelakunya. Jika organisasi olahraga ingin berprestasi, maka organisasi olahraga tersebut harus melakukan kegiatan pembinaan olahraga prestasi secara sistematis, yaitu pembinaan olahraga untuk mencapai suatu prestasi tertentu. Seperti yang tercantum dalam Undang-Undang Republik Indonesia (UURI) No. 3 Tahun 2005, tentang sistem keolahragaan Nasional pasal 18 ayat 1-5 yang menjelaskan bahwa:

“1. Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan, 2. Olahraga pendidikan dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler dan/atau ekstrakurikuler, 3. Olahraga pendidikan dimulai pada usia dini, 4. Olahraga pendidikan pada jalur pendidikan formal dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan, 5. Olahraga pada jalur pendidikan nonformal dapat dilaksanakan secara terstruktur dan berjenjang.”

Berdasarkan kutipan di atas maka olahraga pendidikan di mulai pada usia dini melalui jalur pendidikan formal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstakurikuler yang dilakukan dengan proses

pendidikan yang baik, salah satu olahraga pendidikan adalah sepaktakraw.

Sepaktakraw merupakan salah satu olahraga yang telah berkembang luas dan pesat di tengah-tengah masyarakat saat ini. Olahraga pendidikan ini tidak hanya untuk pendidikan saja tetapi sudah mengarah ke olahraga prestasi. Berbagai prestasi sudah diraih siswa, Di tingkat daerah perkembangan olahraga sepaktakraw sangat pesat. Beberapa daerah juga memiliki pusat-pusat pendidikan olahraga sepaktakraw seperti Pusat Pendidikan dan Belajar Pelajar (PPLP), Pusat Pendidikan dan Belajar Daerah (PPLD), sekolah olahraga, dan klub-klub sepaktakraw oleh Pengurus Provinsi Persatuan Sepaktakraw Indonesia (Pengprov PSTI).

Perkembangan olahraga sepaktakraw dapat dilihat dari sejarahnya, bahwa pada zaman dulu orang melakukan sepaktakraw hanya untuk memenuhi kebutuhan dalam menjaga kesegaran tubuh, namun setelah adanya perkembangan kemajuan ilmu pengetahuan dan teknologi yang canggih, orang melakukan sepaktakraw bukan lagi bertujuan untuk memenuhi kebugaran, melainkan sudah memiliki tujuan prestasi dalam olahraga tersebut. Untuk dapat bermain sepaktakraw dengan baik dan indah, maka seorang pemain harus memiliki dan menguasai keterampilan-keterampilan teknik bermain sepaktakraw. Untuk mencetak seorang pemain yang handal tentu harus didukung dengan keterampilan yang memadai terutama

penguasaan keterampilan teknik yang baik. Keterampilan teknik merupakan salah satu faktor yang penting bagi seorang atlet. Tanpa keterampilan teknik yang baik maka jelas seorang pemain tidak akan memiliki prestasi yang bagus.

Weineck dalam Syafruddin (2011:125-126) menjelaskan bahwa, “Teknik sebagai cara yang dikembangkan dalam praktik olahraga untuk memecahkan suatu tugas gerakan tertentu secara efektif yang dapat menghemat dan mengefisienkan pelaksanaan suatu gerakan”. Teknik merupakan salah satu komponen yang sangat penting dan harus diajar karena tanpa penguasaan teknik yang baik maka saat bermain para pemain akan sulit meraih prestasi.

Dalam olahraga Sepaktakraw teknik yang sangat dibutuhkan dan harus dikuasai oleh para pemain yaitu menguasai teknik dasar dan juga teknik khusus. Teknik dasar sepaktakraw antara lain adalah sepak sila, sepak cangkil, menapak, main kepala, mendada, memaha, dan membahu. Sedangkan teknik khusus yaitu teknik lanjutan dari teknik dasar yaitu, *service*, penerimaan bola pertama (*Reservice*), *block*, operan (*passing*) dan *smash*. Kesemuanya ini harus diajardengan baik dan dengan metode yang benar jika prestasi ingin dicapai.

Selain penguasaan teknik tentunya hal ini juga harus didukung dengan kondisi fisik yang baik. Tanpa kondisi fisik yang baik maka penguasaan teknik pun tidak akan maksimal adanya. Karena fisik atau

kemampuan fisik merupakan salah satu komponen dasar untuk meraih prestasi olahraga. Menurut Harsono (1988:100) “Beberapa komponen kondisi fisik yang perlu diperhatikan untuk dikembangkan adalah daya tahan kardiovaskular, daya tahan kekuatan, kekuatan otot (*strength*), kelentukan (*flexibility*), kecepatan, stamina, kelincahan (*agility*), dan power”. Untuk meningkatkan komponen kondisi fisik yang baik maka diperlukan belajar, karena semakin baik kondisi atau kemampuan fisik seseorang maka semakin besar peluangnya untuk berprestasi. Begitu sebaliknya, semakin rendah tingkat kondisi fisik semakin sulit untuk meraih prestasi.

Dalam olahraga Sepaktakraw kondisi fisik dan teknik sangat diperlukan dan memang harus dikuasai oleh setiap pemain. Dengan kondisi fisik yang bagus tanpa diimbangi dengan teknik yang baik, maka sulit menciptakan petarung yang baik pula. Oleh karena itu teknik dalam olahraga sepaktakraw tersebut perlu diajar dengan baik dan dengan metode yang benar.

Idealnya seorang pemain olahraga sepaktakraw mendapatkan materi belajar dengan metode yang baik, maka akan mudah menguasai teknik bermain sepaktakraw dan mampu bermain dengan baik akan mudah meraih kemenangan dalam pertandingan. Selain itu pemain juga harus memiliki mental tanding yang baik dalam bertanding, dengan demikian prestasi puncak yang ingin dicapai akan terealisasi. Begitu juga dengan penguasaan teknik bagi pemain, jika

ingin meraih prestasi yang baik maka diperlukan penguasaan teknik yang baik dan kondisi fisik yang baik pula. Hal lain yang tidak kalah pentingnya adalah ketersediaan sarana dan prasarana dalam belajar, untuk menguasai teknik dengan maksimal.

Di kota Padang perkembangan olahraga sepak takraw sangat pesat. Pembinaan olahraga sepak takraw dilakukan oleh klub-klub dan sekolah-sekolah. Salah satu sekolah yang ada di kota Padang melakukan pembinaan sepak takraw dari tahun 2008 sampai sekarang adalah Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 18 Padang. Sekolah ini membina siswa yang menggemari sepak takraw dan diajar oleh pelatih/guru yang memiliki pengalaman yaitu Syahril Bais, M.Pd. Belajar di sekolah ini dilakukan empat kali seminggu dengan sarana dan prasarana yang tersedia seperti lapangan, bola, net, dan perlengkapan lainnya, sehingga siswa bisa belajar dengan baik. Banyak siswa sepak takraw yang tamat dari sekolah ini masuk ke PPLP Sumbar, selain itu beberapa di antara mereka ikut membela Kota Padang dalam Popda dan Pekan Olahraga Provinsi (Porprov). Namun belakangan ini, siswa tidak ada lagi masuk PPLP Sumbar, maupun juga mewakili atau membela kota Padang dalam kegiatan Popda, Porprov dan event-event terbuka lainnya.

Berdasarkan hasil observasi dan pengalaman peneliti, hal ini terjadi karena kesalahan keterampilan sepak takraw yang sering dilakukan oleh para siswa. Dimana keterampilan sepak takraw yang

dilakukan siswa banyak yang salah. Seperti pada *service* sering menyangkut di net, dan saat memberi umpan atau *passing* yang ditujukan kepada *smash* sering kurang bagus , sehingga temannya tidak bisa melakukan *smash* dengan baik. Guru juga membenarkan bahwa siswa belakangan ini banyak mengalami penurunan dalam teknik keterampilan bermain. Hal ini yang sering diabaikan oleh para siswa SMP N 18 Padang saat belajar. Karena pembelajaran yang diberikan masih memakai pembelajaran konvensional yang mengutamakan ceramah dan demonstrasi.

Tabel 1. Data Observasi Keterampilan sepaktakraw Siswa SMPN 18 Padang

No	Nama	Service			Passing			Menimang Bola		
		B	S	K	B	S	K	B	S	K
1.	Arya Ramadhan	x				x			x	
2.	M. Hakim			x			x			x
3.	Akmal Razaq			x			x			x
4.	Al Khodiman		x			x			x	
5.	M. Fajri			x			x			x
6.	Fikri Mujahidin		x			x			x	
7.	Ibnu Hidayat			x			x			x
8.	M. Yazer	x					x		x	
9.	Fauzan Azhim Bayu			x			x			x
10.	Nofrianto		x			x			x	

(Sumber : Observasi Belajar Siswa SMP 18 Padang)

Kita juga bisa melihat dari hasil observasi belajar bahwa keterampilan sepaktakraw siswa SMP N 18 Padang masih rendah. Padahal keterampilan ini merupakan teknik yang harus bisa dilakukan

dengan baik dan benar untuk mendapatkan kemenangan dalam suatu pertandingan.

Melihat kenyataan ini para guru harus lebih memperhatikan lagi pembelajaran dipakai untuk membentuk teknik yang baik kepada para siswa. Agar para siswa bisa lebih menguasai teknik keterampilan sepak takraw yang benar, dan dapat menciptakan siswa-siswa yang bisa masuk kejenjang lebih tinggi lagi. Diharapkan juga kepada para siswa agar lebih bersungguh-sungguh lagi dalam berlatih, agar dapat menampilkan yang terbaik saat siswa belajar dan dapat meraih prestasi yang diinginkan.

Untuk mengembalikan masa-masa itu tidaklah gampang. Guru maupun guru punya "Pekerjaan Rumah" besar untuk mencapainya kembali para guru harus melihat lagi aspek-aspek yang harus diperhatikan lagi seperti metode belajar, rencana pembelajaran fisik siswa, aspek psikologi seperti motivasi belajar, dan mental bertanding.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melihat, meneliti, serta membahas permasalahan ini, terkait dengan metode belajar. Dalam hal ini adalah penggunaan media audio visual dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional yang berpengaruh terhadap keterampilan sepak takraw siswa SMP N 18 Padang.

## **B. Identifikasi Masalah**

Untuk mendapatkan keterampilan teknik yang baik dibutuhkan beberapa faktor pendukung yaitu di antaranya faktor kondisi fisik, hal ini tentu berkaitan langsung dari dalam diri siswa tersebut atau disebut juga faktor internal. Winarno (2004:35) mengemukakan salah satu kondisi fisik yang dibutuhkan untuk meningkatkan keterampilan dasar bermain sepak takraw adalah koordinasi, kelincahan, kelenturan, kecepatan, daya ledak, kekuatan, dan daya tahan.

Daya tahan yang merupakan kemampuan seseorang mengatasi kelelahan akibat melakukan kerja fisik dan psikis dalam waktu lama. Dalam melakukan keterampilan teknik ada dua daya tahan yang dibutuhkan yaitu daya tahan kardiovaskuler dan daya tahan otot yang merupakan kemampuan melawan kelelahan yang dilihat dari kemampuan melakukan ulangan atau repetisi dengan jumlah yang banyak disertai waktu pemulihan yang relative cepat. Hal ini dibutuhkan dalam pertandingan sehingga siswa dapat bertahan dan masih bisa melakukan keterampilan teknik seperti mengontrol bola dengan sepak sila dengan waktu yang lama.

Koordinasi merupakan kemampuan seseorang untuk merangkaikan beberapa unsur gerak, menjadi satu rangkaian gerakan yang selaras dan sesuai dengan tujuan. Koordinasi gerakan yang dibutuhkan adalah koordinasi mata-kaki, mata untuk melihat saat bola datang yang dilanjutkan dan kaki untuk mengontrol dan menahan bola.

Dengan koordinasi mata-kaki yang bagus, maka gerakan-gerakan tertentu dapat dilakukan dengan tujuan menguasai dan memainkan bola. Tanpa koordinasi mata-kaki yang bagus, siswa tidak akan dapat menguasai dan memainkan bola dengan baik, diduga koordinasi mata-kaki berkontribusi terhadap keterampilan sepaktakraw.

Daya ledak otot tungkai yang merupakan kemampuan kombinasi kekuatan dan kecepatan yang terealisasi. Di dalam teknik *service* maupun *smash* saat diperlukan sekali daya ledak otot tungkai, yaitu untuk mengatasi beban dengan kontraksi yang tinggi. Dengan adanya daya ledak otot tungkai yang dimiliki seorang siswa, siswa akan mudah melakukan teknik *service* dan *smash*

Kelenturan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan persendian dengan ruang gerak yang luas. Kelenturan yang tinggi sangat diperlukan oleh siswa, untuk semua posisi siswa, baik untuk tekong, maupun apit kiri dan kanan. Kelenturan bagi siswa pada posisi *smash* akan sangat kelihatan, ketika seorang *smash* dengan melakukan gerakan akrobatis dengan jangkauan bola yang tinggi, serta perputaran tubuh di atas udara. Sehingga siswa akan dapat menendang bola dengan lecutan yang keras dan mengujam bola ke lapangan lawan. Dengan kelenturan yang bagus, seorang pemain sepaktakraw dapat melakukan keterampilan seperti menimang bola (*sepak sila*), *service*, dan *passing*. Selain dari kelenturan, koordinasi

gerak juga sangat dibutuhkan dalam meningkatkan keterampilan sepak takraw.

Kelincahan (*agility*) adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan berkaitan erat dengan kelentukan. Tanpa kelentukan yang baik seseorang tidak dapat bergerak dengan lincah. Selain itu dalam permainan sepak takraw kelincahan merupakan suatu keharusan terutama kelincahan untuk bergerak dengan cepat dalam melakukan umpan (*passing*) dan saat melakukan *smash*.

Aspek psikologi seperti mental bertanding juga mempengaruhi kemampuan berlatih teknik olahraga sepak takraw. Masing-masing komponen yang telah disebutkan di atas saling berkaitan satu dengan yang lainnya sehingga apabila mental siswa berkapasitas rendah, maka mempengaruhi kemampuan fisik siswa.

Sedangkan faktor dari luar siswa (eksternal) meliputi kualitas guru, ketersediaan sarana dan prasarana, dukungan orang tua serta masyarakat, dan metode pembelajaran. Kualitas guru yaitu bagaimana seorang guru membuat rancangan rencana pembelajaran untuk meningkatkan kemampuan keterampilan sepak takraw dengan baik dan benar sehingga siswa mendapatkan prestasi keningkat lebih tinggi lagi.

Kemampuan penguasaan bola dalam keterampilan dasar bermain sepak takraw sebagai faktor yang sangat dominan sekali, terutama sekali kemampuan sepak sila yang menggunakan kaki bagian

dalam. Ratinus Darwis (1992:15) mengemukakan kemampuan yang penting dalam bermain sepak takraw adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw, bila seorang tidak mempunyai kemampuan tersebut, tidak akan bisa bermain sepak takraw. Kemampuan dasar yang harus dimiliki adalah teknik sepak sila.

Zaidul (2005:7) berpendapat sepak sila merupakan salah satu teknik dasar sepakan yang mempergunakan lekukan kaki bagian dalam, pada permainan sepak takraw, sepak sila sangat dominan sekali dipergunakan untuk; (1) menerima bola *service* lawan, (2) memberikan umpan kepada *smasher*, (3) menerima *smash*/menahan *smash* lawan. Sehingga seorang siswa memiliki kemampuan mengontrol bola dengan baik, karena teknik ini sebagai modal dasar dalam permainan sepak takraw. Sehingga untuk melakukan teknik khusus akan lebih mudah juga, seperti teknik *passing bola* (umpan bola).

Keterampilan *passing* rata-rata semua posisi, *passing* (operan) bola yang sering liar dan kurang baik, operan bola tersebut kurang sampai kepada seorang *smash*, kadang-kadang bola melewati net, sehingga lanjutan untuk *smash* masih liar dan akhirnya memberikan angka untuk lawan, selanjutnya bola yang disepak menyangkut di net dan bola sering dibendung (*bloker*) oleh lawan, sehingga tujuan mencari angka tidak tercapai, yang mana hanya memberikan angka ke pihak lawan.

Apabila memiliki *passing* yang baik, untuk melanjutkan serangan akan dapat tercapai, dengan *passing* bola sangat baik, sehingga kerjasama melakukan serangan ke daerah lawan tercapai juga, tetapi dapat terlihat dalam pertandingan selama ini, dimana masih rendahnya keterampilan *smash* yang dimiliki siswa tersebut juga dipengaruhi juga terhadap *passing* bola yang kurang baik.

Peranan *passing* bola sangat mempengaruhi keterampilan dasar *smash*. Di sini *passing* juga sangat berperan sekali dalam kerjasama serangan kepada *smash*. Jadi dapat terlihat masih rendahnya keterampilan dasar bermain sepak takraw siswa ini.

Kemudian bagaimana ketersediaan sarana dan prasarana seperti tempat belajar, alat-alat yang dipakai untuk berlatih dan lain sebagainya yang digunakan dalam belajar guna menunjang kemampuan keterampilan sepak takraw siswa. Juga dukungan dari orang-orang terdekat terutama orang tua dan keluarga maupun lingkungan masyarakat dalam memberikan dorongan dan juga bantuan baik berupa materi maupun nonmateri yang dapat dimanfaatkan dalam belajar.

Faktor pembelajaran yang merupakan cara guru menyampaikan materi belajar berupa aktivitas fisik dan teknik, dalam hal ini pembelajaran yang tepat akan terlihat dari cepat lambatnya siswa melakukan materi belajar yang diberikan sesuai dengan yang diinstruksikan pelatih. Pembelajaran yang digunakan guru dalam hal

ini tidak hanya kemampuan dalam menyusun program belajar, melainkan kemampuan menerapkan rencana pembelajaran tersebut agar mudah diterima oleh atlet, dan kemampuan guru membuat variasi belajar agar terkesan tidak membosankan. Metode baru yang dipakai untuk melatih keterampilan sepak takraw adalah Metode kekonvensional dengan menggunakan media audio-visual.

Menurut Miarso dalam Rusman (2012:160) “media pembelajaran adalah segala sesuatu yang digunakan untuk menyalurkan pesan serta dapat merangsang pikiran, perasaan, perhatian, dan kemauan si belajar sehingga dapat mendorong terjadinya proses belajar yang disengaja, bertujuan, dan terkendali”. Penggunaan media pembelajaran dirancang untuk dapat memotivasi siswa dan meningkatkan pengetahuan serta keterampilannya karena media ini memiliki karakteristik menarik, interaktif, motivatif dan variatif. Dengan adanya media pembelajaran dalam proses belajar dapat memecahkan masalah untuk mengubah pola pembelajaran siswa menuju lebih efektif.

Dengan meningkatnya pengetahuan dan keterampilan serta dapat menambah motivasi siswa dan pada akhirnya dapat mempertinggi hasil belajar siswa. Salah satu media pembelajaran yang interaktif, inovatif dan variatif adalah media audio-visual dalam bentuk video. Menurut Asyhar (2012:73) media *audio-visual* merupakan media yang dapat menampilkan unsur gambar (visual) dan suara (audio)

secara bersamaan pada saat mengkomunikasikan pesan atau informasi". Dari pendapat ini dapat kita pahami bahwa media *audio-visual* merupakan gabungan antara gambar dan suara yang tampil secara bersamaan. Melalui media *audio-visual* siswa akan lebih mudah memahami berbagai bentuk keterampilan sepakakraw karena ada gambar yang dilihat dan suara petunjuk yang bisa didengar dan dilihat. Oleh karena itu, dalam upaya meningkatkan hasil keterampilan sepakakraw di SMP N 18 Padang menurut penulis dapat menggunakan media *audio-visual*.

Pemanfaatan media audio-visual dalam bentuk video pada proses pembelajaran sangat mendukung sekali dalam upaya untuk meningkatkan efektifitas proses pembelajaran antara lain : 1) memungkinkan terjadinya interaksi langsung antara peserta didik dan materi; 2) proses belajar dapat berlangsung secara individual sesuai dengan kemampuan belajar siswa; 3) mampu menampilkan unsur audio-visual untuk meningkatkan minat belajar; 4) dapat memberikan umpan balik terhadap respon peserta didik dengan segera. Dapat disimpulkan bahwa media audio-visual merupakan media yang baik untuk digunakan untuk meningkatkan kemampuan teknik keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang.

Berdasarkan fenomena-fenomena yang ada maka keterampilan sepakakraw terlihat kurang memuaskan, dimana siswa dari sekolah itu sangat kurang mengikuti pertandingan baik ditingkat sekolah maupun

pertandingan terbuka (umum). Selain itu peneliti memperoleh informasi bahwa metode yang digunakan dalam proses belajar guru masih menggunakan metode konvensional (ceramah dan demonstrasi) yaitu metode mengajar yang lazim digunakan oleh guru selama ini.

### **C. Pembatasan Masalah**

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi keterampilan sepakakraw siswa dan juga keterbatasan-keterbatasan yang ada pada peneliti, maka perlu dilakukan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih terfokus pada suatu pencapaian penelitian yang diharapkan nantinya mampu memberikan solusi kongkrit untuk perbaikan dimasa mendatang. Penelitian ini meliputi tiga variabel yaitu: Penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional sebagai variabel bebas dan Keterampilan sepakakraw sebagai variabel terikat. Penelitian ini dilakukan pada dua satuan belajar yang ada di SMP N 18 Padang.

### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah pembelajaran penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dapat meningkatkan keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang ?

2. Apakah pembelajaran konvensional tanpa media *audio-visual* dapat meningkatkan keterampilan sepakbola siswa SMP N 18 Padang ?
3. Apakah terdapat perbedaan keterampilan sepakbola antara penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dengan pembelajaran konvensional tanpa media *audio-visual* terhadap peningkatan keterampilan sepakbola siswa SMP N 18 Padang ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, dan perumusan masalah. Maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengungkap dan menjelaskan:

1. Pengaruh penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional terhadap Keterampilan sepakbola Siswa SMP N Padang ?
2. Pengaruh pembelajaran konvensional terhadap Keterampilan sepakbola Siswa SMP N Padang ?
3. Perbedaan peningkatan antara penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dengan pembelajaran konvensional terhadap peningkatan keterampilan sepakbola siswa SMP N 18 Padang?

## **F. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna dan bermanfaat secara:

### **1. Teoritis**

- a. Sebagai informasi ilmu pengetahuan keolahragaan khususnya dibidang penggunaan media pembelajaran gerak.
- b. Hasil penelitian ini diharapkan memberikan manfaat secara akademis terhadap sekolah
- c. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti yang akan datang.

### **2. Praktis**

- a. Bagi siswa yang mengikuti belajar sepak takraw di SMP N 18 Padang, sebagai bahan masukan untuk peningkatan keterampilan sepak takraw sehingga dapat mengembangkan potensi diri secara optimal.
- b. Guru olahraga dan guru sebagai masukan dan referensi pada belajar sepak takraw.
- c. Penulis sebagai salah satu persyaratan dalam memperoleh gelar Magister Pendidikan pada Konsentrasi Manajemen Pendidikan Olahraga Program Studi Administrasi Pendidikan Universitas Negeri Padang.

## **BAB II KAJIAN PUSTAKA**

### **A. Landasan Teori**

#### **1. Hakikat Keterampilan Sepaktakraw**

##### **a. Pengertian Keterampilan**

Keterampilan dapat dipahami sebagai indikator dari tingkat kemahiran atau penguasaan suatu hal yang memerlukan gerak tubuh. Sebagai indikator tingkat kemahiran maka keterampilan diartikan sebagai kompetensi yang diperagakan oleh seseorang dalam menjalankan suatu tugas berkaitan dengan pencapaian suatu tujuan, (Luthan, 1988:95). Sedangkan menurut Suharno (1982:12) Keterampilan dalam olahraga memerlukan suatu proses gerakan pembuktian dalam praktek sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas dengan pasti dalam cabang olahraga.

Keterampilan diterjemahkan sebagai pengorganisasian suatu aktivitas dalam hubungan dengan objek atau situasi yang meliputi rangkaian keseluruhan sensorik, dan mekanisme pusat atau gerak (Pyke, 1980). Keterampilan (*skill*) menurut Schmidt dalam Winarno (2004:22) mengemukakan bahwa keterampilan merupakan suatu gerakan yang kualitasnya tergantung pada belajar dan pengalaman individu dalam melakukan suatu aktivitas. Selanjutnya Davis mengutip pendapat Knap yang mendefinisikan keterampilan merupakan suatu kemampuan yang dipelajari dengan

usaha maksimal untuk meningkatkan hasil (Davis dalam Winarno, 2004:23).

Istilah keterampilan sangat terkait dengan konteks pembicaraan tentang definisinya. Keterampilan memiliki sinonim dengan kata tindakan atau tugas (*act atau task*), dan keterampilan dapat juga digunakan untuk menyatakan kualitas penampilan (Magil dalam Winarno, 2004:23). Sebagai contoh kualitas permainan sepakakraw, dalam bentuk keterampilan bermain. Biasanya digunakan sebagai indikator produktivitas sebuah penampilan, kemampuan menampilkan tindakan atau tugas tersebut biasa di kenal dengan istilah keterampilan. Keterampilan dalam konteks belajar dan penampilan dapat dikelompokkan menjadi dua kategori; (1) keterampilan digunakan untuk suatu tindakan atau tugas dan (2) keterampilan yang merupakan kualitas dari sebuah penampilan (kurang terampil), (Zaichkowsky dalam Winarno, 2004:22).

Berdasarkan pendapat di atas, maka dapat disimpulkan keterampilan adalah suatu tingkat kemahiran serta penampilan yang baik dalam suatu permainan yang memperlihatkan kualitas dari suatu penampilan. Untuk memperoleh keterampilan, termasuk keterampilan dasar bermain sepakakraw diperlukan suatu usaha maksimal dengan belajar yang dilakukan secara terarah,

terstruktur, kontinue, berjenjang, dan berkelanjutan, diharapkan akan mampu memperoleh keterampilan yang diinginkan.

Tipe keterampilan dalam olahraga dikelompokkan menjadi dua yaitu; (1) keterampilan eksternal (*eksternal skill*), keterampilan ini melibatkan respon-respon lingkungan yang berubah-ubah sehingga sulit diprediksi, dan (2) keterampilan internal (*internal skill*), keterampilan yang tidak terpengaruh oleh kondisi lingkungan yang berubah-ubah dengan sasaran yang tetap (Singer dalam Winarno, 2004:24).

#### **b. Faktor Mempengaruhi Keterampilan**

Keterampilan teknik merupakan salah satu aspek penting dalam olahraga sepak takraw. Seorang siswa tidak akan bisa memainkan olahraga sepak takraw apabila tidak memiliki keterampilan teknik. Untuk bisa belajar teknik seorang siswa harus mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi keberhasilannya. Menurut Rieder/Lehnertz dalam Syafruddin (2011:201) "keberhasilan seseorang atau siswa dalam belajar dan berlatih teknik ditentukan oleh beberapa teknik yang terdiri dari: 1) faktor kondisi fisik, 2) pengalaman gerakan, 3) bakat dan kemampuan belajar, 4) motivasi, 5) bentuk informasi dan instruksi yang diberikan, 6) lingkungan.

Kemampuan kondisi fisik sangat menentukan bagi seseorang untuk mengoptimalkan teknik-teknik yang dipelajari.

Kondisi fisik yang baik merupakan prasyarat utama untuk menguasai dan mengembangkan suatu keterampilan teknik olahraga. Dalam *sepaktakraw*, beberapa bentuk teknik membutuhkan kondisi fisik saat melatihnnya, seperti *smash*, *passing*, dan *service*. Saat melakukan *service* seorang siswa membutuhkan daya ledak, keseimbangan dan koordinasi yang baik, jika tidak maka hasil yang diperoleh tidak maksimal.

Bakat dan kemampuan belajar juga mempengaruhi seorang siswa dalam mempelajari keterampilan teknik. Seorang siswayang memiliki bakat dicabang olahraga tertentu diduga akan dengan mudah mempelajari keterampilan yang diajarkannya. Selain itu motivasi juga salah satu faktor yang mempengaruhinya, seorang siswa yang memiliki motivasi yang bagus akan selalu memiliki semangat yang tinggi dalam belajar, sehingga keterampilan yang diajarkan diduga bisa dikuasai dengan baik. Sebaliknya siswa yang tidak memiliki motivasi diduga akan malas dalam belajar sehingga penguasaan keterampilannya susah dikuasai dengan baik.

Faktor lain yang ikut mempengaruhi adalah lingkungan sekitar. Menurut Syafruddin (2011:204) “yang dimaksud lingkungan disini adalah sarana dan prasarana, iklim, cuaca, temperatur dan lain-lain”. Sarana dan prasarana merupakan hal yang sangat penting dalam mempelajari keterampilan teknik. Jika sarana dan prasarana olahraga lengkap, cuaca yang baik dan temperatur

udara yang sejuk tentu akan sangat membantu seorang siswa dalam menguasai keterampilan sepaktakraw.

### **c. Pengertian Sepaktakraw**

Sepaktakraw atau sepakraga merupakan cabang olahraga tradisional orang melayu, yang muncul dan berkembang di negara-negara kawasan Asia Tenggara, sehingga cabang olahraga ini dianggap sebagai cabang olahraga asli negara-negara di Asia Tenggara. Menurut Hakim dkk.(2007:4) “kata sepak dan raga berasal dari bahasa melayu, dimana sepak berarti menyepak dan raga adalah bola rotan yang digunakan dalam permainan, yang mana pemain-pemainnya berdiri dalam sebuah lingkaran”. Selanjutnya Engel (2010:1) menyatakan “sepaktakraw, atau yang biasa disingkat “Takraw”, bisa disebut juga “*Kick Volleyball*” (bola voli sepak) atau “*Soccer Volleyball*” (sepak bola voli).

Menurut Asril (1994:6) “olahraga sepaktakraw adalah permainan sepak bola *jarring* yang dimainkan oleh dua regu (masing-masing tiga orang), di atas lapangan dengan ukuran tertentu yang sifatnya kompetitif”. Sedangkan menurut Zaidul (2005:4) “sepaktakraw merupakan permainan yang sangat cepat dengan eksplosif, akrobatis, dan artistik serta mempunyai tingkat kesulitan yang tinggi”. Dari pendapat tersebut dapat kita pahami bahwa sepaktakraw merupakan permainan beregu, yang dimainkan

di atas lapangan dengan ukuran tertentu. Permainan ini sangat cepat dengan eksplosif, akrobatis, serta memiliki kesulitan yang tinggi.

Selanjutnya Winarno (2004:15) berpendapat “sepaktakraw adalah permainan yang dilakukan oleh dua regu yang berlawanan, setiap pemain terdiri dari apit kiri, apit kanan dan tekong, yang dipisahkan dengan net, yang memiliki ukuran dan ketinggian sama dengan net bulu tangkis”. Pendapat ini menjelaskan bahwa satu tim terdiri tekong, apit kanan, dan apit kanan. Permainan sepaktakraw ini dimulai dengan melakukan *service*, yang dilakukan oleh tekong ke daerah lapangan lawan. Kemudian pemain regu lawan mencoba memainkan bola dengan menggunakan kaki dan kepala serta anggota badan selain tangan, sebanyak tiga kali sentuhan.

Permainan sepaktakraw dimainkan di lapangan yang datar dan telah ditentukan ukurannya. Menurut PB.PSTI (2008) “Permainan sepaktakraw dimainkan dilapangan yang berukuran 13,40 m dan 6,1 m yang dibagi dua oleh garis dan net (*jarring*) sekitar 4-5 cm. Bola yang dimainkan terbuat dari *syntetic fiber* yang dianyam dengan lingkaran antara 41-43 cm”. Hal ini menjelaskan bahwa lapangan permainan sepaktakraw tidak terlalu luas, selain itu perlengkapan yang diperlukan tidak terlalu banyak hanya net dan bola.

Dari pendapat para ahli di atas, dapat dikemukakan bahwa sepak takraw adalah permainan yang dimainkan di atas lapangan empat persegi panjang dengan ukuran 13,40 cm, dan lebar 6,10 cm yang anggotanya dimainkan tiga orang pemain dengan menggunakan seluruh bagian badan kecuali tangan sebanyak tiga kali sentuhan yang tujuannya mematikan bola di lapangan lawan sampai mencapai angka terakhir sehingga terjadi kemenangan.

#### **d. Jenis-Jenis Keterampilan Sepak takraw**

Dalam melaksanakan kegiatan olahraga seorang siswa harus mempelajari teknik-tekniknya terlebih dahulu, begitu juga dalam sepak takraw. Penguasaan keterampilan sepak takraw diperlukan agar permainan dapat berjalan dengan baik. Menurut Rahman dalam Winarno (2004:17) "keterampilan individual meliputi: sepak sila, sepak kuda, sepak petik, sepak badik, sepak cangkuk, menggunakan paha, dan menyundul bola (*heading*). Sedangkan keterampilan penguasaan pertandingan meliputi: sepak mula, timangan, memberikan umpan (*passing*), melakukan *smash*, dan melakukan *block*".

Dari pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa banyak keterampilan sepak takraw yang harus dikuasai oleh siswa. Hal yang paling penting adalah keterampilan individual seperti sepak mula (*service*), operan (*passing*), dan menimang bola, karena

teknik ini merupakan dasar dari permainan sepak takraw. Kalau teknik ini bisa dikuasai, diduga teknik yang lain akan mudah dipelajari oleh siswa.

Penguasaan teknik ini dilakukan oleh beberapa posisi yaitu seorang *tekong*, umpan dapat dilihat sebagai pemain belakang (*tekong*) sesuai dengan tugasnya tekong harus terampil dalam melakukan *service*. Demikian juga dengan posisi lainnya seperti *smasher* dan pengumpan yang mempunyai tugas khusus sebagai tukang pukul dan pengumpan. Dia harus mempunyai teknik *smash*, *passing*, *block* dengan baik. Namun tidak tertutup kemungkinan bahwa semua pemain dapat menguasai semua teknik dengan baik sehingga pemain menjadi pemain yang *allround*, kemungkinan ini bisa saja dikembangkan sesuai dengan keinginan pelatih.

Selain pendapat di atas, Tim mengajar sepak takraw (2006:123) menyatakan bahwa "teknik khusus dalam permainan sepak takraw meliputi: a) *service*, b) menerima bola, c) mengumpan, d) *smash*, e) *block*". Sedangkan menurut Winarno (2004:17) teknik dasar bermain sepak takraw meliputi: 1) *service* yang dilakukan tekong, 2) menimang bola, 3) *smash*, 4) *heading*, dan 5) *block*". Dari pendapat ini maka peneliti akan membahas beberapa keterampilan sepak takraw, di antaranya *service*, mengumpan (*passing*), dan sepak sila. Dari beberapa jenis-jenis keterampilan bermain yang diuraikan oleh para ahli di atas, untuk itu peneliti

mengambil keterampilan sepaktakraw seperti modal dasar bermain sepaktakraw membutuhkan teknik sepak sila yang baik, selanjutnya untuk melanjutkan permainan seorang pemain mampu melakukan *service* bawah dengan melewati net, dan terakhir mampu melakukan *passing* yang baik yang diarahkan kepada serangan terakhir dengan melakukan serangan baik dengan *smash* dengan kepala atau juga *smash* gulung dan kedeng.

### **1) Sepak sila**

Dalam bermain sepaktakraw, seorang pemain sepaktakraw dituntut memiliki keterampilan dasar sepaktakraw. Ratinus Darwis (1992:15) mengemukakan kemampuan yang penting dalam bermain sepaktakraw adalah kemampuan dasar bermain sepaktakraw, bila seorang tidak mempunyai kemampuan tersebut, tidak akan bisa bermain sepaktakraw.

Menurut PB Persetasi (1999:4) dalam permainan sepaktakraw menyepak merupakan gerakan yang dominan. Dapat dikatakan bahwa keterampilan menyepak itu adalah induk dari permainan sepaktakraw karena bola dimainkan dengan kaki, mulai dari permulaan permainan sampai membuat angka. Salah satu dari kemampuan dasar atau teknik dasar menyepak tersebut adalah sepak sila.

Sepak sila adalah suatu teknik dasar yang penting dan utama dalam permainan sepaktakraw, karena kemampuan

penguasaan sepak sila yang baik akan memudahkan seseorang dalam mengontrol, mengumpan, menerima bola dan menahan bola dari serangan lawan, (Asril B, 1994:2). Di sisi lain sepak sila adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam yang digunakan untuk; a) menerima bola, b) menimang (menguasai bola), mengumpan dan hantaran bola, menyelamatkan serangan lawan, Ratinus Darwis (1992:16).

Selanjutnya Zaidul (2005:7) berpendapat sepak sila merupakan salah satu teknik dasar sepakan yang mempergunakan lekukan kaki bagian dalam, pada permainan sepaktakraw, sepak sila sangat dominan sekali dipergunakan untuk; 1) menerima bola *service* lawan, 2) memberikan umpan kepada *smasher*, 3) menerima *smash*/menahan *smash* lawan. Pengertian sepak sila menurut PB Persetasi (1999:4) adalah menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam dinamakan dengan sepak sila karena sikap kaki disaat menyepak terlihat seperti bersila. Disini akan bekerja persendian dan otot-otot didaerah pinggang, pinggul, paha dan tungkai bawah. Sedangkan anggota tubuh bagian atas hanya berfungsi sebagai pendukung. Hal ini diperjelas Sulaiman (2008:16) bahwa sepak sila adalah menyepak bola dengan kaki bagian dalam, yang mana pada saat menyepak posisi kaki pukul seperti bersila. Teknik sepak sila digunakan untuk menerima,

menimang dan menguasai bola, mengumpan, operan bola untuk menyelamatkan serangan lawan.

Berdasarkan beberapa pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa sepak sila adalah teknik sepakan yang dominan yang harus dikuasai setiap pemain, yang mana sepakan dilakukan dengan kaki bagian dalam, yang agak ditebuk sedikit seperti kaki bersila yang tujuannya untuk; menimang, mengontrol, bola, *passing* yang baik yang dengan keadaan rileks atau santai dilanjutkan dengan serangan akhir yaitu *smash*.

Pada saat melakukan teknik sepak sila terjadi tarikan otot yang melintang di daerah pinggul ke pangkal paha untuk menarik sendi pinggul dan pangkal paha ke arah *adduksi*. Di sini akan bekerja otot di daerah paha. Untuk mengayun kaki sepak, akan bekerja aktif paling tidak otot paha bagian belakang (*hamstring*) untuk melakukan gerakan *fleksi* terhadap lutut dan disini bekerja sama dengan otot paha bagian depan (*kuadriцеп*) untuk melakukan gerak ekstensi yang bekerja sinergis dengan *hamstring* dalam melakukan kontraksi otot. Makin baik kelenturan otot di daerah ini, akan menjadi penentu dalam melakukan sepak sila.

Zaidul (2005:7) menyatakan bahwa dalam pelaksanaan teknik sepak sila, gerakan kaki yang memukul bola bersumbu pada pangkal paha. Hal yang senada juga dinyatakan Depdiknas (2002:4) bahwa cabang olahraga sepaktakraw sebagian besar

gerakannya didominasi oleh otot, yaitu pinggul, bagian paha, kaki serta bagian pergelangan kaki, sedangkan otot bagian atas lebih bersifat *supporting* (pendukung).

Selanjutnya teknik melakukan sepak sila menurut Ratinus Darwis (1992:16) adalah sebagai berikut;

- 1) Berdiri dengan kedua kaki terbuka berjarak selebar bahu.
- 2) Kaki sepak digerakan melipat setinggi lutut kaki tumpu bagian bawah dari bola.
- 3) Kaki tumpu agak ditekuk sedikit, badan dibungkukkan sedikit.
- 4) Mata melihat ke arah bola.
- 5) Kedua tangan di buka dan dibengkokkan pada siku untuk menjaga keseimbangan.
- 6) Pergelangan kaki sepak pada saat menyepak ditegangkan atau dikencangkan.
- 7) Bola disepak ke atas melewati kepala



Gambar 1. Teknik Pelaksanaan Sepak Sila  
(Sumber: [www.imagesepaktakraw.com](http://www.imagesepaktakraw.com))

Untuk meningkatkan penguasaan pelaksanaan sepak sila yang bagus, seorang siswa harus melakukan belajar teknik sepak sila secara kontinu, variasi dan teratur, agar kontrol bola lebih

mudah, serta mahir sehingga diwaktu belajar tidak merasa bosan dalam mengontrol bola. Siswa harus bisa mengembangkan metode-pembelajaran sepak sila yang dikembangkan dan dipakai dalam pembelajaran maupun belajar bagi siswa dan siswa yang dikembangkan oleh Zaidul (2005:30) yaitu Bentuk-bentuk pelaksanaan belajar sepak sila adalah sebagai berikut:

- a) Mengontrol bola dengan kaki kiri dan kanan dengan bola rendah dan tinggi secara individu
- b) Mengontrol bola dengan kombinasi kaki kiri dan kanan.
- c) *Passing* bola kombinasi kaki kiri dan kanan dengan bola rendah dan tingi secara individu.
- d) *Passing* bola dengan jarak 2 meter secara datar dan tajam bola rendah individu berpasangan.
- e) Menerima bola pantulan yan dilemparkan ke dinding dan langsung menahan bola.
- f) Lempar bola dan mengontrol secara berpasangan.
- g) Menyepak bola ke dinding dan menahan bola dengan kaki kiri dan kanan.

Seorang siswa harus paham dan mengerti dengan teknik pelaksanaan sepak sila, sehingga fungsi sepak sila tersebut akan tercapai dengan baik, Asril B (1990;4) menyatakan bahwa fungsi sepak sila adalah; untuk menerima, menimang, dan menguasai bola, mengumpan, dan umpan bola serta menyelamatkan bola dari serangan lawan.

Dari uraian di atas jelas terlihat bahwa di dalam menerima bola, umpan kepada *smash*, menahan serangan lawan dan menimang bola lebih dominan menggunakan sepak sila. Apabila dengan menguasai kemampuan penguasaan sepak sila yang baik,

maka kemampuan dalam melakukan *smash* yang tepat dan benar akan terasa mudah dalam meyepek bola yang efektif dan efisien.

Untuk perlu diketahui penguasaan teknik dasar sepak sila sebagai dasar dalam belajar sepaktakraw, karena sepak sila yaitu pelaksanaan kontrol bola dengan kaki bagian dalam. Di dalam permainan sepaktakraw teknik sepak sila sering ditemui dan digunakan bagi siswa dalam mengontrol, menerima, serta mengumpan bola ke *smash*. Dari beberapa macam-macam teknik yang lain sepak sila sering dipakai dalam penguasaan bola baik di semua posisi seorang *smasher*, tekong, apit.

Untuk mendukung peningkatan keterampilan dasar bermain sepaktakraw juga di dukung unsur kondisi fisik yang harus dimiliki di antaranya kelenturan dan koordinasi mata-kaki. Kelenturan yang dibutuhkan untuk penguasaan sepak sila adalah kelenturan bagian tungkai dan pergelangan kaki, sedangkan kelenturan bagian pinggang sedikit sekali dibutuhkan untuk teknik sepak sila, tetapi tidak terlepas dari itu kelenturan bagian pinggang juga berperan seperti kombinasi ayunan tangan dan kaki, juga pergerakan persendian bagian pinggang.

## **2) Service**

Untuk memulai permainan dalam sepaktakraw adalah dengan melakukan *service* ke daerah lawan oleh tekong. Engel (2008;48) tekongbiasanya "otak" dalam sebuah regu, Menurut

Harjono dalam Tim mengajar Sepaktakraw (2006:123) "*service* adalah suatu gerak kerja yang penting dalam permainan sepaktakraw, karena point hanya dapat dibuat oleh regu yang melakukan *service*". Sedangkan Suhud (1990:20) mengemukakan bahwa; "*service* merupakan serangan yang pertama terhadap regu lawan. Melalui *service* suatu regu dapat menghasilkan nilai sekaligus memimpin pertandingan sesuai dengan tipe yang dikehendaki regu yang melakukan *service*". Selanjutnya PB. PERSETASI dalam Tim mengajar sepaktakraw (2006:123) menyatakan "*service* atau sepak mula merupakan awal dari permainan sepaktakraw.

Dari beberapa pendapat di atas dapat dijelaskan bahwa *service* merupakan otak dari serangan awal dan akhir dari permainan sepaktakraw untuk mendapatkan nilai (*point*). *Service* dilakukan oleh tekong ke arah lapangan lawan setelah menerima umpan dari apit kanan atau apit kiri. Kesalahan atau kegagalan dalam melakukan *service* berarti hilangnya kesempatan untuk mendapatkan point, maka pelaksanaan *service* hendaknya tekong dapat membuat *service* yang baik dan dapat mencari sasaran yang lemah dari regu lawan.

Dalam permainan sepaktakraw, *service* juga bisa diandalkan untuk mendapatkan *point*. Menurut Winarno (2004:17) "*service* yang baik adalah sajian yang dilakukan dengan cepat dan

tepat, sehingga lawan tidak dapat mengantisipasi, mengontrol bola dan bahkan tidak dapat mengembalikan bola tersebut secara sempurna ke lapangan lawan". Dari pendapat ini jelas kalau *service* yang dilakukan cepat dan tepat akan susah diantisipasi lawan, sehingga lawan tidak bisa mengembalikannya, dan ini akan menghasilkan *point* untuk meraih kemenangan.

*Service* dalam permainan sepak takraw adalah sepakan yang dilakukan tekong ke arah lapangan lawan sebagai cara memulai permainan, oleh sebab itu *service* termasuk salah satu teknik dasar dalam permainan sepak takraw. Teknik merupakan cara kerja yang penting karena angka atau *point* dapat diperoleh regu yang melaksanakan *service*. Sebaliknya kegagalan dalam melakukan *service* berarti hilangnya kesempatan bagi regu itu untuk mendapatkan angka serta memberi peluang bagi regu lawan untuk membuat angka.

Seorang siswa sepak takraw yang baik harus dapat menguasai teknik *service* atas baik kaki kanan maupun kaki kiri kerana pondasi permainan sepak takraw adalah teknik dasar dengan menggunakan berbagai pembelajaran termasuk teknik *service* bola digantung dengan bola dilambung diharapkan akan memberikan kemudahan dalam keterampilan sepak takraw. Siswa yang melakukan *service* dalam sepak takraw dinamakan tekong posisinya berdiri di dalam lingkaran tengah dan ditemani kedua

siswa lainnya yang disebut apit, yang terdiri dari apit kiri dan apit kanan, karena posisi mengapit tekong yang berdiri disudut depan net dalam lingkaran.

Berkaitan dengan arti dan manfaat *service*, Ratinus Darwis (1992;61 ) mengemukakan sebagai berikut :

“Oleh karena *service* itu merupakan suatu kesempatan baik untuk mendapatkan angka, maka ada sebagian pemain/ tekong berusaha mencari *point* dengan *service*. Tekong berusaha melakukan *service* kencang dan keras. Tujuan dari *service* itu hendaklah diarahkan kepada merusak permainan dan pertahanan pihak lawan sehingga kita dapat mengatur serangan-serangan yang baik dan menyebabkan pihak lawan kacau balau. Untuk itu *service* hendaklah dibuat dengan berbagai cara agar dapat memporak-porandakan atau mengelirukan pihak lawan terutama tentang sasaran *service* yang akan dilakukan. Tekong hendaklah membuat *service* yang akan dilakukan. Tekong hendaklah membuat *service* yang baik dan dapat mencari sasaran yang baik yaitu tempat dimana pemainnya lemah dan sukar menerima *service*”

*Service* yang baik yaitu *service* yang bisa diarahkan pada tempat yang sulit dijangkau lawan. Tujuan *service* dalam sepaktakraw adalah untuk mengacaukan permainan lawan. Sekarang ini, *service* dalam permainan sepaktakraw sudah dijadikan sebagai taktik untuk melakukan serangan terhadap regu lawan. Asril, dalam makalahnya peranan *service* adalah “*Service* dalam permainan sepaktakraw sangat mutlak untuk meraih angka sekaligus mencapai kemenangan, kegagalan dalam melakukan *service* berarti hilangnya kesempatan mendapatkan angka dan

memberikan kesempatan kepada regu lawan untuk menambah angka kemenangan". Asril , (1990:4).

## **2) Jenis-jenis *Service***

**Asril Bahar (2008:10 ) bahwa jenis *service* yang dapat digunakan dalam permainan sepak takraw berdasarkan hasil sepakan, adalah sebagai berikut :**

- 1. *Service* bawah**
- 2. *Service* atas**
- 3. *Service* kaki bagian dalam**
- 4. *Service* punggung kaki**
- 5. *Service* telapak kaki**

*Service* atas adalah *service* yang menggunakan kaki dalam, *service* dengan punggung kaki dan *service* dengan telapak kaki.

Teknik melakukan *service* atas:

- a) Saat awalan, terlebih dahulu pemain yang melakukan *service* berdiri didalam lingkaran dengan salah satu lengan diangkat lurus sejajar awalan berada di belakang badan dan salah satu lengan diangkat lurus sejajar dengan permintaan bola yang akan dilambungkan oleh salah satu apit (pelambung).
- b) Saat tolakan, saat bola lambungan mencapai titik ketinggian yang diinginkan, tolakkan tungkai diangkat lurus ke atas dan

dilakukan secara eksplosif dibantu dengan gerakan lengan ke samping badan.

- c) Saat perkenaan bola dengan kaki, dilakukan dengan kaki bagian dalam, punggung kaki atau telapak kaki (tapak).
- d) Saat kaki mendarat, badan mengikuti gerakan lanjutan tungkai dan kaki mendarat dengan mengoper.

*Service* bawah adalah *service* yang dilakukan dengan kaki bagian dalam, gerakannya adalah dengan cara kaki diayun dari bawah, kemudian gerak lanjutannya kaki ditempatkan kedepan. *Service* bawah biasa digunakan oleh pemain pemula yang baru dilatih. *Service* atas adalah jenis sepak mula yang bisa dilakukan oleh pemain yang telah memiliki keterampilan yang lebih baik. Pada *service* atas bola dilambungkan tinggi ke arah tekong maka tekong memukul bola yang masih tinggi dan harus dijangkau sebelum bola turun.



Gambar 2. Teknik *Service* Bawah  
(Sumber:<http://m.suaramerdeka.com>)

*Service* kaki bagian dalam adalah dengan cara memukul bola yang dilambungkan ke arah samping tekong dan bola dipukul saat bola berada kira-kira setinggi antara pinggang dan dada.



Gambar 3. Teknik *Service Atas* dengan Kaki Bagian Dalam  
(Sumber:<http://www.utusan.com>.)

*Service* punggung kaki, adalah jenis sepak mula yang merupakan teknik tinggi. Perkenaan bolanya pada kaki bagian luar atau punggung kaki. Bola dilambungkan tinggi ke arah depan tekong dan bola dipukul sebelum bola turun.



Gambar 4. Teknik *Service Punggung Kaki*  
(Sumber:<http://www.bolarotan.com>)

Untuk jenis teknik *service* yang terakhir adalah *service* dengan mempergunakan telapak kaki. *Service* telapak kaki merupakan salah satu gerak tipuan dalam pelaksanaan sepak mula. *Service* telapak kaki merupakan salah satu gerak tipuan dalam pelaksanaan sepak mula. *Service* jenis ini bisa dilakukan oleh pemain yang sudah memiliki teknik tinggi. Gerakan pada *service* telapak kaki ini adalah bola dilambungkan tinggi ke arah tekong kemudian tekong memukul bola dengan telapak kaki sehingga jalannya bola berputar dan jatuh di depan net lawan. Jika memiliki teknik ini dengan sempurna maka akan sangat menguntungkan karena merupakan suatu taktik tipuan untuk mendapatkan poin.

*Service* dengan menggunakan telapak kaki juga merupakan suatu gerakan antisipasi seandainya lambungan yang diberikan pelambung tidak sesuai dengan yang kita inginkan, maka kita bisa melakukan *service* dengan telapak kaki. Untuk bisa mengantisipasi gerakan dengan baik maka kelentukan yang baik harus dimiliki terlebih dahulu.

Dari berbagai jenis-jenis *service*, perhatian tertuju pada *service* dari yang mudah yaitu bagaimana menyepak bola yang dilambungkan bergerak melalui atas net dan jatuh di lapangan lawan. Selanjutnya dapat ditingkatkan menuju pada jenis *service* yang lebih sukar lagi seperti *service* kencang dan tajam.

Untuk menguasai teknik *service* ini harus mengetahui proses pelaksanaan gerakan *service*. Asril, mengemukakan sedangkan dilihat dari jalannya bola maka *service* dapat dibagi atas: a) *Service* gaya bebas (*Frostly service*), b) *Service* keras dan tajam (*spike service*), c) *Service* tinggi (*lob service*), d) *Service* tipu (*trick service*), e) *Service* sudut (*corner/angle service*), dan *Service* skrup (*screw service*).

### **3) Proses pelaksanaan *service***

Melaksanakan *service* dalam sepak takraw dilakukan oleh seorang pemain yang disebut tekong yang berperan menyepak bola yang dilambungkan oleh teman seregunya (apit) guna mengarahkan bola ke lapangan lawan sebagai penyajian bola pertama dalam permainan. Teknik pelaksanaan *service* ini tergantung dari jenis sepakan yang dipergunakan.

Sebelum menjelaskan proses pelaksanaan gerakan *service*, terlebih dahulu dikemukakan beberapa keharusan sebagai ketentuan pelaksanaan yang merupakan salah satu peraturan permainan khususnya mengenai *service*. Ketentuan yang dimaksud adalah :

- a) Tekong atau yang melakukan *service* harus berada di tempat *service* yang telah ditentukan dan memberi tanda arah datangnya bola yang diinginkan kepada apit yaitu melalui acungan tangan.

- b) Tekong berusaha menyepak bola melewati atas net ke arah yang diinginkan dan masuk ke lapangan lawan.

Untuk melaksanakan ketentuan *service* di atas, Ratinus Darwis (1992:62 ) mengemukakan teknik pelaksanaan *service* sebagai berikut :

“1). Berdiri di tempat (lingkaran) *service* satu kaki di dalam lingkaran dan kaki yang satu lagi di luar lingkaran, 2). Tangan kiri (jika tekong menyepak dengan kaki kanan) menunjukkan jalannya bola yang akan dilambungkan oleh apit sesuai dengan permintaan tekong, 3). Sebaiknya bola ditendang ketika ketinggiannya kurang lebih setinggi lutut, 4). Setelah bola disepak, badan digerakan mengikuti lanjutan gerak kaki sepakan untuk menjaga keseimbangan”.

Teknik pelaksanaan *service* dalam permainan sepak takraw, yang dijelaskan adalah suatu aktifitas gerak yang dimulai dari gerakan yang sederhana yaitu menyepak bola melewati atas net selanjutnya menuju ke gerakan yang agak sukar yaitu ke tempat-tempat yang diinginkan serta sampai pada gerakan yang sukar seperti gerakan bola yang kencang dan tajam maupun gerak bola yang berputar atau *plash*. Makin menuju pada teknik pelaksanaan yang makin sukar membutuhkan berbagai faktor yang perlu diperhatikan dalam proses belajar keterampilan *service* dalam permainan sepak takraw.

Dari semua jenis-jenis *service* yang dijelaskan di atas. Peneliti mengambil *service* bawah. Alasan peneliti mengambil teknik *service* bawah adalah, dikarenakan anak-anak masih ikut

dalam kegiatan ekstrakurikuler yang melakukan belajar atau pertemuan selama 4 kali seminggu, dan sebagian banyak tingkat pemula yang baru belajar sepak takraw selama 1 tahun, untuk itu peneliti mengambil sampel siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw di SMP Negeri 18 Padang.

### **3) Mengumpan atau *passing***

Mengumpan merupakan keterampilan sepak takraw yang penting dikuasai oleh siswa, dengan umpan yang baik maka serangan dalam keterampilan dasar bermain sepak takraw akan terlihat. Mengumpan sering disebut juga dengan mengoper atau *passing*. Menurut Tim mengajar sepak takraw (2006:129) “mengumpan adalah gerakan lanjutan dari pada menerima bola, di mana diharapkan hasil dari mengumpan dapat dilakukan gerakan selanjutnya yaitu *smash*”. Umpan yang sering dilakukan dalam permainan sepak takraw adalah umpan lambung yang ditujukan kepada *smasher*. Menurut Engel (2010:51) “umpan lambung dilakukan dengan mendorong bola ke atas dengan cukup tinggi, sehingga bola jatuh lurus, didekat jaring sehingga pemain yang sama atau lainnya dapat melakukan *smash* pada bola ke lapangan lawan”.

Berdasarkan pendapat di atas dapat kita pahami bahwa mengumpan merupakan memberikan bola lambung (ke atas) kepada pemain lain (teman) dengan tujuan untuk melakukan

*smash*. Agar teman bisa melakukan *smash* dengan baik maka umpan yang sering diberikan adalah umpan lambung. Umpan lambung yang diberikan di dekat jaring atau net sehingga teman dapat melakukan *smash* ke lapangan lawan.

Agar keterampilan mengumpan dilaksanakan dengan baik maka seorang pengumpan harus juga memperhatikan yaitu gerak kerja umpan setelah bola pertama dengan kriteria sebagai berikut;

(1) setelah menerima bola pertama, pengumpan berusaha menempatkan dirinya berada di bawah bola, (2) lakukan umpanan bola dengan mempergunakan salah satu bentuk dari teknik dasar sepaktakraw (sepak sila, main kepala, sepak kura dan sepak badek), (3) pada waktu pelaksanaan usahakan posisi kita dalam keadaan stabil, (4) arahkan bola ke arah *smasher* sesuai dengan ketinggian yang diinginkan, (5) setelah melakukan umpan, pengumpan sebaiknya mengikuti arah jalannya bola untuk menjaga kemungkinan kalau seandainya bola yang dipukul oleh *smasher* dapat dibendung atau ditangkis oleh pemain lawan, (Zaidul, 2005:190).

Ratinus Darwis (1992;182) mengungkapkan dalam usaha memberi umpan kepada teman satu regu ada beberapa hal yang perlu diperhatikan antara lain; pengumpan memastikan arah umpan yang akan diberikan, tinggi umpan harus sesuai dengan keinginan *smasher* (yang melakukan *smash*) mengetahui terlebih dahulu jenis *smash* yang akan dilakukan membutuhkan umpan yang baik. Memberikan umpan yang tenang, usahakan agar arah jalannya bola tidak terlalu kencang supaya memudahkan *smasher* melakukan *smash*.

Seorang pengumpan harus memahami tipe seorang *smash*, yang mana umpan yang baik itu adalah laju bola yang tinggi, lambat dan parabol, sehingga *smash* tersebut mudah sekali memukul/meyepak bola pada saat di udara. Ratinus Darwis (1992) menguraikan jenis umpan yang baik yang diberikan kepada pihak lawan sebagai berikut; (1) umpan langsung, (2) umpan apit, (3) umpan bersudut tepat di net, (4) umpan bebas dalam membabi buta. Sedangkan Rick Engel (2010:51) menjelaskan juga ada sasaran umpan yang tujuannya untuk membingungkan lawan, pengumpan tergantung kemampuan ke arah yaitu ;

- a) Umpan rapat, dalam, rendah yaitu bola diumpan dekat *jarring*, diantara dua apit dengan ketinggian 8-12 kaki untuk spike cepat.
- b) Umpan standar-dalam, tinggi yaitu standar bola diumpan pada jarak standar antara lingkaran *service* dan 2-3 kaki di dekat jaring, diantara kedua apit dengan ketinggian 13-20 kaki atau lebih untuk menghasilkan *spike* yang lebih keras. Selain itu teknik kontak dengan bola lebih tinggi karena seorang *smash* memiliki cukup waktu mengejar bola dan melompat
- c) Umpan rapat-luar, rendah bila bola diumpan dekat jaring, lebih mendekati garis samping lapangan, dengan ketinggian 8-12 kaki .
- d) Umpan standar-luar, tinggi yaitu bola di umpan pada jarak standar antara lingkaran *service* dan 2-3 kaki di depan *jarring* dan mendekati garis samping, dengan ketinggian 13-20 kaki atau lebih untuk menghasilkan *smash* menyilang yang lebih keras dan kontak bola yang lebih tinggi.

Agar teknik pelaksanaan mengumpan dapat dilakukan dengan baik, maka seorang pengumpan bola harus melakukan belajar teknik dasar secara berulang-ulang dan teratur. Untuk

melakukan belajar tersebut dapat dilakukan secara individu, berpasangan, bertiga, dan berkelompok. Dengan melakukan teknik umpan dengan kaki kanan dan kaki kiri baik secara *drill* yang dilakukan dengan sepak sila, sepak kura, memaha dan kepala.

Cara peningkatan belajar *passing* dapat dilakukan dengan menggunakan keranjang atau ring basket, yaitu dengan cara memasukan bola secara bergantian, baik itu dilakukan dengan kaki kiri, kaki kanan, kepala, dan kombinasi atau melalui metode *drill* teknik dasar yang dikombinasikan. Oleh sebab itu teknik memasukan bola dengan arah sasaran tersebut akan meningkatkan teknik mengumpan dalam sepaktakraw, selain itu dapat meningkatkan koordinasi mata-kaki secara bagus.

*Passing* sangat berperan sekali dalam keterampilan bermain sepaktakraw, yang mana seorang *passing* berdiri pada apit kanan dan ada juga pada apit kiri yang juga dinamakan juga seorang *pider*, tugas utamanya sebagai mengumpan bola atau menghantarkan bola kepada seorang *smash* yang baik, tidak tertutup kemungkinan melakukan *smash* dan *blocker*. Peranan *passing* dalam keterampilan sepaktakraw sangat dibutuhkan sekali, terlihat hasil penelitian yang telah dilakukan bahwa *passing* diduga berkontribusi dalam peningkatan keterampilan sepaktakraw.

Untuk itu teknik pelaksanaan *passing* tidak boleh diabaikan dalam belajar. Seorang siswa perlu sekali menambah dan

meningkatkan teknik pelaksanaan *passing* yang baik, yaitu dengan pelaksanaan belajar/kontrol bola secara berpasangan dengan teman, baik secara terus menerus, seperti; (1) *passing* bola dengan memakai satu bola, (2) *passing* bola bertiga orang dengan dua buah bola, (3) *passing* bola parabol, (4) *passing* bola datar dengan satu kali dan dua kali sentuhan, (5) *passing* bola satu kali sentuhan dengan jarak lima meter, dan *passing* bola 15 menit sampai dengan 30 menit, (6) kontrol bola berpasangan ke dinding.

Dari uraian tersebut dapat di ambil kesimpulan bahwa, teknik pelaksanaan *passing* dalam sepak takraw sangat dibutuhkan sekali. Untuk itu perlu belajar secara teratur dan kontinue, bahwa siswa juga dituntut belajar dengan serius. Seorang guru tidak boleh mengabaikan teknik pelaksanaan *passing*, karena teknik tersebut berperan sekali dalam permainan sepak takraw, karena keterampilan mengumpan tidak mungkin bisa dilakukan bila hanya dilakukan satu atau dua kali saja. Posisi lawan yang akan melakukan *block* dan jenis-jenis *block* hal utama yang harus dipelajari, dan hal yang tak kalah penting adalah memahami kebiasaan teman yang akan melakukan *smash*. Apabila *passing* bola yang baik maka seorang *smash* akan mudah, menyepak, memukul bola tersebut dengan baik.



itu adalah segala upaya yang dilakukan oleh guru (pendidik) agar terjadi proses belajar pada diri siswa. Sedangkan Lutan dalam Hermanto (2010:17) mengatakan mengajar adalah seperangkat kegiatan yang disengaja oleh seseorang yang memiliki pengetahuan dan keterampilan yang lebih dibandingkan dengan diajar. Sehubungan dengan hal itu, Sudjana (2009:28) mengemukakan bahwa: belajar adalah proses melihat, mengamati, memahami sesuatu.

Dari penjelasan tersebut dapat disimpulkan bahwa belajar merupakan proses perubahan dari tidak bisa menjadi bisa yang terjadi pada diri siswa. Siswa yang dikatakan belajar apabila terjadi proses perubahan, seperti pengetahuan, keterampilan dan tingkah laku pada diri seseorang (siswa) yang relative permanen.

Skinner dalam dimiyati belajar adalah suatu perilaku, sedangkan menurut Gagne belajar merupakan kegiatan yang kompleks. Menurut Winkel dalam Sutisna belajar adalah semua kativitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktifi dalam lingkungan, yang menghasilkan perubahan-perubahan dalam pengolahan pengalaman. Moh. Surya dalam Sutisna belajar adalah suatu proses usaha yang dilakukan individu untuk memperoleh suatu perubahan tingkah laku yang baru keseluruhan, sebagai pengalaman individu itu sendiri dalam interaksinya dengan lingkungan. (proses pembelajaran, Sutisna (2009)

Melihat dari uraian sebelumnya dapat disimpulkan bahwa pembelajaran keterampilan gerak merupakan proses perubahan yang diajar atau pengalaman untuk meningkatkan efisien dalam melakukan gerakan yang kompleks, yang membutuhkan koordinasi bagian tubuh untuk mencapai gerakan yang seutuhnya. Pembelajaran keterampilan sepaktakraw adalah proses belajar mengajar yang bertujuan agar siswa memperoleh pengertian, kecakapan atau ketangkasan tentang keterampilan gerak yang diberikan atau diajarkan. Model Pembelajaran yang diberikan kepada siswa oleh guru yaitu penggunaan media audio-visual dalam pembelajaran konvensional.

Dalam kamus besar bahasa Indonesia (KBBI, 1989 : 454) konvensional berarti kebiasaan, kelaziman, tradisional. Metode konvensional adalah metode yang sudah lazim, sudah biasa dilakukan guru selama ini. Yatim juga berpendapat (2008:145) yaitu metode konvensional merupakan cara lama (tradisional) bahwa pembelajaran telah dipersiapkan menjadi kegiatan meniru, yaitu suatu proses yang melibatkan siswa untuk mengulangi atau meniru apa yang dicontohkan guru.

Memang, model konvensional ini tidak harus kita tinggalkan, dan guru mesti melakukan model konvensional pada setiap pertemuan, setidaknya-tidaknya pada awal proses belajar dilakukan. Atau kita memberikan kepada anak didik sebelum kita memberikan

rencana pembelajaran yang akan diberikan. Menurut Toho (2000:58) belajar dalam konteks olahraga adalah "aktivitas yang dilakukan secara sistematis, terencana, berulang-ulang dan meningkat dengan cara bertahap dalam waktu yang lama, yang bertujuan meningkatkan fungsi fisiologis, psikologis dan sosiologis pelakunya guna memenuhi kebutuhan tugasnya".

Jika dilihat dari cara penyampaian rencana pembelajaran oleh guru, yaitu pembelajaran konvensional yang sering diberikan oleh guru di SMP N 18 Padang menggunakan modus *telling* (pemberian informasi), modus *demonstrating* (memperagakan), dan *doing direct performance* (memberikan kesempatan untuk menampilkan unjuk kerja secara langsung). Dalam kata lain, guru lebih sering menggunakan strategi atau metode ceramah dan metode demonstrasi dengan mengikuti urutan materi dalam program belajar. Guru berasumsi bahwa keberhasilan rencana pembelajaran dilihat dari ketuntasannya menyampaikan seluruh materi yang ada dalam program belajar.

Menurut Syaiful Bahri dan Aswan (2010:90), metode demonstrasi adalah cara penyajian pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada siswa penyajian pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, atau benda tertentu yang dipelajari, baik sebenarnya ataupun tiruan, yang sering disertai dengan

penjelasan([http://repository.library.uksw.edu/bitstream/handle/123456789/929/T1\\_292008203\\_BAB%20II.pdf?sequence=3](http://repository.library.uksw.edu/bitstream/handle/123456789/929/T1_292008203_BAB%20II.pdf?sequence=3)).

Dari uraian di atas, dapat dipahami bahwa metode demonstrasi adalah dimana seorang guru memperagakan langsung suatu hal yang kemudian diikuti oleh siswa sehingga ilmu atau keterampilan yang didemonstrasikan lebih bermakna dalam ingatan masing-masing siswa.

Tujuan dan kegunaan metode demonstrasi, antara lain: (<http://ruhilfida.wordpress.com/2012/01/04/hello-world/>)

1. Untuk memudahkan penjelasan sebab penggunaan bahasa lebih terbatas
2. Untuk membantu anak dalam memahami dengan jelas jalannya suatu proses dengan penuh perhatian
3. Untuk menghindari verbalisme
4. Cocok digunakan apabila akan memberikan keterampilan tertentu.
5. Adapun aspek yang penting dalam menggunakan Metode Demonstrasi adalah:
  - a) Demonstrasi akan menjadi metode yang tidak wajar apabila alat yang didemonstrasikan tidak bisa di amati dengan seksama oleh siswa. Misalnya alatnya terlalu kecil atau penjelasannya tidak jelas.
  - b) Demonstrasi menjadi kurang efektif bila tidak diikuti oleh aktivitas di mana siswa sendiri dapat ikut memperhatikan dan menjadi aktivitas mereka sebagai pengalaman yang berharga.

- c) Tidak semua hal dapat didemonstrasikan di kelas karena sebab alat-alat yang terlalu besar atau yang berada di tempat lain yang tempatnya jauh dari kelas.
- d) Hendaknya dilakukan dalam hal-hal yang bersifat praktis
- e) Sebagai pendahuluan, berilah pengertian dan landasan teori dari apa yang akan di demonstrasikan.
- f) Dan adapun sebaiknya dalam Mendemonstrasikan pelajaran tersebut guru harus terlebih dulu Mendemonstrasikan dengan sebaik-baiknya, baru diikuti oleh siswa-siswanya yang sesuai dengan petunjuk.

Metode ceramah adalah metode paling kuno, artinya sejak proses belajar diselenggarakan, metode ceramah merupakan metode yang pertama kali diterapkan oleh para pelatih. Dalam metode ini, guru menyampaikan proses belajar secara lisan, artinya guru menjelaskan secara lisan materi yang harus dilakukan oleh siswa. Sedangkan menurut Nana Sudjana metode ceramah adalah penuturan bahan pelajaran secara lisan. (<http://lilidewi40.wordpress.com/2013/05/01/pengertian-metode-ceramah/>).

Metode ceramah yaitu sebuah metode mengajar dengan menyampaikan informasi dan pengetahuan secara lisan kepada sejumlah peserta didik yang pada umumnya mengikuti secara pasif (<http://clarashinta92.wordpress.com/2013/04/17/metode-pembelajaran/>).

Syah (2007:203) menyatakan bahwa metode ceramah memiliki kebaikan-kebaikan dan kelemahan, di antaranya:

- 1) Kebaikan-kebaikan metode ceramah, antara lain : (a) sebagai satu-satunya metode yang paling ekonomis untuk menyampaikan informasi; (b) paling efektif untuk mengatasi kelangkaan buku paket atau rujukan yang terjangkau oleh siswa.
- 2) Kelemahan-kelemahan metode ceramah, antara lain : (a) membuat siswa menjadi pasif; (b) mengandung unsur paksaan kepada siswa, dan (c) menghambat daya kritis siswa.

### **3. Hakikat Media Audio-Visual**

Maldino dkk,(2008:6) mengemukakan media merupakan berbagai perantara yang bermakna komunikasi. Berasal dari bahasa latin medium (diantara), istilah ini berarti segala sesuatu yang membawa informasi antara sumber (guru) dan penerima (siswa). Sadiman (2006:6) mendefinisikan media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Suparman dalam Sutikno (2009:106) “mendefinisikan, media sebagai alat yang digunakan untuk menyalurkan pesan atau informasi dari pengirim kepada penerima data.

Dari kutipan di atas dapat kita pahami bahwa media pembelajaran merupakan alat perantara yang digunakan dalam proses belajar mengajar. Media pembelajaran yang digunakan bertujuan agar si belajar dalam hal ini siswa bisa terangsang pikiran, perasaan, dan perhatiannya untuk bisa belajar lebih baik

lagi. Selain itu media pembelajaran digunakan agar proses belajar bisa berjalan secara efisien dan efektif.

#### **a. Fungsi dan penggunaan Media Audio-Visual**

Menurut Arief S, Sadiman dkk (2006:17) secara umum media pendidikan (pembelajaran) mempunyai kegunaan-kegunaan sebagai berikut :

1. Memperjelas penyajian pesan agar tidak bersifat verbalitas (dalam bentuk kata-kata tertulis atau lisan belaka)
2. Mengatasi keterbatasan ruang, waktu dan daya indra; misalnya
  - a. Objek yang terlalu besar, biasanya digantikan dengan realita, gambar film atau model.
  - b. Objek yang kecil dibantu dengan proyektor mikro, flim bingkai, film atau gambar.
  - c. Gerak terlalu lambat atau cepat, dapat dibantu dengan *timelapse* atau *high speed photography*.
  - d. Kejadian atau peristiwa yang terjadi dimasa lalu bisa ditampilkan lagi lewat rekaman flim, video, flim bingkai, foto maupun secara verbal
  - e. Objek yang terlalu kompleks (misalnya mesin-mesin) dapat disajikan dengan model, diagram, dan lain-lain.
3. Penggunaan media pendidikan secara tepat dan bervariasi dapat mengatasi sikap pasif anak didik.
4. Dengan sifat yang unik pada tiap siswa ditambah lagi dengan lingkungan dan pengalaman yang berbeda, sedangkan kurikulum dan materi pendidikan ditentukan sama atau setiap siswa, maka guru banyak mengalami kesulitan bila mana semuanya itu harus diatasi sendiri. Masalah ini dapat diatasi dengan media pembelajaran, yaitu dengan kemampuannya dalam :
  - a. Memberikan perangsang yang sama;
  - b. Menyamakan pengalaman;
  - c. Menimbulkan persepsi yang sama;

Dalam proses belajar, pemilihan media yang tepat sangat berperan dalam meningkatkan hasil belajar. Jenis media yang

digunakan harus sesuai dengan rencana pembelajaran yang akan diajarkan. Menurut Asyhar (2012:44) “meskipun beragam jenis dan format media sudah dikembangkan dan digunakan dalam pembelajaran, namun pada dasarnya semua media tersebut dapat dikelompokkan menjadi empat jenis, yaitu media visual, media audio, media audio-visual dan multimedia”.

Media visual merupakan media yang hanya bisa dilihat, seperti media gambar, foto, poster dan lain-lain. Media *audio* merupakan media yang hanya bisa didengar seperti radio, sedangkan media *audio-visual* merupakan media yang bisa dilihat dan didengar seperti film dan video. Selain itu ada multimedia yang merupakan media yang melibatkan beberapa jenis media dan peralatan secara terintegrasi dalam suatu proses belajar.

Belajar yang efektif memerlukan perencanaan yang baik. Oleh karena itu media yang digunakan dalam proses belajar juga memerlukan perencanaan yang baik. Salah satu media yang bisa digunakan dalam belajar adalah media *audi-visual*. Menurut Asyhar (2012:73) “media *audio-visual* adalah media yang dapat menampilkan unsur gambar (visual) dan suara (audio) secara bersamaan pada saat mengkomunikasikan pesan atau informasi”. “Media *Audio-visual* adalah Media instruksional modern yang sesuai dengan perkembangan zaman (kemajuan ilmu pengetahuan, dan teknologi) meliputi media yang

dapat dilihat dan didengar)”, (Harmawan,<http://robiatulfazriah.blogspot.com>).

Media *audio visual* terdiri atas *audio visual* diam, yaitu media yang menampilkan suara dan gambar diam seperti film bingkai suara (*sound slide*), film rangkai suara. *Audio-visual* gerak, yaitu media yang dapat menampilkan unsur suara dan gambar yang bergerak. Media ini mempunyai kemampuan yang lebih, karena media ini mengandalkan dua indera sekaligus, yaitu indera pendengaran dan indera penglihatan. Dengan media tersebut diharapkan bisa membangkitkan motivasi dalam belajar dan memperjelas materi yang disampaikan.

Dalam pelaksanaannya media *audio-visual* merupakan media perantara atau penggunaan materi dan penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga membangun kondisi yang dapat membuat siswa mampu memperoleh pengetahuan, keterampilan, atau sikap. Hal ini akan sangat efektif digunakan dalam proses pembelajaran, terutama pembelajaran keterampilan sepaktakraw. Siswa bisa melihat gerakan dari teknik-teknik sepaktakraw dan mendengar instruksinya sekaligus, sehingga dalam mengaplikasikannya akan lebih mudah.

Pendapat ini menjelaskan bahwa media *audio-visual* merupakan media instruksional modern yang menampilkan unsur gambar dan suara sekaligus. Gambar yang dilihat dan diiringi

dengan suara yang didengar akan memudahkan siswa dalam memahami dan mempelajari teknik yang diajarkan, sehingga tujuan belajar yang ingin dicapai bisa terwujud dengan baik. Salah satu contoh dari media *audio-visual* adalah media video.

Video termasuk teknologi audio-visual menurut Azhar (2010:30) adalah “ cara menghasilkan atau menyampaikan materi dengan menggunakan mesin-mesin dan elektronika untuk menyajikan pesan-pesan audio-visual”. Hamzah (2007:125) juga berpendapat video dapat digunakan sebagai alat bantu mengajar pada beerbagai bidang studi, termasuk bidang studi yang memperlajari keterampilan motorik. Jadi pengajaran melalui audio-visual berupa video adalah produksi dan penggunaan materi yang penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran serta tidak seluruhnya bergantung pada pemahaman kata atau simbol-simbol serupa.

Dari penjelasan-penjelasan yang telah diuraikan di atas, dapat kita pahami bahwa penggunaan media *audio-visual* dalam proses belajar memiliki kelebihan dan kekurangan. Walaupun demikian, apabila penggunaan media dilakukan dengan baik dan benar selama proses belajar, diduga akan dapat meningkatkan keterampilan sepaktakraw siswa.

Berdasarkan penjelasan di atas tentang pembelajaran konvensional berupa ceramah dan demonstrasi serta media *audio-*

*visual*, maka peneliti akan menggunakan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional.

#### **d. Kajian Penelitian Yang Relevan**

Berdasarkan telaah kepustakaan yang dilakukan, ditemukan beberapa hasil penelitian ini yang relevan dan berhubungan dengan variabel pada penelitian ini yaitu:

1. Sul Hadi (2012) Pengembangan Media Pembelajaran Audio Visual pada materi mengidentifikasi Komponen Pasif Elektronika Dalam Bentuk DVD Kelas X Teknik Elektronika SMK N 1 Bangkinang hasil penelitian ini menunjukkan bahwa media pembelajaran audio visual dalam bentuk DVD valid, praktis dan efektif. Rata-rata validitas media (83,90). Praktikalitas yang ditinjau dari angkaet praktikalitas untuk guru (89,66) dan siswa (83,81). Media pembelajaran dalam bentuk DVD ini efektif, ini dapat dilihat dari aktivitas dan hasil belajar siswa. Kesimpulan penelitian adalah media pembelajaran audio visual materi mengidentifikasi komponen pasif elektronika kelas X SMK dinyatakan valid, praktis dan efektif.
2. Henny Jacobs (2011) Pengembangan Media Video Pembelajaran Menggambar Ditaman Kanak-Kanak. Berdasarkan hasil validasi dari pakar dinyatakan bahwa media video sudah sesuai, jelas berkaitan, sederhana dan meningkatkan kreativitas. Hasil belajar sudah mencapai ketuntasan 85% ( $85% > 75%$ ), analisa secara

statistic diperoleh rerata = 86,5 median = 91,2 standar deviasi = 8,81. Dapat dikatakan media ini sangat valid (sahih) dengan hasil yang sangat mengagumkan.

3. Edi Ismanto (2010). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Koordinasi Mata-Kaki Terhadap Kemampuan Bermain Sepaktakraw Siswa Persatuan Sepaktakraw Indonesia (PSTI) Riau. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa 1) daya ledak otot tungkai berkontribusi terhadap kemampuan bermain sepaktakraw sebesar 37,6%, 2) koordinasi mata-kaki berkontribusi terhadap kemampuan bermain sepaktakraw sebesar 20,1% dan 3) daya ledak otot tungkai dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan bermain sepaktakraw sebesar 46,6%.
4. Syahril Bais (2011). Kontribusi kelenturan dan koordinasi mata-kaki terhadap keterampilan dasar bermain sepaktakraw siswa pemusatan belajar provinsi PON XVIII-2012 Sumatera Barat. Hasil penelitian didapatkan bahwa 1) kelenturan berkontribusi terhadap keterampilan dasar bermain sepaktakraw sebesar 19%, 2) koordinasi mata-kaki berkontribusi terhadap keterampilan dasar bermain sepaktakraw sebesar 22%, 3) kelenturan dan koordinasi mata kaki berkontribusi secara bersama-sama terhadap keterampilan dasar bermain sepaktakraw sebesar 44%.

## **B. Kerangka Berpikir**

### **1. Pengaruh Penggunaan Media *Audio-visual* dalam Pembelajaran Konvensional Terhadap Keterampilan Sepaktakraw Siswa SMP 18 Padang**

Sepaktakraw adalah salah satu cabang olahraga yang dikembangkan dalam kegiatan ekstrakurikuler di Sekolah Menengah Pertama (SMP) negeri 18 Padang. Sepaktakraw tidak hanya sekedar kegiatan ekstrakurikuler tetapi sudah mengarah kepada pengembangan prestasi siswanya. Agar bisa mendapatkan prestasi yang baik maka siswa harus menguasai keterampilan sepaktakraw yang dipelajari selama proses belajar. Keberhasilan siswa dalam menguasai keterampilan sepaktakraw tidak hanya didasari keinginan siswa untuk belajar dan kemampuan guru dalam melatih, tetapi pemilihan pembelajaran yang tepat juga mempengaruhinya.

Penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional adalah salah satu media yang bisa digunakan untuk meningkatkan keterampilan sepaktakraw. Di dalam pembelajaran konvensional menggunakan ceramah dan demonstrasi. Metode ini sudah biasa digunakan oleh guru dalam belajar. Sedangkan media *audio-visual* yaitu media yang menampilkan unsur gambar yang bergerak dan bersuara. Dengan menambahkan media *audio-visual* dalam belajar siswa akan lebih mudah memahami rangkaian gerak

dari keterampilan sepaktakraw, karena siswa bisa melihat langsung gerakan dan mendengarkan instruksi dari video yang ditayangkan.

Berdasarkan keterangan yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diduga proses belajar dengan menggunakan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dapat memberikan pengaruh terhadap keterampilan sepaktakraw siswa SMP 18 Padang.

## **2. Pengaruh Pembelajaran Konvensional Terhadap Keterampilan sepaktakraw Siswa SMP 18 Padang**

Di dalam usaha untuk meningkatkan keterampilan sepaktakraw siswa pada umumnya dilakukan melalui proses belajar yang sistematis, teratur dan kontinu. Proses belajar tidak hanya melibatkan siswa, guru dan pelatih atau pembelajaran saja, tetapi pemilihan pembelajaran yang tepat juga bisa meningkatkan prestasi siswa. Penggunaan pembelajaran merupakan salah satu usaha, agar siswa selalu memiliki motivasi dalam mengikuti setiap materi yang diajarkan.

Pembelajaran konvensional merupakan salah satu pembelajaran yang dapat digunakan dalam usaha meningkatkan keterampilan sepaktakraw siswa. Pembelajaran konvensional dapat memudahkan pemahaman terhadap suatu materi belajar yang rumit atau kompleks. Pembelajaran konvensional juga dapat menyuguhkan elaborasi yang menarik tentang struktur atau

organisasi suatu hal, sehingga juga memperkuat ingatan. Selain itu pembelajaran konvensional dapat menumbuhkan minat siswa dan memperjelas hubungan antara isi materi belajar dengan dunia nyata.

Untuk memperoleh kemanfaatan yang sebesar-besarnya dalam penggunaan pembelajaran konvensional dalam belajar, maka ia haruslah dirancang dengan sebaik-baiknya. Dalam usaha meningkatkan keterampilan sepakakraw, pembelajaran konvensional digunakan dengan metode ceramah dan demonstrasi.

Metode ini akan dilaksanakan 4 kali dalam seminggu selama 16 kali pertemuan. Berdasarkan hal yang dikemukakan di atas, maka dapat diduga bahwa penggunaan pembelajaran konvensional dalam proses belajar sepakakraw memberikan pengaruh terhadap keterampilan sepakakraw siswa SMP 18 Padang.

### **3. Perbedaan Pengaruh Penggunaan Media *Audio-visual* dalam Pembelajaran Konvensional dan Pembelajaran Konvensional Terhadap Keterampilan Sepakakraw Siswa SMP 18 Padang**

Pemilihan pembelajaran yang tepat merupakan salah satu faktor yang bisa meningkatkan keterampilan sepakakraw siswa. Banyak pembelajaran yang bisa digunakan dalam proses belajar, salah satunya pembelajaran konvensional. Pembelajaran konvensional merupakan metode yang biasa digunakan dalam proses belajar, yaitu metode ceramah dan demonstrasi. Pembelajaran konvensional lebih mudah dibawa dan efektif

digunakan. Melalui pembelajaran konvensional siswa akan lebih mudah memahami rangkaian gerak dari keterampilan sepak takraw yang diajarkan.

Selain pembelajaran konvensional, ada metode lain yaitu penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional. Pembelajaran ini merupakan metode yang menambahkan media *audio-visual* yang ada unsur gambar dan unsur suara secara bersamaan. Melalui metode penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional ini siswa akan lebih mudah memahami rangkaian gerak dari keterampilan sepak takraw, karena gambar yang ditampilkan adalah gambar yang bergerak. Selain itu, unsur suara yang mengeluarkan perintah pelaksanaan gerakan teknik akan lebih memudahkan siswa memahami dan mempraktekkan keterampilan sepak takraw. Dalam penampilan video tersebut, peneliti maupun guru juga memberikan ceramah dan demonstrasi kepada siswa dalam belajar.

Berdasarkan uraian tentang penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional terlihat bahwa kedua metode ini memiliki perbedaan dalam proses pelaksanaan tetapi mempunyai tujuan yang sama yaitu meningkatkan keterampilan sepak takraw siswa. Jika kedua kelompok belajar ini dilaksanakan dengan baik diyakini akan memberikan hasil yang positif terhadap keterampilan sepak takraw

siswa. Di antara kedua kelompok belajar ini diasumsikan bahwa penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional memberikan pengaruh lebih baik dibandingkan pembelajaran konvensional dalam meningkatkan keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang.

Dengan adanya perbedaan pelaksanaan kedua belajar tersebut, peneliti ingin membuktikan melalui penelitian perbedaan pengaruh belajar ke dua tersebut, serta ingin membuktikan yang efektif dan efisien terhadap peningkatan keterampilan bermain sepakakraw. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 2:

Keterampilan Sepaktakraw	Metode Pembelajaran	
	Penggunaan Media <i>Audio-Visual</i> Dalam Pembelajaran konvensional ( $X_1$ )	Pembelajaran konvensional ( $X_2$ )
$X_{1pretest} < X_{1Post\ test}$	$X_{2Pretest} < X_{2\ Post\ test}$	
$X_1 > X_2$		

Tabel 2: Kerangka Berpikir.

#### 4. Hipotesis Penelitian

Berdasarkan kajian teori dan kerangka konseptual di atas, maka dapat diajukan hipotesis penelitian yaitu:

1. penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dalam belajar keterampilan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang.

2. Pembelajaran konvensional dalam belajar keterampilan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sepakbola siswa SMP N 18 Padang.
3. Antara kelompok penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dengan kelompok pembelajaran konvensional memberikan perbedaan pengaruh dalam meningkatkan keterampilan sepakbola siswa SMP N 18 Padang.

## BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan yang telah dipaparkan terdahulu, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan Sebagai berikut:

1. Penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang dengan hasil uji ( $t_{hitung} 4,66 > t_{tabel} 2,26$ ).
2. Pembelajaran konvensional memberikan pengaruh yang signifikan terhadap keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang dengan hasil uji ( $t_{hitung} 7,95 > t_{tabel} 2,26$ ).
3. Penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dengan tanpa media audio-visual tidak memberikan perbedaan peningkatan yang signifikan terhadap keterampilan sepakakraw dengan hasil uji ( $t_{hitung} 0,10 > t_{tabel} 1,83$ ).

## B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan ditemukan bahwa penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional dapat meningkatkan keterampilan sepak takraw siswa SMP N 18 Padang, artinya kedua kelompok antara penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional dapat dipergunakan untuk membantu siswa SMP N 18 Padang dalam proses belajar.

Dari hasil penelitian penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional ditemukan bahwa sama-sama memiliki keunggulan dalam peningkatan keterampilan sepak takraw siswa SMP N 18 Padang. Secara umum kedua belajar ini memberikan pengaruh terhadap peningkatan keterampilan sepak takraw siswa, selama proses penelitian dan penghitungan dari pre test dan post tes keterampilan sepak takraw ditemukan penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional sama-sama efektif dengan belajar konvensional, yang artinya kedua belajar sama – sama memberikan kontribusi dalam membantu siswa SMP N 18 Padang dalam peningkatan keterampilan sepak takraw. Hal ini dapat diungkapkan berdasarkan hasil penelitian yang peneliti temukan selama proses penelitian di lapangan sepak takraw SMP N 18 Padang, hasil akhir dalam penelitian menunjukkan perbandingan kedua kelompok belajar

bahwa penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional sama-sama unggul dengan pembelajaran konvensional terhadap proses peningkatan keterampilan sepakakraw siswa SMP N 18 Padang.

Dalam implikasi pertama penelitian ini diharapkan pada guru dan guru pembimbing sepakakraw SMP N 18 Padang, dimana belajar menggunakan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional lebih dapat ditingkatkan lagi sesi belajar, durasi, intensitas dan beban belajar, maksudnya disini adalah dalam penambahan jumlah jam belajar serta rencana pembelajaran dimana lebih difokuskan pada media *audio-visual* yang berbentuk teknik-teknik yang ada pada sepakakraw terutama pada teknik dasar dan khusus, sehingga hasil belajar dapat menambah motivasi siswa dalam berlatih dan dapat diduga kepuasan siswa yang mendapat nilai bagus dalam ekstrakurikuler sepakakraw di sekolah. Untuk media audio visual ini, sebaiknya guru mengintruksikan dan memberikan tugas kepada siswa bagaimana video-video atau rekaman tersebut di amati oleh siswa dan guru bisa menganalisis kepada siswa. Hasil analisis tersebut bagaimana guru mampu menjelaskan kepada siswa secara berurutan.

Implikasi kedua temuan penelitian ini berdampak pada siswa ingin meningkatkan keterampilan sepakakraw agar lebih menyukai penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional. Keinginan siswa dalam mengikuti proses belajar jadi lebih tinggi serta

sangat antusias sehingga hasil dari proses belajar adalah dapat meningkatkan keterampilan sepak takraw siswa. Hal ini dapat dilakukan oleh guru pembimbing dan guru agar melakukan pendekatan secara intensif kepada siswa dalam mengikuti ekstrakurikuler sepak takraw.

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini, pembelajaran konvensional juga tidak dapat diabaikan begitu saja, karena bagaimanapun hasil dalam penelitian ini juga menemukan bahwa juga terdapat peningkatan terhadap keterampilan sepak takraw siswa. Selain itu dalam pembelajaran konvensional ini, siswa yang tidak memiliki kreatifitas dan rasa percaya diri dapat melakukan pola gerak secara benar, dan siswa berpartisipasi dalam belajar dengan mengikuti aturan dan ketetapan-ketetapan dari guru/guru .

Kelompok belajar di atas dirancang atas dasar kesamaan tujuan yaitu meningkatkan keterampilan sepak takraw siswa SMP N 18 Padang. Perbedaan keberhasilan dari peningkatan keterampilan sepak takraw siswa antara penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dan pembelajaran konvensional secara keseluruhan menunjukkan bahwa penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional lebih baik daripada pembelajaran konvensional. Hal ini dilihat dari nilai rata-rata hitung yang diperoleh dari masing-masing kelompok belajar yang digunakan tersebut. Tetapi hal ini bisa saja terjadi apabila metode ini digunakan pada penelitian

lain dengan sampel yang berbeda dan pada sekolah serta daerah yang berbeda kareteristiknya dengan penelitian ini.

### **C. Saran**

Berdasarkan kesimpulan dan implikasi di atas, maka diajukan beberapa saran kepada :

1. Guru pembimbing SMP N 18 Padang agar lebih banyak memberikan penggunaan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional dalam usaha meningkatkan keterampilan sepakakraw siswa putra.
2. Siswa SMP N18 Padang agar lebih banyak berlatih, terutama menggunakan media *audio-visual* dalam pembelajaran konvensional guna meningkatkan dan mendapatkan prestasi sepakakraw maksimal.
3. Peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian dengan kajian penelitian yang sama dengan waktu yang lebih lama, sehingga pengontrolan terhadap variabel yang lain dapat diamati untuk meningkatkan prestasi siswa SMP N 18 Padang.