

**PEMBINAAN PERMAINAN SEPAK TAKRAW DI SD N 32  
SUNGAI JARING KECAMATAN LUBUK BASUNG**

**Skripsi**

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Strata Satu ( S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



Oleh :

**RIKO SABWAL ARIF**

**07/ 92197**

**JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

Dengan Nama Allah Yang Maha Pengasih  
Lagi Penyayang

"....Allah meniggikan orang yang beriman diantaranya kamu dan  
Orang-orang yang diberi ilmu pengetahuan, beberapa derajat..."  
(Al-Qur'an : Al-mujadilah : 11)

"....Sesungguhnya setelah kesulitan itu ada kemudahan.  
Maka apabila kamu telah selesai ( dari suatu pekerjaan )  
Maka kerjakanlah dengan sungguh-sungguh pekerjaan yang  
lainnya"

Ya Allah karuniakanlah kepada hamba-mu  
Ketajaman mata untuk dapat melihat dan membaca hikmah dibalik  
suatu

Kendaraan. Anugrahkanlah hamba dengan kesabaran yang tulus untuk  
Menggapai cita-cita dan cinta Mu untuk selalu menepati janji  
kepada Mu.

Dengan penuh ketulusan keiklasan kupersembahkan karyaku kepada yang  
Teristimewa Ayahanda Arifin dan Ibunda Murtiwana tercinta,  
Bang irvandra, Bang Eki marlinda, Andrimurfi  
Terimakasih atas jerih payahnya dan doa restunya.

Buat teman-teman Pendidikan Keplatihan '07  
Daus, Ade, fadlil, Agung, Agus,  
Yanda, Wiko, Irvan,  
Buatnya Daus, Ade, fadlil, Yanda, Wiko, Irvan, (cepatan nyusulnya...)

(By. RIKO SABWAL ARIF 2011)



## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul : Pembinaan permainan Sepaktakraw di SD N 32 sungai  
Jaring  
Kecamatan Lubuk Basung.

Nama : RIKO SABWAL ARIF

BP/ NIM : 2007 / 92197

Jursan : Kepeleatihan Olahraga

Prodi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

2011 Padang, Nopember

Disetujui Oleh :

Pembimbing I

Pembimbing II

**Drs. Asril, B, M. Kes. AIFO**  
**NIP.19611119198903 1003**

**Drs. Maidarman. M. Pd**  
**NIP. 19600507 198503 1 004**

Mengetahui :  
Ketua Jurusan Kepeleatihan Olahraga

**Drs. Yendrizar, M. Pd**

**Nip. 19611113 198703 1 004**  
**HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI**

*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi Jurusan  
Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang.*

**PEMBINAAN PERMAINAN SEPAKTAKRAW DI SD 32 SUNGAI  
JARING KECAMATAN LUBUK BASUNG**

Nama : RIKO SABWAL ARIF  
BP / NIM : 2007 / 92197  
Jurusan : Kepelatihan Olahraga  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

**Padang, Juli 2011**

**Tim Penguji**

<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
<b>1. Ketua : Drs. Asril, B. M. Kes, AIFO</b>	<b>1.....</b>
<b>2. Sekretaris : Drs.Maidarman, M. Pd</b>	<b>2.....</b>
<b>3. Anggota : Drs. H. Alnedral, M. Pd</b>	<b>3.....</b>
<b>4. Anggota : Drs. Hermanzoni, M. Pd</b>	<b>4.....</b>
<b>5. Anggota : Drs. Umar Nawawi, M. S, AIFO</b>	<b>5.....</b>

## ABSTRAK

### **Pembinaan Permainan Sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung**

**OLEH: RIKO SABWAL ARIF. /2011**

Jenis penelitian ini deskriptif, yaitu mengungkapkan tentang pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung meliputi: (1). Kualitas Pelatih, (2). Motivasi Atlet, (3). Metode Latihan. Populasi siswa kelas IV-VI SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung yang terdaftar tahun ajaran 2010/2011 yang berjumlah 102 orang. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah teknik *Stratified Proposional Random Sampling*. Jumlah sampel adalah 26 orang (40% dari populasi), sesuai dengan kemampuan siswa dalam bermain sepaktakraw khususnya untuk laki-laki.. Tempat dan waktu penelitian adalah di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung bulan Juli-Desember 2010.

Untuk menjawab angket di dalam penelitian ini digunakan 2 (dua) kategori jawaban (Sugiono, 2008:139) yaitu Ya dan Tidak. Kemudian jawaban dari angket berupa data kuantitatif dan untuk keperluan analisis kuantitatif, maka jawaban angket diberi skor yaitu sebagai berikut: Ya=1, Tidak= 0

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Kualitas guru penjasorkes dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, diperoleh tingkat capaian sebesar 76%. Menurut Sudjana (1989:85) klasifikasi 65%-79% berada pada klasifikasi cukup.
2. Motivasi siswa dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, diperoleh tingkat capaian sebesar 77%. Menurut Sudjana (1989:85) klasifikasi 65%-79% berada pada klasifikasi cukup.
3. Metode latihan dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, diperoleh tingkat capaian sebesar 68%. Menurut Sudjana (1989:85) klasifikasi 65%-79% berada pada klasifikasi cukup.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul, **"Pembinaan Permainan Sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung"**.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam proses pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Drs. Syahrial. B, M.Pd, sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Yendrizar, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga FIK UNP.
3. Bapak Drs. Asril. B, M.Pd, AIFO, sebagai pembimbing I sekaligus penasehat Akademik.
4. Bapak Drs. Maidarman.M. Pd, pembimbing II yang telah memberikan masukan dan dorongan pada peneliti.

5. Bapak H. Alnedral, M.Pd, Bapak Drs. Hermanzoni, Bapak Drs. Umar Nawawi, M. S, AIFO sebagai penguji yang telah membantu dan memberi masukan serta saran pada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.
6. Bapak/ibuk staf mengajar, karyawan dan karyawan, administrasi dan perpustakaan yang telah memberikan informasi yang bermanfaat selama peneliti mengikuti proses pendidikan.
7. Teristimewa ayah dan ibunda tercinta yang telah memberi motivasi dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
8. Seluruh rekan-rekan yang seperjuangan mahasiswa FIK UNP .
9. Bapak Kepala Sekolah SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung yang telah mengizinkan peneliti untuk mengadakan penelitian demi kelancaran skripsi ini.

Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari sempurna, oleh sebab itu peneliti mohon kritik dan saran dari pembaca demi terciptanya karya yang berkualitas untuk pendidikan masa yang akan datang .Amin yarabbal 'alamin

Padang, Desember 2010

Peneliti

## DAFTAR ISI

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.**

**HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI**

**SURAT PERNYATAAN**

<b>ABSTRAK.....</b>	<b>i</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>ii</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>iv</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR GRAFIK.....</b>	<b>vii</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN.....</b>	<b>ix</b>

### **BAB I. PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah.....	5
C. Pembatasan Masalah.....	5
D. Perumusan Masalah.....	6
E. Tujuan Penelitian.....	6
F. Definisi Operasional.....	6
G. Kegunaan Penelitian.....	7

### **BAB II. KERANGKA TEORITIS**

A. Kajian Teori.....	8
----------------------	---

B. Kerangka Konseptual .....	21
C. Pertanyaan Penelitian.....	22

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	23
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	23
C. Populasi dan Sampel.....	23
D. Jenis dan Sumber Data .....	25
E. Instrumen Penelitian.....	26
F. Hasil Uji Coba.....	26
G. Teknik Analisa Data.....	28

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

A. Deskripsi Data.....	30
B. Analisa Data.....	34
C. Pembahasan.....	36

### **BAB V. PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	40
B. Saran.....	40

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>42</b>
----------------------------	-----------

### **LAMPIRAN**

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Siswa SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung.....	24
2. Jumlah Sampel Penelitian di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung.....	25
3. Distribusi Hasil Data Kualitas Pelatih .....	31
4. Distribusi Hasil Data Motivasi Atlet .....	32
5. Distribusi Hasil Data Metode Latihan .....	34

## DAFTAR GRAFIK

<b>Grafik</b>	<b>Halaman</b>
1. Data Kualitas Pelatih .....	31
2. Data Motivasi Atlet.....	33
3. Data Metode Latihan .....	34

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1: Kerangka Konseptual Pembinaan Permainan Sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung .....	22
--	----

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran</b>	<b>Halaman</b>
1. Kisi-Kisi Angket.....	44
2. Angket Pembinaan . .....	45
3. Uji Coba Instrumen .....	49
4. Rekap Data dan Pengolahan Data Kualitas Pelatih .....	51
5. Rekap Data dan Pengolahan Data Motivasi Atlet .....	52
6. Rekap Data dan Pengolahan Data Metode Latihan .....	53
7. Gambar sampel SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung sedang mengisi angket.....	54
8. Surat Izin Penelitian dari UNP.....	55
9. Surat Keterangan Penelitian dari Kepala SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung.....	56

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

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

Olahraga merupakan dari aktivitas manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan.

Dalam perkembangannya olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga dan meningkatkan kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk berprestasi. Di Indonesia olahraga dimasyarakat tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi. Hal serupa juga dijelaskan dalam UU. RI Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, pada Bab II Pasal 4 sebagai berikut :

“Keolahragaan Nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak yang mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa”.

Berdasarkan kutipan di atas bahwa untuk membentuk manusia Indonesia yang berkualitas salah satunya dapat diwujudkan melalui pembinaan generasi muda salah satunya dengan kegiatan olahraga. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memiliki peran sangat penting dalam mengintensifkan

penyelenggaraan. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memberikan kesempatan pada siswa untuk terlibat langsung dalam aneka pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain dan berolahraga yang dilakukan secara sistematis, terarah dan terencana. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina sekaligus membentuk budaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Kegiatan pembinaan bertujuan untuk menambah serta mengembangkan bakat dan minat yang dimiliki oleh masing-masing siswa. Pada kegiatan pembinaan ini siswa dapat secara maksimal mengembangkan pengetahuan dan keterampilannya dibidang olahraga yang diminatinya. Salah satu cabang olahraga yang perlu ditumbuh kembangkan dalam pembinaan ini adalah olahraga sepakakraw, karena sepakakraw salah satu olahraga prestasi.

Untuk dapat bermain sepakakraw dengan baik sangat dibutuhkan penguasaan teknik bermain sepakakraw, karena kemampuan teknik bermain sangat mendukung seorang pemain dalam meningkatkan keterampilannya dalam bermain sepakakraw (Asril.B:1990). Seorang siswa sepakakraw juga harus mampu menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan sepakakraw dengan baik. Teknik dasar sepakakraw meliputi *service* dan menerima servis, menimbang, *smash*, *heading* dan *block*.

Berkaitan dengan sentuhan bola dengan anggota badan, sepakan yang harus dikuasai oleh pemain sepakakraw meliputi: sepak sila, sepak kuda, sepak cungkil, sepak menapak dengan telapak kaki, sepak badek atau sepak samping dengan punggung kaki, menggunakan kepala bagian depan (dahi),

bagian samping atau bagian belakang, menggunakan dada, menggunakan paha dan menggunakan bahu. (Asril Bahar:1977).

Apabila seorang pemain memiliki kondisi fisik yang bagus dan diimbangi dengan kemampuan teknik, taktik, strategi dan mental yang bagus pula, permainan sepaktakraw akan indah untuk dimainkan, bahkan dalam suatu pertandingan akan mudah untuk memperoleh kemenangan.

Sepaktakraw adalah termasuk salah satu cabang olahraga yang telah diajarkan ditingkat SD dan termasuk salah satu cabang olahraga prestasi yang selalu dipertandingkan dalam kegiatan PORDINI.

Sepaktakraw merupakan salah satu cabang olahraga yang ada dalam program pembinaan. di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung. Jika pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung dilaksanakan dengan baik maka diharapkan prestasi akan meningkat sesuai dengan yang diinginkan.

Berdasarkan pengamatan dan wawancara peneliti dengan kepala sekolah dan guru penjasorkes SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, pada tahun 2005 tim sepaktakraw SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung pernah meraih juara 1 dalam PORDINI antar kecamatan di Kabupaten Agam. Bahkan setiap pelaksanaan PORDINI sampai tahun 2007 siswa sepaktakraw SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung masih ada mewakili nama kecamatan. Namun sejak tahun 2008 sampai sekarang siswa sepaktakraw SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung tidak pernah lagi mencapai juara dan bahkan tidak ada lagi siswa sepaktakraw SD N 32

Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung yang terpilih dalam seleksi kecamatan.

Bertolak dari uraian di atas maka peneliti bermaksud melakukan penelitian yang bertujuan untuk mencari serta mengetahui penyebab menurunnya prestasi tim sepak takraw SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung. Menurunnya prestasi sepak takraw SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung pada saat sekarang ini, diduga karena guru penjasorkes dalam memberikan pembinaan belum mempergunakan metode latihan yang bervariasi, motivasi siswa yang masih rendah, program latihan yang kurang berjalan, sarana dan prasarana yang minim, guru penjasorkes kurang dapat memotivasi siswa dan metode latihan yang tidak bervariasi.

Semua aktivitas dan kegiatan tidak akan dapat terlaksana dan berjalan dengan baik tanpa adanya sarana dan prasarana yang memadai, begitu juga dengan pembinaan sepak takraw. Motivasi dari para pemain juga ikut menentukan keberhasilan dalam pembinaan sepak takraw. Tanpa adanya motivasi dan minat dari dalam diri siswa itu sendiri dan dukungan dari kepala sekolah apapun kegiatannya tidak akan mendapatkan hasil yang maksimal, karena siswa yang ikut dalam pembinaan sepak takraw berada dalam lingkungan sekolah.

Tertarik dengan masalah di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian yang berjudul "*Pembinaan Permainan Sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung*".

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah kualitas guru penjasorkes dalam pembinaan permainan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Bagaimanakah motivasi siswa terhadap pembinaan permainan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Bagaimanakah minat siswa SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung terhadap permainan sepak takraw ?
4. Bagaimanakah sarana dan prasarana permainan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
5. Bagaimanakah metode latihan pembinaan permainan sepak takraw SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
6. Bagaimanakah program latihan permainan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
7. Bagaimanakah perhatian kepala sekolah terhadap pembinaan permainan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?

## **C. Pembatasan Masalah**

Berhubung dengan keterbatasan pengalaman, waktu dan dana yang dimiliki peneliti maka penelitian ini dibatasi tentang masalah :

1. Kualitas guru penjasorkes.
2. Motivasi siswa.
3. Metode latihan

#### **D. Perumusan Masalah**

1. Bagaimana kualitas guru penjasorkes dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Bagaimana motivasi siswa terhadap pembinaan permainan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Bagaimana metode latihan permainan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?

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

Berdasarkan dari pembatasan masalah yang dikemukakan, maka penelitian ini bertujuan :

1. Untuk mendapatkan gambaran tentang kualitas guru penjasorkes dalam pembinaan permainan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung
2. Untuk mengetahui motivasi siswa terhadap pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung.
3. Untuk mengetahui metode latihan yang digunakan dalam pembinaan permainan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung.

#### **F. Definisi Operasional.**

1. Pembinaan adalah suatu usaha yang dijalankan secara teratur dan terus menerus untuk meningkatkan prestasi olahraga ( Harsuki, 2002:271)
2. Sepaktakraw adalah cabang olahraga beregu, yang dimainkan di atas lapangan empat persegi panjang dengan permukaan yang rata baik di tempat

terbuka (out-door) maupun di ruangan tertutup (in-door) yang bebas dari rintangan, masing-masing regu terdiri dari tiga orang pemain, yaitu tekong, apit kiri dan apit kanan dengan seorang pemain cadangan. (Asril Bahar:1999).

#### **G. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai berikut :

1. Sebagai masukan bagi guru penjasorkes/guru dalam membina olahraga permainan sepaktakraw .
2. Sebagai bahan acuan dalam penelitian selanjutnya.
3. Sebagai syarat bagi peneliti untuk mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Keguru penjasorkesan Olahraga FIK UNP Padang.
4. Sebagai bahan bacaan dipergustakaan UNP.

## **BAB II**

### **KERANGKA TEORETIS**

#### **A. KAJIAN TEORI**

##### **1 . Hakekat Sepaktakraw**

Sepaktakraw merupakan olahraga tradisional dulu dikenal dengan nama sepakraga, salah satu olahraga yang diminati anak nagari, bermain dengan cara memperlihatkan kecakapan dan kemahiran masing-masing dengan membuat variasi gerakan menyepak dan memainkan bola yang dilakukan di atas lapangan rata yang pemainnya berada dalam satu lingkaran, (Asril Bahar:1999).

Dilihat dari sejarahnya negara yang mempelopori sepaktakraw ini adalah Malaysia, yakni pada tahun 1964 nama sepaktakraw merupakan perpaduan dari bahasa Malaysia dan Muangthai, sepak dari bahasa Melayu dan takraw dari bahasa Muangthai yang berarti bola rotan, (Asril.B:1997).

Persatuan Sepaktakraw Indonesia (PTSI) terbentuk pada tanggal 16 Maret 1971 dengan nama PERSERASI (Persatuan Sepaktakraw Seluruh Indonesia). Permainan sepaktakraw merupakan permainan rekreasi rakyat melayu yang tumbuh berkembang di nusantara dan meluas ke semenanjung. Indo-Cina serta Philipina. Pada tahun 1965 di bentuk Asosiasi Persepaktakrawan se Asia yang dikenal dengan nama ASTAF (*Asian Sepaktakraw Federation*). ISTAF (*International sepaktakraw Federation*) didirikan pada tahun 1987. (Tim mengajar sepaktakraw:2006).

Menurut Asril. Bahar (1997) ada dua macam teknik dalam permainan sepak takraw: “(1). Teknik dasar yang terdiri dari sepakan, memaha, mendada, membahu, kepala. (2). Teknik khusus yang terdiri dari servis, bola pertama (menerima bola), mengumpan, pukulan/memukul, menahan/blok”. Kedua teknik tersebut sangat mendukung kepada setiap gerakannya, apalagi pada permainan tingkat tinggi yang berguna untuk membuat permainan semakin menarik dan untuk mencapai suatu kemenangan.

Permainan sepak takraw dilakukan oleh dua regu yang berlawanan, setiap regu terdiri dari tiga orang pemain, yaitu dipisahkan oleh sebuah net. Permainan dimulai dengan melakukan servis atau sepak mula yang dilakukan tekong ke daerah lapangan lawan. Kemudian pemain regu lawan mencoba mempertahankan daerahnya dengan cara memainkan bola dengan menggunakan teknik-teknik dasar yang ada dalam sepak takraw dengan menggunakan kaki dan kepala dan anggota badan selain tangan sebanyak tiga kali sentuhan. (Asril Bahar:1997).

Dalam permainan sepak takraw diperlukan kondisi fisik diantaranya adalah *explosive power* dan *flexibility*. Dua komponen kondisi fisik tersebut sangat diperlukan dalam permainan sepak takraw disamping unsur-unsur lainnya. Asril, B (1990) menyatakan dalam bermain sepak takraw terdapat dua jenis kemampuan yang penting, yaitu kemampuan fisik dan kemampuan teknik. Kemampuan fisik terdiri dari (1) kecepatan, (2) kekuatan, (3) daya tahan, (4) kelincahan, (5) kelentukan, (6)

keseimbangan. Sedangkan teknik terdiri dari teknik dasar dan teknik khusus.

Untuk dapat bermain sepaktakraw dengan baik, selain menguasai komponen di atas, pemain harus mempunyai keterampilan yang baik. Keterampilan yang baik adalah penguasaan teknik dasar bermain sepaktakraw yang baik. Menurut Ratinus Darwis (1992:15) “Kemampuan dasar bermain sepaktakraw adalah menyepak dengan menggunakan bahagian-bahagian kaki, memainkan bola dengan kepala (main kepala)”. Teknik permainan sepaktakraw memiliki nilai seni yang cukup tinggi serta punya ciri khas tersendiri. (Asril Bahar:1997).

“Sepaktakraw adalah permainan yang dimainkan atas dua regu dari setiap (masing-masing regu tiga orang) di atas lapangan dengan ukuran tertentu yang sifatnya kompetitif”, (Asril.B:1994:1). Sebagai cabang olahraga beregu, sepaktakraw dimainkan di atas lapangan empat persegi panjang dengan permukaan yang rata baik di tempat terbuka (out-door) maupun di ruangan tertutup (in-door) yang bebas dari rintangan, masing-masing regu terdiri dari tiga orang pemain, yaitu tekong, apit kiri dan apit kanan dengan seorang pemain cadangan.

## **2. Kualitas Guru Penjasorkes**

Guru adalah salah satu unsur manusia dalam proses pendidikan. Dalam proses pembelajaran hubungan timbale balik antara guru dengan siswa harus diperhatikan sebagai upaya menjaga hubungan yang fleksibal sehingga proses pembelajaran terjadi dengan baik. Dalam pembelajaran penjasorkes guru tidak

hanya sebagai pengajar yang menyampaikan pengetahuan kepada peserta didik tetapi juga sebagai seorang pendidik yang mampu memperbaiki sikap moral peserta didik ke arah yang lebih baik yang terealisasi dalam bentuk tingkah laku sehari-hari.

Devi Nurita (2008:10) menyatakan, ” Guru penjasorkes merupakan ujung tombak keberhasilan penjasorkes”. Guru sebagai salah satu komponen yang sangat besar pengaruhnya dalam proses pembelajaran diharuskan memiliki kemampuan. Kemampuan adalah potensi yang dimiliki seseorang berupa pengetahuan, keterampilan dan sikap untuk melakukan pekerjaan sesuai dengan profesinya, sehingga menghasilkan guru yang berkualitas. Kualitas guru yang dibentuk dari pengalaman latihan dan tingkat pendidikan akan sangat berpengaruh terhadap keberhasilan pendidikannya. Hal ini berarti bahwa setiap guru harus menyadari profesinya dan mampu mengembangkan materi pelajaran serta merencanakan atau mempersiapkan pelajaran serta mengevaluasi.

Keberhasilan belajar banyak ditentukan oleh kualitas guru. Sebagaimana yang dinyatakan oleh Harold E.Mitzel (1982) dalam Syahara bahwa keefektifan mengajar dapat pula dipengaruhi oleh kemampuan guru dalam hal: 1).Penggunaan waktu belajar, 2).Merencanakan pengajaran yang akan diberikan, 3).Mengelola dan mengorganisasikan kelas, 4). Melaksanakan kegiatan mengajar, 5). Kemampuan menyampaikan.

Menurut Bucher (1985) dalam Syahara menjelaskan seorang guru penjasorkes atau pelatih yang efisien dan efektif itu haruslah mempunyai: 1).

Pendidikan yang relevan, 2). Merencanakan bahan ajar, 3). Mempunyai kemampuan dalam cabang olahraga yang diajarkan, 4). Menggunakan berbagai metode, 5) Dapat memanfaatkan alat fasilitas dan media yang ada, 6).Melakukan evaluasi dalam setiap pengajaran.

Agar memenuhi harapan, guru perlu memilih seperangkat kemauan yang dipersiapkan melalui tenaga kependidikan yang sesuai dengan harapan dan cita-cita bangsa. Oleh karena itu profesionalisme guru sebagai tenaga kependidikan perlu ditingkatkan. Dalam pengertian profesionalisme telah tersirat adanya keharusan bagi seorang guru untuk memiliki kemampuan agar profesi itu berfungsi dengan sebaik-baiknya.

Seorang guru penjasorkes sebagai pembina olahraga merupakan kesatuan dari pada guru, bapak dan teman sejati. Sebagai teman sejati hanyalah yang dipercaya dan merupakan tempat untuk mencurahkan hati. Guru penjasorkes yang baik akan bersimpati dengan siswa-siswanya dalam hal perasaan, kesenangan, kesedihan, emosi dan sebagainya. Seorang guru penjasorkes harus mencerminkan manusia yang berwibawa, disegani, dicintai dan dipercaya oleh anak-anak asuhannya, (Engkos Kosasih:1993).

Interaksi antara guru penjasorkes dengan siswa yang dibina merupakan hal yang sangat penting. Segala bentuk perlakuan harus dilakukan dengan penuh kesadaran, mempunyai tujuan atau sasaran tertentu. Perlakuan guru penjasorkes dapat menimbulkan dampak-dampak psikologi tertentu, misalnya rasa segan, meningkatkan semangat berlatih, rasa bangga atas prestasi yang

dicapai, kesediaan untuk berkorban, tidak gentar menghadapi pertandingan dan sebagainya, (Erizon Efendi:2006).

Guru penjasorkes merupakan orang yang sangat berperan sekali dalam pembinaan prestasi olahraga sepaktakraw. Sebab tanpa dukungan seorang guru penjasorkes sulit rasanya bagi seseorang untuk dapat meningkatkan prestasinya. Karena itu guru penjasorkes yang berkualitas sangat menunjang sekali untuk mendapatkan prestasi bagi pemain sepaktakraw, (Asril.B:1994)

Untuk menjadi seorang guru penjasorkes bukanlah suatu pekerjaan yang mudah, karena menjadi seorang guru penjasorkes tidak hanya berbekal pada pengalaman yang diperolehnya di masa lampau sebagai seorang pemain sepaktakraw. Guru penjasorkes yang seperti ini tidak dapat diharapkan sepenuhnya untuk menghasilkan pemain sepaktakraw yang berprestasi tanpa dukungan dengan ilmu yang lainnya.

Dalam melaksanakan tugasnya guru penjasorkes belum tentu berhasil secara memuaskan walaupun telah memiliki berbagai persyaratan yang dikemukakan di atas, semua ini sangat tergantung pula pada pemain (siswa yang dilatihnya). Oleh karena itu kejelian guru penjasorkes menilai hal-hal yang menjadi faktor penghambat kemajuan pemain sepaktakraw dalam meningkatkan prestasinya termasuk unsur yang mesti dipunyai guru penjasorkes.

Hal lain yang mempengaruhi hasil latihan pemain sepaktakraw adalah masalah yang timbul dalam berlatih dan bertanding seperti kebosanan, kelelahan dan sebagainya. Tentu saja masalah-masalah tersebut harus

ditanggulangi dan dipecahkan dengan cepat dan tepat. Untuk itu diperlukan daya imajinasi dan kreativitas yang tinggi dari guru penjasorkes. Melatih bukan sekedar hanya memberikan latihan saja atau membina dan mengembangkan bakat siswa ke prestasi puncak.

Pada uraian di atas bahwa tugas guru penjasorkes adalah jauh lebih luas dari sekedar ahli lapangan saja. Dia juga seorang guru, pendidik, bapak dan teman sejati. Sebagai guru dia disegani, sebagai bapak dia dicintai, sebagai teman sejati hanya dia yang dipercayai dan merupakan tempat mencurahkan isi hati. Seorang guru penjasorkes adalah senantiasa seorang pendidik, akan tetapi seorang guru belum tentu selalu seorang guru penjasorkes.

Seorang guru penjasorkes mencerminkan usaha bagaimana upaya untuk menumbuhkan dan mengembangkan anak didik di bawah asuhannya. Banyak lagi tugas dan peran yang harus dilakukan dan dimainkan oleh seorang guru penjasorkes. Sukses atau tidaknya tugas dan peran tersebut tergantung dari sifat dan perilaku kepribadian yang dipancarkan. Seorang guru penjasorkes harus mencerminkan manusia yang berwibawa, disegani, dicintai dan dipercaya oleh anak-anak asuhannya. ( Engkos Kosasih:1993).

Untuk meningkatkan prestasi sepaktakraw peneliti mengharapkan bahwa guru penjasorkes harus meningkatkan pengetahuan yang lebih luas, memahami dan mampu melaksanakan tugas utama, peran dan kepribadian guru penjasorkes serta kode etik seorang guru penjasorkes. Faktor yang menunjang keberhasilan seorang guru penjasorkes diantaranya lengkapnya alat-alat dan fasilitas yang diberikan, mempunyai sasaran yang jelas akan

mendorong dan cambuk yang kuat bagi siswa-siswa, lebih seriusnya siswa-siswa berlatih dan dilatih oleh guru penjasorkes yang benar-benar ahli. (Engkos Kosasih:1993).

Tidak meningkatnya prestasi siswa-siswa pada umumnya bukan hanya dibidang teknis, taktis dan keterampilan saja akan tetapi harus dicari sebab-sebabnya dalam pengetahuan seperti sosiologi, ilmu gizi, kedokteran olahraga serta ilmu-ilmu yang sangat erat hubungannya dengan olahraga (proses hubungan antara teori dan praktek akan menghasilkan prestasi, (Engkos Kosasih:1993). Kurangnya usaha yang dilakukan oleh para guru penjasorkes untuk menerapkan aspek-aspek tersebut ke dalam azas guru penjasorkes merupakan sebab utama merosotnya prestasi olahragawan pada saat sekarang ini. Hal ini disebabkan oleh karena dalam melatih siswa-siswanya guru penjasorkes selalu menekankan kepada penguasaan teknik, taktik serta pembentukan *skill* (keterampilan) yang sempurna saja.

Menurut Engkos Kosasih (1993:362) ciri-ciri seorang guru penjasorkes yang baik adalah:

“1). Mempunyai perilaku serta tabiat seorang guru penjasorkes haruslah bebas dari cela dan cerca. 2). Dapat memimpin dan memberikan motivasi kepada anak asuhnya maupun kepada para asistennya. 3). Seorang guru penjasorkes harus pula mencerminkan contoh dari sportifitas yang baik. 4). Guru penjasorkes harus menguasai tentang cabang olahraganya, baik segi teknik, taktik, peraturan pertandingan, sistem-sistem latihannya, maupun segi penyerangan, pertahanannya. 5). Mempunyai pengetahuan dan keterampilan cabang olahraga. 6). Kesanggupan untuk bersikap wajar, tegas dan bisa menjaga keseimbangan emosional. 7). Mempunyai daya imajinasi yang konstruktif tentang cabang olahraga. 8). Humor merupakan suatu sifat yang tampaknya remeh, akan tetapi yang sering pula ikut menentukan sukses tidaknya guru penjasorkes adalah cita rasanya akan humor”.

Berdasarkan uraian di atas, jelaslah bagi kita bahwa kualitas guru penjasorkes sangat diperlukan dalam pembinaan sepaktakraw, oleh karena itu untuk mencapai prestasi yang baik pada pembinaan olahraga sepaktakraw dibutuhkan seorang guru penjasorkes yang berkualitas, yaitu guru penjasorkes yang mampu menjadi seorang guru penjasorkes dan dapat melaksanakan program latihan yang terencana dan sistematis.

### **3. Motivasi siswa.**

Motivasi berasal dari bahasa latin "*Movere*" yang berarti mengerakkan. Jadi motivasi adalah kesatuan keinginan dan bertujuan pendorong untuk bertingkah laku. Dorongan ini merupakan suatu keinginan dari dalam diri untuk menampilkan suatu tingkah laku. Motivasi dorongan dari dalam terhadap aktivitas yang bertujuan menggerakkan dan mendorong seseorang untuk berbuat sesuatu. Elida Prayitno (1989:6) berpendapat, "Motivasi adalah berbagai energi penggerak, pengarah dan memperkuat tingkah laku". Gunarso dalam Galih (2007:7) menyatakan motivasi adalah keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertingkah laku.

Menurut Rusyan dalam Galih (2007:7) bahwa motif yang dalam bahasa Inggrisnya motive berasal dari kata motion yang berarti gerak atau suatu yang bergerak. *Motive* adalah keadaan di dalam pribadi orang yang mendorongnya untuk melakukan aktivitas. Motivasi adalah penggerak tingkah laku ke arah suatu tujuan dengan didasari adanya suatu kebutuhan. Kata motivasi berawal dari kata "motif", kata motif diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat diartikan menjadi sebagai

daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan kata kata motif ini dapat diartikan sebagai suatu kondisi *intern* (kesiapsiagaan). Maka motivasi dapat diartikan menjadi suatu upaya yang berfungsi sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat mendesak.

Menurut Sardiman dalam Galih (2007:8) motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya "*feelling*" dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan. Dari pengertian yang dikemukakan oleh Mc. Donald ini maka timbul *element* penting:

- a) Bahwa motivasi itu mengawali terjadinya perubahan energi pada diri setiap individu manusia. Perkembangan motivasi akan membawa beberapa perubahan energi pada organisme manusia. Karena menyangkut perubahan energi manusia (walaupun motivasi ini muncul dari dalam diri manusia), penampakannya akan menyangkut kegiatan fisik manusia.
- b) Motivasi tumbuh dengan ditandai dengan munculnya, rasa "*feelling*", afeksi seseorang. Dalam hal ini motivasi relevan dengan persoalan persoalan kejiwaan, afeksi dan emosi yang dapat menentukan tingkah laku manusia.
- c) Motivasi akan dirangsang karena adanya tujuan. Jadi motivasi dalam hal ini sebenarnya merupakan respons dari suatu aksi, yakni tujuan. Motivasi memang muncul dari dalam diri seseorang atau manusia, tetapi kemunculannya ini dapat dirangsang/terdorong oleh unsur lain, dalam hal ini adalah tujuan. tujuan ini akan menyangkut soal kebutuhan.

Dengan ke tiga element di atas, maka dapat dikatakan bahwa motivasi itu sebagai sesuatu hal yang kompleks. Motivasi akan menyebabkan terjadinya suatu perubahan energi yang ada pada diri manusia, sehingga akan berhubungan dengan persoalan gejala kejiwaan, perasaan dan juga emosi, untuk kemudian bertindak atau melakukan sesuatu, semua ini terdorong karena adanya tujuan kebutuhan atau keinginan. (Sardiman dalam Galih, 2007:8).

Dari pernyataan di atas dapat diartikan bahwa seseorang akan berperilaku apabila didukung oleh kondisi tertentu. Mengingat kondisi selalu berubah-ubah maka perilaku juga selalu berubah-ubah. Setyobroto (2005:21) mengatakan motivasi terbagi atas :

“Motivasi instrinsik adalah dorongan alamiah yang berasal dari dalam diri individu untuk berperilaku mengerjakan penghargaan tertentu tetapi hanya untuk mencapai kepuasan diri. Motivasi ekstrinsik adalah dorongan yang berasal dari luar diri individu dimana diperlukan penguatan baik positif maupun bersifat negatif”.

Motivasi berolahraga bervariasi antara individu yang satu dengan yang lain karena perbedaan kebutuhan dan kepentingan, baik disebabkan karena perbedaan tingkat perkembangan umurnya, minat, pekerjaan dan kebutuhan lainnya. Setyobroto (2005:21) mengatakan motivasi olahraga bagi anak-anak, remaja dan para orang tua yang tidak mempersiapkan diri untuk pertandingan antara lain untuk :

“a. Menunjukkan kemampuan dan mendapat kegembiraan, b. Melepaskan ketegangan psikis, c. Mendapatkan pengalaman estetis, d. Berhubungan dengan orang lain, e. Kepentingan kebanggaan kelompok, f. Memelihara kesehatan badan, g. Keperluan kebutuhan praktis sesuai pekerjaan”.

Motivasi tersebut dapat saja berkembang lebih lanjut sehingga individu yang mula-mula tidak ada hasrat untuk bertanding akhirnya meningkat motivasinya untuk berprestasi dan mengikuti pertandingan-pertandingan.

Singer (1984) dalam Setyobroto (2005:29), menegaskan bahwa motivasilah yang mendorong seseorang mencapai tujuan, dan selalu berusaha melakukan sesuatu dengan sebaik-baiknya. Beberapa pendekatan yang dilakukan para orang tua atau guru penjasorkes terhadap siswa, oleh Siregar dikelompokkan dalam bentuk-bentuk pemberian penghargaan, hukuman-hukuman, ancaman-ancaman dan pengakuan. Pendapat Siregar ini merupakan upaya untuk mengembangkan prosedur atau cara dengan memberikan penghargaan dan menghukum yang bisa dilakukan dalam bidang pendidikan.

Untuk menimbulkan motivasi dan juga memelihara motivasi, dimana pengaruh-pengaruh dapat datang dari berbagai pihak dan bukan hanya dari orang tua dan guru penjasorkes saja, maka pendapat tersebut patut diperhatikan dalam upaya menimbulkan dan memelihara motivasi siswa.

### **3. Metode Latihan**

Metode adalah cara yang digunakan oleh guru dalam melaksanakan kegiatan belajar mengajar di kelas sebagai upaya untuk mencapai tujuan pembelajaran yang telah ditetapkan. Metode dapat dikembangkan dan digunakan dalam suatu kegiatan pembinaan. Metode dalam pembinaan adalah cara dalam menyajikan (menguraikan materi, memberi contoh dan memberi latihan) kepada siswa untuk mencapai tujuan tertentu, (Sagala:201).

Latihan adalah suatu proses berlatih yang sistematis yang dilakukan secara berulang-ulang atau terus menerus dan kian hari makin bertambah bebannya, (Harsono,1982:7). Untuk dapat mencapai hasil yang baik harus diperhatikan latihan yang berulang-ulang sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Suharsono (1982:7),”Latihan yang dilaksanakan berulang-ulang atau terus menerus akan berpengaruh dengan baik terhadap organisme tubuh, gerakan yang dilakukan pada mulanya sukar dengan latihan yang harus konsisten lama kelamaan gerakan tersebut menjadi gerakan otomatis dan reflektif”. Untuk memperoleh suatu ketangkasan atau keterampilan dari apa yang dipelajari dilakukan dengan metode latihan.

Menurut Roestiyah (1985:25), Metode latihan adalah suatu cara mengajar dimana siswa melaksanakan kegiatan-kegiatan latihan, siswa memiliki ketangkasan atau keterampilan yang lebih tinggi dari apa yang dipelajari”. Metode latihan adalah suatu kegiatan dalam melakukan hal yang sama secara berulang-ulang atau terus menerus dan sungguh-sungguh dengan tujuan untuk memperkuat, menyempurnakan suatu keterampilan, (Shalahuddin, 1987:100).

Dari pendapat di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa metode latihan adalah suatu cara menyajikan bahan pengajaran dengan jalan melatih siswa agar menguasai pelajaran dan terampil. Dari segi pelaksanaannya siswa terlebih dahulu telah dibekali dengan pengetahuan, keterampilan dan disuruh mempraktekkan sehingga menjadi mahir dan terampil. Dalam pembinaan

sepaktakraw seorang guru bisa melakukan metode latihan dengan berbagai variasi.

## **B. Kerangka Konseptual**

Guru penjasorkes merupakan orang yang sangat berperan sekali dalam pembinaan sepaktakraw di sekolah. Sebab tanpa dukungan seorang guru penjasorkes sulit rasanya bagi seseorang untuk dapat meningkatkan prestasinya. Karena itu guru penjasorkes yang berkualitas sangat menunjang sekali untuk mendapatkan prestasi bagi pemain sepaktakraw.

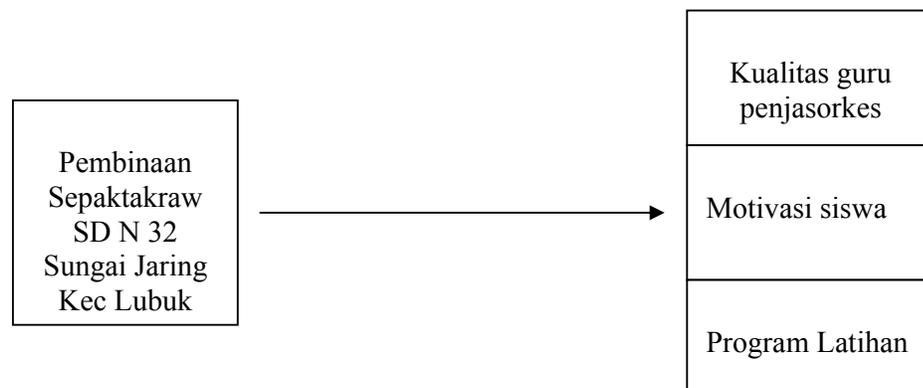
Dalam pembinaan sepaktakraw sangat dibutuhkan motivasi siswa. Motivasi adalah kesatuan keinginan dan bertujuan pendorong untuk bertingkah laku. Dorongan ini merupakan suatu keinginan dari dalam diri untuk menampilkan suatu tingkah laku. Motivasi dorongan dari dalam terhadap aktivitas yang bertujuan menggerakkan dan mendorong seseorang untuk berbuat sesuatu. Siswa yang mempunyai motivasi tinggi dalam pembinaan sepaktakraw akan mencapai tujuan yang diharapkan.

Metode latihan adalah metode yang baik dipergunakan dalam pembinaan sepaktakraw. Metode latihan adalah suatu cara menyajikan bahan pengajaran dengan jalan melatih siswa agar menguasai pelajaran dan terampil. Dari segi pelaksanaannya siswa terlebih dahulu dibekali dengan pengetahuan keterampilan dan disuruh mempraktekkan sehingga menjadi mahir dan terampil. Untuk mencapai tujuan pembinaan sepaktakraw supaya dapat berprestasi guru penjasorkes harus seorang yang berkualitas, adanya motivasi

siswa dan mempergunakan metode latihan supaya lebih terampil menguasai teknik-teknik sepak takraw.

Dalam pembinaan olahraga sepak takraw harus ada program latihan yang terencana dan sistematis sehingga proses persiapan menghadapi dan saat penyelesaian yang berguna untuk menunjang pelaksanaan rencana latihan.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat dalam bagan sebagai berikut :



Gambar 1 : Kerangka Konseptual (Pembinaan Sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung)

### C. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimanakah kualitas guru penjasorkes sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Sejauh manakah motivasi siswa dalam pembinaan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Adakah program latihan sepak takraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung ?

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan temuan dan pembahasan pada bab IV sebelumnya, maka dalam penelitian ini dapat diambil beberapa kesimpulan, antara lain:

1. Kualitas guru penjasorkes dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, diperoleh tingkat capaian sebesar 76%. Menurut Sudjana (1989:85) klasifikasi 65%-79% berada pada klasifikasi cukup. Dengan demikian kualitas guru penjasorkes di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung berada dalam klasifikasi **cukup**.
2. Motivasi siswa dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, diperoleh tingkat capaian sebesar 77%. Menurut Sudjana (1989:85) klasifikasi 65%-79% berada pada klasifikasi cukup. Dengan demikian motivasi siswa di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung berada dalam klasifikasi **cukup**.
3. Metode latihan dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung, diperoleh tingkat capaian sebesar 68%. Menurut Sudjana (1989:85) klasifikasi 65%-79% berada pada klasifikasi cukup. Dengan demikian metode latihan dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung berada dalam klasifikasi **cukup**.

#### **B. Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas, maka peneliti dapat memberikan saran yaitu:

1. Diharapkan kepada guru penjasorkes untuk lebih meningkatkan pengetahuan dan menjadi seorang guru penjasorkes yang berkualitas dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung.
2. Diharapkan pada siswa SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung lebih meningkatkan motivasi belajar dalam pembinaan sepaktakraw.
3. Diharapkan kepada guru penjasorkes untuk dalam pembinaan sepaktakraw di SD N 32 Sungai Jaring Kecamatan Lubuk Basung dengan menggunakan metode yang bervariasi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi.(1998).*Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- B, Asril . (1984). *Teknik Khusus Permainan Sepa takraw*. Padang. FPOK IKIP.
- \_\_\_\_\_. (1999).*Pembinaan Kondisi Pisik* : FIK UNP
- \_\_\_\_\_.(1991).*Hubungan antara Minat Mahasiswa dengan Hasil Belajar Keterampilan Bermain Sepaktakraw*. IKIP
- \_\_\_\_\_.(1994). *Teknik dalam Permainan Sepaktakraw*.FPOK IKIP
- \_\_\_\_\_.(1997). *Teknik Dasar dan Teknik Khusus dalam Permainan Sepaktakraw*.PB PERSENTASI : Jakarta
- Dadang Kurnia. (1996 ). *Pola Dasar Penyusunan Program Latihan*.
- Efendi, Erizon (2006).*Upaya Pembinaan Olahraga Prestasi Cabang Olahraga Sepaktakraw dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Pada Madrasah Ibtidaiyah Negeri Lubuk Buaya Padang*.TA .FIK UNP.
- Galih. (2007). *Survey Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler*. Skripsi.FIK.Uneversitas Negeri Semarang.
- Harsono (1982).*Ilmu Coaching Umum*. Proyek Pembinaan pendidikan Olahraga. Jakarta
- Harsuki. (2002). *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta : Rajagrafindo Persada.
- Kosasih, Engkos.(1993).*Olahraga, Teknik dan Latihan*. Jakarta: Akabe
- Prayitno, Elida. (1989). *Psikologi Kepribadian*. Padang : FIP IKIP.
- Ramanto, Muzni. (2000). *Minat Mahasiswa IKIP Padang Terhadap Kegiatan Ekstrakurikuler*. Padang : FBSS UNP
- Safruddin. (1999).*Pengantar ilmu Melatih*.FPOK IKIP Padang.
- Sardiman. (2004). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.