

**PROFIL ATLET SEPAKTAKRAW PUTRA BALAI BARU TAKRAW
CLUB (BBTC) KOTA PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Departemen Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan*



**OLEH:
NOFRIZAL
NIM. 19086217**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
DEPARTEMEN PENDIDIKAN OLARAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Profil Atlet Sepaktakraw Putra Balai Baru Takraw Club
(BBTC) Kota Padang

Nama : Nofrizal
NIM : 19086217
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

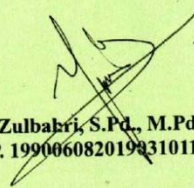
Padang, Oktober 2025

Mengetahui
Kepala Departemen
Pendidikan Olahraga



Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd, M.Pd
NIP. 19890901 201803 1 001

Disetujui
Pembimbing



Dr. Zulbahri, S.Pd., M.Pd
NIP. 199006082019031011

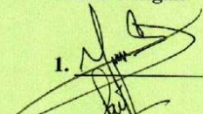
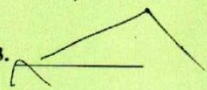
PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Nofrizal
NIM : 19086217

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Profil Atlet Sepaktakraw Putra Balai Baru Takraw Club (BBTC)
Kota Padang**

Padang, Oktober 2025

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Zulbahri, S.Pd., M.Pd	1. 
2. Anggota	: Dra. Rosmawati, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Prof. Dr. Nurul Ihsan, S.Pd., M.Pd	3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, Skripsi dengan judul: ***"Profil Atlet Sepak Takraw Putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang"*** adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Negeri Padang maupun Universitas lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dari tim Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis saya 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 pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, November 2025
Saya yang Menyatakan


NOFRIZAL
NIM. 19086217

ABSTRAK

Nofrizal, (2025) : Profil Atlet Sepaktakraw Putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang

Masalah dalam penelitian ini adalah bahwa belum diketahuinya profil atlet sepaktakraw Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang dan juga prestasi yang dihasilkan belum sesuai dengan harapan. Hal ini diduga dipengaruhi kondisi fisik, kemampuan dasar sepaktakraw yang rendah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui profil atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025.

Jenis penelitian adalah analisis deskriptif, dengan populasi seluruh atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025. Penarikan sampel penelitian ini menggunakan metode total sampling dimana seluruh populasi merupakan sampel sehingga sampel berjumlah 15 orang. Pada penelitian ini data yang digunakan adalah data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui tes fisik dan pengukuran pada atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diketahui bahwa usia atlet 20 tahun, tinggi badan atlet 168,7 cm, dan berat badan atlet 59,67 kg. Pada variabel kondisi fisik diketahui daya tahan tubuh atlet menggunakan tes vo2max berada pada level 4 dengan pengulangan 7 atau 8 dan berada kategori kurang. Diketahui kelincahan atlet berada pada 13.04 atau berada pada kategori baik. Diketahui kecepatan atlet berada pada 4.84 dan berada pada kategori kurang. Diketahui daya ledak otot tungkai atlet berada pada perolehan 51.6 cm berada pada kategori sedang. Kemudian untuk variabel kemampuan dasar sepaktakraw diketahui bahwa kemampuan sepak sila atlet berada pada 47 atau kategori sedang. Kemampuan sepak kura atlet berada pada 82 atau berada pada kategori sedang. Kemampuan memaha atlet berada pada 64 berada pada kategori sedang. Kemampuan menyundul/kepala atlet berada ada 43 atau pada kategori sedang.

Kata Kunci: Profil atlet; kondisi fisik; teknik dasar sepaktakraw.

KATA PENGANTAR



Puji syukur penulis ucapkan kepada Allah Swt. dengan segala rahmat dan karunia – Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul “PROFIL ATLET SEPAKTAKRAW PUTRA BALAI BARU TAKRAW CLUB (BBTC) KOTA PADANG”. Penulisan skripsi ini selain bertujuan untuk memenuhi dan melengkapi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Departemen Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang, disamping itu juga untuk mengetahui profil atlit putra sepaktakraw Balai Baru Takraw Club (BBTC).

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini jauh dari kata sempurna yang diinginkan. Hal tersebut disebabkan oleh keterbatasan kemampuan penulis sendiri. Oleh karena itu, penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari semua pihak, guna kesempurnaan skripsi ini. Dalam pelaksanaan penulisan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang terkait. Secara khusus penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Kedua orang tua saya Ayahanda tercinta Sawir dan Ibunda tercinta Asni telah menjadi orang tua yang sangat luar biasa untuk saya yang telah mengorbankan waktu, tenaga, dan uang untuk membiayai saya dari awal Sekolah Dasar (SD) hingga ke Perguruan Tinggi, selalu mendukung, selalu

mendoakan, memberikan kasih sayang yang luar biasa serta senantiasa mendoakan saya agar sukses sehingga selalu ada motivasi dalam menyelesaikan skripsi ini.

2. Bapak Dr. Ir. Krismadinata, S.T., M.T. selaku Rektor Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Penguji dan Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan.
4. Bapak Dr. Aldo Naza Putra, S.Pd., M.Pd selaku Kepala Departemen Pendidikan Olahraga.
5. Bapak Dr. Zulbahri, S.Pd, M.Pd selaku dosen Pembimbing yang telah membimbing dan mengarahkan saya dalam menyelesaikan skripsi ini.
6. Dra. Rosmawati, M.Pd sebagai dosen Pembimbing Akademik dan penguji yang telah membimbing saya selama kuliah dan memberikan masukan, kritik dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Kepada seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan ilmu yang penulis peroleh selama perkuliahan.
8. Untuk seseorang yang sangat berarti dalam hidup saya setelah orang tua (Cici Andesli A.Md. QS). Selama ini sudah memberi semangat, dukungan bahkan pengorbanan tenaga, maupun uang untuk menyusun skripsi. Yang tak pernah Lelah membantu saya dan selalu ada di saat saya tidak tau arah jalannya kemana.
9. Untuk keluarga saya, Uda saya yang pertama Riswanjoni, abang saya yang ke Ketika Budihardi, dan yang utama sekali Angah saya yang ke dua Hendriyadi dan Uni saya yang ke empat Susilawati yang selalu memberikan semangat dan

motivasi yang tiada hentinya baik nasehat, masukan, dan arahan dalam setiap Langkah saya dalam hidup saya.

10. Motor kesayangan saya, yang bernama VXN, yang setia menemani setiap perjalanan dari awal perkuliahan, bimbingan, dan pengambilan data penelitian, tak peduli panas, hujan, atau medan yang sulit. Terima kasih menjadi teman setia dalam menempuh perjalanan selama ini.

11. Atlet putra sepakbola Balai Baru Takraw Club (BBTC) yang telah bersedia menjadi sampel dalam pengambilan data penelitian.

Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga Allah SWT memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Oktober 2025

Penulis

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL.....	vii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	8
C. Pembatasan Masalah	8
D. Rumusan Masalah	8
E. Tujuan Penelitian	9
F. Manfaat Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	12
A. Kajian Teori	12
B. Penelitian Yang Relevan	25
C. Kerangka Konseptual	28
D. Pertanyaan Penelitian	32
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	35
A. Jenis Penelitian.....	35
B. Tempat Dan Waktu Penelitian	35

C. Populasi Dan Sampel	35
D. Jenis Dan Sumber Data	36
E. Teknik Pengumpulan Data	36
F. Instrumen Penelitian.....	37
G. Teknik Analisa Data.....	45
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	48
A. Hasil	48
B. Pembahasan.....	58
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	68
A. Kesimpulan	68
B. Saran.....	69
DAFTAR PUSTAKA	71
LAMPIRAN	75

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Populasi dan Sampel	36
Tabel 2. Norma VO2MAX	38
Tabel 3. Norma Tes Kelincahan.....	38
Tabel 4. Norma Lari 30 Meter	39
Tabel 5. Norma Verical Jump	40
Tabel 6. Tabel Penilaian Lima Kategori	43
Tabel 7. Daya Tahan	49
Tabel 8. Kelincahan	50
Tabel 9. Kecepatan.....	52
Tabel 10. Daya Ledak Otot Tungkai.....	53
Tabel 11. Sepak Sila.....	54
Tabel 12. Sepak Kura.....	55
Tabel 13. Memaha.....	56
Tabel 14. Menyundul/Kepala.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Sepak Sila.....	17
Gambar 2. Sepak Kura	18
Gambar 3. Memaha.....	19
Gambar 4. Menyundul/mengepala	20
Gambar 5. Kerangka Konseptual	32
Gambar 6. Tes Kelincahan.....	38
Gambar 7. Tes Vertical Jump.....	40
Gambar 8. Daya Tahan	50
Gambar 9. Kelincahan.....	51
Gambar 10. Kecepatan	52
Gambar 11. Daya Ledak Otot Tungkai	54
Gambar 12. Sepak Sila.....	55
Gambar 13. Sepak Kura	56
Gambar 14. Memaha.....	57
Gambar 15. Menyundul/Kepala	58

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Data.....	75
Lampiran 2. Lembar penilaian atlit.....	76
Lampiran 3. Dokumentasi Penelitian.....	77
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian.....	82
Lampiran 5. Surat Balasan Penelitian	83

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga adalah bentuk suatu aktifitas fisik yang bertujuan untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot-otot tubuh. Olahraga memiliki berbagai definisi menurut para ahli, menurut Santosa Giriwijoyo mendefinisikan olahraga sebagai serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara gerak dan meningkatkan kemampuan gerak, yang berarti meningkatkan kualitas hidup (Pratama et al., 2020). Olahraga tidak hanya berperan dalam menjaga dan meningkatkan kebugaran fisik tetapi juga dalam pengembangan aspek mental, pendidikan, disiplin, dan sosial individu.

Seiring kemajuan zaman, olahraga semakin berkembang dalam berbagai bentuk dan cabang, mulai dari olahraga tradisional hingga olahraga modern yang berskala internasional. Pemerintah dan organisasi di seluruh dunia juga mulai memberikan perhatian mengenai perkembangan dunia olahraga, baik dalam konteks pendidikan, kesehatan masyarakat, maupun prestasi. Dalam kehidupan sehari-hari olahraga dapat dilakukan sebagai kegiatan rekreasi, kegiatan dengan maksud pendidikan, kegiatan amatir atau hanya karena hobi, dan kegiatan yang dilakukan dengan tujuan menghasilkan prestasi (Wibawa, 2019). Dalam melakukan kegiatan olahraga banyak faktor yang mempengaruhi seperti kondisi lingkungan, kondisi mental, kondisi kesehatan, dan kondisi fisik saat melaksanakan kegiatan olahraga (Daely, 2025).

Di Indonesia sendiri olahraga adalah sebuah media untuk menyebarkan semangat nasionalisme seperti pada saat setelah kemerdekaan, diselenggarakannya PON pada tahun 1948 sebagai bentuk persatuan dan kesatuan bangsa. Dalam berbagai ajang seperti Sea Games, Asian Games, hingga Olimpiade, atlet-atlet Indonesia telah berhasil mengharumkan nama bangsa. Seiring berjalannya waktu prestasi olahraga Indonesia telah mengalami perkembangan yang signifikan, baik di ajang nasional maupun internasional.

Prestasi olahraga merupakan hasil optimal yang dicapai oleh atlet, prestasi olahraga merupakan gambaran dari usaha maksimal dan terstruktur yang dilakukan pada saat latihan atau uji coba (Dedy Yohanes et al., 2022). UU No. 11 Tahun 2022 tentang Keolahragaan Nasional adalah payung hukum utama yang mengatur prestasi olahraga, termasuk penghargaan bagi olahragawan berprestasi. Kedua undang-undang ini menjadi dasar hukum yang mengatur seluruh aspek keolahragaan, termasuk pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi. Adapun perolehan prestasi olahraga Indonesia di ajang internasional seperti di Olimpiade, Indonesia telah mengumpulkan 8 emas, 14 perak, dan 15 perunggu hingga saat ini. Di Asian Games tahun 2018 Indonesia mengumpulkan 31 emas, 24 perak, dan 43 perunggu.

Di tingkat regional, Sumatera Barat juga memiliki kontribusi besar dalam dunia olahraga. Sumatera Barat dikenal aktif dalam melahirkan atlet berbakat dari berbagai cabang olahraga yang tampil bersinar dalam ajang Pekan Olahraga Nasional (PON) maupun kejuaraan tingkat nasional lainnya. Salah satu kota yang memiliki fasilitas olahraga yang cukup memadai dan menjadi pusat kegiatan

olahraga regional adalah Kota Padang, berbagai klub olahraga dan sekolah unggulan disini menjadi tempat lahirnya atlet-atlet potensial yang sering menjadi perwakilan daerah dalam ajang kompetisi. Pada ajang PON 2024 yang dilaksanakan di Aceh-Sumut, Sumatera Barat memperoleh 5 emas, 14 perak, dan 30 perunggu.

Salah satu cabang olahraga yang menonjol dari Sumatera Barat adalah sepak takraw, karena memiliki persamaan dengan olahraga tradisional yaitu sepak rago (Indonesia, 2019). Olahraga sepak takraw adalah olahraga permainan yang menggunakan bola rotan, yang mana merupakan gabungan tiga olahraga yaitu sepakbola, voli, dan bulutangkis (Adhan et al., 2022). Pada PON 2021 di Papua, tim sepak takraw Sumatera Barat meraih medali perunggu dan Perak. Pada ajang nasional tingkat pelajar, Pra POPNAS zona 1 tahun 2024 yang lalu, Sumatera Barat berhasil memperoleh medali emas.

Sepak takraw merupakan suatu permainan menggunakan bola yang terbuat dari rotan, dimainkan diatas lapangan berukuran panjang 13,40m dan lebar 6,10m. ditengan dibatasi net dengan tinggi 1,55m. dalam permainan ini yang dipergunakan terutama kaki dan semua anggota badan kecuali tangan. Dengan tujuan dari setiap pihak adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga dapat jatuh di area lawan atau menyebabkan lawan melakukan pelanggaran atau bermain salah (Dewi et al., 2023)

Permainan sepak takraw dipengaruhi oleh berbagai faktor yang dapat dikategorikan seperti aspek kondisi fisik dan teknik dasar yang dimiliki atlet. Kondisi fisik seperti kekuatan, daya tahan, kelincahan, kekuatan, dan kelenturan sangat berperan dalam meningkatkan keterampilan bermain sepak takraw. Kondisi

fisik merupakan faktor yang paling penting karena dengan memiliki kondisi fisik yang baik dapat meningkatkan kemampuan atlet saat berlatih atau bertanding.

Kondisi fisik merupakan suatu keharusan yang sangat penting sebagai penunjang tercapainya prestasi seorang atlet, maka faktor kondisi fisik harus diperhatikan oleh atlet. Komponen-komponen kondisi fisik dapat dikemukakan sebagai berikut: kekuatan, daya tahan (daya tahan otot, daya tahan umum, daya ledak otot), ketangkasan, kelenturan, keseimbangan, koordinasi, kelincahan, dan ketepatan (Hidayat et al., 2020).

Latihan fisik yang dilakukan secara teratur dan terukur dengan dosis dan waktu yang cukup akan menimbulkan perubahan fisiologis yang berujung pada kemampuan yang dapat menghasilkan tenaga yang lebih besar dan meningkatkan penampilan atau prestasi fisik atlet. Mengetahui kualitas kondisi fisik dan teknik dasar atlet merupakan suatu kewajiban yang harus diketahui oleh tim pelatih pada suatu klub olahraga. Tujuannya adalah untuk membuat program latihan yang tepat bagi atlet agar kemampuannya dapat berkembang.

Selain itu menyatakan kemampuan yang harus dimiliki atlet dari melakukan latihan yang diberikan oleh pelatih (Akbar et al., 2020). Pelatih dapat mengetahui program latihan tepat sasaran bagi atletnya, hal ini diketahui dari mengetahui kualitas yang dimiliki oleh atletnya. Dalam hal ini kondisi fisik yang menjadi faktor penting dalam meraih prestasi harus dimiliki oleh atlet. Pelatih harus mengetahui kondisi fisik atlet untuk mempersiapkan tim saat bertanding. Atlet harus menguasai teknik dasar karena dengan teknik yang baik atlet dapat menguasai permainan dalam setiap cabang olahraga.

Selain kondisi fisik penguasaan teknik sangat penting dimiliki atlet dengan penguasaan teknik dasar yang baik dan sempurna, pemain dapat menjalankan taktik permainan dengan mudah karena pemain memiliki kepercayaan diri yang tinggi terhadap dirinya sendiri, dan setiap keterampilan yang dilakukan tidak membuang tenaga yang tidak perlu. Penguasaan suatu teknik disebut dengan keterampilan teknik, selain itu penguasaan teknik yang baik akan dapat menghemat penggunaan tenaga. Artinya semakin baik teknik yang kita miliki, maka akan semakin efisien pula kita dalam menggunakan tenaga yang dibutuhkan (Purwanto, 2022).

Dalam permainan sepak takraw banyak teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain, ada teknik dasar sepak takraw, sepak takraw, memaha, heading, tekong (service), smash, dan block. Dari beberapa teknik dasar di atas, ada beberapa teknik yang harus diketahui, yaitu teknik bertahan dan teknik menyerang. Sila dapat diartikan sebagai teknik memainkan bola secara efektif dan efisien untuk mendapatkan hasil yang optimal. Teknik bertahan meliputi sila dan blok yang baik. Sedangkan teknik menyerang adalah smash dan tekong (servis). Seorang pemain sepak takraw harus memiliki keterampilan sepak bola yang baik untuk melakukan teknik bertahan dan menyerang dalam permainan sepak takraw, karena sepak sila juga merupakan salah satu gerakan yang paling dominan dalam permainan sepak takraw (Abdian Asgi Sukmana, S.Pd., M.Or, Nur Ahmad Muharram, 2017).

Sumatera Barat memiliki Sejarah Panjang mengenai sepaktakraw, atlet-atlet sepaktakraw dari Sumatera Barat seringkali menunjukkan prestasi yang membanggakan, baik di tingkat provinsi, nasional maupun internasional,

dibuktikan dengan beberapa atletnya berhasil menembus tim nasional dan berlaga di ajang Sea Games. Dengan dukungan pembinaan yang berkelanjutan dan semangat kompetitif yang tinggi sepak takraw berpotensi memiliki potensi untuk terus berkembang dan berkontribusi terhadap pencapaian prestasi olahraga Indonesia. Hal tersebut dapat dilihat dengan mulai bermunculannya klub-klub olahraga sepak takraw, baik dilingkungan sekolah maupun dilingkungan masyarakat. Melalui klub-klub tersebut dilakukan pembinaan agar menghasilkan atlet-atlet berprestasi di Sumatera Barat untuk kedepannya, salah satunya yaitu Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang.

Permainan sepak takraw menjadi kegiatan pembinaan usia muda di Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang yang dibentuk sebagai wadah penyaluran bakat. Pembinaan sudah dilakukan dengan baik, akan tetapi masih banyak kekurangan atlet baik secara kondisi fisik maupun saat melakukan teknik dasar seperti sepak sila, sepak kura, memaha, kepala dll. Dimana kondisi fisik sangat mempengaruhi performa atlet, ketika atlet secara fisik sudah merasa lelah maka secara tidak langsung akan mempengaruhi fokus atlet yang kemudian atlet tidak dapat memberikan teknik terbaiknya dan pola permainan yang baik. Dari yang penulis amati saat penulis melakukan latihan bersama di Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang banyak atlet disana masih belum atau kurang menguasai keseluruhan pelaksanaan teknik dasar dan kondisi fisik yang baik. Penulis melihat saat atlet melakukan game saat latihan sering melakukan kesalahan baik karena kurangnya saat melakukan teknik dasar maupun kondisi fisik yang dimiliki

mengganggu konsentrasi para atlet. Untuk dapat melakukan teknik dasar yang baik atlet harus bisa menguasai teknik dasar dan harus dilatih juga kondisi fisiknya.

Atlet sepak takraw merupakan individu yang memiliki kemampuan fisik, teknik dan mental yang baik untuk dapat bermain secara optimal. Profil seorang atlet yang mencakup data diri seperti nama, usia, tinggi badan, berat badan, kemampuan dasar, seperti sepak sila, sepak kura, memaha, menyundul, dan kondisi fisik seperti daya tahan, kecepatan, kelincahan, dan daya ledak otot tungkai menjadi bagian penting dalam mengevaluasi kualitas dan potensi atlet. Pemahaman terhadap profil atlet sangat penting dilakukan sejak dini untuk mendukung proses pembinaan, pengembangan, dan pemetaan potensi setiap atlet, sehingga pelatih, pengurus dan tim pendukung dapat menyusun program latihan yang tepat dan terarah. Tidak hanya itu penyusunan profil atlet juga bermanfaat untuk mendokumentasikan perkembangan performa serta menjadi dasar dalam seleksi tim atau keikutsertaan dalam berkompetisi.

Berdasarkan hasil pengamatan lapangan dan informasi yang diperoleh dari pelatih dan pengurus Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang, bahwa belum diketahuinya profil atlet sepak takraw dan juga prestasi yang dihasilkan belum sesuai dengan harapan. Ini terlihat dari kegagalan yang dialami atlet pada saat pertandingan dan persaingan atlet di tingkat daerah maupun provinsi. Kegagalan dalam pertandingan dan ketidakmampuan atlet bersaing di tingkat yang lebih tinggi merupakan dugaan-dugaan yang terjadi selama latihan seperti kondisi fisik, kemampuan dasar, dan keterampilan bermain sepaktakraw. Oleh

sebab itu muncul keinginan peneliti untuk melakukan penelitian mengenai “Profil Atlet Sepaktakraw Putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi dalam permainan sepaktakraw seperti berikut:

1. Profil Atlit

Berdasarkan latar belakang, maka dapat diidentifikasi beberapa faktor yang mempengaruhi dalam permainan sepaktakraw seperti berikut:

- 1) Profil Atlit
- 2) Kondisi fisik
- 3) Teknik
- 4) Taktik
- 5) Mental
- 6) Pelatih
- 7) Sarana dan prasarana
- 8) Organisasi dibidang olahrag

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan karena keterbatasan waktu dan kemampuan yang dimiliki peneliti, maka peneliti akan membatasi penelitian untuk mengetahui dan mendeskripsikan:

1. Profil Atlet
2. Kondisi Fisik
3. Teknik Dasar Dalam Sepak Takraw

D. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Bagaimana profil atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang?” yang meliputi:

1. Bagaimana data diri secara keseluruhan atlet Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
2. Bagaimana daya tahan yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
3. Bagaimana kecepatan yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
4. Bagaimana kelincahan yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
5. Bagaimana daya ledak otot tungkai yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
6. Bagaimana kemampuan sepak sila yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
7. Bagaimana kemampuan sepak kura yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
8. Bagaimana kemampuan memaha yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?
9. Bagaimana kemampuan menyundul/kepala yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah , maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui profil atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 yang meliputi:

1. Mengetahui secara keseluruhan data diri atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
2. Mengetahui rata-rata daya tahan atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
3. Mengetahui rata-rata kecepatan atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
4. Mengetahui rata-rata kelincahan atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
5. Mengetahui rata-rata daya ledak otot tungkai atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
6. Mengetahui rata-rata kemampuan dasar sepak sila atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
7. Mengetahui rata-rata kemampuan dasar sepak kura atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
8. Mengetahui rata-rata kemampuan dasar memaha atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025
9. Mengetahui rata-rata kemampuan dasar menyundul atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Sebagai syarat untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan olahraga.
2. Memberikan informasi mengenai profil atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025.
3. Sebagai bahan pertimbangan bagi pelatih dan pengurus Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang dalam pengembangan program latihan dan evaluasi kondisi atlet guna meningkatkan prestasi atlet.
4. Sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya dalam mengemangkan dan memperluas cakupan penelitian.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diuraikan dapat dikemukakan kesimpulan sebagai berikut:

1. Diketahui data diri atlet Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 yang meliputi usia, berat badan, dan tinggi badan yaitu rata-rata usia pada usia 20 tahun, rata-rata tinggi badan pada 168,4 cm, dan rata-rata berat badan pada 59.67 kg.
2. Diketahui daya tahan tubuh yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 berdasarkan tes diperoleh hasil tertinggi 33.9 atau pada level 6 pengulangan ke 3 dan perolehan terendah 23.6 atau pada level 3 pengulangan 2, sedangkan rata-rata perolehan pada 28.11 atau pada level 4 pengulangan ke 7 atau 8 dan berada pada kategori Kurang.
3. Diketahui kecepatan yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 berdasarkan tes diperoleh hasil tertinggi 11.8 dan perolehan terendah 14.72, sedangkan rata-rata perolehan pada 13.04 dan berada pada kategori Baik.
4. Diketahui kelincahan yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 diperoleh hasil tertinggi 3.97 dan perolehan terendah 5.79, sedangkan rata-rata perolehan pada 4.84 dan berada pada kategori Kurang.

5. Diketahui daya ledak otot tungkai yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 dengan tes vertical jump didapatkan hasil lompatan terjauh yaitu 65 cm dengan lompatan terpendek yaitu 20 cm dengan rata-rata lompatan adalah 51.6 cm, secara keseluruhan kemampuan daya ledak otot tungkai atlet berada pada kategori Sedang.
6. Diketahui kemampuan sepak sila yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 diperoleh hasil tertinggi 64 dan perolehan terendah 19, sedangkan rata-rata perolehan pada 47 pada kategori Sedang.
7. Diketahui kemampuan sepak kura yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 diperoleh hasil tertinggi 118 dan perolehan terendah 52, sedangkan rata-rata perolehan pada 82 pada kategori Sedang.
8. Diketahui kemampuan memaha yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 diperoleh hasil tertinggi 107 dan perolehan terendah 14, sedangkan rata-rata perolehan pada 64 pada kategori Sedang.
9. Diketahui kemampuan menyundul/kepala yang dimiliki atlet putra Balai Baru Takraw Club (BBTC) Kota Padang tahun 2025 diperoleh hasil tertinggi 79 dan perolehan terendah 28, sedangkan rata-rata perolehan pada 43 pada kategori Sedang.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan penelitian di atas, ada beberapa saran yang dapat disampaikan yaitu:

1. Kepada atlet diharapkan melakukan latihan yang berguna untuk menjaga berat badan, dan meningkatkan kondisi fisik, teknik dasar atlet dengan melaksanakan latihan dengan maksimal.
2. Bagi pelatih, agar mengawasi dan meningkatkan program latihan untuk kondisi fisik dan teknik dasar sehingga teknik dasar atlet bisa berkategori sangat baik. Pelatih harus dapat menyeimbangkan porsi latihan fisik, taktik dan teknik sehingga prestasi maksimal akan tercapai.
3. Bagi peneliti berikutnya, penelitian ini sebagai referensi dalam melakukan penelitian karena membahas tentang profil atlet yang meliputi data diri yang meliputi umur, tinggi badan, berat badan. Kondisi fisik yang meliputi daya tahan, kecepatan kelincahan, daya ledak otot tungkai. Kemampuan dasar sepak takraw yang meliputi sepak sila, sepak kura, memahan, menyundul/kepala.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdian Asgi Sukmana, S.Pd., M.Or, Nur Ahmad Muharram, M. O. (2017). *Buku Sepaktakraw (Metodik dan Teknik Pembelajaran Sepaktakraw)* (pp. 1–84). [http://repository.unpkediri.ac.id/2340/1/Buku Sepaktakraw %28Metodik dan Teknik Pembelajaran Sepaktakraw%29.pdf](http://repository.unpkediri.ac.id/2340/1/Buku_Sepaktakraw_%28Metodik_dan_Teknik_Pembelajaran_Sepaktakraw%29.pdf)
- Adhan, M., Sianto, M. I., & Adjaleka, A. A. (2022). Kondisi Fisik Atlet Sepak Takraw pada Masa Pandemi Covid-19. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 7(2), 101–107. <https://journal.unnes.ac.id/sju/jscpe/article/view/57191%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/sju/jscpe/article/download/57191/23794>
- Ahmad Sahila, R., Agung Pratama, B., & Sugito, S. (2024). Tingkat Keterampilan Dasar Sepak Takraw Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 14(3), 157–168. <https://doi.org/10.37630/jpo.v14i3.1672>
- Akbar, M., Allsabab, H., & Prima, R. (2020). Manajemen kepelatihan klub renang Kota Kediri tahun 2019 Management of Kediri swimming club coaching year 2019 PENDAHULUAN Olahraga sebagai suatu aktivitas yang disukai oleh banyak manusia , karena di dalamnya telah terbukti dapat menyehatkan badan bagi s. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 242–258. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.14021
- Amri, A. (2020). *Profil Kondisi Fisik Atlet Sasana Rambo Boxing Ytbkkota Semarang Tahun 2019 Skripsi*.
- Ardhi, D. S., & Asim, A. (2022). Profil Kondisi Fisik Atlet Sepaktakraw MTC (Malang Takraw Club) Kota Malang. *Sport Science and Health*, 2(4), 247–253. <https://doi.org/10.17977/um062v2i42020p247-253>
- Daely, I. (2025). *Analisis kondisi fisik atlet sepak takraw putra sumatera selatan persiapan pon xxi aceh-sumut tahun 2024 skripsi*.
- Dawud, V. W. G. W. A. N., & Hariyanto, E. (2022). Survei Kondisi Fisik Pemain Sepakbola U 17. *Sport Science and Health*, 2(4), 224–231. <https://doi.org/10.17977/um062v2i42020p224-231>
- Dedy Yohanes, Indah Dewi Mulyani, & Dwi Harini. (2022). Analisis Dukungan Orang Tua, Minat Anak dan Pembinaan Pelatih terhadap Prestasi Atlet Renang Prsi Kabupaten Brebes (Studi Kasus pada Antasena Swimming Club Brebes). *GEMILANG: Jurnal Manajemen Dan Akuntansi*, 2(4), 100–112. <https://doi.org/10.56910/gemilang.v2i4.155>
- Dewi, R., Fataha, I., Meja, T., Silat, P., Takraw, S., & Pendahuluan, A. (2023). Profil Atlet Sepak Takraw PPLP Dispora Provinsi Gorontalo Tahun 2023. *Sains Olahraga : Jurnal Ilmiah Ilmu Keolahragaan*, 7, 73–81.
- Dikdik Zafar Sidik, Paulus L Pesurnay, L. A. (2014). Profil Kondisi Fisik Siswa

Ekstrakurikuler Bola Basket Putra Sma N 02 Ungaran Tahun 2012. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 3(1), 44–48.

Fathurahim, Humaedi, Rejeki, H. S., & Gunawan. (2025). Development of a Basic Sepak Sila Training Model in Sepak Takraw for Fifth-Grade Elementary Students. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 9(1), 32–44. <https://doi.org/10.33369/jk.v9i1.38408>

Hadi, R. (2011). Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet. *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 1(1), 88–93.

Hamzah. (2017). Studi Kondisi Fisik Pada Club Putra Bola Voli Smp Al-Azhar Mandiri Palu Hamzah. *Sport Sciences and Physical Education Volume*, VI(1), 66–79.

Hidayat, R., Budi, D. R., Purnamasari, A. D., Febriani, A. R., & Listiandi, A. D. (2020). Faktor Fisik Dominan Penentu Keterampilan Bermain Sepak Takraw. *Jurnal Mensana*, 5(1), 33. <https://doi.org/10.24036/jm.v5i1.127>

Hudha, S. N. (2024). *Analisis Kondisi Fisik Atlet Persatuan Sepak Takraw Indonesia (PSTI) Kabupaten Magelang*. 15(1), 37–48.

Indonesia, portal informasi. (2019). *Evolusi sepak raga*. Indonesia.Go.Id. <https://indonesia.go.id/kategori/keanekaragaman-hayati/498/evolusi-sepak-raga?lang=1>

Jawis, M. N., Singh, R., Singh, H. J., & Yassin, M. N. (2005). Anthropometric and physiological profiles of sepak takraw players. *British Journal of Sports Medicine*, 39(11), 825–829. <https://doi.org/10.1136/bjsm.2004.016915>

Kahar, I., Jalil, R., Ahmad, A., Hidayat, M., & Hairati, M. (2022). Meningkatkan kemampuan smash sepak takraw melalui media bola gantung siswa kelas X SMK Negeri 6 Luwu. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 18(1), 78–88. <https://doi.org/10.21831/jpji.v18i1.47947>

Kosni, N. A., Abdullah, M. R., Juahir, H., Musa, R. M., Maliki, A. B. H. M., Mat-Rasid, S. M., Adnan, A., Alias, N., & Eswaramoorthi, V. (2018). Determination association of anthropometric and performance ability in Sepak Takraw youth athlete using unsupervised multivariate. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 9(2S), 505. <https://doi.org/10.4314/jfas.v9i2s.33>

Malihatuz, F., 1□, Z., Raharjo, A., Pendidikan, J., Kesehatan, J., Rekreasi, D., & Keolahragaan, I. (2022). *Indonesian Journal for Physical Education and Sport Pembinaan Prestasi Olahraga Sepaktakraw Pada Atlet Pusat Pendidikan dan Latihan Olahraga Pelajar Daerah (PPLOPD) Kabupaten Kendal 2022* Keywords. 3(2), 412–423. <http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>

Patima, Munar, H., & Hasibuan, M. U. Z. (2021). *Analysis of The Physical Condition of Jambi Province Sepak Takraw Athletes Heading Into the 2024 Aceh-North Sumatra PON*. 5(3), 167–186.

- Pratama, D. R., Hidayah, T., & Setyawati, H. (2020). Pengaruh Motivasi Dan Kualitas Layanan Personal Trainer Terhadap Keputusan Menjadi Member Fitness Center. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 6(1), 27–34. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/view/40203%0Ahttps://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf/article/download/40203/16633>
- Prima, P., & Kartiko, D. C. (2021). Survei Kondisi Fisik Atlet Pada Berbagai Cabang Olahraga. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 161–170. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikn-jasmani/issue/archive>
- Purwanto, D. (2021). *Quality of the physical condition and basic techniques of sepak takraw*. 8(2), 167–186.
- Purwanto, D. (2022). Quality of the physical condition and basic techniques of sepak takraw. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 8(2), 241–258. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v8i2.18447
- Putranto, I. (2020). Survei Tingkat Kondisi Fisik Daya Tahan Umum Atlet Bkrm Sepak Takraw FIK UNM. (*Doctoral Dissertation, UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR*).
- Rachmalia, D. S., Susilawati, D., & Lengkana, A. S. (2022). Profil Kondisi Fisik Atlet Bola Voli Pada Klub Tectona Kota Bandung. *Journal of SPORT (Sport, Physical Education, Organization, Recreation, and Training)*, 6(2), 91–100. <https://doi.org/10.37058/sport.v6i2.6375>
- Saleh, M., Agusman, M., Palu, U. M., Palu, U. M., Tadulako, U., Education, B. S., Sport, B., & Jurnal, E. (2021). Analisis Keterampilan Bermain Sepak Takraw Atlet Kabupaten Sigi. *Babasal Sport Education Journal*, 2(1), 39–47. <https://lonsuit.unismuhluwuk.ac.id/BSEJ/article/view/2361%0Ahttps://lonsuit.unismuhluwuk.ac.id/BSEJ/article/viewFile/2361/1031>
- Saputra, B. A., & Indra, E. N. (2019). Profil Kondisi Fisik Atlet Sepatu Roda Daerah Istimewa Yogyakarta. *Medikora*, 18(2), 70–78. <https://doi.org/10.21831/medikora.v18i2.29199>
- Sarkar, S., Dasgupta, S., Chatterjee, S., Meitei, K. K., Bandyopadhyay, A., & Dey, S. K. (2020). Role of Specific Playing Position on Various Anthropometric, Body Composition and Physical Fitness Parameters of Indian Male Sepak Takraw Players. *International Journal of Sport Studies for Health*, 3(1), 8–14. <https://doi.org/10.61838/kman.intjssh.3.1.2>
- Soetjipto, M. S. (2012). *Profil Tinggi Badan , Daya Ledak (Power) Otot Tungkai , Kelincahan (Agility) Dan Daya Tahan (Endurance) Atlet Bulutangkis Pb Surya Baja Surabaya Usia 12-16 Tahun*.
- Supriady, A. (2024). Dominant Physical Condition Components of Sepak Takraw Sport for Cimahi City Athletes. *Journal Coaching Education Sports*, 4(2), 297–306. <https://doi.org/10.31599/t1tw4018>

- Syaifuddin, M., & Aziz Hakim, A. (2019). Profil Kondisi Fisik Atlet Sepak Takraw Putra Asian Games 2018 Dan Ukm Unesa. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 8(1), 1.
- Tekkun Bancin, Teuku Ryan Rizki, Evitamaria Simbolon, Alfonsus Ferdyn Telaumbanua, Ibrahim Ibrahim, & Mawardi Nur. (2024). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Sepak Takraw pada Ekstrakurikuler Sepak Takraw Putra di SMAN Kota Pematangsiantar. *Bhinneka: Jurnal Bintang Pendidikan Dan Bahasa*, 2(3), 278–286. <https://doi.org/10.59024/bhinneka.v2i3.866>
- Wibawa, D. N. (2019). Perlindungan Hukum Terhadap Atlet Pelatihan Daerah Dengan Organisasi Komite Olahraga Nasional Indonesia Terkait Kontrak Kerja. *Jurist-Diction*, 2(6), 2045. <https://doi.org/10.20473/jd.v2i6.15942>
- Wibowo, E. T., & Hakim, A. A. (2019). Profil Indeks Massa Tubuh pada Atlet Tim Nasional Indonesia pada Asian Games 2018. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 08(01), 131–140.
- Wulandari, P. P. (2022). Sepak Takraw: How Ability of State Elementary Students in the Covid-19 Pandemic? *Medikora*, 21(1), 80–89.