

**PENGUASAAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAK  
TAKRAW BAGI ATLET JUNIOR KABUPATEN TAPIN**



**OLEH :**

**KUMALA SALMA**

**NIM : 1810122320005**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan Dalam Mendapatkan Gelar Sarjana  
Pendidikan Pada Program Studi Pendidikan Jasmani

**KEMENTERIAN PENDIDIKAN, KEBUDAYAAN, RISET DAN TEKNOLOGI**

**UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI**

**BANJARBARU**

**2023**

## **ABSTRAK**

Kumala Salma. NIM 1810122320005. 2022, Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw Bagi Atlet Junior Kabupaten Tapin , Skripsi, Jurusan Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Lambung Mangkurat, Pembimbing (I) Dr. H. Sarmidi, M.Kes., AIFO. Pembimbing (II) Drs H. M. Mulhim, M. Pd.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar permainan sepak takraw bagi atlet junior Kabupaten Tapin, meliputi: sepak sila kanan, sepak sila kiri, sepak sila kanan dan kiri, sepak cungkil, sepak memaha, dan heading (menyundul bola). Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode observasi dan tes, digunakan untuk mengetahui tingkat penguasaan keterampilan teknik dasar permainan sepak takraw bagi atlet junior Kabupaten Tapin. Populasi pada penelitian ini adalah atlet junior sepak takraw putra dan putri Kabupaten Tapin. Sebagai sampel penelitian ini berjumlah 15 orang atlet junior putra dan putri.

Dari hasil data penelitian dapat disimpulkan bahwa pada penguasaan keterampilan teknik dasar permainan sepak takraw bagi atlet junior Kabupaten Tapin “Cukup”.

**KATA KUNCI** : Keterampilan, Atlet Junior Sepak Takraw.

### ABSTRACT

Kumala Salma. NIM 1810122320005. 2022, Mastery of Basic Technical Skills for Playing Sepak Takraw for Junior Athletes in Tapin Regency, Thesis, Department of Sports and Health Education, Faculty of Teacher Training and Education, Lambung Mangkurat University, Advisor (I) Dr. H. Sarmidi, M.Kes., AIFO. Advisor (II) Drs H. M. Mulhim, M. Pd.

This study aims to determine the level of mastery of the basic technical skills of the game of takraw for junior athletes in Tapin Regency, including: right-handed kicks, left-handed kicks, right and left half-handed kicks, gouging kicks, thigh kicks, and heading (heading the ball). The method used in this study is the observation and test method, used to determine the level of mastery of the basic technical skills of takraw for junior athletes in Tapin Regency. The population in this study were men's and women's junior sepak takraw athletes in Tapin Regency. As a sample of this study, there were 15 male and female junior athletes.

From the results of the research data it can be concluded that the mastery of basic technical skills in the game of takraw for junior athletes in Tapin Regency is "Enough".

**KEYWORDS :** Skills, Junior Sepak Takraw Athletes.

Dosen Pembimbing



Dr. H. Sarmidi, M. Kes., AIFO.

NIP 19580716 198803 1 001

## **MOTTO & PERSEMBAHAN**

**UNTUK BISA SUKSES, KAMU HARUS MEMILIKI  
KEMAUAN SUKSES YANG LEBIH BESAR DARIPADA  
KETAKUTAN UNTUK GAGAL**

( Kumala Salma)

**Karya ini didedikasikan kepada:**

Ibu Agus Wati. dan Bapak Muhammad Hasyir yang telah melahirkan dan merawat saya dengan kasih sayang yang sangat luar biasa hingga besar. Kepada adik saya yaitu Ipi Yusriani dan keluarga saya selaku orang yang memberikan bantuan dan semangat serta motivasi dalam kondisi apapun. Serta kepada Muhammad Sam'ani terima kasih telah berkontribusi didalam penulisan ini.

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**PENGUASAAN KETERAMPILAN TEKNIK DASAR PERMAINAN SEPAK  
TAKRAW BAGI ATLET JUNIOR KABUPATEN TAPIN**

Oleh :

**Kumala Salma**

**NIM 1810122320005**

**Pembimbing Utama**



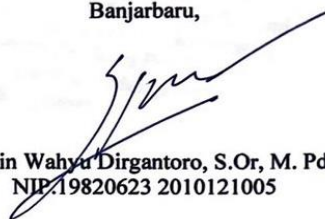
**Dr. H. Sarmidi, M. Kes., AIFO.  
NIP 195807161988031001**

**Pembimbing Pendamping**



**Drs. H. M. Mulhim, M. Pd.  
NIP 196107271988121002**

**Mengetahui,  
Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani  
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat  
Banjarbaru,**



**Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or, M. Pd.  
NIP.19820623 2010121005**

**HALAMAN PENGESAHAN**

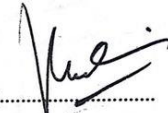
Telah Dipertahankan Dihadapan Dewan Penguji Skripsi  
Program Studi Pendidikan Jasmani  
Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat  
Pada tanggal : 09 Januari 2022

Dewan Penguji

1. Dr. H. Sarmidi, M. Kes., AIFO.

(Ketua).....  


2. Drs. H. M. Mulhim, M. Pd.

(Sekretaris).....  


3. Dr. Ma'ruful Kahri, M. Pd.

(Anggota).....  


Mengetahui:  
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan  
Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan  
Universitas Lambung Mangkurat  
Banjarbaru



Dr. Ma'ruful Kahri, M. Pd.  
NIP 196006161987031004

### PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kumala Salma

NIM : 1810122320005

Program studi : Pendidikan Jasmani

Jurusan : Pendidikan Olahraga dan Kesehatan

Fakultas : Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas : Lambung Mangkurat

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar tulisan saya dan bukan merupakan plagiasi baik sebagian atau seluruhnya. Apabila dikemudian hari ditemukan sebagian atau seluruhnya dari skripsi ini hasil plagiasi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Banjarbaru, 19 Desember 2022



Kumala Salma  
1810122320005

## SURAT PERNYATAAN MENDELEY

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Kumala Salma  
NIM : 1810122320005  
Tempat, Tanggal lahir : Martapura, 16 Maret 2000  
Program Studi : Pendidikan Jasmani  
Alamat : JL JEND A. Yani No. 34 Rt. 10 Rw. 003  
Kelurahan Kupang Kec. Tapin Utara Kabupaten  
Tapin, 71113 .

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar benar tulisan saya dan menggunakan aplikasi Mendeley. Apabila dikemudian hari ditemukan bukti bahwa skripsi ini penulisannya tanpa menggunakan aplikasi Mendeley maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Banjarbaru, 19 Desember 2022

Pembuat pernyataan



Kumala Salma

1810122320005



## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada kehadiran ALLAH Yang Maha Esa karna berkar dan rahmat-Nya sehingga bisa menyelesaikan proposal penelitian dengan judul “Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw Bagi Atlet Junior Kabupaten Tapin“. Dalam penyusunan proposal ini peneliti telah berusaha semaksimal mungkin sesuai dengan kemampuan. Namun sebagai manusia biasa, penyusunan tidak luput dari kesalahan dan kekhilafan baik dari segi teknik penulisan maupun tata bahasa. Proposal penelitian ini disusun sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat.

Dengan ada nya kesempatan ini peneliti mengucapkan tarimakasih kepada semua pihak yang telah ikut serta membantu penelitian skripsi ini:

1. Bapak Prof. Dr. Ahmad, S.E., M.Si., selaku Rektor Universitas Lambung Mangkurat (ULM).
2. Bapak Dr. Chairil Faif Pasani, M.Si, Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Lambung Mangkurat
3. Bapak Dr. Ma’ruful Kahri, M.Pd, selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan FKIP ULM
4. Bapak Dr. Rahmadi, M.Pd. Sekretaris Jurusan POK FKIP ULM Banjarbaru.
5. Bapak Dr. Tri Irianto, M.kes, AIFO, Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK ULM Banjarbaru.
6. Bapak Edwin Wahyu Dirgantoro, S.Or, M.Pd, Sekretaris Program Studi Pendidikan Jasmani JPOK FKIP ULM Banjarbaru.
7. Bapak Dr. H. Sarmidi, M.Kes., AIFO., selaku dosen Pembimbing Utama yang memberikan bimbingan, motivasi serta arahan demi sempurnanya Skripsi ini.
8. Bapak Drs. H. M. Mulhim, M. Pd., selaku dosen Pembimbing Pendamping yang telah banyak membimbing dan memberi saran terbaik selama penyusunan Skripsi ini.

9. Bapak Dr. Ma'riful Kahri, M.Pd., selaku Penguji Utama yang memberikan masukan - masukan demi penyusunan Skripsi ini.
10. Seluruh dosen JPOK FKIP ULM yang telah banyak membantu dan memberikan ilmu pengetahuan.
11. Kepada kedua orang tua saya, ibu Agus Wati dan ayah Muhammad Hasyir yang memberikan dukungan penuh dan doa restunya untuk penulisan skripsi ini.
12. Kepada adik saya Ipi Yusriani serta semua keluarga saya, selaku yang memberikan bantuan dan semangat serta motivasi dalam kondisi apapun.
13. Kepada Muhammad Sam'ani terima kasih telah berkontribusi didalam penulisan ini, meluangkan baik tenaga maupun pikiran, serta dukungan dan selalu sabar menghadapi saya.
14. Kepada teman-teman dari REG A2 2018 serta semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan dalam kelancaran penulisan proposal skripsi ini.

Semoga diberikan limpahan rahmat dari ALLAH SWT dan selalu berada dalam lindungan dan kebahagiaan.

Banjarbaru, 19 Desember 2022



Kumala Salma

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	i
<b>ABSTRAK</b> .....	ii
<b>ABSTRACT</b> .....	iii
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN</b> .....	iv
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	v
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	vi
<b>PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	vii
<b>SURAT PERNYATAAN MENDELAY</b> .....	viii
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	ix
<b>DAFTAR ISI</b> .....	xi
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	xiii
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	xiv
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	xv
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	1
A. Latar Belakang Masalah .....	1
B. Identifikasi Masalah .....	2
C. Pembatasan Masalah .....	6
D. Rumusan Masalah .....	6
E. Tujuan Penelitian .....	6
F. Hasil Guna Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b> .....	8
A. Deskripsi Teori .....	8
1. Hakikat Keterampilan .....	8
2. Pengertian Sepak Takraw .....	8
3. Penguasaan Keterampilan .....	10
B. Penelitian Relevan .....	19

C. Kerangka Berfikir .....	20
<b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>	<b>22</b>
A. Variabel Penelitian .....	22
B. Definisi Istilah Dan Operasional .....	22
C. Tempat dan Waktu .....	24
D. Metode Penelitian .....	24
E. Populasi dan Sample .....	26
F. Instrumen Penelitian .....	26
G. Pengumpulan Data .....	31
H. Analisis Data .....	33
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>34</b>
A. Deskriptif Data .....	34
B. Pembahasan Hasil Penelitian .....	43
<b>BAB V PENUTUP .....</b>	<b>44</b>
A. Variabel Penelitian .....	44
B. Definisi Istilah Dan Operasional .....	45
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>46</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>48</b>
<b>DOKUMENTASI PENELITIAN .....</b>	<b>60</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>69</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Instrumen Tes Teknik Dasar Sepak Takraw .....	29
Tabel 3.2. Penilaian Tes Sepak Sila Kanan.....	30
Tabel 3.3. Penilaian Tes Sepak Sila Kiri.....	30
Tabel 3.4. Penilaian Tes Sepak Sila Kanan dan Kiri.....	31
Tabel 3.5. Penilaian Tes Sepak Cungkil .....	31
Tabel 3.6. Penilaian Tes Sepak Memaha .....	32
Tabel 3. 7. Penilaian Tes Heading (menyundul bola).....	32
Tabel 4. 1. Hasil Tes Sepak Sila Kanan .....	36
Tabel 4. 2. Hasil Tes Sepak Sila Kiri.....	37
Tabel 4. 3. Hasil Tes Sepak Sila Kanan Dan Kiri .....	38
Tabel 4. 4. Hasil Tes Sepak Sila Cungkil.....	39
Tabel 4. 5. Hasil Tes Sepak Memaha .....	40
Tabel 4. 6. Hasil Tes Heading (menyundul bola).....	41

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 3.1. Lapangan .....	25
Gambar 3.2. Sepak Sila .....	27
Gambar 3.3. Sepak Cungkil .....	28
Gambar 3.4. Penilaian Tes Sepak Memaha.....	28
Gambar 3.5. Penilaian Tes Heading (menyundul bola) .....	29
Gambar 4. 1. Diagram Hasil Tes Sepak Sila Kanan .....	37
Gambar 4. 2. Diagram Hasil Tes Sepak Sila Kiri .....	38
Gambar 4. 3. Diagram Hasil Tes Sepak Sila Kanan Dan Kiri .....	39
Gambar 4. 4. Diagram Hasil Tes Sepak Sila Cungkil.....	40
Gambar 4. 5. Diagram Hasil Tes Sepak Memaha .....	41
Gambar 4. 6. Diagram Hasil Tes Heading (menyundul bola) .....	42
Gambar 4. 7. Diagram Hasil Tes Teknik Dasar Sepak Takraw Keseluruhan .....	43

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Formulir Tes Teknik Dasar Sepak Takraw .....	49
Lampiran 2. Tabel Penilaian.....	49
Lampiran 3. Hasil Tes Penguasaan Keterampilan Teknik Dasar Sepak Takraw .	50
Lampiran 4. Surat Izin Penelitian Dari Koni Kabupaten Tapin .....	51
Lampiran 5. Surat Izin Penelitian Ketua PSTI Kabupaten Tapin.....	52
Lampiran 6. Surat Izin Penelitian Ke Koni .....	53
Lampiran 7. Pernyataan Keaslian Tulisan.....	54
Lampiran 8. Surat Pernyataan Kesanggupan Menyelesaikan Skripsi .....	55
Lampiran 9. Kartu Bimbingan Skripsi Pembimbing Utama .....	56
Lampiran 10. Kartu Bimbingan Skripsi Pembimbing Pendamping .....	57