



**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

# **SIDANG SKRIPSI**

**ANALISIS KETERAMPILAN DASAR SEPAK  
SILA DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW DI  
SD NEGERI GUNUNGMALANG 03**

**OLEH : MUHAMMAD BAGUS RAGIL IBRAHIM  
NIM : 2210281013**

**PENDIDIKAN JASMANI  
FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**





**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

# **LATAR BELAKANG**

PENELITIAN INI DILATARBELAKANGI OLEH PENTINGNYA PENGUASAAN TEKNIK DASAR SEPAK SILA SEBAGAI KETERAMPILAN UTAMA DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW, KHUSUSNYA PADA SISWA SEKOLAH DASAR YANG MENGIKUTI KEGIATAN EKSTRAKURIKULER.



# **TUJUAN PENELITIAN**

## **Tujuan Pertama**

Mengetahui dan mendeskripsikan tingkat keterampilan dasar sepak takraw pada atlet di SD Negeri Gunungmalang 03.

## **Tujuan Kedua**

Memberikan wawasan bagi pelatih, pemain, dan peneliti.

## **Tujuan Ketiga**

Menjadi dasar untuk pengembangan program pelatihan yang lebih baik.



# METODE PENELITIAN

## Populasi dan Sampel

Populasi: siswa SDN Gunungmalang 03.  
Sampel: 5 siswa ekstrakurikuler sepak takraw



## Jenis Penelitian :

Penelitian deskriptif kuantitatif.  
Bertujuan mendeskripsikan tingkat keterampilan teknik dasar sepak sila

## Teknik Pengumpulan Data :

Menggunakan tes keterampilan sepak sila (tes praktik).  
Instrumen: bola takraw, stopwatch, alat tulis.  
Setiap peserta melakukan sepak sila selama 1 menit × 3 kali percobaan.



## Teknik Analisis Data

Data dianalisis dengan statistik deskriptif.  
• Hasil tes dihitung menggunakan persentase

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

P = Persentase yang dicari

F = Frekuensi (jumlah siswa dalam kategori tertentu)

N = Jumlah Responden (jumlah total siswa)



- 1 poin untuk setiap sepak sila yang berhasil
- Kriteria berhasil:
  1. Bola tidak jatuh
  2. Bola di atas kepala
  3. Bola tetap di area tes
  4. Gerakan sepak sila benar
- Skor akhir = skor terbaik dari 3 percobaan

Hasil Tes Per Siswa

No	Nama Siswa	Percobaan 1	Percobaan 2	Percobaan 3	Skor Terbaik	Kategori
1	Hilal	22	24	25	25	Baik Sekali
2	Naufal	23	24	26	26	Baik Sekali
3	Bayu	21	24	24	24	Baik Sekali
4	Alif	19	21	22	22	Baik
5	Reihan	18	20	21	21	Baik

Rekap Kategori & Persentase

Kategori	Jumlah Siswa	Persentase
Baik Sekali	3	60%
Baik	2	40%
Sedang	0	0%
Kurang	0	0%
Kurang Sekali	0	0%

Perhitungan:

- $3 \div 5 \times 100\% = 60\%$
- $2 \div 5 \times 100\% = 40\%$





## HASIL PENELITIAN

### 1. Norma Pengkategorian Tes Sepak Sila

No	Jumlah Nilai	Kategori
1	$\geq 24$	Baik Sekali
2	19 – 23	Baik
3	15 – 18	Sedang
4	11 – 14	Kurang
5	1 – 10	Kurang Sekali

### 2. Distribusi Hasil Tes Sepak Sila

No	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	Baik Sekali	3	60%
2	Baik	2	40%
3	Sedang	0	0%
4	Kurang	0	0%
5	Kurang Sekali	0	0%

Tabel 3. Tabel grafik





# KESIMPULAN

**Berdasarkan hasil tes keterampilan, mayoritas atlet sepak takraw di SD Negeri Gunungmalang 03 memiliki tingkat keterampilan sepak sila yang**

**sangat baik (60%) dan baik (40%).**

**Tidak ada atlet yang masuk dalam kategori sedang, kurang, atau sangat kurang.**

**Program ekstrakurikuler sepak takraw telah berhasil meningkatkan keterampilan teknis dasar para atlet.**

**Diperlukan perhatian lebih pada intensitas dan kualitas latihan untuk memastikan pengembangan keterampilan yang berkelanjutan.**





**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER**

**TERIMA KASIH**