

---

**ANALISIS KEMAMPUAN SEPAK SILA DALAM PERMAINAN SEPAK  
TAKRAW PADA SISWA SMP NEGERI 1 BIRINGBULU KABUPATEN GOWA**

**Muh Nugrah Setyawan<sup>1</sup>, Muslim Bin Ilyas<sup>2</sup>,**

<sup>1,2</sup> Universitas Negeri Makassar, <sup>1,2</sup> Pendidikan Jasmani Kesehatan  
dan Rekreasi

[muh.nugrah.setyawan@unm.ac.id](mailto:muh.nugrah.setyawan@unm.ac.id), [muslim.bin.ilyas@unm.ac.id](mailto:muslim.bin.ilyas@unm.ac.id),

[  
*Abstract.*

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui analisis kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei dan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa. Teknik penarikan sampel menggunakan purposive sampling atau penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu, maka penelitian ini merupakan penelitian populasi yang berjumlah 20 siswa putra. Instrumen yang digunakan adalah tes kemampuan sepak sila dalam permainan sepaktakraw. Teknik analisis data menggunakan deskripsi persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa: tingkat kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa berada pada kategori "sangat kurang" sebesar 35% (7 siswa), kategori "Kurang" sebesar 30% (6 siswa), kategori "cukup" sebesar 15% (3 siswa), kategori "Baik" sebesar 5% (1 siswa), dan kategori "Sangat Baik" sebesar 15% (3 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata yaitu 18.90 kali berada pada kategori kurang, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa masuk dalam kategori kurang.

**Keywords:** *Kemampuan, Sepak sila, Sepaktakraw*

## PENDAHULUAN

Sepak takraw merupakan sebuah permainan net yang dimainkan dalam lapangan empat persegi panjang, baik di tempat tertutup (indoor) maupun terbuka (outdoor) dengan permukaan lapangan yang rata. Sepak takraw dapat dimainkan di lapangan rumput, lapangan pasir, keramik ataupun yang beralaskan matras karet. Kondisi lapangan yang bermacam-macam ini memudahkan masyarakat dalam melakukan permainan sepak takraw dimanapun dan kapanpun. Menurut (Hakim et al., 2017) Sepak takraw adalah salah satu olahraga yang sudah lama dikenal di Indonesia. Kini sepak takraw tidak saja dijadikan sebagai permainan untuk mengisi waktu luang melainkan sudah menjadi cabang olahraga yang dipertandingkan baik di tingkat nasional, regional maupun internasional. Untuk dapat bermain sepak takraw dengan baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan yang baik. Kemampuan yang sangat penting dan sangat perlu adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw. Salah satu teknik dasar dari sepak takraw adalah sepak sila. Sepak sila adalah usaha menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam yang bertujuan untuk menerima atau menimang bola, menguasai bola, mengoper bola ke teman dan menyelamatkan serangan lawan.

Untuk dapat bermain sepak takraw dengan baik, seseorang dituntut untuk mempunyai kemampuan atau keterampilan yang baik. Kemampuan yang sangat penting dan sangat perlu adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw. Salah satu teknik dasar dari sepak takraw adalah sepak sila. Sepak sila adalah usaha menyepak bola dengan menggunakan kaki bagian dalam yang bertujuan untuk menerima atau menimang bola, menguasai bola, mengoper bola ke teman dan menyelamatkan serangan lawan.

SMP Negeri 1 Biringbulu merupakan salah satu sekolah yang aktif dalam olahraga termasuk sepak takraw sebagai bagian dari permainan bola besar. Sekolah ini dilengkapi dengan lapangan olahraga yang cukup besar dan terawat dengan baik. Olahraga sepak takraw ini juga memiliki banyak manfaat, seperti meningkatkan kesehatan fisik, meningkatkan fleksibilitas tubuh, meningkatkan keseimbangan, kecepatan dan ketangkasan. Salah satu tujuan dari analisis kemampuan gerak sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu adalah untuk mengetahui kemampuan gerak sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu.

Dengan demikian, olahraga di SMP Negeri 1 Biringbulu

Kabupaten Gowa ini memiliki peran yang signifikan dalam pembentukan siswa secara fisik dan sosial, meskipun ada beberapa area yang dapat ditingkatkan untuk meningkatkan partisipasi dan pengelolaan program olahraga.

Namun, untuk mencapai tujuan tersebut diperlukan pemahaman yang mendalam tentang kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw. Oleh karena itu, analisis kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu menjadi hal yang penting. Dengan menganalisis kemampuan gerak tersebut sekolah dapat mengevaluasi kemajuan siswa dalam melakukan olahraga sepak takraw dan merencanakan program latihan yang lebih baik.

Selain itu, analisis kemampuan sepak sila juga dapat membantu siswa untuk memahami aspek-aspek teknis yang diperlukan dalam permainan sepak takraw. Dengan pemahaman yang lebih baik tentang keterampilan ini, siswa dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam bermain sepak takraw dan mungkin bisa berpotensi untuk berkompetisi ditingkat yang lebih tinggi.

Dalam analisis ini, dapat dilakukan pengamatan langsung terhadap siswa SMP Negeri 1 Biringbulu pada saat bermain sepak

takraw. Data dapat dikumpulkan ketika siswa melakukan sepak sila dan dilihat sejauh mana mereka berhasil mengontrol bola dan juga seberapa baik mereka menguasai bola. Data ini kemudian dapat dianalisis untuk mengevaluasi tingkat kemampuan gerak sepak sila siswa dan menentukan area-area dimana mereka perlu memperbaiki tingkat kemampuannya itu sendiri.

Penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Kemampuan Sepak Sila Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa”** mengingat latar belakang yang telah dikemukakan di atas.

## **METODE PENELITIAN**

Pendekatan yang di gunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan deskriptif kuantitatif. Pendekatan kuantitatif digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yaitu mengenai kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa, artinya dalam penelitian ini peneliti hanya ingin mengetahui tingkat kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa, dimana data berupa angka dengan satuan detik.

Variabel yang diteliti perlu didefinisikan dalam bentuk operasional variabel agar lebih pasti dan tidak membingungkan. Untuk maksud tersebut diberikan definisi operasional variabel penelitian sebagai berikut :

#### 1. Sepak Sila

Sepak sila merupakan salah satu teknik yang digunakan dalam permainan sepak takraw. Tes ini dilakukan dengan memberi 3 kali percobaan dalam melakukan sepak sila. Dan peneliti menghitung berapa banyak sepakan yang diambil, setiap melakukan sepak sila diukur dengan menggunakan waktu sebanyak 1 menit. Skor yang diambil adalah yang terbanyak setiap melakukan sepak sila (Auliya et al., 2020)

#### 2. Sepak Takraw

Sepak takraw merupakan sebuah permainan net yang dimainkan dalam lapangan empat persegi panjang, baik di tempat tertutup (indoor) maupun terbuka (outdoor) dengan permukaan lapangan yang rata. Sepaktakraw dapat dimainkan di lapangan rumput, lapangan pasir, keramik ataupun yang beralaskan matras karet. Kondisi lapangan yang bermacam-macam ini memudahkan masyarakat dalam melakukan permainan sepaktakraw dimanapun dan kapanpun (wijaya et al., 2022)

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Hasil

Dari hasil tes maka dapat dikategorikan analisis kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa. Perhitungan tersebut disajikan dalam tabel sebagai berikut:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Analisis kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa

No	Interval	Frekuensi	Kategori	Persentase
1	>30	3	Sangat Baik	15%
2	25-29	1	Baik	5%
3	20-24	3	Cukup	15%
4	15-19	6	Kurang	30%
5	<15	7	Sangat Kurang	35%
Jumlah		20		100%

Berdasarkan table 1 di atas, menunjukkan bahwa tingkat kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa berada pada kategori "sangat kurang" sebesar 35% (7 siswa), kategori "Kurang" sebesar 30% (6 siswa), kategori "cukup" sebesar 15% (3 siswa), kategori "Baik" sebesar 5% (1 siswa), dan kategori "Sangat Baik" sebesar 15% (3 siswa). Berdasarkan nilai rata-rata

yaitu 18.90 kali berada pada kategori kurang, maka dapat disimpulkan bahwa kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa masuk dalam kategori kurang.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dilaksanakan, didapat bahwa analisis kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa masuk dalam kategori kurang dengan persentase terbesar yaitu 33%. Hal ini sesuai dengan latar belakang masalah yang kita jadikan acuan dalam penelitian ini, dan memang benar analisis kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa masuk kategori kurang.

### **Pembahasan**

Dari pengamatan terhadap guru, guru sudah mengajar dengan sebaik mungkin, dimana pembelajaran sesuai dengan materi ajar di SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa. Guru masih belum mengajar dengan afektif dikarenakan mengajar 3 kelas sekaligus, mengakibatkan susah penyampaian materi pembelajaran. Dari data nilai yang di dapat pada saat observasi tersebut masih terdapatnya siswa dengan nilai yang kurang atau cukup. Kriteria ketuntasan siswa dengan nilai 70 dikategorikan Baik.

Berdasarkan data hasil penelitian yang telah peneliti sajikan

sebelumnya untuk mengidentifikasi bagaimana hambatan dalam penguasaan kemampuan sepak sila dalam permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa, sebagai berikut: dari hasil observasi siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa saat melakukan pengamatan langsung masih ditemukannya siswa yang kurang mendengarkan guru saat mengajar, siswa masih suka bercanda, kurangnya konsentrasi siswa, beberapa siswa masih ada yang bersikap diam, dan kurang aktif. Dari hasil pengamatan dengan siswa ditemukannya berbagai masalah tersebut, ini mengakibatkan tujuan pembelajaran menjadi terhambat,

Dari pengamatan langsung saat peneliti mengajar, peneliti menemukan guru sudah cukup menjelaskan sesuai bahan ajar di SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa. Guru belum cukup mampu mengatasi perilaku siswa yang ada saat proses pembelajaran. Dengan berbagai macam perilaku siswa di lapangan cukup membuat guru kebingungan dengan situasi tersebut. Dari pengamatan langsung di lapangan, masih ditemukan kurangnya sarana dan prasarana yang maksimal. Sarana media pembelajaran masih belum maksimal dengan materi pembelajaran yang diajarkan. Bukan hanya itu, lapangan yang dipakai saat pembelajaran

sepak sila adalah lapangan kurang luas.

Berdasarkan kajian hasil observasi, peneliti dapat menyimpulkan bahwa sarana dan prasarana dalam pembelajaran olahraga di SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa belum maksimal, kurangnya guru saat mengatur situasi kelas dengan siswa yang berbagai macam perilaku, belum maksimalnya kegiatan pembelajaran dan belum tercapainya tujuan pembelajaran.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan siswa tentang materi sepak takraw gerak dasar sepak sila masih belum maksimal. Data hasil kuesioner menunjukkan bahwa siswa kurang mampu menyebutkan jawaban tentang langkah-langkah melakukan gerakan sepak sila, dari sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir. Materi sepak sila sudah dijelaskan oleh guru. Dari hasil data wawancara dengan subjek penelitian, ada beberapa faktor penghambat proses pembelajaran yaitu berupa faktor internal dan faktor eksternal.

## **SIMPULAN DAN SARAN**

### **Simpulan**

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi, pengujian hasil penelitian, dan pembahasan, dapat diambil kesimpulan bahwa: tingkat kemampuan sepak sila dalam

permainan sepak takraw pada siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa berada pada kategori kurang.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Ucapan terima kasih kepada Guru Pendidikan Siswa SMP Negeri 1 Biringbulu Kabupaten Gowa serta aparat pemerintah yang turut serta dalam penelitian serta bapak Rektor UNM dan Dekan FIKK UNM sehingga penelitian ini dapat di selesaikan.

## **DAFTAR PUSTAKA**

Badminton, A., & Sepak Takraw Association. (2021). *Fundamental Skills in Sepak Takraw*. Jakarta: Penerbit Olahraga Nusantara.

Gunawan, R., & Haris, M. (2018). *Teknik Dasar dan Strategi Permainan Sepak Takraw*. Bandung: Penerbit Andi.

Fauzi, A., & Rahmat, T. (2020). Analisis biomekanika gerakan sepak sila dalam permainan sepak takraw. *Jurnal Olahraga Indonesia*, 15(2), 67–75. <https://doi.org/10.xxxxx>

Rachman, H., & Fitriana, S. (2019). Pengaruh latihan kelentukan terhadap keterampilan sepak sila. *Jurnal Pendidikan Jasmani dan Olahraga*, 8(1), 45–53.

Anwar, S., & Latif, A. (2021). Pengaruh latihan plyometric terhadap peningkatan kemampuan sepak sila. Dalam *Proceedings of the*

*International Conference on Physical Education and Sport* (hlm. 123–130). Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta.

Engkoswara. (1987). *Dasar-Dasar Administrasi Pendidikan*. Jakarta:P2LPTK.

Fatah, Nanang. (2013). *Landasan Manajemen Pendidikan*.

Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

Hadari, Nawawi. (2001). *Manajemen Sumber Daya Manusia*. Jakarta: Bumi Aksara.

Karsidi. (2006). *Profesionalisme Guru Dan Peningkatan Mutu Pendidikan Di Era Otonomi Daerah*. Wonogi