

STUDI PERBANDINGAN HASIL LATIHAN SMASH TEKNIK GUNTING
MENGUNAKAN ALAT BANTU 'SMASHING ROD' DAN ALAT BANTU
'TALI' BAGI PEMAIN PEMULA SEPAK TAKRAW BERUSIA 10 - 12 TAHUN
DI SEKOLAH RENDAH KEBANGSAAN JALAN BAHAGIA,
TEMERLOH, PAHANG, MALAYSIA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Dari Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Satu Pendidikan Jurusan Pendidikan Olahraga

725



Oleh

SHAARI BIN ABDUL RAHMAN

NIM 948521



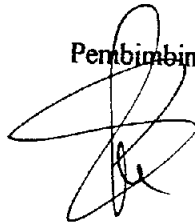
JURUSAN PENDIDIKAN OLARHAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLARHAGA DAN KESEHATAN
INSTITUT KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN BANDUNG
1996

NAMA : SHAARI BIN HJ. ABDUL RAHMAN.

**JUDUL : STUDI PERBANDINGAN HASIL LATIHAN SMASH TEKNIK
GUNTING MENGGUNAKAN ALAT BANTU 'SMASHING ROD' DAN
ALAT BANTU 'TALI' BAGI PEMAIN PEMULA SEPAK TAKRAW
BERUSIA 10 HINGGA 12 TAHUN DI SEKOLAH RENDAH
KEBANGSAAN JALAN BAHAGIA, TEMERLOH, PAHANG,
MALAYSIA.**

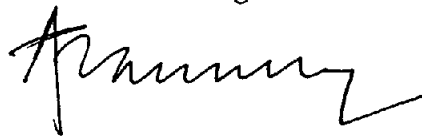
DISETUJUI DAN DISAHKAN OLEH:

Pembimbing I



**(Drs. J.S. Husdrata)
Nip. 130370212**

Pembimbing II



**(Drs. Sudrajat Prawirasaputra)
Nip. 130321069**

Mengetahui

**Ketua
Jurusan Pendidikan Olahraga**



**(Drs. T. Sukarna M.)
Nip. 130187751**

PERNYATAAN

Saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah sepenuhnya karya saya sendiri. Tidak ada bagian di dalamnya yang termasuk kriteria plagiat dari karya orang lain.

SHAARI BIN HJ. ABDUL RAHMAN

Motto : *To be better ...*

Barang siapa menginginkan dunia, maka baginya harus dengan *ilmu*. Dan barang siapa yang menginginkan akhirat, baginya harus dengan *ilmu*. Dan barang siapa menginginkan keduanya, maka haruslah dengan *ilmu*.

- Al-Hadis.

Kuabadikan penulisan ini buat:

Yang dikasihi, Ayah Bunda;
Isteri tercinta, Noor Zaitun;
Putera puteri tersayang;
M.Syahmi Syazwan, M. Syahir Ridhwan,
Syaza Naqibah;

Pengorbanan dan doa kalian kusanjungi,
Semuga Allah meridhoi,
Dan menganugerahi,
Kebahagiaan abadi.



KATA PENGANTAR

Dengan nama Allah yang maha pengasih lagi maha penyayang. Alhamdulillah, dengan limpah rahmat dan hidayatNya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini sebagai yang direncanakan bagi memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Satu Jurusan Pendidikan Olahraga, Institut Keguruan dan Ilmu Pendidikan Bandung. Untuk itu dengan rasa rendah diri dan penuh ikhlas penulis memanjatkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT.

Penulis mengucapkan penghargaan dan terima kasih yang setingginya kepada pihak-pihak yang telah memberikan perhatian, bantuan, dan dorongan hingga penulis dapat menyusun dan menyelesaikan skripsi ini. Ucapan penghargaan dan terima kasih ini penulis sampaikan kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Rusli Lutan, selaku Dekan Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, IKIP Bandung, yang telah memberikan izin penelitian.

2. Bapak Drs. JS Husdrata, selaku Pembantu Dekan I dan Pembimbing I yang banyak memberi bantuan dan tunjuk ajar dalam penelitian dan penyusunan skripsi ini.

3. Bapak Drs. T. Sukarma M., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga FPOK, IKIP Bandung yang telah memberikan motivasi pada penelitian dan penyusunan skripsi ini.

4. Bapak Drs. Sudrajat Prawirasaputra, selaku Pembimbing II yang banyak memberikan dorongan dan bimbingan.

5. Bapak Drs. Laurens Seba, selaku Pembimbing Akademik yang telah mempersetujui dan memberikan dukungan kepada penulis terhadap penelitian dan penyusunan skripsi ini serta segala kegiatan akademik di Almamater ini.

6. Bapak Drs. Emon Adurachman, selaku Sekretaris Jurusan Pendidikan Olahraga, FPOK, IKIP Bandung.

7. Para dosen, asisten dosen, dan karyawan FPOK, IKIP Bandung.

8. Majelis Amanah Rakyat (MARA) yang telah mensponsori penulis sewaktu melanjutkan pelajaran di FPOK, IKIP Bandung.

9. Rekan-rekan mahasiswa FPOK, IKIP Bandung .

10. Ayah bunda dan kaum keluarga tersayang yang senantiasa berdoa dan memberikan semangat serta banyak membantu dalam hal materil maupun moril untuk penulis berjaya melanjutkan pelajaran ke peringkat yang lebih tinggi.

Demikianlah mudah-mudahan Allah membalas segala amal baik kalian dengan berlipat ganda. Amin.

Akhirnya, penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pendidikan pada umumnya dan Pendidikan Olahraga khususnya.

Penulis

S.A.R

ABSTRAK

Skripsi ini berjudul Studi Perbandingan Latihan Smash Teknik Gunting Menggunakan Alat Bantu `Smashing Rod` dan Alat Bantu `Tali` Bagi Pemain Pemula Sepak Takraw Berusia 10 - 12 Tahun di Sekolah Rendah Kebangsaan Jalan Bahagia, Temerloh, Pahang, Malaysia.

Penulisan skripsi dilatar belakangi oleh pentingnya penggunaan alat bantu dalam proses latihan yang dilakukan oleh siswa. Dengan adanya alat bantu yang sesuai dengan penggunaannya, akan memberikan efesiensi dalam proses latihan. Demikian juga halnya dalam proses latihan smash teknik gunting dalam permainan sepak takraw, akan turut mendukung terhadap hasil latihan yang dilakukan.

Terdapat faktor-faktor yang turut mendukung terhadap keberhasilan smash, yaitu teknik *footing* yang benar, lompatan, pengeksikusiaan smash dan mendarat. Khususnya dalam proses belajar atau latihan smash, sampai sekarang ini belum ada alat bantu yang digunakan. Baik pelatih maupun guru pendidikan jasmani jarang sekali menggunakan alat bantu dalam proses belajar mengajar smash, bahkan menurut pengalaman dan pengamatan penulis di lapangan, tidak pernah melihat seorang guru menggunakannya. Sedangkan peran smash dalam sepak takraw adalah dominan untuk menentukan keberhasilan menambah angka dan memenangkan pertandingan. Untuk itu, penulis berkeinginan untuk mengadakan penelitian yaitu penggunaan alat bantu

`smashing rod' dan `tali' di dalam proses belajar/latihan smash teknik gunting dalam sepak takraw.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui atau memperoleh gambaran alat bantu mana yang lebih efektif untuk dapat digunakan pada latihan smash teknik gunting dalam sepak takraw bagi pemain pemula.

Hipotesis yang penulis gunakan dalam penelitian ini adalah alat bantu `tali' lebih efektif dibandingkan alat bantu `smashing rod' pada latihan smash teknik gunting dalam permainan sepak takraw pada pemain pemula berusia 10 - 12 tahun di Sekolah Rendah Kebangsaan Jalan Bahagia, Temerloh, Pahang, Malaysia.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen dengan teknik unit paralel karena sifat dari penelitian yang dilakukan adalah suatu proses yang dicubakan dalam bentuk latihan.

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah control group pre-test post-test.

Untuk mengolah dan menganalisis data, digunakan pendekatan statistika dengan uji t. Dari hasil pengolahan dan analisis data tersebut, dapat penulis simpulkan hasil dari penelitian yang dilakukan adalah sebagai berikut:

1. Terdapat peningkatan hasil latihan smash menggunakan kedua alat bantu terhadap efektivitas smash teknik gunting dalam sepak takraw pada pemain pemula setelah dilakukan *treatment*.

2. Ditinjau dari prinsip belajar penggunaan alat bantu `tali' lebih menepati prinsip tersebut karena adanya unsur progresif dalam proses latihan.

3. Perbedaan peningkatan yang berarti wujud antara hasil latihan dengan menggunakan `smashing rod' dengan hasil latihan menggunakan `tali' terhadap smash teknik gunting dalam sepak takraw pada pemain pemula.

Akhirnya penulis menyarankan kepada para pembina, pelatih dan guru permainan sepak takraw untuk menggunakan alat bantu `tali' dalam proses latihan smash teknik gunting dalam sepak takraw, khususnya pada pemain pemula.



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	i
ABSTRAK.....	iii
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Kegunaan Penelitian	5
E. Pembatasan Penelitian	5
F. Anggapan Dasar	6
G. Hipotesis	7
H. Penjelasan Istilah	8
BAB II TINJAUAN TEORITIS	
A. Permainan Sepak Takraw	10
B. Keterampilan Permainan Sepak Takraw ..	12
C. Analisis Gerak Smash Teknik Gunting ..	16
D. Belajar Mengajar Keterampilan Gerak ..	20
E. Fase-fase Belajar Gerak	22
F. Teori-teori Bermain	23
G. Bermain (Anak-anak)	27
H. Bermain Dalam Proses Belajar	28
I. Kesiediaan Untuk Belajar	30
J. 'Transfer of Learning'	30
K. Alat Bantu	31

L. Alat Bantu `Smashing Rod`	33
M. Alat Bantu `Tali`	36
N. Latihan Dalam Penelitian	39
BAB III PROSEDUR PENELITIAN	
A. Metode Penelitian	44
B. Populasi dan Sampel	47
C. Pengumpulan Data	48
D. Desain Penelitian	50
E. Prosedur Pengumpulan Data	52
BAB IV PROSEDUR PENGOLAHAN DAN ANALISIS DATA	
A. Prosedur Pengolahan Data	55
B. Hasil Pengolahan dan Analisis Data ..	59
C. Diskusi Penemuan	64
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	66
B. Saran	66
KEPUSTAKAAN	
LAMPIRAN-LAMPIRAN	
RIWAYAT HIDUP	

DAFTAR TABEL

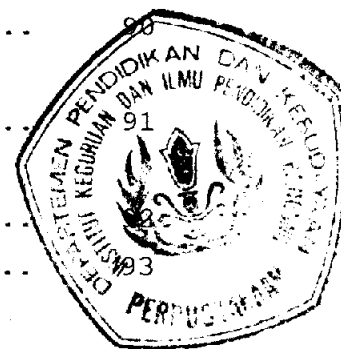
Tabel		Halaman
1.4	Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata dan Simpangan Baku Kedua Variabel Dari Kelompok Yang Dibandingkan	59
2.4	Hasil Pengujian Distribusi Normal Kedua Variabel Pre Tes	59
3.4	Hasil Pengujian Distribusi Normal Kedua Variabel Post Tes	60
4.4	Hasil Pengujian Kesamaan Dua Variansi	60
5.4	Hasil Penghitungan dan Uji Signifikansi Peningkatan Efektivitas Smash Kelompok 'Smashing Rod' dan Kelompok 'Tali'	61
6.4	Hasil Penghitungan Nilai Rata-rata Dan Simpangan Baku Hasil Smash Pre Tes Dan Post Tes Kelompok 'Smashing Rod' dan Kelompok 'Tali'	62
7.4	Hasil Penghitungan dan Uji Signifikansi Hasil Efektivitas Nilai Smash Kelompok 'Smashing Rod' dan Kelompok 'Tali' Sesudah Eksperimen	63

DAFTAR GAMBAR

Gambar		Halaman
1.2	Lapangan Sepak Takraw	11
2.2	Bola Takraw	14
3.2	Pelaksanaan Smash Teknik Gunting	15
4.2	Tuas Kelas II	16
5.2	Hukum Newton III	17
6.2	Tuas Kelas III	18
7.2	Hukum Newton I	19
8.2	Alat Bantu `Smashing Rod'	34
9.2	Alat Bantu `Smashing Rod' di Lapangan ...	35
10.2	Alat Bantu `Tali'	37
11.2	Alat Bantu `Tali' di Lapangan	38
1.3	Desain Penelitian	51
2.3	Lapangan Sepak Takraw Untuk Tes Smash	54
1.5	Alat Bantu Cadangan	67

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran		Halaman
A	Hasil Tes Smash (Smashing Rod).....	71
B	Hasil Tes Smash (Tali).....	72
C	Uji Normalitas Lilliefors Pre Tes Smash (Smashing Rod)	73
D	Uji Normalitas Lilliefors Post Tes Smash (Smashing Rod)	74
E	Uji Normalitas Lilliefors Pre Tes Smash (Tali)	75
F	Uji Normalitas Lilliefors Pos Tes Smash (Tali)	76
G	Uji Homogenitas	77
H	Uji Hipotesis	78
I	Nilai Normal Standar Distribusi Z	80
J	Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors...	81
K	Nilai Persentil Untuk Distribusi t ...	82
L	Nilai Persentil Untuk Distribusi F ...	83
M	Surat Tugas	87
N	Surat Keterangan Akan Mengadakan Riset/ Penelitian di Sekolah Rendah Kebangsaan Jalan Bahagia, Temerloh, Pahang, Malaysia.	88
O	Surat Izin Mengutip dari Bapak Prof. Imam Hidayat, M. Pd.	89
P	Surat Izin Mengutip dari Bapak Prof. Drs. Harsono, M. Sc.	
Q	Surat Izin Mengutip dari Bapak Prof. Dr. Supandi	91
R	Surat Izin Mengutip dari Bapak Drs. Laurens Seba	
S	Program Latihan	





DAFTAR PUSTAKA

BUKU

- Ahmad, Wafi. (1991). Sepak Takraw. Petaling Jaya : Fajar Bakti Sdn. Bhd.
- Arikunto, Suharsimi. (1993). Prosedur Penelitian (edisi revisi II). Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Bompa, Tudor O. (1990). Theory and Methodology of Training (second edition). Ontario, Canada : Kendall/Hunt Publishing Company.
- Dick., F.W. (1989). Sports Training Principles. London : A & C Black (Publishers) Ltd.
- Fouzee. (1989). Sepak Takraw. Kuala Lumpur : Sri Maju Sdn. Bhd.
- Fuoss, E. Donald dan Troppmann J. Robert. (1981). Effective Coaching. California : John Willey & Sons Inc.
- Goldstein, H. Jeffery. (1979). Sports, Games, and Play. New Jersey : Lawrence Erlbaum Associates, Publishers.
- Magill, A. Richard. (1978). Children in Sport : A Contemporary Anthology. Illinois : Human Kinetics Publishers.
- Harsono. (1988). Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching. Jakarta : CV Tambak Kusuma.
- Harre, Dietrich. (1982). Principles of Sports Training. Berlin : Sportverlag.
- Hazeldine, Rex. (1987). Fitness for Sport. Wiltshire : The Crowood Press.
- Johnson, Barry L. dan Nelson, Jack K. (1986). Practical Measurement for Evaluation Physical Education (4 th edition). USA : Burgess Publishing.
- Nasution, S. (1987). Metode Research (edisi kedua). Bandung : Penerbit Jemmars Bandung.
- Nazir, Moh. (1988). Metode Penelitian. Jakarta : Ghalia Indonesia.

- Poerwadarminta, WJS. (1976). Kamus Umum Bahasa Indonesia. Jakarta : PN Balai Pustaka.
- Rubai, et. al. (!990). Tunas Cemerlang - Manual Latihan Sepak Takraw. Kuala Lumpur : Majlis Sukan Negara.
- Sapora, V. Allen dan Mitchell D. Elmer. (1961). The Theory of Play and Recreation (third edition). New York : The Ronald Press Company.
- Schmidt, A. Richard. (1991). Motor Learning & Performance - From Principles To Practice. Illinois : Human Kinectic Books.
- Scott, M. Gladys. (1959). Research Methods in Health, Physical Education, Recreation. Washington D. c.
- Seidel, L. Beverly et. al. (1975). Sports Skills. Iowa : WM. C. Brown Company Publishers.
- Singer, R. (1975). Motor Learning and Human Performance (second edition). New York : Mac Millan Pub. Co. Inc.
- Soetomo. (1993). Dasar-dasar Interaksi Belajar Mengajar. Surabaya : Usaha Nasional.
- Soeworo. (1978). Fasilitas Olahraga. Jakarta : Dep. Pendidikan dan Kebudayaan, Direktorat Jendral Pendidikan Luar Sekolah, Pemuda dan Olahraga.
- Surakhmad, Winarno. (1990). Pengantar Penelitian Ilmiah (edisi ketujuh). Bandung : Penerbit Tarsito Bandung.
- _____. (1994). Pengantar Interaksi Mengajar - Belajar (edisi kelima). Bandung : Penerbit Tarsito Bandung.
- Woods, B. D. dan Travers L. (1975). Dyson's Mechanics of Athletics. (eighth ed.). London: Hodder and Stoughton.

Sumber Lain

- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1979). Permainan Sepak Takraw. Jakarta : Depdikbud.
- Hidayat, Imam. (1990). Biomekanik. Bandung: Diktat, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, IKIP Bandung.
- Lembaga Penelitian. (1991). Penataran dan Lokokarya Metodologi Penelitian Tenaga Edukatif Perguruan Tinggi Tahap I. Bandung : Diktat, IKIP Bandung.

- Kamarulzaman Y. (1994). Tes Keterampilan Sepak Takraw Sebagai Alat Ukur Keterampilan Bermain Sepak Takraw bagi mahasiswa FPOK/IKIP Bandung. Bandung : Skripsi S1.
- Nurhasan. (1986). Statistik. Bandung : Diktat, Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, IKIP Bandung.
- Soemitro. (1991). Permainan Kecil. Jakarta : Depdikbud.
- Supandi dan Seba. (1985). Teori Belajar Mengajarkan Motorik. Bandung : Diktat, FPOK, IKIP Bandung.