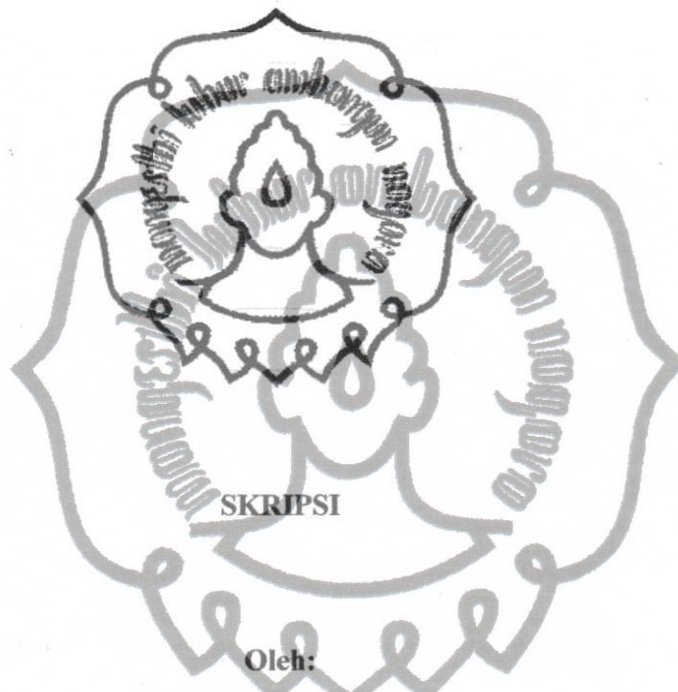


**STUDI TENTANG KENDALA-KENDALA DALAM MENCAPAI
PRESTASI CABANG SEPAK TAKRAW PADA KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SISWA SMP SE-KECAMATAN
KARANGPUCUNG KABUPATEN CILACAP
TAHUN 2011**



SKRIPSI

Oleh:

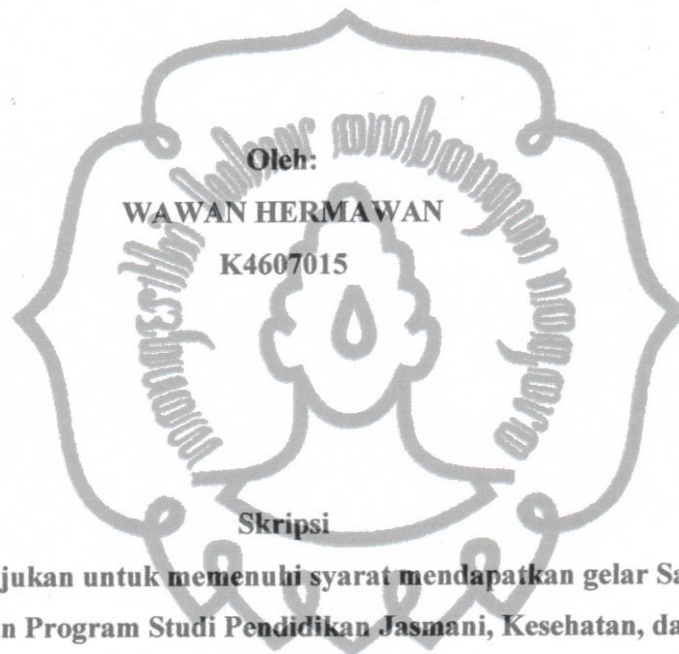
WAWAN HERMAWAN

K4607015

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

2012

**STUDI TENTANG KENDALA-KENDALA DALAM MENCAPAI
PRESTASI CABANG SEPAK TAKRAW PADA KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SISWA SMP SE-KECAMATAN
KARANGPUCUNG KABUPATEN CILACAP
TAHUN 2011**



**Ditulis dan diajukan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana
Pendidikan Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan
Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET
SURAKARTA**

2012

PERSETUJUAN

Skripsi ini telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.



Pembimbing I

Drs. Heru Suranto, M. Pd

NIP. 19491109 198010 1 001

Pembimbing II

Drs. Budhi Satyawan, M. Pd

NIP. 19650909 199403 1 003

PENGESAHAN

Skripsi ini telah dipertahankan dihadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta dan diterima untuk memenuhi persyaratan mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan.

Pada hari : Kamis

Tanggal : 3 Mei 2012

Tim Penguji Skripsi
(Nama Terang)

(Tanda Tangan)

Ketua : Drs. H. Sunardi M.Kes

Sekretaris : Drs. Sugiyoto M.Pd

Anggota I : Drs. Heru Suranto, M. Pd

Anggota II : Drs. Budhi Satyawan, M. Pd

Disahkan oleh:

Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Universitas Sebelas Maret Surakarta

Dekan



Prof. Dr. H. M. Furqon Hidayatullah, M.Pd

NIP. 19600727198702 1 001

ABSTRAK

Wawan Hermawan. K4607015. **STUDI TENTANG KENDALA-KENDALA DALAM MENCAPAI PRESTASI CABANG SEPAK TAKRAW PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER SISWA SMP SE KECAMATAN KARANGPUCUNG KABUPATEN CILACAP TAHUN 2011.** Skripsi. Surakarta: Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta, Mei 2012.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kendala-kendala dalam mencapai prestasi cabang sepak takraw pada kegiatan ekstrakurikuler siswa SMP se-Kecamatan Karangpucung Kabupaten Cilacap tahun 2011.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif. Populasi dalam penelitian adalah guru dan siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw se-Kecamatan Karangpucung Kabupaten Cilacap. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan deskriptif yang didasarkan pada analisis kuantitatif. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah 61 siswa dan 6 guru. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner atau angket.

Berdasarkan hasil penelitian dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

- 1) Ditinjau dari penilaian siswa masih banyak terdapat kendala dalam pencapaian prestasi cabang sepak takraw, Kendala-kendala tersebut adalah dukungan orang tua siswa, kondisi lingkungan sekolah, aspek motivasi eksternal, kepribadian positif kepribadian negatif dan motivasi internal.
- 2) Berdasarkan penilaian guru Kendala-kendala tersebut adalah aspek kemampuan tentang membuat variasi latihan, pengetahuan penggunaan perkembangan teknologi, memberikan motivasi, pengenalan dan penanganan cedera dan kemampuan keterampilan teknik sepak takraw.

MOTTO

“Allahu Akbar”

“Belajarliah dari kesalahan dan perbaikilah kesalahan itu.”

(Penulis)

“Optimis, kritis, dan dinamis.”

(Penulis)

“Semoga jalan keluar terbuka, semoga kita bisa mengobati jiwa kita dengan doa. Dan janganlah engkau berputus asa manakala kecemasan yang menggenggam jiwa menimpa saat paling dekat dengan jalan keluar adalah ketika telah terbentur putus asa.”

(Ali Bin Abi Thalib)

“Bertanyalah kepada seseorang yang mempunyai pengetahuan jika kamu tidak mengetahui.”

(Q.S. Annahl : 43).

“Tiada harta simpanan yang lebih bermanfaat dari pada ilmu dan tiada kemuliaan yang lebih mulia dari pada kemurahan hati.”

(Al-Hadist)

PERSEMBAHAN

Skripsi ini penulis persembahkan untuk:

Ayah dan Ibu tercinta yang selalu membimbing, mensupport dan mengarahkanku.
Anik Candra Yunita sebagai motivasiku untuk selalu survive dalam menjalani hidup, meraih sukses bersama.

Teman-teman kontrakanku Ahmad Syarif Saefuloh, Arif Wahyu Nugroho, Arif Sukro Yulianto, Johana Kurnia dan Yuli Rianto.

Teman-teman PSSL Putra Jaya Liunggunung.

Teman-teman seperjuanganku Penjas Hore 2007 JPOK UNS.

Guru kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw tingkat SMP se-Kecamatan Karangpucung Kabupaten Cilacap.

Seluruh siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler sepak takraw tingkat SMP se-Kecamatan Karangpucung Kabupaten Cilacap.

Almamater UNS.

KATA PENGANTAR

Puji syukur dipanjatkan ke hadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat, taufik, hidayah, dan segala karunia, sehingga skripsi ini dapat diselesaikan untuk memenuhi syarat mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan Program Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan.

Penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan karena mendapat dukungan dari berbagai pihak dan ucapan terima kasih kepada :

1. Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga dan Kesehatan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Ketua Program Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sebelas Maret Surakarta.
4. Drs. Heru Suranto, M. Pd sebagai pembimbing I.
5. Drs. Budhi Satyawan. M.Pd sebagai pembimbing II.
6. Kepala Unit Pendidikan Kecamatan Karangpucung Kabupaten Cilacap.

Semoga skripsi dapat bermanfaat bagi perkembangan olahraga khususnya cabang sepak takraw.

Surakarta, Mei 2012

DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL	i
PENGAJUAN	ii
PERSETUJUAN	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
MOTTO	vi
PERSEMBAHAN	vii
KATA PENGANTAR	xii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	2
C. Pembatasan Masalah	3
D. Perumusan Masalah	3
E. Tujuan Penelitian	4
F. Manfaat Penelitian	4
BAB II LANDASAN TEORI	
A. Tinjauan Pustaka	5
1. Ekstrakurikuler	5
a. Pengertian Ekstrakurikuler	5
b. Fungsi Kegiatan Ekstrakurikuler	6
c. Prinsip Kegiatan Ekstrakurikuler	6
d. Jenis Kegiatan Ekstrakurikuler	6
e. Tujuan Kegiatan Ekstrakurikuler	7
2. Sepak Takraw	8
a. Sejarah Perkembangan Sepak Takraw	8

b. Pengertian Permainan Sepak Takraw	10
c. Macam-macam Teknik Dasar Sepak Takraw	11
d. Prestasi Sepak Takraw di Indonesia	15
e. Faktor Penting Dalam Mencapai Prestasi	15
B. Kerangka Berpikir	25
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	27
B. Populasi dan Sampel	27
C. Teknik Pengumpulan Data	27
D. Rancangan Penelitian	29
E. Teknik Analisis Data	29
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Data	30
B. Analisis Data	32
C. Pembahasan Hasil Analisis	44
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI, DAN SARAN	
A. Simpulan	50
B. Implikasi	50
C. Saran	50
DAFTAR PUSTAKA	52

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Persentase psikologis, lingkungan dan dukungan orang tua siswa dalam mengikuti latihan.....	44
2. Persentase pengetahuan dan kemampuan guru dalam melaksanakan latihan sepak takraw	46



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Rincian Rancangan Penelitian dan Kegiatanya.....	29
2. Nilai Hasil Pengumpulan Data Psikologis, Kondisi Lingkungan dan Dukungan Orang Tua Siswa Dalam Mengikuti Latihan Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw	30
3. Nilai Hasil Pengumpulan Data Psikologis, Kondisi Lingkungan dan Dukungan Orang Tua Siswa Masing-masing Sekolah Dalam Mengikuti Latihan Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw ..	30
4. Nilai Hasil Pengumpulan Data Pengetahuan dan Kemampuan Guru Dalam Melaksanakan Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw	32
5. Penghitungan Persentase Motivasi Internal Siswa Dalam Mengikuti latihan.....	32
6. Penghitungan Persentase Motivasi Eksternal Siswa Dalam Mengikuti Latihan	33
7. Penghitungan Persentase Kepribadian Positif Siswa Dalam Mengikuti Latihan	33
8. Pengitungan Persentase Kepribadian Negatif Siswa Dalam Mengikuti Latihan	34
9. Penghitungan Persentase Kondisi Lingkungan Sekolah Dalam Pelaksanaan kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw	34
10. Penghitungan Persentase Dukungan Orang Tua Siswa Dalam Pelaksanaan kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw	35
11. Penghitungan Persentase Psikologis, Kondisi Lingkungan dan Dukungan Orang Tua Siswa Masing-Masing Sekolah Dalam Mengikuti Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak takraw	35
12. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Biomekanika Olahraga	38
13. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Frekuensi dan Durasi Latihan Dalam Satu Minggu	39

14. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Memberikan Motivasi Untuk Siswa	39
15. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Mengendalikan Ketegangan dan Emosional Siswa	40
16. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Mempelajari Hubungan Sosial (Siswa Dengan Pihak Lain)	40
17. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Pengenalan dan Penanganan Cedera	41
18. Penghitungan Persentase Pengetahuan Guru Tentang Penggunaan Teknologi	41
19. Penghitungan Persentase Kemampuan Guru Tentang Keterampilan Teknik Sepak Takraw	42
20. Penghitungan Persentase Kemampuan Guru Tentang Membuat Variasi Latihan	42
21. Penghitungan Persentase Kemampuan Guru Tentang Membuat Program latihan	43
22. Penghitungan Persentase Kemampuan Guru Tentang kemampuan Berkomunikasi	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-kisi Siswa Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP	53
2. Kisi-kisi Guru Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP	55
3. Kisi-kisi Sarana dan Prasarana Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP	57
4. Angket Siswa Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP	58
5. Angket Guru Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Sepak Takraw di SMP	66
6. Hasil Observasi Sarana dan Prasarana Kegiatan Ekstrakurikuler sepak Takraw di SMP	75
7. Dokumentasi Penelitian	77