

**SURVEY ANALISIS GERAK DASAR (FUNDAMENTAL MOTORIK) OLAHRAGA
SEPAK TAKRAW PADA SISWA SEKOLAH DASAR DI KECAMATAN
TEMAYANG KABUPATEN BOJONEGORO TAHUN 2020**

***SURVEY OF BASIC MOTION ANALYSIS (FUNDAMENTAL MOTOR) OF SEPAK
TAKRAW SPORTS IN ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS IN TEMAYANG
DISTRICT OF BOJONEGORO REGENCY IN 2020***

Ferdian Julia Rahmawati¹, Moh. Nur Kholis¹, M. Anis Zawawi¹

¹Universitas Nusantara PGRI Kediri

ABSTRAK

Penelitian ini dilatar belakangi dari hasil pengamatan diperoleh informasi bahwa kemampuan motorik siswa SD pada olahraga Sepak Takraw yaitu belum adanya peneliti tentang analisa motorik Sepak Takraw. Hal tersebut dikarenakan sekolah masih belum mempunyai sarana yang lengkap, dan tenaga guru juga masih belum menerapkan olahraga Sepak Takraw ini dalam pembelajaran. Harusnya siswa dapat melakukannya dengan menggunakan teknik dasar dalam olahraga Sepak Takraw ini agar kemampuan fisik, teknik dan taktik bermain Sepak Takraw ini sudah mulai terbiasa dilakukan di SD. Perlu program latihan yang baik untuk meningkatkan kemampuan tersebut. Setiap teknik juga harus dianalisis bagaimana melakukan gerak yang singkat dan tepat sasaran. Permasalahan dalam penelitian ini adalah analisa bagaimana kemampuan gerak dasar siswa SD dalam olahraga Sepak Takraw? Penelitian ini termasuk jenis penelitian deskriptif dengan pendekatan kualitatif. Subjek penelitian ini adalah siswa SD Negeri Kedung Sumber 1, SD Negeri Gondang 3, dan SD Negeri Papringan 3, karena dapat melakukan olahraga Sepak Takraw. Teknik analisis data yang digunakan adalah triangulasi data.

Kesimpulan hasil penelitian ini adalah : kemampuan gerak dasar siswa SD dalam olahraga Sepak Takraw, nilai kesesuaian gerak lokomotor masuk dalam kategori kurang (51.04%), nilai kesesuaian gerak non lokomotor masuk dalam kategori cukup (72.92%) dan nilai kesesuaian gerak manipulatif masuk dalam kategori kurang (55.21%). Dari tiga kelompok gerak dasar tersebut didapat nilai kesesuaian gerak fundamental motorik siswa masuk dalam kategori cukup (59,72%). Berdasarkan simpulan hasil penelitian ini, direkomendasikan kepada guru olahraga untuk mengenalkan olahraga kwanjang kepada siswa sebagai bentuk modifikasi permainan sepak takraw

Kata kunci : Gerak dasar (*fundamental motorik*), Olahraga Sepak Takraw, Gerak lokomotor, Gerak non lokomotor, Gerak manipulative.

ABSTRACT

This study is based on the results of observations obtained information that the motor skills of elementary school students in the sport of Sepak Takraw is the absence of researchers about motor analysis of Sepak Takraw. This is because the school still does not have complete facilities, and teachers also still do not apply this Takraw football sport in learning. Students should be able to do it by using basic techniques in this Takraw Soccer sport so that the physical abilities, techniques and tactics of playing Sepak Takraw are already getting used to being done in elementary school. You need a good training program to improve your skills. Each technique should also be analyzed on how to perform short, targeted movements. The problem in this study is the analysis of how the basic movement skills of elementary students in the sport of Sepak Takraw? This research includes a type of descriptive research with a qualitative approach. Subjek this research is a student of SD

Negeri Kedung Sumber 1, SD Negeri Gondang 3, and SD Negeri Papringan 3, because it can do the sport of Sepak Takraw. The data analysis technique used is data triangulation.

The conclusions of the results of this study are: the basic motion ability of elementary students in the sport of Sepak Takraw, the suitability value of locomotor motion falls into the category of less (51.04%), the conformity value of non-locomotor motion falls into the category of sufficient (72.92%) and the value of suitability of manipulative motion falls into the category of less (55.21%). Of the three basic movement groups, the value of conformity of motor fundamental movements of students falls into the category of sufficient (59.72%). Based on the conclusion of the results of this study, it is recommended to sports teachers to introduce kwanjang sports to students as a form of modifikasi game of soccer.

Keywords: basic motion (fundamental motor), Sepak Takraw sport, locomotor motion, non-locomotor motion, manipulative motion.

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan salah satu bidang yang harus diperhatikan dalam pembangunan, karena olahraga bisa meningkatkan dan mengharumkan nama bangsa baik secara regional dan internasional. Dalam pembinaan prestasi olahraga berbagai prestasi ilmu terlibat di dalamnya, termasuk penelitian yang dilakukan oleh pakar olahraga dan kesehatan. Kenyataannya bahwa olahraga prestasi memerlukan berbagai perhitungan dan analisa gerakan manusia yang sangat kompleks. Prestasi tidak akan datang sendirinya, melainkan dengan perencanaan yang matang dan membutuhkan waktu yang lama. Oleh sebab itu masalah peningkatan salah satu cabang olahraga adalah hal yang cukup serius untuk dipecahkan. Sekarang ini olahraga di Indonesia sudah mengalami perkembangan yang sangat pesat. Olahraga tradisional maupun olahraga modern dijadikan sebagai ajang menggali kemampuan Olahraga prestasi memerlukan suatu pembinaan secara khusus yang mana program pembinaannya memiliki target untuk memenangkan suatu pertandingan pada kompetisi. Oleh karena itu, pembinaan dalam olahraga prestasi menyangkut pembinaan kualitas fisik, psikis, teknik dan mental, sangat mempengaruhi kualitas permainan dalam memenangkan suatu kompetisi.

Selain pemberian pelatihan yang baik tentu diperlukan studi analisis dalam mengembangkan prestasi cabang olahraga, dimana hal tersebut sudah harus dilakukan mulai dari pemilihan bibit atlet, dengan cara mengamati bakat olahraga yang dimiliki sejak kecil misalnya dengan mengamati perkembangan peserta didik saat berada di bangku Sekolah Dasar, pengembangan program latihan, peningkatan mutu dan kualitas pemain, kemampuan teknik dan taktik dalam olahraga.

Selama ini studi analisis melalui kajian yang ilmiah hanya dilakukan oleh beberapa daerah saja di Indonesia. Hal tersebut menjadi sebuah permasalahan dimana tanpa studi analisis yang tepat terhadap setiap atlet akan mengakibatkan tidak maksimalnya hasil yang diharapkan nantinya. Kebanyakan atlet yang mengikuti pelatnas bukan karena diprogram dari sejak dini anak tersebut akan berprestasi ditingkat Nasional dan Internasional, tetapi karena bakat dan kemauan yang keras dari anak tersebut sehingga bisa menunjukkan prestasi yang baik.

Olahraga di Indonesia dibagi menjadi olahraga pendidikan, rekreasi, prestasi dan olahraga tradisional. Olahraga pendidikan menurut (UU Nomer 3 Tahun 2005 pasal 18 tentang keolahragaan nasional) olahraga dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler dan ekstrakurikuler. Olahraga prestasi menurut (UU Nomer 3 Tahun 2005 pasal 20 tentang keolahragaan nasional) olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Olahraga rekreasi menurut (UU Nomer 3 Tahun 2005 pasal 19 tentang keolahragaan nasional) olahraga yang dapat dilakukan oleh setiap orang, satuan pendidikan, lembaga atau organisasi olahraga. Untuk memperoleh kesehatan, kebugaran jasmani, kegembiraan dan membangun hubungan sosial, melestarikan kekayaan budaya daerah. Sedangkan menurut (Sugito., Allsabab, 2019) olahraga tradisional permainan yang menggunakan alat-alat sederhana yang mengandung unsur budaya dan pendidikan. Unsur budaya dan pendidikan dalam permainan tradisional menjadi satu lantaran dalam kegiatan selalu bertumbuh pada kemampuan intelektualitas. Olahraga tradisional di Indonesia saat ini sudah mulai berkembang dan dikembangkan oleh generasi anak Indonesia.

Sepak Takraw termasuk dalam jenis olahraga tradisional yang mulai dikembangkan di Indonesia khususnya di daerah Kediri. Sepak Takraw atau disebut juga dengan Sepaktakraw Keranjang ini memiliki 4 orang dengan 1 cadangan dalam satu timnya. Olahraga ini menggunakan keranjang yang melekat pada tiang dan diletakkan pada titik tengah lingkaran dengan batas garis lingkaran dengan tiang kurang lebih dari 170 meter. Menurut (Sukmana & Allsabab, 2018) Olahraga Sepak Takraw ini membutuhkan kerjasama antar setiap peserta agar bola takraw dapat

masuk kedalam keranjang. Pemain harus memasukkan bola sebanyak-banyaknya kedalam keranjang. Permainan dianggap berhenti jika waktu yang telah disepakati sudah habis.

Olahraga Sepak Takraw ini membutuhkan gerak motorik pada siswa. Perkembangan motorik yaitu perkembangan dalam unsur kematangan dan erat kaitannya dengan perkembangan pusat motorik di otak. *Hurlock* (1998: 159) mengatakan bahwa perkembangan motorik adalah perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak. Jadi perkembangan motorik adalah perkembangan motorik diartikan sebagai perkembangan dari unsur kematangan pengendalian gerak tubuh dan otak sebagai pusat gerak.

Berdasarkan arahan belum ada kajian tentang olahraga Sepak Takraw terhadap kemampuan motorik siswa di SD. Salah satu permasalahan yang penting untuk diperhatikan adalah studi analisis pada olahraga ini belum dilakukan dengan baik untuk mengkaji kelebihan dan kekurangan setiap program yang dilakukan juga untuk memperoleh teknik dan taktik yang baik. Studi analisis harus dilakukan dengan benar dan terencana, sehingga program pembinaan tersebut tepat sasaran. Pembinaan olahraga di Sekolah Dasar harus memperhatikan komponen-komponen apa yang mendukung kemampuan tersebut, sehingga bisa menghasilkan juara dan tujuan dari kebugaran jasmani bagi setiap pelaku olahraga. Hal tersebut juga dibuktikan dengan observasi yang dilakukan peneliti terhadap olahraga Sepak Takraw. Observasi yang dilakukan peneliti adalah untuk mengetahui gerak motorik siswa tersebut. Selain itu kemampuan fisik dan teknik juga termasuk dalam pengamatan penulis untuk memperoleh data yang akurat akan permasalahan yang ada dan perlu pemecahan masalah yang cepat.

Hasil dari pengamatan diperoleh informasi bahwa kemampuan motorik siswa SD pada olahraga Sepak Takraw yaitu belum adanya peneliti tentang analisa motorik Sepak Takraw. Hal tersebut dikarenakan sekolah masih belum mempunyai sarana yang lengkap, dan tenaga guru juga masih belum menerapkan olahraga Sepak Takraw ini dalam pembelajaran. Harusnya siswa dapat melakukannya dengan menggunakan teknik dasar dalam olahraga Sepak Takraw ini agar kemampuan fisik, teknik dan taktik bermain Sepak Takraw ini sudah mulai terbiasa dilakukan di SD.

Perlu program latihan yang baik untuk meningkatkan kemampuan tersebut. Setiap teknik juga harus dianalisis bagaimana melakukan gerak yang singkat dan tepat sasaran.

Perlu analisis ilmiah yang mendalam, juga perlu diperhatikan latihan yang diberikan terhadap atlet juga perlu dikaji secara mendalam hubungan antar kondisi fisik dengan kemampuan teknik bermain agar latihan yang dilakukan lebih terencana sehingga latihan bisa lebih efektif dan efisien.

Teknik olahraga tradisional yang masih perlu diperhatikan adalah pada sistem latihan yang tidak berpegang pada prinsip-prinsip dasar dalam standar permainan yang telah disepakati. Tidak jarang seorang pelatih ingin menambah jam latihan pada anak didiknya dengan menambah durasi latihan, tanpa memperhatikan aspek-aspek perkembangan jasmani maupun rohani siswa, sehingga hasil yang didapat dari latihan kurang nyata keberhasilannya. Oleh karena itu peneliti mengadakan penelitian yang berjudul "Analisis Gerak Dasar (Fundamental Motorik) Olahraga Sepak Takraw Pada Siswa Sekolah Dasar Di Kecamatan Temayang Kabupaten Bojonegoro Tahun 2018".

METODE

1. Pendekatan Penelitian

Pendekatan penelitian ini menggunakan penelitian kualitatif. Menurut Sugiono (2013: 15) Metode penelitian kualitatif adalah metode penelitian yang berlandaskan pada filsafat *pospositivism*, digunakan untuk meneliti pada kondisi objek yang alamiah (sebagai lawannya adalah eksperimen dimana peneliti adalah sebagai instrumen) kunci, pengambilan sampel sumber dan data dilakukan secara *purposive* dan *snowball*, teknik penumpulan data dilakukan dengan triangulasi (gabungan) analisa data bersifat induktif atau kualitatif, hasil penelitian kualitatif lebih menekankan pada makna daripada generalisasi.

Penelitian kualitatif adalah rangkaian kegiatan yang dilakukan untuk menghasilkan data yang berupa rangkaian kata dan tidak menggunakan angka dalam hasil penelitiannya. Dalam hal ini yang akan dianalisis adalah olahraga Sepak Takraw, ada berapa unsur gerak fundamental motorik pada olahraga Sepak Takraw di siswa SD Kecamatan Temayang Kabupaten Bojonegoro tahun

2018. Dalam melaksanakan penelitian ini, penulis objek di SD Negeri Kedung Sumber 1, SD Negeri Gondang 3, dan SD Negeri Papringan 3, karena dapat melakukan olahraga Sepak Takraw. Waktu penelitian adalah waktu yang digunakan penulis pada saat dimulainya pengajuan judul hingga berakhirnya penyusunan laporan. Adapun waktu yang dibutuhkan peneliti untuk melaksanakan penelitian yaitu pada bulan Januari sampai dengan Juni 2020

Dari sumber data yang tercantum diatas, prosedur pengumpulan data dapat dilakukan sebagai berikut, Sedangkan langkah-langkah untuk pengumpulan data yaitu:

1. Mengenalkan olahraga Sepak Takraw kepada siswa
2. Menjelaskan langkah-langkah dalam olahraga Sepak Takraw
3. Melakukan praktik olahraga Sepak Takraw
4. Analisis siswa saat olahraga Sepak Takraw
5. Menyimpulkan hasil analisis olahraga Sepak Takraw

HASIL

1. Gerak Lokomotor

Gerak lokomotor terdiri dari berjalan, berlari, melompat, melayang, meluncur, berjingkrak dan memanjat. Pada olahraga Sepak Takraw terdapat 2 jenis gerak lokomotor yang diamati yaitu melompat dan berjingkrak.

Berikut adalah hasil pengamatan gerak lokomotor siswa SD pada dalam olahraga Sepak Takraw.

Tabel 4.1 Nilai Kesesuaian Gerak Lokomotor

Gerak yang diamati	Kesesuaian Gerak	Kategori
Melompat	60.42%	Cukup
Berjingkrak	41.67%	Kurang
Lokomotor	51.04%	Kurang

Berdasarkan tabel 1 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai kesesuaian gerak melompat sebesar 60,42% masuk dalam kategori cukup, dan nilai kesesuaian gerak berjingkrak sebesar 41,67% masuk dalam kategori kurang. Dari hasil kedua gerak tersebut maka dapat diperoleh rata-rata gerak lokomotor siswa SD dalam olahraga Sepak Takraw sebesar 51.04% masuk dalam kategori kurang.

2. Gerak Non Lokomotor

Menurut Amung dan Yudha (2000:20) gerak non-lokomotor adalah gerak yang dilakukan ditempat tanpa ada ruang gerak yang memakai kemampuan non lokomotor berdiri dari membungkuk, meregang, memutar, mengayun, handstand, memutar tubuh, mendarat, berhenti, mengelak, keseimbangan. Pada olahraga Sepak Takraw terdapat 1 jenis gerak non lokomotor yang diamati yaitu keseimbangan.

Berikut adalah hasil pengamatan gerak non lokomotor siswa SD pada dalam olahraga Sepak Takraw.

Tabel 2. Nilai Kesesuaian Gerak Non Lokomotor

Gerak yang diamati	Kesesuaian Gerak	Kategori
Keseimbangan	72,92%	Cukup
Non Lokomotor	72,92%	Cukup

Berdasarkan tabel 2 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai kesesuaian gerak keseimbangan sebesar 72,92% masuk dalam kategori cukup. Dari hasil gerak keseimbangan maka dapat diperoleh rata-rata gerak non lokomotor siswa SD dalam olahraga Sepak Takraw sebesar 72,92% masuk dalam kategori cukup.

3. Gerak Manipulatif

Menurut Amung dan Yudha (2000:20) Gerak manipulatif dikembangkan ketika anak tengah menguasai macam-macam objek. Kemampuan manipulatif lebih banyak melibatkan tangan dan kaki, tetapi bagian yang lain dari tubuh kita juga digunakan. Gerak lokomotor terdiri dari melempar, menangkap, menendang, menjerat/menjebak, menyerang, melambung, bergulir dan menggelinding. Pada olahraga Sepak Takraw terdapat 2 jenis gerak lokomotor yang diamati yaitu melempar dan menendang. dalam dan 4) mampu memasukkan bola kedalam keranjang. Berikut adalah hasil pengamatan gerak manipulatif siswa SD pada dalam olahraga Sepak Takraw.

Tabel 3. Nilai Kesesuaian Gerak Manipulatif

Gerak yang diamati	Kesesuaian Gerak	Kategori
Melempar	58.33%	Cukup
Menendang	52.08%	Kurang
Manipulatif	55.21%	Kurang

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai kesesuaian gerak melempar sebesar 58.33% masuk dalam kategori cukup, dan nilai kesesuaian gerak menendang sebesar 52.08% masuk dalam kategori kurang. Dari hasil kedua gerak tersebut maka dapat diperoleh rata-rata gerak manipulatif siswa SD dalam olahraga Sepak Takraw sebesar 55.21% masuk dalam kategori kurang.

PEMBAHASAN

Gerakan fundamental motorik merupakan gerakan-gerakan dasar pola gerak yang membentuk dasar-dasar keterampilan gerak yang kompleks, yang meliputi, gerak lokomotor, gerak non lokomotor, dan gerak manipulatif.

Tabel 4. Nilai Kesesuaian Gerak Fundamental Motorik

Gerak	Nilai Rata-rata	Kategori
Lokomotor	51.04%	Kurang
Non Locomotor	72.92%	Cukup
Manipulatif	55.21%	Kurang
Gerak Fundamental Motorik	59.72%	Cukup

Berdasarkan tabel 4 di atas dapat dijelaskan bahwa nilai kesesuaian gerak fundamental motorik siswa sebesar 59,72% masuk dalam kategori cukup. Dari hasil penelitian ini dapat kita lihat bahwa dari ketiga kelompok gerakan dasar tersebut tergolong pada kategori cukup. Dengan itu ini akan mendukung terhadap tahap perkembangan selanjutnya dan juga akan memberikan sumbangan terhadap pencapaian prestasi puncak anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian melalui pengamatan, dan dokumentasi yang telah direduksi dan didisplay serta berdasarkan pembahasan yang dilakukan dapat ditarik bahwa kemampuan gerak dasar siswa SD dalam olahraga Sepak Takraw, nilai kesesuaian gerak lokomotor masuk dalam kategori kurang (51.04%), nilai kesesuaian gerak non lokomotor masuk dalam kategori cukup (72.92%) dan nilai

kesesuaian gerak manipulatif masuk dalam kategori kurang (55,21%). Dari tiga kelompok gerak dasar tersebut didapat nilai kesesuaian gerak fundamental motorik siswa masuk dalam kategori cukup (59,72%)

REFERENSI

- Amung Ma'mun dan Yudha. (2000). *Perkembangan Gerak Dan Belajar Gerak*. Jakarta: Depdikbud.
- Abdul Ateng. 1993. *Pendidikan Olahraga*. Jakarta: Ikip Jakarta.
- Arikunto, Suharsimi, (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Yogyakarta: Rineka cipta.
- Abdian Asgi S, dan Nur Ahmad M. (2017). *Sepak takraw (Metodik dan Teknik Pembelajaran Sepaktakraw)*
- Anwar, Charsian, dkk. (1999). *Mari Bermain Sepak Takraw*. PB. Persetasi
- Abdian Asgi A, Toho Cholik M, dan M Muhyi. (2018) *Permainan Sepak Takraw Untuk Siswa Sekolah Dasar*.
- Elizabeth Hurlock. (1998) *Perkembangan Anak*. Jakarta: Erlangga.
- Nawai, Hadari. (2003). *Metode Penelitian Ekonomi*. Jakarta: Erlangga
- Pedoman peraturan permainan dan pertandingan PB PSTI
- Ratinus Darwis & Dt Penghulu Basa. (1992). *Olahraga Pilihan Sepaktakraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Sekaran, Umar. (2006). *Metodologi Penelitian Untuk Bisnis Jilid Dua Edisi Empat*. Jakarta: Salemba Empat.
- Sumantri, M. Dan Syaodih, N. 2006. *Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: universitas terbuka.
- Sugiono. 2010 *Pemahaman penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta.
- Samsudin. (2008). *Pembelajaran Motorik di Taman Kanak-Kanak*. Jakarta : Prenada Media Group
- Sulaiman. (2004). *Paparan Mata Kuliah Sepaktakraw*: FIK UNNES.
- Sudrajat Prawirasaputra. (2000). *Sepak Takraw*. Jakarta: Depdikbud.
- Muhammad Suhud. (1990) *Sepak Takraw*. Jakarta: Balai Pustaka
- Sugiyono. (2013). *Metode penelitian Kuantitati Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Undang-Undang sistem Keolahragaan Nasional nomor 3 tahun (2005.) Jakarta: Kemenpora RI.
- Umar, Husen. (2003). *Metodologi Penelitian Untuk Skripsi dan Tesis Bisnis*. Jakarta : PT: Gramedia Pustaka.

Yusup. (2004) *Pembelajaran Permainan sepak Takraw*.

(Jakarta: Dirijen Olahraga)

Yusuf, S. (2006) *Psikologi Perkembangan Anak dan Remaja*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.

