

ISSN: 2338-0713

Nomor II

Volume 1

Maret 2014

PROSIDING SEMINAR NASIONAL 2014

“Autokritik Implementasi Kurikulum 2013”



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI
KEDIRI

29 Maret 2014



**LEMBAGA PENELITIAN (LEMLIT)
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

**Jl. K.H. Achmad Dahlan 76, Kota Kediri
Telp./ Fax. (0354) 771576, <http://lp2m.unpkediri.ac.id>
Email: unpkediri@gmail.com**

ISSN: 2338-0713



9 772338 071861

Tim Editor

Penanggung jawab : Rektor UNP Kediri

Tim Penyunting :

Dr. Suryanto, M.Si.

Dr. Hj. Sri Panca Setyawati, M.Pd.

Dr. Sulistiono, M.Si.

Dr. Andri Pitoyo, M.Pd.

Dr. Subardi Agan, M.Pd.

Dr. Rr. Forijati



PEMBELAJARAN INKLUSI UNTUK PENGUASAAN KETERAMPILAN DASAR SEPAKTAKRAW PADA SISWA PEMULA SMPN 6 KOTA KEDIRI

Abdian Asgi Sukmana

Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Kependidikan
Universitas Nusantara PGRI Kediri, 64112
Email: abdian.asgi@yahoo.com

ABSTRAK

Tujuan pembelajaran: (1) menarik minat anak dalam penguasaan ketrampilan dasar sepaktakraw, (2) menemukan cara termudah penguasaan ketrampilan dasar sepaktakraw pada siswa pemula yang baru mengenal ketrampilan sepaktakraw. Metode dalam proses pembelajaran ini menggunakan metode pembelajaran inklusi yang berarti anak dengan bebas menentukan jenis, ruang gerak dan pilihan dalam menguasai ketrampilan dasar sepaktakraw sesuai dengan performa atau kemampuan anak, yang mana Guru atau Pelatih terlebih dulu menentukan tujuan tugas pembelajaran dengan menyiapkan peralatan, ruang dan suasana pembelajaran yang dibutuhkan anak dalam belajar ketrampilan dasar sepaktakraw. Penelitian ini menggunakan metode pendekatan kuantitatif dengan metode eksperimen dengan pengamatan hasil tes ketrampilan pada siswa pemula dalam proses belajar sepaktakraw. Kesimpulannya, bahwa pembelajaran menggunakan gaya inklusi pada penguasaan ketrampilan dasar sepaktakraw ternyata lebih baik dalam proses dan hasilnya lebih cepat dalam hal siswa menguasai ketrampilan dasar yang terdiri dari passing, serve, dan smash di dibandingkan menggunakan gaya lainnya diantaranya gaya latihan maupun gaya komando yang umum digunakan pada proses pembinaan cabang olahraga yang menuntut prestasi. Hasil passing yang memenuhi target di atas nilai sentuhan 5 adalah 14 anak dari total 18, dan yang belum memenuhi target ada 4 anak yaitu di bawah nilai 5. Tes ketrampilan smash yang masuk dengan poin di atas 5 ada 12 anak dengan nilai di bawah 5 ada 6 anak.

Kata kunci: Inklusi belajar dasar ketrampilan sepaktakraw

A. Pendahuluan

Keterampilan cabang olahraga yang ada sekarang ini banyak ragamnya dengan penguasaan yang berbeda-beda pula, yang di pengaruhi oleh bentuk dan kekhasan cabang itu sendiri dan kemampuan manusia yang berbeda dari sudut alamiah kodratnya, lingkungannya, pengalaman hidupnya semasa masih belia serta ketersediaannya akan fasilitas yang ada di lingkungan mereka berada. Kemampuan seseorang dalam menguasai ketrampilan tertentu berbeda sesuai tingkat intelegensi motorik setiap individu yang berbeda sering di sebut sebagai kemampuan *motor educability* seseorang di sesuaikan dengan bakat atau kemampuan anak sejak dia masih kecil.

Sepaktakraw sebagai olahraga tradisional yang muncul dari budaya bangsa, memiliki karakteristik gerak yang menggabungkan banyak ketrampilan dari berbagai cabang olahraga yaitu terdapat unsur menendang yang ada pada cabang sepakbola, menendang dengan ayunan kaki



melompat pada gerakan smash termasuk pada gerakan pencak atau seni beladiri, gerakan smash juga terdapat unsur senam yaitu unsur tumbling yang berarti melompat berputar di udara dan segera mendarat dengan kedua kaki, dimana hal tersebut merupakan sisi dari akrobatiknya karena ketrampilan ini paling sulit di kuasai khususnya teknik smash rolling. Permainan sepaktakraw dari sejarahnya merupakan pengembangan dari kesenian tarian tradisional yang di sebut sebagai tari Paraga dan di gabungkan dengan permainan sejenis tepok bulu yaitu badminton yang menggunakan batas lapangan dan penghalang net atau jaring.

Kemampuan anak dilahirkan di muka bumi berbeda dalam berbagai hal kemampuan baik kemampuan motorik maupun nirmotoriknya, maka banyak ditemui anak-anak yang dalam usia pemula khususnya setingkat SD dan SMP kesulitan untuk mempelajari ketrampilan dasar cabang olahraga sepaktakraw. Di Kota Kediri dalam hal pengembangan sepaktakraw sangat sulit dengan berbagai faktor antara lain, cabang ini tidak begitu diminati dengan ketertarikan sebagai olahraga yang bergengsi, cabang ini bukan olahraga yang di dikenal sebagai olahraga yang memasyarakat, sepaktakraw merupakan cabang yang ketrampilan dasarnya perlu waktu lama karena tingkat kesulitan penguasaan dasar yaitu passing kura-kura, sepak sila, sepak badeg dan dilanjut teknik lanjutan yaitu serve, smash yang tingkat kesulitan paling tinggi. Kota Kediri dengan tingkat partisipasinya dalam olahraga banyak terlibat dalam cabang olahraga seperti sepakbola dengan euphoria terhadap Persikmania, bolavoli serta bola basket yang banyak kita lihat bermunculan klub-klub olahraga ketiga cabang tersebut di Kota Kediri, menunjukkan bahwa dengan banyaknya kompetisi yang ada di kota ini memberikan kontribusi yang baik dalam perkembangan olahraga tersebut.

B. Metode Penelitian

Permasalahan yang di munculkan dalam hal ini adalah bagaimana memunculkan minat anak terhadap penguasaan ketrampilan sepaktakraw dan bagaimana metode pembelajaran yang mudah dan cepat di kuasai oleh atlet atau siswa pemula dalam belajar dasar ketrampilan sepaktakraw. Penelitian ini penulis menggunakan pendekatan kuantitatif melalui metode eksperimen pembelajaran dengan gaya Inklusi pada siswa ekstrakurikuler di SMP Negeri 6 Kota Kediri. Menurut Maksim (2009:11) pendekatan kuantitatif melalui penelitian eksperimen salah satu cirinya adalah adanya perlakuan (*treatment*) yang diberikan pada subyek, yang berupa memberikan beban latihan tertentu, mengajar dengan metode tertentu dan sebagainya. Ekstrakurikuler mempunyai arti tersendiri bagi anak khususnya adalah sebagai wadah ekspresi diri dalam kebebasan bergerak berbagai macam gerak. Penulis melaksanakan penelitian ini pada kegiatan ekstrakurikuler, karena anak bebas dalam memilih model ketrampilan sesuai minat dan



harapan siswa. Menurut Zainal Aqib (2011:14) bahwa kegiatan ekstrakurikuler memiliki visi sebagai tempat berkembangnya potensi, bakat dan minat secara optimal serta tumbuhnya kemandirian dan kebahagiaan peserta didik. Dalam prosesnya penulis menggunakan observasi hasil latihan dengan di sertai *treatment* dengan tes ketrampilan pada atlet atau siswa yang terlibat di dalamnya. Penelitian ini membutuhkan perlakuan siswa selama 4-6 bulan, dengan hasil akhir siswa di lakukan tes skill yaitu penguasaan teknik dasar passing sepaktakraw selama 1 menit dan tes smash dengan kesempatan melakukan smash 10 kali.

C. Hasil dan Pembahasan

Sepaktakraw merupakan ketrampilan raga bola yang penguasaannya membutuhkan waktu yang lama, untuk menguasai teknik passing sila atlet atau siswa paling tidak membutuhkan waktu paling cepat 5 sampai 6 bulan itupun masih tahap bisa menimang bola sekitar 5-10 sentuhan passing. Dalam ilmu perkembangan gerak dikatakan oleh Sugiyanto (1993 : 222) bahwa gerakan ketrampilan adalah gerakan yang memerlukan koordinasi dan kontrol gerak yang cukup kompleks. Untuk menguasainya diperlukan proses belajar gerak. Jadi, untuk menguasai ketrampilan teknik dasar sepaktakraw sangat dibutuhkan proses yang panjang dan berkelanjutan. Berdasar derajat kesukaran gerakan ketrampilan, dapat dibagi menjadi (1) ketrampilan adaptif sederhana, (2) ketrampilan adaptif terpaku, (3) ketrampilan adaptif kompleks. Bagi pemula menguasai ketrampilan tertentu harus menguasai tahap pertama, kedua dan ketiga yaitu ketrampilan adaptif sederhana. Dikatakan Sugiyanto (1993:223) bahwa ketrampilan adaptif sederhana adalah ketrampilan yang dihasilkan dari gerak fundamental dengan situasi dan kondisi tertentu, sedang ketrampilan gerak terpadu adalah ketrampilan dari hasil perpaduan antara gerak fundamental dengan penggunaan perlengkapan atau alat-alat tertentu.

Sepaktakraw membutuhkan proses yang tidak pendek, oleh karena itu penulis mencoba menggunakan pola pembelajaran gaya inklusi dengan memberikan kesempatan sebebas-bebasnya siswa untuk memilih jenis latihan sesuai kemampuan dan performa siswa, sehingga siswa mudah dan tidak mengalami kesulitan dan hambatan dalam belajar gerak ketrampilan dasar sepaktakraw, dan pelatih sebagai kontrol dalam mengevaluasi gerakan tersebut. Mosston (1966) dalam Samsudin (2008:32) mengidentifikasikan bahwa dalam pengajarannya cara guru dibedakan dari bagaiman ia memperlakukan dan melibatkan siswa dalam pembelajaran. Cara guru melibatkan siswa di sebut sebagai gaya mengajar (*teaching style*). Samsudin (2008:34) dalam pembelajaran gaya-gaya mengajar, guru dapat memilih gaya khusus yang didasarkan apakah untuk proses kognitif, untuk mendorong interaksi social, untuk menggunakan ruang dan alat secara efisien. Guru atau pelatih dapat memilih atau merancang pelajaran dengan format



pengorganisasian yang berbeda. Gaya inklusi atau partisipasif adalah Guru atau pelatih menentukan tugas pembelajaran yang memiliki target atau kriteria yang berbeda tingkat kesulitannya, dan siswa atau atlet di beri keleluasaan untuk menentukan tingkat tugas mana yang sesuai.

Sepaktakraw termasuk olahraga yang baru di kenal oleh anak-anak di Kota Kediri, sehingga perlu adanya pengenalan yang menarik kepada siswa saat akan membimbingnya. Engel (2010:11) bahwa olahraga sepaktakraw adalah olahraga yang relative baru, maka kunci untuk mempelajarinya agar sukses dan menimbulkan kesenangan, maka harus memainkannya dengan modifikasi. Modifikasi yang dimaksud bisa berarti alat atau bola yang harus di ubah cara pemakaiannya. Pembelajaran teknik passing sepaktakraw dengan penerapan gaya inklusi antara lain, siswa diberikan peralatan bola yang bermacam jenisnya. Di dalam sepaktakraw bola yang digunakan banyak macamnya yaitu bola rotan (rotan lubang dan tutup), bola sintetis (asli merk Marathon dan aspal atau buatan dalam negeri), bola sintetis untuk junior maupun senior. Siswa saat proses diberikan bola dengan berbagai bentuk dan jenisnya, selain itu siswa diberikan bola yang di tali untuk di passing menggunakan bola yang dipegang dengan tali tersebut. Teknik Smash pada sepaktakraw menggunakan peralatan tiang, bola dan tali. Bola di gantung dengan tali di tiang dengan ketinggian yang berbeda-beda, kemudian siswa atau atlet berlatih menendang bola sesuai ketinggian performa, daya lompat siswa/atlet dan sikap keberanian dalam menendang. Pada tahap ini Guru/Pelatih, dalam *pre impact* menyiapkan pengorganisasian alat dan tempat atau ruang dengan memberikan petunjuk target tugas yang harus dilakukan siswa. Siswa dalam fase *impact* melakukan aksi di sesuaikan dengan performa kemampuannya sendiri-sendiri tanpa ada koreksi dari guru dalam memilih alat dan tempat untuk proses gerak ketrampilan tersebut. Dalam fase *post impact* guru memberikan koreksi dan umpan balik serta penilaian dalam proses yang telah dilakukan siswa.

D. Simpulan dan Saran

Kesimpulan yang didapat, dari proses latihan selama 5 bulan telah di dapat hasil dari 18 orang anggota ekstrakurikuler yang terlibat setelah di tes passing sila dan teknik smash dasar adalah 18 anak yang melakukan passing sila, setelah di tes selama 1 menit yang mendapatkan nilai sentuhan bola antara 6-10 sentuhan adalah 10 anak, yang terampil passing antara 11-15 ada 4 anak, sisanya 4 anak masih bisa melakukan sentuhan bola di bawah 5 sentuhan. Pada ketrampilan smash dari 10 kali kesempatan smash yang mendapatkan nilai masuk di atas 5 kali adalah 12 anak dan sisanya adalah 6 anak mendapatkan poin masuk di bawah 5.



Dalam penelitian ini penulis menyadari masih banyak kekurangan dan ketidaksempurnaan dalam hal segala proses pengamatan dan persiapan pembelajaran yang di anggap masih sederhana, karena menggunakan peralatan seadanya yang ada di sekolah tempat pembinaan ekstrakurikuler. Siswa masih ada beberapa hal belum siap dengan peralatan bola yang di anggap keras, sehingga hal tersebut menghambat proses belajar ketrampilan sepaktakraw, oleh karena itu pembina menggunakan bola yang terbuat dari rotan dan bola putri yang sedikit ringan dan tidak begitu keras. Jumlah fasilitas bola dan lapangan kurang begitu memadai dan sering benturan dengan kegiatan ekstrakurikuler lainnya karena fasilitas lapangan berada di tengah lapangan basket, sehingga kurang spesifik khusus lapangan sepaktakraw dan hal tersebut mengganggu jalannya kegiatan belajar ketrampilan sepaktakraw.

E. Daftar Pustaka

- Aqib, Zaenal. 2011. *Panduan dan Aplikasi Pendidikan Karakter untuk SD/MI, SMP/MTs, SMA/MA, SMK/MAK*. Yrama Media. Bandung
- Engel, Rick. 2010. *Dasar-dasar Sepak Takraw (Intruksi Lengkap/Panduan Melatih Sepaktakraw)*. Pakar Raya Pustaka. Bandung
- Hakim, Abdul Azis. 2007. *Sepaktakraw*. UNESA Press
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Unesa Press. Surabaya
- Samsudin. 2008. *Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Prenada Media Group. Rawangmangun Jakarta
- Sugiyanto, 1993. *Perkembangan dan Belajar Gerak*. Penerbit Universitas Terbuka Depdikbud Jakarta

