

Abstrak

Rochmandy Ahmad Sahila. 19.101.09.0179. “Tingkat Keterampilan Dasar Sepak Takraw Pada Siswa Ekstrakurikuler SMP Negeri 1 Ngadiluwih Tahun Pelajaran 2023/2024”, Skripsi, Penjaskesrek, FIKS UN PGRI Kediri. 2024.

Kata kunci : Sepak takraw, Ekstrakurikuler, keterampilan, siswa.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui terdapat peningkatan kesegaran jasmani melalui permainan tradisional siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 ngadiluwih tahun pelajaran 2023/2024. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei, dengan desain tes dan pengukuran berupa keterampilan teknik dasar. Subyek dari penelitian ini adalah tim ekstrakurikuler SMP Negeri 1 ngadiluwih tahun pelajaran 2023/2024 dengan jumlah 20 siswa, dengan jenis kelamin laki-laki. Pengambilan data menggunakan tes ini meliputi sepak mula, sepak sila, sepak kuda, *heading*, dan *smash*, yang di modifikasi oleh oleh M.Husni Thamrin, dkk (1995) yang dimodifikasi oleh Arief Nugroho Liestyanto (2015) dengan tingkat validitas sebagai berikut: sepakmula 0,890; sepaksila 0,889; sepakkuda 0,906; heading 0,930; dan smash 0,889 dan angka realibilitas instrumen 0,932. Analisis data pada penelitian ini menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dengan presentase. Hasil temuan penelitian siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 1 ngadiluwih tahun pelajaran 2023/2024 yang mengikutites keterampilan bermain sepaktakraw 2 siswa atau 10% yang masuk kedalam kategori sangat baik, 2 siswa atau 10% masuk dalam kategori baik, 9 siswa atau 45% masuk dalam kategori sedang, 7 siswa atau 35% masuk dalam kategori kurang, dan siswa yang memiliki tingkat keterampilan dasar bermain sepaktakraw dalam kategori sangat rendah tidak ada. Dari hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa keterampilan sepak takraw pada tim ekstrakurikuler SMP Negeri 1 ngadiluwih tahun pelajaran 2023/2024 masuk dalam kategori sedang, karena sesuai dengan hasil temuan kategori paling banyak adalah sedang sebanyak 9 pemain atau 45%.