

**PENGARUH LATIHAN BOLA GANTUNG TERHADAP KETEPATAN SERVIS
BAWAH DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW PADA KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SISWA PUTRA SMP NEGERI 19 PALEMBANG**

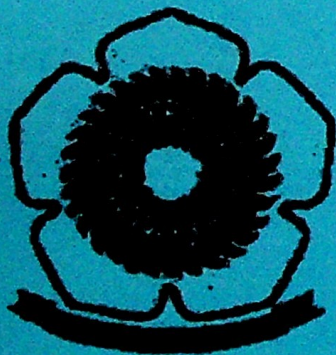
Skripsi Oleh :

HERLANSYAH

Nomor Induk Mahasiswa 56081006014

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2012

**PENGARUH LATIHAN BOLA GANTUNG TERHADAP KETEPATAN SERVIS
BAWAH DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW PADA KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SISWA PUTRA SMP NEGERI 19 PALEMBANG**



Skripsi Oleh :

S.
796.33407
Her
P
2012
e. 130075

HERLANSYAH

Nomor Induk Mahasiswa 56081006014

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Jurusan Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS SRIWIJAYA

2012

**PENGARUH LATIHAN BOLA GANTUNG TERHADAP KETEPATAN SERVIS
BAWAH DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW PADA KEGIATAN
EKSTRAKURIKULER SISWA PUTRA SMP NEGERI 19 PALEMBANG**

Skripsi Oleh

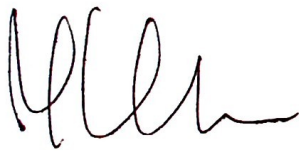
HERLANSYAH

Nomor Induk Mahasiswa 56081006014

Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan

Disetujui,

Pembimbing I



Dr. Yosef Barus, M.A
NIP.196203231988031005

Pembimbing II



Dra. Marsiyem, M.Kes
NIP.195312121982032001

Disahkan,

Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang



Dr. Sukirno
NIP.195508101983031005

SKRIPSI

Telah diujikan dan lulus pada :

Hari : Kamis

Tanggal : 8 November 2012

TIM PENGUJI

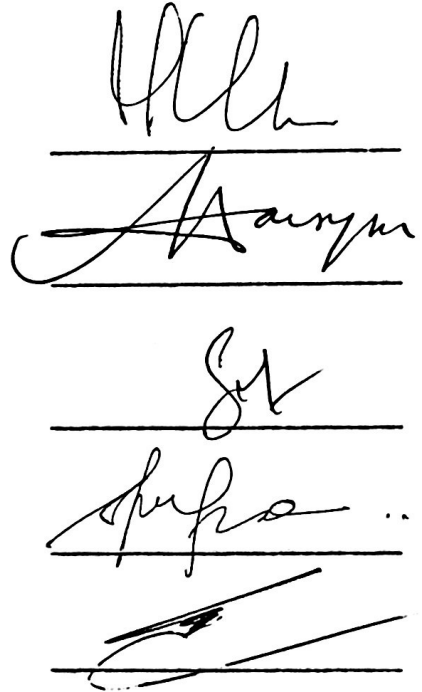
Ketua : Dr. Yosef Barus, M.A

Sekretaris : Dra. Marsiyem, M.Kes

Anggota : Dr. Sukirno

Anggota : Drs. Afrizal, M.Kes

Anggota : Drs. Djumadin Syafril, M.Pd



The image shows four handwritten signatures, each written above a horizontal line. The signatures are: 1. A cursive signature that appears to be 'Yosef Barus'. 2. A cursive signature that appears to be 'Marsiyem'. 3. A cursive signature that appears to be 'Sukirno'. 4. A cursive signature that appears to be 'Afrizal'.

Palembang, 10 November 2012

Diketahui Oleh

Ketua Program Studi

Pendidikan Jasmani dan Kesehatan



A handwritten signature in black ink, appearing to be 'Waluyo'.

Drs. Waluyo, M.Pd

NIP.195601241984031001

SURAT PERNYATAAN

Nama : Heriansyah
Nim : 56081006014
Program Studi : Pendidikan Jasmani dan Kesehatan
Judul Skripsi : Pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap Ketepatan Servis Bawah dalam Permainan Sepak Takraw pada Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Putra SMP Negeri 19 Palembang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa :

Seluruh data informasi, intepretasi serta pengamatan dalam pembahasan dan kesimpulan yang disajikan dalam karya ilmiah ini, kecuali yang disertakan sumbernya adalah merupakan hasil pengamatan-pengamatan, penelitian, pengolahan data serta pemikiran saya dengan pengarahan para pembimbing yang ditetapkan.

Karya ilmiah yang saya tulis ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik, baik di Universitas Sriwijaya maupun Perguruan Tinggi lainnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya, apabila dikemudian hari bukti ketidakbenaran dalam pernyataan tersebut diatas, maka saya bersedia menerima sanksi akademik.

Palembang, November 2012



Heriansyah
Nim. 56081006014

Kupersembahkan Untuk:

- *Ayahanda (habiman) dan ibunda (alm.hartini) yang tercinta yang selalu aku sayangi, untuk semua kasih sayang dan pengorbanan yang telah dicurahkan kepadaku, serta yang tak pernah lelah mendo'akanku.*
- *Seluruh keluarga besarku yang selalu ada bersamaku., terutama untuk adikku "Devi Angreani" yang selalu memberikan motivasi kepadaku.*
- *Seluruh dosen penjaskes yang telah membimbing, mengajar, dan memberi ilmunya kepadaku.*
- *Sahabat-sahabattku dari sd, smp, sma dan kuliah yang selalu bersama dalam sukka dan duka.*
- *Seluruh teman-temanku penjaskes kampus Palembang angkatan 2008.*
- *Seluruh mahasiswa penjaskes yang di Palembang, indralaya, 2008, 2009, 2010,20... semangat!!!!!!*
- *My lovely "retno supriyadi", terima kasih untuk semua bantuan, semangat, perhatian yang telah diberikan kepadaku selama ini.*
- *Buat kakak tingkat ku, k asro , k marlin , k eta makasih ya atas semua bantuannya.*
- *Buat dosen pembimbing Dr. Yosef Barus dan Dra. Marsiyem, M.Kes terima kasih telah meluangkan waktu untuk membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.*
- *Motto penjaskes "satu untuk semua, semua untuk satu".*

Motto :

- *Siapa yang ingin sukses dalam kehidupan ,hendaknya jangan mengandalkan kepada hal-hal kebetulan.*
- *Persiapan yang baik adalah kunci keberhasilan, tanpa persiapan yang ada hanyalah kegagalan.*
- *Seperti halnya setiap benang emas itu berharga, demikian pula setiap menit dari waktu kita.*
- *Tanpa semangat, tak ada pekerjaan besar yang dapat diciptakan.*
- *Masa muda adalah waktu untuk belajar kebijaksanaan, dan masa tua adalah waktu untuk mempraktekkannya.*

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT, Tuhan semesta alam, Yang Maha Esa, atas berkat dan kasih sayang Nya jua penulisan skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik. Shalawat dan salam penulis hanturkan kepada suri tauladan kita yaitu nabi Muhammad SAW yang atas izin Allah SWT telah membawa perubahan besar bagi kehidupan umat manusia di dunia ini.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Sriwijaya.

Adapun judul yang diajukan adalah Pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap Ketepatan Servis Bawah Dalam Permainan Sepak Takraw Pada kegiatan Ekstrakurikuler Siswa putra SMP 19 Palembang, yang peneliti sadari hanya sebuah penelitian sederhana, dan dalam penyusunannya senantiasa mendapatkan bantuan dari berbagai pihak, oleh karena itu peneliti ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Ibu Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A. Selaku Rektor Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Prof.Drs. Tatang Suhery,M.A.Ph.D. Selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sriwijaya.
3. Bapak Drs. Waluyo, M.Pd. selaku Ketua program studi Penjaskes.
4. Bapak Drs. Yosef Barus, M.A selaku pembimbing I
5. Ibu Dra, Marsiyem M.Kes. selaku pembimbing II.
6. Para dosen yang telah membekali penulis dengan ilmu pengetahuan selama menuntut ilmu di perguruan Tinggi Universitas Sriwijaya.
7. Bapak Kepala Sekolah, guru Penjaskes SMP 19 Palembang dan para siswa yang telah berkenan dalam penelitian ini.
8. Bapak Noto selaku admin Penjaskes.

Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi kepentingan ilmu pengetahuan dilingkungan Universitas Sriwijaya pada umumnya dan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Program studi Penjaskes.

Palembang, November 2012

Penulis

UCAPAN TERIMA KASIH

Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna mencapai gelar sarjana (S1) pada Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, Jurusan Jasmani dan Kesehatan, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan (FKIP), Universitas Sriwijaya.

Dengan selesainya penulisan skripsi ini, peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ibu Prof. Dr. Badia Perizade, M.B.A sebagai rector Unsri, Dekan FKIP Unsri Bapak Tatang Suhery, M.A., Ph.D, dan ketua Program Studi Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Drs. Waluyo, M.Pd, yang telah memberikan kemudahan dalam pengurusan administrasi penulisan skripsi ini.

Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Dr. Yosef Barus, M.A dan Ibu Dra. Marsiyem, M.Kes sebagai pembimbing yang telah memberikan bimbingan selama penulisan skripsi ini.

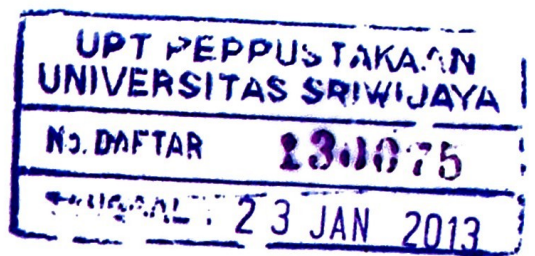
Selain itu, penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bpk Dr. Sukirno; Drs. Iyakrus, M.Kes; bpk Drs. Djumadin Syafril, M.Pd; bpk Drs. Syamsuramel, M.Kes; bpk Drs. Syafarudin, M.Kes; bpk Drs. Afrizal, M.Kes; bpk Drs. Meirizal Usra, M.Kes; bpk Drs. Muherman, M.Pd; bpk Drs. Muhaimin; Ibu Dra. Hartati, M.Kes; Ibu Dra. Marsiyem, M.Kes; bpk Drs. Giartama, M.Pd; bpk Drs. Maskur Ahmad, M.Kes; bpk Drs. Arwinsyah, M.Kes; dan juga kepada seluruh staf pengajar yang telah memberikan pengetahuan dan ilmu sehingga penulis dapat menyelesaikan kuliah dengan baik.

Selanjutnya penulis juga mengucapkan terima kasih kepada Bapak Ahmad Bastari, M.Pd selaku Kepala SMP Negeri 19 Palembang dan Bapak Supriyanto sebagai guru Penjaskes, serta siswa-siswa SMP Negeri 19 Palembang yang telah mendukung dan membantu selama penulis melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan skripsi ini.

Tidak lupa kepada semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberikan bantuan sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Mudah-mudahan skripsi ini dapat bermanfaat untuk pengembangan ilmu pengetahuan.

Palembang, November 2012

HSY



DAFTAR ISI

	Halaman
KATA PENGANTAR.....	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan masalah.....	3
1.3 Rumusan Masalah.....	4
1.4 Tujuan Penelitian.....	3
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
2.1 Hakikat Sepak Takraw	5
2.1.1 Sejarah Permainan Sepak Takraw.....	5
2.1.2 Peraturan Permainan Sepak Takraw.....	6
2.1.2.1 Bentuk Permainan.....	6
2.1.2.2 Fasilitas dan Peralatan.....	7
2.1.2.2.1 Ukuran Lapangan.....	7
2.1.2.2.2 Tiang.....	8
2.1.2.2.3 Net/Jaring.....	9
2.1.2.2.4 Bola.....	9
2.1.3 Teknik Dasar Permainan Sepak Takraw.....	10
2.2 Hakikat Servis Bawah.....	10
2.2.1 Pengertian Servis Bawah.....	10
2.2.2 Teknik Penilaian Servis Bawah.....	11
2.3 Pengertian Latihan.....	12

2.4 Tujuan Latihan.....	12
2.5 Prinsip-Prinsip Latihan.....	13
2.6 Aspek-Aspek Latihan.....	14
2.7 Hakikat Bola Gantung.....	15
2.7.1 Pengertian Bola Gantung.....	15
2.7.2 Teknik-Teknik Latihan Bola Gantung.....	15
2.8 Kerangka Berfikir.....	16
2.9 Hipotesis.....	17
BAB III METODE PENELITIAN.....	17
3.1 Jenis Penelitian	18
3.2 Populasi dan Sampel	19
3.2.1 Populasi	19
3.2.2 Sampel	20
3.3 Instrument.....	21
3.3.1 Instrument Tes.....	21
3.3.2 Instrument Latihan.....	22
3.4 Waktu dan Tempat Penelitian	23
3.4.1 Waktu Penelitian	23
3.4.2 Tempat Penelitian	23
3.5 Variabel Penelitian.....	23
3.6 Prosedur Penelitian	24
3.6.1 Metode Pengumpulan Data.....	24
3.7 Teknik Analisis Data	25
3.7.1 Uji Normalitas.....	25
3.7.2 Uji Homogenitas.....	28
3.7.3 Uji Hipotesis	29
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	30
4.1 Keadaan Tempat Penelitian.....	30
4.2 Analisis Data	31
4.2.1 Uji Normalitas Data	31
4.2.1.1 Uji Normalitas Sampel Pretest Kelompok Eksperimen	31

4.2.1.2 Uji Normalitas Sampel Posttest Kelompok Eksperimen.....	32
4.2.1.3 Uji Normalitas Sampel Pretest Kelompok Kontrol.....	34
4.2.1.4 Uji Normalitas Sampel Posttest Kelompok Kontrol.....	35
4.2.2 Uji Homogenitas Data.....	36
4.2.3 Analisis Data Uji Hipotesis.....	38
4.3 Perbedaan Pengaruh Pretest dan Posttest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	42
4.4 Pembahasan.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	45
5.1 Kesimpulan	45
5.2 Saran	45
DAFTAR PUSTAKA	46
Lampiran	47

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Ordinal Pairing	21
Tabel 2 Uji Barlett.....	28
Tabel 3 Jumlah Sampel.....	30
Tabel 4 Daftar Distribusi Frekuensi Pretest Kelompok Eksperimen	31
Tabel 5 Daftar Distribusi Frekuensi Postest Kelompok Eksperimen	32
Tabel 6 Daftar Distribusi Frekuensi Pretest Kelompok Kontrol	34
Tabel 7 Daftar Distribusi Frekuensi Postest Kelompok Kontrol.....	35
Table 8 Uji Homogenitas Kelompol Sampel.....	36
Tabel 9 Nilai Beda Pretest dan Postest Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol...	38
Tabel 10 Hasil Pretest dan Postest Melakukan servis Bawah	42

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1 Lapangan Sepak Takraw.....	8
Gambar 2 Kedudukan Tiang dan Net.....	8
Gambar 3 Bola Takraw.....	9
Gambar 4 Lapangan Sepak Takraw Untuk Tes Servis.....	13
Gambar 5 Latihan Bola Gantung.....	14
Gambar 6 Histogram Pretest Kelompok Eksperimen.....	32
Gambar 7 Histogram Postest Kelompok Eksperimen.....	33
Gambar 8 Histogram Pretest Kelompok Kontrol.....	35
Gambar 9 Histogram Postest Kelompok Kontrol.....	36
Gambar 10 Perbedaan Pengaruh Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol..	43

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Riwayat Hidup.....	48
2. Surat Nama Pembimbing 1 dan 2.....	49
3. Surat SK Pembimbing	50
4. Usul Judul Skripsi	51
5. Persetujuan Seminar Proposal.....	52
6. Persetujuan Telah di Seminarkan dan di revisi.....	53
7. Surat Permohonan Pelaksanaan Penelitian	54
8. Surat Izin Penelitian	55
9. Foto di Depan Gerbang Sekolah SMP Negeri 19 Palembang.....	56
10. Foto Peneliti Bersama Sampel	57
11. Foto Pretest Sampel Penelitian	58
12. Formulir Pretest Sampel Penelitian.....	59
13. Data Pretest Servis Bawah Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol ..	61
14. Foto Sampel Melakukan Pemanasan	62
15. Foto Sampel Melakukan Latihan Bola Gantung	63
16. Kalender Penelitian	64
17. Produk Latihan Bola Gantung	65
18. Program Latihan	67
19. Foto Postest Sampel Penelitian	80
20. Data Postest Servis Bawah Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol...	81
21. Lembar Analisis Data	82
22. Revisi Skripsi.....	92
23. Izin Jilid Skripsi.....	93
24. Tabel Uji “t”.....	94
25. Tabel Chi Kuadrat	95
26. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian	97
27. Kartu Bimbingan Skripsi	98

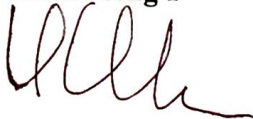
ABSTRAK

Skripsi ini berjudul “Pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap Ketepatan Servis Bawah Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Putra SMP Negeri 19 Palembang”. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui pengaruh Latihan Bola Gantung Terhadap Ketepatan Servis Bawah Dalam Permainan Sepak Takraw Pada Kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Putra SMP Negeri 19 Palembang. Jenis penelitian ini eksperimen Murni. Populasi dalam penelitian ini seluruh siswa putra ekstrakurikuler sepak takraw SMP Negeri 19 Palembang., dengan jumlah Populasi sebanyak 60 orang siswa yang di bagi menjadi 2 kelompok dengan menggunakan teknik ordinal pairing yaitu 30 siswa sebagai kelompok eksperimen diberi perlakuan dan 30 siswa sebagai kelompok kontrol tidak di beri perlakuan. Teknik analisa data menggunakan uji statistik normalitas sampel, uji statistik homogenitas sampel dan uji t. Kesimpulan dari hasil penelitian ini pada kelompok eksperimen, latihan bola gantung berpengaruh signifikan terhadap ketepatan servis bawah pada siswa putra ekstrakurikuler sepak takraw SMP Negeri 19 Palembang. Dan hasil uji hipotesis dengan menggunakan uji t dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$ dan taraf kepercayaan $95\% = 1,771$ di peroleh nilai t_{hitung} sebesar 41,5 jadi $41,5 > 1,771$ Dari hasil diatas maka dapat disimpulkan bahwa latihan bola gantung dapat mempengaruhi ketepatan servis bawah dalam permainan sepak takraw pada kegiatan ekstrakurikuler siswa putra SMP Negeri 19 Palembang.

Kata kunci: Sepak Takraw, Latihan Bola Gantung dan Ketepatan Servis Bawah.

Disetujui,

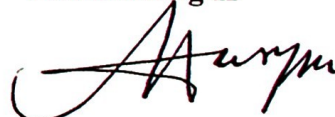
Pembimbing I



Dr. Yosef Barus, M.A

NIP.196203231988031005

Pembimbing II



Dra. Marsiyem, M.Kes

NIP.195312121982032001

Disahkan,

Ketua Pelaksana FKIP Kampus Palembang



NIP.195508101983031005



BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sepak takraw merupakan salah satu olahraga populer yang sangat digemari oleh masyarakat di berbagai daerah di Indonesia, antara lain Sumatera, Sulawesi, dan Kalimantan. Khususnya di daerah Sulawesi Selatan, sepak raga disebut meraga/maddaga dalam bahasa Bugis yang diambil dari kata si raga-raga yang berarti saling menghibur. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Armelia (2008 : 1) sepak takraw adalah salah satu permainan yang ada di dalam masyarakat yang dimainkan untuk mengisi waktu luang. Permainan sepak takraw juga merupakan salah satu acara yang selalu diadakan pada saat upacara-upacara resmi kerajaan seperti pelantikan seorang raja, pesta keramaian keluarga, pesta panen, serta untuk menyambut tamu-tamu agung.

Menurut Iyakrus (2009 : 2) sepak takraw adalah suatu permainan yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan. Dimainkan di atas lapangan yang berukuran 44 kaki (13,40 m) panjang, dan 20 kaki (6,10 m) lebar. Di tengah-tengah dibatasi oleh jaring/net seperti permainan bola voli. Permainan terdiri dari dua pihak yang berhadapan, masing-masing terdiri dari 3 (tiga) orang. Dalam permainan ini yang digunakan terutama kaki. Tujuan setiap pihak adalah mengembalikan bola sedemikian rupa sehingga dapat jatuh dilapangan lawan.

Kemampuan yang sangat penting dan sangat perlu dalam bermain sepak takraw adalah kemampuan dasar bermain sepak takraw. Bila seseorang tidak mempunyai kemampuan itu tidak akan bisa bermain sepak takraw dengan baik. Kemampuan yang dimaksud adalah menyepak dengan menggunakan kaki bagian dalam, memainkan bola dengan kepala (main

kepala) memainkan bola dengan dada, memainkan bola dengan paha, dan memainkan bola dengan bahu (Ratinus Darwis, 1992 : 15).

Dalam permainan sepak takraw sepak mula atau servis adalah sepakan yang dilakukan oleh tekong ke arah lapangan lawan sebagai cara memulai permainan. Sepak mula atau servis merupakan cara kerja yang penting dalam sepak takraw, karena poin atau angka dapat diperoleh regu yang melakukan servis. Kegagalan atau kesalahan dalam sepak mula atau servis itu berarti hilangnya kesempatan bagi regu itu mendapatkan angka atau poin. Sebaliknya memberi peluang kepada pihak lawan untuk membuat angka.

Sepak mula atau servis terdiri dari dua jenis yaitu, servis bawah dan servis atas. Servis bawah adalah berdiri dengan salah satu kaki berada didalam lingkaran sebagai tumpuan dan kaki lainnya berada di samping belakang badan sebagai awalan (Iyakrus, 2009 : 34).

Selain itu servis bawah menurut (Ratinus Darwis, 1992 : 62) yaitu berdiri ditempat (lingkaran) servis satu kaki di dalam lingkaran dan satu lagi kaki diluar lingkaran, tangan kiri menunjukkan jalannya bola yang akan dilambungkan oleh apit sesuai dengan permintaan tekong, bola ditendang ketika ketinggiannya kira-kira setinggi lutut, setelah bola disepak badan digerakkan mengikuti lanjutan gerak kaki sepak untuk menjaga keseimbangan. Untuk melakukan gerakan servis yang baik ditentukan dengan ketepatan atau perkenaan bola dengan kaki bagian dalam.

Berdasarkan pengamatan peneliti dalam pertandingan POPDA tingkat SMP sederajat di SMP Negeri 19 Palembang, masih banyak yang mengalami kesulitan, khususnya teknik dasar dalam permainan sepak takraw, yaitu ketepatan atau perkenaan bola pada saat melakukan servis. Dimana anak-anak tersebut mengalami kesulitan untuk melakukan servis dengan benar. Diperkirakan 50% siswa mengalami kesulitan dalam melakukan servis. Untuk

itu perlu adanya pengenalan dan pembinaan cabang olahraga sepak takraw di SMP Negeri 19 Palembang.

Berdasarkan uraian diatas masalah inilah yang mendorong peneliti sebagai seorang pecinta dan pemain sepak takraw untuk melakukan penelitian dengan memilih bentuk latihan yang dapat mempengaruhi ketepatan pada saat melakukan servis. Bentuk latihan tersebut adalah latihan bola gantung.

Bola gantung adalah bola yang digantung dengan seutas tali yang diikat pada ujung tiang yang berporos dengan ketinggian bola sesuai dengan jangkauan pemain (Chik, 1996 : 45).

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh latihan bola gantung terhadap ketepatan servis bawah dalam permainan sepak takraw pada kegiatan ekstrakurikuler siswa putra SMP Negeri 19 Palembang”.

1.2 Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada di atas tidak semuanya dijadikan masalah penelitian. Oleh karena itu, hanya dibatasi untuk melihat pengaruh latihan bola gantung terhadap ketepatan servis bawah dalam permainan sepak takraw pada kegiatan ekstrakurikuler Siswa Putra SMP Negeri 19 Palembang.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat pengaruh latihan bola gantung terhadap ketepatan servis bawah dalam permainan sepak takraw pada kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Putra SMP Negeri 19 Palembang ?”

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan bola gantung terhadap ketepatan servis bawah dalam permainan sepak takraw pada kegiatan Ekstrakurikuler Siswa Putra SMP Negeri 19 Palembang.

1.5 Manfaat Penelitian

Peneliti berharap hasil penelitian ini dapat memberikan manfaat, yakni sebagai :

1. Bahan masukan yang diharapkan dapat berguna dan bermanfaat bagi guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
2. Dapat dijadikan sumber informasi yang bersifat ilmiah bagi penelitian selanjutnya.
3. Dapat berguna bagi pelatih, serta dapat bermanfaat bagi teman-teman olahraga khususnya pada cabang olahraga sepak takraw.

DAFTAR PUSTAKA

- Adenan, Ihamsyah. (2010). *Diktat Statistik*. Palembang : Universitas PGRI Palembang.
- Arikunto, Suharsimi. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT Asdi Mahasatya.
- Darwis, Ratinus. (1992). *Olahraga Pilihan Sepak Takraw*. Padang :Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- F, Armelia. (2008). *Bermain Sepak Takraw*. Semarang : PT Aneka Ilmu.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta : C.V Tambak Utama.
- Iyakrus.(2009). *Permainan Sepak Takraw*. Palembang : Universitas Sriwijaya.
- KhalimChik, Hj Daud. (1996). *Manual Latihan Sepak Takraw*. Malaysia : Perpustakaan Negara Malaysia.
- Latipun.(2004). *Psikologi Eksperimen*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang.
- Lutan, Rusli.(2000). *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Makassar : Universitas Negeri Makassar.
- Mohamad, Ahmad wafi.(1991). *Sepak Takraw*. Malaysia : Fajar Bakti Sdn. Bhd.
- Nurhasan.(2001). *Tes Dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta : Direktorat Jenderal Olahraga
- Riduwan.(2010). *Metode dan Teknik Menyusun Tesis*. Bandung : Alfabeta.
- Sudjana.(2005). *Metoda Statistika*. Bandung : Tarsito.
- Sugiyono.(1994). *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta.
- Tim Pengajar Sepak Takraw. (2007). *Sepak Takraw*. Makassar : Universitas Negeri Makassar.