

Analisis Perolehan Angka dalam Permainan Olahraga Sepaktakraw

Abdul Aziz Hakim*

ABSTRACT

The purpose of this study is to find know about, how to get points in Sepaktakraw. Also, survey method used on this study with data obtained by check list observations as the instrument. Twenty eight regu that play within fourth teen game on Kejurda Jawa Timur 2006 became objects on this study. Each player in every regu that used what ever technique to get a point to win the game, observed by a person observer. Therefore, needed six persons of observer to observed a match. The results of this study shown that greatest number of percentage of point that obtained is sepakmula 27,57%, then kedeng smash by right apit 0,06% and left apit 4,38 %, rolling smash by right apit 10,54% and left apit 6,56%, by right apit 4,98% and left apit 3,14%.

Keywords: Points, Sepak Mula, Smash Kedeng, Smash Rolling, and Block

PENDAHULUAN

Salah satu tolak ukur perkembangan suatu cabang olahraga di daerah adalah prestasi yang di raih dalam kejuaraan-kejuaraan nasional yang diikutinya (www.kompas.com). Terutama kejuaraan nasional yang selama ini menjadi ajang persaingan prestasi cabang-cabang olahraga propinsi adalah Pekan Olahraga Nasional (PON). Sebagai salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan dalam Pekan Olahraga Nasional (PON), prestasi Sepaktakraw khususnya Jawa Timur juga dapat dilihat dari prestasi yang telah diperolehnya selama ini. Untuk itu perlu dilakukan review terhadap data prestasi yang ada untuk memperbaiki dan meningkatkan prestasi di pertandingan-pertandingan nasional berikutnya. Dalam sejarah Pekan Olahraga Nasional sejak PON tahun 1989 sampai PON XVI di Sumatera Selatan, Tim Sepaktakraw Jawa Timur belum pernah meraih peringkat 1 atau memperoleh medali emas, bahkan dalam data hasil pelaksanaan 2 PON terakhir yaitu PON XV di Jawa Timur dan PON XVI di Sumatera Selatan, terjadi kecenderungan penurunan prestasi. Pada PON XV, Tim Sepaktakraw Jawa Timur Meraih Medali Perak dan 1 Perunggu, sedangkan pada PON XVI, Jawa Timur mendapatkan hanya 1 medali perunggu saja dari cabang olahraga ini.

Walaupun banyak yang dapat berpengaruh terhadap penurunan prestasi tersebut, tetapi perlu juga kita cari upaya yang mungkin dapat dilakukan untuk perbaikan prestasi.

Salah satu yang menjadi perhatian disini adalah system penghitungan angka. Pada PON XV, angka per set atau satu kali game adalah 15 (www.takraw-world.com). Itupun, angka diperoleh hanya jika regu yang melakukan sepak mula (*service*) dapat mematikan permainan lawan sehingga regu yang menerima sepak mula tidak dapat memainkan bola, baik karena suatu serangan pihak penyepak mula atau karena kesalahan sendiri dalam regu tersebut. Akan tetapi sebaliknya, jika regu penyepak mula yang tidak bisa memainkan bola baik karena serangan pihak penerima sepak mula atau karena kesalahan regu tersebut, maka angka tidak diperoleh oleh kedua pihak baik penyepak mula maupun penerima sepak mula melainkan kesempatan sepak mula dan kesempatan memperoleh angka diberikan kepada pihak yang semula menjadi penerima sepak mula).

Sedangkan pada PON XVI di Sumatera Selatan, sistem penghitungan angka yang digunakan mengacu pada peraturan Internasional yang ditetapkan oleh International Sepak Takraw Federation (ISTAF) di Bangkok pada 16 Pebruari 2002. Yaitu, penghitungan angka tiap set atau satu kali game adalah 21 dengan maksimal angka bila terjadi deuce sebesar 25 dan bersifat rally point (www.ISTAF.com). Dengan sifat rally point ini, siapapun regu yang melakukan sepak mula, kemungkinan atau kesempatan untuk memperoleh angka dimiliki oleh kedua regu yang sedang bertanding, baik yang melakukan sepak mula atau penerima sepak mula. Dampak dari perubahan system penghitungan ini jelas sekali pada waktu yang diperlukan dalam menyelesaikan satu set pertandingan menjadi semakin pendek. Hal itu disebabkan oleh, setiap gagalnya bola dimainkan oleh salah satu dari kedua regu baik penerima atau penyepak mula, akan membuat pihak lawan regu yang gagal memainkan bola mendapatkan angka, dan angka akan terus bertambah sampai salah satu regu dinyatakan sebagai pemenang dalam set tersebut.

Teknik yang sering digunakan untuk memperoleh angka ketika bermain sangat bervariasi. Ketika sistem penghitungan angka yang lama digunakan, smash merupakan teknik serangan yang menjadi andalan tiap regu untuk mematikan permainan lawan dan memperoleh angka. Akan tetapi dengan penghitungan system rally point, menyebabkan para pemain dan pelatih sadar bahwa setiap teknik yang dapat mematikan lawan adalah kesempatan angka bagi suatu regu tersebut. Dengan demikian, sepakmula menjadi sangat diperhitungkan, dan sudah menjadi suatu bagian dari pola penyerangan (Hakim,

2004). Bahkan blok, selain digunakan untuk teknik bertahan dari smash regu lawan, sekarang juga menjadi bagian dari sistem penyerangan, karena jika blok itu berhasil menghadang dan mematikan serangan lawan berarti angka didapatkannya. Oleh karena itu, teknik sepakmula, smash baik kedeng maupun rolling, dan blok harus benar-benar diperhatikan dan dilatih dengan baik agar upaya maksimal regu tersebut untuk memenangkan suatu pertandingan semakin baik (Hakim, 2006).

Fenomena ini, menjadi pembahasan yang akan dipecahkan melalui penelitian ini. Bagaimana angka diperoleh dalam permainan sepaktakraw dengan sistem penghitungan rally point akan dicari jawabannya. Sehingga dengan mengetahui asal atau penyebab diperolehnya angka oleh suatu regu dalam permainan sepak takraw sebagai suatu kondisi sebenarnya dilapangan, dapat dijadikan dasar untuk menentukan konsentrasi latihan sehingga latihan yang dilakukan menjadi lebih efektif dan efisien. Perlu disadari pula bahwa program latihan yang disusun hendaklah didasarkan pada kondisi pertandingan yang sebenarnya (Bompa, 1999).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survey yang bersifat eksploratif, dimana survey dilakukan untuk mengeksplorasi suatu keadaan pertandingan untuk pengembangan prestasi olahraga sepaktakraw. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini berupa lembar pengamatan (*check list observation*). Lembar pengamatan untuk tiap posisi pemain berbeda-beda itemnya sehingga aktivitas yang amati pada tiap posisi pemain dicatat sesuai dengan lembar pengamatan masing-masing posisi yang telah tersedia. Dengan demikian dalam satu pertandingan antara 2 regu diperlukan 6 lembar pengamatan dan untuk meningkatkan keakuratan pencatatan hasil amatan juga disediakan 6 orang pengamat. Dengan jumlah pengamat sebanyak 36 orang yang telah dilatih selama dua hari melalui latihan dan praktik untuk meminimalisir kesalahan pengamatan. Data yang diperoleh akan dianalisis dengan menggunakan teknik persentase (Singarimbun, 1998). Penelitian ini Kejuaraan Daerah Sepaktakraw Jawa Timur yang diselenggarakan di GOR Remaja Surabaya tanggal 28 sampai dengan 30 April 2006. Setelah dilakukan pemilihan secara acak diperoleh 14 pertandingan yang semuanya regu putra dengan jumlah 28 regu.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Angka Total

Berdasarkan data yang diperoleh dari 18 regu yang telah bertanding dalam 14 pertandingan, maka angka yang telah didapat oleh masing-masing regu tersebut adalah sebagai berikut dalam table 1. Total perolehan angka masing-masing regu merupakan jumlah keseluruhan angka dari satu kali pertandingan diantara dua regu, sampai salah satu regu dinyatakan memenangkan dan regu yang lainnya kalah dalam pertandingan tersebut. Dengan begitu, ada regu yang menyelesaikan pertandingan dengan 2 set bahkan ada juga yang 3 set. Regu dengan nama yang disimbolkan angka ganjil adalah lawan dari regu yang disimbolkan dengan nama genap urutan dibawahnya dan tanda bintang satu (*) berarti regu tersebut kalah, sedangkan tanda bintang dua (***) adalah regu yang menang.

Tabel 1. Total angka yang diperoleh masing-masing regu dalam pertandingannya

| Nama Regu Bertanding | Total Perolehan Angka | Persentase Total |
|-----------------------------|------------------------------|-------------------------|
| 1* | 36 | 100 |
| 2** | 42 | 100 |
| 3** | 42 | 100 |
| 4* | 12 | 100 |
| 5** | 42 | 100 |
| 6* | 30 | 100 |
| 7** | 42 | 100 |
| 8* | 28 | 100 |
| 9** | 42 | 100 |
| 10* | 18 | 100 |
| 11** | 42 | 100 |
| 12* | 22 | 100 |
| 13** | 42 | 100 |
| 14* | 28 | 100 |
| 15* | 30 | 100 |
| 16** | 42 | 100 |
| 17** | 54 | 100 |
| 18* | 55 | 100 |
| 19** | 42 | 100 |
| 20* | 26 | 100 |

| | | |
|--------|------|-----|
| 21** | 50 | 100 |
| 22* | 48 | 100 |
| 23** | 49 | 100 |
| 24* | 42 | 100 |
| 25* | 50 | 100 |
| 26** | 55 | 100 |
| 27* | 24 | 100 |
| 28** | 42 | 100 |
| Jumlah | 1077 | |

Keterangan: **) Menang, *) Kalah

2. Angka yang diperoleh dari Smash Kedeng dan Rolling

Sebagaimana yang dijelaskan sebelumnya bahwa teknik smash baik kedeng maupun rolling merupakan teknik yang sering digunakan untuk menyerang dan mematikan permainan lawan. Walaupun tidak semua smash kedeng dan rolling yang berhasil mematikan lawan atau bahkan gagal sehingga membuat lawan mendapatkan angka. Data yang direkam disini adalah smash kedeng dan rolling yang hanya menciptakan angka bagi regunya dengan kata lain smash yang gagal dalam memperoleh angka tidak dimasukkan dalam data berikut pada tabel 2.

Tabel 2. Angka yang diperoleh dari teknik smash kedeng dan rolling

| Nama Regu Bertanding | Smash Kedeng | | | | Smash Roll | | | |
|----------------------------|--------------|-------|----------|-------|------------|-------|----------|-------|
| | A. Kiri | | A. Kanan | | A. Kiri | | A. Kanan | |
| | Jmlh | % | Jmlh | % | Jmlh | % | Jmlh | % |
| 1* | 3 | 8.333 | 3 | 8.333 | | 0 | | 0 |
| 2** | | 0 | 7 | 16.67 | 1 | 2.381 | 6 | 14.29 |
| 3** | | 0 | | 0 | 6 | 14.29 | | 0 |
| 4* | | 0 | | 0 | 1 | 8.333 | | 0 |
| 5** | 2 | 4.762 | 2 | 4.762 | | 0 | 8 | 19.05 |
| 6* | | 0 | 1 | 3.333 | | 0 | | 0 |
| 7** | | 0 | 15 | 35.71 | 3 | 7.143 | | 0 |
| 8* | 3 | 10.71 | 1 | 3.571 | 2 | 7.143 | 1 | 3.571 |
| 9** | 1 | 2.381 | 2 | 4.762 | | 0 | 8 | 19.05 |
| 10* | | 0 | 2 | 11.11 | | 0 | 1 | 5.556 |
| 11** | | 0 | 8 | 19.05 | | 0 | 10 | 23.81 |
| 12* | | 0 | 2 | 9.091 | | 0 | | 0 |
| 13** | | 0 | 10 | 23.81 | | 0 | 1 | 2.381 |
| 14* | | 0 | 5 | 17.86 | | 0 | 1 | 3.571 |
| 15* | 6 | 20 | 3 | 10 | 5 | 16.67 | 2 | 6.667 |

| | | | | | | | | |
|--------|----|-------|-----|-------|----|-------|-----|-------|
| 16** | 4 | 9.524 | | 0 | 13 | 30.95 | 2 | 4.762 |
| 17** | 2 | 3.704 | 3 | 5.556 | 1 | 1.852 | 16 | 29.63 |
| 18* | 2 | 3.636 | 8 | 14.55 | 6 | 10.91 | 12 | 21.82 |
| 19** | 3 | 7.143 | 10 | 23.81 | | 0 | 10 | 23.81 |
| 20* | | 0 | | 0 | | 0 | | 0 |
| 21** | 1 | 2 | | 0 | 11 | 22 | | 0 |
| 22* | 3 | 6.25 | 8 | 16.67 | | 0 | 16 | 33.33 |
| 23** | 5 | 10.2 | 3 | 6.122 | 5 | 10.2 | 12 | 24.49 |
| 24* | 4 | 9.524 | 1 | 2.381 | 13 | 30.95 | 2 | 4.762 |
| 25* | 4 | 8 | 10 | 20 | 4 | 8 | 10 | 20 |
| 26** | 9 | 16.36 | 5 | 9.091 | 7 | 12.73 | 5 | 9.091 |
| 27* | | 0 | 2 | 8.333 | | 0 | 1 | 4.167 |
| 28** | | 0 | 3 | 7.143 | | 0 | 9 | 21.43 |
| Jumlah | 52 | | 114 | | 78 | | 133 | |

3. Angka yang diperoleh dari teknik Sepak Mula dan Blok

Dengan perubahan system penghitungan angka rally poin, kembali ditegaskan disini bahwa teknik sepakmula juga berperan penting dalam kesuksesan suatu regu dalam memperoleh angka. Kegagalan melakukan sepak mula merupakan angka bagi regu lawan, oleh karena itu teknik ini harus benar-benar menjadi perhatian pelatih sehingga kesempatan memperoleh angka melalui teknik sepak mula menjadi semakin besar. Demikian pula dengan teknik blok, semula hanya menjadi teknik bertahan saja. Namun, dengan perubahan system penghitungan angka sekarang, blok yang baik tidak hanya menjadi pertahanan yang kuat bagi suatu regu tetapi juga bisa menghasilkan angka bila blok tersebut berhasil menggalkan serangan dari smash lawan. Berikut ini adalah data yang sepak mula dan blok masing-masing regu yang berhasil menciptakan angka bagi regunya.

Table 3. Angka yang diperoleh dari teknik sepak mula, blok dan kesalahan lawan

| Nama Regu | Sepak Mula | | Block | | | | Kesalahan Lawan | |
|------------|------------|-------|---------|-------|----------|-------|-----------------|-------|
| | | | A. Kiri | | A. Kanan | | | |
| Bertanding | Jumlah | % | Jumlah | % | Jumlah | % | Jumlah | % |
| 1* | 17 | 47.22 | 1 | 2.778 | 1 | 2.778 | 11 | 30.56 |
| 2** | 7 | 16.67 | | 0 | 10 | 23.81 | 11 | 26.19 |
| 3** | 29 | 69.05 | | 0 | | 0 | 7 | 16.67 |
| 4* | 4 | 33.33 | | 0 | | 0 | 7 | 58.33 |
| 5** | 8 | 19.05 | | 0 | 1 | 2.381 | 21 | 50 |
| 6* | 14 | 46.67 | 1 | 3.333 | | 0 | 14 | 46.67 |
| 7** | 6 | 14.29 | | 0 | | 0 | 18 | 42.86 |
| 8* | 4 | 14.29 | 5 | 17.86 | | 0 | 12 | 42.86 |

| | | | | | | | | |
|--------|-----|-------|----|-------|----|-------|-----|-------|
| 9** | 3 | 7.143 | | 0 | | 0 | 28 | 66.67 |
| 10* | 3 | 16.67 | | 0 | | 0 | 12 | 66.67 |
| 11** | 15 | 35.71 | | 0 | 6 | 14.29 | 3 | 7.143 |
| 12* | 11 | 50 | | 0 | 6 | 27.27 | 3 | 13.64 |
| 13** | 15 | 35.71 | | 0 | | 0 | 16 | 38.1 |
| 14* | 12 | 42.86 | | 0 | | 0 | 10 | 35.71 |
| 15* | 8 | 26.67 | 3 | 10 | 1 | 3.333 | 2 | 6.667 |
| 16** | 9 | 21.43 | 6 | 14.29 | 1 | 2.381 | 7 | 16.67 |
| 17** | 11 | 20.37 | | 0 | 6 | 11.11 | 15 | 27.78 |
| 18* | 15 | 27.27 | 1 | 1.818 | 6 | 10.91 | 5 | 9.091 |
| 19** | 12 | 28.57 | | 0 | | 0 | 7 | 16.67 |
| 20* | 8 | 30.77 | 2 | 7.692 | | 0 | 16 | 61.54 |
| 21** | 3 | 6 | 2 | 4 | 4 | 8 | 29 | 58 |
| 22* | 4 | 8.333 | 1 | 2.083 | 4 | 8.333 | 12 | 25 |
| 23** | 7 | 14.29 | 3 | 6.122 | 1 | 2.041 | 13 | 26.53 |
| 24* | 9 | 21.43 | 6 | 14.29 | 1 | 2.381 | 6 | 14.29 |
| 25* | 20 | 40 | | 0 | | 0 | 2 | 4 |
| 26** | 24 | 43.64 | 2 | 3.636 | 2 | 3.636 | 1 | 1.818 |
| 27* | 2 | 8.333 | | 0 | 4 | 16.67 | 15 | 62.5 |
| 28** | 11 | 26.19 | | 0 | | 0 | 19 | 45.24 |
| Jumlah | 291 | | 33 | | 54 | | 322 | |

Berdasarkan data-data di atas, maka setelah dilakukan penghitungan rata-rata perolehan angka dari tiap-tiap teknik yang dilakukan oleh masing-masing posisi dalam permainan sepak takraw adalah sebagai berikut:

Tabel 4. Rata-rata persentase perolehan angka dari masing-masing teknik, tiap posisi dalam permainan Sepaktakraw

| | Sepak Mula | Smash Kedeng | | Smash Roll | | Block | | Kesalahan Lawan | Persentase Total |
|--------------------|------------|--------------|----------|------------|----------|---------|----------|-----------------|------------------|
| | | A. Kiri | A. Kanan | A. Kiri | A. Kanan | A. Kiri | A. Kanan | | |
| Rata-rata % | 27.569 | 4.376 | 10.061 | 6.56 | 10.5438 | 3.14 | 4.9757 | 32.7796 | 100 |
| Min | 6 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 | 1.818182 | |
| Max | 69.048 | 20 | 35.714 | 31 | 33.3333 | 17.9 | 27.273 | 66.66667 | |

B. Pembahasan

Berdasarkan penghitungan data yang telah dilakukan di atas, yaitu perolehan angka yang didapat dari teknik smash kedeng, smash rolling, blok, Sepak Mula, dan kesalahan lawan oleh tiap-tiap regu sangat beragam. Keragaman ini menunjukkan perbedaan kemampuan teknik bermain yang dimiliki tiap regu yang bertanding dalam

Kejuaraan tersebut. Teknik bermain yang dimiliki suatu regu semakin baik dapat dilihat dari keproduktifan teknik tersebut dalam memperoleh angka untuk regunya. Sebaliknya jika, semakin banyak kesalahan dalam penggunaan teknik bermain yang dilakukan dalam pertandingan, sehingga banyak lawan mendapatkan keuntungan angka karenanya. Maka, regu tersebut cenderung memiliki teknik bermain yang kurang baik bila dibandingkan lawannya.

Berdasarkan tabel 4 di atas, rata-rata persentase dari terbesar dari penyebab diperolehnya angka oleh suatu regu adalah kesalahan lawan dengan besar 32,78%. Ini menunjukkan penguasaan teknik bermain yang masih sangat besar pada beberapa regu yang bertanding dalam kejuaraan tersebut. Kesalahan yang dilakukan saat bermain atau gagal dalam memainkan bola yang dilakukan oleh suatu regu menyebabkan angka oleh lawannya. Kondisi seperti ini perlu segera di sadari oleh para pelatih untuk meningkatkan kemampuan teknik bermain secara umum sehingga kesalahan-kesalahan sendiri yang menyebabkan kuntungan lawan, dapat diminimalisir. Teknik bermain tersebut meliputi teknik sepak sila, mengumpan, menerima bola pertama, smash, sepak mula, blok, penguasaan lapangan serta kekompakan regu dalam mengantisipasi pengambilan bola pada tempat tertentu, karena tidak jarang bola menjadi rebutan dalam satu regu karena tidak adanya koordinasi yang baik antar anggota regu hingga bola gagal dimainkan.

Penyumbang teknik terbesar kedua adalah sepak mula sebesar 27,57%. Perubahan sistem penghitungan angka menjadi rally point telah menggeser kedudukan sepakmula yang semula hanya sebagai permulaan dalam memulai suatu permainan sepak takraw sekarang sudah menjadi bagian dari pola penyerangan dalam upaya memperoleh angka. Kenyataan seperti ini, hendaknya menjadikan pelatih menjadi lebih sadar untuk sangat memperhatikan teknik sepak mula dan tekong (pemain yang melakukan sepak mula) yang benar-benar berkualitas baik fisik maupun fisiologis. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sofyan Hanif, Dkk. 2005, menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara panjang tungkai dengan ketepatan melakukan servis. Dengan demikian, karakter fisik tekong ideal adalah yang bertubuh tinggi. Tekong tertinggi yang pernah tercatat sebagai pemain Sepaktakraw Jawa Timur adalah 186 cm atas nama Yurito. Selain fisik, karakter fisiologis tekong ideal memiliki fleksibilitas yang bagus,

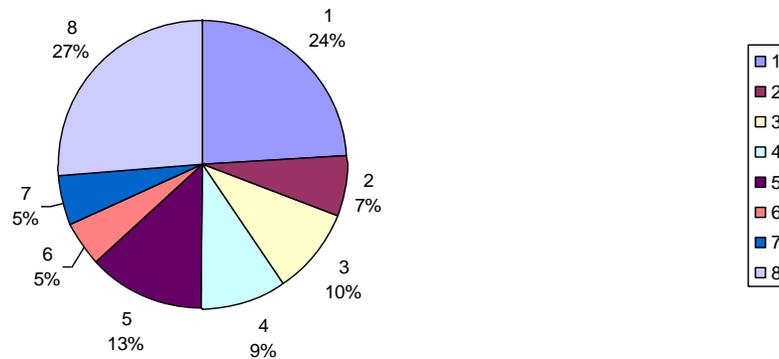
kecepatan gerak yang bagus, kecepatan reaksi yang bagus, dan memiliki daya tahan anaerobik yang baik.

Berikutnya adalah smash rolling, baik yang dilakukan oleh apit kanan maupun oleh apit kiri. Angka yang disumbangkan smash rolling oleh apit kanan sebesar 10,54%, sedangkan untuk api kiri sebesar 6,56%. Ini berarti bahwa dalam pertandingan pada kejuaraan tersebut banyak regu melakukan serangan smash rolling dari apit kanan dari pada apit kiri. Namun demikian perbedaan nilai persentase yang terjadi disini bukan berarti smash rolling yang dilakukan dari apit kanan lebih efektif dalam memperoleh angka dari pada dari apit kiri. Untuk menunjukkan keefektifan tersebut, perlu penelitian lagi lagi melalui suatu percobaan-percobaan dimana posisi pemain yang melakukan smash rolling dimanipulasikan.

Sebagaimana smash rolling, smash kedeng yang banyak menyumbangkan angka adalah yang dilakukan oleh pemain apit kanan 10,06% dari pada apit kiri 4,38 %. Lebih berhasilnya pemain apit kanan dalam melakukan smash kedeng ini terkait dengan gerakan smash kedeng yang memang mendukung jika dilakukan pada posisi pemain pada apit kanan.

Blok merupakan penyumbang angka dengan persentase terkecil dibandingkan dengan teknik-teknik yang lainnya, yaitu blok oleh apit kanan sebesar 4,98% dan apit kiri 3,14%. Dengan demikian blok sekarang sudah menjadi salah satu bagian dari strategi untuk memperoleh angka. Regu dengan pemain yang memiliki keterampilan blok yang bagus dan rapat menjadi satu keharusan jika lawan memiliki keterampilan smash yang bagus. Karena dengan blok yang bisa menahan bola sekaligus mampu mematikan permainan lawan, akan menghasilkan angka bagi regu yang melakukan blok. Untuk itu, strategi dalam menurunkan pemain dalam suatu pertandingan perlu juga menjadi perhatian pelatih, dan pelatih harus tanggap dengan kemampuan lawan agar bisa menempatkan pemain dengan benar.

Darimana Angka Dalam Sepaktakraw diperoleh



Gambar 1. Grafik secara keseluruhan perolehan angka dalam sepak takraw

Keterangan: 1 = Sepak mula, 2 dan 3 = Smash kedeng, 4 dan 5 = Smash Rolling, 6 dan 7 = Blok, dan 8 = Kesalahan oleh pihak lawan (*freepoint*).

Untuk hasil yang lebih baik lagi, perlu diadakan penelitian serupa dengan sampel pertandingan berbeda, yaitu pertandingan tingkat nasional bahkan internasional dimana regu-regu yang bertanding memiliki keterampilan teknik bermain yang lebih baik lagi, kemungkinan dengan semakin baiknya penguasaan teknik oleh regu-regu yang bertanding, maka persentase sumbangan perolehan angka sebagai akibat kesalahan sendiri yang dilakukan lawan (*free point*) akan semakin kecil. Dan teknik-teknik bermain yang menjadi penyumbang angka terbesar, mapun terkecil akan semakin tampak jelas.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil pengitungan data dan pembahasan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa penyumbang terbesar perolehan angka dalam suatu pertandingan sepak takraw adalah kesalahan diri sendiri yang dialami oleh regu lawan dengan jumlah 32,78%. Sedangkan teknik bermain yang digunakan saat bertanding menyumbangkan masing masing yaitu teknik sepak mula 27,57%, teknik smash kedeng oleh apit kanan 10,06% dan apit kiri 4,38 %, smash rolling oleh apit kanan 10,54% dan apit kiri 6,56%, blok oleh apit kanan 4,98% dan oleh apit kiri 3,14%.

Dengan hasil seperti tersebut di atas, pelatih dapat menentukan prioritas atas teknik bermain yang mana yang harus dikuasai dan dimiliki dengan baik oleh suatu regu untuk mencapai kemenangan dalam suatu pertandingan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bompa, T.O. 1999. *Periodization: Theory and Methodology of Training*. Champaign, IL: Human Kinetics
- Darwis, R dan Basa, P. 1992. *Olahraga Pilihan Sepak Takraw*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. Ditjen Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Pendidikan.
- Hakim, A. Aziz. 2006. Sepak Takraw: diktat kuliah sepak takraw.
- Hakim, A. Aziz. 2004. *Kajian Pendahuluan Tentang Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Tes Sepak Mula Cabang Olahraga Sepaktakraw*. (Skripsi : tidak dipublikasikan).
- Hanif, Sofyan., dkk. 2005. Hubungan Antara Panjang Tungkai dan Daya Tahan Otot Perut Dengan Ketepatan Servis Dalam Permainan Sepaktakraw Pada Siswa SLTP 143 Cilincing. *Coach Jurnal Ilmu Kepeleatihan*, 4 (1): 24-40.
- ISTAF. 2002. Rules Of The Game Sepak Takraw, retrieved from <http://www.ISTAF.com>
- Lutan, Rusli. 2006. Tantangan Perkembangan Olahraga Indonesia, retrieved from <http://www.kompas.com>
- Persetasi, 1999. *Mari Bermain Sepak Takraw*. Jakarta: Persatuan Sepak Takraw Seluruh Indonesia.
- Rules Of The Game Sepak Takraw, retrieved from <http://www.takraw-world.com>
- Singarimbun, M. 1995. *Metode Penelitian Survey*. Jakarta: Lembaga Penelitian Pendidikan dan Penerangan Ekonomi dan Sosial.