



PENINGKATAN KETERAMPILAN SEPAK KUDA DALAM PERMAINAN SEPAK TAKRAW MELALUI PENDEKATAN BERMAIN BOLA PANTUL PADA SISWA KELAS V SEKOLAH DASAR

M Fainel Cholison¹, Puspodari¹, Septiyaning Lusianti¹, Susilaturochaman Hendrawan Koestanto¹

¹ Universitas Nusantara PGRI Kediri, Indonesia

e-mail : mfainelcholison@gmail.com¹, puspodari@unpkediri.ac.id², lusianti@webmail.unpkediri.ac.id³,
susilaturochman@gmail.com

ARTIKEL INFO

Article History :

Tersedia Online, 31-12-2025

Original Artikel

Kata Kunci :

Sepak Takraw; Sepak Kuda;
Pendekatan Bermain; Bola
Pantul; Sekolah Dasar

Keywords :

Sepak Takraw; Sepak Kuda, Play-
Based Approach, Rebound Ball,
Elementary School

Harmoni Pendidikan : Jurnal Inovasi dan
Pembelajaran, by CV. Nusantara Sporta is
licensed under [Attribution-ShareAlike 4.0
International](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

ABSTRAK

Pembelajaran sepak takraw di sekolah dasar masih menghadapi permasalahan rendahnya penguasaan teknik dasar, khususnya keterampilan sepak kuda, yang disebabkan oleh tingkat kesulitan teknik, keterbatasan media pembelajaran, serta rendahnya keberanian dan keaktifan siswa. Penelitian ini bertujuan untuk meningkatkan keterampilan sepak kuda dalam permainan sepak takraw melalui pendekatan bermain bola pantul pada siswa kelas V sekolah dasar. Subjek penelitian adalah 26 siswa kelas V SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2023/2024 yang terdiri atas 14 siswa putri dan 12 siswa putra. Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) model Kemmis dan McTaggart yang dilaksanakan dalam dua siklus. Teknik pengumpulan data menggunakan tes praktik keterampilan sepak kuda dan observasi, sedangkan analisis data dilakukan secara deskriptif kuantitatif dan kualitatif. Hasil penelitian menunjukkan adanya peningkatan keterampilan sepak kuda siswa, ditandai dengan meningkatnya persentase kategori baik dan sangat baik dari 42,31% pada Siklus I menjadi 80,77% pada Siklus II. Dengan demikian, pendekatan bermain bola pantul efektif meningkatkan keterampilan sepak kuda siswa sekolah dasar..

ABSTRACT

Learning sepak takraw in elementary schools still faces the problem of low mastery of basic techniques, particularly the sepak kuda skill, which is caused by the complexity of the technique, limited learning media, and students' low confidence and participation. This study aimed to improve sepak kuda skills in sepak takraw through a rebound ball play approach among fifth-grade elementary school students. The research subjects were 26 fifth-grade students of SDN Ponggok 02, Blitar Regency, in the 2023/2024 academic year, consisting of 14 female and 12 male students. This study employed a Classroom Action Research (CAR) design using the Kemmis and McTaggart model, conducted in two cycles. Data were collected through practical tests of sepak kuda skills and observation, while data analysis was carried out using descriptive quantitative and qualitative techniques. The results showed an improvement in students' sepak kuda skills, indicated by an increase in the percentage of students in the good and very good categories from 42.31% in Cycle I to 80.77% in Cycle II. Therefore, the rebound ball play approach is effective in improving sepak kuda skills of elementary school students.

PENDAHULUAN

Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan (PJOK) di sekolah dasar memiliki peran penting dalam membentuk fondasi keterampilan gerak, kebugaran jasmani, serta sikap positif terhadap aktivitas fisik sejak usia dini. Pembelajaran PJOK yang efektif harus disesuaikan dengan karakteristik perkembangan peserta didik agar proses belajar tidak hanya berorientasi pada hasil, tetapi juga pada pengalaman gerak yang bermakna (Kurniawan & Firdaus, 2020). Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan pembelajaran yang digunakan guru harus mempertimbangkan dunia anak yang identik dengan bermain, bergerak bebas, dan belajar melalui pengalaman langsung.

Salah satu materi permainan yang diajarkan dalam PJOK sekolah dasar adalah sepak takraw. Sepak takraw memiliki potensi besar dalam mengembangkan koordinasi, keseimbangan, kelincahan, serta kekuatan otot tungkai karena seluruh aktivitas permainan dilakukan tanpa menggunakan tangan. Namun demikian, sepak takraw sering dianggap sebagai permainan yang sulit dan kurang sesuai untuk anak sekolah dasar karena membutuhkan penguasaan teknik yang kompleks serta penggunaan bola yang relatif keras (Syafii et al., 2022). Kondisi ini menyebabkan pembelajaran sepak takraw sering kurang optimal atau hanya diperkenalkan secara terbatas di sekolah dasar.

Dalam permainan sepak takraw, penguasaan teknik dasar merupakan prasyarat utama agar permainan dapat berlangsung dengan baik. Salah satu teknik dasar yang sangat penting adalah sepak kuda, yaitu teknik menyepak bola menggunakan punggung kaki yang berfungsi untuk menerima, mengontrol, dan mengarahkan bola. Wulandari dan Nurhadi (2022) menjelaskan bahwa rendahnya penguasaan teknik dasar, termasuk sepak kuda, berdampak pada tidak lancarnya permainan. Hal ini menunjukkan bahwa tanpa penguasaan sepak kuda yang baik, siswa akan kesulitan berpartisipasi aktif dalam permainan sepak takraw.

Fenomena yang sering ditemukan di lapangan menunjukkan bahwa siswa sekolah dasar, khususnya kelas V, masih mengalami kesulitan dalam melakukan teknik sepak kuda. Kesulitan tersebut meliputi ketepatan perkenaan bola, pengaturan timing saat bola datang, serta menjaga keseimbangan tubuh ketika melakukan ayunan kaki. Kondisi ini mengakibatkan bola sering tidak terkontrol dan permainan menjadi terhenti. Hal tersebut mengindikasikan bahwa siswa membutuhkan bentuk latihan yang memberikan kesempatan berulang untuk melakukan perkenaan bola secara aman dan terarah.

Selain faktor teknis, permasalahan pembelajaran sepak takraw juga dipengaruhi oleh aspek psikologis siswa. Banyak siswa merasa takut dan tidak nyaman ketika harus menyepak bola menggunakan kaki, terutama jika bola yang digunakan terasa keras. Sani (2020) menyatakan bahwa rasa tidak nyaman dan takut merupakan salah satu penyebab rendahnya minat siswa terhadap pembelajaran sepak takraw. Situasi ini berdampak pada rendahnya keberanian siswa untuk mencoba, sehingga frekuensi latihan menjadi berkurang dan perkembangan keterampilan terhambat.

Permasalahan tersebut diperparah oleh keterbatasan sarana dan strategi pembelajaran yang digunakan guru di sekolah dasar. Ketersediaan peralatan sepak takraw yang sesuai untuk anak sering kali terbatas, baik dari segi jumlah maupun jenis bola. Syafii et al. (2022) mengungkapkan bahwa kurangnya modifikasi alat dan media pembelajaran menyebabkan siswa kurang tertarik dan merasa kesulitan dalam mengikuti pembelajaran. Hal ini menunjukkan perlunya inovasi pembelajaran yang mampu menyesuaikan alat dan metode dengan kebutuhan siswa.

Upaya untuk mengatasi permasalahan tersebut dapat dilakukan melalui modifikasi media pembelajaran. Penggunaan bola yang lebih lunak dan aman terbukti dapat meningkatkan keberanian dan kenyamanan siswa dalam melakukan teknik dasar sepak takraw. Susanti (2017) menemukan bahwa modifikasi media pembelajaran berpengaruh positif terhadap peningkatan hasil belajar teknik dasar sepak takraw. Dengan demikian, modifikasi alat dapat menjadi solusi untuk mengurangi rasa takut siswa dan meningkatkan partisipasi aktif dalam pembelajaran.

Selain modifikasi alat, pendekatan pembelajaran yang digunakan juga perlu disesuaikan dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Pendekatan bermain dinilai lebih efektif karena memungkinkan siswa belajar melalui aktivitas yang menyenangkan dan tidak menimbulkan tekanan. Kurniawan dan Firdaus (2020) menjelaskan bahwa pendekatan bermain mampu meningkatkan motivasi dan keterlibatan siswa dalam pembelajaran teknik dasar sepak takraw. Hal ini menunjukkan bahwa pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan dapat mendorong siswa untuk lebih aktif dan antusias dalam belajar.

Salah satu bentuk pendekatan bermain yang dapat diterapkan adalah permainan bola pantul. Latihan dengan bola pantul memungkinkan siswa memperoleh bola kembali dengan cepat, sehingga frekuensi sentuhan bola meningkat dan waktu latihan menjadi lebih efektif. Hanafi (2020) menyatakan bahwa latihan berbasis pantulan dapat meningkatkan kemampuan menerima bola dalam permainan sepak takraw. Kondisi ini menunjukkan bahwa metode bola pantul dapat membantu siswa memperbaiki teknik sepak kuda melalui pengulangan gerak yang lebih intensif.

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa metode latihan bounce kick ball berpengaruh signifikan terhadap peningkatan keterampilan menerima bola pertama dalam permainan sepak takraw (Rifqi, 2020). Hal ini mengindikasikan bahwa latihan dengan prinsip pantulan sangat sesuai diterapkan pada siswa sekolah dasar karena memberikan kesempatan latihan yang lebih banyak dan berkelanjutan. Oleh karena itu, penerapan pendekatan bermain bola pantul diharapkan mampu menjadi solusi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan keterampilan sepak kuda siswa.

Berdasarkan permasalahan dan fenomena tersebut, diperlukan suatu pendekatan pembelajaran yang mampu meningkatkan keterampilan sepak kuda secara efektif, aman, dan menyenangkan. Penelitian ini difokuskan pada penerapan pendekatan bermain bola pantul dalam pembelajaran sepak takraw pada siswa kelas V SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2023/2024. Pendekatan ini diharapkan tidak hanya meningkatkan keterampilan teknik sepak kuda, tetapi juga meningkatkan minat, keberanian, dan partisipasi aktif siswa dalam pembelajaran PJOK..

METODE

Penelitian ini menggunakan desain Penelitian Tindakan Kelas (PTK) yang bertujuan meningkatkan keterampilan sepak kuda dalam permainan sepak takraw melalui pendekatan bermain bola pantul. Desain penelitian mengacu pada model Kemmis dan McTaggart yang meliputi tahap perencanaan, pelaksanaan tindakan, observasi, dan refleksi, yang dilaksanakan dalam dua siklus dengan masing-masing siklus terdiri atas dua kali pertemuan. Subjek penelitian adalah seluruh siswa kelas V SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2023/2024 yang berjumlah 26 siswa, terdiri atas 14 siswa putri dan 12 siswa putra, dengan karakteristik siswa yang masih mengalami kesulitan dalam penguasaan teknik sepak kuda. Penelitian dilaksanakan di SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar pada semester genap Tahun Pelajaran 2023/2024 dan disesuaikan dengan jadwal pembelajaran PJOK. Prosedur

penelitian diawali dengan: (1) penyusunan perangkat pembelajaran dan instrumen penelitian, (2) pelaksanaan pembelajaran sepak takraw menggunakan pendekatan bermain bola pantul, di mana siswa melakukan latihan menyepak bola ke arah media pantul dan menerima kembali bola hasil pantulan secara berulang dalam suasana bermain, (3) Penilaian.

Selama pelaksanaan tindakan, dilakukan observasi terhadap aktivitas siswa, keterlibatan dalam pembelajaran, dan keterampilan sepak kuda yang ditampilkan, kemudian dilanjutkan dengan refleksi untuk menentukan perbaikan pada siklus berikutnya. Instrumen penelitian meliputi lembar observasi aktivitas siswa dan guru, tes praktik keterampilan sepak kuda yang dinilai berdasarkan aspek sikap awal, perkenaan bola, ayunan kaki, keseimbangan, dan hasil sepanakan, serta dokumentasi pendukung. Data penelitian dianalisis menggunakan analisis deskriptif kuantitatif dan kualitatif, di mana analisis kuantitatif digunakan untuk menghitung nilai rata-rata dan persentase ketuntasan belajar siswa pada setiap siklus, sedangkan analisis kualitatif digunakan untuk menafsirkan hasil observasi dan refleksi pembelajaran, dengan keberhasilan penelitian ditandai oleh peningkatan hasil belajar dan keaktifan siswa dari siklus ke siklus.

Tabel 1. Instrumen Penilaian

No	Aspek yang Dinilai	Indikator Penilaian	Skor 1	Skor 2	Skor 3	Skor 4
1	Sikap Awal	Posisi tubuh dan kesiapan sebelum menyepak bola	Tidak siap dan posisi salah	Kurang siap	Cukup siap	Siap dan benar
2	Perkenaan Bola	Ketepatan perkenaan bola dengan punggung kaki	Tidak tepat	Kurang tepat	Tepat	Sangat tepat
3	Ayunan Kaki	Keluwersan dan kekuatan ayunan kaki	Tidak sesuai	Kurang sesuai	Sesuai	Sangat sesuai
4	Keseimbangan	Kemampuan menjaga keseimbangan tubuh saat menyepak	Tidak seimbang	Kurang seimbang	Seimbang	Sangat seimbang
5	Hasil Sepakan	Arah dan kontrol bola hasil sepak kuda	Tidak terkontrol	Kurang terkontrol	Terkontrol	Sangat terkontrol

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasar pada proses pembelajaran pada siklus I dan siklus II ditemukan hasil penilaian siswa kelas V yang dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 2. Hasil Penilaian Siklus I

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	0–59	Kurang	8	30,77%
2	60–69	Cukup	7	26,92%
3	70–79	Baik	6	23,08%
4	80–100	Sangat Baik	5	19,23%
Jumlah			26	100%

Pada Siklus I, sebagian besar siswa masih berada pada kategori kurang dan cukup (57,69%), yang menunjukkan bahwa keterampilan sepak kuda siswa belum optimal meskipun

pendekatan bermain bola pantul telah mulai diterapkan. Melihat dari hasil penilaian siklus I maka penelitian ini dilanjutkan pada sk=iklus II yang hasil penilaiannya dapat dilihat sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil Penilaian Siklus II

No	Rentang Nilai	Kategori	Frekuensi (f)	Percentase (%)
1	0–59	Kurang	1	3,85%
2	60–69	Cukup	4	15,38%
3	70–79	Baik	9	34,62%
4	80–100	Sangat Baik	12	46,15%
Jumlah			26	100%

Pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan, di mana sebagian besar siswa berada pada kategori baik dan sangat baik (80,77%). Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain bola pantul efektif dalam meningkatkan keterampilan sepak kuda siswa. Pada hasil siklus I dan siklus II nampak terdapat perbedaan pencapaian kategori penilaian dimana terdapat perbedaannya dari hasil ketuntasan nilai. Lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel erbandingan hasil penilaian siklus I dan siklus II berikut:

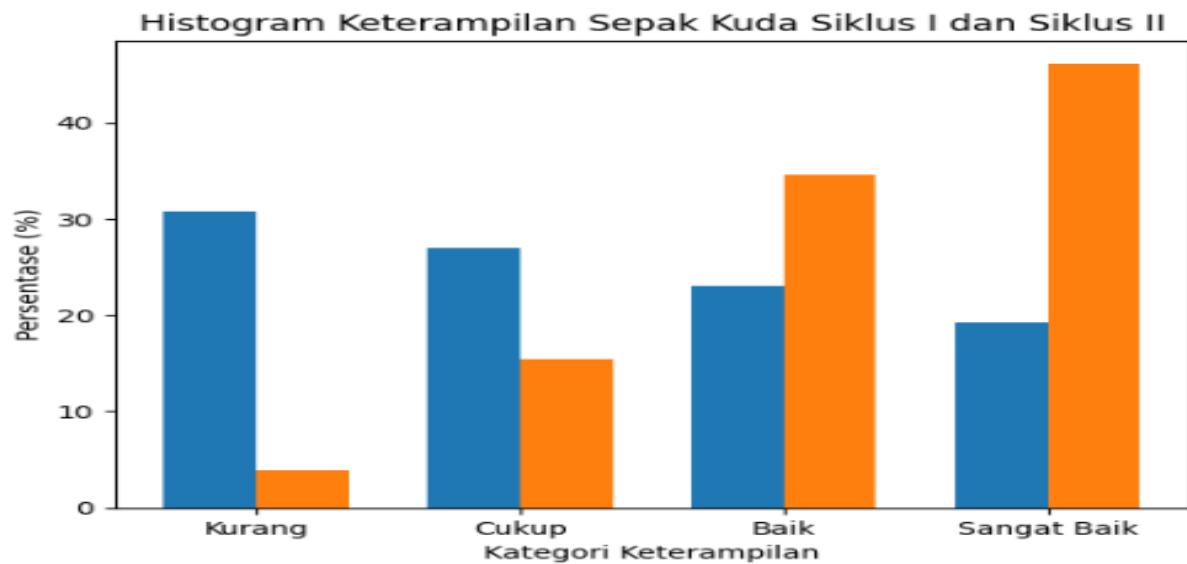
Tabel 4. Perbandingan Hasil Penilaian Siklus I dan Siklus II

Siklus	Kurang	Cukup	Baik	Sangat Baik
I	30,77%	26,92%	23,08%	19,23%
II	3,85%	15,38%	34,62%	46,15%

Berdasarkan data distribusi persentase keterampilan sepak kuda, pada Siklus I masih terdapat proporsi siswa yang cukup besar berada pada kategori kurang (30,77%) dan cukup (26,92%). Kondisi ini menunjukkan bahwa pada tahap awal penerapan pendekatan bermain bola pantul, sebagian siswa belum mampu melakukan teknik sepak kuda secara optimal. Persentase siswa yang berada pada kategori baik (23,08%) dan sangat baik (19,23%) masih relatif rendah, yang mengindikasikan bahwa keterampilan teknik sepak kuda belum dikuasai secara merata oleh seluruh siswa.

Pada Siklus II, terjadi perubahan yang signifikan pada distribusi kategori keterampilan siswa. Persentase siswa pada kategori kurang menurun drastis menjadi 3,85%, sedangkan kategori cukup juga mengalami penurunan menjadi 15,38%. Sebaliknya, persentase siswa pada kategori baik meningkat menjadi 34,62%, dan kategori sangat baik mengalami peningkatan paling besar hingga mencapai 46,15%. Peningkatan ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah mampu melakukan teknik sepak kuda dengan lebih tepat, terkontrol, dan seimbang setelah pembelajaran dengan pendekatan bermain bola pantul diterapkan secara berkelanjutan.

Secara keseluruhan, pergeseran distribusi dari kategori rendah ke kategori tinggi pada Siklus II menunjukkan bahwa pendekatan bermain bola pantul efektif dalam meningkatkan keterampilan sepak kuda siswa. Pembelajaran yang memberikan kesempatan latihan berulang, suasana bermain yang menyenangkan, serta umpan balik langsung dari bola pantul mampu meningkatkan kepercayaan diri dan kualitas gerak siswa dalam melakukan teknik sepak kuda. Jika digambarkan dalam bentuk histogram dapat dilihat sebegai berikut:



Gambar 1. Histogram Perbandingan Hasil Penilaian Siklus I dan Siklus II

positif terhadap peningkatan keterampilan sepak kuda siswa kelas V SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar. Pada Siklus I, sebagian besar siswa masih berada pada kategori kurang dan cukup, yang mengindikasikan bahwa keterampilan teknik sepak kuda belum dikuasai secara optimal. Kondisi ini sejalan dengan karakteristik awal siswa sekolah dasar yang masih memiliki keterbatasan dalam koordinasi gerak, keseimbangan, serta kontrol perkenaan bola pada permainan sepak takraw (Wulandari & Nurhadi, 2022). Rendahnya capaian hasil belajar pada Siklus I juga menunjukkan bahwa siswa masih berada pada tahap adaptasi terhadap model pembelajaran yang diterapkan. Meskipun pendekatan bermain bola pantul telah mulai digunakan, siswa masih memerlukan waktu untuk memahami pola gerak, ritme permainan, serta mekanisme pantulan bola. Hal ini sesuai dengan pendapat Kurniawan dan Firdaus (2020) yang menyatakan bahwa pembelajaran teknik dasar melalui pendekatan bermain membutuhkan proses bertahap agar siswa dapat menyesuaikan diri secara motorik dan psikologis.

Pada Siklus II, terjadi peningkatan yang signifikan pada kategori baik dan sangat baik, disertai penurunan tajam pada kategori kurang dan cukup. Peningkatan ini menunjukkan bahwa pendekatan bermain bola pantul efektif dalam meningkatkan kualitas perkenaan bola, kontrol gerak, serta keseimbangan siswa saat melakukan teknik sepak kuda. Temuan ini memperkuat hasil penelitian Hanafi (2020) yang menyatakan bahwa latihan berbasis pantulan mampu meningkatkan kemampuan menerima bola karena siswa memperoleh umpan balik gerak secara langsung. Pendekatan bermain bola pantul memberikan kesempatan latihan yang lebih intensif melalui peningkatan frekuensi sentuhan bola. Bola yang dipantulkan kembali memungkinkan siswa untuk melakukan pengulangan gerak tanpa harus menunggu giliran terlalu lama. Kondisi ini sangat mendukung pembelajaran keterampilan motorik, karena pengulangan merupakan faktor utama dalam pembentukan pola gerak yang benar dan konsisten (Rifqi, 2020).

Selain aspek teknis, pendekatan bermain bola pantul juga berdampak positif terhadap aspek afektif siswa. Suasana pembelajaran yang dikemas dalam bentuk permainan membuat siswa lebih antusias, percaya diri, dan berani mencoba melakukan teknik sepak kuda. Hal ini mendukung temuan Sani (2020) yang menyatakan bahwa pembelajaran sepak takraw akan lebih efektif apabila mampu mengubah rasa takut dan ketidaknyamanan siswa menjadi pengalaman belajar yang menyenangkan. Peningkatan keterampilan pada Siklus II juga tidak

terlepas dari penggunaan media yang lebih aman dan sesuai dengan karakteristik siswa sekolah dasar. Modifikasi media pembelajaran, termasuk penggunaan bola yang lebih ramah bagi anak, membantu mengurangi rasa takut terhadap perkenaan bola pada kaki. Temuan ini sejalan dengan penelitian Syafii et al. (2022) yang menegaskan bahwa modifikasi alat sangat diperlukan agar pembelajaran sepak takraw dapat diterima dengan baik oleh anak usia sekolah dasar.

Pendekatan bermain bola pantul juga memberikan kontribusi dalam meningkatkan keterlibatan aktif siswa selama pembelajaran. Siswa tidak hanya berperan sebagai pelaku gerak, tetapi juga terlibat secara emosional dalam permainan. Keterlibatan aktif ini penting karena pembelajaran PJOK yang bermakna harus mampu mengintegrasikan aspek fisik, kognitif, dan afektif secara seimbang (Kurniawan & Firdaus, 2020). Jika ditinjau dari perspektif pembelajaran motorik, latihan dengan bola pantul membantu siswa memperbaiki timing, arah ayunan kaki, serta posisi tubuh saat melakukan sepak kuda. Umpan balik yang diperoleh secara langsung dari hasil pantulan bola memungkinkan siswa melakukan koreksi gerak secara mandiri. Hal ini mempercepat proses pembelajaran teknik dan meningkatkan efisiensi waktu latihan (Hanafi, 2020).

Perbandingan hasil Siklus I dan Siklus II menunjukkan adanya pergeseran distribusi hasil belajar dari kategori rendah ke kategori tinggi. Pergeseran ini menandakan bahwa perbaikan pembelajaran yang dilakukan pada Siklus II, baik dari segi pengelolaan kelas, variasi permainan, maupun pemberian umpan balik, telah berjalan secara efektif. Temuan ini mendukung hasil penelitian Susanti (2017) yang menyatakan bahwa modifikasi metode dan media pembelajaran mampu meningkatkan hasil belajar teknik dasar sepak takraw secara signifikan.

Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menguatkan bahwa pendekatan bermain bola pantul merupakan strategi pembelajaran yang relevan dan efektif untuk meningkatkan keterampilan sepak kuda pada siswa sekolah dasar. Pendekatan ini tidak hanya meningkatkan hasil belajar secara kuantitatif, tetapi juga memperbaiki kualitas proses pembelajaran PJOK secara menyeluruh. Dengan demikian, pendekatan bermain bola pantul dapat direkomendasikan sebagai alternatif pembelajaran sepak takraw yang aman, menyenangkan, dan sesuai dengan karakteristik peserta didik sekolah dasar.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, dapat disimpulkan bahwa penerapan pendekatan bermain bola pantul efektif dalam meningkatkan keterampilan sepak kuda dalam permainan sepak takraw pada siswa kelas V SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar Tahun Pelajaran 2023/2024. Pendekatan ini mampu memperbaiki kualitas proses pembelajaran dengan memberikan kesempatan latihan yang lebih intensif, suasana belajar yang menyenangkan, serta umpan balik gerak yang cepat melalui pantulan bola, sehingga siswa lebih berani, aktif, dan percaya diri dalam melakukan teknik sepak kuda. Peningkatan keterampilan terlihat dari pergeseran hasil belajar siswa dari kategori rendah ke kategori tinggi pada Siklus II, yang menunjukkan bahwa pembelajaran yang berbasis bermain dan dimodifikasi sesuai karakteristik peserta didik sekolah dasar dapat menghasilkan pembelajaran PJOK yang lebih efektif dan bermakna. Oleh karena itu, pendekatan bermain bola pantul dapat direkomendasikan sebagai alternatif strategi pembelajaran sepak takraw di sekolah dasar untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar sekaligus menumbuhkan minat dan partisipasi aktif siswa.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Kepala SDN Ponggok 02 Kabupaten Blitar atas izin dan dukungan yang diberikan sehingga penelitian ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada guru PJOK dan seluruh siswa kelas V SDN Ponggok 02 yang telah berpartisipasi aktif dan kooperatif selama proses penelitian. Selain itu, penulis menyampaikan apresiasi kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, dan dukungan secara langsung maupun tidak langsung dalam pelaksanaan dan penyusunan artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Hanafi, M. (2020). Pengaruh metode passing dengan tembok terhadap peningkatan kemampuan receive dalam permainan sepak takraw. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 6(1), 60–66.
- Kurniawan, W. P., & Firdaus, M. (2020). Pendekatan bermain sebagai solusi mengenalkan teknik dasar sepak takraw pada siswa sekolah dasar. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(1), 226–241. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i1.13652
- Rifqi, K. (2020). Pengaruh metode latihan bounce kick ball terhadap hasil belajar menerima bola pertama permainan sepak takraw. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 8(2), 7–11.
- Sani, M. A. (2020). Permainan sepak takraw bagi siswa sekolah dasar: Dari ketidaknyamanan menuju kegembiraan. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 7(3), 535–538.
- Susanti, R. (2017). Pengaruh pendekatan modifikasi terhadap hasil belajar teknik sepak sila dalam permainan sepak takraw. *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan*, 5(2), 272–278.
- Syafii, M., Karo-Karo, A. A. P., Sari, L. P., Aditya, R., Helmi, B., & Simangunsong, B. A. M. (2022). Development of soft takraw balls for children. *Jurnal Keolahragaan*, 10(2), 239–246. <https://doi.org/10.21831/jk.v10i2.49935>
- Wulandari, P. P., & Nurhadi, F. I. (2022). Sepak takraw: Tingkat kemampuan bermain siswa sekolah dasar negeri. *MEDIKORA*, 21(1), 1–10.