



## Bimbingan Teknis Pengembangan Bakat Olahraga Sepak Takraw pada Siswa SMP Negeri 08 Kendari

<sup>1</sup>Heriansyah, <sup>2</sup>Suhartiwi, <sup>3</sup>Marsuna

<sup>1</sup>Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Halu Oleo, Indonesia

\*Corresponding Author e-mail: [hery.uho99@gmail.com](mailto:hery.uho99@gmail.com)

**Received: Juli 2023; Revised: Juli 2023; Published: Noember 2023**

**Abstrak:** Bimbingan teknis untuk mengembangkan bakat sepak takraw pada anak-anak memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung perkembangan kemampuan mereka di bidang olahraga. Selain meningkatkan kebugaran fisik dan kesehatan, bimbingan ini juga bertujuan untuk memperkuat karakter dan keterampilan sosial anak-anak. Pelaksanaan program pengabdian kepada masyarakat ini fokus pada memberikan pemahaman tentang teknik dasar bermain sepak takraw kepada siswa SMP Negeri 08 Kendari. Pada tanggal 24 Mei 2023, program ini diikuti oleh 50 siswa dan siswi SMP Negeri 08 Kendari. Metode pelaksanaannya menggunakan pendekatan demonstrasi dengan tahapan persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi. Hasilnya menunjukkan bahwa sebanyak 90% dari peserta sudah memahami teknik dasar permainan sepak takraw, sementara 10% masih memerlukan pemahaman lebih lanjut. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa melalui bimbingan teknis, peserta program ini mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan teknis dan taktis sepak takraw. Mereka berhasil memperoleh pemahaman lebih mendalam tentang teknik servis, pukulan, passing, dan taktik permainan. Selain itu, kegiatan ini membantu mengidentifikasi bakat-bakat individu dalam sepak takraw dan memberikan kesempatan untuk mengembangkannya lebih lanjut.

**Kata Kunci:** Bimbingan Teknis; Pengembangan Bakat; Sepak Takraw

### *Technical Guidance for Developing Takraw Sports Talent for Students at SMP Negeri 08 Kendari*

**Abstract:** Technical guidance to develop sepak takraw talents in children has a very important role in supporting the development of their abilities in the field of sports. Apart from improving physical fitness and health, this guidance also aims to strengthen children's character and social skills. The implementation of this community service program focuses on providing an understanding of the basic techniques of playing sepak takraw to students at SMP Negeri 08 Kendari. On May 24 2023, this program was attended by 50 students of SMP Negeri 08 Kendari. The implementation method uses a demonstration approach with preparation, implementation and evaluation stages. The results showed that as many as 90% of the participants already understood the basic techniques of sepak takraw, while 10% still needed further understanding. Thus, it can be concluded that through technical guidance, participants in this program experienced significant improvements in the technical and tactical skills of sepak takraw. They succeeded in gaining a deeper understanding of serving, hitting, passing and game tactics. In addition, this activity helps identify individual talents in sepak takraw and provides opportunities to develop them further.

**Keywords:** Technical Guidance; Talent Development; Sepak Takraw

**How to Cite:** Heriansyah, H., Suhartiwi, S., & Marsuna, M. (2023). Bimbingan Teknis Pengembangan Bakat Olahraga Sepak Takraw pada Siswa SMP Negeri 08 Kendari. *Sasambo: Jurnal Abdimas (Journal of Community Service)*, 5(4), 612–619. <https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1470>



<https://doi.org/10.36312/sasambo.v5i4.1470>

Copyright©2023, Heriansyah et al  
This is an open-access article under the CC-BY-SA License.



## PENDAHULUAN

Bimbingan teknis pengembangan bakat olahraga sepak takraw pada anak sangat penting untuk membantu anak-anak mengembangkan kemampuan dan bakat mereka dalam bidang olahraga (Muhyi et al., 2021; Syafii et al., 2022; Gani, 2018). Program ini dapat membantu anak-anak yang memiliki minat dan bakat dalam sepak takraw untuk mengembangkan keterampilan mereka secara maksimal (Aji, 2021; Zarei et al., 2018).

Program ini diselenggarakan oleh sekolah, klub olahraga, atau organisasi olahraga yang terkait dengan pengembangan olahraga di daerah setempat (Putra et al., 2018). Dalam program ini, anak-anak akan mendapatkan bimbingan teknis dari pelatih yang ahli dan berpengalaman dalam bidang sepak takraw (Zan & Adnan, 2022). Pelatihan yang diberikan dalam program ini mencakup teknik dasar seperti passing, servis, dan spike, serta strategi dan taktik permainan yang lebih kompleks (Ayuningtyas et al., 2022; Rusli et al., 2022; Heriansyah & Suhartiwi, 2021). Selain itu, program ini juga memberikan pelatihan tambahan seperti kebugaran fisik, nutrisi, psikologi olahraga, dan lain sebagainya untuk mempersiapkan anak-anak secara menyeluruh (Suratmin et al., 2022).

Bimbingan teknis dapat membantu anak-anak mengembangkan keterampilan dan kemampuan mereka dalam bidang olahraga, meningkatkan kebugaran fisik dan kesehatan, serta memperkuat karakter dan keterampilan sosial mereka (Al-Amien et al., 2021; Hakim & Hanif, 2017; Yunitaningrum et al., 2020). Selain itu, program ini juga dapat membantu meningkatkan rasa percaya diri dan kemampuan mereka untuk berkompetisi di tingkat yang lebih tinggi (Kosni et al., 2017; Yandi et al., 2023).

Meskipun bimbingan teknis untuk pengembangan bakat sepak takraw pada anak memiliki manfaat, permasalahan seperti keterbatasan fasilitas di sekolah atau klub olahraga, kurangnya dukungan dari pihak sekolah atau orang tua, serta sulitnya mencari pelatih berkualitas dapat menghambat perkembangan atlet. Tuntutan akademik yang tinggi juga dapat membatasi partisipasi anak. Solusinya melibatkan evaluasi bakat siswa, program latihan yang komprehensif, fasilitas yang memadai, pelatihan yang berkualitas, dukungan psikologis, pemantauan terus-menerus, dan partisipasi dalam kompetisi.

Keterbatasan sumber daya dapat diatasi dengan penggunaan efisien, kerja sama dengan pihak eksternal, dan penggalangan dana. Penyesuaian program, evaluasi rutin, dan perhatian terhadap tekanan kompetitif perlu diperhatikan. Melalui pengabdian kepada masyarakat, program ini diharapkan dapat memberikan manfaat maksimal bagi perkembangan holistik anak-anak dalam olahraga sepak takraw. Selain itu, pengembangan bakat siswa tidak hanya menciptakan atlet yang berkualitas, tetapi juga berkontribusi pada kesehatan fisik, perkembangan mental, prestasi akademik, kepemimpinan, dan nilai-nilai moral dalam masyarakat.

## METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan yang digunakan oleh 40 siswa-siswi SMP Negeri 08 Kendari dalam Bimbingan Teknis Pengembangan Bakat Olahraga Sepak Takraw adalah metode demonstrasi. Proses pelaksanaan ini dapat dibagi

menjadi beberapa tahapan yang terstruktur. Langkah pertama sebelum memulai latihan sepak takraw adalah melakukan pemanasan untuk mencegah cedera. Pemanasan dilakukan melalui gerakan peregangan dan latihan ringan selama 10-15 menit

Setelah pemanasan, peserta bimbingan akan diajarkan teknik dasar sepak takraw, seperti tendangan dasar, servis, passing, dan receiving. Penguasaan teknik dasar ini dianggap sebagai pondasi yang krusial untuk mengembangkan kemampuan bermain sepak takraw.

Langkah berikutnya adalah mempelajari taktik dan strategi bermain sepak takraw setelah peserta bimbingan menguasai teknik dasar. Ini mencakup taktik menyerang, bertahan, dan melakukan serangan balik.

Selanjutnya, peserta bimbingan akan dilatih bermain sepak takraw secara langsung dengan menggunakan metode permainan kecil atau tim kecil. Setelah latihan, pelatih akan melakukan evaluasi terhadap kemampuan teknik dan taktik bermain sepak takraw peserta. Hasil evaluasi ini menjadi masukan penting bagi peserta dalam upaya meningkatkan kemampuan mereka.

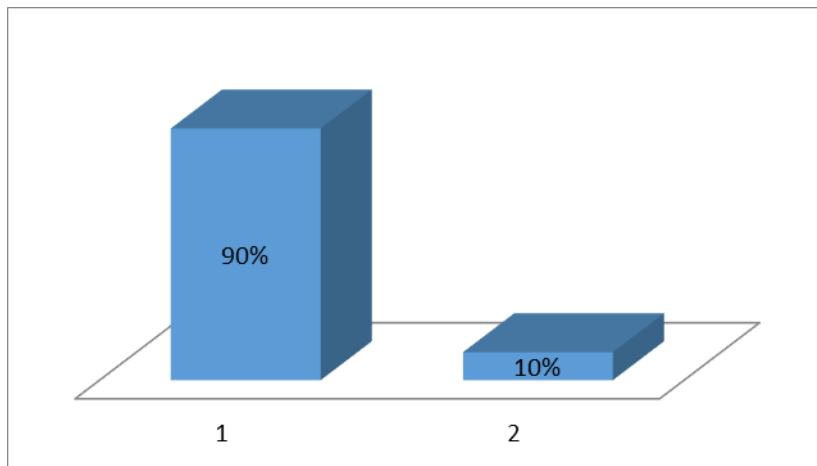
Selain aspek teknis, pelaksanaan bimbingan teknis juga perlu memperhatikan faktor pendukung seperti fasilitas olahraga yang memadai, ketersediaan alat-alat olahraga yang cukup, dan keamanan peserta saat berlatih. Faktor-faktor ini dianggap krusial untuk memastikan kelancaran dan keberhasilan program pengembangan bakat olahraga sepak takraw pada siswa-siswi SMP.

## **HASIL DAN DISKUSI**

Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat telah berlangsung pada tanggal 16 Mei 2023 di SMP Negeri 08 Kendari. Dalam pelaksanaan bimbingan teknis pengembangan bakat olahraga sepak takraw, terdapat beberapa langkah dan komponen yang terlibat. Langkah pertama adalah menetapkan tujuan utama dari bimbingan teknis, seperti meningkatkan keterampilan teknis pemain, meningkatkan pemahaman taktik permainan, atau mengembangkan kepemimpinan dalam tim. Peserta yang turut serta dalam bimbingan teknis ini meliputi siswa SMP Negeri 08 Kendari, bersama dengan guru-guru dan kepala sekolah.

Pelaksanaan bimbingan teknis dilakukan oleh pelatih sepak takraw, sekaligus ketua PSTI Sulawesi Tenggara, yang memiliki pengalaman dan pengetahuan yang memadai dalam olahraga sepak takraw. Materi pelatihan disesuaikan dengan tujuan bimbingan teknis, mencakup latihan teknis, taktik permainan, pemahaman fisik dan mental, serta aspek keamanan dan cedera.

Hasil capaian pemahaman siswa yang diukur melalui survei angket mencakup berbagai aspek yang telah dijelaskan di atas.



**Gambar 1.** Peningkatan Pemahaman Siswa dalam Mengikuti Bimbingan Teknis Sepak Takraw

Pelaksanaan bimbingan teknis sepak takraw pada siswa SMP Negeri 08 Kendari sebanyak 90% sudah paham tentang teknik dasar dalam permainan sepak takraw, dan 10% belum paham tentang teknik dasar dalam sepak takraw. Karena pelaksanaan yang dilakukan secara rinci yaitu diawali dengan pengenalan sepak takraw tentang sejarah dan asal usul olahraga sepak takraw. Aturan dasar permainan dan format pertandingan. Posisi kaki yang benar saat berdiri dan bergerak di lapangan. Gerakan dasar seperti berlari, melompat, dan menghindari. Kemudian pengenalan berbagai jenis pukulan seperti servis, *spike*, *smash*, dan *roll*. Latihan dasar untuk mengembangkan keakuratan dan kekuatan pukulan. Latihan servis dengan variasi arah dan kecepatan. Pemanfaatan servis sebagai alat mengatur tempo permainan. Sedangkan teknik dasar dalam melakukan *spike* dan *smash*. Latihan untuk meningkatkan ketepatan dan kekuatan dalam pukulan ini. Dalam taktik permainan Pembagian posisi pemain saat serangan serta koordinasi untuk menciptakan peluang pukulan efektif. Untuk strategi pertahanan posisi pemain dalam menghadapi serangan lawan. Mengembangkan refleks dan respons dalam situasi kritis.



**Gambar 2.** Pengenalan Teknik Dasar Sepak Takraw

Pengembangan fisik dan mental yang paling penting adalah siswa diharapkan harus memiliki peningkatan kekuatan inti tubuh untuk

kelincahan dan stabilitas untuk menjadi atlet sepak takraw, yang paling terpenting manajemen stress dan fokus yaitu dengan teknik relaksasi untuk mengatasi tekanan dalam pertandingan. Latihan konsentrasi dan fokus dalam situasi bermain. Dan dalam permainan diharapkan dapat menjalin kerjasama tim dan saling memahami satu sama lain, karena pentingnya komunikasi antar pemain dalam tim dengan latihan untuk mengembangkan pemahaman dan sinergi tim. Identifikasi peran masing-masing pemain dalam tim. Bagaimana berkontribusi sesuai dengan posisi dan kemampuan. Analisis perkembangan teknis dan taktik pemain. Pengenalan area yang perlu ditingkatkan. Penentuan target pengembangan pribadi untuk setiap pemain. Sesi latihan tambahan untuk mengatasi kelemahan tertentu. Pelatih harus senantiasa berkomunikasi dengan peserta, memberikan umpan balik, dan menyesuaikan materi latihan sesuai dengan perkembangan masing-masing individu.

Perencanaan yang dilakukan yaitu identifikasi kebutuhan dan potensi siswa dalam olahraga sepak takraw melalui tes fisik dan evaluasi awal. Menganalisis sumber daya yang tersedia, seperti fasilitas, peralatan, dan tenaga pengajar. Merancang program latihan yang mencakup latihan teknis, fisik, dan mental. Menyusun jadwal latihan yang memungkinkan partisipasi siswa dengan berbagai tingkat keterampilan. Merekrut pelatih yang berkualitas dan memiliki pengetahuan dalam olahraga sepak takraw. Memberikan pelatihan tambahan kepada pelatih jika diperlukan. Mencari sumber daya tambahan, baik dalam bentuk dana, peralatan, atau fasilitas, jika sumber daya awal terbatas. Membangun kerja sama dengan pihak eksternal, seperti klub sepak takraw lokal atau asosiasi olahraga. Melibatkan siswa dalam perencanaan program dan tujuan yang ingin dicapai. Mendorong partisipasi aktif siswa dalam program latihan. Mengatur sistem pemantauan yang memungkinkan pengukuran kemajuan siswa selama program. Melakukan evaluasi rutin terhadap program dan menyesuaikan perencanaan jika diperlukan.

Tindakan dalam peningkatan kemampuan teknis yaitu siswa dapat mengalami peningkatan keterampilan teknis dalam sepak takraw, termasuk penguasaan dasar-dasar permainan, teknik pukulan, dan strategi. Siswa akan menjadi lebih bugar dan memiliki tingkat kebugaran yang lebih tinggi karena program latihan yang terstruktur. Siswa akan mengembangkan aspek mental seperti fokus, konsentrasi, kerja sama tim, dan kepercayaan diri. Siswa yang berpartisipasi dalam kompetisi sepak takraw dapat mencapai hasil yang baik dan mengukir prestasi untuk sekolah mereka. Siswa akan memiliki pemahaman tentang pentingnya hidup sehat dan aktif, yang dapat membawa manfaat jangka panjang bagi kesehatan mereka. Program olahraga yang baik dapat berdampak positif pada hasil akademik siswa karena disiplin dan manajemen waktu yang diperlukan dalam olahraga. Siswa yang berhasil dalam sepak takraw akan mengembangkan rasa percaya diri yang lebih tinggi, yang akan bermanfaat dalam kehidupan sehari-hari mereka. Siswa akan belajar merencanakan, mengelola, dan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga mereka sendiri, yang merupakan pembelajaran penting. Program ini mempromosikan interaksi sosial dan kerja sama dalam tim, membantu siswa belajar untuk berkolaborasi dengan orang lain. Keberhasilan dalam olahraga dapat meningkatkan prestasi



sekolah dan menarik minat calon siswa serta mendukung citra sekolah. Hasil yang dicapai akan sangat tergantung pada perencanaan dan pelaksanaan yang tepat, dedikasi siswa dan pelatih, serta dukungan dari sekolah dan komunitas.

## KESIMPULAN

Dengan melibatkan diri dalam program pengabdian kepada masyarakat melalui bimbingan teknis, peserta dapat mengalami peningkatan signifikan dalam keterampilan teknis dan taktis dalam permainan sepak takraw. Mereka akan memperoleh pemahaman yang lebih mendalam tentang aspek-aspek teknis, seperti teknik servis, pukulan, passing, dan taktik permainan. Selain itu, kegiatan ini membuka peluang untuk mengidentifikasi bakat-bakat individu dalam sepak takraw, dengan memberikan arahan khusus kepada peserta yang menonjol dalam aspek tertentu. Bagi peserta yang terlibat dalam tim, bimbingan teknis bukan hanya meningkatkan keterampilan individu, tetapi juga memperkuat kerja sama di antara anggota tim. Melalui latihan dan strategi tim, mereka dapat memahami cara bermain secara efektif bersama dan memaksimalkan potensi masing-masing anggota tim. Tujuan utama dari bimbingan ini adalah meningkatkan prestasi kompetitif, baik secara individu maupun sebagai tim, dalam konteks olahraga sepak takraw. Dengan menerapkan keterampilan dan pengetahuan yang diperoleh, diharapkan peserta dapat mencapai hasil yang lebih baik dalam kompetisi dan, pada gilirannya, meningkatkan keterlibatan serta motivasi mereka untuk terus mengembangkan keterampilan dan berpartisipasi dalam kegiatan olahraga lebih lanjut.

## REKOMENDASI

Selanjutnya untuk rekomendasi dalam pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yaitu tim akan merancang dalam melaksanakan pelatihan dan pertandingan sepak takraw tingkat siswa, untuk mencari bakat-bakat di daerah, khususnya pada Provinsi Sulawesi Tenggara.

## ACKNOWLEDGMENT

Ucapan terima kasih kepada pimpinan SMP Negeri 08 Kendari dan siswa siswi yang sangat antusias dalam mengikuti sosialisasi bimbingan teknik sepak takraw.

## REFERENCES

- Aji, T. (2021). Development Of Game Model Number Five Event In Sepak Takraw Branch In Central Java Players. *Turkish Journal of Computer and Mathematics Education (TURCOMAT)*, 12(6), 5262–5271. <https://www.turcomat.org/index.php/turkbilmat/article/view/9341>
- Al-Amien, M. R., Iyakrus, I., & Sumarni, S. (2021). Improvement Learning Outcomes of Sepaktakraw Basic Techniques Using Audiovisual Media During Covid-19 Pandemic in PJOK Students of Sriwijaya University. *Journal of Research and Educational Research Evaluation*, 10(2), 74–85. <https://doi.org/10.15294/jere.v10i2.52352>
- Ayuningtyas, N. P., Rustiadi, T., & Pramono, H. (2022). Development of Ball Launcher Training Devices for Drill Smash, Block, Passing in Volleyball Sports. *Journal of Physical Education and Sports*, 11(1), 114–124. <https://doi.org/10.15294/JPES.V11I1.56916>
- Gani, A. (2018). The Development of Sepak Takraw Skill Training Model Based on Drill Double Event in South Jakarta Club Takraw. *Journal of*

- Education, Health and Sport*, 8(12), 303–316.  
<https://apcz.umk.pl/JEHS/article/view/6374>
- Hakim, A. A., & Hanif, A. S. (2017). Implementation Of Motor Development Characteristics In Sepak Takraw Training. *Jipes-Journal Of Indonesian Physical Education And Sport*, 3(2), 34–43.  
<https://doi.org/10.21009/JIPES.032.03>
- Heriansyah, S. P., & Suhartiwi, S. P. (2021). *Permainan sepak takraw sejarah, teknik dasar, peraturan pertandingan dan perwasitan*. Jakad Media Publishing.
- Kosni, N. A., Abdullah, M. R., Juahir, H., Maliki, A., & Musa, R. M. (2017). Establishing reliability of performance indicator of sepak takraw using notational analysis. *Journal of Fundamental and Applied Sciences*, 9(2S), 1–11. <https://doi.org/10.4314/jfas.v9i2s.1>
- Muhyi, M., Hanafi, M., Sukmana, A. A., Utamayasa, I. G. D., & Prastyana, B. R. (2021). The effectiveness of krwanjang game implementation on Sepak sila's skills in sepak takraw game at Surabaya sepak takraw academy. *Jurnal SPORTIF: Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 7(3), 367–377. [https://doi.org/10.29407/js\\_unpgri.v7i3.16148](https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v7i3.16148)
- Putra, A. Y., Siswandari, S., & Purna, S. K. (2018). Management Implementation Analysis of Centralization Education and Training Student Sport Sepak Takraw Central Java. *International Journal of Multicultural and Multireligious Understanding*, 5(4), 331–340.  
<https://doi.org/10.18415/ijmmu.v5i4.287>
- Rusli, M., Suhartiwi, S., & Heriansyah, H. (2022). Hubungan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Servis Atas Permainan Sepak Takraw. *JURNAL EDUSCIENCE (JES)*, 9(1), 204–213.  
<https://doi.org/10.36987/jes.v9i1.2615>
- Suratmin, S., Adi, I. P. P., Darmayasa, I. P., Danardani, W., Kumala, R., Liskustyowati, H., & Rozi, M. F. (2022). Evaluation of Multilateral Based Elementary School Students' Athletic Sports Development Program. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 6(4), 647–659.  
<https://doi.org/10.33369/jk.v6i4.24560>
- Syafii, M., Karo-Karo, A. A. P., Sari, L. P., Aditya, R., Helmi, B., & Simangunsong, B. A. (2022). Development of soft takraw balls for children. *Jurnal Keolahragaan*, 10(2), 239–246.  
<https://doi.org/10.21831/jk.v10i2.49935>
- Yandi, S., Utami, S. P., & Yunika, N. (2023). Effect of Audiovisual Media on the Level of Knowledge of Boarding Students of the West Sumatra Student Coaching and Sports Training Center about the Occurrence of Avulsion. *E-GiGi*, 11(2), 206–212.  
<https://doi.org/10.35790/eg.v11i2.44674>
- Yunitaningrum, W., Hanif, A. S., Yusmawati, Y., & Dlis, F. (2020). Sepaktakraw Smash Training Model Based on Training Aids Tool. *PENDIPA Journal of Science Education*, 4(2), 6–13.  
<https://doi.org/10.33369/pendipa.4.2.6-13>
- Zan, Z. Bin, & Adnan, Y. (2022). The Efficacy of Teacher-Coach Among Individual and Team Sport in Rural Sibul, Sarawak. *Malaysian Journal of Social Sciences and Humanities (MJSSH)*, 7(12), e001974–e001974.  
<https://doi.org/10.47405/mjssh.v7i12.1974>

Zarei, A., Holmes, K., & Yusof, A. Bin. (2018). Sport event attributes influencing sport tourists' attendance at Sepak Takraw event. *Event Management*, 22(5), 675–691.  
<https://doi.org/10.3727/152599518X15299559637626>