

SILABUS MATA KULIAH SEPAK TAKRAW (TEORI DAN PRAKTEK)

1) Identitas Mata Kuliah

Nama Mata Kuliah	: Sepak Takraw
Nomor kode/jumlah sks	: JK 414 / 2 sks
Jurusan/Program Studi	: POR/PJKR
Pra syarat (<i>pre requisite</i>)	: -
Nama dosen/asisten	: 1. Drs. Sucipto, M.Kes 2. Didin Budiman, S.Pd, M.Pd 3. Suherman Slamet, S.Pd

2) Tujuan Pembelajaran (umum):

Selesai mengikuti perkuliahan ini mahasiswa diharapkan dapat mengerti, memahami, mampu menjelaskan dan mampu melaksanakan keterampilan dasar/teknik dasar bermain sepak takraw (sepak mula, sepak sila, sepak cungkil, memaha, mendada, menyundul, smash, dan *blocking*), menerapkan peraturan pertandingan sepak takraw baik nomor regu, *hoop*, dan *double*, serta mampu membuat rencana pengajaran panahan dan menerapkannya dalam proses didaktik metodik pengajaran sepak takraw serta mampu memodifikasi sarana dan prasarana bermain sepak takraw.

3) Deskripsi singkat mata kuliah panahan:

Mata kuliah panahan berisi konsep keterampilan/teknik dasar bermain sepak takraw (sepak mula, sepak sila, sepak cungkil, memaha, mendada, menyundul, smash, dan *blocking*), menerapkan peraturan pertandingan sepak takraw baik nomor regu, *hoop*, dan *double*, serta tata cara pemilihan, pemeliharaan, dan perbaikan prasarana, sarana, dan fasilitas sepak takraw. Mata kuliah ini juga membekali mahasiswa dengan kemampuan membuat rencana pengajaran sepak

takraw beserta didaktik metodiknya untuk berbagai tingkat pendidikan. Mahasiswa juga dibekali dengan pemahaman organisasi pertandingan beserta kemampuan untuk menjadi pengelola atau panitia penyelenggara kejuaraan sepak takraw.

4) Pendekatan, metode, perkuliahan:

Ceramah, tanya jawab, diskusi, penugasan, *drilling*, *peer teching*, pemecahan masalah, dan simulasi menyelenggarakan perlombaan sepak takraw.

5) Rincian pelaksanaan kegiatan perkuliahan

Rangkaian kegiatan perkuliahan sebagai berikut:

Pertemuan ke 1 : Sejarah, karakteristik, dan peraturan umum permainan sepak takraw.

Pertemuan ke 2 : Lantihan kondisi fisik dan keterampilan dasar dominan permainan sepak takraw.

Pertemuan ke 3 : Latihan keterampilan dasar dominan permainan sepak takraw.

Pertemuan ke 4 : Teknik dasar sepak sila

Pertemuan ke 5 : Teknik dasar sepak kuda, sepak badak, dan sepak cungkil.

Pertemuan ke 6 : Teknik dasar sundulan kepala (*heading*)

Pertemuan ke 7 : Teknik dasar memaha dan mendada.

Pertemuan ke 8 : Ujian Tengah Semester (UTS) Tes Teori dan Praktek.

Pertemuan ke 9 : Teknik dasar menapak.

Pertemuan ke 10 : Teknik dasar sepak mula.

Pertemuan ke 11 : Teknik dasar smash kedeng dan smash gulung.

Pertemuan ke 12 : Teknik dasar smash kedeng dan smash gulung.

Pertemuan ke 13: Teknik dasar *blocking* dan organisasi kepanitiaan pertandingan sepak takraw.

Pertemuan ke 14 : Konsep dasar formasi bermain dan organisasi kepanitian dalam pertandingan sepak takraw.

Pertemuan ke 15 : Didaktik dan metodik pengajaran sepak takraw

Pertemuan ke 16 : Ujian Akhir Semester (UAS) Tes Teori dan Praktek.

5) Media dan sumber pembelajaran:

- a. Lapangan sepak takraw
- b. Bola takraw
- c. Net takraw
- d. Berbagai bentuk bola hasil modifikasi
- e. OHV/LCD
- f. VCD sepak takraw (video kejuaraan sepak takraw).

6) Tugas dan latihan:

- a. Resume konsep dasar sepak takraw dan peraturan pertandingan sepak takraw.
- b. Latihan kondisi fisik khusus pemain sepak takraw.
- c. Latihan bermain sepak takraw untuk berbagai nomor (regu, hoop, dan double).
- d. Membuat rencana pengajaran sepak takraw (RPP).
- e. Simulasi panitia penyelenggara pertandingan sepak takraw.

7) Evaluasi:

- a. Kehadiran
- b. Hasil resume
- c. Tugas rencana pengajaran sepak takraw (RPP).
- d. Performance pengajaran dalam *peer teaching*.
- e. UTS
- f. UAS

8) Buku sumber:

Utama: Prawirasaputra, Sudrajat, (1999/2000). *Sepak Takraw*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikdasmen Bagian Proyek Penataran Guru SLTP Setara D-III.

- Rujukan:
1. Ratinus Darwis, Penghulu Basa. (1996). *Olahraga Pilihan Sepak Takraw*.
 2. Prawirasaputra, Sudrajat. (2002). *Prototype Pembelajaran Sepak Takraw Untuk Pembinaan Olahraga Usia Dini*. Materi Seminar. Bandung: FPOK.

SILABUS
MATA KULIAH SEPAK TAKRAW
(JK 414 / 2 sks)



Oleh

Tim Pengajar Mata Kuliah Sepak Takraw

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAMRAGA
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAMRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2010