

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SMASH PERMAINAN BOLA

VOLI BERBASIS DRILL UNTUK ATLET PEMULA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh

Gelar Strata Satu Pendidikan Program Studi Pendidikan

Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan



Disusun Oleh :

DHEVA CHANDRA DEWI

41182191170164

JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI

FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI

2021

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SMASH PERMAINAN BOLA
VOLI BERBASIS DRILL UNTUK ATLET PEMULA

Oleh :

Dheva Chandra Dewi

41182191170164

Telah Disetujui Oleh:

Pembimbing

Domi Bustomi, M.Pd

Dekan FKIP UNISMA 45

Ketua Program Studi Penjaskesrek

Yudi Budianti, S.Pd, M.Pd

Mia Kusumawati, M.Pd, AIFO

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

SKRIPSI
PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SMASH* PERMAINAN BOLA VOLI
BERBASIS DRILL UNTUK ATLET PEMULA

Dipersiapkan dan ditulis oleh:

DHEVA CHANDRA DEWI

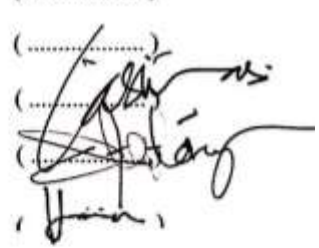
41182191170164

Telah dipertahankan di depan dewan penguji

Pada tanggal, 29 Oktober 2021

Dan Dinyatakan Memenuhi Syarat

Susunan Dewan Penguji

- | | | |
|----------------|------------------------------|-----------|
| 1. Ketua | : Yudi Budianti, S.Pd.,M.Pd | (.....) |
| 2. Sekretaris | : Mia Kusumawati, M.Pd.,AIFO | (.....) |
| 3. Penguji I | : Yunita Lasma, M.Pd | (.....) |
| 4. Penguji II | : Tatang Iskandar, M.Pd | (.....) |
| 5. Penguji III | : Dr. Khurotul Aini, M.Pd | (.....) |
- 

Bekasi, 29 Oktober 2021
Fakultas Keguruan dan Pendidikan
Universitas Islam "45" Bekasi

Yudi Budianti, S.Pd., M.Pd
NIK

PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Dheva Chandra Dewi

NPM : 41182191170164

Fakultas : Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan

Program Studi : Pendidikan Jasmani

Perguruan Tinggi : Universitas Islam “45” Bekasi

Menyatakan bahwa skripsi ini dengan judul “Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli Berbasis Drill untuk Atlet Pemula” beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya saya sendiri dan tidak ada bagian di dalamnya yang merupakan plagiat dari karya orang lain.

Saya siap menanggung resiko atau sanksi yang dijatuhkan kepada saya, apabila dikemudian hari ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam hasil karya saya sendiri ini atau klaim dari pihak lain terhadap keaslian skripsi yang saya buat

Bekasi, 26 Agustus 2021

Dheva Chandra Dewi

NPM : 41182191170164

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO :

Qs. Al-Ankabut: 6 Allah berfirman,

وَمَنْ جَاهَدَ فَإِنَّمَا يُجَاهِدُ لِنَفْسِهِ

Artinya, "Barang siapa yang bersungguh sungguh, sesungguhnya kesungguhan tersebut untuk kebaikan dirinya sendiri"

Qs. Ath-Thalaq: 2-3 Allah Berfirman,

"Barangsiapa bertakwa kepada Allah maka Dia akan menjadikan jalan keluar baginya, dan memberinya rezeki dari jalan yang tidak ia sangka, dan barangsiapa yang bertawakal kepada Allah maka cukuplah Allah baginya, Sesungguhnya Allah melaksanakan kehendak-Nya, Dia telah menjadikan untuk setiap sesuatu kadarnya."

"Awali hari dengan Bismillah, optimistis, dan tawakal, Inshaallah harimu akan berkah. "

PERSEMBAHAN :

Skripsi ini adalah bagian dari ibadahku kepada Allah SWT, karena kepadaNya lah kami menyembah dan kepadaNya lah kami mohon pertolongan.

ABSTRAK

Dheva Chandra Dewi, NPM: 41182191170164, “Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli Berbasis Drill untuk Atlet Pemula” Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi. Universitas Islam “45” Bekasi.

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan smash berbasis drill untuk para atlet pemula klub bola voli putri kencana jaya yang belum mengetahui banyak tentang latihan model latihan smash agar dapat dikembangkan dan memberikan kemudahan dalam menyampaikan materi kepada atlet bola voli pemula khususnya di kalangan club putri kencana jaya.

Metode penelitian yang digunakan adalah *Research and Development*. Langkah-langkah penelitian ini mengadopsi dari langkah penelitian Sugiyono yang menggunakan 10 langkah, namun karena status Pandemi *Covid-19* di Indonesia maka penelitian ini hanya menggunakan 5 langkah penelitian *Research and Development* yang dikemukakan oleh Sugiyono.

Uji validitas model latihan smash permainan bola voli dilakukan oleh 3 ahli, yaitu ahli kepelatihan, ahli bola voli dan ahli analisis gerak motorik. Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data uji kelayakan model latihan smash adalah kuesioner atau angket dengan skala penilaian atau *rating scale*.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa “Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli Berbasis Drill untuk Atlet Pemula” ini layak diterapkan. Hal ini ditunjukkan dari beberapa penilaian yang dilakukan oleh ahli kepelatihan, ahli bola voli dan ahli analisis gerak motorik. Hasil akhir penilaian produk oleh ahli kepelatihan menunjukkan bahwa model latihan smash berbasis drill ini dinyatakan “layak diterapkan” dengan persentase kelayakan 95%, hasil akhir dari penilaian ahli bola voli menunjukkan “layak diterapkan” dengan presentasi kelayakan “100%” dan hasil akhir penilaian produk oleh ahli analisis gerak motorik menunjukkan “layak diterapkan” dengan persentase kelayakan 90%.

Kata Kunci: Model latihan smash, permainan bola voli berbasis drill, atlet pemula

KATA PENGANTAR

Segala puji atas rahmat dan hidayah yang dilimpahkan oleh Allah SWT kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini dengan tepat waktu. Penyusunan skripsi ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

“ Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli Berbasis Drill untuk Atlet Pemula.”

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik berkat bantuan dari berbagai pihak, khususnya pembimbing Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Yudi Budianti, S.Pd.,M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi.
2. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd. AIFO selaku ketua Jurusan Pendidikan Jasmani Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi
3. Bapak Domi Bustomi, M.Pd, selaku Dosen Pembimbing yang telah membantu dan membimbing dalam mengerjakan skripsi ini
4. Bapak Bujang,Drs.,M.Si, selaku Dosen Bola Voli, yang telah membantu Kritik dan Masukan terhadap isi skripsi saya.
5. Bapak dan Ibu Dosen, Universitas Islam “45” Bekasi yang sudah memberikan ilmu yang bermanfaat
6. Kedua orang tua penulis yang selalu mensupport segala kegiatan serta mendoakan penulis agar berhasil menempuh cita-cita. sudah membimbing saya dari kecil hingga saat ini. Yang selalu mendoakan saya setiap Ibadahnya.
7. Untuk teman-teman seangkatan dan, senior dan semua pihak yang telah membantu peneliti dalam menyelesaikan skripsi ini.
8. Dan untuk diri saya sendiri yang sudah kuat, berjuang, dan sabar dalam menyelesaikan masa studi.

Walaupun demikian, dalam laporan penelitian ini, peneliti menyadari masih belum sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan saran dan kritik demi kesempurnaan penelitian ini. Namun demikian adanya, semoga proposal skripsi ini dapat dijadikan acuan tindak lanjut penelitian selanjutnya dan bermanfaat bagi kita semua terutama bagi pendidikan jasmani.

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING	ii
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI.....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	v
ABSTRAK	vi
KATA PENGANTAR.....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah	4
1. Batasan Masalah	4
2. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
1. Manfaat Teoritis	5
2. Manfaat Praktis	5
E. Spesifikasi Produk	6
BAB II	7
TINJAUAN TEORITIS.....	7
A. Hakikat Bola Voli	7
1. Pengertian Bola Voli.....	7
2. Teknik Dasar Permainan Bola Voli	9
B. Hakikat Metode Latihan.....	23
C. Hakikat Pengembangan.....	24
D. Hakikat Permainan.....	25
E. Pengertian Metode Drill.....	25
F. Penelitian Yang Relevan.....	26
G. Kerangka Berpikir.....	29
BAB III.....	31

PROSEDUR PENELITIAN	31
A. Metode Penelitian	31
B. Waktu dan Tempat Penelitian	31
1. Waktu Penelitian	31
2. Tempat Penelitian	32
C. Desain dan Langkah-langkah Penelitian	32
1. Desain Penelitian	32
D. Definisi Operasional Penelitian	34
1. Pengembangan	34
2. Model Latihan	34
3. Smash	34
5. Atlet	35
6. Bola Voli	35
E. Prosedur Pengembangan	36
F. Instrumen Penelitian	37
G. Teknik Analisis Data	38
BAB IV	41
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	41
A. Produk Pengembangan	41
1. Analisis Kebutuhan	41
2. Deskripsi Draf Produk Awal	42
3. Validasi Ahli	51
B. Validasi Draf Produk Awal	52
C. Deskripsi Data Validasi Ahli	52
D. Revisi Draft Produk Akhir	74
E. Hasil Penilaian Rata-Rata Uji Validasi	76
F. Kajian Produk Akhir	78
BAB V	80
KESIMPULAN DAN SARAN	80
1. Kesimpulan	80
2. Saran	81
DAFTAR PUSTAKA	82
LAMPIRAN	84

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Ukuran Lapangan Bola Voli	8
Gambar 2. 2 Servis Bawah.....	10
Gambar 2. 3 Servis Atas	11
Gambar 2. 4 Passing Bawah	13
Gambar 2. 5 Passing Atas	14
Gambar 2. 6 Spike.....	16
Gambar 2. 7 Tahap awalan dalam smash.....	17
Gambar 2. 8 Tahap meloncat dalam smash	18
Gambar 2. 9 Tahap memukul bola dalam smash	19
Gambar 2. 10 Posisi Tangan Saat Melakukan Smash.....	19
Gambar 2. 11 Tahap mendarat dalam smash	21
Gambar 2. 12 Blocking.....	23
Gambar 3. 1 Langkah – Langkah Penggunaan Metode R&D.....	33
Gambar 3. 2 Langkah-Langkah Penelitian Pengembangan	33

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Penelitian Yang Relevan.....	26
Tabel 3. 1 Waktu Penelitian dan Tempat Penelitian	31
Tabel 3. 2 Kategori Persentase Kelayakan Dalam Skala Persentase	40
Table 4. 1 Daftar Pertanyaan dan Tanggapan Pelatih Mengenai Latihan Bola Voli.....	42
Table 4. 2 Tabel Model Pengembangan Latihan Smash.....	43
Table 4. 3 Data Hasil Penilaian Dosen Ahli Materi Bola Voli “Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli”	53
Table 4. 4 Data Hasil Penilaian Pelatih Bola Voli level Nasional “Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli”	60
Table 4. 5 Data Hasil Penilaian Dosen Ahli Gerak Motorik “Pengembangan Model Latihan Smash Permainan Bola Voli”	68
Table 4. 6 Revisi Draft Produk Akhir	75
Table 4. 7 Kategori Persentase Kelayakan Dalam Skala Persentase	77

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Keputusan Penetapan Pembimbing Skripsi	81
Lampiran 2 Kartu Bimbingan Skripsi	82
Lampiran 3 Hasil Penilaian Kepelatihan	83
Lampiran 4 Hasil Penilaian Bola Voli	86
Lampiran 5 Hasil Penilaian Dosen Motorik	Error! Bookmark not defined. 8
Lampiran 6 Revisi Validasi Ahli Kepelatihan	90
Lampiran 7 Surat Keterangan Club Bola Voli Kencana Jaya	91
Lampiran 8 Sertifikasi Lisensi Pelatih Bola Voli	93
Lampiran REKAPITULASI HASIL VALIDASI DARI SELURUH VALIDATOR	94
Lampiran Hasil Dokumentasi Selama Penelitian	95
Lampiran Riwayat Hidup	97