

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN PASSING ATAS BOLA VOLI**

**BERBASIS DRILL PADA ATLET DI CLUB BEKASIMUDA**

**SKRIPSI**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Dalam Memperoleh Gelar  
Strata Satu Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keguruan  
Dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam "45" Bekasi**



**TIARI HARDIANTI**

**41182191180239**

**JURUSAN PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI**

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN**

**UNIVERSITAS ISLAM "45" BEKASI**

**2022**

## LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING

Skripsi ini yang berjudul "Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis *Drill* Pada Atlet Di Club Bekasi Muda", telah diterima dan disahkan oleh dewan penguji skripsi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Universitas Islam "45" Bekasi

Pembimbing



Dr. Apta Mylsidayu, M.Or

Mengetahui

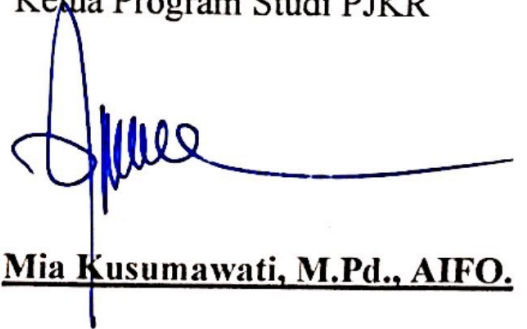
Dekan FKIP



Yudi Badianti, M.Pd,

Disahkan Oleh

Ketua Program Studi PJKR



Mia Kusumawati, M.Pd., AIFO.

## **Motto dan Persembahan**

### **Motto**

Sukses adalah jumlah dari upaya kecil, yang diulangi hari demi hari

### **Persembahan**

Skripsi ini saya persembahkan kepada orang tua tersayang yang selalu mendukung dan memberi motivasi dan kasihku tercinta yang selalu membantu mendukung perjalannya skripsi ini dan teman-temanku seperjuangan



## ABSTRAK

Tiari Hardianti. 41182191180239 **Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis *Drill* Pada Atlet Di Club Bekasi Muda.** Skripsi, jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam "45" Bekasi, Pembimbing: Dr. Apta mylsidayu, M.Or

Penelitian ini dilatar belakangi oleh permasalahan yang penulis temukan terhadap pemain bola voli yaitu bisa dilihat ketika pemain melakukan gerakan passing atas yang kurang baik sehingga pada saat bertanding tidak efektif melakukan gerakan passing atas. Adapun tujuan penelitian ini adalah: mengembangkan model latihan passing atas bola voli berbasis drill pada atlet di club beksi muda.

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (research and development) Menurut (Sugiyono, 2013) menyatakan bahwa "Research and Development adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifan produk tersebut". (1)Potensi dan Masalah, yang meliputi kajian pustaka, pengamatan atau observasi lapangan dan persiapan laporan awal. Pada tahap ini dilakukan pengamatan lapangan untuk melihat kondisi dilapangan berdasarkan situasi pandemic covid-19. (2) Pengumpulan Data, Proses mengumpulkan berbagai informasi yang dapat di gunakan sebagai bahan untuk perencanaan produk tertentu yang diharapkan dapat mengatasi masalah tersebut. (3) Desian Produk, Dalam tahap ini yang mencakup persiapan bahan-bahan latihan untuk membuat desain produk awal. (4) Validasi Disain, Hasil dari pengembangan desain dan pembuatan produk tersebut terlebih dahulu produk awal dinilai (divalidasi) ke para ahli. (5) Revisi Desain, Hasil dari produk yang sudah divalidasi oleh para ahli kemudian di revisi kembali yang bertujuan untuk memperbaiki produk yang di revisi oleh para ahli.

Berdasarkan hasil uji validasi, pada ahli bola voli didapat presentase 94,5% (Layak), pada ahli motorik didapat presentase 95% (Layak), dan pada pelatih bola voli didapat presentase 95% (Layak). Berdasarkan dari hasil rata-rata validasi para ahli didapat presentase sebesar 94,8% (Layak)

Setelah mengetahui hasil rata-rata penilaian dari para ahli Bola voli, Ahli Motorik dan Pelatih Bola voli, model latihan passing atas bola voli berbasis drill pada atlet di club beksi muda ini mendapatkan hasil 94,8% Dimana skor tersebut kategori baik/layak untuk diterapkan kepada pemain atau atlet.

**Kata Kunci** : Pengembangan, passing atas dan bola voli, berbasis drill



## ABSTRACT

Tiari Hardianti. 41182191180239 **Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis *Drill* Pada Atlet Di Club Bekasi Muda.** Skripsi, jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Islam "45" Bekasi, Pembimbing: Dr. Apta mylsidayu, M.Or

This research is motivated by the problems that the authors found for volleyball players, which can be seen when players make poor passing movements so that when competing they are not effective at making overhead movements. The objectives of this research are: to develop a drill-based volleyball training model for athletes at the young Bekasi club.

The research method used in this study is research and development (research and development). According to (Sugiyono, 2013) states that "Research and Development is a research method used to produce certain products and test the effectiveness of these products". (1) Potentials and Problems, which include literature review, field observations or observations and preparation of initial reports. At this stage, field observations were carried out to see conditions in the field based on the COVID-19 pandemic situation. (2) Data Collection, The process of collecting various information that can be used as material for planning certain products that are expected to overcome these problems. (3) Product Design, In this stage which includes the preparation of training materials to make the initial product design. (4) Design Validation, The results of the design development and manufacture of the product are first assessed (validated) to the experts. (5) Design Revision, The results of products that have been validated by experts are then revised again with the aim of improving the products revised by experts.

Based on the results of the validation test, the volleyball expert got a percentage of 94.5% (adequate), for the motorist it was 95% (adequate), and the volleyball coach got 95% (adequate). Based on the results of the average validation of the experts obtained a percentage of 94.8% (Eligible).

After knowing the average results of the assessments from volleyball experts, motorists and volleyball coaches, the drill-based volleyball passing training model for athletes at the young Bekasi club got 94.8% results where the score was in a good/feasible category to be applied. to players or athletes.

Keywords: Development , passing over and volleyball, based on drill

## LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama Mahasiswa : **TIARI HARDIANTI**

NPM : 41182191180239

Program Studi : Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi

Judul Skripsi : Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bola  
Voli Berbasis *Drill* Pada Atlet Di Club Bekasi Muda

Menyatakan bahwa skripsi ini merupakan hasil karya saya sendiri. bukan merupakan plagiarisme, pencurian hasil karya milik orang lain, hasil kerja orang lain untuk kepentingan saya karena hubungan material maupun non-material, maupun segala kemungkinan lain yang hakikatnya bukan merupakan karya saya secara orisinal dan otentik.

Bekasi, 8 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan



**TIARI HARDIANTI**

NPM: 41182191180239



## KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur kehadirat Allah SWT atas berkah, rahmat dan hidayah-nya, Tugas akhir skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Pengembangan Model Latihan Passing Atas Bola Voli Berbasis *Drill* Pada Atlet Di Club Bekasi Muda” dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Dr. Hermanto, Drs., M.M. M.Pd. selaku Rektor Universitas Islam “45” Bekasi, yang telah menerima penulis menjadi mahasiswa Universitas Islam “45” Bekasi
2. Ibu Yudi Budianti, M.Pd selaku Dekan Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi
3. Ibu Mia Kusumawati, M.Pd. AIFO selaku Ketua Program Studi Penjaskesrek Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Islam “45” Bekasi yang telah memberikan izin penulis skripsi ini
4. Ibu Dr. Apta mylsidayu, M.Or. Selaku Dosen Pembimbing yang telah mengarahkan dan membantu penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Orang Tua tercinta Bapak Suharno dan Ibu Sumiyati yang telah memberikan doa dan dukungan selama proses pembuatan skripsi
6. Kekasih tersayang M.Ihsan.P yang selalu memberikan semangat dan inspirasi saya dalam mengerjakan skripsi ini

7. Semua pihak yang tidak dapat saya sebut satu persatu yang telah membantu dalam menyelesaikan penulisan naskah skripsi ini.

Teriring doa semoga amal kebaikan dari berbagai pihak tersebut mendapat balasan dari Allah SWT, Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharap kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi penulis, pembaca dan bagi dunia pendidikan

Bekasi, 8 Agustus 2022

Penulis



**Tiari Hardianti**

**NPM: 41182191180239**



## DAFTAR ISI

<b>LEMBAR PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI .....</b>	<b>iii</b>
<b>MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....</b>	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>viii</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvi</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Batasan Masalah dan Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
E. Spesifikasi Produk .....	6

<b>BAB II TINJAUAN TEORITIS .....</b>	<b>8</b>
A. Kajian Teori .....	8
1. Sejarah Permainan Bola Voli .....	8
2. Hakikat Permainan Bola Voli .....	9
3. Teknik Dasar Bola Voli .....	16
4. Metode Latihan Bola Voli Berbasis <i>Drill</i> .....	25
5. Hakikat Latihan .....	35
6. Karakteristik Usia 15-17 .....	37
B. Penelitian Yang Relevan .....	38
C. Kerangka Berfikir .....	40
<b>BAB III PROSEDUR PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
A. Metode Penelitian .....	41
B. Waktu dan Tempat Penelitian .....	41
C. Desain Penelitian .....	41
D. Definisi Operasional Penelitian .....	43
E. Prosedur Pengembangan .....	45
F. Instrumen Penelitian .....	46
G. Teknik analisis Data .....	49
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>51</b>
A. Produk Pengembangan .....	51
1. Analisis Kebutuhan .....	51
2. Deskripsi Draf Produk Awal .....	52
3. Deskripsi Data Validasi Ahli .....	63



4. Revisi Draf Produk Awal .....	65
5. Kajian Produk Akhir .....	83
6. Hasil Penilaian Rata-Rata Uji Validasi .....	94
B. Pembahasan .....	96
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>98</b>
A. Kesimpulan .....	98
B. Saran .....	98
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>99</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>101</b>
<b>DAFTAR RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>113</b>

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 2.1 Lapangan Bola voli .....</b>	<b>11</b>
<b>Gambar 2.2 Bola voli .....</b>	<b>12</b>
<b>Gambar 2.3 Net Bola voli .....</b>	<b>13</b>
<b>Gambar 2.4. Rod antena .....</b>	<b>14</b>
<b>Gambar 2.5 Teknik dasar servis bawah .....</b>	<b>18</b>
<b>Gambar 2.6 Teknik dasar service atas .....</b>	<b>19</b>
<b>Gambar 2.7 Teknik dasar passing bawah .....</b>	<b>20</b>
<b>Gambar 2.8 Teknik dasar passing atas .....</b>	<b>22</b>
<b>Gambar 2.9 Teknik dasar smash .....</b>	<b>24</b>
<b>Gambar 2.10 Teknik dasar <i>blocking</i> .....</b>	<b>25</b>
<b>Gambar 2.11 Model Latihan 1 .....</b>	<b>26</b>
<b>Gambar 2.12 Model Latihan 2 .....</b>	<b>27</b>
<b>Gambar 2.13 Model Latihan 3 .....</b>	<b>28</b>
<b>Gambar 2.14 Model Latihan 4 .....</b>	<b>29</b>
<b>Gambar 2.15 Model Latihan 5 .....</b>	<b>30</b>
<b>Gambar 2.16 Model Latihan 6 .....</b>	<b>31</b>



<b>Gambar 2.17 Model Latihan 7 .....</b>	<b>32</b>
<b>Gambar 2.18 Model Latihan 8 .....</b>	<b>33</b>
<b>Gambar 2.19 Model Latihan 9 .....</b>	<b>34</b>
<b>Gambar 2.20 Model Latihan 10 .....</b>	<b>35</b>
<b>Gambar 3.1 Langkah-langkah penelitian .....</b>	<b>42</b>
<b>Gambar 3.2 Desain penelitian .....</b>	<b>43</b>
<b>Gambar 4.1 Model Latihan 1 .....</b>	<b>53</b>
<b>Gambar 4.2 Model Latihan 2 .....</b>	<b>54</b>
<b>Gambar 4.3 Model Latihan 3 .....</b>	<b>55</b>
<b>Gambar 4.4 Model Latihan 4 .....</b>	<b>56</b>
<b>Gambar 4.5 Model Latihan 5 .....</b>	<b>57</b>
<b>Gambar 4.6 Model Latihan 6 .....</b>	<b>58</b>
<b>Gambar 4.7 Model Latihan 7 .....</b>	<b>59</b>
<b>Gambar 4.8 Model Latihan 8 .....</b>	<b>60</b>
<b>Gambar 4.9 Model Latihan 9 .....</b>	<b>61</b>
<b>Gambar 4.10 Model Latihan 10 .....</b>	<b>62</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 3.1 Instrumen penelitian R&amp;D Model Latihan Passing Atas</b>	
<b>Bola voli.....</b>	<b>47</b>
<b>Tabel 3.2 Kategori persentase kelayakan dalam skala persentase.....</b>	<b>50</b>
<b>Tabel 4.1 Daftar pertanyaan dan tanggapan pelatih mengenai .....</b>	
<b>latihan passing .....</b>	<b>52</b>
<b>Tabel 4.2 Kategori persentase kelayakan dalam skala persentase .....</b>	<b>95</b>



## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.1 Surat keputusan penetapan pembimbingan penulisan</b>	<b>101</b>
<b>Lampiran 1.2 Surat izin penelitian.....</b>	<b>102</b>
<b>Lampiran 1.3 Kartu Bimbingan Skripsi.....</b>	<b>103</b>
<b>Lampiran 1.4 Surat permohonan Validasi Ahli Bola voli .....</b>	<b>104</b>
<b>Lampiran 1.5 Hasil Penilaian Ahli Bola Voli .....</b>	<b>105</b>
<b>Lampiran 1.6 Surat Permohonan Validasi Ahli Motorik .....</b>	<b>106</b>
<b>Lampiran 1.7 Hasil Penilaian Ahli Motorik .....</b>	<b>107</b>
<b>Lampiran 1.8 Surat Permohonan Validasi Ahli Pelatih Bola Voli .....</b>	<b>108</b>
<b>Lampiran 1.9 Hasil Penilaian Validasi Pelatih Bola Voli .....</b>	<b>109</b>
<b>Lampiran 1.10 Dokumentasi Sertifikat Pelatih Bola Voli .....</b>	<b>110</b>
<b>Lampiran 1.11 Gerakan Model Latihan .....</b>	<b>111</b>
<b>Lampiran 1.12 Dokumentasi Foto .....</b>	<b>112</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>113</b>