

PENGEMBANGAN ALAT BANTU DRILL UNTUK MELATIH SMASH PADA PERMAINAN BOLAVOLI

Siti Mukaromah¹, Anung Probo Ismoko², Nofa Arief Wibowo³

^{1,2,3} Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Pacitan
Email: Sitimukaromah515@gmail.com¹, ismokoanung@stkippacitan.ac.id²,
nofanwg@yahoo.co.id³

Abstrak: Penelitian ini menghasilkan alat yang digunakan untuk latihan *smash*. Peneliti menggunakan metode *Research And Development*. Dengan langkah; (1) identifikasi potensi masalah, (2) pengumpulan data, (3) desain produk, (4) validasi produk, (5) revisi produk, (6) uji coba produk, (7) produk akhir/masal. Instrument yang digunakan untuk pengumpulan data antara lain; (1) angket validasi ahli materi, (2) angket validasi ahli media, (3) lembar kuesioner atlet. Validasi uji kelayakan produk melibatkan ahli media dan materi. Uji coba skala kecil dilakukan kepada 4 tim bolavoli dengan jumlah pemain 24 orang dan uji skala besar dilakukan kepada 8 tim bolavoli dengan jumlah pemain 48 orang. Teknik analisis data menggunakan teknik analisis persentase kuantitatif. Hasil dari ahli materi aspek materi adalah 94% dan aspek fungsional adalah 94% dengan kategori “sangat baik”. Hasil dari ahli media aspek tampilan alat adalah 94% dan aspek desain penggunaan petunjuk 97% kategori “sangat baik”. Uji skala kecil memperoleh hasil 88% dan 81% untuk uji skala besar dengan kategori “sangat baik”.

Kata Kunci: Bolavoli, Drill, smash

Abstract: This study creates a tool used for dam practice. The researcher uses the Research and Development method. with steps; (1) identifying potential problems, (2) data collection, (3) product design, (4) product validation, (5) product evaluation, (6) product testing , (7) final product/volume. Tools used to collect data include; (1) The Material Specialist Confirmation Questionnaire, (2) The Communication Specialist Confirmation Questionnaire, (3) The Athlete Questionnaire. Certified product appraisals include media and materials experts. The small scale test was conducted on 4 volleyball teams with 24 players and the large scale test was conducted on 8 volleyball teams with 48 players. Data analysis techniques using quantitative percentile analysis techniques. The results of the materials experts in terms of physical aspects were 94% functional aspects of 94% with the category “very good”. Media experts' results in the tool appearance aspect were 94% in the design aspect using the guideline 97% in the "very good" category. The small-scale test scores 88-81% for the large-scale test at "very good".

Keywords: Volleyball, Drill, smash

PENDAHULUAN

Olahraga memainkan peran yang sangat penting dikehidupan terutama untuk meningkatkan pertumbuhan fisik dan psikologis yang baik dari sebelumnya sehingga menciptakan pemain muda yang berkualitas. Generasi muda yang berkualitas akan menjadi cerminan perkembangan olahraga yang dapat menghasilkan prestasi. Jika berbicara tentang dunia olahraga saat ini maka ada beberapa olahraga yang sangat populer dikalangan masyarakat dan sangat digemari.

Bolavoli adalah olahraga yang diminati banyak orang. Bolavoli pertama kali ditemukan di Amerika Serikat tahun 1895 oleh William G. Morgan. Game ini dulu

disebut *Mini-Tonette*. Seiring berjalannya waktu, olahraga tersebut berganti nama menjadi bolavoli. Bolavoli secara struktural dinaungi dan diatur oleh *Fédération Internationale de Volleyball* (FIVB).

Teknik dasar merupakan modal utama dan sangat penting bagi atlet bolavoli. Seorang atlet tentunya sudah harus menguasai teknik dasar saat bermain bolavoli yang akan digunakan untuk membatu perkembangan mereka dalam melakukan permainan. Teknik dasar bolavoli yaitu *servis* (pukulan pertama) untuk *servis* bawah dan atas, dan *passing* (operan) untuk *passing* atas dan bawah, serta *smash* (serangan). Ada banyak jenis yang berbeda. *Smash* yaitu *open smash*, *fast smash*, *long smash*, *block* (menghalangi bola). Menguasai teknik dasar bolavoli merupakan elemen kunci yang harus diajarkan kepada pemain agar dapat bermain dengan baik. Bolavoli merupakan olahraga permainan yang memerlukan koordinasi ritmis antar gerakan untuk melakukan keterampilan dasar bolavoli.

Bermain bolavoli secara beregu mempunyai peranan penting dalam meningkatkan dan mengembangkan disiplin teknik dasar bolavoli. Tim yang terdiri dari *trainer* sebagai fasilitator dalam pelatihan. Atlet diharapkan dapat memberikan pelatihan dan pendidikan yang optimal melalui berbagai latihan. Variasi latihan juga dapat mengurangi kebosanan pada atlet. Dalam praktiknya, hal ini sering terjadi karena pelatih menerapkan program latihan yang kurang variatif di setiap pertemuannya.

Berdasarkan wawancara lapangan yang dilakukan peneliti dengan pelatih tim bolavoli bintang muda dan tunas harapan peneliti menemukan masalah umum, yaitu saat latihan pemain kurang melakukan kemampuan teknik *smash*. Faktor yang menentukan adalah tidak digunakannya alat bantu pada saat latihan yang mengganggu proses latihan khususnya latihan *smash* bagi pemain bolavoli. Selain itu, latihan selalu dilakukan secara manual dan belum ada alat untuk latihan *smash*. Peneliti berinisiatif untuk mengembangkan model pelatihan dan menggunakan alat pelatihan. Program latihan yang meningkatkan *smash* merupakan latihan yang diinginkan dalam peningkatan kemampuan *smash*. Struktur latihan *drill* merupakan pengulangan gerakan yang dilakukan secara terus menerus, diharapkan dapat membentuk sikap dasar dalam melakukan gerakan *smash* yang benar. Keuntungan *drill* adalah ; 1) Latihan *drill* bersifat otomatis dan memungkinkan pengulangan gerakan yang dilakukan dalam kondisi tertentu. 2) Pemain fokus pada gerakan dan akurasi saat menerima bola. 3) Selalu perbaiki

kesalahan selama latihan 4) Latihan juga harus berpindah dari situasi latihan ke permainan.

Dilihat dari masalah tersebut, peneliti berfikir untuk untuk melakukan penelitian dan mengembangkan alat bantu latihan *smash* pada bolavoli dengan menggunakan bolavoli sebagai penyangga mesin pelontar untuk mengevaluasi gerakan dan ketepatan pemain dalam permainan bolavoli pada saat *smash*.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Peneliti menggunakan penelitian dan pengembangan *Research And Development (R&D)* yang digunakan untuk membuat produk tertentu dan menguji keefektifitan produk.

Prosedur Pengembangan

Dalam pengembangan ini, peneliti telah mengembangkan alat berupa mesin pelontar dengan kegunaan dapat melatih *smash* pada permainan bolavoli. Pengembangan alat ini bertujuan untuk mempermudah latihan dalam *smash* dengan mengefesiensi dan mengefektifitas waktu serta energi untuk memfasilitasi pelatihan. Dengan adanya alat bantu *drill* berupa mesin pelontar ini maka dalam proses latihan *smash* akan digunakan sebagai pengganti seorang *setter* yang sedang mengumpan.

Prosedur penelitian pengembangan alat bantu *drill* untuk melatih *smash* ini mengadaptasi langkah-langkah pengembangan model Sugiyono (2012:409) yang telah diringkas menjadi : (1) identifikasi potensi masalah, (2) pengumpulan data, (3) desain produk, (4) validasi produk, (5) revisi produk, (6) uji coba produk, (7) produk akhir/masal.

Tempat Dan Waktu Penelitian

Dilakukan tanggal 18-19 Juli 2023 di Dusun Bolosingo dan Dusun Perang.

Subjek Uji Coba

Subjek uji penelitian ini adalah 8 Tim Bolavoli Bintang Muda dan 4 Tim Bolavoli Tunas Harapan.

Jenis Data

Jenis data diperoleh dari informasi observasi peneliti terhadap subjek yang diteliti dengan cara mengambil hasil perhitungan validasi alat dan menghitung dalam angket atlet.

Teknik Dan Instrument Pengumpulan Data

Melalui observasi, angket, wawancara dan dokumentasi yang digunakan untuk melihat kelayakan pengembangan alat.

Teknik Analisis Data

yaitu analisis kuantitatif persentase dengan evaluasi numerik yang disajikan dalam bentuk persentase (%). Data kuantitatif diperoleh dari nilai yang diberikan validator untuk produk tersebut. Skala likert digunakan dalam angket validasi ahli dan variabel terdapat 5 kategori

HASIL DAN PEMBAHASAN

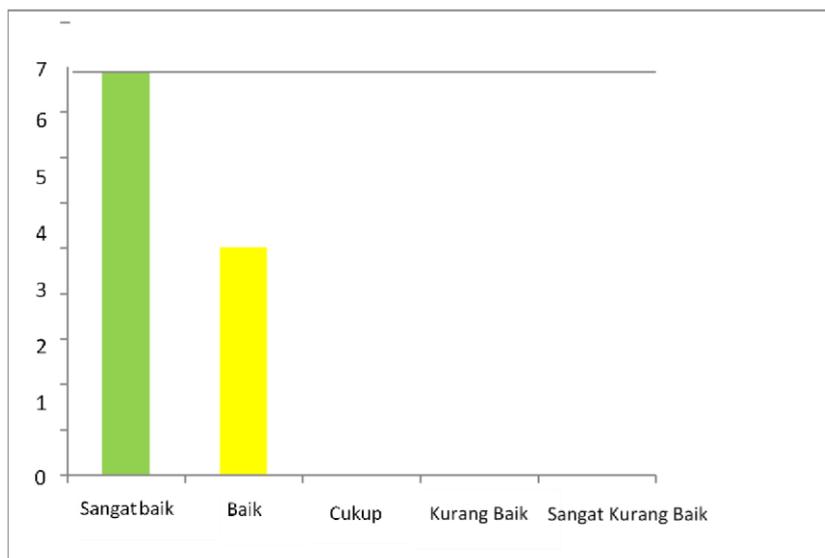
Permasalahan yang sering terjadi saat bermain bolavoli adalah kurang baik dalam melakukan *smash*. Faktor yang menentukan adalah minimnya perlengkapan untuk latihan sehingga menghambat proses latihan dalam pertandingan bolavoli. Sarana yang biasa digunakan adalah jaring, bola dan lapangan. Kurangnya program pelatihan juga akan menghambat pelatihan pemain bolavoli.

Hasil produk berupa alat bantu drill smash. Alat bantu ini berupa mesin pelontar dengan berbahan (1) 2 dinamo digunakan sebagai pelontar bola, (2) 1 dimmer untuk mengatur kecepatan bola atau tinggi rendahnya bola, (3) besi lembaran sebagai penutup mesin. (4) pipa besi sebagai penyangga, (5) keranjang bola, (6) 4 roda trolly untuk mempermudah dalam meminahkan alat, (7) tombol *on/off*.

Berdasarkan hasil ahli materi, pada penilaian aspek materi adalah 94% sedangkan penilaian aspek fungsional alat adalah 94%. Dapat disimpulkan penilaian ahli materi adalah 94% kategori “Sangat Baik”.



Gambar 1. Grafik Penilaian Aspek Materi Dari Ahli Materi

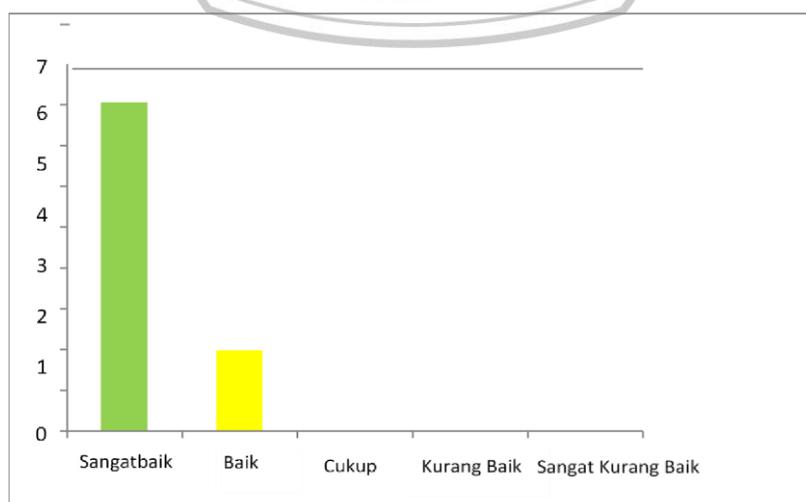


Gambar 2. Grafik Penilaian Aspek Fungsional Dari Ahli Materi

Hasil penilaian ahli media pada aspek tampilan alat adalah 94% sedangkan aspek desain penggunaan petunjuk adalah 97%. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa penilaian ahli media adalah 95,5% masuk dalam kategori “Sangat Baik”.

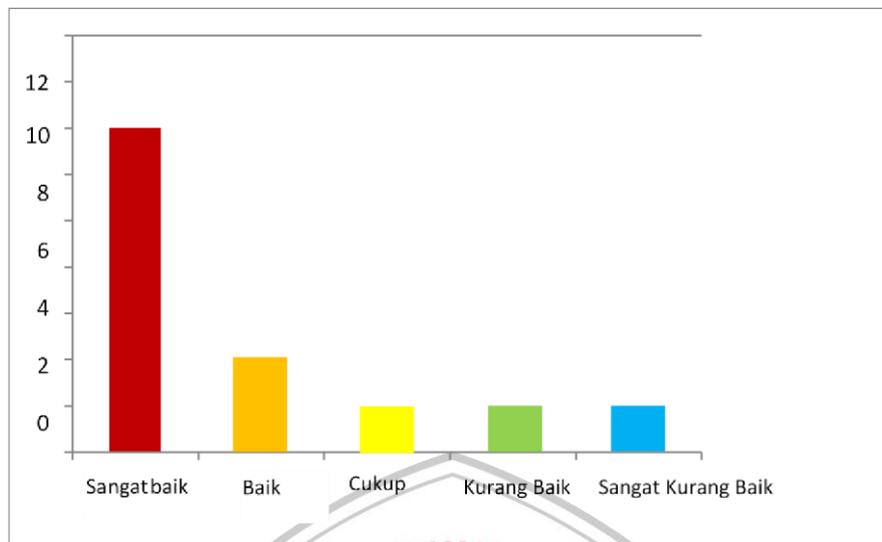


Gambar 3. Grafik Penilaian Aspek Tampilan Alat Dari Ahli Media



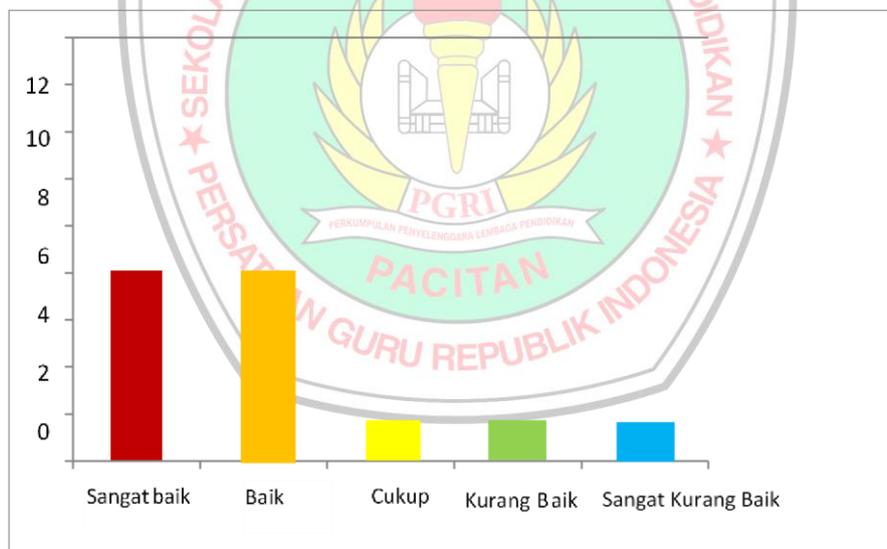
Gambar 4. Grafik Penilaian Aspek Desain Penggunaan Dari Ahli Media

Hasil perolehan data skala kecil adalah 88% kategori “sangat baik” yang dilakukan pada 4 tim bolavoli Tunas Harapan dengan 24 pemain.



Gambar 5. Grafik Penilaian Skala Kecil

Hasil perolehan data skala besar adalah 81% kategori “sangat baik” yang dilakukan pada 8 tim bolavoli Bintang Muda dengan 48 pemain.



Gambar 6. Grafik Penilaian Skala Besar

KESIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Tujuan dari penelitian ini adalah menghasilkan sebuah alat bantu *smash* dengan menggunakan metode pengembangan *Research And Development (R&D)*. dengan hasil penelitian semua dengan kategori “sangat baik” yaitu dari ahli materi aspek materi 94%,

aspek fungsional 94%. Dari ahli media aspek tampilan alat 94%, aspek penggunaan petunjuk 97%, uji skala kecil 88 % dan skala besar 81%.

Saran

Saran dari penelitian yang dilakukan adalah alat bisa digunakan secara tim maupun individu, dan semoga alat ini dapat membantu para pelatih pada saat latihan khususnya *smash* bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi, Nuril. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Beutelstahl, Dieter. 2009. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya.
- Chandra, Sodikin. 2010. "*Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*". Jakarta: Pusat Pembukuan Kementerian Pendidikan Nasional Tahun 2010.
- Dinata Marta. 2004. *Belajar Bola Voli*. Jakarta: Pada Penerbit Cerdas Jaya.
- Nugroho, Erfiyanto, Dwi. 2016. *Pengembangan Alat Pelontar Bola Multifungsi*. SKRIPSI. Fakultas Ilmu Keolahragaan: Universitas Negeri Yogyakarta.
- N Putra (2015). *Research & Development Penelitian dan Pengembangan*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Pranatahadi. (2009). *Teknik dasar dalam permainan bola voli*. Yogyakarta: Pengprop PBVSI DIY.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.