



Plagiarism Checker X - Report

Originality Assessment

Overall Similarity: **32%**

Date: Sep 19, 2021

Statistics: 576 words Plagiarized / 1817 Total words

Remarks: Moderate similarity detected, you better improve the document (if required).

PENGEMBANGAN ALAT BANTU UNTUK MELATIH AKURASI SMASH DALAM PERMAINAN

BOLA VOLI Aji Pangestu¹, Anung Probo Ismoko, M.Or², Nofa Arief Wibowo, M.Pd³

¹Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI Pacitan Email :

ajidamansari@gmail.com ²Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP PGRI

Pacitan Email : ismokoanung@gmail.com ³Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan

Rekreasi, STKIP PGRI Pacitan Email : nofanwg@yahoo.co.id

Abstrak: Penelitian ini bertujuan untuk menghasilkan sebuah produk berupa alat bantu untuk melatih akurasi smash bola voli. Pengembangan alat ini dapat membantu latihan akurasi smash bola voli sehingga dapat menunjang atlet dalam proses meningkatkan akurasi smash bola voli.

Penelitian ini menggunakan desain pengembangan. Prosedur pengembangannya adalah sebagai berikut: (1) studi pendahuluan, (2) menyusun perencanaan, (3) mengembangkan produk awal, (4) mengembangkan instrumen penelitian, (5) melakukan uji coba, (6)

menyusun produk akhir. Subjek penelitian ini adalah 10 orang atlet dari klub Jantan VBC untuk uji skala kecil sedangkan untuk uji coba skala besar melibatkan 20 orang atlet dari klub Wirati. Instrumen pengumpulan data menggunakan teknik observasi, wawancara, dan angket kuisioner. Validasi penelitian ini adalah ahli materi, dan ahli media. Teknik analisis data dari penelitian ini menggunakan skala likert. Hasil penelitian ini mendapatkan

penilaian 4,60 dari ahli materi yang masuk dalam kategori "Sangat Baik". Sedangkan dari ahli media mendapatkan penilaian 4,19 yang masuk kategori "Baik". Uji coba skala kecil mendapatkan penilaian 4,31 yang masuk dalam kategori "Sangat Baik". Sedangkan hasil uji skala besar mendapatkan penilaian 4,36 yang masuk dalam kategori "Sangat Baik". Kata

Kunci: **Alat Bantu, Latihan, Akurasi, Smash, Bola Voli**

PENDAHULUAN Permainan bola voli yang awal mulanya diberi nama Minonette ini merupakan salah satu cabang permainan

olahraga yang sangat memasyarakat, artinya permainan bola voli ini banyak diminati berbagai kalangan, mulai dari kalangan masyarakat baik pria maupun wanita, dan anak-

anak. Permainan bola voli merupakan permainan olahraga yang dimainkan oleh 2 tim

secara berlawanan dengan masing-masing tim memiliki 6 orang pemain, di dalam tim antar pemain juga harus mampu bekerjasama secara baik. Menurut Ahmadi (2007:20)

mengatakan bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang populer dikalangan masyarakat Indonesia dari kalangan bawah hingga atas olahraga. Permainan bola voli kini telah mengalami perkembangan yang cukup pesat, hal ini ditandai dengan banyaknya kejuaraan yang telah digelar, baik tingkat nasional maupun tingkat internasional.

Permainan bola voli ini memiliki peraturan serta teknik-teknik dasar yang sudah semestinya dikuasai baik untuk kalangan pemula maupun kalangan profesional salah satunya adalah teknik smash atau pukulan. Menurut Marta Dinata (2004:8) pada dasarnya prinsip bermain bola voli adalah memantul-mantulkan bola di udara agar jangan sampai bola menyentuh lantai, bola dimainkan sebanyak-banyaknya tiga sentuhan dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola hasil sentuhan itu diseberangkan ke lapangan lawan melewati jaring sesulit mungkin. Smash atau pukulan merupakan salah satu teknik yang sering digunakan oleh pemain bola voli untuk melakukan serangan terhadap lawan dan mendapatkan point guna untuk memenangkan sebuah pertandingan.

Menurut Pranatahadi (2007: 31) smash adalah tindakan memukul bola ke lapangan lawan, sehingga bola bergerak melewati atas jaring atau net sehingga mengakibatkan pihak lawan sulit mengembalikan. Dalam proses latihan masih banyak atlet atau pemain yang belum bisa menguasai teknik smash karena disebabkan kurangnya pemahaman dan kurangnya modifikasi pengembangan model latihan dan juga pengembangan alat bantu. Sering kali atlet dalam melakukan smash bola tidak mampu menyeberangkan bola dan tidak mampu menempatkan bola ke sasaran yang telah ditentukan pada daerah permainan bola voli atau meleset keluar dari lapangan bola voli. Hal tersebut dikarenakan perkenaan bola dengan tangan masih belum tepat sehingga tidak tepat pada sasaran atau target.

Model latihan smash adalah suatu latihan yang digunakan oleh pelatih untuk memberikan suatu materi yang berbeda-beda kepada atlet untuk menghindari suatu kebosanan dan juga kejenuhan dalam melakukan latihan. Menurut Sukadiyanto (2011:13) Latihan adalah proses untuk meningkatkan kualitas fungsi sistem organ tubuh manusia, sehingga mempermudah olahragawan dalam penyempurnaan gerakannya. Setiap pelatih dalam menyusun program latihan harus memikirkan tentang variasi dalam pemberian menu

latihan atau materi. Karena model latihan sangat penting untuk menjaga minat dan keaktifan seorang atlet dalam mengikuti proses latihan, maka dari itu perlu adanya modifikasi latihan yang variatif untuk melatih akurasi smash pada permainan bola voli. Akurasi merupakan faktor yang diperlukan seorang untuk mencapai target yang diinginkan. Semakin bagus kemampuan akurasi seorang, semakin terampil seorang pemain untuk memberi arah kepada sasaran dengan maksud dan tujuan tertentu Untuk meningkatkan kemampuan akurasi smash pada permainan bola voli perlu adanya modifikasi pengembangan alat agar tujuan dari latihan dapat dicapai dengan maksimal dan membantu para pelatih dalam melaksanakan proses latihan bola voli. Menurut Wahjoedi (2001:61) akurasi adalah kemampuan tubuh atau anggota tubuh untuk mengarahkan sesuatu sesuai dengan sasaran yang dikehendaki. Berdasarkan uraian di atas, peneliti mempunyai gagasan untuk mengembangkan sebuah alat bantu untuk melatih akurasi smash pada permainan bol voli. Sehingga produk yang dihasilkan dapat dijadikan sebuah referensi untuk melakukan kegiatan latihan bola voli.

METODE PENELITIAN

¹⁴Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan (research and deveopment). Disebut pengembangan berbasis penelitian (research-based development). ¹⁶Menurut sugiyono, (2010: 297) metode penelitian pengembangan adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu, dan mengkaji keefektifan produk tersebut. ¹⁷Lain halnya, untuk menghasilkan produk tertentu diperlukan analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut. ²Produk tersebut tidak selalu berbentuk benda atau perangkat keras (hardware), seperti buku, modul, alat bantu pembelajaran dilapangan, tetapi bisa juga dll. Untuk dapat menghasilkan produk tertentu digunakan penelitian yang bersifat analisis kebutuhan dan untuk menguji keefektifan produk tersebut upaya dapat berfungsi dimasyarakat luas, maka diperlukan penelitian untuk menguji keefektifan produk tersebut. Metode penelitian dan pengembangan banyak digunakan dibidang ilmu alam dan teknik. Namun penelitian dan pengembangan juga biasa digunakan dalam bidang ilmu-ilmu sosial, manajemen, dan pendidikan. ¹¹Dalam bidang pendidikan, penelitian ini pengembangan salah satunya menghasilkan sebuah

produk. Dalam penelitian dan pengembangan ini difokuskan untuk menghasilkan produk alat untuk latihan smash dalam cabang olahraga bola voli.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Produk awal yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah sebuah alat yang memiliki ketinggian dan kemiringan papan untuk memantulkan bola agar kepraktisan tetap terjaga serta pantulan bola yang dihasilkan bisa mantul sempurna. Walaupun alat ini terbilang sederhana namun memiliki beberapa keunggulan, yaitu papan pantul yang lebar dan pada panggung bagian belakang bisa digunakan untuk melatih para blocker, dan kepraktisan dalam penggunaan alat tersebut. Selanjutnya, peneliti melakukan validasi produk dengan ahli materi dan ahli media. Dari validasi dari ahli materi, ada dua aspek yang dinilai yaitu aspek materi dan fungsional. Pada penilaian dari aspek materi oleh ahli materi diperoleh data sebesar 60,00% termasuk dalam kriteria "Sangat Baik" dan 40,00% termasuk dalam kriteria "Baik".

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	6	60,00 %
Baik	4	40,00 %
Cukup	0	0,00 %
Kurang Baik	0	0,00 %
Sangat Kurang	0	0,00 %
Jumlah	10	100,00 %

Dan pada Penilaian aspek fungsional oleh ahli materi diperoleh data sebesar 60,00% termasuk dalam kriteria "Sangat Baik" dan 40,00% termasuk dalam kriteria "Baik".

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	6	60,00 %
Baik	4	40,00 %
Cukup	0	0,00 %
Kurang Baik	0	0,00 %
Sangat Kurang	0	0,00 %
Jumlah	10	100,00 %

Berikut dibawah Tabel hasil rekapitulasi validasi dari ahli materi pada aspek materi sebesar 4,6 termasuk dalam kategori "Sangat Baik". Rerata penilaian hasil validasi dari ahli materi pada aspek fungsional sebesar 4,6 termasuk dalam kategori "Sangat Baik". Rerata keseluruhan hasil validasi ahli materi sebesar 4,6 termasuk dalam kategori "Sangat Baik".

Aspek	Jumlah Rerata	Kategori
Aspek Materi	4,6	Sangat Baik
Aspek Fungsional	4,6	Sangat Baik
Jumlah	9,2	Rerata Keseluruhan 4,6 Sangat Baik

Dari validasi ahli media, ada 2 aspek yang dinilai yaitu aspek tampilan alat dan aspek desain petunjuk penggunaan alat. Hasil distribusi kedua aspek dapat dilihat pada tabel berikut dibawah ini :

Kriteria	Frekuensi	Persentase
Sangat Baik	5	25,00 %
Baik	15	75,00 %
Cukup	0	0,00 %
Kurang Baik	0	0,00 %
Sangat Kurang	0	0,00 %
Jumlah	20	100,00 %

Selanjutnya dari kedua aspek penilaian tersebut dicara rata-rata agar mudah dalam menganalisis hasil dari validasi ahli media.

Hasil rekapitulasi dapat dilihat pada tabel berikut ini : No. 19 **Aspek yang dinilai** Hasil Penilaian Kriteria 1 Aspek Tampilan Alat 4,38 Sangat Baik 2 Aspek Desain Petunjuk Penggunaan 4,00 Baik Jumlah 4,19 Baik Dari validasi ahli media di atas, ada 2 **aspek yang dinilai** yaitu aspek tampilan alat dan aspek tampilan desain petunjuk penggunaan. Dari dua aspek yang dinilai, masing-masing mendapatkan penilaian 4,38 dan 4,00. Jika dirata-rata, hasil **validasi ahli media** adalah 4,19 yang masuk dalam kriteria "Baik". Dalam **uji coba skala kecil** ini melibatkan 10 orang atlet **yang ikut dalam** peserta **uji coba produk** tersebut yang dilakukan di klub bola voli Wirati. Khususnya atlet yang berposisi sebagai spiker untuk mencoba produk tersebut. Selanjutnya, peneliti membagikan angket peneliti dan menjelaskan terkait bagaimana teknis pengisian angketnya. **Dari uji coba skala kecil dan** setelah di konversi ke dalam tabel, dapat dilihat rata-rata penilaian dari **subjek uji coba**. Dari 15 poin penilaian **yang ada di** angket 8 poin menyatakan rata-rata "Baik" dan 7 poin menyatakan "Sangat Baik". Dari hasil di atas kemudian rerata dijumlahkan dan dicari rata-rata penilaian akhir. Rata-rata dari keseluruhan poin penilaian adalah 4,31 yang berarti alat tersebut "Sangat Baik". Kriteria Frekuensi Persentase Sangat Baik 7 46,66 % Baik 8 53,33 % Cukup 0 0,00 % Kurang Baik 0 0,00 % Sangat Kurang 0 0,00 % Jumlah 15 100,00 % Setelah melakukan **uji coba skala kecil**, kemudian peneliti melakukan **uji coba produk** atau alat di uji coba skala **besar**. **Uji coba** pada skala besar ini melibatkan 20 atlet **yang ada di** klub Jantan VBC. Selanjutnya, peneliti membagikan angket peneliti dan menjelaskan terkait bagaimana teknis pengisian angketnya. **Dari uji coba skala besar dan** setelah di konversi ke dalam tabel, dapat dilihat rata-rata penilaian dari **subjek uji coba**. Dari 15 poin penilaian yang ada di angket 4 poin menyatakan rata-rata "Baik" dan 11 poin menyatakan "Sangat Baik". Dari hasil di atas kemudian rerata dijumlahkan dan dicari rata-rata penilaian akhir. Rata-rata dari keseluruhan poin penilaian adalah 4,36 yang berarti alat tersebut "Sangat Baik". Kriteria Frekuensi Persentase Sangat Baik 11 73,33 % Baik 4 26,66 % Cukup 0 0,00 % Kurang Baik 0 0,00 % Sangat Kurang 0 0,00 % Jumlah 15 100,00 %

SIMPULAN DAN SARAN Penggunaan alat ini cukup mudah untuk dipahami, karena alat **ini dirancang dengan** desain model **yang tepat**. Untuk harga kemungkinan besar juga

relative karena bahan yang dibuat menggunakan kerangka besi dan papan triplek, karena alat ini di desain agar kuat saat dipakai untuk latihan bola voli. SARAN Bagi pengguna alat ini semoga alat ini dapat dimanfaatkan dalam proses latihan baik di ¹⁸klub bola voli maupun individual training sehingga mendapatkan hasil yang memuaskan. Selain itu alat ini juga bias digunakan secara personal. Alat ini selain melatih akurasi dalam melakukan smash juga dapat digunakan untuk melatih arah smash agar smashnnya tidak terbelung oleh blok dan juga melatih receive, deffent baik pasing atas maupun pasing bawah.

DAFTAR PUSTAKA Ahmadi, Nuril. Panduan Olahraga Bolavoli. Surakarta: Era Pustaka

Utama, 2007 Dinata Marta. (2004). Belajar Bola Voli. Jakarta: Pada Penerbit Cerdas Jaya

Pranatahadi. (2007). Pedoman Pelatihan Bola Voli Nasional. Yogyakarta: FIKUNY.

Sukadiyanto, Muluk, D. (2011). Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik. Bandung:

Lubuk Agung. Sugiyono. (2010). ¹²Metode penelitian pendidikan. Bandung:

Alfabet <http://repository.stkippacitan.ac.id> 1

Sources

1	https://www.researchgate.net/journal/Jorpres-Jurnal-Olahraga-Prestasi-0216-4493 INTERNET 6%
2	https://arivinul.blogspot.com/2012/04/penelitian-dan-pengembangan-research.html INTERNET 3%
3	https://www.researchgate.net/publication/343421877_Pengembangan_Prototipe_Alrat_Bantu_Latihan_Reaksi_Yang_Menggunakan_Sinyal_Lampu_Dan_Bunyi_Terhadap_Kecepatan_Lemparan_Atas_Softball INTERNET 3%
4	http://journal.um.ac.id/index.php/pendidikan-jasmani/article/download/7505/3425 INTERNET 2%
5	http://download.garuda.ristekdikti.go.id/article.php?article=937308&val=14493&title=Peningkatan%20Ketepatan%20Smash%20Bola%20Voli%20Dengan%20Metode%20Target%20Games%20Pada%20Siswa%20Kelas%20XI%20SMA%20Darul%20Hikmah%20Tahunpelajaran%2020172018 INTERNET 2%
6	https://core.ac.uk/download/pdf/222783343.pdf INTERNET 2%
7	https://core.ac.uk/download/pdf/78025303.pdf INTERNET 1%
8	https://ojs.unm.ac.id/pubpend/article/download/9072/pdf INTERNET 1%
9	https://dorisikembar.wordpress.com/ INTERNET 1%
10	https://mydream297.wordpress.com/2016/08/30/bola-voli/ INTERNET 1%
11	https://core.ac.uk/download/pdf/289711373.pdf INTERNET 1%
12	https://text-id.123dok.com/document/zx5n1woq-perbandingan-teknik-windmill-dan-windmill-jumping-terhadap-akurasi-dan-kecepatan-lemparan-pitcher-dalam-olahraga-softball.html INTERNET 1%
13	http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/22/18 INTERNET 1%
14	https://core.ac.uk/download/pdf/289220511.pdf INTERNET 1%

15	http://eprints.umm.ac.id/58500/62/BAB%20II.pdf INTERNET 1%
16	https://e-journal.hamzanwadi.ac.id/index.php/jel/article/download/634/pdf INTERNET 1%
17	https://jurnal.unimed.ac.id/2012/index.php/JIK/article/download/15848/12426 INTERNET 1%
18	https://text-id.123dok.com/document/7qvr1edy-nilai-yang-terkandung-dalam-permainan-bolavoli.html INTERNET 1%
19	https://idoc.pub/documents/teknik-bangunan-qn85o018xpn1 INTERNET < 1%
20	http://digilib.unimed.ac.id/21870/9/9.%20NIM.%206101210018%20CHAPTER%20I.pdf INTERNET < 1%
21	https://issuu.com/luthfimuhamadiqbal/docs/laporan_monev_final INTERNET < 1%