

## PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN TEKNIK SERVIS BAWAH, SERVIS ATAS DAN CEKIS DALAM BOLAVOLI

Irfandi<sup>1</sup>

### Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk menyusun berbagai macam *draft desain* model latihan teknik, serta menyusun dalam pembuatan produk awal, melaksanakan uji kelompok kecil, uji kelompok besar, dan melaksanakan uji efektivitas produk, pada atlet putri tingkat menengah (*Intermediate*) klub Bolavolli di Kota Sigli. Hasil penguasaan model latihan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis yang diperoleh berdasarkan dari: 1) Rekapitulasi data hasil persentase *questioner* dan validasi oleh sejumlah ahli yang diperoleh dengan rata-rata skor sebesar 67% dan 73%, dan itu termasuk pada kategori yang cukup valid, artinya produk model latihan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis sehingga dapat digunakan dan diterapkan sebagai pedoman model latihan pada Klub Bolavolli atlet putri tingkat menengah (*Intermediate*). Data persentase hasil model yang diuji cobakan pada kelompok kecil diperoleh dari penguasaan model latihan keterampilan teknik atlet yakni sebesar 81,10%, yang berarti valid digunakan, dan kelompok besar diperoleh penguasaan model latihan teknik servis atas dan servis bawah dalam bolavolli adalah sebesar 85,34% artinya produk valid digunakan, sehingga dapat dimaknai jika model yang dikembangkan secara *real* mampu memberikan hasil, dan kontribusi yang sangat luar biasa akurat terutama dalam penguasaan model latihan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli. Berdasarkan data hasil *pretest-postest* atlet menunjukkan sejumlah hasil penguasaan terhadap model latihan keterampilan teknik adalah sebesar 62,27%, kemudian setelah dilaksanakan produk model (proses pemberian *treatment*) maka terjadinya efek peningkatan yang sangat signifikan terhadap penguasaan produk model latihan keterampilan teknik dengan memperoleh hasil sebesar 67,27%. Perbedaan angka dalam bentuk persentase tersebut merupakan dampak dari hasil pemberian dan penerapan produk model (berupa *treatment*), dimana dampak produk model yang diberikan dan menunjukkan efek yang sangat luar biasa signifikan pada level yang lebih, dalam hal penguasaan produk model terutama model latihan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

**Kata kunci:** *Desain, Servis Atas, Servis Bawah, Cekis*

---

<sup>1</sup> Irfandi, STKIP Bina Bangsa Getsempena Banda Aceh. Email: irfandi.husein@gmail.com

## **PENDAHULUAN**

Olahraga bolavoli merupakan sebuah bentuk permainan yang sangat menyenangkan, dimainkan oleh enam orang setiap tim, dimainkan pada lapangan persegi panjang dengan panjang 18 meter dan lebar 9 meter yang pada tengahnya diberi net sebagai pembatas. Tujuan permainan bolavoli bukan hanya untuk rekreasi dan mengisi waktu luang tetapi juga berkembang kearah kompetisi dan prestasi.

Olahraga bolavoli juga cukup populer dikalangan masyarakat Indonesia. Olahraga ini juga menjadi salah satu olahraga yang sering dilakukan oleh masyarakat pada saat waktu luang setelah melakukan aktifitas kerja dan sebagai sarana penyambung persaudaraan antar sesama, baik dilingkungan masyarakat maupun dalam dunia kerja. Hal ini terbukti dengan adanya waktu yang disediakan oleh suatu instansi tertentu untuk melakukan olahraga, khususnya olahraga bolavoli.

Pembinaan prestasi bolavoli pada usia dini sangat penting pada suatu cabang olahraga karena pada anak usia dini perkembangan gerak sangat pesat dalam mengembangkan keterampilan dan bakat yang dimilikinya. Menurut Hadisasma dan Syarifuddin (1996: 52) saat ini untuk mendapatkan bibit-bibit atlet yang berbakat akan lebih mudah ditemukan di sekolah-sekolah. Oleh karena itu usaha sekolah dalam pembinaan bakat pada cabang olahraga bolavoli sangat diperlukan. Disamping sekolah sebagai suatu wadah pengembangan kemampuan individu siswa melalui berbagai kegiatan pembelajaran dan ekstrakurikuler, kegiatan olahraga bolavoli juga dapat

dilakukan diluar aktifitas sekolah yang tentunya lebih banyak memberikan sumbangan secara proporsi maupun kemampuan.

Melakukan aktivitas olahraga serta mengembangkan bakat dalam olahraga dapat dilakukan dengan berbagai cara serta bermacam-macam tempat. Salah satu contoh peningkatan kemampuan dalam olahraga bolavoli dapat dilakukan dengan mengikuti klub atau sekolah bolavoli yang ada, mulai pada tingkatan yang paling sederhana hingga menuju pada tingkatan professional.

Klub atau sekolah bolavoli adalah salah satu contoh wadah pembinaan prestasi usia dini. Klub bolavoli akan memberikan suatu latihan-latihan untuk penguasaan ketrampilan bermain bolavoli dengan program-program latihan yang sudah tersusun sehingga memungkinkan bagi seseorang menguasai ketrampilan bermain bolavoli dengan baik. Dalam latihan untuk pembinaan prestasi bolavoli perlu adanya penguasaan serta penerapan teknik-teknik dasar bolavoli yang baik.

Teknik dasar merupakan unsur yang sangat penting agar dapat bermain bolavoli seseorang perlu untuk berlatih teknik-teknik dasar dengan baik dalam permainan bolavoli. Menurut Roesdiyanto, (1991: 12) bolavoli mempunyai teknik dasar yaitu, servis, passing bawah, passingatas, dan smes.

Teknik dasarseperti passing, servis, blok dan smes sangat berpengaruh dalam suatu pertandingan bolavoli karena merupakan teknik dasar permainan bolavoli. Menurut Roesdiyanto (1992: 24) ”teknik dasar permainan bolavoli adalah suatu proses dasar

tubuh untuk melakukan keaktifan jasmani dan penguasaan keterampilan praktik sebaik-baiknya dalam permainan bolavoli dan dapat menyelesaikan permainan dengan baik”.

Teknik dasar bolavoli merupakan unsur yang sangat penting dalam permainan bolavoli, tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, maka permainan tidak dapat dimainkan dengan sempurna. Teknik dasar bolavoli mempunyai fungsi masing-masing, misalnya servis, dalam permainan bolavoli servis digunakan untuk memulai suatu pertandingan, pada awalnya servis digunakan untuk melayani lawan untuk memulai suatu set dalam pertandingan tetapi seiring dengan perkembangan olahraga bolavoli, servis berubah fungsi, servis sekarang digunakan sebagai alat untuk menyerang lawan. Teknik dasar servis harus dilakukan dengan baik agar servis yang dilakukan dapat menyeberang net dan masuk lapangan lawan. Servis yang baik dapat berpengaruh terhadap pertahanan lawan.

Servis merupakan salah satu teknik dasar olahraga bolavoli yang sangat penting untuk dikuasai dengan baik karena servis merupakan serangan yang pertama untuk menyerang lawan, servis yang baik dapat mengacaukan pertahanan lawan dan menyulitkan lawan untuk melakukan serangan. Tetapi penguasaan teknik yang kurang baik dapat menjadikan servis kurang efektif untuk memulai pertandingan atau menyerang sehingga menguntungkan tim lawan.

Berdasarkan hasil pengamatan peneliti selama menempuh kuliah kepelatihan yang ditempatkan di Sekolah Bolavoli PLN-Pidie Latihan penguasaan teknik servis dalam satu

periode latihan hanya disisipkan pada saat pemain melakukan latihan *game* atau permainan sehingga penguasaan teknik servis dari para pemain tersebut belum begitu maksimal dan sering terjadi kesalahan dalam melakukan servis, kesalahan tersebut misalnya bola tidak sampai pada lapangan lawan dan servis yang dilakukan keluar lapangan. Peneliti juga melakukan wawancara bebas terpimpin dengan pelatih bolavoli di klub bolavoli yang membina atlet-atlet pada level pemula hingga intermediet yang ada di Kota Sigli-Aceh, rata-rata menjelaskan bahwa belum menerapkan model-model latihan teknik servis dalam satu program latihan. Kesalahan dan kegagalan dalam melakukan teknik servis menjadi tolak ukur rendahnya penguasaan teknik servis di klub bolavoli Kota Sigli-Aceh. Permasalahan yang telah dipaparkan diharapkan ada suatu pemecahan masalah sehingga kesenjangan antara harapan dan kenyataan dapat diminimalkan. Untuk itu peneliti akan mengangkat judul: “ Pengembangan Model Latihan Teknik Servis Bawah, Servis Atas dan Cekis dalam Bolavoli.” (Studi Pengembangan pada Atlet Bolavoli Putri Tingkat Intermediet di Kota Sigli-Aceh).

### **1. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Latihan penguasaan teknik servis masih disisipkan ketika pemain latihan permainan sehingga penguasaannya belum maksimal.
2. Latihan penguasaan teknik dasar servis masih dilakukan secara konvensional.

3. Belum adanya model latihan teknik servis yang memudahkan atlet untuk menguasai teknik servis.

## 2. Pembatasan Masalah

Masalah utama yang diangkat dalam penelitian ini adalah mengenai pengembangan model-model latihan teknik servis bolavoli. Keterampilan teknik servis merupakan hal yang sangat urgen dan mendasar dalam bolavoli sehingga perlu penguasaan yang baik. Pengembangan model latihan hanya difokuskan pada keterampilan teknik servis bawah, servis atas dan cekis dalam bolavoli. Mekanisme pelaksanaan penelitian akan ditinjau mengenai:

1. Pengumpulan sejumlah informasi awal sebagai latar belakang (*background*) permasalahan
2. Pembuatan draft produk yang dijadikan hasil dari pengembangan model latihan yang dalam hal ini adalah teknik servis bawah, servis atas dan cekis dalam bolavoli.
3. Uji coba terhadap produk yaitu model latihan teknik servis bawah, servis atas dan cekis dalam bolavoli kepada subyek uji coba.
4. Peninjauan kembali terhadap produk yang dihasilkan yang dalam hal ini adalah pelaksanaan eksperimental terhadap subyek yang diperbandingkan.
5. Keterbatasan pengembangan ini terfokus pada pelatihan model-model latihan teknik servis bolavoli pada atlet yang berada pada level intermediet.

## 3. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dipaparkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagaimanakah hasil studi pendahuluan untuk mengidentifikasi permasalahan penguasaan teknik bolavoli pada atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh?
2. Model latihan teknik servis bawah dan servis atas seperti apakah yang baik dan pelaksanaan uji coba model latihan untuk meningkatkan penguasaan keterampilan atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh secara efektif dan efisien?
3. Bagaimanakah pembuatan produk model latihan teknik servis bawah dan servis atas yang baik untuk meningkatkan penguasaan keterampilan atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh?
4. Bagaimanakah pelaksanaan uji coba kelompok kecil terhadap produk pengembangan model latihan teknik servis bawah dan servis atas atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh?
5. Bagaimanakah pelaksanaan uji coba kelompok besar terhadap produk pengembangan model latihan teknik servis bawah, servis atas dan cekis atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh?
6. Bagaimanakah hasil uji keefektifan model latihan teknik servis bawah dan servis atas untuk meningkatkan penguasaan

keterampilan teknik servis atlet bolavoli putri tingkat intermedietdi Kota Sigli-Aceh?

7. Bagaimanakah signifikansi perbedaan penguasaan keterampilan teknik servis bawah, servis atas dan cekis atlet bolavoli putri tingkat intermedietantara kelompok coba dengan kelompok kontrol?
8. Bagaimanakah perbandingan penguasaan keterampilan teknik servis bawah, servis atas dan cekis atlet bolavoli putri tingkat intermediet berdasarkan perbedaan skor *posttest-pretest* kelompok coba dengan perbedaan skor *posttest-pretest* kelompok kontrol?

## KAJIAN PUSTAKA

### Permainan Bolavoli

Permainan bolavoli pada dasarnya merupakan permainan yang menyenangkan dan biasa dijadikan rekreasi di waktu jenuh setelah melakukan aktivitas. Perkembangan bolavoli sangat cepat seiring dengan perkembangan olahraga se-hingga bolavoli tidak hanya untuk rekreasi dan untuk mengisi waktu luang tetapi berkembang sebagai suatu profesi dan menuntut prestasi tinggi.

Menurut Sugiono, (1996: 42) Permainan bolavoli merupakan cabang olah-raga beregu yang dimainkan oleh enam orang setiaptim. Permainan ini akan berjalan dengan baik apabila setiap pemain minimal telah menguasai teknik dasar bermain bolavoli.

#### a. Teknik Dasar bolavoli

##### 1) Servis

Teknik dasar yang digunakan untuk memulai suatu set atau pertandingan, pada awalnya digunakan untuk melayani lawan

untuk melakukan penyerangan tetapi seiring dengan berkembangnya olahraga bolavoli, servis digunakan untuk menyerang lawan, servis yang baik dapat mengacaukan pertahanan lawan dan menyulitkan lawan untuk melakukan serangan. Servis merupakan teknik dasar yang paling penting dalam bolavoli (1995: 67).

Teknik dasar servis dalam bolavoli ada beberapa diantaranya servistangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand servis*), servis atas kepala (*overhead servis*), servis mengambang (*floating servis*), servis *top spin*, dan servis loncat (*jump servis*).

#### 1. Teknik Dasar Servis Bawah

Servis tangan bawah adalah usaha memasukkan memulai pertandingan dan mengarahkan bola ke arah lapangan lawan yang dilakukan oleh pemain yang berada didaerah servis, pemain memukul bola dengan satu tangan dibawah pinggang atau kira-kira setinggi pinggang. Teknik dasar servis bawah sering digunakan oleh pemain pemula dan pemain wanita. Menurut Robison (1997: 36) “untuk pemain baru, servis tangan bawah merupakan cara yang paling mudah”.

### Kerangka Berfikir

#### 1. Penelitian Pengembangan

Pengembangan adalah suatu kegiatan yang menghasilkan rancangan atau produk yang dapat dipakai untuk memecahkan masalah-masalah aktual (UM, 2000: 2). Sedangkan menurut Ardhana (2002: 7), “Pengembangan adalah pemakaian secara sistematis pengetahuan ilmiah yang diarahkan pada produksi bahan, sistem, atau metode termasuk perancangan prototipe-prototipe”.

Adapun menurut Asim (2002: 1), “Penelitian pengembangan (*research and Development*) dalam pembelajaran adalah suatu proses yang digunakan untuk mengembangkan dan memvalidasi produk-produk yang digunakan dalam proses pembelajaran”. penelitian pengembangan akan mengacu pada pembuatan suatu produk baru yang digunakan untuk memecahkan suatu masalah yang ditemukan dengan cara yang berbeda dari sebelumnya. Penelitian pengembangan bisa dilakukan diberbagai bidang yang tentunya tidak hanya pada bidang-bidang umum saja.

Dengan demikian, penelitian pengembangan merupakan penelitian yang menelaah suatu teori, konsep atau model untuk membuat suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang sudah ada. Kegiatan penelitian ini dimulai dari adanya suatu kebutuhan yang kemudian dipecahkan dengan pembuatan produk akhir penelitian. Penelitian-penelitian di bidang pendidikan, umumnya tidak diarahkan pada pengembangan suatu produk, tetapi ditujukan untuk menemukan pengetahuan baru berkenaan dengan fenomena-fenomena fundamental, serta praktik-praktik pendidikan. Penelitian dan pengembangan dilakukan dengan kaidah ilmiah, setiap tahap penelitian harus dilakukan secara cermat, dengan demikian diharapkan dapat menghasilkan suatu produk yang baik dan benar-benar dibutuhkan dalam bidang olahraga. Pada penelitian pengembangan ini, akan mengembangkan sebuah produk berupa model latihan servis bolavoli pada atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh.

Dengan demikian penelitian pengembangan merupakan penelitian yang menelaah suatu teori, konsep atau model untuk membuat suatu produk baru atau menyempurnakan produk yang sudah ada yang dimulai dari adanya suatu kebutuhan dari suatu masalah yang dapat dipecahkan dengan produk tersebut.

## **2. Model**

Menurut Bompas (dalam Budiwanto 2004: 27) model adalah suatu tiruan, suatu tiruan dari yang aslinya, mengatur bagian khusus suatu fenomena yang diamati atau diselidiki. Tujuan suatu model adalah untuk memperoleh suatu yang ideal, dan meskipun keadaan abstrak ideal diatas adalah kenyataan yang kongkrit, itu juga menggambarkan sesuatu yang diusahakan untuk dicapai, suatu peristiwa yang akan dapat diperoleh.

Suatu model mempunyai kekhususan untuk setiap perorangan atau tim. Suatu model latihan akan memperhatikan beberapa faktor lain, potensi dan fisiologis atlet, fasilitas, dan lingkungan sosial.

Dari pendapat tersebut diatas dapat disimpulkan bahwa model adalah suatu bentuk tiruan dari aslinya dengan tujuan memperoleh sesuatu yang ideal dengan memperhatikan faktor potensi fisiologis, fasilitas, dan lingkungan sosial.

Dalam penelitian ini akan membuat tentang model latihan teknik servis, dimana model latihan tersebut akan memuat tentang fenomena yang akan diselidiki. Diharapkan dari model latihan teknik servitersebut akan memperoleh bentuk latihan yang ideal untuk penguasaan keterampilan teknik servis, yang

nantinya dapat diterapkan ke dalam kondisi yang nyata yang dalam hal ini adalah situasi pertandingan.

### 3. Penelitian

Gambaran spesifikasi pengembangan model latihan servis bawah dan servis atas dalam bolavoli pada atlet tingkat intermediet adalah sebagai berikut:

Tabel 2.1 Spesifikasi produk yang diharapkan

Konsep	Variabel	Indikator
Model latihan servis dalam bolavoli	Latihan pendahuluan servis bolavoli	Latihan untuk fleksibilitas Latihan untuk kekuatan Latihan untuk <i>power</i>
	Model latihan servis bawah bolavoli	Latihan individu Latihanberpasangan Latihan target
	Model latihan servis atas bolavoli	Latihan individu Latihan berpasangan Latihan target
	Model latihan servis melompat bolavoli	Latihanindividu Latihanberpasangan Latihan target
	Program latihan servis bolavoli	Program latihan bulanan Program latihan mingguan Program latihan harian

Berdasarkan rumusan masalah yang diajukan, maka hipotesis penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Adanya permasalahan penguasaan keterampilan servis bolavoli pada atlet bolavoli putri tingkat intermediet di Kota Sigli-Aceh.

2. Produk pengembangan model latihan servis bawah, servis atas dan cekis dalam bolavoli dapat diterima berdasarkan ujicoba kelompok kecil dan kelompok besar.
3. Terdapat perbedaan pengaruh antara model latihan servis yang dikembangkan dengan latihan servis secara konvensional.

## METODOLOGI PENELITIAN

Model pengembangan yang digunakan peneliti adalah model pengembangan latihan keterampilan teknik (*research and development of tehcnical and exercise*) versi Borg and Gall (1983: 775). Adapun langkah-langkah model *research and development* yaitu:

- a. *Research and information collecting*
- b. *Planning*
- c. *Develop preliminary form of the product*
- d. *Preliminary field testing*
- e. *Main product revision*
- f. *Main field testing*
- g. *Operational product revision*
- h. *Operational field testing*
- i. *Operational field testing*
- j. *Dissemination and implementation*

Sekaligus untuk mengetahui terhadap peningkatan pemahaman serta penguasaan teknik tersebut terhadap hasil penerapan pengembangan produk, maka peneliti melakukan eksperimen terhadap produk berupa model latihan keterampilan teknik untuk meningkatkan kemampuan serta pemahaman servis atas, servis bawah dan cekis pada atlet putri tingkat menengah Klub Bolavolli di Kota Sigli-Aceh.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Berikut sejumlah data hasil penelitian pengembangan adalah:

### 1. Analisis Kebutuhan

Berdasarkan data hasil observasi analisis kebutuhan (*outlier*) yang dilakukan peneliti di 2 Klub Bolavolli, yakni Klub Bolavolli PLN-Pidie, dan Metro-Sigli.

Berdasarkan data dan fakta temuan awal dilapangan bahwa: 1) Beberapa latihan teknik terutama model latihan yang dilakukan atlet selama ini masih menggunakan cara-cara konvensional. 2) Model latihan teknik servis atas, servis bawah dan cekis masih menggunakan teknik sendiri-sendiri artinya teknik yang dilakukan oleh atlet dan tanpa menghiraukan anjuran, pedoman, panduan latihan dari para pelatih, begitu juga dengan program latihan.

Berdasarkan temuan hasil observasi analisis kebutuhan dilapangan, maka langkah selanjutnya yang diambil peneliti adalah mengembangkan (*pototype*) desain produk model latihan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli pada atlet putri tingkat menengah Klub Bolavolli di Kota Sigli-Aceh.

### 2. Pembuatan Draft Produk Awal

Berdasarkan observasi dan analisis kebutuhan (*outlier*) sampai pada tahap kajian teoritis, maka langkah selanjutnya adalah pembuatan produk awal (*prototype*) pengembangan model latihan pendahuluan, mengembangkan model keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli, serta mengembangkan program latihan, mulai dari program latihan bulanan, mingguan, dan harian. Untuk meningkatkan kemampuan teknik servis atas, servis bawah dan cekis ini dimulai dari membuat ruang lingkup. Adapun isi dalam pengembangan produk terdiri dari:

1. Kajian teoritis sebagai pijakan, dan landasan awal dalam pembuatan model latihan pendahuluan.

2. Mengembangkan model latihan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.
3. Mengembangkan program latihan bulanan, mingguan, dan harian mengenai teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

### 3. Validasi Ahli

Pengembangan produk awal sebelum dilakukan uji kelompok kecil dan kelompok besar maka terlebih dahulu perlu dilakukan uji dan validasi model oleh sejumlah ahli yang berkompeten di bidang bolavolli, dalam hal ini dengan melibatkan empat orang ahli. Adapun data hasil validasi tersebut adalah sebagai berikut:

No	Sumber Data	Hasil uji ahli
1	Ahli akademisi Bolavoli	80%
2	Ahli praktisi Bolavolli	85%

(Sumber: data hasil penelitian 2014)

### 4. Hasil Uji Coba Model Produk

Proses uji coba model dilaksanakan sebanyak 2 kali yakni uji kelompok kecil dan uji kelompok besar. Pada prinsipnya pengujian yang dilakukan pada tahap uji coba dalam kelompok kecil sama dengan uji coba yang dilakukan kelompok besar, adapun materi model pelaksanaannya adalah sebagai berikut:

#### a. Uji Coba Kelompok Kecil

Uji coba kelompok kecil dilaksanakan pada tanggal 5 Oktober 2014, Minggu pukul 8.00 s/d 10.30 wib, bertempat di Stadion Lapangan Bola volli PLN-Pidie dengan subyek penelitian 22 atlet dari Klub Metro-Sigli, pelaksanaan penelitian yang dilaksanakan selama 4 kali pertemuan. Selama proses uji coba lapangan berlangsung terdapat beberapa cacatan penting bagi peneliti diantaranya adalah.

Berdasarkan data hasil uji kelompok kecil maka diperoleh persentase sebesar 81,10%

artinya model produk pengembangan valid digunakan sehingga dapat diinterpretasikan produk model bisa dilanjutkan ke tahap uji coba kelompok besar.

#### b. Uji Coba Kelompok Besar

Uji coba kelompok besar yang dilaksanakan di Klub Bolavolli dan berkolaborasi dengan Klub Metro-Sigli dengan subyek penelitian berjumlah 22 atlet, pelaksanaannya yang dimulai dari tanggal 16 November 2014 s.d 14 Desember 2014, bertepatan pada hari Minggu pukul 8.00 s/d 10.30 wib, berlangsung di stadion Bolavolli Kota Sigli-Aceh.

Berdasarkan data hasil uji kelompok besar maka diperoleh persentase sebesar 85,34% artinya model produk pengembangan valid digunakan sehingga dapat dilanjutkan ke tahap diseminasi atau uji efektivitas produk.

#### c. Hasil Uji Efektivitas Produk

Hasil implementasi uji efektivitas produk model latihan keterampilan teknik

servis atas dan servis bawah dalam bolavolli, dan mengoper dalam bolavolli pada atlet PLN-Pidie tingkat menengah adalah sebagai berikut:

#### d. Uji Eksperimen Produk

##### 1) Kelompok Coba

Pelaksanaan tes awal dilakukan pada kelompok coba yakni pada hari Jum'at tanggal 12 Desember 2014 di Stadion PLN-Pidie, yang diikuti oleh 22 atlet dengan menggunakan instrument tes keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli. Pelaksanaan tes akhir yang dilakukan di kelompok coba servis atas dan servis bawah dalam bolavolli, tes akhir diikuti oleh 22 atlet pada tanggal 8 Februari 2015, dengan menggunakan tes keterampilan teknik servis atas dan servis bawah dalam bolavolli.

##### 2) Kelompok Kontrol

Pelaksanaan tes awal dilakukan pada kelompok kontrol yakni bertepatan pada hari

Jum'at tanggal 15 Desember 2013 di Stadion Gajayana Malang City, yang diikuti oleh 22 atlet dengan menggunakan instrument tes keterampilan teknik servis atas dan servis bawah dalam bolavolli. Pelaksanaan tes akhir yang dilakukan di kelompok kontrol Metro-Sigli, tes akhir diikuti oleh 22 atlet dilaksanakan pada tanggal 15 Februari 2015, dengan menggunakan tes teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

Dari hasil penghitungan persentase terdapat sejumlah perbedaan yang sangat signifikan terjadi antara setiap kelompok sebelum dan sesudah diberikan *treatment* berupa (sejumlah program latihan) model latihan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli datanya adalah sebagai berikut:

Klub Bolavolli PLN-Pidie	Persen	Kategori
Pre-test	63,18%	Baik
Post-test	64,54%	Baik

Sedangkan klub Metro Sigli, memperoleh data hasil adalah sebagai berikut:

Metro-Sigli	Persen	Kategori
Pre-test	62,27%	Baik
Post-test	67,27%	Baik

(Sumber: data hasil penelitian 2014)

Dengan mencermati hasil tersebut maka terdapat sejumlah perbedaan yang sangat signifikan yang terjadi antara setiap kelompok

sebelum diberikan *treatment* dengan sesudah diberikan *treatment*.

Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa efek dari proses penerapan model produk, dan memberikan dampak yang sangat positif terhadap penerapan model produk yakni keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa model latihan keterampilan teknik tersebut dapat membantu atlet dan pelatih sebagai pedoman latihan dalam meningkatkan penguasaan terhadap teknik terutama servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli, sehingga sangat efektif untuk diterapkan.

Oleh karena itu, maka model latihan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli dapat menjadi suatu acuan, pedoman latihan yang bisa digunakan pelatih terutama dalam meningkatkan penguasaan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

## **PENUTUP**

### **1. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan data hasil penelitian yang telah diuraikan, maka dapat diberikan beberapa kesimpulan penting diantaranya adalah sebagai berikut:

*Pertama* sosok model latihan yang telah berhasil dikembangkan adalah "*Model Latihan Keterampilan Teknik Servis Atas, Servis Bawah dan Cekis dalam Bolavolli.*". Ciri-ciri model latihan adalah:

- 1) Penggunaan model latihan servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli yang dianggap efektif dan efisien.

Model servis atas diantaranya:

- a. Servis atas
- b. Servis bawah
- c. Servis cekis

Model latihan ini cocok, efektif dilakukan oleh sejumlah atlet putra tingkat menengah Klub Bolavolli di Kota Sigli-Aceh dan sekitarnya artinya termasuk Bireuen, Aceh Besar, Banda Aceh, Meulaboh, Lhokseumawe, Tamiang.

- 1) Penggunaan program latihan yang sangat cocok dan sesuai dengan kapasitas atlet.

*Kedua* berdasarkan data keberhasilan atlet dalam melaksanakan latihan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli pada atlet putri tingkat menengah Klub Bolavolli, diperoleh berdasarkan temuan hasil validasi ahli, hasil uji efektivitas/ implementasi produk adalah sebagai berikut:

- 2) Validasi, model latihan keterampilan servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli dimana untuk memperoleh keyakinan dan kesesuaian dari rancangan model yang disusun sesuai dengan kebutuhan subyek penelitian, maka dalam hal ini dengan melibatkan sejumlah ahli, dan memperoleh kesimpulan bahwa model latihan keterampilan teknik servis atas dan servis bawah dalam bolavolli dapat digunakan sebagai acuan model latihan pada atlet putri Metro-Sigli tingkat menengah.
- 3) Bentuk kontribusi tersebut telah sesuai dengan keinginan, harapan dan kebutuhan atlet dalam rangka

memperbaiki dan meningkatkan keinginan mereka, dalam hal ini seperti: dari sisi pengetahuan, penguasaan keterampilan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli bentuk partisipasi atlet telah sesuai dengan yang diharapkan.

*Ketiga* keefektifan model latihan dikaji sejauhmana tingkat pemahaman, penguasaan terhadap model latihan keterampilan teknik, sebelum dan setelah mengikuti proses pemberian *treatment*. Dari data hasil tersebut kemudian dianalisis secara kualitatif, dan kuantitatif. Dengan mencermati data hasil tersebut dari setiap kelompok sebelum diberikan *treatment*, maka terdapat perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah diberikan tindakan. Perbedaan tersebut menunjukkan bahwa efek dari penerapan model produk, dimana efek model pengembangan tersebut memberikan suatu dampak yang sangat positif pada tingkat penguasaan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

## 2. Implikasi

Implikasi dalam penelitian ini mencakup dua hal utama diantaranya yakni: implikasi teoretis dan implikasi praktis. Implikasi teoretis yakni berhubungan erat dengan kontribusi bagi perkembangan teori, materi, teknik teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli sedangkan teori praktis menyangkut dengan hal kontribusi temuan penelitian terhadap penguatan terhadap pelaksanaan kegiatan latihan teknik servis atas dan servis bawah dalam bolavolli. Dari

berbagai jenis implikasi tersebut maka dapat dijelaskan sebagai berikut:

### 1) Implikasi Teoritis

Dari sejumlah hasil temuan penelitian yang dilakukan secara konsisten menunjukkan bahwa pengembangan model latihan keterampilan teknik teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli dapat meningkatkan kemampuan penguasaan teknik atlet putra tingkat menengah Bolavolli. Konstruksi model yang dibangun sesuai dengan model latihan keterampilan teknik servis dalam bolavolli. Proses konstruksi model didasarkan atas sejumlah pengamatan yang dilakukan secara cermat melalui studi eksplorasi, kemudian divalidasi, evaluasi model, serta uji cobakan dalam bentuk kelompok kecil, kelompok besar, dan uji efektivitas produk dengan menggunakan *reserach and development*. Implikasi teoritis dalam penelitian ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

*Pertama*, penelitian ini telah berhasil mengelaborasi mengenai model latihan keterampilan teknik teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli, sebagai pedoman, panduan, acuan latihan dalam rangka meningkatkan pemahaman penguasaan kemampuan atlet.

*Kedua*, berkenaan dengan pengelolaan program penelitian ini telah berhasil merekonstruksi dan mengelaborasi suatu model latihan teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

## 2) Implikasi Praktis

Implikasi praktis dalam penelitian ini juga berlaku bagi para *stakeholder*, seperti para pelatih, guru olahraga, instruktur, ahli akademisi, dan para pemerhati olahraga bolavolli khususnya.

*Pertama*, pengelolaan program latihan secara umum terdiri dari: perencanaan, pelaksanaan, evaluasi, terhadap sejumlah model latihan keterampilan teknik teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli.

*Kedua*, temuan dalam penelitian ini adalah bahwasanya dalam melakukan pengembangan model, terlebih dahulu perlu dilakukan dan diperhatikan pengkajian terhadap potensi subyek tempat atau daerah yang akan dijadikan sebagai obyek penelitian. Dengan ditemukannya berbagai potensi terhadap obyek maka akan membantu dan mempermudah proses pelaksanaan penelitian, dan juga dapat mengurangi ketidak validan produk model, sehingga produk yang dihasilkan benar-benar sesuai dengan yang dibutuhkan oleh semua kalangan terutama para pelatih, akademisi, instruktur dan para pemerhati olahraga bolavolli.

## 3. Saran

Agar implementasi produk model latihan keterampilan teknik teknik servis atas, servis bawah dan cekis dalam bolavolli dapat diterapkan secara optimal, maka disini yang menjadi saran terpenting adalah sebagai berikut:

1. Pelatih, pemilihan, penerapan model latihan yang tepat dan sesuai dengan prinsip latihan dan karakteristik atlet maka dalam hal ini dapat memudahkan atlet untuk menerima, mengingat, dan melakukan model latihan yang diberikan sehingga teknik penguasaan dalam permainan bolavolli dapat dilakukan secara lebih mudah dipahami, mudah dilakukan, mudah diingat, dan juga mudah dikuasai serta mampu untuk meningkatkan dengan efektif dan efisien. Sehingga kedepan peneliti mengharapkan kesemua pelatih bolavolli sebelum menerapkan model latihan menggiring, terutama menggiring teknik servis atas dan servis bawah dalam bolavolli harus disesuaikan dengan karakteristik atlet, kebutuhan atlet, kondisi lapangan, dan juga harus di cocokkan dengan klub masing-masing atlet.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ardana, Wayan. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Bompa, Tudor O. 1999. *Periodization training for sport*. Auckland New Zealand: Champaign Human Illinois.
- Borg, Walter & M.D Gall. 1983. *Educational Research An Introduction*. New York: Longman.
- Budiwanto, S. Human Kinetics. 2004. *Pengetahuan Dasar Melatih Olahraga*. Malang: Jurusan Ilmu Keolahragaan FIP UM Universitas Negeri Malang.
- Drowatzky, John N. 1981. *Motor Learning Principles and Practices*. Minnesota: Burgess Publishing Company.
- FIVB. 2011. *Coaches Manual*. , (Online), (<http://www.fivb.org> diakses 20 Desember 2011).
- Fox, Edward. 1983. *Sports Physiology*. Ohio: The Ohio State University.
- Fox, Edward L, Bowers, Richard W, Foss, Merle L. 1993. *The Physiological Basis For Exercises and Sport* Iowa:Madison Winconsin Dubuque.
- Hadi, S. 2000. *Statistik Jilid I*. Yogyakarta: BPFE.
- Harsono, 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK.
- Ibrahim. 1982. *Media Instruksional*. Malang: Sub Proyek Penulisan Buku Pelajaran Proyek Peningkatan Perguruan Tinggi.
- Isaac, Stephen., Michael, William B. 1981. *Handbook in Research and Evaluation*. San diego: Edits Publishers.
- Kadir, Abdul dan Triwahyuni, Terra CH. 2003. *Pengenalan Teknologi Informasi*. Yogyakarta. Penerbit ANDI.
- Maksum, Ali. 2009. *Metodologi Penelitian Dalam Olahraga*. Surabaya: Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Surabaya.
- Moleong, J. L. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- \_\_\_\_\_.2005. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- PBVSİ. 2005. *Peraturan Permainan Bolavoli*. Jakarta: Pengurus PBVSİ pusat.
- Raharjo, Budi. 2002. *Memahami Teknologi Informasi*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo Kelompok Gramedia.
- Roesdiyanto, 1989. *Pengajaran Teknik dan Taktik Bermain Bolavoli*. Malang. IKIP Malang.
- Sadirman, Arief S. Dkk. 2002. *Media Pendidikan Pengertian, Pengembangan dan Pemanfaatan*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

- Sudjana. 1990. *Penilaian Hasil Proses Belajar Mengajar*. Bandung. Remaja Resdakarya.
- Sudijono, Anas. 1987. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: CV Rajawali.
- Sugiyono. 2005. *Memahami Penelitian Kualitatif*. Bandung: Alfabeta
- Suharno. 1992. *Pedoman Pelatihan Bolavoli*. Gresik: PBVSI.
- Suryabrata, Sumadi. 1997. *Metodologi Penelitian*. Yogyakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Wehmeier, Sally. 2005. *Oxford Advanced Learner's Dictionary*. New York. Oxford University.