

# MODEL LATIHAN BLOCK PERMAINAN BOLAVOLI PADA KEGIATAN EKSTRAKURIKULER DI SMK NEGERI 6 MALANG

Thedy Anda Wahyuda

M. E. Winarno

Agus Tomi

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang

e-mail: thedyrissa@gmail.com

**Abstract:** The aim of this study was to develop a product that is a model exercise block in extracurricular activities at Vocational High School 6 Malang. The design of this study is research and development with conceptual research model. result the suggestions 91,96% from the volleyball game expert, and 75% from expert media, and also from the result of trying out in small groups which was 85,47% and big group was 87,34% that 30 person It can be concluded that the product which has been developed is good to be implemented. Based on the results of expert testing and field testing, it can be concluded that the model has a volleyball block exercise good category and can be used in extracurricular for training activities.

**Keywords:** development, training model, block, volleyball

**Abstrak:** Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengembangkan sebuah produk yaitu model latihan *block* pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang. Metode yang digunakan dalam Penelitian ini mengacu pada model penelitian dan pengembangan (*research and development*) dengan model penelitian konseptual. Hasil evaluasi terhadap model latihan *block* permainan bolavoli ini yaitu: 91,96% dari ahli permainan bolavoli, dan 75% dari ahli media. Hasil uji coba kelompok kecil diperoleh 85,47% terhadap 10 peserta dan hasil uji coba kelompok besar 87,34% terhadap 30 peserta sehingga produk pengembangan layak untuk digunakan. Berdasarkan hasil uji ahli dan uji lapangan, maka dapat disimpulkan bahwa model latihan *block* permainan bolavoli ini memiliki kategori baik dan dapat digunakan di ekstrakurikuler untuk kegiatan latihan.

**Kata kunci:** pengembangan, model latihan, *block*, bolavoli

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur, dimana dalam kegiatan ini dapat meningkatkan potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah yang dimiliki setiap orang maupun sekelompok anggota masyarakat. Arti olahraga berkembang selaras dengan tingkat pemahaman dan penghayatan masyarakat dan individu pelaku olahraga terhadap makna olahraga itu sendiri.

Olahraga saat ini berkembang pesat, banyak cabang olahraga yang mulai diminati tidak hanya oleh atlet tapi juga oleh masyarakat umum. Salah satu cabang olahraga permainan yang berkembang dan banyak diminati yaitu permainan bolavoli. Menurut Suharno, (1991:1) permainan bolavoli adalah "olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain".

Dalam permainan bolavoli terdapat 4 teknik dasar termasuk *block* seperti pendapat Winarno & Sugiono (2011:40) "secara garis besar teknik dasar bermain bolavoli dapat dibagi menjadi empat komponen yang meliputi teknik *service*, teknik *passing*, teknik *smash*, dan teknik *block*".

*Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan dari lawan yang dilakukan di atas net (Ahmadi, 2008:30). Untuk melakukan *block* yang baik, pemain harus dapat memperkirakan jatuhnya bola, atau dapat meramalkan kemana kira-kira lawan akan memukul bola. Sedangkan menurut Winarno dan Sugiono (2011:84) "bendungan (*block*) merupakan pertahanan pertama dari serangan lawan".

Permainan bolavoli berkembang di dunia dalam naungan induk organisasi *Federation Internationale de Volleyball* (FIVB) dan di Indonesia dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia). Olahraga permainan bolavoli juga berkembang di lingkungan sekolah tidak hanya masuk dalam kurikulum namun juga dalam kegiatan ekstrakurikuler salah satunya ekstrakurikuler permainan bolavoli SMK Negeri 6 Malang.

Ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang selain untuk menyiapkan peserta latihan untuk kompetisi, juga sebagai wadah para siswa untuk menyalurkan minat terhadap bolavoli. Tetapi berdasarkan hasil pengamatan dan wawancara pada peserta latihan ekstrakurikuler SMK Negeri 6 Malang, latihan *block* merupakan kebutuhan sampingan yang hanya disisipkan dalam berlatih dan dalam berlatih hanya mengutamakan *passing*, *smash* dan *service*. Hal tersebut juga diperkuat oleh hasil pengamatan dari permainan yang dilakukan peserta latihan permainan bolavoli ekstrakurikuler SMK Negeri 6 Malang yang sering kali melakukan kesalahan dalam melakukan *block* permainan bolavoli misalnya adalah tangan pemain menyentuh net ataupun kaki masuk kelapangan lawan. Hal ini menjadi masalah untuk penguasaan teknik *block* karena belum adanya bentuk latihan yang terencana dan sistematis untuk latihan *block*, karena *block* merupakan teknik dasar yang harus dikuasai dengan benar oleh atlet, *block* yang benar dapat digunakan sebagai pertahanan di atas net ketika lawan melakukan serangan.

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan oleh peneliti pada Kamis tanggal 26 Februari 2015 pukul 15.30 WIB pada 12 siswa saat mengikuti latihan

ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang, pelatih kurang menggunakan variasi latihan *block* bahkan tidak ada model latihan yang diberikan sehingga siswa mengalami kesulitan saat latihan serta beberapa siswa merasa bosan. Kurangnya variasi latihan *block* adalah salah satu penghambat bagi siswa untuk dapat menguasai teknik *block* dengan baik. Diketahui siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan oleh SMK Negeri 6 Malang yang menyatakan memerlukan model latihan *block* permainan bolavoli. Dari observasi yang dilakukan peneliti menemukan: (1) kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang dibina oleh Bapak Sony S.Pd dan diikuti kurang lebih 40 peserta latihan yang mencakup 28 siswa putra dan 12 siswa putri, (2) kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan 2 kali seminggu yaitu hari Senin dan Kamis, (3) pelatih hanya memberikan teknik dasar *service*, *passing*, dan *smash* sedangkan teknik dasar *block* jarang diberikan bahkan tidak pernah ada latihan yang benar khusus teknik *block*, (4) sebagian besar peserta sudah menguasai teknik dasar bermain bolavoli, (5) saat *passing* bawah semua peserta sudah bisa melakukan *passing* bawah mengarahkan kepada teman, (6) saat *passing* atas sebagian peserta sudah bisa mengarahkan bola kepada teman meskipun masih banyak yang melakukan dengan teknik yang salah, (7) saat *service* semua peserta sudah bisa melakukan *service* melewati net, (8) *smash* yang dilakukan peserta sudah bisa melewati net, (9) pada saat *game* peserta latihan sering kali melakukan kesalahan dalam melakukan *block*, (10) menu latihan yang diberikan pelatih selalu sama pada setiap latihan.

**Tabel 1.1 Hasil observasi teknik dasar permainan bolavoli**

Teknik	Service		Passing bawah		Passing atas		Smash		Block	
	Benar	Salah	Benar	Salah	Benar	Salah	Benar	Salah	Benar	Salah
Jumlah	20	15	29	18	25	17	18	23	6	19
Persentase	57%	43%	62%	38%	59%	41%	43%	56%	24%	76%

Hasil observasi yang dilakukan pada hari Kamis tanggal 26 Februari 2015 pukul 15.30 WIB pada kegiatan

ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang ditinjau dari keseluruhan praktik teknik dasar dalam aktifitas latihan permainan

bolavoli, didapatkan hasil sebagai berikut 57% peserta latihan dalam melakukan gerakan *service* sudah benar namun terdapat 43% peserta latihan kesulitan dalam melakukan gerakan *service*, sebanyak 62% peserta latihan yang melakukan teknik *passing* bawah sudah benar dan sebanyak 38% peserta latihan kesulitan dalam melakukan gerakan *passing* bawah. Sebanyak 59% peserta latihan sudah benar melakukan *passing* atas dan 41% peserta latihan kesulitan dalam melakukan *passing* atas, pada kegiatan ekstrakurikuler peserta latihan masih banyak melakukan kesalahan dalam melakukan *smash* yaitu sebanyak 56% sedangkan 43% sudah benar dalam melakukan gerakan *smash*. Sebanyak

24% peserta latihan benar dalam melakukan teknik *block* namun sebanyak 76% peserta latihan masih kesulitan dalam melakukan teknik *block*. Dari hasil tersebut terlihat selisih persentase gerakan yang benar dan kesulitan dalam melakukan teknik *block* sebesar 52%, serta ditunjang dari hasil observasi terhadap teknik *block* yang dilakukan, sebesar 60% peserta latihan mengalami kesalahan pada posisi tangan dan 68,34% peserta latihan mengalami kesalahan pada sikap akhir setelah melakukan gerakan *block* hal ini menunjukkan bahwa ada masalah pada praktik teknik dasar *block* permainan bolavoli.

**Tabel 1.2 Hasil observasi teknik dasar *block* permainan bolavoli**

Teknik	Posisi kaki		Posisi tangan		Posisi badan		Sikap akhir	
	Benar	Salah	Benar	Salah	Benar	Salah	Benar	Salah
Jumlah	34	26	24	36	48	12	19	41
Persentase	56,67%	43,33%	40%	60%	80%	20%	31,66%	68,34%

Dari hasil observasi awal tersebut bahwasannya pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli sangat dibutuhkan khususnya untuk peserta latihan dalam meningkatkan kemampuan dan variasi dalam berlatih agar lebih mudah di pahami. Pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli juga dibutuhkan oleh pelatih untuk meningkatkan keterampilan atlet dan pelatih dalam melatih yang dilakukan lebih bervariasi serta latihan yang dijalankan antara pelatih dan atlet menjadi efektif dan efisien.

Berdasarkan hasil observasi tersebut di atas dan mengingat pentingnya teknik dasar *block* dalam sebuah permainan bolavoli maka peneliti akan melakukan penelitian dan pengembangan yang berjudul "Pengembangan Model Latihan *Block* Permainan Bolavoli pada Kegiatan Ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang".

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk mengembangkan model latihan *block* pada permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang kemudian dikemas dalam bentuk buku panduan yang nantinya dapat membantu pelatih maupun pemain dalam

mempelajari teknik-teknik *block* permainan bolavoli yang diharapkan dapat meningkatkan kualitas dalam bermain bolavoli dan menjadikan tim yang berprestasi.

Olahraga saat ini berkembang pesat, banyak cabang olahraga yang mulai diminati tidak hanya oleh atlet tapi juga oleh masyarakat umum. Salah satu cabang olahraga permainan yang berkembang dan banyak diminati yaitu permainan bolavoli. Menurut Suharno, (1991:1) permainan bolavoli adalah "olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain". Menurut Viera & Fergusson (2004:30) permainan bolavoli adalah "permainan yang dimainkan oleh dua tim beranggotakan enam orang dalam setiap lapangan berukuran 9 meter persegi bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh sebuah net". Menurut Ahmadi (2007:19) "permainan bolavoli adalah olahraga beregu yang kompleks yang tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang". Jadi dapat disimpulkan bahwa permainan bolavoli adalah permainan beregu yang dimainkan oleh dua tim yang terdiri dari 6 orang pemain dalam tiap regu.

Dalam permainan bolavoli terdapat 4 teknik dasar termasuk *block* seperti pendapat Winarno & Sugiono (2011:40) “secara garis besar teknik dasar bermain bolavoli dapat dibagi menjadi empat komponen yang meliputi teknik *service*, teknik *passing*, teknik *smash*, dan teknik *block*”.

*Block* merupakan benteng pertahanan yang utama untuk menangkis serangan dari lawan yang dilakukan di atas net (Ahmadi, 2008:30). Untuk melakukan *block* yang baik, pemain harus dapat memperkirakan jatuhnya bola, atau dapat meramalkan kemana kira-kira lawan akan memukul bola. Sedangkan menurut Winarno dan Sugiono (2011:84) “bendungan (*block*) merupakan pertahanan pertama dari serangan lawan”. Menurut Viera & Fergusson (2004:121) “*block* merupakan pertahanan lapisan pertama menghadapi serangan lawan”. Berdasarkan dari pengertian *block* tersebut dapat dipahami betapa pentingnya teknik *block* pada permainan bolavoli, latihan teknik yang benar dan sesuai dengan kebutuhan latihan pada *block* sangatlah penting.

Jika ditinjau dari teknik gerakan, *block* bukanlah merupakan teknik gerakan yang sulit namun persentase keberhasilan suatu *block* sangat kecil karena arah bola *smash* yang akan di *block* dikendalikan oleh lawan. Keberhasilan *block* ditentukan oleh ketinggian loncatan dan jangkauan tangan pada bola yang akan dipukul oleh lawan. *Block* dapat dilakukan oleh satu, dua atau tiga pemain, yaitu sebagai berikut:

1. *Block* oleh satu pemain (*block* tunggal)

Pada *block* ini hanya dilakukan tidak lebih dari oleh satu orang pemain, biasanya *block* yang dilakukan oleh satu pemain sangat lemah dalam mengantisipasi serangan lawan, terlalu banyak celah yang harus ditutupi oleh pemain bertahan. Menurut Winarno & Sugiono (2011:85) “*Block* tunggal adalah melakukan bendungan (*block*) dari serangan lawan yang dilakukan oleh satu orang pemain”. Jika seorang pemain menguasai teknik *block* dengan baik dan bisa membaca pergerakan pemain lawan

yang akan melakukan serangan maka *block* ini efektif untuk dilakukan.

Tahap-tahap melakukan *block* tersebut adalah sebagai berikut: “(a) melakukan langkah ke kiri atau ke kanan, (b) melompat ke atas dengan tumpuan kedua kaki, (c) menggerakkan tangan dan lengan ke atas untuk menghalangi lajunya bola dari serangan lawan, (d) mendarat dengan kedua kaki secara lentur” (Winarno & Sugiono, 2011:85)

2. *Block* oleh dua atau tiga pemain (*block* berkawan)

Dalam praktik mulai persiapan, pelaksanaan, dan sikap akhir sama seperti *block* tunggal tetapi perbedaannya terletak pada jumlah pemain yang akan melakukan *block* (Winarno & Sugiono, 2011:86). *Block* ini biasanya paling sering dilakukan karena sangat efektif untuk membendung serangan dari lawan. Agar hasilnya sempurna maka diperlukan kerjasama yang baik dari masing-masing pemain yang akan melakukan *block*.

Membahas mengenai olahraga tentunya tidak lepas dari kegiatan latihan atau pembelajaran yang dilakukan antara pelatih dengan atlet ataupun guru dengan peserta didik. Kegiatan latihan yang dilakukan harus bertahap terstruktur dan terprogram agar selama proses latihan dan pembelajaran dapat menciptakan hasil yang maksimal sesuai yang diharapkan.

Latihan merupakan salah satu faktor strategi yang sangat penting dalam proses kepelatihan untuk mencapai mutu prestasi yang maksimal suatu cabang olahraga. Adapun pengertian latihan menurut Suharno (1991:6) yaitu “suatu penyempurnaan atlet secara sadar untuk mencapai mutu prestasi maksimal dan mental yang teratur, terarah, meningkat, bertahap dan berulang-ulang waktunya. Menurut Harsono (1988:101) menyatakan bahwa “latihan adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya”. Sedangkan menurut Irianto (2009:19) “latihan pada hakikatnya adalah proses yang sistematis untuk menyempurnakan kualitas kinerja atlet berupa, kebugaran, keterampilan dan kapasitas energi, memper-

hatikan aspek pendidikan dan menggunakan pendekatan ilmiah”. Dari pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa latihan adalah suatu usaha penyempurnaan atlet yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai mutu prestasi yang maksimal.

Prinsip-prinsip latihan dalam setiap cabang olahraga sangatlah penting bagi atlet karena dapat mendukung upaya peningkatan kualitas latihan yang dijalani. Menurut Irianto (2009:7-13) penyusunan dan pelaksanaan program latihan hendaknya memperhatikan prinsip-prinsip latihan sebagai berikut: (1) prinsip partisipasi aktif, (2) prinsip perkembangan multilateral, (3) prinsip *individual*, (4) prinsip *overload*, (5) prinsip spesifikasi, (6) prinsip kembali asal (*reversible*), (7) prinsip variasi.

Selain prinsip latihan, komponen kondisi fisik permainan bolavoli juga harus diperhatikan. Berikut adalah komponen kondisi fisik permainan bolavoli menurut Ahmadi (2007:65) komponen-komponen kondisi fisik dalam permainan bolavoli antara lain: (1) kekuatan, (2) daya tahan, (3) daya ledak, (4) kecepatan, (5) kelentukan, (6) kelincahan, (7) koordinasi, (8) keseimbangan, (9) ketepatan, (10) reaksi. Sedangkan menurut Suharno (1991:16) komponen-komponen gerak bolavoli antara lain: (1) kekuatan, (2) daya tahan, (3) kecepatan, (4) kelincahan, (5) kelentukan, (6) daya ledak, (7) koordinasi, (8) ketepatan, (9) stamina. Olahraga permainan bolavoli bukan hanya berkembang dimasyarakat tetapi juga berkembang di lingkungan sekolah tidak hanya masuk dalam kurikulum namun juga dalam kegiatan ekstrakurikuler salah satunya ekstrakurikuler permainan bolavoli SMK Negeri 6 Malang. Ekstrakurikuler adalah segala macam aktivitas sekolah atau lembaga pendidikan yang dilaksanakan di luar jam pelajaran wajib bagi setiap anak dan aktivitas itu termasuk dalam kurikulum yang telah tersusun bagi suatu tingkat kelas atau sekolah (Lutan, 1986:7.3). Menurut Mulyono (2008:187) “kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran yang diselenggarakan di luar

jam pelajaran biasa. Tujuan program ekstrakurikuler adalah untuk memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat, serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya”.

Hernawan (2008:15) mengemukakan bahwa “ekstrakurikuler merupakan suatu kegiatan di luar jam pelajaran biasa dan pada waktu libur sekolah yang dilakukan baik di sekolah ataupun di luar sekolah”. Adapun tujuan dari ekstrakurikuler di sekolah yaitu untuk memperdalam pengetahuan siswa, mengenal hubungan antara berbagai pelajaran, menyalurkan bakat dan minat serta melengkapi upaya pembinaan manusia seutuhnya. Berdasarkan pendapat ahli tersebut dapat disimpulkan bahwa ekstrakurikuler adalah kegiatan pelajaran yang diselenggarakan di luar jam pelajaran biasanya. Kegiatan ini dilaksanakan pada sore hari bagi sekolah-sekolah yang masuk pagi dan dilaksanakan pagi hari bagi sekolah-sekolah yang masuk sore. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mengembangkan salah satu bakat atau minat siswa.

## METODE

Penelitian dan pengembangan ini menggunakan model konseptual. Yang dimaksud dengan model konseptual adalah model yang bersifat analitis dan terkonsep yaitu menggariskan atau menjelaskan langkah-langkah yang harus diikuti untuk menghasilkan produk (PPKI, 2010:47). Peneliti mengacu pada model pengembangan (*research and development*) dari Borg dan Gall (1983:775) yang terdiri dari 10 langkah namun peneliti tidak menggunakan keseluruhan dikarenakan keterbatasan waktu, tenaga dan biaya. Pemilihan model ini berdasarkan adanya kesesuaian yang dikembangkan dengan model pengembangan yang digunakan.

Dalam penelitian ini peneliti tidak melaksanakan semua langkah-langkah yang dijelaskan tersebut, namun hanya beberapa langkah dikarenakan keterbatasan waktu dan juga biaya.

Menurut Ardhana (2002:9) “Setiap pengembang tentu saja dapat memilih

dan menentukan langkah-langkah yang paling tepat bagi dirinya berdasarkan kondisi khusus yang dihadapinya dalam proses pengembangan. Peneliti juga dapat melakukan modifikasi dari langkah-langkah yang dilakukan berdasarkan pertimbangan-pertimbangan yang baik". Karena penelitian dan pengembangan ini dilaksanakan pada ekstrakurikuler SMK Negeri 6 Malang dengan sasaran penelitian yang berjumlah 40 orang peserta latihan, maka penelitian ini dimodifikasi menjadi 7 langkah yang disesuaikan dengan kebutuhan peneliti.

Adapun beberapa langkah yang dipilih untuk penelitian dan pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli pada ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang, adalah sebagai berikut:

1. Melakukan penelitian awal, pengumpulan data dan informasi termasuk kajian pustaka dan observasi di SMK Negeri 6 Malang.
2. Mengembangkan produk awal berupa rancangan produk.
3. Evaluasi oleh para ahli yaitu ahli permainan bolavoli dan ahli media.
4. Uji coba kelompok kecil dengan melibatkan 10 dari 40 peserta kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang.
5. Revisi produk awal (sesuai dengan hasil uji coba kelompok kecil).
6. Uji coba kelompok besar yang berjumlah 30 dari 40 peserta kegiatan ekstra-kurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang.
7. Revisi produk setelah uji coba kelompok besar (revisi akhir untuk penyempurnaan produk).

Uji coba produk ini dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang digunakan sebagai dasar untuk menetapkan tingkat efektifitas, efisiensi, dan daya tarik dari produk model latihan *block* permainan bolavoli yang dikemas dalam bentuk buku panduan. Tahapan-tahapan yang digunakan dalam uji coba produk meliputi: (1) menetapkan desain uji coba, (2) menetapkan subjek uji coba, (3) menetapkan jenis data, dan (4) menetapkan instrumen pengumpulan data, dan (5) teknik analisis data.

Uji coba produk ini dimaksudkan untuk mengumpulkan data yang digunakan sebagai dasar untuk menetapkan tingkat efektifitas, efisiensi, dan daya tarik dari produk yang dihasilkan. Tahapan-tahapan yang digunakan dalam uji coba produk meliputi: desain uji coba, subjek uji coba, jenis data, instrumen pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Tujuan desain uji coba dilakukan untuk memperoleh data dan menyimpulkannya, serta dipergunakan untuk memperbaiki produk yang dikembangkan sehingga menjadi suatu produk pengembangan yang utuh dan lengkap. Evaluasi ahli, uji coba (kelompok kecil), uji lapangan (kelompok besar) adalah tahapan yang harus dilakukan pada desain uji coba.

#### a. Evaluasi Ahli

Evaluasi ahli bertujuan untuk mengetahui ketepatan kesatuan model yang dikembangkan dengan kebutuhan. Sebelum produk pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli diujicobakan maka program yang dibuat dievaluasi terlebih dahulu oleh seorang ahli permainan bolavoli yaitu Bapak Dona Sandy Yudasmaru, S.Pd, M.Or dan ahli media yaitu Bapak Eka Pramono Adi, S.I.P, M.Si. Evaluasi dilakukan dengan cara *kuisisioner* yang diberikan secara langsung untuk mengevaluasi produk yang telah dibuat. Hasil dari evaluasi ahli ini akan digunakan sebagai acuan untuk menyempurnakan produk yang telah dibuat untuk diuji coba ketahap selanjutnya.

#### b. Uji Coba (Kelompok Kecil)

Pada tahap ini, produk hasil evaluasi dari ahli yang kemudian akan diuji cobakan pada peserta kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang. Hal ini bertujuan untuk mengetahui reaksi dan tanggapan peserta mengenai produk pengembangan yang telah dibuat oleh peneliti.

Uji coba kelompok kecil ini dilakukan pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang dengan melibatkan 10 dari 40 peserta latihan ekstrakurikuler bolavoli. Ini bertujuan untuk mengetahui apakah produk sudah sesuai dengan

kebutuhan dan menjawab permasalahan yang ada di ekstrakurikuler tersebut.

c. Uji Lapangan (Kelompok Besar)

Setelah dilakukan uji coba kelompok kecil maka tahap selanjutnya adalah melakukan uji lapangan (kelompok besar). Uji coba kelompok besar ini dilakukan pada 30 dari 40 peserta latihan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang. Bersamaan dengan hal tersebut diberikan pula *kuisisioner* dan pengisian angket untuk mengetahui pendapat peserta latihan tentang model latihan *block* permainan bolavoli yang telah diberikan.

Subjek uji coba pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang ini digunakan uji coba sebagai berikut:

- a. Subjek analisis kebutuhan penelitian pengembangan dilakukan pada 12 peserta latihan ekstrakurikuler bolavoli dan 1 pelatih ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 6 Malang.
- b. Subjek evaluasi ahli terdiri dari satu ahli permainan bolavoli dan satu ahli media. Dalam penelitian ini para ahli bertindak sebagai konsultan untuk memberikan masukan-masukan agar produk pengembangan yang dihasilkan menjadi lebih sempurna.
- c. Subjek uji coba kelompok kecil dengan menggunakan 10 dari 40 peserta latihan ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 6 Malang, pengambilan subjek menggunakan metode acak (*random sampling*).
- d. Subjek uji coba kelompok besar dengan menggunakan 30 dari 40 peserta latihan dari ekstrakurikuler bolavoli SMK Negeri 6 Malang.

Pada pengembangan model latihan *block* bolavoli ini data diperoleh dari evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil, uji coba lapangan berupa data kualitatif dan kuantitatif. Data kualitatif adalah data yang diperoleh dari hasil evaluasi berupa data masukan dan saran dari ahli. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dari hasil uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar berupa hasil dari pengumpulan *kuisisioner*.

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian pengem-

bangun model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler SMK Negeri 6 Malang adalah dengan menggunakan pendekatan kualitatif dan kuantitatif serta menggunakan instrumen non tes melalui angket dan wawancara. Angket digunakan untuk memperoleh data dari tahap penelitian awal dan wawancara digunakan untuk memperoleh data pelengkap saat evaluasi dari ahli berupa masukan dan saran tentang rancangan produk.

Teknik analisis data yang digunakan dalam pengumpulan data penelitian pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli pada ekstrakurikuler SMK Negeri 6 Malang adalah dengan menggunakan teknik analisis kualitatif dan deskriptif berupa persentase:

a) Analisis data kualitatif

Analisis kualitatif digunakan untuk menganalisis hasil pengumpulan data dari tinjauan ahli menggunakan pendekatan kualitatif. Data tersebut diperoleh dari ahli permainan bolavoli dan ahli media. Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2013:246) menyatakan bahwa aktivitas dalam analisis data kualitatif dilakukan secara interaktif dan berlangsung terus menerus sampai tuntas, sehingga datanya sudah jenuh. Aktivitas dalam analisis data, yaitu data *reduction*, data *display*, dan *conclusion drawing/verification*. Berikut penjelasannya:

1. Reduksi data

Data yang diperoleh di lapangan jumlahnya cukup banyak. Untuk itu perlu dicatat secara teliti dan rinci dan segera melakukan analisis data melalui reduksi data. Mereduksi data berarti merangkum, memilih hal-hal yang pokok, memfokuskan pada hal-hal yang penting dari tema dan polanya dan membuang yang tidak perlu.

2. Data *display* (penyajian data)

Setelah data direduksi maka langkah selanjutnya adalah mendisplaykan data. Jika penyajian data dalam penelitian kuantitatif penyajian data dalam bentuk tabel, grafik, *phi chard*, pictogram, dan sejenisnya. Melalui penyajian data tersebut, maka data terorganisasikan, tersusun dalam

pola hubungan sehingga akan semakin mudah untuk dipahami.

### 3. Conclusion Drawing/Verification

Analisis ketiga untuk analisis data kualitatif menurut Miles dan Huberman (dalam Sugiyono, 2013:252) adalah penarikan kesimpulan dan verifikasi. Kesimpulan awal yang dikemukakan masih bersifat sementara dan akan berubah bila tidak ditemukan bukti-bukti yang kuat mendukung pada tahap pengumpulan data berikutnya, tetapi apabila kesimpulan yang dikemukakan pada tahap awal, didukung oleh bukti-bukti yang valid dan konsisten saat penelitian kembali ke lapangan mengumpulkan data, maka kesimpulan yang dikemukakan merupakan kesimpulan yang *credible*.

#### b) Analisis deskriptif

Analisis deskriptif yang berupa persentase digunakan untuk menganalisis data kuantitatif hasil pengumpulan data awal atau analisis kebutuhan, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar. Rumus yang digunakan untuk mengolah data hasil validasi ahli dan untuk subjek uji coba,

Setelah data diolah dan diakumulasi untuk mencari persentase, baik dari validasi ahli, dan dari hasil uji coba kelompok besar juga kelompok kecil kemudian menentukan kualitas produk

yang dikembangkan, mengacu pada kriteria kualitas produk sebagai berikut:

**Tabel 3.1 Klasifikasi Persentase**

Persentase	Keterangan
86%-100%	Sangat Valid
70%-85%	Cukup Valid
60%-69%	Kurang Valid
<50%	Tidak Valid

(Akbar dan Sriwiyana, 2010:153)

## HASIL

Pada hasil penelitian dan pengembangan ini akan dipaparkan data yang diperoleh dari hasil analisis kebutuhan, evaluasi para ahli yaitu ahli permainan bolavoli dan ahli media, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar. Dalam evaluasi ahli peneliti menggunakan 2 ahli yaitu satu ahli permainan bolavoli dan satu ahli media. Untuk penyajian data uji coba peneliti menggunakan metode pengumpulan data instrumen yang disajikan dalam bentuk observasi berupa angket yang disusun oleh peneliti. Data yang diperoleh selama proses penelitian diambil dari peserta kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang. Adapun data hasil penelitian sebagai berikut:

**Table 4.1 Data Hasil Penelitian**

No.	Prosedur Pengembangan	Temuan
1.	Analisis Kebutuhan	
	a. Hasil observasi pada peserta (n=12) kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang	<ul style="list-style-type: none"> <li>Kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan seminggu 2 kali yaitu Senin dan Kamis.</li> <li>Materi yang diajarkan pelatih meliputi <i>service, passing, smash, block</i>.</li> <li>Pelatih cukup puas dengan kemampuan peserta.</li> <li><i>Block</i> merupakan materi yang jarang atau bahkan tidak pernah diajarkan oleh pelatih.</li> <li>Media yang digunakan untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli belum ada, misalnya lapangan hanya ada 1.</li> </ul>
	b. Hasil analisis kebutuhan terhadap pelatih (n=1) permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang.	<ul style="list-style-type: none"> <li>Materi yang diajarkan pelatih meliputi <i>service, passing, smash, block</i>.</li> <li>Pelatih cukup puas dengan kemampuan peserta.</li> <li><i>Block</i> merupakan materi yang jarang atau bahkan tidak pernah diajarkan oleh pelatih.</li> <li>Media yang digunakan untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli belum ada, misalnya lapangan hanya ada 1.</li> <li>Menurut pelatih buku panduan model latihan <i>block</i> dapat membantu latihan <i>block</i> peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang</li> </ul>
2.	Pengembangan Produk & Validasi Ahli	<ul style="list-style-type: none"> <li>Produk yang dikembangkan model latihan <i>block</i></li> </ul>

- permainan bolavoli.
- Produk berupa buku panduan yang di dalamnya terdapat model latihan *block* per-mainan bolavoli. adapun model latihan dalam buku panduan diantaranya: (1) latihan *block* tanpa bola, (2) latihan *block* dengan bola, (3) latihan *block* tunggal dengan bola dilempar oleh teman, (4) latihan *block* berganda di kerucut 2, (5) latihan *block* berganda bergantian posisi, (6) latihan *block* berpasangan, (7) latihan *block* beregu.
  - Validasi ini dilakukan pada tanggal 25-29 September 2015 dan di validasi oleh 2 ahli yaitu ahli permainan bolavoli dan ahli media.
  - Dari evaluasi ahli permainan bolavoli diperoleh hasil 91,96% (sangat valid) sehingga model latihan *block* permainan bolavoli dapat diuji cobakan.
  - Adapun dari evaluasi ahli permainan bolavoli terdapat beberapa saran diantaranya:
    - (1) Untuk model latihan 1, akan lebih baik jika dilakukan juga dengan berpasangan dan beregu.
    - (2) *Block* dengan berpasangan dan beregu juga harus dilaksanakan.
    - (3) Mungkin bisa dimulai terlebih dahulu dengan siswa yang bertugas membawa bola tidak dengan meloncat.
    - (4) Nama latihan (model latihan lebih disederhanakan).
    - (5) Praktekkan juga dengan *block* beregu.
    - (6) Tambahkan dengan latihan menggunakan bola.
    - (7) Sistematika atau urutan model latihan perlu diperhatikan (urutan: mudah - kompleks).
    - (8) Penamaan model latihan lebih disederhanakan.
    - (9) *Block* harus selalu memperhatikan 3 aspek: *block* tunggal, *block* berpasangan, *block* beregu.
    - (10) Proses (standart proses) pelaksanaan perlu lebih dipetakan agar tujuan latihan terlaksanan dengan baik.
    - (11) Tambahkan dengan kajian secara biomekanika.
  - Dari evaluasi ahli media diperoleh hasil 75% (cukup valid) sehingga model latihan *block* permainan bolavoli dapat diuji cobakan dengan revisi.
  - Dari evaluasi ahli media terdapat beberapa saran diantaranya:
    - (1) *Top margin* dan *bottom margin* diperbesar.
    - (2) Kualitas cetaknya ditingkatkan.
    - (3) Dalam kata pengantar kemukakan siapa sasaran pembaca atau pengguna buku ini (siswa, guru atau umum).
    - (4) Bab II kajian teori bisa diganti dengan kata-kata lain, misal: kajian tentang bolavoli atau permainan bolavoli.
    - (5) Beberapa gambar terlalu kecil, sebaiknya lebih diperbesar.
    - (6) Beberapa gambar perlu diperjelas lagi agar efektif untuk menyampaikan pesan pembelajaran atau materi.
    - (7) Secara umum cukup baik, hanya visual design pada cover yang perlu dioptimalkan, serta beberapa gambar atau bagian isi yang juga perlu diperjelas dan diperbesar.
- a. Ahli permainan bolavoli (n=1) dengan jumlah instrumen sebanyak 28 butir soal
- b. Ahli Media dengan jumlah instrumen sebanyak 31 pertanyaan
3. Uji Coba Lapangan
- a. Uji coba kelompok kecil
- Uji coba kelompok kecil ini dilakukan mulai tanggal 19 Oktober sampai 5 November 2015 menggunakan subjek 10 dari 40 peserta. Dengan agenda pada pertemuan pertama dilakukan 3 model latihan dan pada pertemuan kedua dilakukan 4 model latihan.
  - Hasil dari uji coba kelompok kecil ini yaitu kemenarikan mendapat 85,71%, tingkat kesulitan mendapat 87,14%,

## b. Uji coba kelompok besar

- dan manfaat mendapat 83,57%. Dari semua indikator didapatkan hasil persentase 85,47%.
- Uji coba kelompok besar ini dilakukan pada tanggal 12 November sampai 30 November 2015 menggunakan subjek 30 dari 40 peserta. Dengan agenda setiap pertemuan dilakukan 3 model latihan dan pada pertemuan kedua dilakukan 4 model latihan.
- Hasil dari uji coba kelompok besar ini yaitu kemenarikan mendapat 88,57%, tingkat kesulitan mendapat 86,90%, dan manfaat mendapat 86,54%. Dari semua indikator didapatkan hasil persentase 87,34%.
- Dari hasil uji coba kelompok besar tidak ditemukan saran.
- Dari hasil uji coba produk kelompok besar sudah tidak ditemukan saran maka produk sudah bisa dikatakan sebagai produk akhir.

## c. Produk akhir

Hasil analisis kebutuhan diperoleh dari observasi dan wawancara terhadap pelatih dan peserta kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang, diketahui: (1) kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan seminggu 2 kali yaitu Senin dan Kamis, (2) materi yang diajarkan pelatih meliputi *service*, *passing*, *smash*, *block*, (3) Pelatih cukup puas dengan kemampuan peserta, (4) *block* merupakan materi yang jarang atau bahkan tidak pernah diajarkan oleh pelatih, (5) media yang digunakan untuk menunjang kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli belum ada, misalnya lapangan hanya ada 1, (6) menurut pelatih buku panduan model latihan *block* dapat membantu latihan *block* peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang.

Dari hasil observasi/wawancara terhadap pelatih ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang yang dilaksanakan tanggal 26 Februari 2015 diketahui bahwa: (1) pelatih mengatakan kesulitan dalam melatih peserta latihan pada materi *block*, (2) pelatih setuju jika diberikan model latihan *block* permainan bolavoli, dan (3) pelatih setuju jika model latihan *block* permainan bolavoli dikemas dalam buku panduan. Analisis kebutuhan dilakukan dengan observasi terhadap 12 peserta latihan yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli. Berikut ini adalah data analisis kebutuhan hasil observasi yang dilakukan di SMK Negeri 6 Malang.

Berdasarkan hasil observasi yang telah dilakukan pada peserta latihan ekstrakurikuler permainan bolavoli

didapat hasil sebagai berikut, 57% peserta latihan dalam melakukan gerakan *service* sudah benar namun terdapat 43% peserta latihan kesulitan dalam melakukan gerakan *service*, sebanyak 62% peserta latihan yang melakukan teknik *passing* bawah sudah benar dan sebanyak 38% peserta latihan kesulitan dalam melakukan gerakan *passing* bawah. Sebanyak 59% peserta latihan sudah benar melakukan *passing* atas dan 41% peserta latihan kesulitan dalam melakukan *passing* atas, pada kegiatan ekstrakurikuler peserta latihan masih banyak melakukan kesalahan dalam melakukan *smash* yaitu sebanyak 56% sedangkan 43% sudah benar dalam melakukan gerakan *smash*. Sebanyak 24% peserta latihan benar dalam melakukan teknik *block* namun sebanyak 76% peserta latihan masih kesulitan dalam melakukan teknik *block*. Dari hasil tersebut terlihat selisih persentase gerakan yang benar dan kesulitan dalam melakukan teknik *block* sebesar 52%, serta ditunjang dari hasil observasi terhadap teknik *block* yang dilakukan, sebesar 60% peserta latihan mengalami kesalahan pada posisi tangan dan 68,34% peserta latihan mengalami kesalahan pada sikap akhir setelah melakukan gerakan *block*.

Produk awal dibuat pada 10 Mei 2015 setelah proposal ini diseminarkan.

Produk awal pertama memuat 7 model latihan *block* permainan bolavoli. Produk ini disertai dengan gambar beserta penjelasan petunjuk pelaksanaan. Adapun 7 model latihan tersebut adalah: (1) Model latihan *block* dengan

media tembok, (2) Model latihan *block* satu pemain di net, (3) Model latihan *block* satu pemain disertai lari menyamping, (4) Model latihan *block* satu pemain dengan satu langkah, (5) Model latihan *block* dengan bola dilempar oleh teman, (6) Model latihan *block* berganda di kerucut 2 yang diawali dari kerucut A dan B, (7) Model latihan *block* langsung di net yang dilakukan oleh 3 pemain.

Setelah produk awal dievaluasi oleh pembimbing, pembimbing memberikan saran untuk produk awal perlejas teori yang anda gunakan untuk mengembangkan produk, produk bab 3 terkesan belum ada sesuatu yang baru/modifikasi. Dari saran pembimbing produk awal model latihan ini siap untuk di evaluasi oleh ahli yaitu ahli permainan bolavoli dan ahli media.

Dari evaluasi ahli permainan diketahui diperoleh hasil 91,96% (sangat valid) sehingga model latihan *block* permainan bolavoli dapat diuji cobakan. Adapun dari evaluasi ahli permainan bolavoli terdapat beberapa saran diantaranya: (1) untuk model latihan 1, akan lebih baik jika dilakukan juga dengan berpasangan dan beregu, (2) *block* dengan berpasangan dan beregu juga harus dilaksanakan, (3) mungkin bisa dimulai terlebih dahulu dengan siswa yang bertugas membawa bola tidak dengan meloncat, (4) nama latihan (model latihan lebih disederhanakan), (5) praktekkan juga dengan *block* beregu, (6) tambahkan dengan latihan menggunakan bola, (7) sistematika atau urutan model latihan perlu diperhatikan (urutan: mudah ke kompleks), (8) *block* harus selalu memperhatikan 3 aspek: *block* tunggal, *block* berpasangan, *block* beregu, (9) proses (standart proses) pelaksanaan perlu lebih dipetakan agar tujuan latihan terlaksanan dengan baik, (10) tambahkan dengan kajian secara biomekanika.

Dari evaluasi ahli media diperoleh hasil 75% (cukup valid) sehingga model latihan *block* permainan bolavoli dapat diuji cobakan dengan revisi. Dari evaluasi ahli media terdapat beberapa saran diantaranya: (1) *top margin* diperbesar, juga *bottom margin*, (2) kualitas cetaknya ditingkatkan, (3) dalam kata pengantar

kemukakan siapa sasaran pembaca atau pengguna buku ini (siswa, guru atau umum), (4) bab II kajian teori bisa diganti dengan kata-kata lain, misal: kajian tentang bolavoli atau permainan bolavoli, (5) beberapa gambar terlalu kecil, sebaiknya lebih diperbesar, (6) beberapa gambar perlu diperjelas lagi agar efektif untuk menyampaikan pesan pembelajaran atau materi, (7) secara umum cukup baik, hanya visual design pada cover yang perlu dioptimalkan, serta beberapa gambar atau bagian isi yang juga perlu diperjelas dan diperbesar.

Uji kelompok kecil ini dilakukan mulai pada 19 Oktober sampai 5 November 2015 dengan menggunakan subjek 10 dari 40 peserta. Dengan agenda pada pertemuan pertama dilakukan 3 model latihan dan pada pertemuan kedua dilakukan 4 model latihan. Hasil dari uji coba kelompok kecil ini yaitu kemenarikan mendapat 85,71%, tingkat kesulitan mendapat 87,14%, dan manfaat mendapat 83,57%. Dari semua indikator didapatkan hasil persentase 85,47%. Dari hasil uji coba kelompok kecil ini tidak ditemukan saran sehingga dapat dilanjutkan ketahap berikutnya.

Uji kelompok besar ini dilakukan pada tanggal 12 November sampai 30 November 2015 menggunakan subjek 30 dari 40 peserta. Dengan agenda setiap pertemuan dilakukan 3 model latihan dan pada pertemuan kedua dilakukan 4 model latihan. Hasil dari uji coba kelompok besar ini yaitu kemenarikan mendapat 88,57%, tingkat kesulitan mendapat 86,90%, dan manfaat mendapat 86,54%. Dari semua indikator didapatkan hasil persentase 87,34%. Dari hasil uji coba kelompok besar tidak ditemukan saran. Dari hasil uji coba produk kelompok besar sudah tidak ditemukan saran maka produk sudah bisa dikatakan sebagai produk akhir.

Produk model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang dilakukan dengan menarik, aman, dan bermanfaat bagi peserta kegiatan ekstrakurikuler tersebut.

## PEMBAHASAN

Produk akhir dari pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang dikemas dalam bentuk buku panduan yang berukuran A5 (14 cm x 20 cm) dengan jumlah 38 halaman. Produk model latihan *block* permainan bolavoli yang dikembangkan peneliti merupakan media berupa buku panduan dan berisi penjelasan tentang permainan bolavoli, teknik dasar permainan bolavoli, latihan, komponen kondisi fisik permainan bolavoli, sarana dan perlengkapan dan model-model latihan *block* permainan bolavoli yang didalamnya terdapat gambar dan petunjuk pelaksanaan cara melakukan model latihan tersebut. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengembangkan model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang terutama dalam melakukan gerakan *block*. Dan diharapkan model latihan yang disusun oleh peneliti dapat dijadikan acuan dalam melaksanakan latihan bolavoli di ekstrakurikuler tersebut, sehingga pelatih ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan gerakan *block* pada permainan bolavoli.

Pada dasarnya model latihan sangat dibutuhkan setiap pelatih dalam penyusunan program latihan karena model latihan sangat penting untuk menjaga minat dan keaktifan atlet dalam mengikuti kegiatan latihan. Pemberian latihan yang terus-menerus dan volume latihan berat dapat membuat siswa bosan dan jenuh jika model latihan tidak bervariasi. Menurut Budiwanto (2012:22) "dalam upaya mengatasi kebosanan dan latihan yang monoton diharapkan seorang pelatih kreatif dengan memiliki banyak pengetahuan dan berbagai jenis latihan yang memungkinkan dapat bervariasi dan berganti-ganti secara periodik". Sedangkan menurut Harsono (1988:121) "variasi latihan dilakukan untuk mencegah kemungkinan timbulnya kebosanan berlatih. Pelatih harus kreatif dan pandai-pandai dalam mencari dan menerapkan variasi latihan.

Berdasarkan hasil observasi dan analisis kebutuhan yang dilakukan peneliti pada 12 siswa saat mengikuti latihan

ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang, pelatih kurang menggunakan variasi latihan *block* bahkan tidak ada model latihan yang diberikan sehingga siswa mengalami kesulitan saat latihan serta beberapa siswa merasa bosan. Kurangnya variasi latihan *block* adalah salah satu penghambat bagi siswa untuk dapat menguasai teknik *block* dengan baik. Diketahui siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan oleh SMK Negeri 6 Malang yang menyatakan memerlukan model latihan *block* permainan bolavoli.

Produk model latihan *block* permainan bolavoli yang dikembangkan peneliti merupakan media berupa buku panduan dan berisi penjelasan tentang permainan bolavoli, teknik dasar permainan bolavoli, latihan, komponen kondisi fisik permainan bolavoli, sarana dan perlengkapan dan model-model latihan *block* permainan bolavoli yang didalamnya terdapat gambar dan petunjuk pelaksanaan cara melakukan model latihan tersebut.

Sebelum di uji cobakan produk ini terlebih dahulu dievaluasi oleh 2 ahli yang terdiri dari ahli permainan bolavoli dan ahli media. Hasil dari evaluasi ahli tersebut digunakan sebagai acuan peneliti terhadap perbaikan produknya agar lebih guna dan bermanfaat terhadap pelatih dan peserta latihan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari evaluasi ahli permainan bolavoli terdapat saran dan masukan terhadap rancangan produk yang akan dikembangkan antara lain:

1. Untuk model latihan 1, akan lebih baik jika dilakukan juga dengan berpasangan dan beregu.
2. *Block* dengan berpasangan dan beregu juga harus dilaksanakan.
3. Mungkin bisa dimulai terlebih dahulu dengan siswa yang bertugas membawa bola tidak dengan meloncat
4. Nama latihan (model latihan lebih disederhanakan).
5. Praktekkan juga dengan *block* beregu.
6. Tambahkan dengan latihan menggunakan bola.

7. Sistematika atau urutan model latihan perlu diperhatikan (urutan: mudah - kompleks).
8. *Block* harus selalu memperhatikan 3 aspek: *block* tunggal, *block* berpasangan, *block* beregu.
9. Proses (standart proses) pelaksanaan perlu lebih dipetakan agar tujuan latihan terlaksanan dengan baik.
10. Tambahkan dengan kajian secara biomekanika.

Berdasarkan data yang diperoleh dari evaluasi ahli media terdapat saran dan masukan terhadap rancangan produk yang akan dikembangkan antara lain:

1. *Top margin* diperbesar, juga *bottom margin*.
2. Kualitas cetaknya ditingkatkan.
3. Dalam kata pengantar kemukakan siapa sasaran pembaca atau pengguna buku ini (siswa, guru atau umum).
4. Bab II kajian teori bisa diganti dengan kata-kata lain, misal: kajian tentang bolavoli atau permainan bolavoli.
5. Beberapa gambar terlalu kecil, sebaiknya lebih diperbesar.
6. Beberapa gambar perlu diperjelas lagi agar efektif untuk menyampaikan pesan pembelajaran atau materi.
7. Secara umum cukup baik, hanya visual design pada cover yang perlu dioptimalkan, serta beberapa gambar atau bagian isi yang juga perlu diperjelas dan diperbesar.

Dari hasil evaluasi ahli di atas produk yang akan dikembangkan oleh peneliti akan direvisi sesuai dengan saran dari para ahli sehingga produk yang dikembangkan siap untuk diuji cobakan pada uji coba kelompok kecil. Pada uji coba kelompok kecil tidak ada saran atau masukan maka selanjutnya produk di uji cobakan pada kelompok besar. Pada uji coba kelompok besar tidak ditemukan revisi dan produk ditetapkan sebagai produk akhir.

Uji coba kelompok kecil ini dilakukan sebanyak 6 kali dimulai tanggal 19 Oktober sampai 5 November 2015 menggunakan subjek 10 dari 40 peserta latihan dengan agenda pada pertemuan pertama dilakukan 3 model latihan dan

pertemuan kedua dilakukan 4 model latihan dimana setiap model latihan diulang sebanyak 3 kali. Dari uji coba kelompok kecil didapatkan hasil persentase 85,47% (cukup valid) sehingga model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang layak digunakan. Produk model latihan *block* permainan bolavoli ini menarik, mudah dan bermanfaat dilakukan bagi peserta latihan kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang.

Selanjutnya uji coba kelompok besar dilakukan sebanyak 6 kali pula yaitu mulai tanggal 12 November sampai 30 November 2015 dengan menggunakan subjek 30 dari 40 peserta latihan dengan agenda pada pertemuan pertama dilakukan 3 model latihan dan pertemuan kedua dilakukan 4 model latihan dimana setiap model latihan diulang sebanyak 3 kali dan didapatkan hasil persentase 87,34% (sangat valid) sehingga model latihan *block* permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang layak digunakan. Produk pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli ini menarik, mudah dan bermanfaat dilakukan bagi peserta latihan kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang.

Pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa produk pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang valid dan praktis digunakan oleh peserta latihan, terbukti dari hasil uji coba kelompok kecil 85,47% (cukup valid) dan uji coba kelompok besar 87,34% (sangat valid). Produk model latihan *block* permainan bolavoli ini menarik, aman, bermanfaat, dan praktis digunakan.

Merujuk pada penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh peneliti terdahulu yaitu Nurkholis (2014:58-59) diperoleh hasil uji ahli dari model latihan saudara Nurkholis dinyatakan bahwa produk sudah sesuai, dan uji coba kelompok kecil diperoleh persentase sebesar 74,76% dengan klasifikasi baik, sedangkan dari hasil analisis uji coba kelompok besar diperoleh persentase sebesar 76,81% dengan klasifikasi persentase baik.

Sehingga dapat disimpulkan bahwa pengembangan model latihan pertahanan terhadap *smash* bolavoli dapat diterapkan pada siswa peserta kegiatan ekstrakurikuler bolavoli di SMK Negeri 2 Malang.

Nugroho (2010:4143) diperoleh hasil uji coba kelompok kecil dengan jumlah siswa 15 adalah 98,04% dengan kriteria valid, sedangkan dari hasil uji coba kelompok besar diperoleh persentase 99,28% dengan kriteria valid. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pengembangan model latihan *passing* bawah pada kegiatan ekstrakurikuler bolavoli SMAN 8 Malang merupakan produk yang valid dan layak digunakan dalam proses latihan di ekstrakurikuler.

Merujuk pada penelitian sebelumnya yang telah dilakukan, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini cukup relevan dengan penelitian terdahulu dikarenakan penelitian ini dapat digunakan dengan rentangan persentase antara 80-100% dengan keterangan valid atau digunakan.

## PENUTUP

### Kesimpulan

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan bahwa produk pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang ini valid dan praktis digunakan oleh peserta latihan. Produk pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli yang dikemas dalam bentuk buku panduan ini dapat digunakan oleh peserta latihan kapanpun dan dimanapun. Dengan adanya produk model latihan ini peserta diharapkan bisa mempelajari teknik dasar yang benar dan juga model-model yang bervariasi dapat meningkatkan keterampilan teknik dasar *block* permainan bolavoli bagi peserta kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri 6 Malang.

### Saran

Dengan adanya produk model latihan *block* permainan bolavoli ini diharapkan peserta kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6

Malang dapat meningkatkan keterampilan dalam berlatih permainan bolavoli khususnya teknik dasar *block*. Pelatih diharapkan dapat menggunakan produk pengembangan model latihan *block* ini sebagai rujukan atau referensi untuk melatih teknik dasar permainan bolavoli khususnya teknik dasar *block*. Sebagai saran sebaiknya pelatih memilih dan menentukan model latihan yang akan diberikan dari *level* variasi yang lebih rendah ketingkat *level* variasi yang paling tinggi, sehingga peserta tidak merasa kesulitan dalam melakukannya.

Saran-saran peneliti terhadap produk yang dikembangkan agar Pengembangan model latihan *block* permainan bolavoli ini diharapkan dapat dikembangkan lebih lanjut dan lebih variatif agar mencapai tingkat yang lebih baik, Subjek penelitian diharapkan lebih luas, bukan hanya berfokus pada kegiatan ekstrakurikuler permainan bolavoli di SMK Negeri 6 Malang saja, melainkan lebih luas misalnya di ekstrakurikuler sekolah lain dan *club* di Kota Malang, dan Hasil pengembangan ini dapat dilanjutkan pada penelitian mengenai efektifitas produk, karena hasil pengembangan ini hanya terbatas sampai penyusunan sebuah produk.

## DAFTAR RUJUKAN

- Ahmadi. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Akbar & Sriwiyana. 2010. *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial*. Yogyakarta: Cipta.
- Ardhana, W. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Beutelstahl. 2008. *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung: Pioner Jaya.
- Budiwanto. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Borg & Gall. 1983. *Education Research And Introduction*. New York: Longman.
- Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan

- Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Hernawan. 2008. *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran*. Jakarta: Universitas Terbuka.
- Irianto, dkk. 2009. *Materi Pelatihan Kondisi Fisik Dasar*. Jakarta: ASDEP Pengembangan Tenaga dan Pembinaan Keolahragaan.
- Kleinmann dan Kruber. 1982. *Pembinaan Teknik, Taktik dan Kondisi*. Jakarta: PT Gramedia
- Lutan. 1986. *Pengelolaan Interaksi Belajar Mengajar Intrakurikuler, Kokurikuler, dan Ekstrakurikuler*. Jakarta: Karuika Universitas Terbuka.
- Mulyono. 2008. *Manajemen Administrasi & Organisasi Pendidikan*. Maguwoharjo, Depok, Sleman, Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
- Nugroho, W. 2010. *Pengembangan Model Latihan Passing Bawah pada Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMAN 8 Malang*. Malang
- Nurkholis, M. 2014. *Pengembangan Model Latihan Pertahanan Terhadap Smash pada Kegiatan Ekstrakurikuler Bolavoli di SMK Negeri 2 Malang*. Malang
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Kualitatif, Kuantitatif dan R & D*. Bandung: ALFABETA
- Suharno. 1991. *Pedoman Pelatihan Bolavoli*. Yogyakarta: PBVSI.
- Sukadiyanto dan Muluk. 2011. *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV Lubuk Agung
- PPKI. 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Malang: UM Press.
- Viera & Ferguson. 2004. *Bola Voli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Winarno. 2013. *Metodologi Penelitian Dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Fakultas Ilmu Pendidikan.
- Winarno dan Sugiono. 2011. *Sejarah dan Teknik Dasar Permainan Bolavoli*. Malang: Fakultas Ilmu Keolahragaan.