

**MODEL LATIHAN *PASSING* ATAS BOLAVOLI
BERBASIS PERMAINAN UNTUK PESERTA
EKSTRAKURIKULER BOLAVOLI USIA SMP**



**KHUROTUL AINI
7217167613**

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
untuk Mendapatkan Gelar Doktor

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

MODEL LATIHAN PASSING ATAS BOLAVOLI BERBASIS PERMAINAN UNTUK PESERTA EKSTRAKURIKULER USIA SMP

KHUROTUL AINI

ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini adalah mengembangkan model latihan berupa variasi-variasi passing atas bolavoli berbasis permainan untuk peserta ekstrakurikuler bolavoli usia SMP. Penelitian ini juga dilakukan untuk mengetahui hasil penerapan model latihan passing atas bolavoli melalui uji efektivitas pada peserta ekstrakurikuler bolavoli tingkat sekolah menengah pertama. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan metode *Research and Development (R&D)* dari Borg & Gall dengan menggunakan sepuluh langkah. Subjek penelitian dan pengembangan ini adalah siswa putra peserta ekstrakurikuler bolavoli di Kota Makassar. Untuk melakukan uji efektivitas menggunakan instrumen tes passing atas dari Russel-Lange. Rancangan penelitian ini menggunakan *pretest-posttest control group design* untuk mengetahui kemampuan awal kelompok eksperimen dan kelompok kontrol. Uji signifikansi efektifitas dan efisiensi model latihan bolavoli berbasis permainan dilakukan pada dua kelompok dengan menggunakan prosedur uji-t dan aplikasi *SPSS 21*. Sebelum data dianalisis dilakukan uji normalitas terhadap hasil peningkatan kelompok eksperimen ($n=60$) dan kelompok kontrol ($n=60$) pada keterampilan *passing* atas bolavoli dengan menggunakan uji Kolmogorov-Smirnov pada taraf nyata $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan nilai signifikansi untuk data kelompok eksperimen sebesar 0,090 dan data kelompok kontrol sebesar 0,065. Karena nilai signifikansi kedua kelompok lebih besar dari α (0,05) maka keseluruhan data kelompok penelitian berdistribusi normal. Uji Efektivitas model passing atas bolavoli menggunakan *t-test* dengan nilai kolom *Equal variances assumed* dan *Levene's Test for Equality of Variances* diperoleh nilai $F = 3,333$ dengan nilai sig atau p-value = $0,070 > 0,05$, yang berarti varians populasi kedua kelompok sama atau homogen, maka hasil uji hipotesis pada *Equal variances assumed* dan *t-test for Equality of Means* diperoleh nilai $t = 10,971$, $df = 18$ dan sig (2 tailed) atau p-value = $0,000 < 0,05$ atau H_0 ditolak. Dengan demikian *passing* atas kelompok eksperimen lebih tinggi atau efektif dari pada kelompok kontrol. Maka model latihan *passing* atas bolavoli berbasis permainan secara efektif dan efisien diberikan kepada peserta ekstrakurikuler bolavoli di sekolah menengah pertama.

Kata Kunci: Model Latihan, Passing Atas Bolavoli, Permainan

**MODEL LATIHAN PASSING ATAS BOLAVOLI
BERBASIS PERMAINAN UNTUK PESERTA EKSTRAKURIKULER
USIA SMP**

**OVERHEAD PASS EXERCISE VOLLEYBALL
MODEL GAME BASED FOR EXTRACURRICULAR
JUNIOR HIGH SCHOOL PARTICIPANTS**

KHURROTUL AINI

ABSTRACT

The purpose of this research is to develop a training model of overhead pass variations on game-based volleyball. This study was also conducted to find out the results of the application of the passing practice model for volleyball through effectiveness tests on volleyball extracurricular participants at the junior high school level. This research and development used the Research & Development (R&D) method of Borg & Gall using ten steps. The subjects of this research and development were male students who participated in volleyball extracurricular activities in Makassar City. To conduct an effective test by using the pass test instrument from Russel-Lange. The design of this study used a pretest-posttest control group design to determine the initial ability of the experimental group and the control group. A significance test of the effectiveness and efficiency of the game-based volleyball training model was carried out in two groups using the t-test procedure and the application of SPSS 21. Before the data were analyzed normality tests were carried out on the results of increasing the experimental group ($n = 60$) and the control group ($n = 60$) on passing skills on volleyball using the Kolmogorov-Smirnov test at the real level $\alpha = 0.05$. The results showed a significant value for the experimental group data of 0.090 and the control group data of 0.065. Because the significance value of the two groups is greater than α (0.05), the overall data of the study group is normally distributed. The effectiveness test of passing the volleyball model uses a t-test with Equal variances assumed and Levene's Test for Equality of Variances column values obtained $F = 3.333$ with sig or p-value = $0.070 > 0.05$, which means the population variance of the two groups is the same or homogeneous, then the results of hypothesis testing on Equal Variances Assumed and t-test for Equality of Means obtained values of $t = 10.971$, $df = 18$ and sig (2 tailed) or p-value = $0.000 < 0.05$ or H_0 rejected. Thus the passing of the experimental group is higher or more effective than the control group. Then the model of the passing game on volleyball based game can be effectively and efficiently given to the volleyball extracurricular participants in junior high school.

Key words: Training Model, Overhead Pass Volleyball, Games

**PERSETUJUAN PANITIA UJIAN DIPERSYARATKAN UNTUK
UJIAN TERBUKA DISERTASI PROMOSI DOKTOR**

Promotor



Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd

Tanggal : 28-12-2020

Co-Promotor



Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or

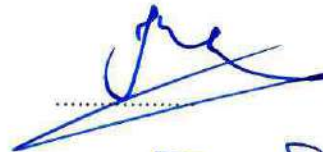
Tanggal : 28-12-2020

Nama

Tanda Tangan

Tanggal

Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd
(Ketua)¹



6-1-2021

Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd
(Sekretaris)²



9-1-2021

Nama : Khurotul Aini

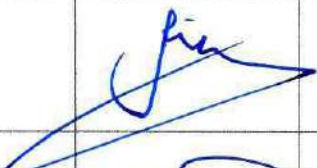
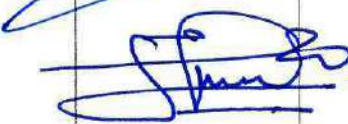




No. Registrasi : 7217167613

Angkatan : 2016/2017

¹ Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

² Koorprodi S3 Pendidikan Olahraga Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

**PERSETUJUAN HASIL PERBAIKAN DISERTASI
SETELAH UJIAN TERTUTUP**

No	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd. Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (Ketua)		6-1-2020
2	Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd. (Koordinator S3 Program Studi Pendidikan Jasmani/Penguji/Sekretaris)		7-1-2021
3	Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd (Promotor)		28-12-2020
4	Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or (Co-Promotor)		28-12-2020
5	Prof. Dr. Widiastuti, M.Pd (Penguji)		29-12-2020
6	Prof. Dr. M.E. Winarno, M.Pd (Penguji Luar)		20-12-2020

Nama : Khurotul Aini
 No. Registrasi : 7217167613
 Angkatan : 2016/2017

PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama Lengkap : Khurotul Aini
NIM : 7217167613
Tempat/Tanggal Lahir : Mojokerto, 17 November 1990
Program : ~~Magister~~/Doktor
Program Studi : Pendidikan Olahraga

Dengan ini menyatakan bahwa disertasi dengan judul “Model Latihan Passing Atas Bolavoli Berbasis Permainan untuk Peserta Ekstrakurikuler Usia SMP” merupakan karya saya sendiri, tidak mengandung unsur plagiat dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Demikianlah pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa ada unsur paksaan dari siapapun. Apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai dengan peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 21 Desember 2020



Khurotul Aini
NIM 7217167613

PERNYATAAN PUBLIKASI DISERTASI

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Khurotul Aini

NIM :7217167613

Menyatakan bahwa saya telah mempublikasikan hasil penelitian Disertasi Doktor saya sebagai berikut:

1. Aini, Asmawi & Pelana (2019) *the effectiveness of the setting of volleyball training guide model to increase the setting skill in Proceedings of the 1st south borneo international conference on sport science and education (SBCSSE 2019)*.
<https://www.atlantispress.com/proceedings/sbicsse-19>.
2. Aini, Asmawi & Pelana (2019) *Games Based Model of Volleyball Passing Exercise For Junior High School Student, in Journal of Physical Education, Sport Health and Recreation* (<http://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/peshr>.
(<http://sinta2.ristedikti.go.id/journals/detail?id=1595>)
3. Aini, Asmawi & Pelana (2019) Analisis Kebutuhan Variasi Latihan *Passing* Atas Bolavoli Usia SMP Di Kota Makassar. Prosiding Seminar Nasional Inovasi Keolahragaan (Semnasinkor FIO UNJ 2019).
4. Publikasi Ilmiah pada conference ISPHE di Universitas Negeri Semarang, 2020.
5. Publikasi artikel ilmiah pada konferensi INCESS di Universitas Bina Dharma Palembang (*Accepted Jurnal terindeks Scopus*), 2020.
6. Proses Submit pada jurnal Internasional bereputasi *Universal Journal of Sport and Health Research* (Terindeks Scopus)
7. HKI Disertasi dan HKI produk penelitian

Jakarta, 21 Desember 2020



Khurotul Aini



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220
Telepon/Faksimili: 021-4894221
Laman: lib.unj.ac.id

**LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademika Universitas Negeri Jakarta, yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Khurotul Aini
NIM : 7217167613
Fakultas/Prodi : PPS/Pendidikan Jasmani S3
Alamat email : khurotulainiunj@gmail.com

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif atas karya ilmiah:

Skripsi Tesis Disertasi Lain-lain (.....)

yang berjudul :

Model Latihan Passing Atas Bolavoli Berbasis Permainan Untuk Peserta Ekstrakurikuler

Bolavoli Usia SMP

Dengan Hak Bebas Royalti Non-Eksklusif ini UPT Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta berhak menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data (*database*), mendistribusikannya, dan menampilkan/mempublikasikannya di internet atau media lain secara *fulltext* untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan atau penerbit yang bersangkutan.

Saya bersedia untuk menanggung secara pribadi, tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, segala bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran Hak Cipta dalam karya ilmiah saya ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta 26 Februari 2021

Penulis

(Khurotul Aini)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena rahmat-Nya proses panjang ini berhasil terselesaikan. Disertasi berjudul “Pengembangan Model Latihan *Passing* Atas Bolavoli Berbasis Permainan untuk untuk peserta ekstrakurikuler bolavoli usia SMP” ini menghasilkan desain produk berupa model-model *passing* atas bolavoli sehingga diharapkan nantinya dapat digunakan oleh pelatih dan atlet saat proses latihan.

Ucapan terima kasih juga penulis ucapkan kepada: Prof. Dr. Komarudin, M.Si, selaku Rektor Universitas Negeri Jakarta, Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd selaku Direktur PPs UNJ, Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M.Pd selaku Koordinator Pendidikan Olahraga S3 PPs UNJ, Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd, selaku Promotor, Prof. Dr. Ramdan Pelana, M.Or selaku Co-Promotor, Dosen Pascasarjana UNJ Prodi S3 Pendidikan Olahraga, keluarga tercinta yang selalu memberikan dukungan tanpa lelah, kawan-kawan S3 POR B dan seluruh mahasiswa Pendidikan Olahraga tahun angkatan 2016/2017 atas motivasi yang diberikan. Penulis berharap disertasi ini dapat bermanfaat terutama bagi peneliti lain yang hendak melakukan penelitian selanjutnya.

Jakarta, Desember 2020

KA

DAFTAR ISI

ABSTRAK (DALAM BAHASA INGGRIS)	i
ABSTRAK (DALAM BAHASA INDONESIA)	ii
PERNYATAAN PUBLIKASI	iii
PERNYATAAN ORISINALITAS	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Pembatasan Penelitian	7
C. Rumusan Masalah	7
D. Tujuan Penelitian	7
E. <i>State of The Art</i>	7
F. <i>Road Map</i> Penelitian	9
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A. Konsep Pengembangan Model	11
B. Konsep Model yang Dikembangkan	29
C. Kerangka Teoritik	32
1. Kegiatan Ekstrakurikuler	32
2. Latihan dalam Olahraga	35
3. Prinsip Latihan	37
4. Komponen Latihan	41
5. Bolavoli	43
6. Kriteria Keberhasilan <i>Passing</i> Atas Bolavoli	48
7. Penguasaan Keterampilan Gerak <i>Passing</i> Atas	52
8. Bermain dan Permainan	57
9. Karakteristik Anak Usia SMP	68
D. Rancangan Model	74
BAB III METODE PENELITIAN	81
A. Tujuan Penelitian	81
B. Tempat dan Waktu Penelitian	81
C. Karakteristik Model yang Dikembangkan	82
D. Pendekatan dan Metode Penelitian	82
E. Langkah-langkah Pengembangan Model	83
1. Studi Pendahuluan	84
2. Perencanaan Pengembangan Model	84
3. Validasi Desain	85
4. Uji Coba Produk pada Kelompok Kecil	86
5. Revisi Produk Tahap 1	86

6. Uji Coba Produk pada Kelompok Besar	86
7. Revisi Produk Tahap 2	86
8. Uji Efektifitas	87
9. Revisi Produk Akhir	88
10. Diseminasi Produk	88
F. Jenis Data	88
G. Instrumen Pengumpulan Data	88
H. Teknik Analisis Data	92
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	94
A. Hasil Pengembangan Model	94
B. Pembahasan	114
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI & REKOMENDASI.....	118
A. Kesimpulan	118
B. Rekomendasi	118
DAFTAR PUSTAKA	121
LAMPIRAN.....	132
RIWAYAT HIDUP



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1.1 <i>State of The Art</i>	8
2.1 Kriteria Penilaian Pelatih Terhadap Keterampilan Teknik Pemain Bola Voli	49
2.2 Tujuan Latihan dan Kesiapan Anak	65
2.3 Perbedaan Profil Perkembangan Fisik Siswa SLTP dengan SLTA	69
3.1 Analisis Persentase	93
4.1 Data Hasil Eksplorasi Temuan	95
4.2 Konsep Draft Awal	99
4.3 Hasil Uji Validasi Desain Produk	103
4.4 Hasil Validasi Desain Dari Para Ahli	104
4.5 Hasil Rekapitulasi Ahli Pada Setiap Indikator Variasi Model	106
4.6 Hasil Keterlaksanaan Ujicoba Kelompok Kecil	107
4.7 Rekapitulasi Data Hasil Uji Coba Kelompok Kecil	108
4.8 Hasil Keterlaksanaan Ujicoba Kelompok Besar	108
4.9 Rekapitulasi Data Hasil Uji Coba Kelompok Besar	109
4.10 Deskriptif Statistik Hasil <i>Pretest</i> & <i>Posttest</i> Kelompok Eksperimen	110
4.11 <i>Paired Samples Correlation</i> Kelompok Eksperimen	111
4.12 Hasil Uji <i>Paired Sample Test</i> Kelompok Eksperimen	111
4.13 Uji <i>Paired Samples Statistics Pretest</i> & <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	112
4.14 Uji <i>Paired Samples Correlations Pretest</i> & <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	112
4.15 Uji <i>Paired Samples Test Pretest</i> & <i>Posttest</i> Kelompok Kontrol	113
4.16 Rangkuman Hasil Perhitungan Uji Normalitas Data Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol Pada Keterampilan Passing Atas Bolavoli	113
4.17 Uji Efektivitas Model Passing Atas Menggunakan T-test	114

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1.1 <i>Road Map</i> Penelitian	10
2.1 <i>Kemp's Instructional Design Model</i>	14
2.2 Model Pengembangan Dick dan Carey	15
2.3 Model Pengembangan 4-D	18
2.4 Model ADDIE	20
2.5 <i>Smith and Ragan's Instructional Model</i>	24
2.6 <i>Integrative Learning Design Framework (IDLF)</i>	25
2.7 Rancangan Model Pengembangan Borg & Gall	30
2.8 Cara Melakukan <i>Passing</i> Atas Bolavoli	47
2.9 Beberapa Posisi Kesalahan Saat Melakukan <i>Passing</i> Atas	48
2.10 Definisi <i>Ball Touch, Ball Catch & Ball Release</i>	51
2.11 Perbedaan Gerak <i>Extention & Flexion</i> Di Pergelangan Tangan & Siku Pada Atlet Terampil & Tidak Terampil	51
2.12 Otot-Otot Utama Saat Mengumpan	52
2.13 <i>Cognitive Domain Chart</i>	53
2.14 Hubungan Antara Kesulitan Tugas Gerak & Prediksi Keberhasilan Gerak	54
2.15 <i>Three Influences on How We Perform a Motor Skill</i>	72
2.16 Desain Pengembangan Model Latihan <i>Passing</i> Atas Bolavoli	79
2.17 Adaptasi Pola Pengembangan Borg & Gall	80
3.1 <i>Pretest-Posttest Control Group Design</i>	87
3.2 Bentuk & Ukuran Lapangan Tes <i>Voli Repeated</i>	91

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Lembar Panduan Wawancara Pelatih.....	132
2. Hasil Wawancara Pelatih	133
3. Instrumen Analisis Kebutuhan Siswa	134
4. Hasil Analisis Kebutuhan Siswa	138
5. Kisi-Kisi Evaluasi Ahli Materi.....	139
6. Kuisisioner Ahli Materi	160
7. Hasil Evaluasi Ahli Materi Bolavoli.....	161
8. Surat Keterangan Verifikasi Ahli Materi Bolavoli 1.....	162
9. Surat Keterangan Verifikasi Ahli Materi Bolavoli 2	163
10. Hasil Evaluasi Ahli Materi Kepelatihan.....	164
11. Surat Keterangan Verifikasi Ahli Kepelatihan.....	166
12. Hasil Evaluasi Ahli Materi Permainan.....	167
13. Surat Keterangan Verifikasi Ahli Permainan.....	169
14. Kisi-Kisi Instrumen Evaluasi Ahli Media	170
15. Angket Evaluasi Ahli Materi Media	171
16. Hasil Evaluasi Ahli Materi Media.....	176
17. Surat Keterangan Verifikasi Ahli Media.....	177
18. Kisi-kisi Kuesioner Ujicoba Subjek Penelitian.....	178
19. Instrumen Uji Coba Subjek Penelitian	180
20. Hasil Analisis Ujicoba Tahap I (Kelompok Kecil)	181
21. Hasil Analisis Ujicoba Tahap II (Kelompok Besar)	186
22. Instrumen Tes <i>Passing</i> Atas Bolavoli	193
23. Hasil Uji Efektifitas.....	196
24. Hasil Signifikansi Menggunakan SPSS	204
25. Program Latihan.....	205
26. <i>Final Product</i>	216
27. Dokumentasi Penelitian	281
28. Surat –Surat Penelitian.....	283
29. Riwayat Hidup Penulis.....	294