

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SMASH
SEPAKTAKRAW BERBASIS ALAT BANTU LATIHAN**



WIWIK YUNITANINGRUM

No. Reg: 7217167828

Disertasi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan untuk Memperoleh
Gelar Doktor

**PROGRAM PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2021**

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SMASH* SEPAKTAKRAW BERBASIS ALAT BANTU LATIHAN *SMASH*

Wiwik Yunitaningrum

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan *smash* sepak takraw berbasis alat bantu latihan dan menguji efektifitas model latihan *smash* sepak takraw berbasis alat bantu latihan terhadap peningkatan keterampilan *smash*. Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian dan pengembangan (R & D) model *Borg and Gall* dengan sepuluh langkah penelitian. Pengumpulan data menggunakan observasi, angket, dan wawancara, Teknik analisis data menggunakan data kualitatif dan kuantitatif. Tahapan dimulai dari (1) *Research and information collecting*, hasil dari analisis kebutuhan menunjukkan bahwa perlu adanya pembaharuan model latihan yang lebih efektif, inovatif dan bisa belajar dimana saja kapan saja tanpa terbatas ruang dan waktu. (2) *Planning*, membuat rencana penelitian dengan membentuk tim sesuai dengan keahlian yang dibutuhkan untuk membantu mengembangkan produk penelitian. (3) *Develop Preliminary of Product* membuat model/desain latihan *smash* yang berupa buku cetak serta uji kelayakan teoritis dengan melibatkan *expert judgment*. (4) *Preliminary Field Testing* menguji produk pada tahap awal yang melibatkan subjek uji coba 20 siswa. (5) *Main Product Revision*, memperbaiki produk yang dikembangkan yang telah diuji coba. (6) *Main Field Testing*, menguji coba kembali produk dengan jumlah subjek yang terdiri dari 40 atlet dari 4 klub. (7) *Operational Product Revision*, menyempurnakan produk yang dikembangkan berdasarkan saran dan masukan pada uji coba lapangan (8) *Operational Field Testing*, uji efektifitas melibatkan 40 atlet terdiri dari 20 kelompok kontrol dan 40 kelompok eksperimen (9) *Final Product Revision*, Menyempurnakan produk model latihan *smash* sepak takraw berbasis alat bantu latihan sebelum disebarluaskan. (10) *Dissemination and Implementation* penelitian ini telah disosialisasikan kepada forum-forum profesional dan masyarakat umum serta telah mendapatkan sertifikat hak cipta. Produk yang dihasilkan adalah model latihan *smash* berbasis alat bantu latihan *smash* buku teks. Hasil penelitian menunjukkan model latihan *smash* sepak takraw berbasis alat bantu latihan *smash* efektif meningkatkan keterampilan *smash* atlet kota Pontianak.

Kata Kunci : Model Latihan, *Smash* Sepaktakraw, Alat Bantu Latihan

MODEL FOR DEVELOPMENT OF A SMASH SEPAKTAKRAW BASED ON AID SMASH TRAINING TOOL


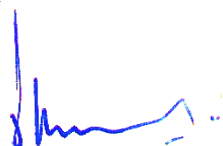
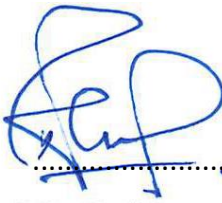


Wiwik Yunitaningrum

ABSTRACT

The aim of this research is to develop a soccer takraw smash training model based on training aids and to test the effectiveness of a soccer takraw smash training model based on a training aid to improve smash skills. The research method used is the research and development (R & D) model of Borg and Gall with ten research steps. Data collection using observation, questionnaires, and interviews, Data analysis techniques used qualitative and quantitative data. The stages start from (1) Research and information collecting, the results of the needs analysis show that there needs to be a renewal of training models that are more effective, innovative and can learn anywhere at any time without being limited by space and time. (2) Planning, making a research plan by forming a team according to the expertise needed to help develop research products. (3) Develop Preliminary of Product makes a model / design of smash training in the form of a printed book and a theoretical feasibility test involving expert judgment. (4) Preliminary Field Testing tests the product at an early stage involving 20 student trial subjects. (5) Main Product Revision, improving products being developed that have been tested. (6) Main Field Testing, retrying the product with a number of subjects consisting of 40 athletes from 4 clubs. (7) Operational Product Revision, aimed at products developed based on suggestions and input on field trials (8) Operational Field Testing, effectiveness testing involving 40 athletes consisting of 20 control groups and 40 experimental groups, (9) Final Product Revision, Improving the product of the takraw smash training model based on training aids before being disseminated. (10) Dissemination and implementation of this research has been socialized to professional forums and the general public and has received a copyright certificate. The resulting product is a textbook. The results showed that the soccer takraw smash training model based on training aids was effective in improving the learning outcomes of the smash skills of Pontianak athletes.

Keywords: *Exercise Model, Sepaktakraw Smash , Training Aid*

LEMBAR PENGESAHAN

PERSETUJUAN PANITIA UJIAN DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA DISERTASI PROMOSI DOKTOR		
Promotor  Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd. Tanggal 24-08-2021	Kopromotor  Dr. Yusmawati, M.Pd. Tanggal 25-08-2021	
NAMA	TANDA TANGAN	TANGGAL
Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S.M.Bus (Ketua) ¹		 27-08-2021
Prof. Dr. Firmansyah, Dlis, M.Pd (Sekretaris) ²		25-08-2021.
Nama : Wiwik Yunitaningrum No. Registrasi : 7217167828 Tgl. Lulus : 31 Agustus 2021		

PERNYATAAN ORISINALITAS

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa Disertasi yang berjudul Pengembangan Model Latihan *Smash* Sepaktakraw Berbasis Alat Bantu Latihan benar- benar hasil karya sendiri sebagai syarat untuk memperoleh gelar Doktor Pendidikan Olahraga dari Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya merupakan hasil karya sendiri.

Adapun kutipan dari hasil karya orang lain telah dituliskan sumbernya, secara jelas sesuai dengan norma kaidah, etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian disertasi ini bukan karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu saya bersedia menerima sanksi akademik sesuai peraturan yang berlaku di Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta Agustus 2021



3A50DAJX339786577
Wiwik Yunitaningrum

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI



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 : WIWIK YUNITANINGRUM
NIM : 7217167828
Fakultas/Prodi : PASCASARJANA / S3 PENDIDIKAN JASMANI
Alamat email : Wiwik.saski@yahoo.co.id

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:
PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN *SMASH* SEPAKTAKRAW BERBASIS ALAT
BANTU LATIHAN

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, 8 September 2021

(Wiwik Yunitaningrum)

KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji dan syukur kehadiran Allah SWT, atas segala rahmat dan karunia-Nya pada penulis, akhirnya penulis dapat menyelesaikan proposal disertasi yang berjudul: "Model Latihan *Smash* Sepaktakraw Berbasis Alat Bantu Latihan".

Disertasi ini ditulis dalam rangka memenuhi sebagian persyaratan untuk Ujian Terbuka dalam rangka memperoleh gelar Doktor Pendidikan Jasmani Universitas Negeri Jakarta.

Penulis menyusun disertasi ini sebagai salah satu solusi mengembangkan prestasi olahraga sepaktakraw Indonesia, khususnya melalui proses latihan sebagai bagian dari pembinaan atlet jangka panjang.

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada yang terhormat: Prof. Dr. Komarudin, M.Pd Rektor UNJ, Prof. Dr. Dedi Purwana, E.S., M.Bus. Direktur Pascasarjana UNJ dan Prof. Dr. Firmansyah Dlis, M. Pd Ketua Program Studi Pendidikan Olahraga serta Seluruh dosen dan staf administrasi Program Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta (UNJ) Atas kesempatan dan berbagai bantuannya selama penulis menempuh pendidikan. Penulis mengucapkan terima kasih yang tulus dan penghargaan yang besar kepada, Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd dan Dr. Yusmawati, S.Pd., M.Pd sebagai Promotor dan Co Promotor yang telah meluangkan waktu untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyelesaian disertasi ini.

Penulis berharap semoga Disertasi ini bermanfaat bagi semua pihak yang akan menerapkan model latihan *smash* sepaktakraw berbasis alat bantu latihan untuk atlet, pelatih maupun masyarakat pada umumnya. Penulis berharap semoga disertasi ini bermanfaat dalam menambah khasanah perbendaharaan Ilmu pengetahuan Program Studi Olahraga dan referensi bagi pembaca.

Acnowledgement

Dengan selesainya disertasi ini penulis mengucapkan terima kasih dan penghargaan yang setinggi – tingginya kepada :

1. Prof. Dr. Dedi Purwana, E. S M.Bus, selaku Direktur Program Pasca Sarjana Universitas Negeri Jakarta.
2. Prof. Dr. Frmansyah Dlis, M.Pd, selaku Koordinator Program Studi Pendidikan Jasmani PPs. UNJ.
3. Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, selaku Promotor disertasi yang telah senantiasa membantu dan membimbing selama proses penyelesaian disertasi ini.
4. Dr. Yusmawati, M.Pd, selaku Co Promotor Disertasi yang telah senantiasa membimbing dan membantu selama proses penyelesaian disertasi ini.
5. Tri Aji, M.Pd selaku pemberi validasi terkait dengan Model Latihan *Smash* sepaktakraw.
6. Ketua PSTI Kota Potianak yang telah memberikan ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
7. Direktur Jendral Perguruan Tinggi yang telah memberikan Beasiswa BPPDN

Kepada seluruh keluarga terutama orangtua Hj. Prihatiningtyas, suami Aris tri wibowo M.Pd, serta anak ku Arisaskia Mahardika Dewi dan Maulana Azzam Satria Mahardika yang senantiasa memberikan dorongan moril maupun materil selama penulis menyelesaikan disertasi ini. Akhir kata semoga Penelitian ini dapat meningkatkan prestasi khususnya pada ketrampilan *smash* sepaktakraw

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	ii
<i>ABSTRACT</i>	iii
KATA PENGANTAR	vii
SURAT PERNYATAAN	v
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR GRAFIK	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN	Error! Bookmark not defined.
A. Latar Belakang Masalah	Error! Bookmark not defined.
B. Pembatasan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
C. Perumusan Masalah	Error! Bookmark not defined.
D. Tujuan Penelitian	Error! Bookmark not defined.
E. State Of The Art	Error! Bookmark not defined.
F. Road Map Penelitan	Error! Bookmark not defined.
BAB II KAJIAN TEORETIK	Error! Bookmark not defined.
A. Konsep Pengembangan Model	Error! Bookmark not defined.
1. Defenisi Pengembangan	Error! Bookmark not defined.
2. Model Pengembangan	Error! Bookmark not defined.
B. Konsep Model Yang Dikembangkan	Error! Bookmark not defined.
C. Kerangka Teoritik	Error! Bookmark not defined.
1. Hakekat Belajar Gerak	Error! Bookmark not defined.
2. Ketrampilan Motorik <i>Smash</i> Dalam Sepaktakraw. Error! Bookmark not defined.	
3. Hakekat Latihan	Error! Bookmark not defined.
4. Karakteristik Remaja	Error! Bookmark not defined.
5. Permainan Sepaktakraw	Error! Bookmark not defined.

6. <i>Smash</i> Dalam Sepaktakraw	Error! Bookmark not defined.
7. Modifikasi Alat Bantu Latihan	Error! Bookmark not defined.
8. Model Latihan <i>Smash</i> Sepaktakraw Berbasis Alat Bantu Latihan <i>Smash</i>	Error! Bookmark not defined.
D. Rancangan Model	Error! Bookmark not defined.
BAB III METODOLOGI PENELITIAN..... Error! Bookmark not defined.	
A. Tempat dan Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
1. Tempat Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Waktu Penelitian	Error! Bookmark not defined.
B. Karakteristik Model yang Dikembangkan	Error! Bookmark not defined.
1. Sasaran Penelitian	Error! Bookmark not defined.
2. Subjek Penelitian.....	Error! Bookmark not defined.
C. Pendekatan dan Metode Penelitian	Error! Bookmark not defined.
D. Langkah – Langkah Pengembangan Model....	Error! Bookmark not defined.
1. Penelitian Pendahuluan	Error! Bookmark not defined.
2. Perencanaan Pengembangan Model.....	Error! Bookmark not defined.
3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Model	Error! Bookmark not defined.
4. Implementasi Model	Error! Bookmark not defined.
E. Pengumpulan Dan Analisis Data	Error! Bookmark not defined.
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASANError! Bookmark not defined.	
A. Hasil Pengembangan Model	Error! Bookmark not defined.
1. Analisis Kebutuhan	Error! Bookmark not defined.
2. Rancangan Dan Pengembangan Produk Model Latihan <i>Smash</i> Berbasis Alat Bantu Latihan	Error! Bookmark not defined.
B. Kelayakan Model	Error! Bookmark not defined.
1. Uji Ahli/ Penilaian Para Pakar Pada Bidang Terkait	Error! Bookmark not defined.
2. Hasil Uji coba Tahap I / Kelompok Kecil.	Error! Bookmark not defined.
3. Hasil Uji coba Tahap II / Kelompok Besar	Error! Bookmark not defined.
C. Uji Efektifitas Model	Error! Bookmark not defined.

BAB V KESIMPULAN SARAN DAN REKOMENDASI**Error! Bookmark not defined.**

A. Kesimpulan..... **Error! Bookmark not defined.**

B. Saran dan Rekomendasi..... **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR PUSTAKA..... 139

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Desain Rancangan Model Latihan <i>Smash</i>	75
Tabel 3. 1	Lingkup dan Subjek Penelitian Error! Bookmark not defined.	
Tabel 3. 2	Desain Penelitian dalam Uji Efektifitas Model	Error! Bookmark not defined.
Tabel 3. 3	Kriteria <i>N-Gain</i>	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 1	Hasil Analisis Kebutuhan pelatih dan Temuan Lapangan	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 2	Hasil Analisis Kebutuhan Atlet dan Temuan Lapangan..	Error! Bookmark not defined.
Tabel 4. 3	Model Latihan <i>Smash</i> dengan MenggunakanAlat Bantu Latihan <i>Smash</i>	95
Tabel 4. 4	Hasil Penilaian Ahli/Pakar Model Latihan <i>Smash</i> Berbasis Alat Bantu Latihan Pada Remaja.....	100
Tabel 4. 5	Hasil Uji Coba Skala Kecil Model Latihan <i>Smash</i> Sepaktakraw Berbasis Alat bantu latihan Untuk Atlet Remaja (N=20) .	120
Tabel 4. 6	Hasil Uji Coba Skala Besar Model Latihan teknik <i>Smash</i> Berbasis Alat Bantu Media Untuk Atlet Remaja Kota Pontianak (N=40).....	123
Tabel 4. 7	Rangkuman uji normalitas sebaran data	128
Tabel 4. 8	Rangkuman uji homogenitas	129
Tabel 4. 9	Rangkuman hasil uji T Dependen Sampel Tes Awal Dan Tes Akhir Kelompok Ekperimen.....	131
Tabel 4. 10	Rangkuman hasil uji T Dependen Sampel Tes Awal Dan Tes Akhir Kelompok Kontrol.....	131

Tabel 4. 11	Rangkuman hasil uji T <i>Test: Two-Sample Assuming Equal Variances</i> tes akhir kelompok eksperimen dan tes akhir kelompok kontrol.....	131
Tabel 4. 12	Data <i>Gain Score</i> keterampilan smash Pada Kelompok Eksperimen.	132
Tabel 4. 13	Data <i>Gain Score</i> keterampilan smash Pada Kelompok Kontrol	133
Tabel 4. 14	Rangkuman Data <i>Gain Score</i> Keterampilan Smash Sepaktakraw Pada Kelompok Eksperimen Dan Kelompok Kontrol.....	134



DAFTAR GAMBAR

- Gambar 2. 1 Instructional Design R and D Menurut Walter Dick **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 2 Model Pembelajaran Terpadu dalam Teori dan Praktek Menurut Kemp..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 3 Model ADDIE..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 4 Model Pengembangan Pembelajaran 4-D..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 5 Model MPI..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 6 Model Smith dan Ragan **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 7 Model Integrative Learning Design Framwork **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2.8. *Instructional Design R and D* **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2.9. *Instructional Design R and D* **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 10 *Smash* Lurus **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 11 Tahapan-Tahapan Gerak Smash **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 12 Alat Gantung Bola..... **Error! Bookmark not defined.**
- Gambar 2. 13 Rancangan model latihan smash Berbasis alat bantu latihan. **Error! Bookmark not defined.**

DAFTAR GRAFIK

- Grafik 1. 1 Presentasi Keberhasilan dan Kegagalan Smash Pada Event
Takraw Challenges 2014-2018.....**Error! Bookmark not defined.**
- Grafik 4. 1 *Gain Score* Keterampilan Smash Pada Kelompok Eksperimen
Dan Kelompok Kontrol.....**Error! Bookmark not defined.**



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Analisis Kebutuhan Atlet Sepaktakraw	149
Lampiran 2	Tabel Hasil Kuisoner Kebutuhan Atlet Sepaktakraw Terhadap Model Latihan <i>Smash</i> Atlet	152
Lampiran 3	Analisis Kebutuhan Pelatih Sep Takraw	154
Lampiran 4	Tabel Hasil Analisis Kebutuhan pelatih dan Temuan Lapangan	155
Lampiran 5	Blanko Penilaian Ahli Terhadap Model Latihan <i>Smash</i> Sepaktakraw Berbasis Alat Bantu Latihan	186
Lampiran 6	Hasil Penilaian Ahli Terhadap Model Latihan <i>Smash</i> Sepaktakraw Berbasis Alat Bantu Latihan	158
Lampiran 7	Model Latihan <i>Smash</i> Sepaktakraw Berbasis Alat Bantu Latihan <i>Smash</i>	159
Lampiran 8	Program latihan <i>smash</i> sepaktakraw Berbasis alat bantu media	195
Lampiran 9	Instrumen Uji Coba Kelompok Kecil	225
Lampiran 10	Instrumen Uji Coba Kelompok Besar	227
Lampiran 11	INSTRUMEN KETRAMPILAN SMASH	229
Lampiran 12	Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	235
Lampiran 13	Rekap Data Mentah Tes Awal <i>Smash</i>	237
Lampiran 14	Data Hasil T-Skor Tes Awal Tiga Item Keterampilan <i>Smash</i> Sepaktakraw	238
Lampiran 15	Pembagian Kelompok Ekperimen Dan Kontrol Berdasarkan Hasil T-Skor Tes Awal	239
Lampiran 16	Data Hasil Tes Keterampilan <i>Smash</i> Sepaktakraw (Penilaian Gerak)	240
Lampiran 17	Data Hasil Tes Keterampilan <i>Smash</i> Sepaktakraw (Penilaian Hasil)	241
Lampiran 18	Rekapitulasi Data Mentah Tes Akhir Kelompok Eksperimen Dan Kontrol (Penilaian Hasil)	242

Lampiran 19	Data Hasil Tes Keterampilan <i>Smash</i> (Penilaian Proses dan Hasil)	243
Lampiran 20	Data Hasil Tes Keterampilan <i>Smash</i> Sepaktakraw	244
Lampiran 21	Normalitas Tes Awal Kelompok Eksperimen.....	245
Lampiran 22	Normalitas Tes Akhir Kelompok Eksperimen	246
Lampiran 23	Normalitas Tes Awal Kelompok Kontrol.....	247
Lampiran 24	Normalitas Tes Akhir Kelompok Kotrol.....	248
Lampiran 25	Uji Homogenitas Kelompok Eksperimen.....	249
Lampiran 26	Uji Homogenitas Kelompok Kontrol	254
Lampiran 27	Uji Homogenitas Tes Akhir Antar Kelompok (Eksperimen dan Kontrol) Data Hasil Tes Tes Akhir Antar Kelompok (Eksperimen dan Kontrol)	256
Lampiran 28	Uji T Dependen Sampel (Paired sample t-test) Kelompok Eksperimen	258
Lampiran 29	Uji T Dependen Sampel (Paired sample t-test) Kelompok Kontrol.....	260
Lampiran 30	Uji T Independen Sampel (Paired sample t-test).....	262
Lampiran 31	Dokumentasi Penelitian.....	264
Lampiran 32	Surat Ijin Penelitian	267
Lampiran 33	Balasan Ijin Penelitian	268
Lampiran 34	Surat Validasi Ahli	269

