

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SMASH SEPAKTAKRAW  
BERBASIS ALAT BLOCK SMART SYSTEM**



*Mencerdaskan dan  
Memartabatkan Bangsa*

**ANDRE SEBASTIAN**

**1604620109**

**Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Olahraga**

**PROGRAM STUDI KEPELATIHAN KECABANGAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
AGUSTUS , 2022**

# **PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SMASH BERBASIS ALAT BLOCK SMART SYSTEM**

## **Abstrak**

Tujuan dari penelitian dan pengembangan ini adalah untuk memodifikasi alat bantu latihan smart system untuk memudahkan atlet dan pelatih dalam berlatih untuk atlet sepaktakraw DKI Jakarta. Penelitian dan pengembangan ini menggunakan pendekatan kualitatif serta menggunakan metode penelitian Research and Development dengan model ADDIE. Subyek dalam penelitian dan pengembangan ini adalah atlet sepaktakraw DKI Jakarta. Langkah-langkah pengembangan digunakan untuk penelitian pada tahap: (1) analisis kebutuhan; (2) desain ; (3) pengembangan; (4) pelaksanaan di lapangan; (5) evaluasi produk. Data dianalisis dengan teknik analisis deskriptif kualitatif dan analisis statistik deskriptif kuantitatif. Hasil uji validitas dilakukan dengan tiga orang ahli model latihan smash berbasis alat block smart system menunjukkan bahwa model latihan berada pada tingkat pencapaian sangat baik dengan rata-rata presentase 84,66. Hasil ini menunjukkan bahwa keseluruhan alat dan model latihan smash berbasis smart system layak dan dapat diaplikasikan dilapangan.

**Kata Kunci :** *Pengembangan, Model, Latihan Smash, Alat Block, Smart System*



## ***DEVELOPMENT OF SEPAKTAK RAW SMASH TRAINING MODEL BASED ON SMART SYSTEM BLOCK TOOL***

### ***ABSTRACT***

*The purpose of this research and development is to modify the smart system training aids to make it easier for athletes and coaches to train for Jakarta sepak takraw athletes. This research and development uses a qualitative approach and uses the Research and Development research method with the ADDIE model. The subjects of this research and development are the soccer takraw athletes of DKI Jakarta. The development steps are used for research at the stages: (1) needs analysis; (2) design; (3) development; (4) implementation in the field; (5) product evaluation. The data were analyzed by qualitative descriptive analysis techniques and quantitative descriptive statistical analysis. The results of the validity test carried out by three experts on the smash training model based on the block smart system showed that the training model was at a very good level of achievement with an average percentage of 84.66. These results indicate that all tools and models of smash training based on the smart system are feasible and can be applied in the field.*

***Keywords:*** *Development, Model, Smash Exercise, Block Tool, Smart System*



## LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

| Nama | Tanda Tangan | Tanggal |
|------|--------------|---------|
|------|--------------|---------|

### Pembimbing I






Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd  
NIP. 196309171989031002

  
.....  
12/08<sup>22</sup>  
.....

### Pembimbing II

Burhan Basyiruddin, M.Pd  
NIDN. 0015029305

  
.....  
12/08 - 22  
.....

| Nama  | Jabatan    | Tanda Tangan   | Tanggal             |
|---|------------|--|---------------------|
| 1. Ferry Yohannes Wattimena, M.Pd<br>NIP. 198202022010121003      | Ketua      |   | 12/08 <sup>22</sup> |
| 2. Heru Miftakhudin, S.Or, M.Pd<br>NIDN. 0012119205               | Sekretaris |  | 12/08 <sup>22</sup> |
| 3. Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M.Pd<br>NIP. 196309171989031002 | Anggota    |  | 12/08 <sup>22</sup> |
| 4. Burhan Basyiruddin, M.Pd<br>NIDN. 0015029305                   | Anggota    |  | 12/08 - 22          |
| 5. Dr. Mansur Jauhari, M.Si<br>NIP. 197408152005011003            | Anggota    |  | 12/08 <sup>22</sup> |

Tanggal Lulus : 2 Agustus 2022

## PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik sarjana, baik di Universitas Negeri Jakarta maupun di perguruan tinggi lain.
2. Skripsi ini adalah murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan dari pihak lain, kecuali arahan dosen pembimbing.
3. Dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis dipublikasikan orang lain, kecuali tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan dalam naskah dengan disebutkan nama pengarang dan dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena skripsi ini, serta sanksi lainnya sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Negeri Jakarta.

Jakarta, 19 Agustus 2022

Yang membuat pernyataan,



Andre Sebastian

NIM. 1604620109



KEMENTERIAN PENDIDIKAN DAN KEBUDAYAAN  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA  
UPT PERPUSTAKAAN

Jalan Rawamangun Muka Jakarta 13220  
Telepon/Faksimili: 021-4894221  
Laman: [lib.unj.ac.id](http://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 : Andre Sebastian  
NIM : 1604620109  
Fakultas/Prodi : Ilmu Keolahragaan / Kepelatihan Kecabangan Olahraga  
Alamat email : sebastianandrc311@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 :

Pengembangan Model Latihan *Smash* Sepaktakraw Berbasis Alat *Block Smart System*

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, 19 Agustus 2022

Penulis

( Andre Sebastian )

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Saya panjatkan kepada Tuhan YME, karena atas berkat rahmat-Nya saya dapat menyelesaikan skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi persyaratan untuk mencapai gelar Sarjana Olahraga Program Studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga Fakultas Ilmu Keolaragaan Universitas Negeri Jakarta. Saya menyadari bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan skripsi ini, sangatlah sulit bagi saya untuk menyelesaikan Skripsi ini.

Oleh karena itu, saya mengucapkan terima kasih kepada Bapak **Dr. Johansyah Lubis, M.Pd**, selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolaragaan Universitas Negeri Jakarta, Bapak **Dr. Mansur Jauhari, M. Si**. Selaku kordinator program studi Kepelatihan Kecabangan Olahraga. Bapak **Prof. Dr. Achmad Sofyan Hanif, M. Pd** Selaku Dosen pembimbing I, yang telah menyediakan waktu, tenaga dan pikiran untuk saya dalam penyusunan skripsi ini. Bapak **Burhan Basyriuddin, M.Pd** selaku Dosen pembimbing II, yang telah menyediakan waktu dan membantu dalam hal penyusunan skripsi, Pihak para Anggota KOP Sepaktakraw, Teman-teman atlet sepaktakraw DKI Jakarta yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang saya perlukan, Bapak **Linsisus Simanjuntak**, Ibu **Tiomsi Aruan** dan keluarga saya, yang telah memberikan dukungan material maupun moral, Teman-teman saya **Putra Giri Mukti Wibowo, S.Or**, **Nabilah Wardah Taher, S.Pd**, **Oryza Febrizard Hidayat, S.Pd** yang telah banyak membantu saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, saya berharap Tuhan YME berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan keolahragaan.

Jakarta, 19 Agustus 2022

Andre Sebastian

## DAFTAR ISI

|   | Halaman     |
|---|-------------|
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                         | <b>iv</b>   |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                             | <b>v</b>    |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                           | <b>vi</b>   |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                          | <b>vii</b>  |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                        | <b>viii</b> |
| <b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....                      | <b>1</b>    |
| A. Latar Belakang Masalah .....                     | 1           |
| B. Fokus Penelitian .....                           | 4           |
| C. Perumusan Masalah.....                           | 4           |
| D. Kegunaan Hasil Penelitian.....                   | 5           |
| <b>BAB II KAJIAN TEORITIK</b> .....                 | <b>6</b>    |
| A. Konsep Pengembangan Model .....                  | 6           |
| B. Konsep Model yang dikembangkan.....              | 10          |
| C. Kerangka Teoritik .....                          | 12          |
| D. Rancangan Model .....                            | 31          |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b> .....          | <b>34</b>   |
| A. Tujuan Penelitian .....                          | 34          |
| B. Tempat dan Waktu Penelitian.....                 | 34          |
| C. Karakteristik Model yang dikembangkan.....       | 34          |
| D. Pendekatan dan Metode Penelitian.....            | 37          |
| E. Langkah-langkah Pengembangan Model .....         | 39          |
| F. Validasi / Telaah Pakar .....                    | 41          |
| <b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b> ..... | <b>45</b>   |
| A. Hasil Penelitian.....                            | 45          |
| B. Kelayakan Model.....                             | 62          |
| C. Efektivitas Model .....                          | 63          |
| D. Pembahasan .....                                 | 64          |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....             | <b>65</b>   |
| A. Kesimpulan .....                                 | 65          |
| B. Saran .....                                      | 65          |
| <b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....                         | <b>67</b>   |
| <b>LAMPIRAN</b> .....                               | <b>70</b>   |



## DAFTAR TABEL

|   | Halaman |
|---|---------|
| 1. Nama Para Telaah Pakar (Uji Validasi) .....              | 42      |
| 2. Kategori Penilaian Skala Likert .....                    | 43      |
| 3. Kriteria Kevalidan data angket penilaian validator ..... | 44      |



## DAFTAR GAMBAR

Halaman

|   |    |
|---|----|
| 1. Tahapan Model ADDIE .....  | 9  |
| 2. Menimang Bola dengan Sepak Sila .....                              | 14 |
| 3. Menimang Bola dengan Sepak Kura.....                               | 15 |
| 4. Menimang Bola dengan Paha.....                                     | 16 |
| 5. Menyundul Bola (Heading) .....                                     | 17 |
| 6. Anatomi Tubuh Manusia.....   | 23 |
| 7. Otot Tungkai .....   | 24 |
| 8. Mesin Block Bola Voli.....   | 31 |
| 9. Mesin Block Sepaktakraw.....                                       | 31 |
| 10. Rancangan Pengembangan Model alat block <i>smart system</i> ..... | 32 |
| 11. Block Portable Berbasis <i>Smart System</i> .....                 | 33 |
| 12. Smash posisi bebas.....   | 35 |
| 13. Smash posisi dari arah kanan.....                                 | 35 |
| 14. Smash posisi dari arah kiri .....                                 | 36 |
| 15. Smash posisi bola jauh .....                                      | 36 |
| 16. Smash posisi bola cepat .....                                     | 37 |
| 17. Tahapan Model ADDIE .....   | 48 |
| 18. Bagan Pengembangan Model.....                                     | 41 |
| 19. Smash posisi bebas arah tarik .....                               | 47 |
| 20. smash posisi bebas arah tengah.....                               | 48 |
| 21. Smash posisi bebas arah potong.....                               | 49 |
| 22. Model smash posisi kiri arah tarik .....                          | 50 |
| 23. Model smash posisi kiri arah tengah.....                          | 51 |
| 24. Model smash posisi kiri arah potong .....                         | 52 |
| 25. Model smash posisi kanan arah tarik .....                         | 53 |
| 26. Model smash posisi kanan arah tengah.....                         | 54 |
| 27. Model smash posisi kanan arah potong .....                        | 55 |
| 28. Model smash posisi bola jauh .....                                | 56 |
| 29. Model smash posisi bola jauh.....                                 | 57 |
| 30. Model smash posisi bola jauh .....                                | 58 |
| 31. Model smash posisi bola cepat.....                                | 59 |
| 32. Model smash posisi bola cepat.....                                | 60 |
| 33. Model smash posisi bola cepat.....                                | 61 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                 | Halaman |
|---------------------------------|---------|
| 1. Surat Izin Penelitian .....  | 70      |
| 2. Validasi Ahli I .....        | 71      |
| 3. Validasi Ahli II .....       | 72      |
| 4. Validasi Ahli III .....      | 73      |
| 5. Data Validasi Ahli I .....   | 74      |
| 6. Data Validasi Ahli II .....  | 76      |
| 7. Data Validasi Ahli III ..... | 78      |
| 8. Dokumentasi .....            | 81      |

