

**PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SERVIS SEPAK TAKRAW
BERBASIS VARIASI SASARAN
PADA ATLET PEMULA SEPAK TAKRAW SUMEDANG**



DADANG BUDI HERMAWAN

7217140059

Disertasi Yang Ditulis Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Untuk Mendapatkan Gelar Doktor

**PASCASARJANA
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA
2019**

Pengembangan Model Latihan Servis Sepak Takraw Berbasis Variasi Sasaran Pada Atlet Pemula Sepak Takraw Sumedang

Dadang Budi Hermawan

Abstrak

Hasil observasi menunjukkan atlet pemula yang tergabung dalam Club Sepak Takraw Kabupaten Sumedang memiliki kemampuan yang lemah dalam hal sistematika gerakan servis, kurangnya variasi latihan servis, kurangnya penggunaan media latihan servis dan kurang memperhatikan indikator keberhasilan service. Berdasarkan data ini maka diperlukan pengembangan model latihan servis sepak takraw berbasis variasi sasaran untuk meningkatkan kemampuan servis sepak takraw. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pengembangan model latihan servis sepak takraw berbasis variasi sasaran serta untuk meningkatkan kemampuan servis sepak takraw pada atlet pemula di Kabupaten Sumedang. Penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan *Research & Development (R&D)* dari Borg and Gall dengan melalui sepuluh tahapan yaitu studi pendahuluan, merencanakan penelitian, pengembangan desain, uji terbatas, revisi hasil uji terbatas, uji luas, reksi hasil uji luas, uji kelayakan, revisi final hasil uji kelayakan, diseminasi dan implementasi produk akhir. Subjek dalam penelitian ini ialah atlet pemula yang tergabung dalam Club Sepak Takraw Kabupaten Sumedang. Guna mengetahui hasil dari penerapan model, peneliti menggunakan tes servis sepak takraw. Analisis data penelitian menggunakan uji t dengan taraf signifikansi 0.05. Analisis data diperoleh nilai keterampilan servis sepak takraw berdasarkan output uji *Independent Sampel t Test* di atas, diperoleh $t_{hitung} = 6,087$ dan nilai signifikan $0.000 < 0.05$ dengan $df = 29$. Hasil Penelitian ini menunjukkan bahwa pengembangan model latihan servis berbasis variasi saraan berpengaruh signifikan pada kemampuan servis sepak takraw atlet pemula pada Club Sepak Takraw di Kabupaten Sumedang. Hal ini dibuktikan dengan adanya perbedaan kemampuan servise sepak takraw pada saat sebelum dan sesudah latihan menggunakan model latihan servive berbasis sasaran. Kebaruan dari penelitian ini berupa model latihan servis sepak takraw untuk atlet pemula yang terdiri dari 68 jenis latihan yang dikemas dengan menggunakan enam jenis variasi sasaran. Implikasi dari pengembangan Model latihan servis sepak takraw berbasis variasi sasaran untuk atlet pemula Kabupaten Sumedang ini dapat memberikan kontribusi yang positif dalam menunjang pencapaian tujuan latihan servis, selain itu dengan pengembangan model latihan ini, atlet pemula lebih termotvasi untuk melakukan latihan karena menyenangkan.

Kata kunci: Model, Sepak Takraw, Latihan Servis, Atlet Pemula

A Model Development of Target Variation Based Sepak Takraw Service Training on a Sumedang Novice Sepak Takraw Athlete


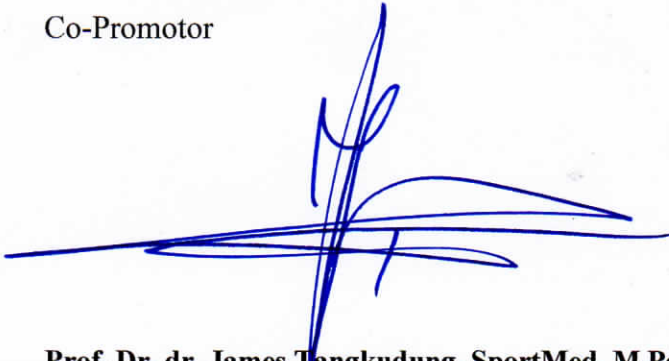
Dadang Budi Hermawan



Abstract

Given the observation findings, it shows that a novice athlete in Sepak Takraw Club Sumedang Regency has a lack of skill in systematical service movement, use in service exercise, use in service exercise media, and attention in good service indicator. From the data findings, the model development of target variation based Sepak Takraw service is needed to improve sepak takraw service skill. The present study is aimed at investigating the influence of model development of target variation based Sepak Takraw service training on novice athletes in Sumedang Regency. This study employed Research and Development (R&D) method from Borg and Gall by using ten steps, such as preliminary study, research planning, design development, sample test, sample test revision, large test, large test revision, proper test, final revision of proper test, dissemination and final product implementation. The subject of the study was a novice athlete in Sumedang Sepak Takraw club. To obtain the result from model implementation, sepak takraw service test was employed. The data analysis used t-test with 0.05 significant level. From the data analysis, it shows that sepak takraw service skill score based on Independent Sample t-Test output is gained $t\text{-calculator}=6,087$ and significant value $0.000 < 0.05$ with $df=29$. The result indicates that a model development of target variation based has significant influence on a novice sepak takraw athlete service skill in sepak taraw club in Sumedang Regency. Hence, it is proven by the sepak takraw service skill differences between before and after training by using target variation based service model. The novelty of the study is a sepak takraw service training model for a novice athlete consisting of 68 exercise types which are formed in six types of target variation. The implication from the model development of target variation based sepak takraw service training on a novice athlete in Sumedang Regency is to make a positive contribution in supporting service training achievement. Besides, by the model, a novice athlete is encouraged to perform exercise more since they enjoy the program.

Key words: Model, Sepak Takraw, Service Training, Novice Athlete

**PERSETUJUAN KOMISI PROMOTOR
DIPERSYARATKAN UNTUK UJIAN TERBUKA DISERTASI/
PROMOSI DOKTOR**

<p>Promotor</p>  <p>Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd</p> <p>Tanggal... <u>19-11-2019</u></p>	<p>Co-Promotor</p>  <p>Prof. Dr. dr. James Tangkudung, SportMed, M.Pd</p> <p>Tanggal... <u>19-11-2019</u></p>
--	--

NAMA	TANDA TANGAN	TANGGAL
<p>Dr. Komarudin, M.Si. (Ketua)¹</p>	 <p>.....</p>	<p>.....</p>
<p>Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd. (Sekertaris)²</p>	 <p>.....</p>	<p>.....</p>

Nama : Dadang Budi H
 No. Registrasi : 72710059
 Tahun Lulus :

¹ Rektor Universitas Negeri Jakarta
² Direktur Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta

LEMBAR PERNYATAAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa disertasi yang susun sebagai syarat untuk memperoleh gelar Doktor dari Pascasarjana Universitas Negeri Jakarta seluruhnya adalah hasil karya saya sendiri.

Adapun bagian-bagian tertentu dalam penulisan Disertasi yang saya kutip dan hasil karya orang lain telah dituliskan sumber secara jelas sesuai dengan norma, kaidah dan etika penulisan karya ilmiah.

Apabila dikemudian hari ditemukan seluruh atau sebagian Disertasi ini bukan hasil karya saya sendiri atau adanya plagiat dalam bagian-bagian tertentu, saya bersedia menerima sanksi pencabutan gelar akademik yang saya sandang dan sanksi-sanksi lainnya sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Jakarta, November 2019



Dadang Budi H



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 : Dadang Budi Hermawan
NIM : 7217140059
Fakultas/Prodi : Pendidikan Olahraga S3
Alamat email : dadangb79@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 Servis Sepak Takraw Berbasis Variasi Sasaran Pada Atlet
Pemula Sepak Takraw Sumedang

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 2020

Penulis

(Dadang Budi Hermawan)
nama dan tanda tangan

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur saya panjatkan pada Tuhan Yang Maha Esa, karena berkat limpahan Rahmat dan Karunia-nya saya dapat menyelesaikan penyusunan disertasi ini dengan baik dan tepat pada waktunya. Dalam disertasi ini saya membahas mengenai **“Pengembangan Model Latihan Servis Sepak Takraw Berbasis Variasi sasaran Pada Atlet Pemula Sepak Takraw Sumedang”**

Disertasi ini disusun berdasarkan masalah yang didapat dalam observasi dan beberapa bantuan dari berbagai pihak untuk membantu menyelesaikan tantangan dan hambatan selama mengerjakan Disertasi ini. Oleh karena itu, saya mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu baik secara langsung maupun tidak langsung dalam penyusunan ini.

Saya menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada disertasi ini. Oleh karena itu saya mengundang pembaca untuk memberikan saran serta kritik yang dapat membangun. Kritik konstruktif dari pembaca sangat saya harapkan untuk penyempurnaan menuju penyelesaian karya tulis ilmiah selanjutnya.

Akhir kata semoga disertasi ini bisa memberikan manfaat bagi perkembangan keilmuan sekalian khususnya dalam dunia olahraga.

Jakarta, November 2019
Peneliti

Dadang Budi H

Unknowledgement

Bismillahirrahman'nirrahim,...

Alhamdulillah rabil 'alamin, the researcher expresses his highest gratitude to Allah subhanahu wa ta'ala for blessing, love, opportunity, health, and mercy to complete this undergraduate dissertation. This undergraduate dissertation entitled "Deveopment Model Of The Service Training Sepak Takraw Based On Target Variation At The Sumedang Beginer Athletes" is submitted as the final requirement in accomplishing undergraduate degree at Post Graduate in State University Of Jakarta.

In arranging this dissertation, a lot of people have provided motivation, advice, and support for the researcher. In this valuable chance, the researcher intended to express his gratitude and appreciation to all of them. First, the researcher's deepest appreciation goes to his beloved parents, my mother for the endless love, pray, and support, and my father for the phone call every week in order to remind me to keep going and never giving up.

The researcher presents his sincere appreciation goes to Prof. Dr. Nadiroh, M.Pd., as the dean of sport education Also this dissertation would not have been possible without the help, support and patience of my first advisor, Prof. Dr. Moch. Asmawi, M.Pd., for his supervision, advice, and guidance from the very early stage of this research as well as giving me extraordinary experiences throughout the past few years. Then to his second advisor Prof. Dr. dr. James Tangkudung, SportMed. M.Pd., who has helped him patiently finishing this undergraduate dissertation by giving suggestion, guidance, and correction until the completion of this dissertation.

I gratefully thank to the principal of Club Sepak Takraw Sumedang for allowing me to conduct the research there.

I am sorry that I rarely visited your home recently. Their text messages keep me annoyed but magically give me reason to be focus to finish my study as soon as posible, for that I am really grateful to have you two in my life.

I am very grateful to have some close friends who always support me. The first appreciation goes to all my friend, You are always a good listener for every problem I faced, especially when I had to revise this dissertation and re-start over and over again. Your oppinions never stop surprise me and also allow me to see my problem from a different angle.

Finally, I would like to thank everybody who was important to the successful realization of this undergraduate dissertation. This undergraduate dissertation is far from perfect, but it is expected that it will be useful not only for the researcher, but also for the readers. For this reason, constructive thoughtful suggestion and critics are welcomed.

Sumedang, November, 2019

Writer,

Dadang Budi H

DAFTAR ISI

	halaman
LEMBAR PERSETUJUAN PROMOTOR	i
ABSTRAK	ii
PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	iv
KATA PENGANTAR	v
UNKNOWLEDGEMENT	vi
RINGKASAN	vii
DAFTAR ISI	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL	Xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
BAB I PENDAHULUAN	1
A Latar Belakang.....	1
B Fokus Penelitian.....	7
C Rumusan Masalah.....	8
D Signifikansi Penelitian.....	8
E Kebaruan Penelitian.....	8
BAB II KAJIAN PUSTAKA	11
A Penelitian Pengembangan Model.....	11
1. Model Pengembangan Borg <i>and</i> Gall.....	15
2. Model Pengembangan ADDIE.....	19
3. Model Pengembangan Instruksional (MPI).....	20
4. Model Pengembangan Kemp.....	21
5. Model Pengembangan <i>Dick and Carey</i>	23
6. Model pengembangan Sugiyono.....	24
7. Model Pengembangan Sukmadinata.....	25
B Konsep Model	25
1. Pengertian Model.....	25
2. Model Latihan.....	29
C Penelitian Yang Relevan.....	30
D Kerangka Teoritik.....	31
1. Sepak Takraw.....	31
2. Keterampilan Sepak Takraw.....	40
3. Keterampilan Bermain Sepak Takraw.....	50
4. Hakikat Servis Sepak Takraw.....	55
5. Sasaran Servis.....	62
6. Belajar Gerak.....	65
7. Pengertian Latihan.....	75
8. Prinsip Latihan.....	77
9. Metode Latihan <i>Drill</i>	81
10. Karakteristik Usia 12-13 Tahun.....	83
E Rancangan Model.....	85
BAB III METODE PENELITIAN	93
A Waktu dan Tempat Penelitian.....	93
B Subjek.....	93

C	Karakteristik Model yang Dikembangkan.....	94
D	Pendekatan Model Penelitian.....	97
E	Langkah-Langkah Penyusunan Model.....	99
	1. Analisis Kebutuhan.....	99
	2. Perencanaan Pengembangan.....	101
	3. Validasi Desain.....	102
	a. Telaah Pakar (expert judgement).....	102
	b. Uji Coba Produk Pada Kelompok Kecil.....	102
	c. Uji Coba Produk Pada Kelompok Besar.....	103
	4. Implementasi Model.....	103
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		106
A	Hasil Penelitian.....	106
	1. Pengembangan Model.....	106
	2. Kelayakan Model.....	110
	3. Efektifitas Model.....	118
	a. Hasil Tahap Pertama/Uji Kelompok Kecil.....	118
	b. Hasil Tahap Kedua / Uji Kelompok Besar.....	119
	c. Uji Efektifitas.....	120
B	Pembahasan.....	124
C	Pembahasan Produk.....	136
D	Keterbatasan Penelitian.....	139
BAB V KESIMPULAN, IMPLIKASI, DAN REKOMENDASI.....		141
A	Kesimpulan.....	141
B	Implikasi	141
C	Rekomendasi.....	141
DAFTAR PUSTAKA.....		144
LAMPIRAN.....		150
RIWAYAT HIDUP.....		332

DAFTAR GAMBAR

Gambar	halaman
2.1	Instructional Desain R and D Borg and Gall..... 16
2.2	Tahapan Model ADDIE..... 20
2.3	Tahapan MPI..... 20
2.4	Model Kemp..... 22
2.5	Instructional Desain R and D Dick and Carey..... 23
2.6	Langkah-Langkah Metode R and D Sugiyono..... 28
2.7	Lapangan sepak takraw 35
2.8	Bola Sepak Takraw..... 36
2.9	Bola Sepak Takraw..... 36
2.10	Teknik Dasar Sepak Sila..... 42
2.11	Teknik Dasar Sepak Kura..... 43
2.12	Teknik Dasar Sepak Cungkil..... 44
2.13	Teknik Dasar Menapak..... 45
2.14	Teknik Dasar Sepak Badek..... 47
2.15	Teknik Dasar Menyundul/ <i>Heading</i> 47
2.16	Teknik Dasar Mendada..... 48
2.17	Teknik Dasar Memaha..... 49
2.18	Teknik Dasar Membahu..... 49
2.19	Keterampilan Bermain <i>Smash</i> 54
2.20	Keterampilan Bermain Servis Bawah Sepak Takraw..... 57
2.21	Keterampilan Bermain Servis Atas Sepak Takraw..... 58
2.22	Perolehan Angka Sepak Takraw..... 60
2.23	Bentuk Lintasan Kaki Pada Teknik Servis Sepak Takraw..... 61
2.24	Hubungan <i>Moment Inertia</i> Dengan Gaya Momentum, KE, dan WE..... 61
2.25	Panjang Tungkai Anggota Gerak Bawah..... 62
2.26	Sembilan Sasaran Latihan Servis Rick Engle..... 63
2.27	Lima Sasaran Latihan Servis Achmad Sofyan Hanif..... 63
2.28	Instructional Design R and D Borg and Gall..... 89
2.29	Rencana Pengembangan Model Latihan Servis Sepak Takraw..... 91
2.30	Adaptasi Pola Pengembangan Borg and Gall..... 96
3.1	Model Pengembangan Borg and Gall..... 98
3.2	Lapangan Sepak Takraw untuk Tes Servis..... 105
4.1	<i>Base and Control Box Of Sepak Takraw Ball Throwing Mechanism</i> 129
4.2	Mesin Penggagih..... 130
4.3	Mesin Pelaontar Bola..... 131
4.4	Desain Produk Alat Pelontar Bola Tennis..... 132

DAFTAR TABEL

Tabel		halaman
1.1	Perbedaan Model Lama dan Pengembangan Model.....	7
2.1	Katagori Tingkat Kesulitan Model.....	87
3.1	Profil Subjek.....	94
3.2	Program Latihan Harian Efektivitas Model Latihan Servis.....	95
3.3	<i>Overall intensity (OI)</i>	94
3.4	Program Latihan Harian.....	96
3.5	Uji Efektifitas.....	105
4.1	Hasil Analisis Kebutuhan Di Lapangan Dari Atlet.....	107
4.2	Hasil Analisis Kebutuhan Di Lapangan Dari Pelatih.....	108
4.3	Simpulan Uji Validitas Ahli Terhadap Model latihan pengenalan bola dan lapangan Servis Sepak Takraw Untuk Pemula.....	111
4.4	Simpulan Uji Validitas Ahli terhadap Model Latihan Servis Sepak takraw untuk pemula.....	112
4.5	Skor gabungan teknik servis sepak takraw kelompok eksperimen.....	120
4.6	Nilai Rerata, Standar Deviasi Kelompok Eksperimen.....	121
4.7	Uji Perbedaan Rata-Rata Kelompok Perlakuan.....	122
4.8	Data Post Test Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol.....	122
4.9	Uji Perbedaan rata-rata kelompok eksperimen dan kelompok kontrol...	124
4.10	Matrik Perbandingan Model.....	135

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	halaman
1 Instrument Test.....	150
2 Angket Validasi Ahli.....	152
3 Validasi Ahli.....	180
4 Program Latihan.....	183
5 Gambar-Gambar Penelitian.....	320
6 Surat Izin Penelitian.....	330
7 Surat Keterangan Penelitian.....	331
8 Daftar Riwayat Hidup.....	332

