

PENGEMBANGAN VARIASI LATIHAN SMASH DALAM PERMAINAN BOLA VOLI 2017

Dewi Endriani¹⁾

¹⁾Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FIK, Unimed. Email:dewiendriani@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli pada atlet-atlet bola voli. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain bola voli yang berasal dari empat *Club* Bola Voli yang ada di Sumatera utara, yaitu *Club* Bola voli Binjai, *Club* Bola Voli Mulia, *Club* Bola Voli TVRI dan *Club* Bola voli Gaperta. Variasi yang telah dibuat terlebih dahulu divalidasi 3 orang ahli, 1 orang merupakan pelatih yang berasal dari *Club* Bola voli TVRI, 1 orang merupakan akademisi olahraga yang berasal dari Universitas Negeri Medan yang mempunyai latar belakang pendidikan olahraga, dan 1 orang merupakan ahli Wasit yang menentukan di dalam permainan. Uji kelompok kecil melibatkan 30 orang pemain bola voli dan uji kelompok besar melibatkan 60 orang pemain bola voli. Variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli berjumlah 8 variasi. Hasil dari validasi ahli 8 variasi tersebut valid dan dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan variasi *smash* dimana persentase validitasnya adalah 67%-94%.

Kata Kunci: Variasi *smash*, Voli, Uji Kelompok Kecil, Uji Kelompok Besar.

I. PENDAHULUAN

Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan pembinaan diusia dini baik dari kemampuan teknik, taktik, strategi dan mental serta melalui pendekatan ilmiah. Kemajuan dan perkembangan permainan bola voli yang terjadi saat ini sangatlah baik untuk itu diharapkan agar banyak yang memberikan kontribusi dalam pengembangan, penciptaan temuan-temuan baru yang berupa bentuk-bentuk latihan yang lebih baik untuk kedepannya meliputi aspek fisik, teknik, dan taktik/strategi serta mental. Sehingga setiap masalah yang akan dihadapi dapat diatasidengan terus membenahi diri, dengan cara mengembangkan, mengevaluasi dan

memperbaiki dari segala sektor pendukung serta terus mencari metode dan teknik yang lebih efektif dan efisien agar dapat menghasilkan atlet yang prestasinya lebih baik dan akhirnya memperoleh tim yang lebih berprestasi.

Pada tanggal 1 Desember – 2 Januari 2017 peneliti melakukan observasi ke beberapa klub bola voli, karena terlalu banyak klub bola voli maka peneliti memfokuskan hanya pada beberapa klub bola voli saja, yaitu klub bola voli TVRI, GAPERTA, VC MULIA.

Pengamatan peneliti pada tanggal 23 Januari 2017 di klub bola voli TVRI. TVRI merupakan suatu tempat untuk berlatih atlet bola voli putri yang dilatih oleh Sugianto Asta, dimana latihan yang

digunakan sudah bagus dan tersusun dikarenakan klub tersebut dilatih oleh pelatih yang berpengalaman.

Pengamatan peneliti pada tanggal 1 Februari 2017 di klub bola voli GAPERTA. GAPERTA merupakan suatu tempat untuk berlatih atlet bola voli putri yang dilatih oleh Sofyan Irawan, klub tersebut dilatih oleh pelatih yang berpengalaman. Namun peneliti juga melihat bahwa variasi latihan *smash* yang digunakan pada saat berlatih masih sedikit.

Dari hasil observasi dan wawancara di atas maka peneliti melakukan analisis kebutuhan. Setelah penulis melakukan analisis kebutuhan pada tanggal 26 Maret 2017 kepada atlet dan di dapatkan informasi 100% atlet memerlukan penambahan variasi *smash* yang baru di dalam permainan 100% yang menyatakan ingin melakukan variasi *smash* yang baik dan benar. 100% atlet mengatakan didalam permainan memerlukan variasi *smash*. 100% atlet perlu menguasai latihan variasi *smash*. 90% atlet mengatakan latihan akan terasa membosankan jika hanya fokus pada satu trik saja, 100% atlet menyatakan perlu menguasai latihan variasi *Smash* agar meningkatkan permainan. 100% atlet mengatakan latihan variasi latihan *Smash* menyenangkan. 87% atlet mengatakan latihan variasi *Smash* akan membuat anda lebih terampil. 100% atlet yang menyatakan kesulitan dalam melakukan latihan *smash*.

100% atlet mengatakan pengembangan variasi latihan *Smash* diperlukan. Selanjutnya dilakukan membuat pernyataan kepada para pelatih dan atlet, hasil dari pernyataan tersebut telah dicantumkan dalam lampiran.

Hasil yang dikemukakan diatas akan dapat memperkuat peneliti untuk mengambil kesimpulan bahwa, perlu dikembangkan variasi latihan *smash*, yang diharapkan dapat menjadi solusi untuk meningkatkan kemampuan *smash* bola voli sehingga dapat mempertinggi prestasi atlet bola voli.

II. Metodologi Penelitian

A. Pengguna Produk

Sasaran penelitian atau pengguna yang menjadi sasaran dalam penelitian pengembangan variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli adalah seluruh atlet bola voli, untuk para pelatih dan pembina cabang olahraga bola voli untuk menjadikan variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli ini dapat pembuat program latihan dengan harapan dapat mempertinggi prestasi atletnya.

B. Tempat dan waktu Penelitian

Tempat penelitian direncanakan akan dilaksanakan di masing-masing tempat latihan. Penelitian ini direncanakan akan dilaksanakan pada bulan September tahun 2017.

C. Sasaran Penelitian

- a. Pada uji coba tahap I (kelompok kecil) disarankan dapat melibatkan

subyek sebanyak-banyaknya 10orang, sekurang-kurangnya 8 orang dan di tiga klub, dalam penelitian ini peneliti melibatkan pada uji coba kelompok kecil berjumlah 30 atlet dari KlubBola Voli Mulia VC, dan Klub Bola Voli BINJAI, Klub Bola Voli Gaperta

- b. Pada uji coba tahap II (kelompok besar) dalam penelitian ini peneliti melibatkan sebanyak 15 atlet yang masih aktif dan berlatih di klub masing-masing.

D. Karakteristik Sasaran Penelitian

Sasaran penelitian atau pengguna yang menjadi sasaran dalam penelitian variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli adalah atlet Klub Bola Voli TVRI, KlubBola Voli Gaperta, Klub Bola Voli Mulia Vc, Klub Bola Voli Binjai Sumatera Utara.

E. Pendekatan dan Metode Penelitian

Metode yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian pengembangan yang mencakup mengembangkan produk, menguji keefektifan produk untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

Hasil akhir dari kegiatan penelitian dan pengembangan ini adalah variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli, dengan hasil akhir dari penelitian dan pengembangan ini akan menghasilkan desain bentuk variasi latihan *smash* dalam

permainan bola voli yang baru, dilengkapi dengan spesifikasi produknya, melalui pembuatan buku tentang variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli sehingga dapat digunakan dalam membuat program latihan.

F. Prosedur Penelitian

1. Langkah-langkah Pengembangan Model

a. Potensi dan Masalah

Sugiyono (2008; 40) Potensi adalah segala sesuatu yang bila didayagunakan akan memiliki nilai tambah. Masalah adalah penyimpangan antara yang diharapkan dengan yang terjadi. Dari ungkapan diatas peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian pengembangan variasi latihan *smash* dalam permainan bola voli yang diharapkan dapat menjadi masukan kepada para atlet, pelatih, dan pembina bola voli.

b. Pengumpulan Data

Dari hasil analisis kebutuhan yang dihimpun dari hasil *survei*, dan wawancara pada para atlet, pelatih, dan pembina diperoleh ide.Analisis kebutuhan yang dilakukan, dapat disimpulkan bahwa ide dari penelitian pengembangan ini adalah penting adanya pengembangan variasi dalam permainan bola voli sehingga dapat membantu pelatih dalam melatih dan yang tujuannya untuk meningkatkan kemampuan keterampilan dalam bermain bola voli.

c. Desain Produk

Setelah mendapat ide, langkah selanjutnya yaitu membuat produk awal rangkaian pengembangan model permainan bola voli sehingga akan dapat membantu Pelatih membuat atlet lebih bersungguh-sungguh dan lebih aktif dalam berlatih juga membantu pelatih untuk merancang program latihan dengan memberikan variasi-variasi permainan. Produk dikembangkan dan disusun secara sistematis, sehingga produk ini memiliki kelayakan untuk dipublikasikan. Dalam membuat produk yang dikembangkan ini, peneliti harus menyempurnakan produk pada ahli olahraga bola voli, ahli peraturan permainan bola voli dan ahli pelatih bola voli supaya menghasilkan produk yang benar. berikut ini merupakan *draft* awal variasi permainanbola voli yang akan dikembangkan.

2. Desain Produk *Draft* Awal

1. Variasi Bayangan C (*Back attack 6 ke 2*)
2. Variasi Bayangan H (*Back Open 3 meter*)
3. Variasi Bayangan U (*Street*)
4. Variasi Bayangan N (*Back attack 5 ke 1*)
5. Variasi Bayangan D (*Back attack 1 ke 3*)
6. Variasi Bayangan A (*Semi Open*)
7. Variasi Bayangan Z (*Semi Back*)
8. Variasi Bayangan Y (*Open Back*)

3. Validasi, Evaluasi, dan Revisi Variasi.

- a. Telah Para Pakar
- b. Uji coba kepada kelompok kecil
- c. Uji coba Lapangan

G. Implementasi Model

Peneliti mengimplementasikan dan menyebarkan produk (desiminasi) yang sudah mengalami revisi dan sudah final kepada para pengguna seperti pembina olahraga melalui buku dan video tentang variasi permainan bola voli yang baru dan menuliskan dalam jurnal. Sebagai evaluasi sumatif maka produk akan didesiminasi pada klub-klub bola voli. Sehingga peneliti dapat melihat keefektifan dan keefisienan produk dalam proses pembinaan.

I. Pengumpulan Data

Pengumpulan data yang digunakan pada variasi latihan smash permainan bola voli adalah data kualitatif, karena data yang didapatkan dinyatakan dengan kalimat bukan dengan angka. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dengan cara mengubah data kualitatif menjadi data kuantitatif dengan jalan memberikan skor pada data kualitatif tersebut.

II. Instrumen Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan pada penelitian pengembangan ini adalah dengan menggunakan angket untuk analisa kebutuhan, kuesioner dari evaluasi dari ahli olahraga bola voli, ahli peraturan permainan bola voli, dan ahli pelatih bola

voli, serta dari hasil pendapat atlet (uji coba tahap I dan uji coba tahap II

c. Teknik Analisis Data

Pada penelitian pengembangan ini teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan persentase. Teknik ini digunakan untuk menganalisa data kuantitatif yang diperoleh dari hasil uji coba model permainan bola voli. setelah itu akan di evaluasi ahli olahraga bola voli, wasit bola voli dan pelatih untuk hasil produk yang dikembangkan.

Setiap variabel instrumen validasi dihitung jumlah persennya lalu dirata-ratakan dengan variabel yang lain. Setiap validator akan memiliki nilai yang berbeda. Kedua nilai validator yang terdiri dari beberapa variabel terhadap satu model dirata-ratakan dan itulah yang menjadi acuan apakah model tersebut digunakan atau tidak. Rumus pengolahan data dari penyebaran angket dengan per subjek uji coba.

Tabel. 1 : Analisis Persentase Hasil Validasi Terhadap model variasi

PERSENTASE	KETERANGAN	MAKNA
80% - 100%	Valid	Digunakan
60% - 79%	Cukup Valid	Digunakan
50% - 59%	Kurang Valid	Diganti
< 50%	Tidak Valid	Diganti

Pada teknik analisa data dari para ahli pada tahap uji coba I kelompok kecil dan uji coba II kelompok besar dengan menggunakan uji ahli sebagai berikut:

Tabel.2 : Uji Ahli

TIM AHLI	
Sugianto Astha	Ahli Bola Voli (Pelatih)
Rahmadan, S.Pd	Ahli Bola Voli (Wasit)
Dr. Imran akhmad, M.Pd	Ahli Olahraga

III. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Kebutuhan

Smash adalah pukulan yang utama dalam penyerangan dalam upaya meraih kemenangan (M. Yunus, 1992: 108). (Soeharno HP 1982:16) Menjelaskan bahwa tehnik *smash* digolongkan

menjadi *open smash* / normal *smash*, semi *smash*, *quick smash*, *pushsmash*, dan *pool straight smash*. Permainan bolavoli merupakan permainan cepat, ini dapat dilihat antara penyerangan dengan pertahanan sangat tidak seimbang.

Dari hasil pengumpulan data yang telah dilakukan terhadap 30 atlet bola voli dari tiga klub yang berbeda diperoleh informasi bahwa 100% atlet memerlukan penambahan variasi *smash* yang baru di dalam permainan, 100% yang menyatakan ingin melakukan variasi *smash* yang baik dan benar. 100% atlet mengatakan didalam permainan memerlukan variasi *smash*. 100% atlet perlu menguasai latihan variasi *smash*. 90% atlet mengatakan latihan akan terasa membosankan jika hanya fokus pada satu trik saja, 100% atlet menyatakan perlu menguasai latihan variasi *Smash* agar meningkatkan permainan. 100% atlet mengatakan latihan variasi latihan *Smash* menyenangkan. 87% atlet mengatakan latihan variasi *Smash* akan membuat anda lebih terampil. 100% atlet yang menyatakan tidak sulit dalam melakukan latihan *smash*. 100% atlet mengatakan pengembangan variasi latihan *Smash* diperlukan.

B. Desain Produk Awal

1. Variasi Bayangan C (*Back attack 6 ke 2*)
2. Variasi Bayangan H (*Back Open 3 meter*)
3. Variasi Bayangan U (*Street*)
4. Variasi Bayangan N (*Back attack 5 ke 1*)

5. Variasi Bayangan D (*Back attack 1 ke 3*)
6. Variasi Bayangan A (*Semi Open*)
7. Variasi Bayangan Z (*Semi Back*)
8. Variasi Bayangan Y (*Open Back*)

C. Hasil Pengujian Tahap Pertama (Uji Pakar)

Pengujian pertama dilakukan setelah desain awal ataupun rancangan model variasi latihan dalam permainan ini telah diamati, dikoreksi dan dinyatakan layak untuk diujicobakan oleh para ahli. Dalam pembuatan produk yang dikembangkan peneliti, peneliti mengkonsultasikan produk pada 1 orang ahli pelatih, 1 orang ahli wasit, 1 orang ahli olahraga untuk menghasilkan produk yang sempurna. Setelah pembuatan variasi-variasi *smash*, maka tahap berikutnya adalah mengevaluasi variasi latihan *smash* tersebut. Evaluasi dilakukan untuk memperbaiki dan menyempurnakan variasi latihan *smash* yang telah dibuat.

Adapaun hasil evaluasi terhadap rancangan model yang telah dibuat oleh peneliti adalah sebagai berikut :

1. Variasi bayangan C (*Back attack 6 ke 1*) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak

- membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 94%
2. Variasi bayangan H (*Back open* garis 3 meter) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 80%.
 3. Variasi bayangan U (*Street*) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 78%.
 4. Variasi bayangan N (*Back attack* 5 ke 3) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 69%.
 5. Variasi bayangan D (*Back attack* 1 ke 3) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 89%.
 6. Variasi bayangan A (*Semi open*) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 92%.
 7. Variasi bayangan Z (*Semi back*) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan

efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 67%.

8. Variasi bayangan Y (*Open back*) bermanfaat, aman, sesuai dengan prinsip latihan, gerakan dilakukan efektif dan efisien, gerakan menyenangkan sesuai dengan prinsip

bermain dan gerakan benar sesuai dengan prinsip gerak, tidak membahayakan lawan, tidak membuat pelanggaran sendiri dan tidak samar-samar terhadap pelanggaran. Adapun persentase validitas model ini adalah sebesar 92%.

Selanjutnya setiap model tersebut dievaluasi oleh ahli dan diberikan saran dan masukan sebagai bahan perbaikan terhadap peneliti agar variasi latihan *smas* dalam permainan bola voli bisa lebih baik. Adapun saran dan masukan dari ahli adalah sebagai berikut:

Tabel 3 :Evaluasi Pelatih Terhadap Rancangan Model

Pelatih : Sugianto Astha		
No	Hal yang direvisi	Pernyataan / Saran Ahli
1	Variasi Bayangan C (<i>Back attack</i> 6 ke 1)	Variasi ini juga baik, tapi alangkah lebih baik lagi posisi (2) mengambil didepan <i>tosser</i> , posisi (3) mengambil diantara posisi (4) dan (2).
2	Variasi Bayangan H (<i>Back Open</i> Garis 3 meter)	Lebih baik posisi (4) menyerang diposisinya (tetap posisi 4) sedangkan posisi (2) sebagai <i>quiker</i> mengambil bola jalan didepan <i>tosser</i> dan posisi (3) mengambil bola diantara posisi (2) dan <i>tosser</i> .
3	Variasi Bayangan U (<i>Streer</i>)	Variasi U ini bisa-bisa saja diterapkan, tapi lebih baik lagi posisi (3) menyerang dibelakang <i>tosser</i> (Bola jalan).
4	Variasi Bayangan N (<i>Back attack</i> 5 ke 1)	Lazimnya posisi (5) adalah posisi <i>libero</i> , jadi tidak ada serangan dari posisi tersebut dan posisi (4) tetap melakukan penyerangan sendiri diposisi (4) sedangkan yang melakukan pukulan bayangan/variasi adalah posisi (2) dan (3).
5	Variasi Bayangan D (<i>Back attack</i> 1 ke 3)	Baik dimana posisi (3) menyerang antara posisi (2) dan <i>tosser</i> .
6	Variasi Bayangan A (<i>Semi open</i>)	Bisa dan diterima variasi ini
7	Varaisi Bayangan Z (<i>Semi back</i>)	Kurang sempurna alangkah baiknya kalau posisi (3) melakukan serangan <i>semi back</i> , maka lebih baik posisi (4) melakukan serangan didepan <i>tosser</i> sehingga bebas dari blok lawan
8	Variasi Bayangan Y (<i>Open back</i>)	Terlalu jauh posisi (4) mengambil <i>open back</i> , alangkah baiknya posisi (3) yang mengambil <i>open back</i>

		sedangkan posisi (2) mengambil bola bayangan didepan <i>tosser</i> dan seterusnya posisi (4) mengambil antara <i>tosser</i> dan posisi (2)
--	--	--

Tabel 4 :Evaluasi Akademisi Olahraga Terhadap Rancangan Model

Akademisi Olahraga : Dr. Imran Akhmad, M.Pd		
No	Hal yang direvisi	Pernyataan /saran ahli
1	Variasi Bayangan C (<i>Back attack</i> 6 ke 1)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
2	Variasi Bayangan H (<i>Back Open</i> Garis 3 meter)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
3	Variasi Bayangan U (<i>Streer</i>)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
4	Variasi Bayangan N (<i>Back attack</i> 5 ke 1)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
5	Variasi Bayangan D (<i>Back attack</i> 1 ke 3)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
6	Variasi Bayangan A (<i>Semi open</i>)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
7	Varaisi Bayangan Z (<i>Semi back</i>)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.
8	Variasi Bayangan Y (<i>Open back</i>)	Penamaan judul variasi, buatlah pointer, Pertegas garis jalannya bola, pertegas garis lari pemain.

Tabel 5:Evaluasi Ahli Wasit Terhadap Rancangan Model

Ahli Wasit : Ramadhan, S.Pd		
No	Hal yang direvisi	Pernyataan /saran ahli
1	Variasi Bayangan C (<i>Back attack</i> 6 ke 1)	Efektif, perlu pematangan latihan
2	Variasi Bayangan H (<i>Back Open</i> Garis 3 meter)	Tidak efektif, karena posisi 4 melakukan gerakkan <i>crossing</i>
3	Variasi Bayangan U (<i>Streer</i>)	Sangat sederhana perlu pematangan <i>spiker</i>
4	Variasi Bayangan N (<i>Back attack</i> 5 ke 1)	Variatif, kematangan <i>setter</i> dan <i>spiker</i>
5	Variasi Bayangan D (<i>Back attack</i> 1 ke 3)	Efektif, sangat sederhana
6	Variasi Bayangan A (<i>Semi open</i>)	Lebih disederhanakan
7	Varaisi Bayangan Z (<i>Semi back</i>)	Kurang variatif
8	Variasi Bayangan Y (<i>Open back</i>)	Tidak Efektif

D. Hasil Pengujian Tahap Kedua (Uji Coba Kelompok Kecil)

Setelah seluruh model latihan divalidasi dan dinilai layak serta memenuhi

kriteria maka langkah selanjutnya dilakukan uji coba kelompok kecil. Dan untuk uji kelompok kecil ini dilakukan pada atlet-atlet yang sudah sangat terlatih, dan

peneliti melibatkan dari tiga klub yang berbeda yaitu, klub bola voli Binjai, Gaperta, dan Mulia dengan jumlah 30 orang sampel diperoleh kesimpulan bahwa:

1. 95% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan C (*Back attack spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
2. 97% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan H (*Open spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
3. 85% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan U (*Back street spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
4. 97% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan N (*Open spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
5. 82% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan D (*Semi spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.

6. 97% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan A (*Semi spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
7. 100% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan Z (*Semi back spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
8. 82% pemain pada uji kelompok kecil mengatakan bahwa Variasi latihan serangan Y (*Open back spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.

Dari hasil uji coba kelompok kecil pada pemain dimana setelah melakukan setiap variasi latihan *smash* dalam permainan dan para pemain diberikan angket untuk diisi sesuai pemahaman dia sendiri. Dari hasil uji coba kelompok kecil terhadap 30 orang pemain disimpulkan bahwa variasi latihan *smash* dalam permainan dengan jumlah 8 variasi sudah memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam uji coba kelompok besar karena persentase dari setiap model antara 82%-100%.

E. Hasil Pengujian Tahap Ketiga (Kelompok Besar)

Setelah uji coba kecil dilaksanakan maka dilakukan uji coba kelompok besar.

Dan untuk uji kelompok besar ini dilakukan pada atlet-atlet yang sudah sangat terlatih dan peneliti melibatkan dari empat klub yang berbeda yaitu, klub bola voli Binjai, Gaperta, Mulia, dan Tvri dengan jumlah 60 orang sampel diperoleh kesimpulan bahwa:

1. 97% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan C (*Back attack spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
2. 96% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan H (*Open spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
3. 89% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan U (*Back street spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
4. 100% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan N (*Open spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
5. 92% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan D (*Semi spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
6. 87% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan A (*Semi spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
7. 100% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan Z (*Semi back spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.
8. 86% pemain pada uji kelompok besar mengatakan bahwa Variasi latihan serangan Y (*Open back spike*) mudah dilakukan dan dilaksanakan dimana variasi tersebut juga bisa dipergunakan disaat pertandingan.

Dari hasil uji coba kelompok besar pada pemain dimana setelah melakukan setiap variasi latihan *smash* dalam permainan dimana para pemain diberikan angket untuk diisi sesuai pemahaman dia sendiri. Dari hasil uji coba kelompok besar terhadap 60 orang pemain disimpulkan bahwa variasi latihan *smash* dalam permainan dengan jumlah 8 variasi sudah memenuhi kriteria untuk dilanjutkan dalam pembuatan produk massal karena persentase dari setiap model antara 86%-100%.Dapat disimpulkan bahwa 8 variasi tersebut mudah dilakukan dan dilaksanakan

sehingga dapat meningkatkan kemampuan *smash* dalam permainan bola voli dan pada setiap variasi bisa dipergunakan disaat pertandingan.

F. Penyempurnaan Produk

1. Variasi Latihan Serangan C (*Back Attack Spike*)
2. Variasi Latihan Serangan H (*Open Spike*)
3. Variasi Latihan Serangan U (*Back Street Spike*)
4. Variasi Latihan Serangan N (*Open Spike*)
5. Variasi Latihan Serangan D (*Semi Spike*)
6. Variasi Latihan Serangan A (*Semi Spike*)
7. Variasi Latihan Serangan Z (*Semi Back Spike*)
8. Variasi Latihan Serangan Y (*Open Back Spike*)

G. Pembahasan Produk

Pengembangan produk ini bertujuan untuk meningkatkan kemampuan *smash* yang telah didapatkan selama ini. Variasi ini diperuntukkan bagi atlet yang terlatih dan menguasai teknik *smash*, variasi ini kurang cocok apabila digunakan pada atlet pemula yang baru belajar bermain bola voli. Variasi ini didasari adanya kebutuhan untuk dapat meningkatkan kemampuan *smash* yang lebih baik dan pengayaan pengalaman dalam bentuk variasi-variasi latihan yang

lebih banyak lagi serta diharapkan dapat memberi peran yang berarti untuk pencapaian prestasi yang lebih tinggi baik secara individu mau pun secara tim.

Implikasi

Diperlukan variasi latihan *smash* dalam permainan yang dikembangkan agar dapat meningkatkan kemampuan *smash* atlet, atlet yang berlatih lebih efektif dan lebih efisien. atlet lebih termotivasi dalam suasana latihan. Dan mendapatkan variasi-variasi latihan baru terkhususnya latihan *smash*.

DAFTAR PUSTAKA

- Akhmad, Imran. (2013). *Dasar-Dasar Melatih Fisik Bagi Olahragawan*, Medan: UNIMED Press.
- Ahmadi, Nuril (2007). *Panduan Olahraga Bola Volley*, Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Beutelsthal, Dieter (2016). *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir Jaya.
- Harsono. (1988). *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis dalam Coaching*. Jakarta: P2LPTK Ditjen Dikti Depdikbud.
- Kasih, Indra (2016). *Model Pembelajaran Teknik Dasar Smash Bola voli*. Medan: Unimed Press.
- Nossek, Yosef. (1982). *Teori Umum Latihan*. Institutnasionak Olahraga PAN African Press Ltd. Lagos
- Sajoto, M. (1988). *Peningkatan dan Pembinaan Kekuatan Kondisi Fisik dalam Olahraga*. Semarang: Dahara Prize.
- Sugiyono,(2010). "*Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D*". Bandung: Alfabeta.
- Suharno, HP, (1981). *Metodik Melatih Permainan Bola Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.

Yunus, M. (1992). *Olahraga Pilihan Bola
Voli*. Jakarta: Depdikbud.

Pranopik, Riza M. (2017). *Pengembangan
Variasi Latihan Smash Pada Bola*

Voli. SKRIPSI : Medan. Universitas
Negeri Medan.