

# Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola

Oleh: Danang Wicaksono

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk melakukan studi pendahuluan dalam Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola, menghasilkan produk awal Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola, mengetahui hasil pelaksanaan uji ahli dalam pengembangan Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola, mengetahui hasil pelaksanaan uji coba kelompok kecil dan kelompok besar dari penerapan produk pengembangan Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola, mengetahui hasil pelaksanaan uji efektivitas dan signifikansi produk Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola untuk atlet bola voli tingkat pemula.

Desain dalam penelitian ini menggunakan metode penelitian pengembangan (*research and development*). Tahapan penelitian terdiri dari tahap pra pengembangan yaitu kajian literatur dan penelitian relevan, studi lapangan, tahap pengembangan yaitu penyusunan *draft* awal, penilaian ahli, uji coba model skala kecil, uji coba model skala besar, uji efektivitas. Waktu dan tempat penelitian dilaksanakan pada bulan 1 Juni 2023 s/d 31 Agustus 2023 di Klub bola voli resmi di bawah naungan PBVSI Kabupaten Sleman. Instrumen uji efektivitas keterampilan semes menggunakan tes keterampilan semes AKOB.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 10 Pengembangan Model Latihan Teknik Dasar Semas Bola Voli: Sikap Tangan Lengan Saat Memukul Bola memberikan pengaruh yang lebih tinggi untuk pembentukan sikap tangan lengan saat memukul bola atlet bola voli pemula, hasil *mean posttest* sebesar 87,485 lebih tinggi dibandingkan *pretest* sebesar 73,484 pada kelompok latihan semes menggunakan model latihan yang dikembangkan. Hasil *mean posttest* sebesar 75,562 lebih tinggi dibandingkan *pretest* sebesar 73,262 pada kelompok latihan semes dengan metode konvensional. Model latihan teknik dasar semes yang dikembangkan memberikan pengaruh yang signifikan dengan nilai sig (*2 tailed*) sebesar  $0,000 < 0,05$  untuk penguasaan teknik dasar semes atlet bola voli pemula. Dengan demikian model latihan teknik dasar semes yang dikembangkan memberikan pengaruh yang lebih baik untuk peningkatan keterampilan semes atlet bola voli tingkat pemula: khususnya pada sikap tangan dan lengan saat memukul bola.

Kata Kunci: *Pengembangan model, Sikap tangan lengan, Memukul bola*