

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN PART SMASH EXERCISE (PSE) SEBAGAI AKTIFITAS LATIHAN SMASH BOLA VOLI PADA SISWA EKSTRAKURIKULER TINGKAT SMP

Maria Anjelina Metu¹, Nikodemus Bate², Yohanes B. O. Tapo³
Program Studi PJKR, STKIP Citra Bakti

¹anjelinamariametu17@gmail.com, ²nico.dua21@gmail.com, ³yohanesbayoolatapo@gmail.com

Abstrak

Penelitian pengembangan ini mempunyai tujuan untuk: 1) menghasilkan model latihan part smash exercise (PSE) sebagai aktifitas latihan smash bola voli pada siswa ekstrakurikuler tingkat SMP. 2) mengetahui kelayakan penggunaan produk pengembangan model latihan part smash exercise (PSE) sebagai aktivitas latihan smash bola voli pada siswa ekstrakurikuler tingkat SMP. Desain penelitian pengembangan ini menggunakan pendekatan model penelitian dan pengembangan (R&D) dari Borg and Gall. Desain penelitian dan pengembangan ini berfokus pada pembuatan produk. Teknik pengumpulan data dalam penelitian dan pengembangan ini adalah angket skala nilai, pedoman dan dokumentasi yang digunakan oleh ahli dalam tahap validasi ahli tahap I dan II yang dilengkapi dengan video simulasi penggunaan produk pengembangan. Pengembangan penelitian ini adalah sebagai berikut: model latihan part smash exercise terdiri dari 5 tahap latihan dengan 15 model latihan yang disusun dalam buku pedoman latihan yang diberi judul: "panduan model latihan part smash exercise bola voli". Produk pengembangan memenuhi kategori valid untuk digunakan sebagai model alternatif dalam latihan teknik dasar smash bola voli yang meliputi kesederhanaan latihan, keamanan latihan, biaya dan perlengkapan latihan, kemenarikan model, serta respon dan hasil latihan. Berdasarkan hasil penilaian produk oleh para ahli diperoleh hasil sebagai berikut. 1) pada validasi ahli ke I diperoleh nilai rata-rata 41,33 dan berada pada kategori valid, dan validasi ahli yang ke II diperoleh nilai rata-rata 45 dan berada pada kategori valid.

Abstract

This development research aims to: 1) produce a part smash exercise (PSE) model as a volleyball smash training activity for extracurricular junior high school students. 2) determine the feasibility of using the part smash exercise (PSE) training model as a volleyball smash training activity in extracurricular junior high school level students, this research development design uses a research and development model approach of R&D from Borg and Gall research design and this development focuses on making data collection techniques products in research and this development is a scale questionnaire, observation, & documentation guidelines used by expert in the expert validation stages I and II, which is equipped with a simulation video of the use of product development product, this is as follows: the part smash exercise model consists of training stages with 15 variations of exercise arranged in an exercise manual entitled: "volleyball part smash exercise model guide. Development products meet the valid category to be used as an alternative model in the basic technique of volleyball smash training, which includes simplicity of training, training safety, cost and training

Sejarah Artikel

Dimasukkan	:
Direview	:
Diterima	:
Disetujui	:

Kata Kunci

Model latihan; part smash exercise; bola voli.

Article History

Submitted	:
Reviewed	:
Accepted	:
Published	:

Key Words

Training model; part smash exercise; volleyball.

equipment, attractiveness of the model, and response and research results. Based on the results of products assessment by expert, the following results were obtained. in the 1st expert validation, the average value category is 41,33 and is the valid category and the second expert validation, the average value is 45 and is the valid category

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu bentuk Aktifitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani. Olahraga merupakan segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan social (Mutohir 2005 : 157). Tujuan olahraga untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat, dan kehormatan bangsa (UU Nomor 3 Tahun 2005 Tentang sistim keolahragaa nasional). Jenis-jenis olahraga meliputi olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga prestasi adalah kegiatan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara professional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi pada cabang-cabang olahraga.

Olahraga prestasi merupakan olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetensi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan (Harsono, 1998 :98). Perkembangan dunia olahraga khususnya bola voli pada masa sekarang mengalami kemajuan yang sangat pesat. Hal ini terbukti dengan adanya banyak even yang diselenggarakan baik bersifat daerah, nasional, maupun internasional. Bola voli tidak hanya diajarkan pada saat kegiatan intrakurikuler tetapi juga pada saat diluar jam pelajaran (ekstrakurikuler). Sehubungan itu banyak diadakan kejuaraan antar pelajar dari tingkat SD, SMP, SMA maupun perguruan tinggi hal ini guna mencari atlet-atlet yang berprestasi untuk dilatih sehingga menjadi atlet yang professional untuk mengharumkan nama daerah, nasional maupun internasional.

Menurut Tapo (2019 : 21) permainan bola voli adalah olahraga permainan bola besar yang dimainkan pada area perlawanan (lapangan) khusus oleh dua regu dengan masing-masing regu terdiri dari enam pemain, yang memainkan bola dengan ketentuan khusus untuk menyebrangkan bola melewati net. Menurut Irsyada (2000) permainan bola voli adalah salah satu jenis permainan olahraga beregu yang melibatkan dua tim, dan masing-masing tim bola voli memiliki enam orang pemain. Permainan bola voli merupakan salah satu dari cabang olahraga yang bermanfaat sebagai alat pendidikan jasmani dan pembinaan mental sesuai tujuan pendidikan nasional.

Menurut Sukarni dan Waluyo (2012:22) permainan bola voli memiliki teknik dasar yang harus dipelajari dan dilatih sehingga memiliki penguasaan gerak yang sempurna. Seorang pemain harus menguasai teknik-teknik dasar, yaitu service, passing, blok dan smash.

Olahraga bola voli sebagai olahraga prestasi mulai diterapkan dari tingkat dasar, menengah sampai pada tingkat tinggi. Selanjutnya untuk pencapaian prestasi harus dimulai dengan penguasaan teknik dasar yaitu teknik smash. Smash merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli. Menurut Yunus (1992:108), smash merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan. Berdasarkan hasil observasi dan hasil wawancara di lapangan di SMPN 6 Golewa Selatan pada kegiatan ekstrakurikuler bola voli masih ada kekurangan yang harus dibenahi oleh pelatih. Olahraga bola voli sebagai olahraga prestasi mulai diterapkan dari tingkat dasar, menengah sampai tingkat tinggi. Selanjutnya untuk pencapaian prestasi harus dimulai dengan penguasaan teknik dasar yaitu teknik smash. Smash merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan.

Permainan bola voli terdiri dari teknik dasar yaitu service, passing, smash dan blok, yang merupakan syarat mutlak yang harus dikuasai oleh setiap pemain lebih lanjut dijelaskan bahwa service receiving (keterampilan menerima bola) komponen dalam keseluruhan skema atau strategi menyerang (offensive) sebuah tim tidak dapat menerima service tim lawan dan bertransisi menjadi serangan yang efektif kemungkinan tim akan mengalami kekalahan (Tapo 2019 :22).

Menurut Sarumpet (1991: 133) penguasaan teknik dasar bola voli merupakan unsur yang menentukan kalah dan menangnya regu dalam pertandingan. Oleh karena itu, teknik dasar permainan harus benar-benar dikuasai lebih dahulu agar dapat memenangkan suatu pertandingan. Penguasaan teknik-teknik dasar yang baik merupakan awal dari taktik permainan yang baik pula. Teknik dasar bola voli yang harus dikuasai oleh setiap pemain adalah teknik dasar passing, teknik dasar service, teknik dasar smash, dan teknik dasar blocking. Kekurangan tersebut adalah model-model latihan yang diberikan. Peneliti melihat dari hasil pengamatan siswa ekstrakurikuler SMPN 6 Golewa Selatan dengan melakukan permainan bola voli terdapat banyak masalah yang belum dikuasai oleh siswa dalam melakukan teknik dasar smash, 70% siswa masih kurang baik dalam melakukan gerakan smash, dalam permainan bola voli. Kesalahan yang terjadi saat siswa melakukan gerakan smash bola voli langkah kaki siswa sering terlambat dalam melakukan awalan yang mengakibatkan gerakan smash kurang optimal. Saat melakukan pukulan bola ketepatan memukul kurang baik, mengakibatkan saat memukul bola posisi bola sudah di bawah net dan juga perkenaan bola saat memukul hanya terkena ujung jari saja.

Berdasarkan masalah-masalah di atas peneliti perlu melakukan pengembangan sebuah produk sebagai alternative model latihan smash dengan mempertimbangkan bahwa (1) bentuk gerakan yang lebih bervariasi, (2) bentuk latihan dari model yang dikembangkan memungkinkan siswa belajar secara bertahap, (3) keterampilan gerak

melakukan smash dibuat dalam bentuk bagian-perbagian latihan mulai dari aktifitas sederhana sampai aktifitas yang kompleks. (4) model latihan dikembangkan lebih efektif dan efisien tanpa memerlukan biaya yang tinggi untuk peralatan latihan, (5) aktifitas latihan pada model yang dikembangkan dirancang sedemikian rupa sehingga mudah dipahami dan diikuti, (6) model latihan yang dikembangkan memungkinkan keterlibatan banyak pemain dalam melakukan latihan dengan penggunaan sarana yang terbatas. Melihat kondisi tersebut maka peneliti ingin melakukan penelitian secara ilmiah guna melihat apakah dengan memberikan model- model latihan smash bola voli dapat berpengaruh pada siswa SMPN 6 Golewa Selatan, Kecamatan Golewa Selatan Kabupaten Ngada Dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas maka peneliti ingin melakukan penelitian dengan mengangkat judul” Pengembangan Model Latihan Part Smash Exercise (PSE) Sebagai Aktivitas Latihan Smash Bola Voli Pada Siswa Ekstrakurikuler Tingkat SMP”.tujuan penelitian ini adalah 1) Mengembangkan model latihan part smash exercise (PSE) sebagai bentuk latihan smash bola voli siswa ekstrakurikuler sekolah menengah pertama kelas VIII. 2) Menguji kelayakan penggunaan model latihan smash bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli sekolah menengah pertama kelas VIII. Produk yang diharapkan melalui penelitian pengembangan ini berupa model latihan smash bola voli yang dibuat dalam bentuk buku pedoman yang secara efektif dan efisien, juga dapat meningkatkan intensitas kemampuan fisik. Produk yang dihasilkan diharapkan akan bermanfaat sebagai referensi tambahan dalam dunia pendidikan.

Adapun manfaat dari produk antara lain: 1) Bentuk gerakan yang bervariasi. 2) Bentuk latihan dan model yang dikembangkan memungkinkan siswa belajar secara bertahap 3) Keterampilan gerak yang dibuat dalam bentuk bagian per bagian. 4) Model latihan yang dikembangkan lebih efektif dan efisien, tanpa memerlukan biaya yang tinggi untuk peralatan latihan. 5) Aktifitas latihan pada model yang dikembangkan dirancang sedemikian rupa sehingga mudah dipahami dan diikuti. 6) Model latihan yang dikembangkan memungkinkan keterlibatan banyak pemain dalam melakukan latihan dengan penggunaan sarana yang terbatas. Pengembangan model latihan smash bola voli ini mengacu pada beberapa asumsi sebagai berikut 1) Pengembangan model latihan part smash exercise bola voli dapat membantu dan mempermudah siswa sekolah menengah pertama Golewa Selatan dalam memahami materi permainan bola voli pada teknik smash. 2) Dengan menggunakan model latihan smash bola voli dapat meningkatkan semangat dan pengetahuan siswa dalam mengikuti kegiatan ekstrakurikuler tingkat sekolah menengah pertama. Pengembangan model latihan smash bola voli siswa ekstrakurikuler ini dilakukan hanya sampai pada tahap uji coba internal desain (validasi ahli). 2) Dipakai sebagai

alternative dalam keterbatasan pengembangan pembelajaran dalam aktifitas jasmani. 3) Produk yang dihasilkan terus mengalami perkembangan sesuai dengan perkembangan media komunikasi visual.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian pengembangan (Research and development) menurut Borg and Gall dalam Sugiyono (2016: 407) yang menyatakan bahwa Research and Development adalah metode penelitian yang digunakan untuk menghasilkan produk tertentu dan menguji keefektifitasan produk tersebut". Penelitian pengembangan ini dilakukan untuk mengembangkan model-model latihan "teknik smash bola voli pada siswa ekstrakurikuler bola voli tingkat SMP", sehingga dapat digunakan sebagai salah satu alternatif model latihan smash bola voli dalam proses untuk mengembangkan prestasi. Prosedur pengembangan yang dipakai dalam penelitian dan pengembangan dimodifikasi sesuai kebutuhan dan kondisi lapangan mengikuti model yang dimodifikasi oleh Tapo (2017:97) dari model pengembangan menurut Sugiyono. Pengembangan dalam penelitian ini berfokus pada pembuatan produk, sehingga langkah-langkah penelitian disesuaikan dengan kondisi, kebutuhan, dan keadaan lapangan menjadi 7 langkah, yaitu. (1) penelitian produk yang telah ada (studi literature dan penelitian lapangan), (2) perencanaan dan pengembangan produk, (3) pengujian internal desain (validasi ahli) ke-1, (4) revisi produk ke-1, (5) pengujian internal desain (validasi ahli) ke-2, (6) revisi produk ke-2, (7) produk akhir. Desain produk awal akan disusun secara tertulis dalam bentuk buku pedoman latihan yang dilengkapi dengan video pelaksanaan produk untuk diberikan kepada para ahli dalam melakukan validasi, evaluasi, saran dan masukan. Penelitian ini menggunakan bentuk uji coba internal desain (validasi ahli) sebanyak dua kali, sesuai dengan kondisi di lapangan dengan tetap mengikuti protokol covid 19. Uji coba internal desain (validasi ahli) pertama dan kedua, dibuat untuk mengevaluasi dan memvalidasi produk awal menggunakan buku pedoman latihan yang dilengkapi dengan video simulasi pelaksanaan latihan. Evaluasi akan menggunakan lembar evaluasi dalam bentuk angket skala nilai yang dilengkapi dengan lembar saran para ahli kegiatan internal desain (validasi ahli) pertama dan kedua didokumentasi dalam bentuk foto penelitian untuk digunakan sebagai dokumen atau data pendukung penelitian. Subjek uji coba dalam penelitian ini terbatas berjumlah enam orang yaitu siswa-siswa kelas VIII SMPN 6 Golewa Selatan.

Keterbatasan subjek karena disesuaikan dengan kondisi di lapangan dengan tetap mengikuti protokol covid 19. Subjek dalam penelitian ini akan mengikuti proses pembuatan video simulasi penggunaan produk untuk kemudian dipakai sebagai video dalam proses uji coba internal desain (validasi ahli) pertama dan kedua. Dalam penelitian dan pengembangan ini, peneliti menggunakan instrument validasi produk awal untuk

mengumpulkan data penilaian. Instrument validasi produk awal yang bertujuan untuk melakukan validasi desain produk awal menggunakan expert judgments (penilaian ahli) sebelum dikembangkan menjadi produk akhir peneliti. Instrument yang digunakan untuk validasi produk awal menggunakan instrument angket skala nilai yang dilengkapi dengan lembar evaluasi dan lembar saran. Penelitian untuk validasi dan draft produk awal dilakukan dengan proses expert judgments (penilaian ahli) dengan cara masing-masing ahli dan praktisi diberikan produk awal dalam bentuk buku pedoman yang dilengkapi dengan video simulasi pengguna produk serta instrument angket skala nilai yang dilengkapi dengan lembar evaluasi dan lembar saran untuk dilakukan penilaian dan validasi isi pada produk awal dapat dinyatakan sesuai dan siap dijadikan produk akhir yang sesuai dan layak untuk digunakan. Teknik analisis data dalam penelitian pengembangan ini menggunakan dua bentuk analisis data, yaitu analisis data deskriptif kaulitatif dan analisis data deskriptif kuantitatif. Teknik analisis data deskriptif digunakan pada data-data penelitian yang bersifat teks berupa komentar, catatan, masukan dan saran dari pra ahli, sedangkan teknik analisis data deskriptif kuantitatif digunakan pada data-data penelitian yang diperoleh dari hasil validasi ahli pada instrument angket skala nilai. Teknik analisis data digunakan untuk membuat kesimpulan umum dan saran atau masukan dalam kepentingan melakukan revisi produk dan rujukan dalam menarik kesimpulan akhir pengembangan produk serta simpulan akhir penelitian dan pengembangan ini.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian.

Data Validasi Ahli Akademisi

Proses validasi draft produk pertama yang telah direvisi berdasarkan hasil konsultasi dan saran-saran perbaikan ahli sehingga menjadi draf produk pengembangan, kemudian divalidasi dengan memberikan draf produk berupa buku pedoman model latihan untuk divalidasi oleh 2 ahli akademisi dan 1 praktisi pendidikan, dengan menggunakan instrument angket skala nilai yang disediakan dan telah tervalidasi sebelumnya.

Skala nilai yang digunakan adalah skala nilai likert 1-5 dengan 10 item pertanyaan untuk memvalidasi model latihan part smash exercise (PSE) sebagai aktifitas latihan smash bola voli pada siswa ekstrakurikuler tingkat SMP. Hasil pengujian angket skala nilai validasi draf produk pertama dapat dilihat pada tabel.1

Tabel 1. Data Hasil Validasi Ahli Draf Produk Validasi Ahli Pertama

Kode ahli	No Pertanyaan										Jumlah
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	10

Hasil penilaian ahli dari angket skala nilai

A1	4	4	4	5	4	4	5	4	4	4	42
A2	4	4	4	5	4	4	5	4	4	5	43
P1	4	5	4	4	5	4	4	3	3	3	39

Keterangan

A1 : Ahli akademisi 1

A2 : Ahli akademisi 2

P1 : Praktisi olahraga

Perhitungan normative kategorisasi kesesuaian draf produk pertama yang dikembangkan berdasarkan data hasil validasi oleh ahli akademisi dapat dibuat seperti pada tabel berikut :

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Nilai Validasi Ahli Pertama

<i>Kategori</i>	<i>Kurang Sesuai (orang)</i>	<i>Cukup Sesuai (orang)</i>	<i>Sesuai (orang)</i>	<i>Jumlah</i>
<i>F</i>	0	1	2	3
<i>%</i>	0 %	58,67%	41,33 %	100%

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas dapat dilihat bahwa penilaian ahli akademisi dan praktisi olahraga bola voli terhadap kesesuaian model latihan *part smash exercise* (PSE) sebagai aktivitas latihan *smash* bola voli siswa ekstrakurikuler tingkat SMP yang dikembangkan memiliki rata-rata nilai **41,33** berada pada interval tinggi dan berada pada kategorisasi valid, dengan presentase 100 % maka model latihan *part smash exercise* (PSE) bola voli yang dikembangkan layak dalam penelitian ini digunakan sebagai bentuk aktivitas latihan dalam permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler Tingkat Sekolah Menengah Pertama (SMP).

Proses validasi draf produk ke II yang telah direvisi berdasarkan hasil konsultasi dan saran-saran perbaikan ahli sehingga menjadi draf produk pengembangan kemudian divalidasi dengan memberikan draf produk berupa buku panduan model latihan *smash* dan video simulasi untuk untuk divalidasi oleh 2 orang ahli akademisi dengan menggunakan instrument angket skala nilai yang disediakan dan telah tervalidasi sebelumnya skala nilai yang digunakan adalah skala likert 1-5 dengan 10 item pertanyaan untuk memvalidasi model latihan part 2 *smash exercise* sebagai aktifitas latihan *smash* bola voli siswa ekstrakurikuler tingkat SMP. Adapun hasil pengisian angket skala nilai validasi draf produk dapat dilihat pada tabel .

Tabel 2. Data Hasil Validasi Ahli Draft Produk Validasi Ahli Kedua

Kode ahli	No Pertanyaan									Jumlah
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	10

Hasil penilaian ahli dari angket skala nilai

A1	4	5	5	4	5	5	5	5	4	4	46
A2	4	4	5	5	4	4	4	5	4	4	43
P1	4	5	5	4	5	5	5	4	5	4	46

Berdasarkan tabel distribusi frekuensi di atas dapat dilihat bahwa penilaian ahli akademisi dan ahli praktisi olahraga bola voli terhadap kesesuaian model latihan yang dikembangkan memiliki rata-rata nilai 45 berada pada interval tinggi dan berada pada kategori valid dengan presentasi 100% maka model latihan part smash exercise (PSE) bola voli yang dikembangkan layak dalam penelitian ini digunakan sebagai aktivitas latihan smash bola voli dalam kegiatan ekstrakurikuler pada siswa tingkat sekolah menengah pertama (SMP). Berdasarkan analisis perhitungan ini maka draf produk ke II model latihan yang dikembangkan layak. Namun mempertimbangkan masukan dan saran dari para ahli maka dilakukan revisi lanjutan untuk penyempurnaan produk menjadi produk akhir.

Produk Akhir

Berdasarkan hasil analisis saran dan masukan serta beberapa pertimbangan dari peneliti dengan memperhatikan berbagai pedoman-pedoman perubahan yang diperoleh draf produk pengembangan kemudian direvisi dan disusun ulang menjadi produk akhir pengembangan berupa panduan model latihan smash bola voli. Produk akhir dari panduan model latihan smash bola voli sebagai aktivitas latihan smash bola voli.

KESIMPULAN

Berdasarkan langkah-langkah pengembangan yang telah dilakukan mulai dari tahap awal sampai pada tahap akhir penelitian terdiri dari empat tahap latihan, yaitu: 1) latihan tahap 1 (latihan awalan 1 langkah terakhir sebelum melompat, latihan awalan 2 langkah terakhir, latihan awalan 3 langkah terakhir. 2) latihan tahap 2 (latihan melompat vertikal ditempat dari posisi langkah terakhir, latihan melompat vertikal ditempat sampai siap memukul diatas udara, latihan melompat vertikal ditempat sampai memukul tanpa bola, latihan melompat vertikal ditempat sampai memukul bola dengan awalan 3 langkah terakhir. 3) latihan tahap 3 (latihan memukul bola menggunakan beban karet pada lengan tangan, latihan memukul bola ditempat dengan bola yang dilambungkan sendiri, latihan memukul bola ditempat dengan bola yang digantung, latihan memukul bola ditempat dengan bola yang dilambungkan oleh teman dari samping. 4) latihan tahap 4 (latihan melompat dan memukul bola yang digantung, latihan membanting bola kasti dengan awalan melompat dan gerakan teknik dasar smash yang benar, latihan melakukan smash dengan awalan melompat dan gerakan memukul teknik dasar smash yang benar dengan bola yang dilambungkan atau diumpun oleh teman dari samping. 5) latihan tahap 5

(modifikasi game dengan jumlah pengulangan pada masing-masing bagian model latihan dan disusun dalam sebuah buku yang diberi judul “panduan model latihan part smash exercise (PSE) bola voli”.

Produk pengembangan model latihan part smash exercise (PSE) sebagai aktifitas latihan smash bola voli siswa ekstrakurikuler tingkat SMP memenuhi kategori “layak” untuk digunakan sebagai bentuk latihan smash bola voli dalam kegiatan ekstrakurikuler untuk siswa tingkat sekolah menengah pertama (SMP). Hal ini terlihat jelas pada penilaian ahli baik ahli akademisi maupun ahli praktisi. Ahli akademisi I dan II dan ahli praktisi pada validasi ahli ke I dikatakan valid dengan memperoleh nilai rata-rata (41,33) dan ahli akademisi I dan II pada validasi ke II dikatakan valid dengan nilai (45). Berdasarkan analisis temuan hasil pengembangan, peneliti menyarankan kepada para guru PJOK di SMP untuk dapat mencermati model latihan part smash exercise yang telah peneliti kemas secara lengkap pada buku panduan latihan untuk digunakan dalam latihan dengan mempertimbangkan bahwa:

- 1) Produk pengembangan ini dapat dimanfaatkan sebagai salah satu alternative bentuk latihan olahraga bola voli pada siswa tingkat sekolah menengah pertama (SMP).
- 2) Produk pengembangan model latihan smash ini dapat dikembangkan lagi secara khusus sehingga pengembangan ini dapat lebih sempurna dengan mengingat manfaat produk pengembangan yang cukup besar untuk olahraga bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Cholik Mutohir (2005) *Perancangan Buku Tutorial Olah Kebugaran Tubuh*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Dewan dan bidang perwasitan PP. PBVSI. (2004). *Permainan Bola Voli*. Jakarta: PP. PBVSI.
- Suharno, HP. (1991). *Pedoman Pelatihan Bola Voli*. Yogyakarta: Komite Olahraga Nasional Indonesia pusat (KONI Pusat).
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Natal, Y.R. (2020). Kebijakan pemerintah tentang penyediaan sarana dan prasarana olahraga pendidikan di SMP Negeri sekecamatan Bajawa. *Ejurnal Imedtech-Instructional Media, Design and Technology STKIP Citra Bakti Ngada*, 4 (1), 22-36. doi: <http://dx.doi.org/10.38048/imedtech.v4i1.222>.
- Tapo, Y.B.O (2019). Pengembangan Model Latihan Sirkuit Passing Bawah T-desain (SPBT- Desain) Bola Voli Sebagai Bentuk Aktifitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Untuk Tingkat Sekolah Menengah *Ejurnal IMEDTECH-Instructional Media, Design And Technology STKIP Citra Bakti Ngada*, 3(2), 18-34.
- Tapo, Y.B.O (2017). Pengembangan Model Latihan Olahraga Pernapasan Untuk Pemeliharaan Kesehatan Kardiorespirasi. (Thesis S2 Versicetak) Ilmu Keolahragaan Program Pascasarjana UNY