

**PENGEMBANGAN POLA LATIHAN PENYERANGAN  
DALAM PERMAINAN BOLAVOLI MENGGUNAKAN MEDIA  
AUDIO VISUAL PADA TIM BOLAVOLI PUTRI UKM UABV  
UNIVERSITAS NEGERI MALANG**

**Mochammad Dako Ikul munhamir**

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Malang  
Jalan Semarang No.5 Malang  
Email: dakoikul@gmail.com

**Supriyadi**

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Malang  
Jalan Semarang No.5 Malang  
Email: supriyadi.fik@um.ac.id

**Agus Gatot Sunijantoro**

Fakultas Ilmu Keolahragaan, Jurusan Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Malang  
Jalan Semarang No.5 Malang  
Email:

***Abstract:** The pattern of attacks is one of the strategies that must be mastered by a team in a game of volleyball. This research belongs to the kind of research and development (research and development) and conceptual research model. The results of the evaluation of exercise patterns in the game of volleyball attack is: 91,05% of the experts of the game of volleyball, 81% of the experts of the game of volleyball, 75% of media experts. The trial results from a small group obtained 89% against 6 athletes and the trial results from a large group obtained 88,06% against 30 athletes, so that product development is worth to use the result of product development patterns in the game of volleyball attack exercises to woman team volleyball of UABV State University of Malang, among others: (1) patterns of exercise in the form of audio visual accordance with volleyball woman team UKM UABV State University of Malang, (2) the display pattern drills in assault accompanied by audio visual shows the process of the exercise, (3) products packaged with VCD (Video Compact Disc).*

***Keywords:** the pattern of assault, assault Exercise pattern, audio visual Media*

Olahraga merupakan suatu kegiatan yang sangat penting bagi setiap manusia. Di era globalisasi sekarang ditengah padatnya bangunan gedung-gedung bertingkat di perkotaan olahraga adalah salah satu kegiatan yang mahal dimana sangat susah untuk sekedar mencari keringat atau melepas penat dari rutinitas harian yang melelahkan. Dengan berolahraga akan menjauhkan tubuh kita dari berbagai macam bahaya. Menurut Giriwijoyo (2012: 18)

Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur yang berarti mempertahankan hidup dan terencana untuk memelihara gerak dan meningkatkan kemampuan gerak yang berarti meningkatkan kualitas hidup.

Universitas merupakan salah satu instansi yang dapat menciptakan bibit pemain bolavoli yang profesional dan berkualitas. Pada anak usia remaja perkembangan motorik sangat pesat dalam

mengembangkan keterampilan dan bakat yang dimilikinya. Pada usia remaja atlet mendekati masa keemasan dan akan melewati masa keemasan dengan melakukan latihan sejak dini dan menjadi salah satu bibit atlet yang bagus pada cabang olahraga tertentu. Menurut Suharno (1973: 21) Mengingat atlet merupakan manusia sebagai bahan mentah yang akan diolah untuk perkembangan prestasi sesuai dengan dengan cabang olahraganya, maka perlu adanya proses pencarian bibit atlet yang berbakat. Oleh karena itu usaha Universitas dalam pembinaan bakat pada cabang olahraga bolavoli sangat diperlukan. Untuk tingkatan yang lebih tinggi yaitu pada tingkat Universitas. Salah satu usaha Universitas yang dilakukan untuk pembinaan dan pelatihan pada cabang olahraga bolavoli adalah membentuk Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) dan pada cabang olahraga bolavoli dibentuknya Unit Aktivitas Bolavoli (UABV).

Kegiatan UKM merupakan kegiatan yang dilakukan diluar jam perkuliahan yang bertujuan untuk memupuk minat dan bakat mahasiswa. Kegiatan UKM juga bertujuan untuk memperluas pengetahuan mahasiswa tentang kegiatan diluar jam perkuliahan, dan menyalurkan bakat dan minat yang dimilikinya. Jadi kampus merupakan tempat dimana mahasiswa dapat mengembangkan bakat dan minatnya melalui kegiatan UKM. Salah satu misi dari kegiatan UKM bolavoli adalah mahasiswa memiliki pengetahuan dan keterampilan dalam teknik dasar bolavoli. Untuk pengembangan bakat dibidang olahraga bagi para mahasiswa, maka dapat dilakukan dengan mengikuti segala macam latihan yang

diterapkan oleh unit kegiatan mahasiswa yang bersangkutan. Maka unit kegiatan mahasiswa adalah tempat yang paling sesuai untuk meningkatkan kemampuan olahraga khususnya olahraga bolavoli.

Menurut hasil analisis kebutuhan, peneliti melakukan pemngambilan data melalui kuisisioner dengan atlet tim bolavoli putri UKM UABV yang berjumlah 20 peserta dan didapat hasil sebagai berikut. Belum pernah ada media untuk latihan sebelumnya yang ada pada latihan tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang. 13 atlet (65%) mengatakan latihan pola pertahanan, 4 atlet (20%) mengatakan latihan pola penyerangan dan 3 atlet (15%) mengatakan latihan teknik dasar *passing* bawah; 2) 14 atlet (70%) atlet mengatakan latihan pola pertahanan dan 6 atlet (30%) mengatakan latihan pola penyerangan; 3) 12 atlet (60%) atlet mengatakan latihan teknik dasar *service* , 5 atlet (30%) mengatakan latihan teknik dasar *passing* bawah; 100% menggunakan media dalam memberikan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli, 85% atlet bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang mengatakan setuju menggunakan media dalam bentuk *audio visual* dalam memahami pola latihan penyerangan.

Peneliti sudah membaca dan menganalisis dari penelitian sebelumnya milik Arifin (2014: 8) yaitu pengembangan model latihan *variasi* serangan permainan bolavoli pada kegiatan ekstrakurikuler di SMAN 1 Paiton Kab. Probolinggo, dimana penelitian hanya melakukan pengembangan variasi serangan dengan buku panduan. Sedangkan

penelitian yang di kembangkan peneliti nantinya akan lebih divariasikan dengan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli, Dan kelebihan dari penelitian pengembangan ini nantinya akan dikemas dalam bentuk media *audio visual* yang nantinya diharapkan dapat mudah dipahami dan lebih menarik. Perbedaan dari penelitian milik Arifin (2014: 8) dengan peneliti adalah subjek dan tempat penelitian dimana penelitian milik Arifin (2014: 8)

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan di atas, peneliti berkeinginan memberikan solusi untuk memecahkan masalah yang terjadi di kegiatan latihan tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang dengan mengembangkan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli dalam jenis penelitian pengembangan yang berjudul “Pengembangan Pola Latihan Penyerangan dalam Permainan Bolavoli Menggunakan Media *Audio Visual* Pada Tim Bolavoli Putri UKM UABV Di Universitas Negeri Malang”

Permainan bolavoli adalah salah satu permainan yang populer di Indonesia. Permainan bolavoli dilakukan dari berbagai kalangan, mulai dari kalangan atas, menengah sampai kalangan bawah sekalipun. Permainan bolavoli adalah olahraga beregu yang dimainkan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain di lapangan permainan yang berukuran 18m x 9m (Suharno, 1991: 1). Permainan bolavoli adalah permainan yang merakyat bisa dibuktikan dengan banyaknya *event-event* bolavoli yang menjamur di Indonesia. Di Indonesia juga mulai banyak bermunculan

*club-club* bolavoli mulai dari amatir sampai klub profesional. Permainan beregu ini banyak diminati karena permainannya yang menarik dan dapat memacu *adrenalin* mulai dari penontonnya sampai pemainnya. Sedangkan menurut Lestari (2008:22) permainan bolavoli adalah olahraga yang unik karena olahraga ini merupakan permainan kesalahan yang memiliki tujuan mendapatkan bola untuk dipukulkan ke daerah lapangan lawan atau memaksa lawan untuk membuat kesalahan menangani bola.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan permainan bolavoli adalah permainan yang dimainkan oleh dua regu setiap regu terdiri dari 6 atlet yang bertanding dipisahkan dengan net dan permainan dimulai ketika salah satu regu melakukan *service* dan permainan berhenti ketika bola keluar atau menyentuh benda diluar lapangan atau tidak bisa dikembalikan oleh regu lawan. Permainan akan selesai jika salah satu regu terlebih dahulu mencapai skor 25 dan selisih minimal dua poin .

Dalam permainan bolavoli terdapat beberapa teknik yang harus dikuasai. Antara lain *service, passing, smash, dan block*. Untuk melakukan itu semua tidak mudah. Setiap teknik memiliki cara tersendiri. Untuk melatih semua teknik tersebut membutuhkan waktu yang lama karena untuk menguasai suatu keterampilan membutuhkan waktu yang lama yang dilakukan secara berulang-ulang. Untuk memainkan permainan bolavoli sangat penting untuk menguasai teknik dasar tersebut. Menurut Yudasmara (2014: 81) Teknik dasar bolavoli merupakan unsur yang

sangat penting dalam permainan bolavoli, tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, maka permainan tidak dapat dimainkan dengan sempurna. Sedangkan menurut Beutelstahl (2009:8) ada enam cara bersentuhan dengan bola, sehingga timbul juga enam teknik dasar atau dengan istilah yang lebih umum yaitu *skills*, yang terdiri dari *service*, *dig*, *attack*, *volley*, *block*, dan *defence*.

Dari pendapat para ahli di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar dalam permainan bolavoli meliputi *service*, *passing*, *smash*, *block*. *Service* dibagi menjadi dua yaitu *service* atas dan bawah, dan *passing* juga dibagi menjadi dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. Agar permainan bolavoli bisa berjalan menarik setiap pemain harus memiliki teknik dasar yang baik.

Latihan adalah suatu proses berlatih yang berencana, menurut jadwal, menurut pola dan sistem tertentu, metodis, dari mudah ke sukar, teratur, dari sederhana ke yang lebih kompleks yang dilakukan secara berulang-ulang dan yang kian hari jumlah beban latihannya kian bertambah. Menurut Suharno (1992: 6) latihan adalah suatu proses penyempurnaan atlet secara sadar untuk mencapai mutu prestasi maksimal dengan diberi beban-beban fisik, teknik, taktik dan mental yang teratur, terarah, meningkat, bertahap dan berulang-ulang waktunya. Sedangkan menurut Harsono (1988:15) *training* adalah proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah beban latihan atau pekerjaannya. Hal tersebut juga dikemukakan oleh Budiwanto (2012:16) Latihan adalah proses melakukan kegiatan olahraga yang

dilakukan berdasarkan program latihan yang disusun secara sistematis, bertujuan untuk meningkatkan kemampuan atlet dalam upaya mencapai prestasi yang semaksimal mungkin, terutama dilaksanakan untuk persiapan menghadapi suatu pertandingan.

Taktik adalah Untuk memenangkan pertandingan diperlukan cara secara sportif, sebab terkadang suatu tim memiliki keunggulan fisik dan teknik namun tidak menerapkan cara bertanding dengan baik maka berakhir dengan kekalahan, cara di atas disebut taktik. Menurut Suharno (1973:46) taktik adalah: siasat atau akal yang digunakan pada saat bertanding untuk mencari kemenangan secara sportif, sedangkan bila siasat tersebut disusun sebelum bertanding disebut strategi. Sedangkan menurut Beutelstahl (2009: 65) taktik memegang peranan penting dalam permainan bolavoli dimana kemampuan dan kecermatan masing-masing individu besar sekali sebagai penyerang maupun sebagai pemain bertahan, maka dengan menggunakan taktik individu dan beregu sangat penting.

Dari hasil pendapat para ahli dapat disimpulkan bahwa taktik dalam permainan bolavoli sangat penting untuk meraih kemenangan, dan taktik menyerang dan bertahan sama-sama penting.

Taktik penyerangan dalam permainan bolavoli adalah suatu hal yang paling disukai oleh pemain atau atlet, tentu saja penyerangan ini dimulai dari *service*, jadi serangan pertama dalam permainan bolavoli adalah *service*. Menurut Suharno (1991: 75) taktik penyerangan usaha untuk mematikan bola di lapangan lawan dengan jalan apapun yang

diperkenankan peraturan permainan dan peraturan pertandingan. Ada beberapa macam pola penyerangan dalam permainan bolavoli, diantaranya: penyerangan dengan dua *spike* di posisi depan, dan tiga penyerang di depan. Walaupun pada umumnya seluruh pemain disemua posisi bisa melakukan penyerangan dengan aturannya. Menurut Ahmadi (2007: 46) ada beberapa tipe pemain penyerang atau spesialisasi *spiker* dalam permainan bolavoli, diantaranya.

(1) tipe *spiker ace* (*open spiker*) memiliki peran khusus yaitu dia memiliki spesialisasi serangan untuk bola-bola tinggi.

(2) tipe *quick spiker* (bola cepat) memiliki peran khusus melakukan *spike* atau *smash* bola-bola cepat atau pendek.

(3) *allround* (serba bisa) adalah tipe *spiker* memiliki spesialisasi melakukan *spike* atau *smash* bola sedang.

Dari pendapat ahli dapat disimpulkan bahwa latihan memerlukan media untuk menunjang hasil latihan agar mencapai titik maksimal dalam latihan maupun pemberian materi latihan.

Media *audio visual* adalah kata media berasal dari bahasa Latin dan merupakan bentuk jamak dari kata medium yang secara harfiah berarti perantara atau pengantar. Media adalah perantara atau pengantar pesan dari pengirim ke penerima pesan. Media merupakan salah satu isu penting dalam proses pembelajaran. Media juga merupakan alat utama dalam menjembatani pembelajar dengan pusat serta sumber belajar. Media seringkali menjadi sandaran utama dalam proses pembelajaran konvensional. Dimana dalam proses

pembelajaran konvensional, strategi pembelajaran langsung berpusat pada seorang guru didepan siswa dimana guru ini menjadi sumber dan sekaligus menjadi pusat dalam pembelajaran. Sedangkan menurut Dwiyo (2010:334) media *audio visual* adalah media pandang dengar dan suara, seperti lazimnya televisi, film bersuara dan video. Sedangkan pengembangan media *audio visual* adalah cara untuk memproduksi atau menyebarkan materi dengan menggunakan mesin mekanis dan atau elektronis untuk menyajikan pesan *auditori* dan *visual*.

### Metode

Metode penelitian dan pengembangan ini menggunakan model konseptual yang artinya model bersifat analitis yang memberikan komponen-komponen produk yang akan dikembangkan serta keterkaitan antar komponen. Karena pengembangan ini mengapdatasi dari pengembangan yang sudah ada yaitu dari Arifin (2014:8). Metode penelitian dan pengembangan ini menggunakan metode penelitian dan pengembangan 10 langkah dari Borg and Gall. Menurut Borg and Gall (1983:775) ada 10 langkah pelaksanaan penelitian dan pengembangan.

Dalam penelitian ini peneliti hanya menggunakan Sembilan langkah dari sepuluh langkah model penelitian borg and gall. Adapun langkah-langkahnya sebagai berikut: (1) Melakukan penelitian dan pengumpulan informasi, (2) melakukan perencanaan, (3) mengembangkan bentuk produk awal, (4) melakukan uji lapangan permulaan, (5) melakukan revisi terhadap produk utama, (6) melakukan uji lapangan utama, (7)

melakukan revisi produk, (8) uji lapangan meliputi 10-30 sekolah dengan 40-200 subjek, (9) revisi produk akhir. Hasil akhir berupa pola latihan penyerangan dalam permainan bola menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang.

Uji coba produk ini dimaksudkan untuk mengumpulkan data sebagai dasar untuk menentukan kelayakan atau keefektifitasan dari sebuah produk yang akan dihasilkan. Disini juga dapat dilihat kekurangan dan kelebihan dari produk sekaligus sebagai revisi untuk kebaikan produk selanjutnya. Dalam tahap ini juga dijelaskan desain uji coba, subjek uji coba, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar.

Desain uji coba dilakukan melalui dua tahapan yaitu: evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar. Tujuan dari kedua tahap tersebut adalah untuk memperoleh keefektifitasan produk dalam penggunaannya. Sebelum produk pola latihan diuji cobakan pada subjek, produk yang dibuat dievaluasi dahulu ke para ahli. Diantaranya dua ahli pemain bolavoli, dan ahli media. Pemilihan ini didasarkan pada kesesuaian produk, masing-masing ahli melihat dan menganalisa pola latihan penyerangan permainan bolavoli yang dikemas dalam bentuk VCD (*video compact disc*).

Subjek uji coba pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang menggunakan subjek uji coba sebagai berikut:

- a. Subjek analisis kebutuhan sebanyak 20 atlet tim bolavoli putri UKM UABV dan 1 pelatih bolavoli.
- b. Subjek uji coba kelompok kecil sebanyak 6 atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang.
- c. Subjek uji coba kelompok besar sebanyak 30 atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang.
- d. Subjek evaluasi terdiri dari 2 ahli permainan bolavoli dan 1 ahli media.

Pada penelitian pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini data yang diperoleh dari hasil evaluasi ahli, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar adalah data berupa kuantitatif dan kualitatif. Data kualitatif diperoleh dari hasil evaluasi yang berupa saran dan masukan. Sedangkan data kuantitatif diperoleh dari observasi awal (analisis kebutuhan) dan data hasil uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar.

Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data ini adalah menggunakan kuesioner untuk para ahli dan atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang. Menurut Winarno (2013: 96) kuesioner tertutup adalah kuesioner yang sudah disediakan jawabannya sehingga responden tinggal memilih. Aspek-aspek yang terdapat dalam kuesioner tersebut antara lain tentang kemudahan memahami pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli.

Teknik yang digunakan dalam pengembangan ini adalah kualitatif dan kuantitatif. Teknik analisis kualitatif digunakan untuk

menganalisis hasil pengumpulan data saran dan masukan dari para ahli menggunakan pendekatan kualitatif mereduksi data, selanjutnya data disajikan sampai tahap kesimpulan (Sugiyono, 2012: 247).

Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang ini menggunakan teknik analisis kualitatif dan kuantitatif. Menurut Sugiyono (2013: 335) analisis data kualitatif adalah bersifat induktif, yaitu suatu analisis berdasarkan data yang diperoleh, selanjutnya dikembangkan pada hubungan tertentu atau menjadi hipotesis. Data kualitatif dalam penelitian ini yaitu data yang berupa informasi berbentuk kalimat yang berisi saran-saran dari para ahli. Sedangkan data

kuantitatif akan dianalisis menggunakan rumus Akbar dan Sriwiyana (2010: 213),

## Hasil

Pada hasil penelitian dan pengembangan ini akan dipaparkan data yang diperoleh dari hasil analisis kebutuhan, evaluasi para ahli, uji coba kelompok kecil, dan uji coba kelompok besar. Dalam evaluasi ahli peneliti menggunakan 3 ahli yaitu dua ahli permainan bolavoli, dan satu ahli media. Untuk mendapatkan data yang diperlukan dalam proses penelitian, peneliti menggunakan metode instrumen dalam bentuk angket kuesioner yang disusun oleh peneliti. Data yang diperoleh selama proses penelitian diambil dari atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas negeri Malang. Adapun data hasil penelitian sebagai berikut:

**Tabel 1.1 Data Hasil Penelitian.**

Prosedur Pengembangan	Temuan
Analisis Kebutuhan Hasil analisis kebutuhan dengan wawancara pada atlet tim putri UKM UABV Universitas Negeri Malang	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Materi yang diajarkan pelatih meliputi <i>service, passing, smash, block</i>.</li> <li>• Belum adanya pola latihan yang diajarkan materi <i>smash</i></li> <li>• Belum adanya media yang dimiliki atlet untuk menunjang kegiatan latihan pola penyerangan dalam permainan bolavoli.</li> <li>• Dalam kegiatan latihan permainan bolavoli di tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang membutuhkan media untuk menunjang latihan pola penyerangan.</li> </ul>
Evaluasi Ahli Ahli Permainan Bolavoli jumlah instrumen sebanyak 50 pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Dari evaluasi ahli, yaitu ahli permainan bolavoli diperoleh hasil 91,5%, sehingga pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media <i>audio visual</i> pada tim putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk diuji cobakan pada kelompok kecil dan besar.</li> <li>• Dari evaluasi ahli, yaitu ahli permainan bolavoli diperoleh masukan, pola latihan supaya lebih di atur lagi dari teknik yang paling rendah kesulitannya ke yang paling tinggi kesulitannya.</li> <li>• Dari evaluasi ahli, yaitu ahli kepelatihan permainan bolavoli diperoleh hasil 81%, sehingga</li> </ul>
Ahli Permainan Bolavoli	

Prosedur Pengembangan	Temuan
jumlah instrumen sebanyak 50 pertanyaan	<p>pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media <i>audio visual</i> pada tim putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk diuji cobakan pada kelompok kecil dan besar.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Dari evaluasi ahli, yaitu ahli kepelatihan permainan bolavoli diperoleh masukan perlu diprioritaskan pola latihan yang dipilih disesuaikan dengan tingkatan usia dan kemampuan pemain, tingkat variasi serangan lebih diperhatikan tingkat kesulitannya, dalam satu pola penyerangan keterlibatan pemain dalam satu tim lebih ditingkatkan.</li> <li>• Dari evaluasi ahli, yaitu ahli media diperoleh hasil 75% sehingga pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media <i>audio visual</i> pada tim putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk diuji cobakan pada kelompok kecil dan besar. Dari evaluasi ahli, yaitu ahli media diperoleh masukan untuk aspek visual, khususnya video dan audionya di optimalkan dan cover lebih menarik lagi.</li> </ul>
Ahli Media jumlah instrumen sebanyak 52 pertanyaan	

**Tabel 1.1 Data Hasil Penelitian.**

Prosedur Pengembangan	Temuan
Uji Coba Lapangan Hasil uji coba tahap I (kelompok kecil) (n=6) dengan jumlah instrumen sebanyak 50 pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uji coba kelompok kecil ini dilakukan mulai pada 6 April sampai 17 April 2015 menggunakan subjek 6 atlet. Dengan agenda setiap pertemuan dilakukan 5 variasi latihan</li> <li>• Dari hasil uji coba tahap I (kelompok kecil), diperoleh hasil sebesar 89,1% dari 6 atlet menyatakan bahwa pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli, menarik, mudah, sesuai dan bermanfaat untuk dilakukan. Sehingga pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media <i>audio visual</i> pada tim putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk diuji cobakan pada kelompok kecil dan besar.</li> </ul>
Hasil uji coba tahap II (kelompok besar) (n=30) dengan jumlah instrumen sebanyak 50 pertanyaan	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Uji coba kelompok besar ini dilakukan mulai pada 22 April sampai 4 Mei 2015 menggunakan subjek 30 atlet. Dengan agenda setiap pertemuan dilakukan 5 variasi latihan</li> <li>• Dari hasil uji coba tahap II (kelompok besar), diperoleh hasil sebesar 88,6% dari 30 peserta menyatakan bahwa pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli, menarik, mudah, sesuai dan bermanfaat untuk dilakukan. sehingga pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media <i>audio visual</i> pada tim putri UKM UABV Universitas Negeri Malang, dapat digunakan sebagai upaya mengembangkan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli.</li> </ul>
Hasil analisis kebutuhan pada atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang	diketahui: (1) materi yang diberikan pelatih pada saat latihan adalah latihan teknik dasar, (2) materi pola penyerangan paling sulit dikuasai

oleh atlet, (3) atlet tim bolavoli putrid UKM UABV Universitas Negeri Malang membutuhkan media untuk menunjang latihan pola penyerangan.

Pada 17 Januari 2015 setelah proposal ini diseminarkan. Produk awal pertama adalah sebuah buku panduan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli setelah diseminarkan produk akhir direvisi menjadi media *audio visual*.

Produk awal dibuat pada 30 Januari 2015 setelah proposal ini diseminarkan. Produk awal pertama adalah buku panduan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli. Yang akhirnya direvisi menjadi media *audio visual*, produk ini disertai dengan gambar dan video beserta penjelasan dan prosedur pelaksanaan dari 10 pola latihan penyerangan. Adapun 10 pola latihan penyerangan tersebut adalah:

(1) Pola penyerangan 2a, (2) Pola penyerangan 2b, (3) Pola penyerangan 2c, (4) Pola penyerangan 2d, (5) Pola penyerangan 2e, (6) Pola penyerangan 3a, (7) Pola penyerangan 3b, (8) Pola penyerangan 3c, (9) Pola penyerangan 3d, (10) Pola penyerangan 3e.

Setelah produk awal dievaluasi oleh pembimbing memberikan saran untuk produk awal buku panduan diganti dengan berupa media *audio visual* agar prosedur pelaksanaan agar mudah dipahami. Dari saran pembimbing produk awal pola latihan penyerangan ini siap untuk di evaluasi oleh ahli yaitu ahli dua permainan, dan 1 ahli media.

Hasil evaluasi ahli dari ahli permainan bolavoli yaitu Bapak Bondan ariansyah S.Pd selaku wasit

nasional bolavoli indoor PBVSI kota Malang. Mengenai produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKMUABV Universitas Negeri Malang layak untuk di uji cobakan pada kelompok kecil dan besar dengan beberapa saran yaitu; (1) pola latihan supaya lebih di atur lagi dari teknik yang paling rendah kesulitannya ke yang paling tinggi kesulitannya. (2) tingkat variasi serangan lebih diperhatikan tingkat kesulitannya.

Hasil evaluasi ahli dari ahli permainan bolavoli yaitu Bapak Dona Sandy Yudasmara, S.Pd M.Pd selaku dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan. Mengenai produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKMUABV Universitas Negeri Malang layak untuk di uji cobakan pada kelompok kecil dan besar dengan beberapa saran yaitu; (1) untuk penyusunan model latihan lebih difokuskan kepada substansi isi model latihan (2) model latihan yang dipilih disesuaikan dengan tingkatan usia dan kemampuan pemain (3) urutan variasi serangan lebih diperhatikan tingkat kesulitannya (4) dalam satu pola penyerangan keterlibatan pemain dalam satu tim lebih ditingkatkan.

Hasil evaluasi ahli dari ahli media yaitu bapak yaitu Bapak Eka Pranomo Adi, S.I.P M. Si selaku dosen Fakultas Pendidikan. Mengenai produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli

putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk di uji cobakan pada kelompok kecil dan besar dengan beberapa saran yaitu; (1) komposisi *visual* perlu di optimalkan (2) kejernihan video pembuka lebih diperhatikan (3) dilengkapi *cover* yang lebih baik dan menarik.

Uji coba kelompok kecil ini dilakukan mulai pada 6 April sampai 17 April 2015 menggunakan subjek 6 atlet. Dengan agenda setiap pertemuan dilakukan 5 variasi latihan. Hasil dari uji coba kelompok kecil ini yaitu 89,01%.

Uji coba kelompok besar ini dilakukan mulai pada 22 April sampai 4 Mei 2015 menggunakan subjek 30 atlet. Dengan agenda setiap pertemuan dilakukan 5 variasi latihan. Hasil dari uji coba kelompok besar ini yaitu 88,06%. Dari hasil uji coba kelompok besar tidak ditemukan saran. Produk pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang dilakukan dengan menarik, aman, tepat dan bermanfaat bagi atlet.

Berdasarkan data yang didapat dari dua ahli permainan, dan satu ahli media serta uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar, produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini perlu dilakukan revisi untuk menyempurnakan produk agar lebih baik dan tepat sasaran.

#### 1. Revisi Tahap Awal

Berdasarkan revisi awal pembuatan produk sebagai berikut: (1) diperjelas video pembuka, (2) dioptimalkan lagi aspek *audio visual*.

#### 2. Revisi dari Evaluasi Ahli

Dari hasil evaluasi ahli terdapat beberapa saran. Ringkasan saran dari para ahli sebagai berikut: (1) perlu diprioritaskan pola latihan yang dipilih disesuaikan dengan tingkatan usia dan kemampuan pemain, (2) Tingkat variasi serangan lebih diperhatikan tingkat kesulitannya, (3) dalam satu pola penyerangan keterlibatan pemain dalam satu tim lebih ditingkatkan, (4) video pembuka diganti dengan yang lebih jernih dan bagus kualitasnya, (5) khususnya video dan audionya di optimalkan, (6) *cover* lebih menarik (7) Komposisi *visual* dioptimalkan.

#### 3. Revisi Dari Hasil Uji Coba

Berdasarkan hasil uji coba kelompok kecil dan hasil uji coba kelompok besar yang telah dilakukan tidak ada saran maupun revisi dari kegiatan latihan tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang dikarenakan mayoritas atlet merasa senang dengan pola latihan penyerangan yang dikembangkan oleh peneliti, sehingga produk akhir telah disempurnakan sesuai kebutuhan

### **Pembahasan**

Produk yang dihasilkan dari penelitian pengembangan ini yaitu berupa media *audio visual* berbentuk VCD (*video compact disc*) tentang pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli. dalam penyusunan produk ini terdiri dari (1) 10 pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli disertai dengan prosedur pelaksanaan dan video, (2) Riwayat penulis. Produk pola latihan *penyerangan dalam permainan bolavoli* ini terdapat 10 pola latihan penyerangan yang setiap pola latihan terdapat gambar, keterangan gambar, prosedur

pelaksanaan dan video dari pola latihan penyerangan.

Dalam penyusunan produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini melalui beberapa tahap yaitu evaluasi ahli terdiri dari dua ahli permainan dan satu ahli media, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar, dari beberapa tahapan di atas terdapat beberapa saran dan masukan yang tentunya untuk menyempurnakan produk dan agar produk lebih baik tepat sasaran. Mengenai kesesuaian teori yang dituangkan di atas dan produk yang dihasilkan dari penelitian pengembangan ini dapat disimpulkan bahwa produk sudah sesuai dengan teori yang ada, namun tetap terdapat kekurangan yaitu video dan narasi diusahakan jelas sehingga orang yang melihat atau menggunakan tidak perlu membaca prosedur pelaksanaan. Dalam produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini mempunyai kelebihan yaitu variasinya yang lebih variatif, menggunakan media *audio visual* dan membuat atlet tertarik untuk melakukan pola latihan yang ada dalam VCD (*video compact disc*).

Produk pengembangan pola latihan penyerangan ini melalui beberapa tahapan dan terdapat saran-saran. Hasil evaluasi ahli permainan bolavoli yaitu Bapak Bondan Ariansyah S.Pd, selaku wasit Nasional bolavoli Indoor PBVSI kota Malang. Mengenai produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk diuji cobakan pada

kelompok kecil dan besar dengan beberapa saran yaitu: (1) pola latihan supaya lebih di atur lagi dari teknik yang paling rendah kesulitannya ke yang paling tinggi kesulitannya.

Hasil evaluasi ahli permainan bolavoli yaitu Bapak Dona Sandy Yudasmara, S.Pd M.Pd selaku dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan. Mengenai produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk diuji cobakan pada kelompok kecil dan besar dengan beberapa saran yaitu: (1) adalah pola latihan yang dipilih disesuaikan dengan tingkatan usia dan kemampuan pemain, (2) tingkat variasi serangan lebih diperhatikan tingkat kesulitannya, (3) dalam satu pola penyerangan keterlibatan pemain dalam satu tim lebih ditingkatkan.

Hasil evaluasi ahli media yaitu Bapak Eka Pranomo Adi, S.I.P M. Si selaku dosen Fakultas Pendidikan. Mengenai produk yang dikembangkan oleh peneliti yaitu pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak untuk di uji cobakan pada kelompok kecil dan besar dengan beberapa saran yaitu; ; (1) komposisi *visual* perlu di optimalkan (2) kejernihan video pembuka lebih diperhatikan (3) dilengkapi *cover* yang lebih baik dan menarik.

Uji cobakelompok kecil ini dilakukan sebanyak 6 kali mulai tanggal 6 April sampai 17 April 2015 menggunakan subjek 6 peserta

didapatkan hasil persentase 89% (sangat valid) sehingga pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak digunakan. Produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini menarik, sesuai dan bermanfaat dilakukan bagi atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang. Dibandingkan dengan hasil analisis data yang dilakukan oleh (Arifin,2014) kegiatan uji coba kelompok kecil yang dilakukan 3 kali pada tanggal 17 maret sampai 22 maret 2014 di SMAN 1 Paiton Kab. Probolinggo. Dari hasil uji coba kelompok kecil (n=12) di dapatkan hasil 88.08%. Sehingga produk pengembangan variasi serangan Bolavoli untuk SMAN 1 Paiton Kab.Probolinggo layak digunakan tanpa revisi. Produk pengembangan variasi serangan Bolavoli untuk SMAN 1 Paiton Kab.Probolinggo dilakukan dengan menarik, bermanfaat, dan aman bagi peserta. Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini cukup relevan dengan penelitian terdahulu karena penelitian ini dapat digunakan dengan rentangan persentase antara 86-100% dengan keterangan sangat valid dan memiliki makna digunakan tanpa revisi dan 75-85% dengan keterangan cukup valid dan dapat digunakan dengan revisi.

Uji coba kelompok besar ini dilakukan sebanyak 6 kali mulai tanggal 22 April sampai 4 mei 2015 menggunakan subjek 30 atlet didapatkan hasil persentase 88,6% (sangat valid) sehingga pola latihan penyerangan dalam permainan

bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang layak digunakan. Produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini menarik, sesuai dan bermanfaat dilakukan bagi atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang. Dibandingkan dengan hasil analisis data yang dilakukan oleh (Arifin,2014) kegiatan uji coba kelompok besar yang dilakukan 3 kali pada tanggal 24 Maret sampai 28 Maret 2014 di SMAN 1 Paiton Kab. Probolinggo. Dari hasil uji coba kelompok kecil (n=25) didapatkan hasil 90,31%. Sehingga produk pengembangan variasi serangan Bolavoli untuk SMAN 1 Paiton Kab.Probolinggo layak digunakan tanpa revisi. produk pengembangan variasi serangan Bolavoli yang dilakukan di SMAN 1 Paiton Kab.Probolinggo dilakukan dengan menarik, bermanfaat, dan aman bagi peserta. Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini cukup relevan dengan penelitian terdahulu karena penelitian ini dapat digunakan dengan rentangan persentase antara 86-100% dengan keterangan sangat valid dan memiliki makna digunakan tanpa revisi dan 75-85% dengan keterangan cukup valid dan dapat digunakan dengan revisi. Temuan dari penelitian ini sesuai dengan teori belajar Lutan (1981: 102) yang menyatakan bahwa perubahan perilaku motorik berupa keterampilan dipahami sebagai hasil dari latihan dan pengalaman.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio*

*visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang, valid dan praktis digunakan oleh atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas negeri Malang, terbukti dari hasil uji coba kelompok kecil 889%,07% (sangat valid) dan uji coba kelompok besar 88,06% (sangat valid). Produk pola latihan penyerangan ini aman, menarik, bermanfaat, dan praktis digunakan untuk atlet tim bolavoli putrid UKM UABV Universitas Negeri Malang.

Setelah melakukan revisi produk sesuai dengan saran para ahli, uji coba kelompok kecil dan uji coba kelompok besar, peneliti menyadari masih terdapat kekurangan dari produk yang dihasilkan. Kekurangan tersebut antara lain:

1. Diperlukan evaluasi dan uji coba pada subjek yang lebih luas jika produk digunakan untuk umum.
2. Dalam penelitian ini hanya mengembangkan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli saja sehingga tidak mencakup semua teknik dasar dalam permainan bolavoli.

Namun dalam produk pengembangan pola latihan penyerangan ini juga terdapat beberapa kelebihan, antara lain:

1. Produk yang dikembangkan terdapat variasi-variasi yang bervariasi sehingga membuat atlet tertarik untuk melakukan variasi dalam VCD (*video compact disc*).
2. Terdapat gambar-gambar yang menarik dengan dan penjelasan prosedur pelaksanaan dari variasi latihan serta video pelaksanaan pola latihan penyerangan yang dikembangkan sehingga mempermudah atlet untuk mempelajari

## **Kesimpulan**

Berdasarkan uraian di atas dapat disimpulkan produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang ini valid dan praktis untuk digunakan oleh atlet tim bolavoli putri UKM UABV. Produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli yang dikemas dalam VCD (*video compact disc*) ini dapat digunakan oleh atlet kapanpun dan dimanapun. Dengan mempelajari teknik yang benar dan juga pola latihan yang bervariasi dapat meningkatkan ketrampilan atlet dalam permainan bolavoli.

## **Saran**

Produk pola latihan penyerangan yang dikembangkan oleh peneliti ini hendaknya digunakan oleh atlet tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang dan dapat digunakan pelatih dalam memberikan materi penyerangan. Peneliti berharap produk pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini diharapkan dapat digunakan di ruang lingkup yang lebih luas yaitu kegiatan latihan permainan bolavoli di Malang Raya maupun di klub bolavoli yang ada di Malang Raya.

Saran-saran peneliti pada produk yang dikembangkan agar pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli ini diharapkan dikembangkan lebih lanjut dan lebih bervariasi agar dapat mencapai tingkat yang lebih baik. Subjek penelitian diharapkan lebih luas, tidak hanya

pada tim bolavoli UKM UABV Universitas Negeri Malang melainkan lebih luas misalnya di *club* bolavoli di Kota Malang. Sebaiknya dilakukan penelitian lebih lanjut untuk mengetahui tingkat keefektifan produk yang dikembangkan. Demikian saran peneliti terhadap pengembangan produk lebih lanjut terhadap pengembangan pola latihan penyerangan dalam permainan bolavoli menggunakan media *audio visual* pada tim bolavoli putri UKM UABV Universitas Negeri Malang.

#### **Daftar Pustaka**

- Ahmadi, N. 2007. *Panduan Olahraga Bolavoli*. Surakarta: Era PuatakaUtama.
- Akbar, Sa'dun. dan Sriwiyana, Hadi. 2010. *Pengembangan Kurikulum dan Pembelajaran Ilmu Pengetahuan Sosial*. Yogyakarta: Cipta Media.
- Anwar.F.2012. *Pengertian Media Pembelajaran Menurut Beberapa Ahli*.(Online) (<http://www.infoskripsi.com/Article/Kajian-Pustaka-Media-Pembelajaran.html>), diakses April 2015.
- Ardhana.W. 2002. *Konsep Penelitian Pengembangan Dalam Bidang Pendidikan dan Pembelajaran*. Malang: Maret 2002
- Arifin, S. 2014. *Pengembangan Variasi Serangan Bolavoli untuk Siswa Putra Sekolah Menengah Atas*. Skripsi tidak diterbitkan. Malang: FIK UM
- Borg. W.R. & Gall, M.D. 1983. *Educational Research An Introduction*. New York: Longman.
- Budiwanto, S. 2012. *Metodologi Latihan Olahraga*. Malang: UM Press Cipta.
- Buetelstahl, D. 2009. *Belajar Bermain Bolavoli*. Bandung: Pionir Jaya.
- Dwiyogo, W.D. 2008. *Pengembangan Media Pembelajaran Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Giriwijoyo & Sidik. 2012. *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: Remaja Rosdakarya
- Harsono.1988. *Coaching and Aspek-aspek Psikologi dalam Olahraga*. Jakarta: Dirjen Dikti Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.
- Heck, A and Schaafsma. 1983. *Volleyball for coaches and teachers*. California: fourteenth printing.
- Lestari, N. 2008. *Melatih Bolavoli Remaja*. Yogyakarta: Citra Aji Parama.
- Sugiyono. 2013. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Suharno, HP. 1973. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta: Januari 1973
- Suharno, HP. 1991 *Pedoman pelatihan bolavoli*. Yogyakarta. Agustus 1991

- Suharno, HP. 1992. *Metode pelatihan*. Yogyakarta : April 1992
- Sujarwo, S. 2009. *Volleyball For All (Bolavoli untuk semua)*. Diterbitkan oleh:  
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
- Universitas Negeri Malang. 2010. *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah*. Malang: UM Press.
- Winarno, M.E. 2013. *Metodologi Penelitian dalam Pendidikan Jasmani*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Winarno, M.E dan Sugiono, I. 2011. *Sejarah dan Teknik Dasar Permainan Bolavoli*. Malang: Universitas Negeri Malang.
- Yudasmara, D, S. 2014. Pengembangan Model Latihan Teknik Block dalam Bolavoli. *Jurnal IPTEK Olahraga*, 16 (1): 79-102.