

Lampiran 1 Instrumen Penelitian

KUESIONER PENGEMBANGAN MODEL PELATIHAN VOLI GANTUNG BERBANTUAN VIDEO UNTUK MELATIH TEKNIK DASAR PASSING DAN SMASH BOLAVOLI

Judul Tesis : Pengembangan model pelatihan voli gantung berbantuan video untuk melatih teknik dasar *passing* dan *smash* bolavoli

Sasaran Program :

Expert Judgement :

Hari/Tanggal :

Lembar skala nilai ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli latihan model pelatihan voli gantung berbantu video untuk melatih teknik dasar *passing* dan *smash* bolavoli yang peneliti kembangkan pada penelitian skala kecil. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas model permainan yang peneliti kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

A. Petunjuk:

1. Pada halaman berikut ini merupakan pedoman observasi keefektifan *expert judgement* model latihan voli gantung dalam uji coba lapangan skala kecil/besar melalui rekaman video yang tersimpan di flashdisk.

2. Rentangan penilaian mulai dari “Sangat Sesuai” sampai dengan “Sangat Tidak Sesuai”, unsur dalam pernyataan/klasifikasi **tampak** dengan cara memberi tanda cek “√” pada kolom skala penilaian yang sesuai dengan pendapat *expert judgement*, pilihan jawaban yang tersedia adalah: **(1) TS = Tidak Sesuai, (2) CS = Cukup Sesuai, (3) S = Sesuai, dan (4) SS = Sangat Sesuai.**
3. Komentar, kritik, saran mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan

1. Latihan Bolavoli Gantung Teknik Passing dan Smash

No	Klasifikasi	Kategori			
		TS	CS	S	SS
1	Model sesuai dengan isi kurikulum				
2	Model sesuai dengan karakter teknik passing dan smash				
3	Model sesuai dengan tujuan pembelajaran bolavoli				
4	Model pelatihan bolavoli teknik <i>passing</i> sesuai dengan karakteristik peserta didik.				
5	Model pelatihan bolavoli teknik <i>smash</i> sesuai dengan karakteristik peserta didik.				
6	Pelatihan tidak terlalu berat bagi anak usia sekolah dasar				
7	Pelatihan bolavoli gantung mendorong keberanian peserta didik dalam melakukan teknik <i>passing</i> dan smash				
8	Permainan voli gantung meningkatkan motivasi dan semangat peserta didik berlatih bolavoli				
9	Permainan voli gantung mendorong peserta didik aktif bergerak				
10	Pelatihan voli gantung dapat meningkatkan partisipasi peserta didik dalam berlatih bolavoli				
11	Pelatihan dilakukan secara terstruktur dari penjelasan, contoh dan praktek				
12	Beban latihan bervariasi sesuai tingkat sekolah dasar				
13	Latihan dimulai dengan pemanasan				
14	Permainan bolavoli gantung aman dilakukan				
15	Dalam pelatihan, siswa diminta menggunakan alat pengaman seperti sepatu				
16	Guru memonitor agar pelatihan berjalan aman dan				

	lancar				
17	Instruksi dalam pelatihan voli gantung dan mudah dipahami oleh peserta didik				
18	Pelatihan voli gantung dapat dimainkan peserta didik putra maupun putri				
19	Ada hukuman yang jelas jika siswa tidak melakukan latihan sesuai arahan guru				

Singaraja,

Ahli Pelatihan,



**KUESIONER *EXPERT JUDGEMENT* TERHADAP PENGEMBANGAN
MODEL PELATIHAN VOLI GANTUNG BERBANTUAN VIDEO UNTUK
MELATIH TEKNIK DASAR PASSING DAN SMASH BOLAVOLI**

Judul Tesis : Pengembangan model pelatihan voli gantung berbantuan video untuk melatih teknik dasar passing dan smash bolavoli

Sasaran Program :

Expert Judgement :.....

Hari/Tanggal :.....

Lembar skala nilai ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai ahli video model pelatihan voli gantung berbantuan video untuk melatih teknik dasar passing dan smash bolavoli yang peneliti kembangkan pada penelitian skala kecil. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas model permainan yang peneliti kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

A. Petunjuk:

1. Pada halaman berikut ini merupakan pedoman observasi keefektifan *expert judgement* model latihan voli gantung dalam uji coba lapangan skala kecil/besar melalui rekaman video yang tersimpan di flashdisk.

2. Rentangan penilaian mulai dari “Sangat Sesuai” sampai dengan “Sangat Tidak Sesuai”, unsur dalam pernyataan/klasifikasi **tampak** dengan cara memberi tanda cek “√” pada kolom skala penilaian yang sesuai dengan pendapat *expert judgement*, pilihan jawaban yang tersedia adalah: **(1) TS = Tidak Sesuai, (2) CS = Cukup Sesuai, (3) S = Sesuai, dan (4) SS = Sangat Sesuai.**
3. Komentar, kritik, saran mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan

No	Klasifikasi	Kategori			
		TS	CS	S	SS
1	Video mampu menyampaikan materi pelatihan voli gantung pada peserta didik				
2	Video menampilkan model gerakan passing				
3	Video menampilkan model gerakan smash				
4	Video berisi pengenalan dan contoh gerakan				
5	Video mencakup semua isi materi di silabus				
6	Video berisi penutup				
7	Isi video terstruktur dari pengenalan, isi dan penutup				
8	Pola latihan dalam video dari yang sederhana ke yang lebih kompleks				
9	Latihan gerakan dimulai dari passing atas, passing bawah dan smash				
10	Kejelasan warna gambar pada video materi pelatihan voli gantung sesuai.				
11	Kejelasan suara musik pada video materi pelatihan voli gantung sesuai.				
12	Pelatihan voli gantung lewat video mempermudah peserta didik untuk berlatih bolavoli				
13	Video mampu memotivasi siswa untuk berlatih				
14	Video sangat jernih				
15	Pengambilan gambar juga terlihat jelas sehingga memperagakan gerakan yang dapat dilihat siswa				
16	Video membuat siswa senang berlatih voli				
17	Video mampu menarik minat siswa untuk berlatih				

18	Pelatihan voli gantung lewat video mempermudah peserta didik untuk berlatih bolavoli				
19	Selalu ada jeda jika materinya baru yang memperjelas materi pelatihan voli gantung.				

Singaraja,

Ahli Media,

.....

NIP



B. Saran Untuk Perbaikan Model Pelatihan Voli Gantung

Petunjuk:

1. Apabila diperlukan revisi pada model pelatihan voli gantung ini mohon dituliskan pada kolom 1.
2. Alasan direvisi, mohon dituliskan pada kolom 2.
3. Saran dan perbaikan mohon dituliskan dengan singkat dan jelas pada kolom 3

No	Bagian Yang Direvisi	Alasan Revisi	Saran Perbaikan
	1	2	3
1			
2			
3			
4			

C. Komentar dan Saran Umum

--

Singaraja,

Ahli Media,

**KUESIONER KEPRAKTISAN MODEL PELATIHAN VOLI GANTUNG
BERBANTUAN VIDEO UNTUK MELATIH TEKNIK DASAR PASSING
DAN SMASH BOLAVOLI**

Judul Tesis : Pengembangan model pelatihan voli gantung berbantuan video untuk melatih teknik dasar passing dan smash bolavoli

Sasaran Program :

Guru :

Hari/Tanggal :

Lembar skala nilai ini dimaksudkan untuk mengetahui pendapat Bapak/Ibu, sebagai pengguna model pelatihan voli gantung berbantuan video dari sisi kepraktisan. Pendapat, kritik, saran, dan koreksi dari Bapak/Ibu sangat bermanfaat untuk memperbaiki dan meningkatkan kualitas model permainan yang peneliti kembangkan. Sehubungan dengan hal tersebut kami berharap kesediaan Bapak/Ibu untuk memberikan respon pada setiap pertanyaan sesuai dengan petunjuk di bawah ini.

A. Petunjuk:

1. Kuesioner ini digunakan untuk menilai kepraktisan produk.
2. Rentangan penilaian mulai dari “Sangat Sesuai” sampai dengan “Sangat Tidak Sesuai”, unsur dalam pernyataan/klasifikasi **tampak** dengan cara memberi tanda cek “√” pada kolom skala penilaian yang

sesuai dengan pendapat guru, pilihan jawaban yang tersedia adalah:

- (1) **TS = Tidak Sesuai**, (2) **CS = Cukup Sesuai**, (3) **S = Sesuai**, dan
 (4) **SS = Sangat Sesuai**.

3. Komentar, kritik, saran mohon dituliskan pada kolom yang telah disediakan dan apabila tidak mencukupi mohon ditulis pada kertas tambahan yang telah disediakan

No	Klasifikasi	Kategori			
		TS	CS	S	SS
1	Tingkat kesulitan model latihan sesuai dengan karakter siswa SD				
2	Sarana dan prasarana yang digunakan mudah didapat dan dibuat				
3	Persiapan tidak memerlukan waktu yang lama				
4	Persiapan bagi siswa juga tidak sulit				
5	Model mudah diterapkan				
6	Model tidak memerlukan fasilitas yang banyak				
7	Model efektif untuk anak sekolah dasar				
8	Kemampuan siswa dalam passing dan smash semakin baik				
9	Karakter model seperti bermain				
10	Metode latihan sesuai dengan anak kelas IV, V dan VI				
11	Jumlah jam latihan sesuai dengan silabus				
12	Pelaksanaan latihan fleksibel				

Singaraja,

Guru,

.....

NIP

TES KINERJA

Petunjuk

1. Dengarlah aba-aba dari guru.
2. Siswa mulai melakukan gerakan setelah peluit dibunyikan
3. Setelah melakukan gerakan siswa kembali ke barisan

Soal

Lakukanlah gerakan passing atas, passing bawah dan smash dengan baik!



RUBRIK PENILAIAN

No	Deskriptor	Skor				
	<p>Bagaimana langkah-langkah <i>passing</i> atas bolavoli?</p> <p>1. Sikap Awal</p> <p>a. Kedua kaki berdiri dibuka selebar bahu, berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan, lutut ditekuk 45° dengan posisi badan merendah.</p>					
	<p>a. Angkat kedua tangan kedepan atas kepala lebih tinggi dari dahi, jari tangan terbuka dan kedua ibu jari saling berdekatan.</p>					
	<p>b. Kedua siku menghadap ke depan, tekuk pangkal telapak tangan kebelakang, Jari-jari tangan terbuka lebar membentuk cekungan seperti setengah lingkaran atau menyerupai mangkuk.</p>					
	<p>2. Sikap Pelaksanaan</p> <p>a. Pada saat bola berada di atas depan dahi lengan diluruskan dengan gerakan agak eksplosif untuk mendorong.</p>					
	<p>b. Perkenaan bola pada bagian ibu jari, telunjuk dan permukaan jari-jari ruas pertama dan kedua, yang dominan mendorong bola adalah ibu jari, jari telunjuk dan jari tengah</p>					
	<p>c. Saat perkenaan dengan bola, jari-jari agak ditegangkan, kemudian diikuti dengan gerakan pergelangan tangan agar bola dapat memantul dengan baik.</p>					
	<p>3. Sikap Akhir</p> <p>a. Memindahkan berat badan ke depan dengan melangkahkkan kaki belakang ke depan.</p>					
	<p>b. Setelah bola memantul dengan baik, lanjutkan dengan meluruskan lengan ke depan atas sebagai suatu gerakan lanjutan.</p>					
	<p>c. Pandangan mengikuti arah bola.</p>					
	<p>Bagaimana langkah-langkah <i>Passing</i> bawah bolavoli ?</p>					

	1. Sikap Awal					
	a. Ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus.					
	b. Berat badan menumpu pada telapak kaki bagian depan untuk mendapatkan suatu keseimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah.					
	b. Kedua tangan saling berpegangan yaitu: punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan.					
	2. Sikap Pelaksanaan					
	a. Ayunkan kedua lengan ke arah bola, dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku betul-betul dalam keadaan lurus.					
	b. Perkenaan bola pada bagian dari lengan, di atas dari pergelangan tangan.					
	c. Pada waktu lengan membentuk sudut sekitar 45° dengan badan, lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus.					
	3. Sikap Akhir					
	a. Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali.					
	b. Ayunan lengan ke depan untuk <i>passing</i> bawah ke depan tidak melebihi sudut 45° dengan bahu depan.					
	c. Pandangan mengikuti arah bola.					

Keterangan:

Nilai Keterampilan Gerak :

- Dihitung skor **5** = **Sangat Baik**
- Dihitung skor **4** = **Baik**
- Dihitung skor **3** = **Cukup**

- Dihitung skor 2 = **Kurang**
- Dihitung skor 1 = **Sangat Kuran**

Lampiran 2 Uji Validitas Model Pelatihan

No	Butir	Ahli 1	Ahli 2	Rata-Rata
1	Butir 1	4	4	3,75
2	Butir 2	4	3	
3	Butir 3	4	4	
4	Butir 4	4	4	
5	Butir 5	3	3	
6	Butir 6	4	4	
7	Butir 7	4	4	3,75
8	Butir 8	4	4	
9	Butir 9	3	4	
10	Butir 10	4	3	
11	Butir 11	4	4	3,8888889
12	Butir 12	4	4	
13	Butir 13	4	4	
14	Butir 14	3	3	
15	Butir 15	4	4	
16	Butir 16	4	4	
17	Butir 17	4	4	
18	Butir 18	4	4	
19	Butir 19	4	4	
	Total	73	72	
	Rata-rata	3,842105	3,789474	
	Rata-rata total	3,815789		

Lampiran 3 Uji Validitas Media

No	Butir	Ahli 1	Ahli 2	Rata-Rata
1	Butir 1	4	4	3,944444444
2	Butir 2	4	4	
3	Butir 3	4	4	
4	Butir 4	4	4	
5	Butir 5	4	4	
6	Butir 6	4	4	
7	Butir 7	4	4	3,9
8	Butir 8	3	4	
9	Butir 9	4	4	
10	Butir 10	4	4	3,88888889
11	Butir 11	4	4	
12	Butir 12	4	4	
13	Butir 13	4	4	
14	Butir 14	4	4	
15	Butir 15	4	4	
16	Butir 16	4	4	
17	Butir 17	4	4	
18	Butir 18	3	3	
19	Butir 19	4	4	
Total		74	75	
Rata-rata		3,894737	3,947368	
Rata-Rata Total		3,921053		

Lampiran 4 Uji Kepraktisan

No	Butir	Ahli 1	Ahli 2	Rata-Rata
1	Butir 1	4	4	4
2	Butir 2	4	4	
3	Butir 3	4	4	
4	Butir 4	4	4	
5	Butir 5	4	4	4
6	Butir 6	4	4	
7	Butir 7	4	4	
8	Butir 8	4	4	
9	Butir 9	4	4	3,875
10	Butir 10	4	4	
11	Butir 11	4	4	
12	Butir 12	3	4	
Total		47	48	
Rata-Rata		3,916667	4	
Rata-Rata Total		3,958333		



Lampiran 5 Uji Coba Skala Kecil

Siswa	Passing Atas	Passing Bawah	Smash	Rata-Rata	Status
Siswa 1	80	75	80	78,33	Tuntas
Siswa 2	75	75	80	76,67	Tuntas
Siswa 3	85	80	80	81,67	Tuntas
Siswa 4	75	75	75	75,00	Tuntas
Siswa 5	80	80	75	78,33	Tuntas
Siswa 6	90	85	85	86,67	Tuntas
Siswa 7	75	75	80	76,67	Tuntas
Siswa 8	75	75	80	76,67	Tuntas
Siswa 9	90	80	80	83,33	Tuntas
Siswa 10	80	80	75	78,33	Tuntas
Total	805,00	780,00	790,00	791,67	10
Rata-Rata	80,5	78	79	79,17	100%



Lampiran 6 Uji Coba Skala Besar

No	Siswa	Passing Atas	Passing Bawah	Smash	Rata-Rata	Status
1	Siswa 1	75	75	80	76,67	Tuntas
2	Siswa 2	80	75	70	75,00	Tuntas
3	Siswa 3	75	80	65	73,33	Tidak Tuntas
4	Siswa 4	75	80	75	76,67	Tuntas
5	Siswa 5	80	75	60	71,67	Tidak Tuntas
6	Siswa 6	80	70	75	75,00	Tuntas
7	Siswa 7	85	80	75	80,00	Tuntas
8	Siswa 8	90	80	80	83,33	Tuntas
9	Siswa 9	70	75	80	75,00	Tuntas
10	Siswa 10	75	65	70	70,00	Tidak Tuntas
11	Siswa 11	80	80	80	80,00	Tuntas
12	Siswa 12	60	80	85	75,00	Tuntas
13	Siswa 13	80	85	80	81,67	Tuntas
14	Siswa 14	75	75	75	75,00	Tuntas
15	Siswa 15	80	80	75	78,33	Tuntas
16	Siswa 16	90	85	80	85,00	Tuntas
17	Siswa 17	75	75	85	78,33	Tuntas
18	Siswa 18	80	75	80	78,33	Tuntas
19	Siswa 19	85	80	80	81,67	Tuntas
20	Siswa 20	80	75	85	80,00	Tuntas
	Total	1570	1545	1535	1550,00	16
	Rata-Rata	78,5	77,25	76,75	77,50	85
	Persentase	95	90	80		

Lampiran 7 Foto-Foto Kegiatan







DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Agus Mahardika lahir di Denpasar, pada tanggal 19 Maret 1995. Penulis anak pertama dari pasangan suami istri Bapak I Wayan Sadia dan ibu Ni Wayan Sulasih. Penulis berkebangsaan Indonesia dan beragama Hindu. Saat ini Penulis bertempat di Jalan Tukad Citarum Gang VII I No. 06, Desa Renon, Kecamatan Denpasar Selatan, Kotamadya Denpasar, Provinsi Bali.

Penulis pertama kali masuk pendidikan formal di SD Negeri 11 Sumarta dan tamat tahun 2007. Pada tahun yang sama Penulis melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 9 Denpasar dan tamat tahun 2010. Setelah tamat di SMP Penulis melanjutkan pendidikan di SMA Negeri 2 Denpasar dan tamat tahun 2013 dan pada tahun yang sama Penulis diterima di Fakultas Olahraga dan Kesehatan UNDIKSHA Singaraja dan tamat tahun 2017. Pada tahun 2018 Penulis mulai mengajar di SD LAB UNDIKSHA, Kecamatan Buleleng, Kabupaten Buleleng dan pada tahun 2019 Penulis pindah ke SD Negeri 3 Ambengan, Kecamatan Sukasada, Kabupaten Buleleng sampai sekarang. Pada Tahun 2017 Penulis menempuh pendidikan program Pascasarjana di Universitas Ganesha di Singaraja dengan mengambil jurusan Pendidikan Olahraga (PENDOR) tahun akademik 2017/2018.