

PENGEMBANGAN MODEL LATIHAN SERVIS REGU BERBASIS VARIASI SASARAN DALAM PERMAINAN SEPAKTAKRAW

Gelvin Usman¹, Hartono Hadjarati², Edy Dharma Putra Duhe³, Meri Haryani⁴

^{1,2,3,4}PKO FOK Universitas Negeri Gorontalo

¹reinusman123@gmail.com, ²hartonohadjarati@ung.ac.id,

³edhydharma@ung.ac.id, ⁴meriharyani22@ung.ac.id

ABSTRACT

This study aims to develop a team service training model based on target variation and to evaluate its validity. This Research and Development (R&D) study used the Four-D Model, consisting of the Define, Design, Development, and Disseminate stages. Data were collected using expert-validated questionnaires, with athletes from the Keris Sakti Sepak Takraw Club as the subjects. The collected data were analyzed using a Likert scale. The findings revealed that, according to the subject-matter experts' evaluation, the team service training model based on target variation achieved an average validation score of 89%, which was classified as very good. Furthermore, the media experts' evaluation indicated an average validation score of 85%, also categorized as very good. These results demonstrate that the developed team service training model based on target variation is highly valid and suitable for implementation in sepak takraw training programs.

Keywords: Service, Team Service, Target Variation, Sepak Takraw.

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran serta menguji validitas dari model tersebut. Jenis penelitian ini adalah penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dengan model pengembangan yaitu *Four-D Model (Define, Design, Development, Disseminate)*. Subjek penelitian adalah atlet sepak takraw klub Keris Sakti. Instrumen uji validitas model latihan yang digunakan yaitu angket validasi untuk para ahli. Analisis data menggunakan skala *Likert*. Hasil penelitian menunjukkan penilaian ahli materi terkait model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran secara keseluruhan memiliki rata-rata jumlah presentase 89% dengan kategori kuantitas sangat baik. Berikutnya, berdasarkan penilaian ahli media, model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran secara keseluruhan memiliki rata-rata jumlah presentase 85% dengan kategori sangat baik. Dengan demikian, model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran layak diterapkan dalam proses latihan.

Kata Kunci: Servis, Beregu, Variasi Sasaran, Sepak Takraw

A. Pendahuluan

Permainan sepak takraw adalah permainan yang menampilkan gerakan-gerakan demonstratif sehingga cukup menarik bagi para pemain maupun penonton. Menurut Yogi Saputra (2019) dalam (Ariyanto & Antoni, 2023) menyatakan bahwa “sepak takraw merupakan suatu permainan yang menggunakan bola (takraw) yang terbuat dari rotan dimainkan diatas lapangan yang berukuran 13,40 m, dan lebar 6,10 m”. Pertandingan sepak takraw terdiri dari beragam nomor seperti: dari tim beregu, tim double event, beregu (inter regu), double event, quadrant. Nomor beregu sangat bergengsi di kanca nasional maupun di internasional karena berbeda dengan nomor double event dan quadrant event dari segi jumlah pemain maupun tata cara pelaksanaan sepak mula (servis). Pemain beregu berjumlah 6 (lima) orang yang terdiri dari 3 (tiga) orang pemain inti dan 2 (dua) orang pemain cadangan. Pemain beregu berjumlah 5 (lima) orang yang terdiri dari 3 (tiga) orang pemain inti dan 2 (dua) orang pemain cadangan. Tata cara pelaksanaan sepak mula (servis) dalam permainan beregu dilakukan di dalam

lingkaran tekong dengan ketentuan saat kaki memukul bola, kaki tumpuan tidak boleh keluar dari garis lingkaran.

Menurut Diki Ismanto (2019:17) servis merupakan gerakan yang dilakukan pada awal pertandingan. Servis dilakukan oleh pemain yang disebut tekong. Servis yang baik memungkinkan tim memperoleh *point*. Tata cara pelaksanaan sepak mula (servis) dalam permainan beregu dilakukan di dalam lingkaran tekong. Menurut Yogi (2017:4) Melakukan servis dengan baik harus melalui latihan yang disiplin dan terprogram agar mendapatkan hasil servis yang maksimal. Tujuan dari servis itu hendaklah diarahkan pada perusak permainan atau pertahanan lawan sehingga bisa mengatur serangan-serangan yang baik dan menyebabkan pihak lawan kacau balau. Untuk itu servis hendaklah dibuat dengan berbagai cara agar dapat memporak-porandakan atau mengecoh lawan terutama tentang sasaran servis yang baik, yakni tempat-tempat di mana permainannya lemah dan sukar menerima servis.

Berdasarkan observasi awal saat proses latihan, terlihat kemampuan servis pada atlet sepak takraw masih kurang baik dan

maksimal, dimana peletakan bola yang diarahkan oleh pelatih hanya sebatas masuk saja tanpa menargetkan sasaran bola harus diarahkan ke area yang mana. Seorang tekong hanya diminta untuk memukul bola servis hingga menyebrang net tanpa memikirkan bola tersebut harus ditempatkan di area lapangan lawan yang berpeluang untuk mematikan bola. Selain itu, kecepatan ayunan kaki saat memukul bola masih kurang yang menyebabkan *impact* kaki dengan bola tidak tepat, sehingga menyebabkan bola servis yang dihasilkan masih sering tidak melewati net dan bahkan keluar dari lapangan lawan (*out ball*). Jika hal ini terus dibiasakan dilakukan saat latihan maka akan berdampak pada performa atlet saat pertandingan nanti, dimana bola servis yang dihasilkan dapat dengan mudah diantisipasi lawan, sulit memgecoh pertahanan lawan, serta dapat memberi peluang besar bagi lawan dalam memperoleh poin. Hal tersebut di atas didukung oleh hasil wawancara dengan pelatih yang menyebutkan bahwa model latihan yang diberikan kepada atlet masih menggunakan metode *drill* yang sangat dasar. Akibatnya,

perkembangan keterampilan masing-masing atlet belum mengalami peningkatan yang signifikan.

Dari permasalahan di atas, perlu adanya perbaikan model latihan yakni model latihan servis regu berbasis variasi sasaran untuk memperbaiki kemampuan servis regu atlet sepak takraw di Gorontalo agar dapat meningkatkan performa saat pertandingan sehingga memiliki peluang besar dalam memenangkan pertandingan. Adapun variasi model latihan yang ditawarkan untuk menjadi solusi dari permasalahan tersebut terdapat 9 variasi model latihan yaitu model latihan servis individual yang dapat meningkatkan konsistensi servis, model latihan servis berpasangan yang juga dapat meningkatkan kualitas servis dalam situasi yang lebih mendekati kondisi pertandingan, dan model latihan servis menggunakan *kick pad* yang dapat meningkatkan kecepatan ayunan kaki saat servis. Masing-masing model memiliki 3 sasaran penempatan bola yaitu di kaki kanan *smesher*, depan net, dan kaki kiri *feeder*.

B. Metode Penelitian

Jenis penelitian ini merupakan penelitian dan pengembangan (*Reasearch and Devolopmen*). Model pengembangan yang digunakan adalah 4-D Model (*Define, Design, Development, Disseminate*). Subyek dalam penelitian ini adalah atlet sepak takraw klub Keris Sakti. Berikutnya, instrumen yang digunakan dalam pengambilan data yaitu dengan menggunakan angket validasi. Teknik Analisis data menggunakan skala *Likert*.

C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan penilaian ahli materi terkait model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran secara keseluruhan memiliki rata-rata jumlah presentase 89% dengan kategori kultatitas sangat baik. Berikutnya, berdasarkan penilaian ahli media, model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran secara keseluruhan memiliki rata-rata jumlah presentase 85% dengan kategori sangat baik. Dengan demikian, model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran layak idterapkan dalam proses latihan

Produk model latihan yang dihasilkan bertujuan untuk

meningkatkan akurasi servis untuk atlet sepak takraw di klub Keris Sakti. Model ini juga di sediakan buku panduan terkait prosedur pelaksanaan model latihan tersebut. Model latihan ini dikembangkan untuk menyediakan variasi latihan yang menarik dan tidak monoton, membantu pelatih dalam proses penerapan program latihan servis yang terstruktur serta meningkatkan kualitas performa atlet sepak takraw khususnya pada akurasi servis yang diberikan saat bertanding.

Model latihan ini dirancang berdasarkan masukan dan saran dari orang-orang yang sudah ahli dalam bidang sepak takraw sehingga menghasilkan model latihan servis beregu dengan variasi sasaran yang dapat membantu meningkatkan akurasi servis atlet sepak takraw. Model latihan yang dikembangkan dibuat dengan variasi sasaran agar seorang tekong mampu dengan mudah menempatkan bola servis ke area lawan yang memiliki peluang tidak dapat diantisipasi dengan baik.

Kevalidan model latihan servis beregu dengan variasi sasaran dalam meningkatkan akurasi servis telah divalidasi oleh ahli materi dan ahli media untuk menilai validitas model

latihan tersebut. Para ahli yang ditunjuk menjadi validator yaitu 2 ahli materi yang merupakan pelatih dan dosen cabang olahraga sepak takraw, berikutnya 1 orang ahli media yang merupakan seorang dosen yang sudah banyak menciptakan buku panduan.

D. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan, penilaian ahli materi terkait model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran secara keseluruhan memiliki rata-rata jumlah presentase 89% dengan kategori kualitas sangat baik. Berikutnya, berdasarkan penilaian ahli media, model latihan servis beregu berbasis variasi sasaran secara keseluruhan memiliki rata-rata jumlah presentase 85% dengan kategori sangat baik. dengan aspek penilaian ahli dengan kategori sangat baik, Model latihan ini membantu pelatih dalam proses penerapan program latihan servis yang terstruktur, menyediakan variasi latihan yang menarik dan tidak monoton dan meningkatkan kualitas performa atlet sepak takraw khususnya pada akurasi servis yang diberikan saat bertanding.

DAFTAR PUSTAKA

1. Achmad Sofyan Hanif.(2015). Sepak Takraw Untuk Pelajar.Jakarta. Kharisma Putra Utama Offse.
2. Ariyanto, B., Antoni, P., & Andriansyah, A. (2023). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai Dan Kelentukan Otot Tungkai Dengan Keterampilan Servis Atas Sepak Takraw. *Jurnal Olahraga Indragiri*, 7(2), 177-186.
3. Eduscience, J. (2022). *Hubungan Power Otot Tungkai Dengan Kemampuan Servis Atas Permainan Sepak Takraw* 1. 9(1), 204–213.
4. Hanif, A.S., Bulqini, A., & Hakim, A.A. (2016). Buku Ajar Sepak Takraw. Universitas Pgri Adi Buana Surabaya. Adi Buana University Press.
5. Irawan, F. A. (2023). Tes Keberhasilan Servis Atas Pada Sepak Takraw. *Journal Of Sport Coaching And Physical Education*, 8(1), 1-7.
6. Marpaung, Hakim I. (2020). *Pengaruh Model Latihan Servis Dan Panjang Tungkai Terhadap Kemampuan Ketepatan Servis Punggung Pada Atlet Remaja Putra Sepak Takraw Club PSTI Sleman Dan PSTI Bantul*. Universitas Negeri Yogyakarta.
7. Phalsing, C., Ketkan, P., Phommo, N., Chommon, P., Phalsing, A., Saetang, S., & Pooboonim, W. (2022). *Analysis Of Scoring Skills Of Women's International Hoop Takraw In The 47th National Games, Sisaket Games*. *Journal Of Education*

- Rajabhat Maha Sarakham University*. 18(3).
8. Sebelas, S., & Sumedang, A. (2020). *Volume 3 No 1 Tahun 2020 Model Latihan Servis Tipuan (Trick Service) Sepak Takraw Pemula*. 3(1), 51–72.
 9. Sya'ban1, A., & Heru Syarli Lesmana2. (2020). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Dan Teknik Khusus Permainan Sepaktakraw Atlet Putri (Ambacang Takraw Klub). *Jurnal Patriot*, 3(1), 26–37
 10. Wulandari, D. A. R., & Irsyada, M. (2019). Analisis Gerak Servis Atas Sepak Takraw Pada Atlet Putra Di Sma Negeri Olahraga Sidoarjo. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(4).