

**KEMAMPUAN PELATIH DALAM MENGEVALUASI TEKNIK *PASSING*
BAWAH DI KLUB BOLA VOLI SE-KABUPATEN SLEMAN**

TUGAS AKHIR SKRIPSI

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana
Pendidikan



Oleh:
Abidur Rohman
11602241028

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA
2018**

PERSETUJUAN

Tugas Akhir Skripsi dengan Judul

KEMAMPUAN PELATIH DALAM MENGEVALUASI TEKNIK *PASSING* BAWAH DI KLUB BOLA VOLI SE-KABUPATEN SLEMAN

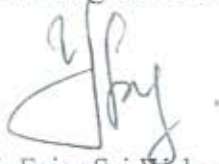
Disusun Oleh:

Abidur Rohman
11602241028

telah memenuhi syarat dan disetujui oleh Dosen Pembimbing untuk dilaksanakan
Ujian Akhir Tugas Akhir Skripsi bagi yang bersangkutan.

Yogyakarta, Juli 2018

Mengetahui,
Ketua Program Studi



CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or.
NIP. 19711229 200003 2 001

Disetujui,
Dosen Pembimbing,



Prof. Dr. Siswantoyo, M.Kes.
NIP. 19720310 199903 1 002

SURAT PERNYATAAN

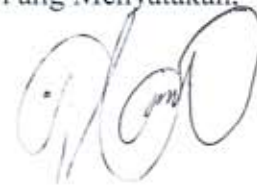
Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Abidur Rohman
NIM : 11602241028
Program Studi : Pendidikan Keperawatan
Judul TAS : Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik
Passing Bawah di Klub Bola Voli Se-Kabupaten
Sleman

menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri *). Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang ditulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang telah lazim.

Yogyakarta, Juli 2018

Yang Menyatakan,



Abidur Rohman
11602241028

HALAMAN PENGESAHAN

Tugas Akhir Skripsi




KEMAMPUAN PELATIH DALAM MENGEVALUASI TEKNIK *PASSING* BAWAH DI KLUB BOLA VOLI SE-KABUPATEN SLEMAN

Disusun Oleh:

Abidur Rohman
11602241028

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji Tugas Akhir Skripsi Program
Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Universitas Negeri Yogyakarta

Pada tanggal 26 Juli 2018

TIM PENGUJI		
Nama/Jabatan	Tanda Tangan	Tanggal
Prof. Dr. Siswantoyo, M.Kes. AIFO Ketua Penguji/Pembimbing		13-08-2018
Danang Wicaksono, M.Or. Sekretaris		1-08-2018
Dr. OR. Mansur, M.S. Penguji		30-07-2018

Yogyakarta, Agustus 2018
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta
Dekan,



Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed
NIP. 19640707 198812 1 001

MOTTO

1. Sabar bukan tentang berapa lama kau bisa menunggu, melainkan tentang bagaimana perilakumu saat menunggu (Muhammad Akbar).
2. Menyia-nyiakan waktu lebih buruk dari kematian. Karena kematian memisahkanmu dari dunia sementara menyia-nyiakan waktu memisahkanmu dari Allah (Imam bin Al Qayim)

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah, segala puji syukur bagi Allah SWT Tuhan semesta alam, Engkau berikan berkah dari buah kesabaran dan keikhlasan dalam mengerjakan Tugas Akhir Skripsi ini sehingga dapat selesai tepat pada waktunya. Karya ini saya persembahkan kepada:

1. Kedua orang tua saya Bapak Idham dan Ibu Maryati yang sangat saya sayangi, yang selalu mendukung dan mendoakan setiap langkah saya sebagai anaknya.
2. Kakak saya Lana Sari S.Farm. yang selalu mendoakan, memotivasi serta mendoakan saya sehingga Tugas Akhir Skripsi ini terselesaikan.

KEMAMPUAN PELATIH DALAM MENGEVALUASI TEKNIK *PASSING* BAWAH DI KLUB BOLA VOLI SE-KABUPATEN SLEMAN

Oleh:
Abidur Rohman
11602241028

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Metode yang digunakan adalah survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi teknik *passing* bawah bola voli yang terdiri atas fase persiapan, pelaksanaan, dan *follow trough* . Populasi dalam penelitian ini adalah pelatih klub bola voli se- Kabupaten Sleman yang berjumlah lima klub, yaitu Yuso Sleman, Pervas, Mutiara, Sleman United, Spirit yang berjumlah 16 pelatih. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *purposive sampling*. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) bersedia menjadi sampel penelitian dan (2) hadir pada saat pengambilan data. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 11 pelatih. Analisis data menggunakan analisis deskriptif yang dituangkan dalam bentuk persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berada pada kategori “kurang” sebesar 9,09% (1 orang), “cukup” sebesar 54,55% (6 orang), dan “baik” sebesar 36,36% (4 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 8,91, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman dalam kategori “cukup”.

Kata kunci: kemampuan pelatih, mengevaluasi, *passing* bawah

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas berkat rahmat dan karunia-Nya, Tugas Akhir Skripsi dalam rangka untuk memenuhi sebagian persyaratan untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan dengan judul “Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli Se-Kabupaten Sleman“ dapat disusun sesuai dengan harapan. Tugas Akhir Skripsi ini dapat diselesaikan tidak lepas dari bantuan dan kerjasama dengan pihak lain. Berkenaan dengan hal tersebut, penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Prof. Dr. Siswantoyo, M.Kes., selaku Dosen Pembimbing Tugas Akhir Skripsi yang telah banyak memberikan semangat, dorongan, dan bimbingan selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.
2. Ketua Penguji, Sekretaris, dan Penguji yang sudah memberikan koreksi perbaikan secara komprehensif terhadap Tugas Akhir Skripsi ini.
3. CH. Fajar Sri Wahyuniati, M.Or., selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga beserta dosen dan staf yang telah memberikan bantuan dan fasilitas selama proses penyusunan pra proposal sampai dengan selesainya Tugas Akhir Skripsi ini.
4. Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed., selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang memberikan persetujuan pelaksanaan Tugas Akhir Skripsi.
5. Pelatih di Klub Bola Voli Se-Kabupaten Sleman, yang telah memberi ijin dan bantuan dalam pelaksanaan penelitian Tugas Akhir Skripsi ini.
6. Teman-teman seperjuangan yang telah mendukung saya dan berbagi ilmu serta nasihat dalam menyelesaikan tugas skripsi.
7. Semua pihak, secara langsung maupun tidak langsung, yang tidak dapat disebutkan di sini atas bantuan dan perhatiannya selama penyusunan Tugas Akhir Skripsi ini.

Akhirnya, semoga segala bantuan yang telah berikan semua pihak di atas menjadi amalan yang bermanfaat dan mendapatkan balasan dari Allah

SWT/Tuhan Yang Maha Esa*) dan Tugas Akhir Skripsi ini menjadi informasi bermanfaat bagi pembaca atau pihak lain yang membutuhkannya.

Yogyakarta, Juli 2018
Penulis,

Abidur Rohman
11602241028

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
HALAMAN MOTTO	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah	6
C. Batasan Masalah.....	6
D. Rumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian.....	7
F. Manfaat Penelitian.....	7
BAB II. KAJIAN PUSTAKA	
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Permainan Bola Voli.....	9
2. Hakikat Teknik <i>Passing</i> Bawah Bola Voli.....	18
3. Hakikat Pelatih	24
4. Hakikat Evaluasi.....	36
B. Penelitian yang Relevan	41
C. Kerangka Berpikir	42
BAB III. METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	44
B. Tempat dan Waktu Penelitian	44
C. Definisi Operasional Variabel.....	44
D. Populasi dan Sampel Penelitian	45
E. Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	46
F. Teknik Analisis Data	47
BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian	48
1. Fase Persiapan	50
2. Fase Pelaksanaan	51

3. Fase <i>Follow Through</i>	53
B. Pembahasan	55
C. Keterbatasan Penelitian	56
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	58
B. Implikasi.....	58
C. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60
LAMPIRAN	63

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Lapangan Bola Voli	11
Gambar 2. Net Bola Voli	12
Gambar 3. Antena	13
Gambar 4. Bola	14
Gambar 5. Teknik <i>Passing</i> Bawah.....	20
Gambar 6. Fase Persiapan.....	21
Gambar 7. Fase Pelaksanaan.....	21
Gambar 8. Gerak Lanjutan.....	22
Gambar 9. Ilmu-Ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan.....	32
Gambar 10. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik <i>Passing</i> Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman.....	49
Gambar 11. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik <i>Passing</i> Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman Fase Persiapan.....	51
Gambar 12. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik <i>Passing</i> Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman Fase Pelaksanaan.....	52
Gambar 13. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik <i>Passing</i> Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman Fase <i>Follow Through</i>	54

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. Sampel Penelitian	45
Tabel 2. Lembar Penilaian Tes Unjuk Kerja Teknik <i>Passing</i> Bawah Bola Voli	46
Tabel 3. Norma Penilaian	47
Tabel 4. Deskriptif Statistik	48
Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik <i>Passing</i> Bawah di Klub Bola Voli se-Kabupaten Sleman	49
Tabel 6. Deskriptif Statistik Fase Persiapan	50
Tabel 7. Distribusi Frekuensi Fase Persiapan	50
Tabel 8. Deskriptif Statistik Fase Pelaksanaan	52
Tabel 9. Distribusi Frekuensi Fase Pelaksanaan	52
Tabel 10. Deskriptif Statistik Fase <i>Follow Through</i>	53
Tabel 11. Distribusi Frekuensi Fase <i>Follow Through</i>	54

DAFTAR LAMPIRAN

		Halaman
Lampiran 1.	Surat Izin Penelitian dari Fakultas	64
Lampiran 2.	Hasil Penelitian dari Pelatih	65
Lampiran 3.	Rangkuman Data Penelitian.....	71
Lampiran 4.	Deskriptif Statistik	72
Lampiran 5.	Dokumentasi	75

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli adalah permainan yang dimainkan oleh dua tim dalam satu lapangan dan dipisahkan sebuah net. Terdapat versi berbeda tentang jumlah pemain, jenis/ukuran lapangan, angka kemenangan yang digunakan, untuk keperluan tertentu. Namun pada hakikatnya permainan bola voli bermaksud menyebar luaskan kemahiran bermain kepada setiap orang yang meminatinya. Permainan bola voli cukup dikenal di Indonesia. Bola voli dimainkan oleh dua regu, tiap regu terdiri dari enam pemain dan berusaha menempatkan bola di daerah lawan agar mendapatkan angka (*point*). Regu pertama mencapai angka 25 adalah regu yang menang. Tujuan dari permainan adalah melewatkan bola diatas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan *block*).

Teknik dalam permainan bola voli sangat perlu untuk dikuasai bagi orang-orang yang gemar memainkan olahraga yang satu ini. Penguasaan teknik dasar akan mempengaruhi pola permainan seseorang serta menjadi tolak ukur dalam meningkatkan kemampuan bermain bola voli. Meskipun lumayan sulit untuk menguasai teknik dasar bola voli secara keseluruhan bagi pemula, namun jika disertai latihan yang rutin dan sungguh-sungguh pastinya lambat laun dapat menguasai teknik-teknik dasar permainan bola voli secara keseluruhan. Teknik dalam permainan bola voli dapat diartikan sebagai cara memainkan bola secara

efisien dan efektif sesuai dengan peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai suatu hasil yang optimal.

Teknik dasar dalam permainan bola voli yang harus ditingkatkan keterampilannya antara lain: *passing* bawah, *passing* atas, *smash*, dan *spike* servis, dan bendungan (*block*). Permainan bola voli, menuntut para pemain menguasai semua teknik-teknik yang ada. Menurut Suhadi & Sujarwo (2009: 29) dalam permainan bola voli paling tidak ada 6 teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap orang yang akan bermain bola voli. Berikut adalah keenam teknik dasar yang ada di dalam permainan bola voli tersebut: (a) servis, (b) *passing* bawah, (c) *passing* atas, (d) *smash*, (e) *blok*, (f) *sliding*. Setiap cabang olahraga memiliki teknik dan taktik tersendiri, demikian pula cabang olahraga bola voli. Salah satu teknik dasar permainan bola voli adalah *passing* bawah. Teknik *passing* bawah merupakan teknik yang paling dasar dari sekian teknik dasar yang ada, oleh karena itu penting diberikan sebab merupakan salah satu faktor penentu keberhasilan permainan. *Passing* pada dasarnya merupakan kunci dasar dalam permainan bola voli, maka *passing* mutlak untuk dikuasai oleh semua pemain. Penguasaan teknik dasar secara sempurna dapat dicapai dengan melakukan latihan-latihan kontinyu dan menggunakan metode latihan yang baik.

Menurut Vierra & Ferguson (2000: 19) bahwa, “Operan lengan depan lurus harus dilakukan dengan baik jika ingin tim anda memperoleh kesuksesan, teknik ini merupakan awal dari sebuah penyerangan“. Menurut Suhadi & Sujarwo (2009: 34-35) *passing* bawah yaitu suatu teknik menerima bola dengan menggunakan kedua tangan. Perkenaan pada ruas tangan di atas pergelangan

tangan ke atas sampai dengan siku. Teknik *passing* bawah ini sering digunakan untuk menerima bola dari servis lawan. Kesulitan yang sering dihadapi oleh pemain dalam penguasaan teknik ini adalah malasnya atlet untuk latihan *passing* bawah karena secara psikis tidak menarik dan tidak sabar dalam berlatih teknik ini. Akibatnya sering terjadi kegagalan tim-tim dalam suatu pertandingan dipengaruhi sangat besar oleh sumbangan *passing* bawah/*recive service* tersebut.

Berdasarkan hal di atas, menunjukkan bahwa teknik *passing* bawah sangat perlu untuk dikuasai oleh pemain bola voli. Teknik *passing* bawah juga sangat menentukan dalam pertandingan, seperti yang dikemukakan oleh I M G Arta Mahardika, Marhaeni, & Widiartini (2015: 3) pada permainan bola voli persentase penggunaan *passing* sangat tinggi yaitu kurang lebih 80% ketika permainan berlangsung. Pada saat permainan berlangsung terdapat tiga kali sentuhan, dua kali sentuhan di antaranya pasti menggunakan *passing* dan satu kali pukulan/*smash* untuk melakukan serangan ke lawan. Agar penguasaan teknik dasar dasar bisa dikuasai secara sempurna maka sangat diperlukan latihan-latihan kontinyu yaitu dengan memperdalam pelatihan *passing* itu sendiri dengan lebih memvariasikan model latihan yang nantinya akan berpengaruh pada peningkatan kecakapan *passing* bawah dalam permainan bola voli.

Di kabupaten Sleman ada beberapa klub bola voli yang masih aktif diantaranya yaitu Yuso Sleman, Pervas, Mutiara, Sleman United. Masing-masing klub diatas sampai saat ini masih aktif dalam pembibitan, pemasalan serta aktif mengikuti kejuaraan yang diadakan di Kabupaten Sleman maupun di Daerah Istimewa Yogyakarta. Dalam upaya meningkatkan keterampilan atlet dan

mempertahankan prestasi olahraga di Yogyakarta khususnya di kabupaten Sleman, maka upaya tersebut tidak terlepas dari sumber daya manusia yang menjadikan objek tersebut berkembang. Obyek yang dimaksud adalah atlet dan pelatih. Pelatih merupakan ujung tombak dalam upaya menunjang keberhasilan prestasi olahragawan. Agar atlet mencapai prestasi dengan baik, maka pelatih harus menguasai teori dan metodologi latihan atau prinsip-prinsip melatih, proses latihan di masing-masing klub tentunya berbeda, bekal dasar ilmu melatih tersebut merupakan landasan yang berpedoman pada pembinaan dan peningkatan kondisi fisik, beban latihan, meningkatkan keterampilan, teknik, taktik, strategi, tes, dan pengukuran.

Dalam dunia kepelatihan, akan diketahui bahwa setiap jenis atau bentuk latihan pada waktu-waktu tertentu selama satu periode latihan selalu mengadakan evaluasi. Artinya pada waktu-waktu tertentu selama satu periode latihan selalu mengadakan penilaian terhadap hasil yang telah dicapai, baik oleh pihak terdidik maupun oleh pendidik. Demikian pula dalam satu kali proses latihan, pelatih hendaknya menjadi seorang evaluator yang baik. Kegiatan ini dimaksudkan untuk mengetahui apakah tujuan yang telah dirumuskan itu tercapai atau belum, dan apakah materi latihan diajarkan sudah tepat. Semua pertanyaan tersebut akan dapat dijawab melalui kegiatan evaluasi atau penilaian. Pelatih dapat mengetahui apakah proses belajar yang dilakukan cukup efektif memberikan hasil yang baik dan memuaskan atau sebaliknya. Jadi jelaslah bahwa pelatih hendaknya mampu dan terampil melaksanakan evaluasi dan penilaian, karena dengan evaluasi dan

penelitian tersebut pelatih dapat mengetahui keberhasilan yang dicapai oleh atlet setelah ia melaksanakan proses latihan.

Dalam fungsinya sebagai penilai hasil latihan, pelatih hendaknya terus menerus mengikuti hasil latihan yang telah dicapai oleh atlet dari waktu ke waktu. Informasi yang diperoleh melalui evaluasi ini merupakan umpan balik (*feed back*) terhadap proses latihan. Umpan balik ini akan dijadikan titik tolak untuk memperbaiki dan meningkatkan proses latihan selanjutnya. Dengan demikian proses latihan akan terus dapat ditingkatkan untuk memperoleh hasil yang optimal. Selama ini belum ada data tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik passing bawah di PBVSI kabupaten Sleman.

Dari beberapa faktor di atas, kunci utama untuk membantu atlet meraih prestasi adalah pelatih yang berkompeten di bidangnya. Pelatih yang ahli dalam bidangnya akan lebih mudah membuat dan menerapkan program latihan untuk membantu atlet meraih prestasi puncak. Pelatih yang berkompeten memiliki jam melatih yang banyak, pernah melatih anak-anak, remaja, junior, dan senior. Pelatih yang berkompeten akan bisa mencetak atlet-atlet yang handal dan bisa berprestasi. Selain itu, pelatih harus bisa mengamati segala kekurangan dan kelebihan dari atletnya baik saat latihan dan maupun saat bertanding. Masih ada pelatih yang melihat hasil akhir dari *passing* bawah bukan dari prosesnya.

Pelatih memiliki tugas yang cukup berat, yakni menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Pelatih yang berkompeten harus mampu melaksanakan tugas yang diembannya dengan baik, seperti yang dikemukakan Thomson (dalam Irianto,

2002: 18), pelatih harus mampu berperan sebagai; guru, pelatih, instruktur, motivator, penegak disiplin, manajer, administrator, agen penerbit, pekerja sosial, teman, ahli ilmu pengetahuan, dan sebagai mahasiswa. Menurut Sukadiyanto (2005: 4-5) syarat pelatih antara lain memiliki: (1) Kemampuan dan keterampilan cabang olahraga yang dibina, (2) Memiliki pengetahuan dan pengalaman di bidangnya, (3) Dedikasi dan komitmen melatih, (4) Memiliki moral dan sikap kepribadian yang baik.

Atas dasar hal di atas, maka peneliti berkeinginan untuk meneliti kajian dengan judul “Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli se-Kabupaten Sleman”

B. Identifikasi Masalah

Setiap penelitian tidak lepas dari suatu permasalahan sehingga perlu kiranya masalah tersebut diteliti dianalisa dan dipecahkan. Dari uraian di atas, permasalahan yang dapat dilihat adalah sebagai berikut:

1. Belum adanya data tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di PBVSI kabupaten Sleman.
2. Masih ada pelatih yang melihat hasil akhir dari *passing* bawah bukan dari prosesnya.
3. Belum diketahui kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se-Kabupaten Sleman.

C. Batasan Masalah

Agar permasalahan tidak terlalu luas, maka dalam penelitian ini perlu adanya pembatasan masalah yang akan diteliti dengan tujuan agar hasil penelitian

lebih terarah. Masalah dalam penelitian ini hanya dibatasi pada kemampuan pelatih dalam mengevaluasi latihan *passing* bawah di klub bola voli se-Kabupaten Sleman.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dirumuskan masalah yang akan diteliti yaitu: “Seberapa baik kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman?”

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah dikemukakan di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se-Kabupaten Sleman.

F. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti dalam penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat ke berbagai pihak baik secara teoretis maupun praktis, manfaat tersebut sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan informasi mengenai kemampuan pelatih dalam mengevaluai teknik dalam permainan bola voli.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pelatih, dapat memberikan wawasan tentang kemampuan dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah.
- b. Bagi atlet, mendapat memberi masukan serta dapat mengintropeksi dirinya sendiri untuk perubahan kearah yang lebih baik.
- c. Bagi peneliti lain, dapat digunakan sebagai bahan masukan untuk penelitian selanjutnya, khususnya mengenai kemampuan pelatih dalam hal mengevaluasi teknik dalam permainan bola voli, dan dapat dijadikan sebagai bahan perbandingan dalam penelitian selanjutnya.

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Deskripsi Teori

1. Hakikat Permainan Bola Voli

a. Pengertian Permainan Bola Voli

Permainan bola voli sudah sangat familiar di Indonesia. PBVSI (2004: 1) menjelaskan bahwa bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dalam setiap lapangan dengan dipisahkan oleh sebuah net. Tujuan dari permainan ini adalah melewatkan bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan untuk mencegah usaha yang sama dari lawan. Setiap tim dapat melakukan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (di luar perkenaan blok). Bola dinyatakan dalam permainan setelah bola dipukul oleh pelaku servis melewati atas net ke daerah lawan. Permainan dilanjutkan hingga bola menyentuh lantai, bola “keluar”, atau satu tim gagal mengembalikan bola secara sempurna. Pendapat lain menurut Vierra & Fergusson (2000: 2), bola voli dimainkan oleh dua tim di mana tiap tim beranggotakan dua sampai enam orang dalam suatu lapangan berukuran 30 kaki persegi (9 meter persegi) bagi setiap tim, dan kedua tim dipisahkan oleh net.

Bola voli merupakan suatu permainan yang dimainkan dalam bentuk team work atau kerjasama tim, dimana daerah masing-masing tim dibatasi oleh net. Setiap tim berusaha untuk melewatkan bola secepat mungkin ke daerah lawan, dengan menggunakan teknik dan taktik yang sah dan memainkan bolanya. Bola voli adalah olahraga yang dapat dimainkan oleh anak-anak sampai orang dewasa

wanita maupun pria. Dengan bermain bola voli akan berkembang secara baik unsur-unsur daya pikir kemampuan dan perasaan. Di samping itu, kepribadian juga dapat berkembang dengan baik terutama kontrol pribadi, disiplin, kerjasama, dan rasa tanggung jawab terhadap apa yang diperbuatnya (Koesyanto, 2003: 8).

Tujuan utama dari setiap tim adalah memukul bola ke arah bidang musuh sedemikian rupa sehingga lawan tidak dapat mengembalikan bola. Hal ini biasanya dapat dicapai lewat kombinasi tiga sentuhan yang terdiri atas operan kepada pengumpan kemudian diumpankan kepada penyerang, dan sebuah *spike* yang diarahkan ke arah bidang lapangan lawan (Vierra & Fergusson, 2000: 2). Ahmadi (2007: 20) menyatakan "Permainan bola voli merupakan permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bola voli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bola voli".

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat ditarik kesimpulan bahwa permainan bola voli adalah permainan yang terdiri atas dua regu yang beranggotakan enam pemain, dengan diawali memukul bola untuk dilewatkan di atas net agar mendapatkan angka, namun tiap regu dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola. Permainan dilakukan di atas lapangan berbentuk persegi empat dengan ukuran 9x18 meter dan dengan ketinggian net 2,24 m untuk putri dan 2,43 m untuk putra yang memisahkan kedua bidang lapangan.

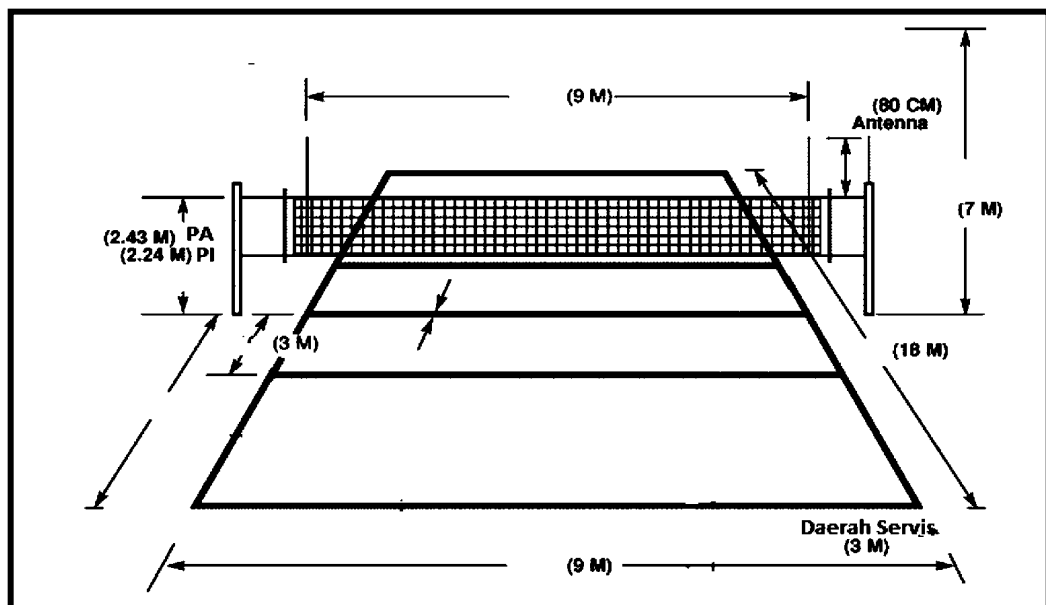
b. Fasilitas Perlengkapan Bola voli

Fasilitas dan perlengkapan bola voli merupakan segala hal berbentuk barang yang berguna untuk memperlancar proses latihan atau pertandingan bola

voli. Fasilitas dan perlengkapan bola voli terdiri atas lapangan, jaring, bola, dan perlengkapan pemain. Berikut ini penjabaran terkait fasilitas permainan bola voli:

1) Lapangan

Lapangan permainan bola voli berbentuk persegi panjang, dengan ukuran lapangan bola voli yang umum adalah lebar 9 m dan panjang 18 m. Garis batas serang untuk pemain belakang berjarak 3 meter dari garis tengah (sejajar dengan jaring). Garis tengah tersebut membagi lapangan permainan menjadi dua bagian yang sama, yaitu masing-masing 9 meter persegi (Suhadi & Sujarwo, 2009: 71). Selain itu pada saat pertandingan terdapat area khusus berbentuk kotak pada sudut sejajar bangku pemain. Lapangan bola voli dapat dilihat pada gambar 1 berikut.

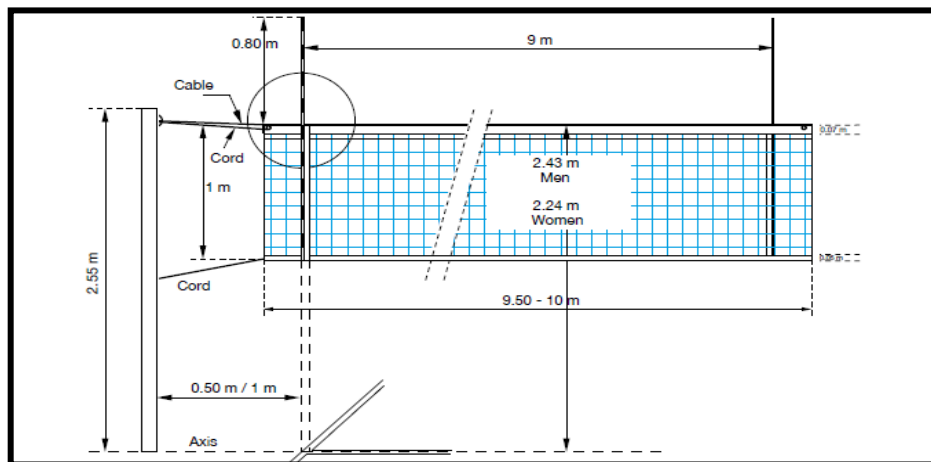


Gambar 1. Lapangan Bola Voli
(Sumber: Paglia, 2015: 5)

2) Net atau Jaring

Jaring/net adalah alat yang digunakan untuk membatasi area dalam lapangan Bola voli. Ketentuan lebar net 1 m dan panjang 9,50 m, terdiri atas rajutan lubang-lubang 10 cm berbentuk persegi berwarna hitam. Lubang-lubang

pada net bervariasi, ada yang terdiri dari 10 lubang ke bawah atau 9 lubang ke bawah, tetapi untuk standar internasional menggunakan 10 lubang ke bawah, perbedaan jumlah lubang berpengaruh pada lebar net. Pada samping kanan dan kiri net, atas dan bawah terdapat lubang, lubang tersebut dikaitkan dengan seutas tali, tali digunakan untuk menarik net ke tiang-tiang net, hal tersebut dimaksudkan agar net tersebut terbentang dengan tegang. Ukuran tinggi net untuk putra adalah 2,44 m dan net untuk putri 2,24 m (Suharno, 1993: 5). Net Bola voli dapat dilihat pada gambar 2 sebagai berikut.

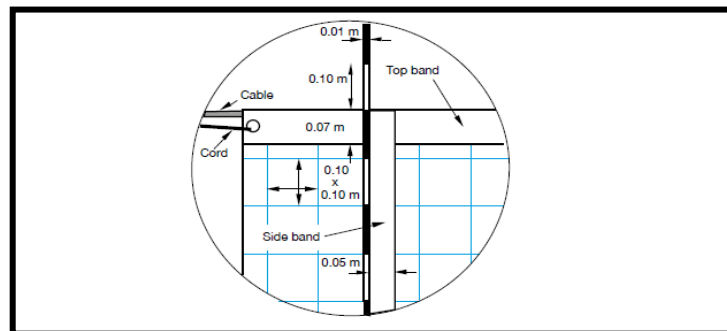


**Gambar 2. Net Bola Voli
(Sumber: FIVB, 2013: 61)**

3) Tiang dan Antena

Dalam pertandingan olahraga bola voli nasional maupun internasional, harus ada antena yang menonjol ke atas yang dipasang di atas batas samping jaring/net. Kegunaan dari antena ini yaitu untuk batas luar lambungan bola, jika bola melambung di luar antena maka dinyatakan keluar. Sebuah antena dipasang pada bagian luar dari setiap pita samping. Antena diletakkan dengan arah berlawanan pada sisi net. Dua buah antena ditempatkan pada sebelah luar dari setiap pita samping dan ditempatkan berlawanan dari net. Antena dibuat dari

bahan *fiber glass* ukuran panjang 180 cm garis tengah 1 cm. Antena itu harus berwarna kontras. Tinggi antena di atas net adalah 80 cm dan diberi garis-garis yang berwarna kontras sepanjang 10 cm, bisa berwarna hitam putih, merah putih atau hitam kuning (FIVB, 2013: 61). Antena bola voli dapat dilihat pada gambar 3 sebagai berikut.



Gambar 3. Antena
(Sumber: FIVB, 2013: 61)

4) Bola

Bola yang dipergunakan dalam pertandingan resmi haruslah mempunyai kriteria yang memenuhi syarat dan sesuai dengan standar yang telah ditetapkan. Bola berbentuk bulat yang terbuat dari bahan kulit yang lentur atau terbuat dari kulit sintetis yang bagian dalamnya dari karet atau bahan yang sejenis serta memiliki warna yang cerah dan mempunyai kombinasi warna. Biasanya bola voli berwarna kuning biru atau putih merah. Bahan kulit sintetis dan kombinasi warna bola yang dipergunakan pada pertandingan resmi internasional harus sesuai dengan standar yang telah ditetapkan FIVB (*Federation Internationale de Volleyball*). “Bola memiliki keliling lingkaran 65- 67 cm dengan berat 200-280 gr, tekanan dalam dari bola adalah 294,3-318,82 hpa” (Suharno, 1993: 5). Gambar bola voli resmi dari FIVB sebagai berikut.



Gambar 4. Bola
(Sumber: FIVB, 2013)

5) Perlengkapan Pemain

Selain perlengkapan yang digunakan untuk permainan bola voli di atas, seorang pemain bola voli harus mempunyai perlengkapan pribadi. Perlengkapan pribadi tersebut di antaranya seperti sepatu dan *decker*. Perlengkapan pribadi tersebut digunakan untuk mencegah terjadinya cedera saat berlatih maupun saat bertanding dalam bola voli. Pemain-pemain juga hendaknya memakai kostum yang bernomor di dada atau di punggung, dan diharuskan dalam permainan memakai sepatu olahraga (Suharno, 1993: 5).

c. Teknik Dasar Permainan Bola Voli

Untuk bermain bola voli dengan baik, diperlukan penguasaan teknik dasar. Beutelstahl (2008: 9) menyatakan “Teknik adalah prosedur yang dikembangkan berdasarkan praktik dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema gerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna”. Dalam permainan bola voli dikenal ada dua pola permainan, yaitu pola penyerangan dan pola pertahanan. Kedua pola tersebut dapat dilaksanakan dengan sempurna, pemain harus benar-benar dapat menguasai teknik dasar bola voli dengan baik. Adapun teknik dasar dalam permainan bola voli dijelaskan Suharno (1993: 12), yaitu: (1) teknik servis tangan bawah, (2) teknik servis tangan atas, (3) teknik *passing* bawah, (4) teknik

passing atas, (5) teknik umpan (*set up*), (6) teknik *smash*, (7) teknik blok (bendungan). Hal senada, Beutelsthal (2008: 8) menjelaskan ada enam jenis teknik dasar dalam permainan bola voli, yaitu: *service*, *dig* (penerimaan bola dengan menggali), *attack* (menyerang), *volley* (melambungkan bola), *block*, dan *defence* (bertahan). Teknik dasar dalam permainan bola voli meliputi: (a) *service*, (b) *passing*, (c) umpan (*set-up*), (d) *smash* (*spike*), dan (e) bendungan (*block*).

Menguasai teknik dasar dalam bola voli merupakan faktor penting agar mampu bermain bola voli dengan terampil. Suharno (1993: 11) menyatakan bahwa teknik dasar adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian dalam praktik dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas secara tuntas dalam cabang permainan bola voli. Sebagai olahraga yang sering dipertandingkan, bola voli dapat dimainkan di lapangan terbuka (*out door*) maupun di lapangan tertutup (*indoor*). Karena makin berkembang, bola voli dimainkan di pantai yang dikenal dengan bola voli pantai. Dalam bola voli terdapat bermacam-macam teknik. Ahmadi (2007: 20), menyatakan teknik yang harus dikuasai dalam permainan bola voli, yaitu terdiri atas *service*, *passing* bawah, *passing* atas, *block*, dan *smash*.

1) *Service*

Servis adalah sentuhan pertama dengan bola yang dilakukan oleh pemain (Beutelsthal, 2008: 8). Pada mulanya servis hanya dianggap sebagai pukulan permulaan yang bertujuan untuk memulai permainan. Tetapi pada perkembangannya servis berkembang menjadi sebuah teknik untuk melakukan serangan pertama untuk mendapatkan poin. Servis yang baik akan sangat

berpengaruh pada jalannya pertandingan. Karena pentingnya fungsi servis, maka pelatih dalam membentuk sebuah tim pasti akan berusaha melatih pemainnya untuk dapat menguasai teknik servis dengan baik. Tujuannya adalah untuk mendapatkan poin dari serangan pertama. Reynaud (2011: 27) menyatakan ada beberapa jenis servis dalam permainan bola voli antara lain; servis tangan bawah (*underhand service*), servis tangan samping (*side hand service*), servis atas kepala (*over head service*), servis mengambang (*floating service*), servis *topspin*, *jumping floating service*, dan servis lompat *spin (jumping topspin service)*.

2) *Passing*

Secara umum teknik *passing* dalam permainan bola voli terbagi menjadi dua yaitu *passing* bawah dan *passing* atas. *Passing* dalam permainan bola voli adalah usaha ataupun upaya seseorang pemain bola voli dengan menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk mengoperkan bola yang dimainkannya itu kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri (Suharno, 1993: 15). Reynaud (2011: 81) menyatakan *passing* merupakan sebuah teknik yang bisa digunakan dalam berbagai variasi baik untuk menerima bola dari servis, bola serangan atau untuk mengumpan. Berdasarkan definisi di atas dapat diketahui bahwa teknik *passing* khususnya *forearm passing (passing bawah)* sangat berperan dalam proses penyusunan dan keberhasilan serangan. Karena penyusunan serangan dimulai dari penerimaan bola pertama dari servis baik menggunakan *passing* bawah ataupun *passing* atas tergantung dari arah datangnya bola.

3) Umpan (*Set Up*)

Untuk dapat melakukan sebuah serangan selain harus mampu melakukan *passing* dari servis yang baik juga diperlukan pemain yang bertugas memberi umpan (*tosser*). Umpan dalam permainan bola voli adalah sebuah teknik yang bertujuan memberikan bola kepada teman agar bisa dilakukan serangan dengan teknik *smash* (Ahmadi, 2007: 29). Umpan dalam permainan bola voli modern sangat identik dengan tugas seorang *tosser*. Perbedaan utama seorang *tosser* adalah pemain yang memiliki kelebihan dalam melakukan umpan dengan teknik *passing* atas dengan akurasi tinggi, sehingga memudahkan teman untuk melakukan pukulan (Suhadi & Sujarwo, 2009: 37).

4) *Smash*

Salah satu cara mendapatkan poin adalah dengan melakukan serangan melalui *smash* keras dan akurat. Reynaud (2011: 44) menyatakan serangan dalam permainan bola voli disebut *smash*. Salah satu teknik paling populer dalam olahraga bola voli. Sebagian besar pemain voli berlatih keras untuk menguasai teknik *smash* agar mampu menyumbang poin dalam tim. Teknik *smash* secara umum merupakan sebuah teknik memukul bola dengan keras dan terarah yang bertujuan untuk mendapatkan poin.

5) *Blocking*

Reynaud (2011: 69) menyatakan *blocking* (bendungan) adalah gerakan membendung serangan lawan pada lapisan pertama pertahanan tim bola voli. Teknik *block* adalah tindakan melompat dan menempatkan tangan di atas dan melewati net untuk menjaga bola di tim lawan sisi lapangan. Teknik *block*

merupakan teknik yang sulit dan memiliki tingkat keberhasilan rendah karena banyak faktor yang mempengaruhi. *Block* mempunyai keberhasilan yang sangat kecil karena bola *smash* yang akan di-*block* arahnya dikendalikan oleh lawan (lawan selalu berusaha menghindari *block*). Jadi teknik *block* merupakan teknik individu yang membutuhkan koordinasi dan *timing* yang bagus dalam membaca arah serangan *smash* lawan.

Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa teknik dasar bola voli merupakan suatu gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk menyelesaikan tugas yang pasti dalam permainan untuk mencapai suatu hasil yang optimal. Menguasai teknik dasar permainan bola voli merupakan faktor fundamental agar mampu bermain bola voli dengan baik. Menguasai teknik dasar bola voli akan menunjang penampilan dan dapat menentukan menang atau kalahnya suatu tim.

2. Hakikat Teknik *Passing* Bawah Bola Voli

a. Teknik *Passing* Bawah Bola Voli

Prinsip dasar *passing* bola voli yaitu upaya seorang pemain bola voli untuk memainkan bola dengan tujuan di umpan kepada teman seregunya atau dimainkan di lapangan permainan sendiri. Berkaitan dengan *passing*, Yunus (1992: 9) menyatakan bahwa *passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan. Menurut Suharno (1993: 15) *passing* adalah usaha ataupun upaya seorang pemain bola voli dengan cara menggunakan suatu teknik tertentu yang tujuannya adalah untuk menyajikan bola yang dimainkannya

kepada teman seregunya yang selanjutnya agar dapat untuk melakukan serangan terhadap regu lawan ke lapangan lawan.

Menurut Mikanda (2014: 115) mengatakan bahwa *passing* bawah adalah memukul bola dari arah bawah, dengan tahap gerakan dimulai dari posisi tubuh sedikit diturunkan, lutut agak ditekuk dan posisi kedua lengan dirapatkan. Sedangkan menurut Koesyanto (2003: 22) mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Menurut Ahmadi (2007: 23) memainkan bola dengan sisi lengan dalam lengan bawah merupakan teknik bermain yang cukup penting. Kegunaan teknik lengan bawah antara lain adalah untuk penerimaan bola *service*, untuk menerima bola dari lawan yang berupa serangan/*smash*, untuk pengembalian bola setelah terjadi blok atau bola dari pantulan net, untuk menyelamatkan bola yang kadang-kadang terpukul jauh di luar lapangan permainan dan untuk pengembalian bola yang rendah. *Passing* bawah pada umumnya dilakukan untuk menerima servis, atau *smash* atau bola-bola setinggi pinggang ke bawah. Lebih lanjut Viera & Ferguson (2000: 19) menyatakan, “Operan tangan bawah (*underhand passing*) atau *bump*. Biasanya menjadi teknik pertama yang digunakan jika tim tidak memegang servis. Operan ini digunakan untuk menerima servis, menerima *spike*, memukul bola setinggi pinggang ke bawah dan memukul bola yang memantul dari net”.

Teknik *passing* bawah merupakan rangkaian gerakan yang dikombinasikan secara baik dan harmonis agar *passing* bawah yang dilakukan

menjadi lebih baik dan sempurna. Viera & Ferguson (2000: 20) menyatakan, “Elemen dasar bagi pelaksanaan operan lengan depan yang baik adalah; (1) gerakan mengambil bola, (2) mengatur posisi badan, (3) memukul bola, dan (4) mengarahkan bola ke sasaran”. Menurut Yunus (1992: 80) teknik *passing* bawah sebagai berikut:

1) Sikap permulaan

Ambil sikap siap normal dalam permainan bola voli, yaitu kedua lutut ditekuk dengan badan dibongkokkan ke depan, berat badan menumpu pada telapak kaki depan untuk mendapatkan keseimbangan labil agar dapat lebih mudah dan lebih cepat bergerak ke segala arah. Kedua tangan saling berpegangan dengan punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri kemudian saling berpegangan dengan posisi ibu jari sejajar sama panjang sehingga kedua lengan sejajar membentuk seperti papan pantul.

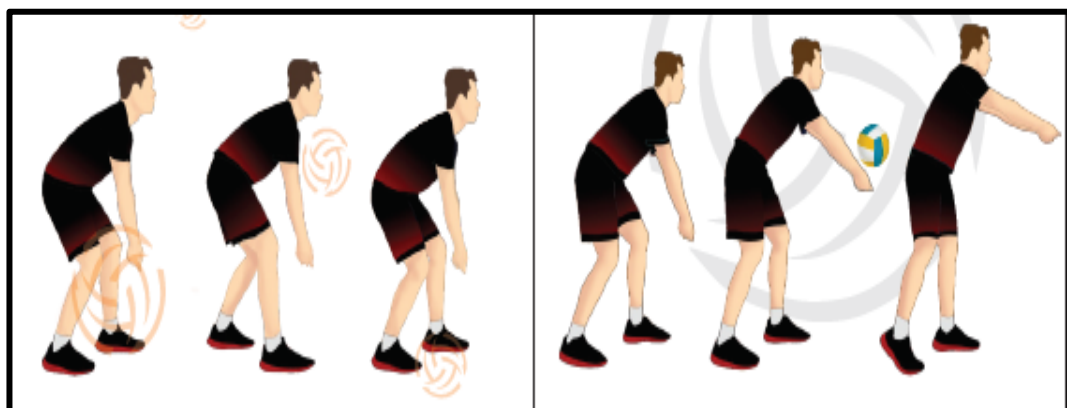
2) Gerakan pelaksanaan

Ayunkan kedua lengan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian bahu dan siku benar-benar dalam kondisi lurus. Perkenaan bola pada proksimal dari lengan bawah, di atas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut kurang lebih 45° dengan badan lengan diayunkan dan diangkat hampir lurus setinggi bahu.

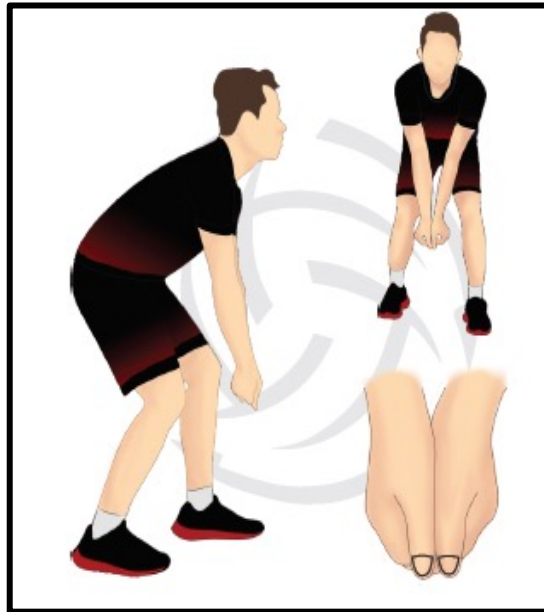
3) Gerakan lanjutan

Setelah ayunan lengan mengenai bola, kaki belakang melangkah ke depan untuk mengambil posisi siap kembali dan ayunan lengan untuk *passing* bawah ke depan tidak melebihi sudut 90° dengan bahu atau badan.

Gambar posisi teknik *passing* bawah sebagai berikut:

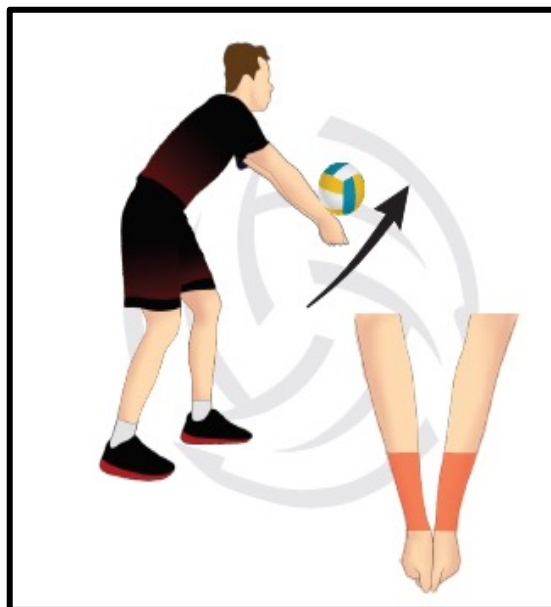


**Gambar 5. Teknik *Passing* Bawah
(Sumber: Rosyid & Wicaksono, 2016)**



Gambar 6. Fase Persiapan
(Sumber: Rosyid & Wicaksono, 2016)

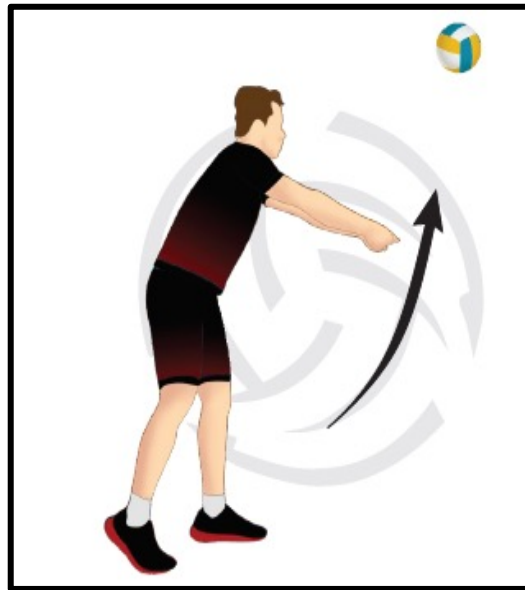
- (1) Persiapan
- a) Kaki aktif bergerak ke arah datangnya bola
 - b) Kedua tangan lurus sejajar saling berdekatan di depan badan
 - c) Kaki dibuka selebar bahu dengan salah satu posisi kaki sedikit di depan
 - d) Tekuk lutut dan tahan tubuh dalam posisi rendah
 - e) Punggung lurus dan pandangan fokus ke arah bola



Gambar 7. Fase Pelaksanaan
(Sumber: Rosyid & Wicaksono, 2016)

(2) Pelaksanaan

- a) Pastikan menerima bola di depan badan
- b) Lengan diayun pada bahu, sementara pergelangan tangan, siku tidak melakukan gerakan atau tetap lurus terkunci.
- c) Lutut bergerak meluruskan bersamaan mengayunkan lengan (satu kali ayunan lengan)
- d) Perkenaan bola di antara siku dan pergelangan tangan
- e) Perhatikan dan rasakan saat bola menyentuh lengan



Gambar 8. Gerak Lanjutan
(Sumber: Rosyid & Wicaksono, 2016)

(3) Gerak Lanjutan

- a) Pastikan menerima bola di depan badan
- b) Lengan diayun pada bahu, sementara pergelangan tangan, siku tidak melakukan gerakan atau tetap lurus terkunci.
- c) Lutut bergerak meluruskan bersamaan mengayunkan lengan (satu kali ayunan lengan)
- d) Perkenaan bola di antara siku dan pergelangan tangan
- e) Perhatikan dan rasakan saat bola menyentuh lengan
- f) Jari tangan tetap di genggam dan siku tetap terkunci
- g) Lengan lurus maksimal setinggi bahu
- h) Perhatikan bola bergerak ke arah sasaran
- i) Pindahkan berat badan ke arah sasaran
- j) Siap bergerak untuk rangkaian gerakan selanjutnya

Berdasarkan batasan *passing* yang dikemukakan ahli di atas dapat dirumuskan pengertian *passing* bawah adalah teknik dasar memainkan bola

dengan menggunakan kedua tangan, yaitu perkenaan bola pada kedua lengan bawah yang bertujuan untuk mengoperkan bola kepada teman seregunya untuk dimainkan di lapangan sendiri atau sebagai awal untuk menyusun serangan.

b. Kesalahan yang Sering Terjadi pada *Passing* Bawah

Passing bawah bola voli merupakan salah satu bentuk keterampilan yang memiliki unsur gerakan yang cukup kompleks. Tidak jarang atlet sering kali melakukan kesalahan. Menurut Viera & Ferguson (2000: 21) kesalahan dalam melakukan *passing* bawah antara lain:

- 1) Lengan terlalu tinggi ketika memukul bola.
- 2) Merendahkan tubuh dengan menekuk pinggang bukan lutut, sehingga bola yang dioperkan terlalu rendah dan terlalu kencang.
- 3) Tidak memindahkan berat badan ke arah sasaran, sehingga bola tidak bergerak ke muka.
- 4) Lengan terpisah sebelum, pada saat atau sesaat sesudah menerima bola, sehingga operan salah.
- 5) Bola mendarat di lengan di daerah siku, atau menyentuh tubuh.

Kesalahan-kesalahan tersebut di atas hendaknya dicermati oleh pelatih, agar kualitas *passing* lebih baik, bila terjadi kesalahan segera dibetulkan. Lebih lanjut Viera & Ferguson (2000: 21) memberikan tips cara memperbaiki kesalahan pada *passing* bawah sebagai berikut:

- 1) Biarkan bola bergerak sampai sejajar pinggang sebelum memukulnya.
- 2) Tekuk lutut, jaga punggung tetap lurus pada saat berada di bawah bola.
- 3) Pastikan berat badan bertumpu pada kaki depan dan tubuh membungkuk ke depan.
- 4) Tetap satukan lengan dengan menggenggam jari atau membungkus jemari yang satu dengan jemari yang lain dengan ibu jari sejajar.
- 5) Tahan lengan pada posisi sejajar paha dan terima bola jauh dari dada.

Kesalahan maupun cara memperbaiki *passing* bawah harus diperhatikan oleh pelatih. Pada umumnya atlet tidak mampu mengamati letak kesalahan yang dilakukan. Seorang pelatih harus mampu mencermati setiap bentuk gerakan yang

dilakukan atlet, sehingga akan diketahui letak kesalahannya. Setiap kesalahan yang dilakukan atlet, pelatih segera mungkin untuk membetulkan gerakan yang salah, sehingga kualitas *passing* bawah yang dilakukan hasilnya sesuai yang diharapkan arahkan bola kepada rekan untuk diumpankan.

3. Hakikat Pelatih

a. Pengertian Pelatih

Pelatih dalam olahraga prestasi mempunyai tugas untuk membantu atlet untuk mencapai prestasi maksimal. Pelatih diakui keberhasilannya dalam melatih bila atlet binaannya bisa meraih kemenangan dan mendapatkan prestasi tinggi. Keberhasilan dan kegagalan atlet dalam suatu pertandingan dipengaruhi program latihan dari pelatih. Pendapat yang lain dikemukakan oleh Pate, at. all, (dalam Dwijowinoto, 1993: 5), pelatih adalah seorang yang profesional yang tugasnya membantu olahragawan dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraganya. Pelatih adalah suatu profesi, sehingga pelatih diharapkan dapat memberikan pelayanan sesuai standar atau ukuran profesional yang ada. Pelatih harus mengikuti perkembangan ilmu pelatihan yang ada untuk mengoptimalkan penampilan atlet.

Harsono (2015: 31) menyatakan bahwa tinggi rendahnya prestasi atlet banyak tergantung dari tinggi rendahnya pengetahuan dan kemampuan serta keterampilan seorang pelatih, pendidikan formal dalam ilmu olahraga dan kepelatihan akan sangat membantu segi kognitif dan psikomotorik dari pelatih. Dari berbagai pendapat di atas maka dapat disimpulkan bahwa pelatih adalah orang yang mempunyai tugas membimbing anak latihnya dalam berolahraga,

tentu saja yang dimaksud di sini adalah mematangkan atau membentuk anak latihnya hingga mempunyai prestasi yang maksimal dalam berolahraga.

b. Tugas dan Peran Pelatih

Dalam proses berlatih melatih, *coach* (pelatih) memiliki tugas dan peranan yang amat penting. Menurut Sukadiyanto (2005: 4), tugas seorang pelatih, antara lain: (1) merencanakan, menyusun, melaksanakan, dan mengevaluasi proses berlatih melatih, (2) mencari dan memilih olahragawan yang berbakat, (3) memimpin dalam pertandingan (perlombaan), (4) mengorganisir dan mengelola proses latihan, (5) meningkatkan pengetahuan dan keterampilan. Tugas pelatih yang utama adalah membimbing dan mengungkapkan potensi yang dimiliki olahragawan, sehingga olahragawan dapat mandiri sebagai peran utama yang mengaktualisasikan akumulasi hasil latihan ke dalam kancah pertandingan.

Menurut Irianto (2002: 16), tugas seorang pelatih adalah membantu olahragawan untuk mencapai kesempurnaannya. Pelatih memiliki tugas yang cukup berat yakni menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Seorang atlet yang menjadi juara dalam berbagai even, namun perilaku sehari-hari tidak sesuai dengan norma agama dan norma kehidupan masyarakat yang berlaku, maka hal tersebut merupakan salah satu kegagalan pelatih dalam bertugas.

Pelatih juga mempunyai peran yang cukup berat dan sangat beragam, berbagai peran harus mampu dikerjakan dengan baik, seperti dikemukakan oleh Thompson yang dikutip Irianto (2002: 17-18), pelatih harus mampu berperan sebagai:

(1) Guru, menanamkan pengetahuan, *skill*, dan ide-ide, (2) Pelatih, meningkatkan kebugaran, (3) Instruktur, memimpin kegiatan dan latihan, (4) Motivator, memperlancar pendekatan yang positif, (5) Penegak disiplin, menentukan system hadiah dan hukuman, (6) Manager, mengatur dan membuat rencana, (7) Administrator, berkaitan dengan kegiatan tulis menulis, (8) Agen penerbit, bekerja dengan media masa, (9) Pekerja sosial, memberikan nasehat dan bimbingan, (10) Ahli *sains*, menganalisa, mengevaluasi dan memecahkan masalah, (11) Mahasiswa, mau mendengar, belajar, dan menggali ilmunya.

Berdasarkan pengertian di atas, maka dapat disimpulkan bahwa pelatih yang berkompeten harus mampu melaksanakan tugas yang diembannya dengan baik, pelatih harus mampu berperan sebagai; guru, pelatih, instruktur, motivator, penegak disiplin, manager, administrator, agen penerbit, pekerja sosial, teman, ahli ilmu pengetahuan.

c. Gaya Kepemimpinan Pelatih

Gaya kepemimpinan pelatih satu dengan yang lain berbeda-beda. Setiap pelatih memiliki gaya kepemimpinan yang khas dan setiap gaya kepemimpinan seorang pelatih memiliki kekurangan dan kelebihan masing-masing. Gaya kepemimpinan pelatih sebagai berikut:

1) Gaya Otoriter

Menurut Pate, at. al, (dalam Dwijowinoto, 1993: 12-13), gaya kepemimpinan pelatih kepemimpinan otoriter, yaitu sebagai berikut:

- a) Menggunakan kekuasaan untuk mengendalikan orang lain.
- b) Memerintah yang lain dalam kelompok.
- c) Berusaha semua dikerjakan menurut keyakinannya.
- d) Bersikap tidak mengorbankan orang.
- e) Menghukum anggota yang mengabaikan atau menyimpang.
- f) Memutuskan pembagian pekerjaan.
- g) Memutuskan pekerjaan bagaimana dilakukan.
- h) Memutuskan kebenaran ide.

Menurut Sutarto (1991: 73) gaya kepemimpinan otoriter memiliki ciri-ciri:

- a) Wewenang mutlak terpusat pada pemimpin;
- b) Keputusan dibuat oleh pemimpin;
- c) Kebijakan selalu dibuat oleh pemimpin;
- d) Komunikasi berlangsung satu arah dari pemimpin ke bawahan;
- e) Pengawasan terhadap sikap tingkah laku, perbuatan atau kegiatan para bawahannya dilakukan secara ketat;
- f) Prakarsa harus datang dari pemimpin;
- g) Tidak ada kesempatan dari bawahan untuk memberikan saran;
- h) Tugas-tugas dari bawahan diberikan secara instruktif;
- i) Lebih banyak kritik dari pada pujian;
- j) Pimpinan menuntut prestasi sempurna dari bawahan tanpa syarat;
- k) Cenderung adanya paksaan, ancaman dan hukuman;
- l) Kasar dalam bersikap;
- m) Kaku dalam bersikap;
- n) Tanggung jawab keberhasilan organisasi hanya dipikul oleh pimpinan.

Senada dengan pendapat tersebut, menurut Onang (1977: 41)

kepemimpinan otoriter adalah:

Kepemimpinan berdasarkan kekuasaan mutlak, seorang pemimpin otoriter mempunyai tingkah laku anggota kelompoknya dengan mengarahkan tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya oleh pemimpin. Segala keputusan berada di satu tangan, yakni pemimpin otoriter itu yang menganggap dirinya dan dianggap oleh orang lain lebih mengetahui dari pada orang lain dalam kelompoknya. Setiap keputusan dianggap sah dan pengikut-pengikutnya menerima tanpa pertanyaan, pemimpin otoriter ini dianggap sebagai manusia super.

Menurut Irianto (2002: 20-21), ada beberapa kelemahan dalam gaya kepemimpinan otoriter. Secara umum, diperlukan banyak kerja, tetapi kualitas lebih kecil jika dibandingkan kepemimpinan demokratis. Atlet cenderung menunjukkan semangat berlatih dan bertanding yang kurang. Pemimpin otoriter adalah seorang pemimpin yang menganggap dirinya lebih dari orang lain dalam segala hal. Pelatih otoriter cenderung egois dan memaksakan kehendak/lebih senang memberikan perintah kepada bawahan tanpa menjelaskan langkah-langkah dan alasan-alasannya yang nyata.

2) Gaya Demokratis

Menurut Pate, at. all, (dalam Dwijowinoto, 1993: 12-13), gaya kepemimpinan pelatih kepemimpinan demokratis, yaitu sebagai berikut:

- a) Bersikap ramah dan bersahabat.
- b) Memberikan kelompok sebagai keseluruhan membuat rencana.
- c) Mengizinkan anggota-anggota kelompok untuk berinteraksi tanpa ijin.
- d) Menerima saran-saran.
- e) Berbicara sedikit lebih banyak dari rata-rata anggota kelompok.

Gaya kepemimpinan ini menurut Sutarto (1991: 75-76) berciri sebagai berikut:

- a) Wewenang pemimpin tidak mutlak;
- b) Pemimpin bersedia melimpahkan sebagiann wewenangnya kepada orang lain;
- c) Keputusan dibuat bersama antara pemimpin dan bawahan;
- d) Kebijakan dibuat bersama pemimpin dan bawahan;
- e) Komunikasi berlangsung dengan baik, baik yang terjadi antara pemimpin dan bawahan maupun antara sesama bawahan;
- f) Pengawasan terhadap sikap, tingkah laku, perbuatan atau kegiatan para bawahan dilakukan secara wajar;
- g) Prakarsa dapat datang dari pemimpin maupun bawahan;
- h) Banyak kesempatan bagi bawahan untuk menyampaikan saran, pertimbangan, atau pendapat;
- i) Tugas-tugas kepada bawahan diberikan dengan lebih bersifat permintaan bukan instruksi;
- j) Pujian dan kritik seimbang;
- k) Pimpinan mendorong prestasi sempurna para bawahan dalam batas kemampuan secara wajar;
- l) Pimpinan memperhatikan perasaan dalam bersikap dan bertindak;
- m) Pemimpin memperhatikan kesetiaan para bawahan secara wajar;
- n) Terdapat suasana saling percaya, saling hormat, saling menghargai;
- o) Tanggung jawab keberhasilan organisasi dipikul bersama pimpinan dan bawahan.

Menurut Onang (1977: 42) kepemimpinan demokrasi adalah:

kepemimpinan berdasarkan demokrasi, bahwa dalam kepemimpinan demokrasi bukan saja pengangkatan seseorang secara demokratis. Si pemimpin melakukan tugasnya sedemikian rupa, sehingga keputusan merupakan keputusan bersama dari semua anggota kelompok. Setiap anggota kelompok mempunyai kebebasan untuk menyatakan pendapatnya,

akan tetapi jika suatu keputusan berdasarkan pendapat mayoritas anggota dapat dihasilkan, maka seluruh anggota wajib tunduk kepada keputusan-keputusan mayoritas tersebut dan melaksanakannya dengan penuh kesadaran. Di sini jelas nampak adanya partisipasi seluruh anggota.

Penerapan gaya kepemimpinan demokratis dapat mendatangkan keuntungan antara lain berupa keputusan serta tindakan yang lebih objektif, tumbuhnya rasa ikut memiliki, serta terbinanya moral yang tinggi. Kelemahan gaya ini antara lain lamban, rasa tanggung jawab kurang, keputusan yang dibuat bukan merupakan keputusan terbaik (Sutarto, 1991: 77).

Menurut Irianto (2002: 20-21) kelemahan gaya kepemimpinan demokratis yaitu, gaya kepemimpinan demokratis hanya cocok untuk persiapan sebuah tim yang memiliki waktu cukup lama tetapi kurang cocok jika pelatih harus mengambil keputusan yang mendadak dan harus diterima, bila dibandingkan dengan kepemimpinan otoriter, kepemimpinan demokratis bisa mengurangi agresifitas atlet dalam olahraga.

Jadi kepemimpinan demokrasi adalah kepemimpinan yang tidak hanya demokratis dalam pengangkatan pemimpinnya, tetapi juga dalam setiap pengambilan keputusan dan pelaksanaannya. Setiap anggota kelompok dan pemimpin berhak menyampaikan kritik, penghargaan maupun nasihat.

3) Gaya *Laissez Faire*

Gaya kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara berbagai kegiatan yang akan dilakukan lebih banyak diserahkan pada bawahan. Ciri kepemimpinan ini seperti yang ditulis oleh Sutarto (1991: 77-78) adalah sebagai berikut:

- a) Pemimpin melimpahkan wewenang sepenuhnya kepada bawahan;
- b) Keputusan lebih banyak dibuat oleh bawahan;
- c) Kebijaksanaan lebih banyak dibuat oleh bawahan;
- d) Pimpinan hanya berkomunikasi apabila diperlukan oleh bawahan;
- e) Hampir tidak ada pengawasan terhadap sikap, tingkah laku, perbuatan, atau kegiatan yang dilakukan oleh para bawahan;
- f) Prakarsa selalu datang dari para bawahan;
- g) Hampir tidak ada pengarahan dari pimpinan;
- h) Peranan pemimpin sangat sedikit dalam kegiatan kelompok;
- i) Kepentingan pribadi lebih utama dari kepentingan kelompok;
- j) Tanggung jawab keberhasilan organisasi dipikul orang perorang.

Menurut Onang (1977: 43) kepemimpinan bebas/*laissez faire* adalah:

kepemimpinan dimana si pemimpin menyerahkan tujuan dan usaha-usaha yang akan dicapai, sepenuhnya kepada anggota-anggota kelompok. Si pemimpin dalam menegakkan peranan kepemimpinannya hanya pasif saja. Dialah yang menyediakan bahan-bahan dan alat-alat untuk satu pekerjaan, tetapi inisiatif diserahkan kepada para anggota, jadi kepemimpinan bebas, bawahan mendapat kebebasan seluas-luasnya dari pemimpin tidak ada atau tidak berfungsi kepemimpinan, tidak mengatur apa-apa, tidak mengadakan rapat, tidak membina diskusi, dan tidak mencoba mengatur dulu pihak-pihak bila bertentangan.

Berdasarkan pendapat ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa ada beberapa gaya kepemimpinan pelatih, yaitu gaya otoriter, gaya demokratis, dan gaya bebas/*laissez faire*. Gaya otoriter adalah seorang pemimpin yang menganggap dirinya lebih dari orang lain dalam segala hal. Ia cenderung egois dan memaksakan kehendak/lebih senang memberikan perintah kepada bawahan tanpa menjelaskan langkah-langkah dan alasan-alasannya yang nyata. Gaya demokrasi adalah kepemimpinan yang tidak hanya demokratis dalam pengangkatan pemimpinnya, tetapi juga dalam setiap pengambilan keputusan dan pelaksanaannya. Gaya bebas/*laissez faire* adalah kemampuan mempengaruhi orang lain agar bersedia bekerja sama untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan dengan cara berbagai kegiatan yang akan dilakukan lebih banyak

diserahkan pada bawahan. Dari tiga jenis kepemimpinan yang telah diuraikan di atas, seorang pelatih dapat menerapkan ketiga-tiganya tergantung pada situasi dan kondisi yang ada.

d. Komunikasi Pelatih

Dalam proses berlatih perlu adanya komunikasi yang baik antara pelatih dan atlet. Menurut Pate, at. all, (dalam Dwijowinoto, 1993: 18-19), bahwa komunikasi merupakan dua arah, mencakup bicara dengan orang lain dan mendengarkan orang lain. Menurut Irianto (2002: 24-25) komunikasi hendaknya dilakukan:

- 1) Dua arah: Informasi hendaknya tidak hanya dari pelatih kepada atletnya saja, tetapi juga dari atlet kepada pelatih, sehingga jika ada informasi yang kurang jelas dapat segera terjawab.
- 2) Sederhana: Agar mudah dipahami dan tidak salah menginterpretasikan bahan maupun cara berkomunikasi dibuat sederhana mungkin tanpa mengurangi pesan yang akan disampaikan, jika perlu cukup dengan bahasa syarat.
- 3) Jelas: Kejelasan isi maupun komunikasi sangat diperlukan untuk menghindari kesalahpahaman.
- 4) Ada umpan balik: Umpan balik diperlukan untuk mengoptimalkan substansi yang dipesankan baik dari pelatih maupun atlet.
- 5) Kedua belah pihak saling optimis: Antara pelatih dan atletnya harus saling optimis dan yakin bahwa apa yang dikomunikasikan akan membawa hasil yang lebih baik dalam usaha mencapai prestasi.
- 6) Saling memberi semangat: Semangat perlu terus menerus muncul pada masing-masing pihak untuk pelatih maupun atlet saling memacunya.
- 7) Adanya empati: Kegagalan maupun keberhasilan merupakan usaha bersama untuk itu apa yang dialami dan dirasakan pelatih, demikian juga sebaliknya apa yang dirasakan pelatih dirasakan pula oleh atletnya.
- 8) Bersedia menerima kritik: Kritik merupakan salah satu perbaikan, masing-masing pihak harus membuka diri dan menerima kritik dan saran.

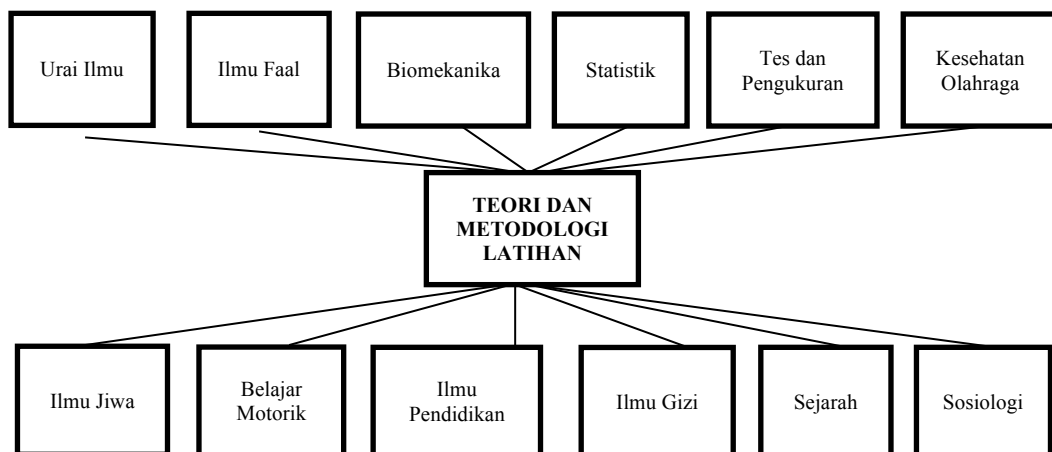
Selain adanya komunikasi antara pelatih dan atletnya, perlu adanya etika dalam proses berlatih dan melatih. Etika tersebut meliputi: (a) Menghargai bakat atlet. (b) Mengembangkan potensi yang dimiliki atlet, (c) Memahami atlet secara

individu, (d) Mendalami olahraga untuk menyempurnakan atlet, (e) Jujur, (f) Terbuka, (g) Penuh perhatian, (h) Mampu menerapkan sistem kontrol (Irianto, 2002: 26).

Pelatih yang baik selalu belajar kapan dan bagaimana berbicara dengan atlet dan mendengarkan atletnya. Berkomunikasi dengan atlet harus dilakukan dengan teratur dan merupakan tanggung jawab pelatih. Berkomunikasi dengan atlet tidak hanya saat atlet mempunyai masalah saja, tetapi dilakukan setiap saat.

e. Pengetahuan Pelatih

Pelatih bolavoli yang profesional harus mengetahui ilmu-ilmu yang mendukung akan praktek kepelatihan. Menurut Bompa (1994: 2), menyatakan bahwa ilmu pendukung dalam metodologi latihan yang harus dikuasai pelatih seperti dalam gambar berikut ini:



Gambar 9. Ilmu-Ilmu Penunjang yang Memperkaya Bidang Ilmu pada Teori dan Metodologi Latihan (Bompa, 1994: 2)

Pate, at. all, yang dialih bahasakan oleh Dwijowinoto (1993: 2-3), menyatakan ilmu-ilmu yang mendukung tersebut antara lain:

- 1) Psikologi olahraga, adalah ilmu yang mempelajari tingkah laku manusia. Psikologi olahraga merupakan sub disiplin yang sepenuhnya mempelajari fenomena psikologis olahragawan dan pelatih.
- 2) Biomekanika, biomekanika olahraga memberikan penjelasan mengenai pola-pola gerakan efisien dan efektif para olahragawan.
- 3) Fisiologi latihan, ilmu ini mempelajari tentang fungsi tubuh manusia selama latihan dan mengamati bagaimana perubahan tubuh yang disebabkan oleh latihan jangka panjang.

Seorang pelatih harus pandai memilih atau menciptakan metode latihan dan harus berusaha menciptakan lingkungan berlatih sebaik mungkin, sehingga memungkinkan atlet berlatih secara efektif dan efisien untuk mencapai sasaran latihan.

f. Kualitas Pelatih yang Baik

Pencapaian prestasi atlet yang dilatih dipengaruhi oleh kualitas seorang pelatih. Oleh karena itu, pelatih harus memenuhi kriteria sebagai pelatih yang baik. Adapun syarat-syarat pelatih yang baik menurut Suharno (1985: 6), pelatih yang baik memiliki kemampuan menguasai ilmu sesuai bidangnya secara teoritis dan praktis, memiliki *skill* yang baik sesuai dengan cabang olahraganya. Mengingat ilmu dan teknik selalu berkembang, maka pelatih perlu menambah atau mengembangkan ilmu dan *skill* sesuai kemajuan yang ada. Selain itu pelatih harus mempunyai kemampuan psikis yang baik dalam arti memiliki daya pikir, daya cipta, kreativitas dan imajinasi tinggi, perasaan yang stabil, motivasi yang besar, daya perhatian dan daya konsentrasi yang tinggi. Pelatih juga harus memiliki kepribadian yang baik sesuai norma hidup yang berlaku, misalnya: memiliki rasa tanggung jawab yang besar, disiplin, dedikasi tinggi, demokratis, adil, keberanian, humor, susila, dan sopan santun.

Menurut Soepardi (1998: 11) ada beberapa syarat untuk menjadi seorang pelatih di antaranya sebagai berikut:

- 1) Latar belakang pendidikan yang sesuai dengan cabang olahraganya.
- 2) Pengalaman dalam olahraga, pengalaman sebagai seorang atlet dalam sebuah tim boleh dikatakan suatu keharusan untuk seorang calon pelatih oleh karena hal ini sangat bermanfaat sekali bagi pekerjaannya kelak.
- 3) Sifat dan kualitas kepribadian, kepribadian seorang pelatih sangat penting oleh karena dia nanti harus bergaul dengan personalitas-personalitas yang beraneka ragam watak dan kepribadiannya
- 4) Tingkah laku, tingkah laku seorang pelatih harus baik oleh karena pelatih menjadi panutan bagi atlet.
- 5) Sikap sportif, dapat mengontrol emosi selama pertandingan dan menerima apa yang terjadi baik menang maupun kalah.
- 6) Kesehatan, kesehatan dan energi serta vitalitas yang besar penting dimiliki oleh seorang pelatih.
- 7) Kepemimpinan, pelatih haruslah seorang yang dinamis yang dapat memimpin dan memberikan motivasi kepada atletnya.
- 8) Keseimbangan emosi, kesungguhan untuk bersikap wajar dan layak dalam keadaan tertekan atau terpaksa.
- 9) Imajinasi, kemampuan daya ingat untuk membentuk khayalan-khayalan tentang obyek-obyek yang tidak tampak.
- 10) Ketegasan dan keberanian, sanggup dan berani dalam mengambil setiap keputusan.
- 11) Humor, membuat atlet merasa rileks untuk mengurangi ketegangan.

Pendapat lain dikemukakan oleh Yunus (1998: 13), bahwa beberapa kemampuan minimal yang harus dikuasai oleh pelatih olahraga adalah sebagai berikut:

- 1) Penghayatan terhadap profesi.
- 2) Pemahaman dan penerapan ilmu keolahragaan.
- 3) Penguasaan keterampilan dalam suatu cabang olahraga.
- 4) Penguasaan strategi belajar mengajar atau melatih.
- 5) Keterampilan sosial mencakup kemampuan bergaul, berkomunikasi, mempengaruhi orang lain dan memimpin.

Sukadiyanto (2005: 4-5) syarat pelatih antara lain memiliki: (1) Kemampuan dan keterampilan cabang olahraga yang dibina, (2) Pengetahuan dan pengalaman di bidangnya, (3) Dedikasi dan komitmen melatih, (4) Memiliki

moral dan sikap kepribadian yang baik. Agar mampu melaksanakan tugas dan mengemban peranannya dengan baik, seorang pelatih perlu memiliki kewibawaan, sebab dengan kewibawaan akan memperlancar proses berlatih melatih. Dengan kewibawaan yang baik, seorang pelatih akan dapat bersikap baik dan lebih disegani oleh siswa. Menurut Irianto (2002: 17-18), untuk memperoleh kewibawaan tersebut seorang pelatih perlu memiliki ciri-ciri sebagai pelatih yang disegani, meliputi:

- 1) Interlegensi, muncul ide-ide untuk membuat variasi latihan.
- 2) Giat atau rajin, konsisten dalam bertugas.
- 3) Tekun, tidak mudah putus asa.
- 4) Sabar, tabah menghadapi heterogenitas atlet dengan berbagai macam permasalahan.
- 5) Semangat, mendorong atlet agar secara pribadi mampu mencapai sasaran latihan.
- 6) Berpengetahuan, mengembangkan metode dan pendekatan dalam proses berlatih melatih.
- 7) Percaya diri, memiliki keyakinan secara proporsional terhadap apa yang dimiliki.
- 8) Emosi stabil, emosi terkendali walau memnghadapi berbagai masalah.
- 9) Berani mengambil keputusan, cepat mengambil keputusan dengan resiko minimal berdasarkan kepentingan atlet dan tim secara keseluruhan.
- 10) Rasa humor, ada variasi dalam penyajian materi, disertai humor-humor segar sehingga tidak menimbulkan ketegangan dalam proses berlatih melatih.
- 11) Sebagai model, pelatih menjadi idola yang dicontoh baik oleh atletnya maupun masyarakat secara umum.

Dari berbagai pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa syarat pelatih yang baik, yaitu:

- 1) Mempunyai kondisi fisik dan ketrampilan cabang olahraga yang baik, meliputi: kesehatan dan penguasaan *skill* yang baik sesuai cabang olahraga yang dibina.
- 2) Mempunyai pengetahuan yang baik, meliputi: pengalaman dan penguasaan ilmu secara teoritis dan praktis.

- 3) Mempunyai kepribadian yang baik, meliputi: tanggung jawab, kedisiplinan, dedikasi, keberanian, sikap kepemimpinan, humor, kerjasama, dan penampilan.
- 4) Kemampuan psikis, meliputi: kreativitas, daya perhatian dan konsentrasi, dan motivasi.

4. Hakikat Evaluasi

a. Pengertian Evaluasi

“Evaluasi dipandang sebagai tindakan untuk menetapkan keberhasilan suatu program pendidikan, termasuk keberhasilan siswa dalam program pendidikan yang diikuti, evaluasi lebih menitik beratkan pada keberhasilan program atau kelompok siswa” (Suprananto, 2012: 17). Menurut Arifin (2013: 5) evaluasi adalah “suatu proses bukan suatu hasil. Hasil yang diperoleh dari kegiatan evaluasi adalah kualitas sesuatu, baik yang menyangkut tentang nilai atau arti, sedangkan kegiatan untuk sampai pada pemberian nilai dan arti itu adalah evaluasi”

Evaluasi merupakan suatu proses menyediakan informasi yang dapat dijadikan sebagai pertimbangan untuk menentukan harga dan jasa (*the worth and merit*) dari tujuan yang dicapai, desain, implementasi dan dampak untuk membantu membuat keputusan, membantu pertanggungjawaban dan meningkatkan pemahaman terhadap fenomena (Widoyoko, 2017: 3). Dari pendapat para ahli di atas, dapat disimpulkan bahwa evaluasi adalah suatu proses penyediaan informasi tentang sejauh mana tindakan-tindakan, suatu kegiatan tertentu, yang kemudian dari tindakan-tindakan dan kegiatan itu dikumpulkan dan

dipertimbangkan untuk diambil kesimpulan sehingga dapat membantu dalam hal pemahaman.

b. Prinsip-Prinsip Evaluasi

Keberadaan prinsip bagi seorang guru mempunyai arti penting, karena dengan memahami prinsip evaluasi dapat menjadi petunjuk atau keyakinan bagi dirinya atau guru lain guna merealisasi evaluasi dengan cara benar (Kusuma, 2016: 7). Agar penilaian pendidikan dapat mencapai sarannya dalam mengevaluasi pola tingkah laku yang dimaksudkan, dijelaskan oleh Sugihartono (2013: 136) yaitu kaitannya dalam bidang pendidikan, beberapa prinsip evaluasi dapat dilihat seperti berikut ini.

1) Evaluasi dilaksanakan dalam proses kontinyu

Evaluasi harus dilaksanakan secara kontinu artinya evaluasi harus dilaksanakan terus menerus pada masa-masa tertentu. Hal ini dimaksudkan agar penilai memperoleh kepastian atau kemantapan dalam mengevaluasi. Bila ditinjau dari kapan atau dimana kita harus mengadakan evaluasi, dan dimaksudkan untuk apa evaluasi tersebut diadakan dalam keseluruhan proses pendidikan, maka evaluasi meliputi:

a) Evaluasi Formatif

Penilaian yang dilakukan selama dalam perkembangan dan proses pelaksanaan pendidikan. Karena itu evaluasi formatif dikenal juga dengan evaluasi proses. Tujuan evaluasi formatif ialah agar secara tepat dan cepat dapat membetulkan setiap proses pelaksanaan yang tidak sesuai dengan rencana.

b) Evaluasi sumatif

Evaluasi yang dilakukan pada akhir pelaksanaan proses pendidikan. Evaluasi ini disebut evaluasi terhadap hasil pendidikan yang telah dilakukan oleh siswa atau evaluasi produk.

2) Evaluasi harus dilaksanakan secara komprehensif

Evaluasi yang mampu memahami keseluruhan aspek pola tingkah laku yang diharapkan sesuai dengan tujuan pendidikan adalah maknanya evaluasi secara komprehensif. Untuk dapat melaksanakan evaluasi secara komprehensif maka setiap tujuan pendidikan harus dijabarkan sejelas mungkin sehingga dapat dijadikan pedoman untuk melakukan pengukuran. Pengukuran disini harus mampu mencerminkan butir-butir soal yang representative terhadap tujuan pendidikan yang telah dijabarkan secara tuntas.

3) Evaluasi harus dilaksanakan secara obyektif

Pelaksanaan evaluasi harus obyektif artinya dalam proses penilaian hanya menunjuk pada aspek-aspek yang dinilai sesuai dengan keadaan yang sebenarnya. Jadi dalam menilai hasil pendidikan, penilai tidak boleh memasukkan faktor-faktor subjektif dalam memberikan nilai kepada siswa. Dengan kata lain, evaluasi dikatakan obyektif apabila penilai dalam memberikan penilaian terhadap suatu obyek hanya ada satu interpretasi.

4) Pelaksanaan evaluasi harus menggunakan alat pengukur yang baik

Agar evaluasi yang dilaksanakan itu obyektif, diperlukan informasi atau bahan yang relevan. Untuk memperoleh informasi atau bahan yang relevan diperlukan alat pengukur atau instrumen yang dapat dipertanggungjawabkan atau

memenuhi syarat. Alat pengukur yang baik adalah alat pengukur yang memenuhi persyaratan (1) validitas, (2) reliabilitas, (3) daya pembeda.

a) Alat pengukur harus valid

Validitas alat pengukur ialah kadar ketelitian alat pengukur untuk dapat memenuhi fungsinya dalam menggambarkan keadaan aspek yang diukur dengan tepat dan teliti.

b) Alat pengukur harus reliabel

Pembicaraan reliabilitas alat pengukur berdasar pada seberapa jauh suatu alat pengukur dapat menunjukkan kestabilan, kekonstanan, atau keajegan hasil pengukuran. Suatu alat pengukur dikatakan reliable bila alat pengukur tersebut dikenakan terhadap subyek yang sama tetapi pada saat yang berlainan atau kalau orang yang memberikan alat pengukur itu berbeda hasilnya akan tetap sama. Sebagai contoh suatu meteran yang dipergunakan untuk mengukur panjang suatu benda. Meteran tersebut dikatakan reliabel bila ia dipergunakan untuk mengukur benda (X) menunjukkan hasil yang sama walaupun saat pengukurannya berbeda dan orang yang melakukan pengukuran juga berbeda.

c) Alat pengukur harus memiliki daya pembeda (deskriminatif)

Daya pembeda atau "*discriminating power*" soal adalah seberapa jauh suatu butir soal mampu membedakan tentang keadaan aspek yang diukur apabila keadaannya memang berbeda. Misalnya tes hasil belajar dapat diketahui daya pembedanya bila tes tersebut mampu membedakan antara dua orang atau lebih yang memang memiliki kemampuan belajar yang berbeda. Dengan kata lain tes

yang baik harus dapat membedakan kemampuan anak sesuai dengan tingkat kepandaian mereka.

Suatu butir soal yang sangat sukar, sehingga semua siswa tidak dapat mengerjakannya dengan benar, berarti butir soal tersebut tidak memiliki daya pembeda. Begitu pula sebaliknya, butir soal yang sangat mudah sehingga semua siswa dapat mengerjakan dengan benar, butir soal tersebut juga tidak memiliki daya pembeda.

B. Penelitian yang Relevan

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan untuk mendukung kajian teoritik yang dikemukakan, sehingga dapat digunakan sebagai landasan untuk membuat kerangka berpikir. Penelitian yang relevan dengan penelitian ini di antaranya:

1. Penelitian yang dilakukan oleh Pramana (2013) yang berjudul “Penyusunan Instrumen Penilaian Unjuk Kerja *Passing* Bawah Siswa Ekstrakurikuler Bolavoli SD Negeri Playen V Tahun Pelajaran 2012/ 2013”. Subjek dari penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri Playen V tahun pelajaran 2012/ 2013, sejumlah 20 responden. Dalam penelitian ini penulis mengadopsi prosedur penyusunan tes yang dikemukakan oleh Suharsimi Arikunto (2006: 209), yang meliputi perencanaan, penyusunan, pengadaan uji coba hingga merevisi. Tempat pengambilan data untuk menghitung reliabilitas dilakukan di SDN Playen V. Pengambilan data menggunakan survei, dengan instrumen berupa tes yang telah disusun dan divalidasi. Teknik analisis data, untuk validitas instrumen menggunakan validitas isi dengan 3 (tiga) validator,

dan reliabilitas yang dicari adalah reliabilitas antar rater karena dalam penelitian ini menggunakan 3 (tiga) orang *judge*, Hasil penelitian ini menunjukkan lembar tes yang dibuat valid dan reliabel. Diperoleh reliabilitas antar rater sebesar 0,997. Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa lembar penilaian tes unjuk kerja teknik *passing* bawah pada permainan bolavoli ini dinyatakan valid dan reliabel.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Vollyarti (2017) yang berjudul “Analisis Teknik *Passing* Bawah pada Atlet Pemula Bola Voli Putri di Klub Yuso Gunadarma”. Jenis penelitian adalah deskriptif. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet klub bola voli Yuso Gunadarma yang berjumlah 52 atlet. Teknik *sampling* menggunakan *purposive sampling*, dengan kriteria yaitu (1) berjenis kelamin perempuan, (2) atlet pemula Yuso Gunadarma, (3) bersedia menjadi sampel, dan (4) berusia maksimal 12 tahun (pemula). Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 27 atlet putri. Analisis data menggunakan deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk persentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa analisis teknik *passing* bawah pada atlet pemula bola voli putri di Klub Yuso Gunadarma berada pada kategori “sangat kurang” sebesar 11,11% (3 atlet), “kurang” sebesar 40,74% (11 atlet), “sedang” sebesar 48,15% (13 atlet), “baik” sebesar 0% (0 atlet), dan “sangat baik” sebesar 0% (0 atlet).

C. Kerangka Berpikir

Penguasaan teknik dasar *passing* bawah dalam permainan bola voli adalah penting karena keberhasilan suatu regu dalam pertandingan bola voli banyak ditentukan oleh *passing*. Teknik *passing* bawah selalu dipergunakan dalam permainan untuk bertahan dari serangan lawan atau pun untuk menyusun serangan. Teknik *passing* bawah ini harus dipelajari sejak dini dan merupakan dasar bagi atlet pemula untuk mengembangkan teknik *passing* bawah yang lainnya. Oleh karena itu seorang pelatih harus mengetahui tahapan-tahapan melakukan teknik *passing* bawah yang benar agar dapat diperbaiki sejak dini.

Passing bawah juga digunakan untuk bertahan atau menerima *smash*, karena teknik *passing* bawah merupakan teknik yang paling tepat untuk bertahan. Teknik *passing* yang baik yaitu posisi tangan yang kuat, kedua tangan rapat, dan harus selalu di bawah bola. Jika teknik *passing* bawah dilakukan dengan benar, kemungkinan besar dalam menerima serangan dari lawan akan berhasil, sehingga terjadi permainan yang baik dan kesempatan melakukan *spike* untuk mendapatkan poin akan terjadi. Sebenarnya dalam prinsip *passing* bawah diupayakan bahwa bola itu selalu ke depan atas dan melambung di daerah tengah lapangan sendiri, sehingga pengumpan dengan mudah akan melakukan umpanan yang akan dituju. Sampai saat ini masih banyak yang melakukan *passing* bawah itu harus tepat dan pas toser.

Cara yang paling utama untuk mengetahui apakah teknik *passing* bawah yang dilakukan sudah tepat atau belum salah satunya dengan melakukan analisis

gerakan teknik *passing* bawah. Hal ini dilakukan agar tidak terjadi kesalahan yang menetap dan kesalahan yang terjadi masih mudah untuk dibenarkan.

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Arikunto (2006: 302) menyatakan bahwa “penelitian deskriptif tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan “apa adanya” tentang sesuatu variabel, gejala atau keadaan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Arikunto (2006: 312), menyatakan bahwa metode survei merupakan penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Informasi yang diperoleh dari penelitian survei dapat dikumpulkan dari seluruh populasi dan dapat pula dari sebagian populasi.

B. Tempat dan Waktu Penelitian

Tempat penelitian yaitu di klub bola voli se- Kabupaten Sleman yang berjumlah lima klub, yaitu Yuso Sleman, Pervas, Mutiara, Sleman United, Spirit. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Mei 2018.

C. Definisi Operasional Variabel Penelitian

Arikunto (2006: 118) menyatakan bahwa “Variabel adalah objek penelitian atau apa yang menjadi titik perhatian suatu penelitian”. Variabel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman. Definisi operasionalnya yaitu kemampuan pelatih untuk memberikan penilaian teknik

passing bawah bolavoli berdasarkan fase persiapan, pelaksanaan, dan *follow trough* yang diukur menggunakan lembar observasi.

D. Populasi dan Sampel Penelitian

Sugiyono (2007: 55) menyatakan bahwa populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas objek atau subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian disimpulkan. Pendapat lain menurut Arikunto (2006: 101) populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Sesuai dengan pendapat di atas, maka populasi dalam penelitian ini adalah pelatih klub bola voli se- Kabupaten Sleman yang berjumlah lima klub, yaitu Yuso Sleman, Pervas, Mutiara, Sleman United, Spirit yang berjumlah 16 pelatih. Arikunto (2006: 109) menyatakan bahwa sampel adalah sebagian atau wakil yang diselidiki. Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *purposive sampling*. Menurut Sugiyono (2011: 85) *purposive sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu. Kriteria dalam penentuan sampel ini meliputi: (1) bersedia menjadi sampel penelitian dan (2) hadir pada saat pengambilan data. Berdasarkan kriteria tersebut yang memenuhi berjumlah 11 pelatih. Rincian sampel penelitian sebagai berikut:

Tabel 1. Sampel Penelitian

No	Klub	Jumlah Pelatih
1	PERVAS	2
2	YUSO SLEMAN	6
3	MUTIARA	1
4	SLEMAN UNITED	1
5	SPIRIT	1
Jumlah		11

E. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data

1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi. Menurut Arikunto (2006: 116), observasi adalah metode pengumpulan data di mana peneliti atau kolaboratornya mencatat informasi sebagaimana yang disaksikan selama penelitian. Penyaksian terhadap peristiwa-peristiwa itu bisa dengan melihat, mendengarkan, merasakan yang kemudian dicatat subjektif mungkin. Lembar observasi berisikan pernyataan-pernyataan yang merupakan objek dari pengamatan dan telah disediakan kolom *check list* sehingga peneliti tinggal membubuhkan tanda *check* (✓) pada kolom tersebut. Instrumen diadopsi dari penelitian Pramana (2013) dengan validitas menggunakan *content validity* dan reliabilitas sebesar 0,997. Adapun kisi-kisi instrumen penelitian pada tabel 2 sebagai berikut:

Tabel 2. Lembar Penilaian Tes Unjuk Kerja Teknik *Passing* Bawah Bola Voli

Indikator	Deskripsi	Skor
Fase Persiapan	Kedua lutut ditekuk, badan dibongkokkan ke depan	
	Salah satu kaki tumpu ada di depan	
	Kedua tangan saling berpegangan dengan punggung tangan kanan diletakkan di atas telapak tangan kiri, posisi ibu jari sejajar sama panjang	
	Kedua lengan sejajar membentuk seperti papan pantul, siku terkunci, lengan sejajar dengan paha, pinggang lurus	
Fase Pelaksanaan	Ayunkan kedua lengan ke arah bola dengan sumbu gerak pada persendian bahu.	
	Siku benar-benar dalam kondisi lurus, tidak ditekuk	
	Lutut mengikuti, tungkai kaki diluruskan	
	Perkenaan bola pada proksimal dari lengan, di atas dari pergelangan tangan dan pada waktu lengan membentuk sudut kurang lebih 45 derajat.	
Fase <i>Follow Through</i>	Jari tangan tetap digenggam	
	Siku tetap terkunci	
	Landasan mengikuti bola ke sasaran	
	Perhatikan bola bergerak ke sasaran	
Jumlah		

Keterangan:

Skor 4 : melakukan 4 deskripsi/ fase

Skor 3 : melakukan 3 deskripsi / fase

Skor 2 : melakukan 2 deskripsi / fase

Skor 1 : melakukan 1 deskripsi / fase

2. Teknik Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam penelitian ini adalah dengan menggunakan metode pengamatan. Setiap pelatih mengamati video yang telah disediakan oleh peneliti, kemudian pelatih mengevaluasi setiap gerakan *passing* bawah menggunakan lembar observasi. Video dalam penelitian ini berisi tentang pelaksanaan teknik *passing* bawah, dengan durasi 3 menit.

F. Teknik Analisis Data

Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik statistik deskriptif. Statistik ini bertujuan untuk mengumpulkan data, menyajikan data, dan menentukan nilai. Pengkategorian menggunakan acuan lima batasan norma, pada tabel 3 sebagai berikut:

Tabel 3. Norma Penilaian

No	Interval	Kategori
1	10-12	Baik
2	7-9	Cukup
3	4-6	Kurang

Langkah berikutnya adalah menganalisis data untuk menarik kesimpulan dari penelitian yang dilakukan. Menurut Arikunto (2006: 245-246) rumus yang digunakan adalah sebagai berikut:

$$P = \frac{F}{N} \times 100\%$$

P = Persentase yang dicari

F = frekuensi

N = jumlah responden

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk menggambarkan data yaitu tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berdasarkan fase persiapan, pelaksanaan, dan *follow trough* dipaparkan sebagai berikut:

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman didapat skor terendah (*minimum*) 5,00, skor tertinggi (*maksimum*) 11,00, rerata (*mean*) 8,90, nilai tengah (*median*) 9,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 9,00, *standar deviasi* (SD) 1,88. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 4 sebagai berikut:

Tabel 4. Deskriptif Statistik

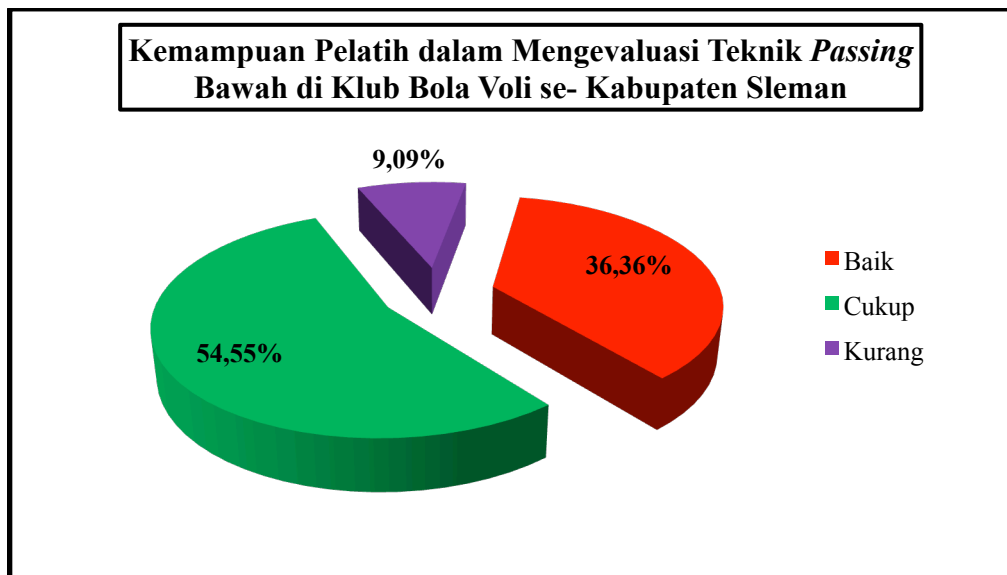
Statistik	
<i>N</i>	11
<i>Mean</i>	8.9091
<i>Median</i>	9.0000
<i>Mode</i>	9.00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	1.86840
<i>Minimum</i>	5.00
<i>Maximum</i>	11.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman disajikan pada tabel 5 sebagai berikut:

Tabel 5. Distribusi Frekuensi Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	10-12	Baik	4	36,36%
2	7-9	Cukup	6	54,55%
3	4-6	Kurang	1	9,09%
Jumlah			11	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 5 tersebut di atas, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman dapat disajikan pada gambar 10 sebagai berikut:



Gambar 10. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman

Berdasarkan tabel 5 dan gambar 10 di atas menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berada pada kategori “kurang” sebesar 9,09% (1 orang), “cukup” sebesar 54,55% (6 orang), dan “baik” sebesar 36,36% (4 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 8,91, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman dalam kategori “cukup”.

1. Fase Persiapan

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berdasarkan fase persiapan didapat skor terendah (*minimum*) 2,00, skor tertinggi (*maksimum*) 4,00, rerata (*mean*) 2,82, nilai tengah (*median*) 3,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 2,00, *standar deviasi* (SD) 0,87. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 6 sebagai berikut:

Tabel 6. Deskriptif Statistik Fase Persiapan

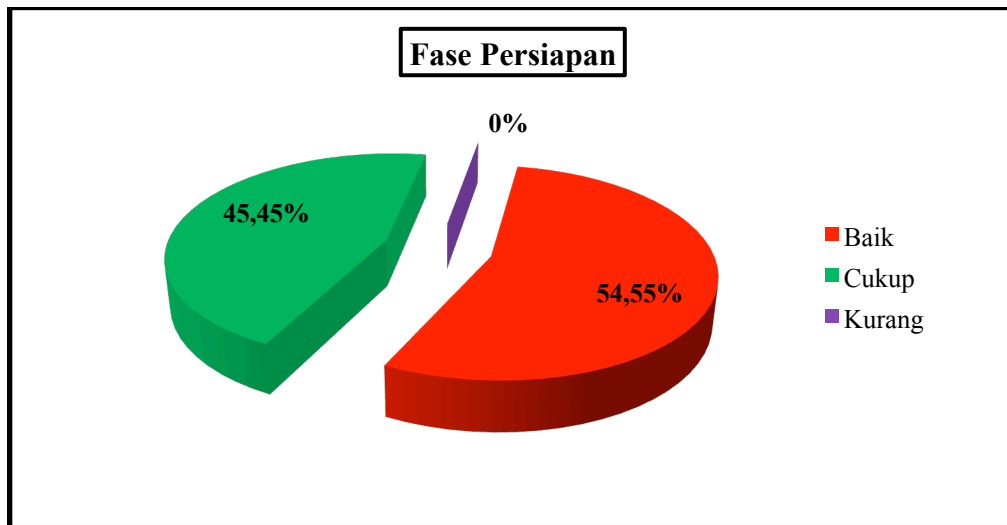
Statistik	
<i>N</i>	11
<i>Mean</i>	2.8182
<i>Median</i>	3.0000
<i>Mode</i>	2.00
<i>Std, Deviation</i>	.87386
<i>Minimum</i>	2.00
<i>Maximum</i>	4.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase persiapan disajikan pada tabel 7 sebagai berikut:

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Fase Persiapan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$3 \leq$	Baik	6	54,55%
2	2,0-2,9	Cukup	5	45,45%
3	$\leq 1,9$	Kurang	0	0%
Jumlah			11	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 7 tersebut di atas, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase persiapan dapat disajikan pada gambar 11 sebagai berikut:



Gambar 11. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman Fase Persiapan

Berdasarkan tabel 7 dan gambar 11 di atas menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase persiapan berada pada kategori “kurang” sebesar 0% (0 orang), “cukup” sebesar 45,45% (5 orang), dan “baik” sebesar 54,55% (6 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 2,82, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase persiapan dalam kategori “cukup”.

2. Fase Pelaksanaan

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berdasarkan fase pelaksanaan didapat skor terendah (*minimum*) 1,00, skor tertinggi (*maksimum*) 4,00, rerata (*mean*) 3,09, nilai tengah (*median*) 3,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 3,00, *standar deviasi* (SD) 0,94. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 8 sebagai berikut:

Tabel 8. Deskriptif Statistik Fase Pelaksanaan

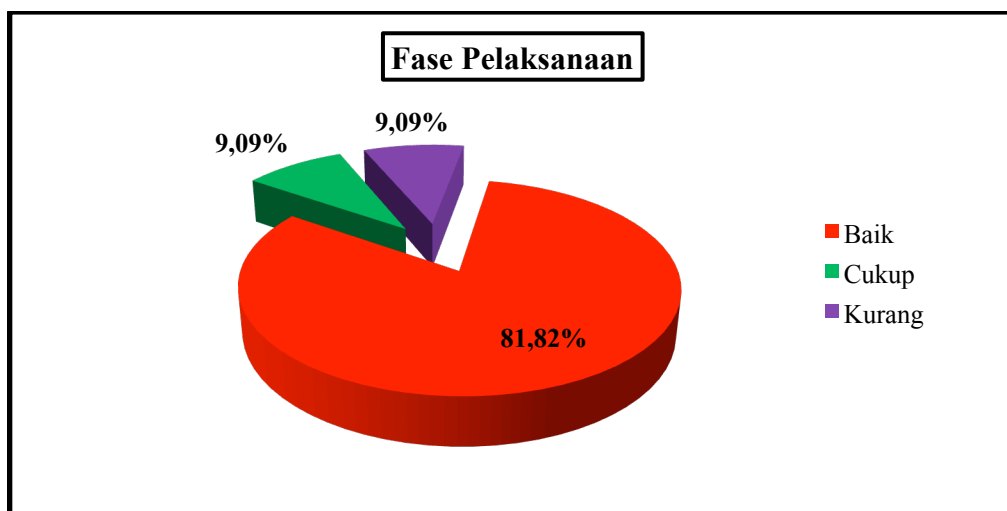
Statistik	
<i>N</i>	11
<i>Mean</i>	3.0909
<i>Median</i>	3.0000
<i>Mode</i>	3.00
<i>Std, Deviation</i>	.94388
<i>Minimum</i>	1.00
<i>Maximum</i>	4.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase pelaksanaan disajikan pada tabel 9 sebagai berikut:

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Fase Pelaksanaan

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$3 \leq$	Baik	9	81,82%
2	2,0-2,9	Cukup	1	9,09%
3	$\leq 1,9$	Kurang	1	9,09%
Jumlah			11	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 9 tersebut di atas, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase pelaksanaan dapat disajikan pada gambar 12 sebagai berikut:



Gambar 12. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman Fase Pelaksanaan

Berdasarkan tabel 9 dan gambar 12 di atas menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase pelaksanaan berada pada kategori “kurang” sebesar 9,09% (1 orang), “cukup” sebesar 9,09% (1 orang), dan “baik” sebesar 81,82% (9 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 3,09, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase pelaksanaan dalam kategori “baik”.

3. Fase *Follow Through*

Deskriptif statistik data hasil penelitian tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berdasarkan fase *follow through* didapat skor terendah (*minimum*) 1,00, skor tertinggi (*maksimum*) 4,00, rerata (*mean*) 3,00, nilai tengah (*median*) 3,00, nilai yang sering muncul (*mode*) 3,00, *standar deviasi* (SD) 1,00. Hasil selengkapnya dapat dilihat pada tabel 10 sebagai berikut:

Tabel 10. Deskriptif Statistik Fase *Follow Through*

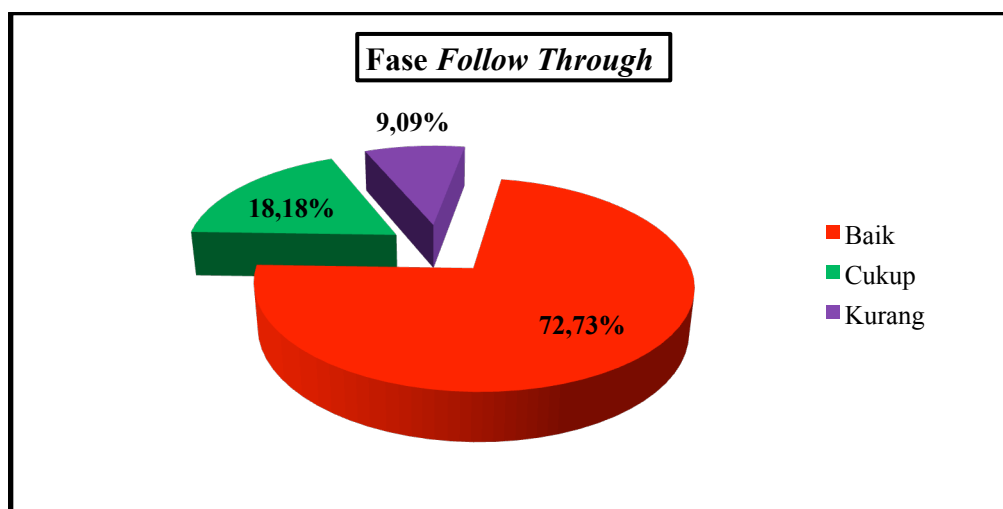
Statistik	
<i>N</i>	11
<i>Mean</i>	3.0000
<i>Median</i>	3.0000
<i>Mode</i>	3.00 ^a
<i>Std. Deviation</i>	1.00000
<i>Minimum</i>	1.00
<i>Maximum</i>	4.00

Apabila ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase *follow through* disajikan pada tabel 11 sebagai berikut:

Tabel 11. Distribusi Frekuensi Fase *Follow Through*

No	Interval	Kategori	Frekuensi	%
1	$3 \leq$	Baik	8	72,73%
2	2,0-2,9	Cukup	2	18,18%
3	$\leq 1,9$	Kurang	1	9,09%
Jumlah			11	100%

Berdasarkan distribusi frekuensi pada tabel 11 tersebut di atas, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase *follow through* dapat disajikan pada gambar 13 sebagai berikut:



Gambar 13. Diagram Batang Kemampuan Pelatih dalam Mengevaluasi Teknik *Passing* Bawah di Klub Bola Voli se- Kabupaten Sleman Fase *Follow Through*

Berdasarkan tabel 11 dan gambar 13 di atas menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase *follow through* berada pada kategori “kurang” sebesar 9,09% (1 orang), “cukup” sebesar 18,18% (2 orang), dan “baik” sebesar 72,73% (8 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 3,00, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase *follow through* dalam kategori “baik”.

B. Pembahasan

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berdasarkan fase persiapan, pelaksanaan, dan *follow trough*. Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berada pada kategori cukup. Secara rinci, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berdasarkan fase persiapan, pelaksanaan, dan *follow trough*, yaitu:

1. Kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase persiapan berada pada kategori “cukup”.
2. Kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase pelaksanaan dalam kategori “baik”.
3. Kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman fase *follow through* dalam kategori “baik”.

Berdasarkan hasil di atas, menunjukkan bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman sudah cukup baik, artinya pelatih sudah mengetahui teknik *passing* bawah bola voli, meskipun dari hasil di atas belum maksimal. Evaluasi merupakan suatu proses menyediakan informasi yang dapat dijadikan sebagai pertimbangan untuk menentukan harga dan jasa (*the worth and merit*) dari tujuan yang dicapai, desain, implementasi dan dampak untuk membantu membuat keputusan, membantu

pertanggungjawaban dan meningkatkan pemahaman terhadap fenomena (Widoyoko, 2017: 3).

Pelatih yang ahli dalam bidangnya akan lebih mudah membuat dan menerapkan program latihan untuk membantu atlet meraih prestasi puncak. Pelatih yang berkompeten memiliki jam melatih yang banyak, pernah melatih anak-anak, remaja, junior, dan senior. Pelatih yang berkompeten akan bisa mencetak atlet-atlet yang handal dan bisa berprestasi. Selain itu, pelatih harus bisa mengamati segala kekurangan dan kelebihan dari atletnya baik saat latihan dan maupun saat bertanding.

Pelatih memiliki tugas yang cukup berat, yakni menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Pelatih yang berkompeten harus mampu melaksanakan tugas yang diembannya dengan baik, seperti yang dikemukakan Thomson (dalam Irianto, 2002: 18), pelatih harus mampu berperan sebagai; guru, pelatih, instruktur, motivator, penegak disiplin, manajer, administrator, agen penerbit, pekerja sosial, teman, ahli ilmu pengetahuan, dan sebagai mahasiswa. Menurut Sukadiyanto (2005: 4-5) syarat pelatih antara lain memiliki: (1) Kemampuan dan keterampilan cabang olahraga yang dibina, (2) Memiliki pengetahuan dan pengalaman di bidangnya, (3) Dedikasi dan komitmen melatih, (4) Memiliki moral dan sikap kepribadian yang baik.

C. Keterbatasan Hasil Penelitian

Kendatipun peneliti sudah berusaha keras memenuhi segala kebutuhan yang dipersyaratkan, bukan berarti penelitian ini tanpa kelemahan dan

kekurangan. Beberapa kelemahan dan kekurangan yang dapat dikemukakan di sini antara lain:

1. Sulitnya mengetahui kesungguhan responden dalam mengerjakan tes. Usaha yang dilakukan untuk memperkecil kesalahan yaitu dengan memberi gambaran tentang maksud dan tujuan penelitian ini.
2. Pengumpulan data dalam penelitian ini hanya didasarkan pada hasil pengisian tes sehingga dimungkinkan adanya unsur kurang objektif dalam pengisian tes. Selain itu dalam pengisian tes diperoleh adanya sifat responden sendiri seperti kejujuran dan ketakutan dalam menjawab responden tersebut dengan sebenarnya.
3. Saat pengambilan data penelitian yaitu saat penyebaran instrumen penelitian kepada responden, tidak dapat dipantau secara langsung dan cermat apakah jawaban yang diberikan oleh responden benar-benar sesuai dengan pendapatnya sendiri atau tidak.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil analisis data dan pembahasan dapat diambil kesimpulan, bahwa kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman berada pada kategori “kurang” sebesar 9,09% (1 orang), “cukup” sebesar 54,55% (6 orang), dan “baik” sebesar 36,36% (4 orang). Berdasarkan nilai rata-rata, yaitu 8,91, kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman dalam kategori “cukup”.

B. Implikasi Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang telah disimpulkan di atas dapat dikemukakan implikasi hasil penelitian sebagai berikut:

1. Dengan diketahui kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman dapat digunakan untuk mengetahui kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub lain.
2. Pelatih dapat menjadikan hasil ini sebagai bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan kemampuan dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah bola voli.

C. Saran-saran

Ada beberapa saran yang perlu disampaikan sehubungan dengan hasil penelitian ini, antara lain:

1. Agar mengembangkan penelitian lebih dalam lagi tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman.
2. Agar melakukan penelitian tentang kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik *passing* bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman dengan menggunakan metode lain.
3. Lebih melakukan pengawasan pada saat pengambilan data agar data yang dihasilkan lebih objektif.

DAFTAR PUSTAKA



- Ahmadi, N. (2007). *Panduan olahraga bola voli*. Solo: Era Pustaka Utama.
- Arifin, Z. (2013). *Evaluasi pembelajaran*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Beutelstahl, D. (2008). *Belajar bermain bola voli*. Bandung: Pionir Jaya.
- Bompa, O.T. (1994). *Theory and methodology of training*. Toronto: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Dwijowinoto, K. (1993). *Dasar-dasar ilmiah kepelatihan (Pate, Rotella, dan Me Clenaghan Terjemahan)*. Semarang: IKIP Semarang Press.
- FIVB. (2013). *Sport regulations volleyball*. Jakarta: FIVB.
- _____. (2013). *Official volleyball rules 2013-2016*. 33rd Congres 2012: FIVB.
- Harsono. (2015). *Kepelatihan olahraga. (teori dan metodologi)*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- I M G Arta Mahardika, AAIN Marhaeni, K, & Widiartini. (2015). Pengaruh variasi pelatihan passing terhadap kemampuan melakukan passing atas pada permainan bola voli pada siswa SMALB SLB B Negeri Sidakarya tahun ajaran 2014/2015. *E-journal*. Singaraja: PPS UPG.
- Irianto, D.P. (2002). *Dasar kepelatihan*. Diklat Mata Kuliah PPL: FIK UNY.
- Koesyanto, H. (2003). *Belajar bermain bola volley*. Semarang: FIK UNNES.
- Kusuma, M. (2016). *Evaluasi pendidikan*. Yogyakarta: Dua Satria Offset.
- Mikanda. (2014). *Buku super lengkap olahraga*. Jakarta: Dunia Cerdas.
- Onang, U. (1977). *Kepemimpinan dan komunikasi*. Bandung: Alumni.
- Paglia, J. (2015). *A guide to volleyball basics*. USA: Sporting Goods Manufactures Association.
- PBVSI. (2004). *Peraturan permainan bola voli*. Jakarta: PP. PBVSI.

- Pramana. (2013). *Penyusunan instrumen penilaian unjuk kerja passing bawah siswa ekstrakurikuler bolavoli SD Negeri Playen V tahun pelajaran 2012/2013*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Reynaud, C. (2011). *Coaching volleyball technical and tactical skill*. Champaign: Human Kinetics.
- Soepardi. (1998). *Coaching dan training*. Jakarta: Proyek Pendidikan STO.
- Sugihartono, Harahap, F, & Nurhayati, S.R. (2013). *Psikologi Pendidikan*. Yogyakarta: UNY Press
- Sugiyono. (2007). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhadi & Sujarwo. (2009). *Volleyball for all*. Yogyakarta: UNY Press.
- Suharno. (1978). *Ilmu coaching umum*. Yogyakarta: Yayasan Sekolah Tinggi Olahraga Yogyakarta.
- _____. (1993). *Metodik melatih permainan bola volley*. Yogyakarta: Yayasan Sekolah Tinggi Olahraga Yogyakarta.
- Sukadiyanto. (2005). *Pengantar teori dan metodologi melatih fisik*. Yogyakarta: UNY Press.
- Suprananto, K. (2012). *Pengukuran dan penilaian pendidikan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sutarto. (1991). *Dasar-dasar kepemimpinan administrasi*. Yogyakarta: UGM Press.
- Viera, B, & Ferguson, B.J. (2000). *Bola voli tingkat pemula*. Jakarta: Dahara Prize Semarang.
- Vollyarti, S.I. (2017). *Analisis teknik passing bawah pada atlet pemula bola voli putri di klub Yuso Gunadarma*. Skripsi Sarjana, tidak diterbitkan, Universitas Negeri Yogyakarta, Yogyakarta.
- Widoyoko, E.P. (2017). *Evaluasi program pembelajaran*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Yunus. (1992). *Olahraga pilihan bola voli*. Jakarta: Depdikbud Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi.

_____. (1998). *Dasar-dasar kepelatihan olahraga*. Jakarta: Proyek Peningkatan Mutu Guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan Sekolah Dasar.

LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Izin Penelitian dari Fakultas

	KEMENTERIAN RISET, TEKNOLOGI DAN PENDIDIKAN TINGGI UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN Alamat : Jl. Kolombo No. 1 Yogyakarta 55281 Telp. (0274) 513092, 586168 psw: 282, 299, 291, 541
Nomor : 021/N.34.16/PP.2018	2 Juli 2018.
Lamp : 1 Eks	
Hal : Permohonan Izin Penelitian	
Kepada Yth. Ketua PBVSI Kabupaten Sleman di Tempat.	
Dibentarkan dengan hormat bahwa mahasiswa kami dari Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, bermaksud memohon izin wawancara, dan mencari data untuk keperluan penelitian dalam rangka penulisan Tugas Akhir Skripsi, kami mohon Bapak/Ibu/Saudara berkenan untuk memberikan izin bagi mahasiswa	
Nama	: Abidur Rahman
NIM	: 11602241028
Program Studi	: PKO
Dosen Pembimbing	: Prof. Dr. Siswanto, M.Kes.
NIP	: 17203101999031002
Pencatatan akan dilaksanakan pada	
Waktu	: Esok 17 Juli 2018
Tempat	: Pelatih Bolavoli yang ada di Kabupaten Sleman.
Judul Skripsi	: Kemampuan Pelatih Bolavoli di Kabupaten Sleman dalam Mengevaluasi Teknik Passing Bawah.
Demikian surat ini dibuat agar yang berkepentingan maklum, serta dapat dipergunakan sebagai acuan. Atas kerjasama dan izin yang diberikan, kami ucapkan terima kasih.	
Dekan,	
	
Prof. Dr. Wawan S. Suherman, M.Ed. NIP. 19640707 198812 1 001	
Tembusan :	
1. Ketua Pelatih Bolavoli	
2. Kaprodi PKO.	
3. Pembimbing Tas	
4. Mahasiswa ybs.	

Lampiran 2. Hasil Penelitian dari Pelatih

**KEMAMPUAN PELATIH BOLAVOLI DALAM MENGEVALUASI TEKNIK
PASSING BAWAH DI KABUPATEN SLEMAN**

Nama : Pamar Pamungkas
Nama Club : SLEMAN UNITED
Alamat Club : KOMBANGAN, LUMBURREJO, TEMPEL, SLEMAN
Tingkatan Melatih : NASIONAL
Lama Melatih : 9 tahun

6

Petunjuk pengisian :
Berilah jawaban YA/TIDAK dan deskripsikan alasannya berdasarkan pemahaman pelatih pada video passing bawah yang disediakan oleh peneliti.

A. Fase persiapan
Dalam video tersebut apakah ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet dalam melakukan teknik passing bawah? YA/TIDAK
Jawaban: YA/TIDAK
Deskripsikan alasannya:

1 :) Posisi kaki dalam Menapak lutut Masih kurang rendah
X :) Posisi kedua tangan idealnya masih bebas, belum posisi siap passing
1 :) Jarak antara kedua kaki terlalu dekat, akan lebih baik kalau jaraknya selebar bahu

B. Fase Pelaksanaan

Dalam video tersebut apakah ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet dalam melakukan teknik passing bawah? YA/TIDAK

Jawab: YA TIDAK

Deskripsikan alasannya:

3 Hanya ada sedikit kekurangan yaitu pada posisi kedua lengan yang menderas terbelah keatas (lebih tinggi dari bahu)

C. Fase Follow Throug

Dalam video tersebut apakah ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet dalam melakukan teknik passing bawah? YA/TIDAK

Jawaban YA/TIDAK

Deskripsikan alasannya:

1.
1) Melangkahkan kaki ke depan nya masih sedikit kurang ke depan, lebih baik apabila dalam follow through posisi akhir kaki adalah depan belakang.

2) Saat akhirnya tidak meruntuhkan otot dalam posisi siap kembali.
Setelah follow through sekiranya atlet langsung mengambil posisi siap defense.

Lanjutan Lampiran 2

**KEMAMPUAN PELATIH BOLAVOLI DALAM MENGEVALUASI TEKNIK
PASSING BAWAH DI KABUPATEN SLEMAN**

Nama : Bayu Umarwoko, S.Pd.kor
Nama Club : Yuso Sleman
Alamat Club : GOR UMY
Tingkatan Melatih : Junior/Senior
Lama Melatih : 9 tahun

(10)

Petunjuk pengisian :
Berilah jawaban YA/TIDAK dan deskripsikan alasannya berdasarkan pemahaman pelatih pada video passing bawah yang disediakan oleh peneliti.

A. Fase persiapan
Dalam video tersebut apakah ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet dalam melakukan teknik passing bawah? YA/TIDAK
Jawaban: ~~YA/TIDAK~~
Deskripsikan alasannya:

Ada sedikit kesalahan diantaranya 2
- kedua kaki kurang melebar selebar bahu (1)
- posisi badan kurang rendah atau lutut kurang ditekuk (1)

B. Fase Pelaksanaan

Dalam video tersebut apakah ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet dalam melakukan teknik passing bawah? YA/TIDAK

Jawaban: ~~YA~~/TIDAK

Deskripsikan alasannya:

Fase pelaksanaan sudah baik ⁴ ayunan lengan
lurus kedepan ¹ dan perkenaan bola tepat
di Pergelangan / tangan bawah ²

Fase *Follow Throug*

Dalam video tersebut apakah ada kesalahan yang dilakukan oleh atlet dalam melakukan teknik passing bawah? YA/TIDAK

Jawaban: YA/TIDAK

Deskripsikan alasannya:

4
Ayunan tangan sudah baik tetapi gerakan lanjutan tangan (*Follow Throug*) terlalu naik ke atas tidak lurus bahu.

Gerakan langkah kaki kurang lanjutan kedepan

Lampiran 3. Rangkuman Data Penelitian

No	Nama	Fase			Total
		Persiapan	Pelaksanaan	<i>Follow Through</i>	
1	Eko	2	1	2	5
2	M. Suarifufin	4	4	3	11
3	Damar	2	3	3	8
4	Tri Fajar	2	3	2	7
5	Syamsuradin	2	4	3	9
6	M. Adib	4	3	4	11
7	Lukman	3	2	4	9
8	Bayu	2	4	4	10
9	Edi	3	3	3	9
10	Sukaryanto	3	4	1	8
11	Agus	4	3	4	11
Jumlah		31	34	33	98

Lampiran 4. Deskriptif Statistik

Statistics

kemampuan pelatih dalam
mengevaluasi teknik passing bawah
di klub bola voli se- Kabupaten
Sleman

N	Valid	11
	Missing	0
Mean		8.9091
Median		9.0000
Mode		9.00 ^a
Std. Deviation		1.86840
Minimum		5.00
Maximum		11.00
Sum		98.00

a. Multiple modes exist. The smallest
value is shown

kemampuan pelatih dalam mengevaluasi teknik passing bawah di klub bola voli se- Kabupaten Sleman

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	5	1	9.1	9.1	9.1
	7	1	9.1	9.1	18.2
	8	2	18.2	18.2	36.4
	9	3	27.3	27.3	63.6
	10	1	9.1	9.1	72.7
	11	3	27.3	27.3	100.0
Total		11	100.0	100.0	

Statistics

		Persiapan	Pelaksanaan	Follow Through
N	Valid	11	11	11
	Missing	0	0	0
Mean		2.8182	3.0909	3.0000
Median		3.0000	3.0000	3.0000
Mode		2.00	3.00	3.00 ^a
Std. Deviation		.87386	.94388	1.00000
Minimum		2.00	1.00	1.00
Maximum		4.00	4.00	4.00
Sum		31.00	34.00	33.00

a. Multiple modes exist. The smallest value is shown

Persiapan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	2	5	45.5	45.5	45.5
	3	3	27.3	27.3	72.7
	4	3	27.3	27.3	100.0
Total		11	100.0	100.0	

Pelaksanaan

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	9.1	9.1	9.1
	2	1	9.1	9.1	18.2
	3	5	45.5	45.5	63.6
	4	4	36.4	36.4	100.0
	Total		11	100.0	100.0

Follow Through

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1	1	9.1	9.1	9.1
	2	2	18.2	18.2	27.3
	3	4	36.4	36.4	63.6
	4	4	36.4	36.4	100.0
	Total	11	100.0	100.0	

Lampiran 5. Dokumentasi

