

Analisis Tingkat Keterampilan Servis Atas Bola Voli pada Siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan

Andi Akbar¹, Muhammad Al Ghani²

^{1,2}Universitas Muhammadiyah Jakarta, Tangerang Selatan, Indonesia

andiakbar1976@gmail.com

Abstrak. Banyaknya siswa-siswi SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yang mendapatkan nilai keterampilan servis atas bola voli di bawah kriteria ketuntasan minimal (KKM) yakni 75, merupakan masalah yang diangkat di dalam penelitian ini. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif. Sampel penelitian siswa-siswi SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yang berjumlah 48 orang. Teknik penarikan sampel menggunakan *Stratified Proporsional Random Sampling*. Untuk mengukur tingkat keterampilan servis atas bola voli digunakan tes unjuk kerja dengan menggunakan rubrik unjuk kerja. Teknik analisa data menggunakan analisis deskriptif. Hasil penelitian mengenai keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan berada pada kategori sangat terampil, di mana diperoleh skor rata-rata tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa sebesar 95.

Kata kunci: Olahraga, bola voli, servis atas

1. Pendahuluan

Definisi olahraga menurut Husdarta dalam Sutiyawan (2017: 4), bahwa olahraga merupakan kegiatan otot yang energik dan dalam kegiatan itu atlet memperagakan kemampuan gerakannya dan kemauanya semaksimal mungkin. Menurut UNESCO sport adalah setiap aktivitas fisik berupa permainan yang berisikan perjuangan melawan unsur- unsur alam, orang lain ataupun diri sendiri. Definisi yang dirumuskan oleh Dewan Eropa pada tahun 1980 merumuskan bahwa olahraga sebagai aktivitas spontan, bebas dan dilaksanakan selama waktu luang. Sedangkan menurut Husdarta dalam Sutiyawan (2017: 5), istilah olahraga tidak digunakan dalam olahraga kompetitif yang sempit, karena pengertiannya bukan hanya sebagai himpunan aktivitas fisik yang resmi terorganisasi dan tidak resmi yang tampak kebanyakan dalam cabang-cabang olahraga namun juga dalambentuk yang mendasar seperti senam, pelatihan kebugaran jasmani. Olahraga mengandung arti akan adanya sesuatu yang berhubungan dengan peristiwa mengolah raga atau mengolah jasmani. Giriwijoyo dalam Sutiyawan (2017: 5) mengatakan bahwa olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana yang dilakukan secara sadar untuk meningkatkan kemampuan fungsionalnya. Selanjutnya Kusmaedi dalam Sutiyawan (2017: 5) menyatakan bahwa kata olahraga berasal dari beberapa hal, yaitu:

- Disport yaitu bergerak dari satu tempat ke tempat lain,
- Field Sport yaitu kegiatan yang dilakukan para bangsawan yang terdiri dari

- menembak dan berburu,
- c. Desporter yaitu membuang kata lelah,
- d. Sports yaitu pemuas atau hobi, dan
- e. Olahraga yaitu gerak badan untuk menguatkan badan.

Sedangkan menurut *International Council of Sport and Education* yang dikutip Lutan dalam Sutiyawan (2017: 5) olahraga adalah kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan dengan diri sendiri atau perjuangan dengan orang lain serta konfrontasi dengan unsur alam. Selanjutnya Kosasih dalam Sutiyawan (2017: 4) menyatakan bahwa olahraga adalah kegiatan untuk memperkembangkan kekuatan fisik dan jasmani supaya badan kuat dan tenaga cukup terlatih menjadi tangkas untuk melakukan perjuangan hidupnya.

Dari beberapa definisi olahraga dapat disimpulkan bahwa olahraga adalah kegiatan aktivitas jasmani yang mengandung sifat permainan serta berisi perjuangan dengan diri sendiri, orang lain, dan alam yang mempunyai tujuan tertentu. Menurut Husdarta dalam Sutiyawan (2017: 6), terdapat beberapa ciri-ciri dalam olahraga yaitu:

- a. Olahraga Sebagai Sub-Sistem Bermain Inti yang paling dalam dari olahraga dibentuk oleh sebuah kriteria yaitu makna bermain dan permainan kriteria paling otentik adalah bahwa kegiatan olahraga didasarkan pada faktor kebebasan dan kesengajaan atas dasar kesadaran pelakunya untuk berbuat, lawan dari aktivitas yang bersifat paksaan atau desakan. Dalam olahraga kita cenderung mengulang-ulang gerak yang dianggap memperkaya diri kita sebagai keharusan untuk memenuhi kebutuhan material. Unsur kesungguhan dan perjuangan konfrontasi atlet dengan tugasnya menjadi ciri yang amat jelas dari olahraga.
- b. Gambaran Struktural Spesifik Olahraga Aktivitas olahraga memiliki perbedaan dengan dunia bermain terutama dalam gambaran struktural dan faktor-faktor yang berpengaruh yang membentuk kerangka spesifik olahraga ditandai dengan bentuk-bentuk yang khas.
- c. Fokus pada Gerak dalam Pelaksanaan Olahraga Orientasi fisik (fisik) kegiatan olahraga merupakan ciri utama dalam konteks ini, seperti aspek gerak, daya tahan, kecepatan, kekuatan dan ketrampilan yang merupakan unsur inheren dari kegiatan olahraga. Setiap bentuk permainan sejati dalam olahraga terdiri atas kegiatan yang lebih menekankan aspek gerak, sehingga unsur jasmaniah menjadisingkat dominan. Perwujudan gerak dalam olahraga ini terkait dengan aspek dorongan (drive) pada manusia yang terikat dengan faktor sosial dan budaya juga pengaruh kejiwaan dan motif.
- d. Realitas Olahraga
Keterlibatan seseorang dalam olahraga tidak terpaku pada peran yang telah ditetapkan saja, tetapi merupakan bagian dari dunia nyata atau konkrit. Bersama dengan yang lain pemain memainkan sebuah permainan yang real dalam konteks bermain dan faktor kesungguhan merupakan kriteria yang melekat pada pelaksanaan olahraga. Perbuatan setengah hati atau pura-pura, bertentangan dengan ciri hakiki olahraga.
- e. Penampilan dan Prestasi dalam Olahraga Husdarta (2010: 139), menekankan unsur tujuan dan prestasi seperti halnya keriang karena mampu melakukan sesuatu sebaik mungkin atau melebihi orang lain sebagai faktor penentu

- kegiatan olahraga. Ada tiga dimensi karakteristik prestasi olahraga, yaitu :
- 1) Prestasi itu dinyatakan melalui aspek jasmaniah. Prestasi olahraga diarahkan untuk menguasai, memelihara dan mengoptimalkan ketrampilan gerak.
 - 2) Kegiatan dilaksanakan secara suka rela.
 - 3) Kegiatannya tidak dimaksudkan untuk menghancurkan orang lain tetapi justru untuk meningkatkan solidaritas.
- f. Dimensi Sosial Proses pembelajaran keterampilan olahraga itu berlangsung dalam suasana sosial, meskipun dalam kenyataannya seseorang memperoleh kebebasan untuk memilih atau menentukan kegiatan apa yang akan dilakukan tanpa dipengaruhi orang lain. Klasifikasi Olahraga Ditinjau dari tujuannya, olahraga digolongkan menjadi empat yaitu:
- 1) Olahraga Pendidikan
Olahraga pendidikan adalah aktivitas olahraga yang bertujuan untuk membantu meningkatkan pencapaian tujuan pendidikan. Olahraga yang bertujuan untuk pendidikan ini identik dengan aktivitas pendidikan jasmani yaitu cabang-cabang olahraga sebagai media pendidikan.
 - 2) Olahraga Rekreasi
Olahraga Rekreasi adalah olahraga yang dilakukan pada waktu senggang sehingga pelaku memperoleh kepuasan secara emosional seperti kesenangan, kegembiraan, kebahagiaan, serta memperoleh kepuasan secara fisik-fisiologis seperti terpeliharanya kesehatan dan kebugaran tubuh.
 - 3) Olahraga Prestasi
Olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk memperoleh prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga. Atlet yang menekuni cabang-cabang olahraga dengan tujuan untuk mencapai prestasi yang baik disyaratkan memiliki kebugaran dan harus memiliki keterampilan yang baik pada cabang olahraga yang ditekuninya.
 - 4) Olahraga Rehabilitasi / Kesehatan
Kegiatan olahraga yang bertujuan untuk pengobatan atau penyembuhan biasanya dikelola oleh tim medis dan hanya untuk kelompok tertentu seperti penderita penyakit jantung koroner, penderita asma, penyembuhan setelah cedera, dan penderita penyakit lainnya yang dianjurkan oleh dokter.

Permainan bola voli diciptakan pada tahun 1895 oleh William G. Morgan dari Amerika Serikat. Pada mulanya permainan ini bernama Mintonette, mengingat dari permainan ini dimainkan dengan melambungkan bola (memukul-mukul bola) sebelum bola tersebut menyentuh lantai, maka pada tahun 1896 oleh H.T. Halsted mengusulkan nama permainan menjadi "Volley Ball". Permainan bola voli di Indonesia sudah dikenal sejak tahun 1928, dibawa oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah lanjutan. Sejak PON II di Jakarta pada tahun 1951, sampai sekarang bola voli termasuk salah satu cabang olahraga yang resmi dipertandingkan (Syafuddin Saptiani et al., 2019: 2).

Pada dasarnya prinsip bermain bola voli adalah memantulkan bola sebelum menyentuh lantai, bola dimainkan sebanyak tiga kali memantulkan dalam lapangan sendiri secara bergantian dengan mengusahakan bola yang dipantulkan itu diseberangkan ke lapangan lawan melewati atas jaring net dan diusahakan lawan menerima sesulit mungkin. Bola voli dimainkan oleh dua regu tiap regu terdiri atas enam pemain, dan tiap regunya berusaha melewatkan bola di atas net bola voli agar

jatuh menyentuh lantai lapangan lawan, kemudian mencegah usaha yang sama dari lawan agar mendapatkan poin atau angka regu yang pertama mencapai angka 25 adalah regu yang menang (Muhajir dalam Sari & Guntur, 2017: 2).

Kegunaan bermain bola voli dalam pembentukan individu secara harmonis antara perkembangan jasmani dan rohani sangatlah besar. Permainan bola voli memiliki gerak yang cukup kompleks, yang membutuhkan koordinasi, kelentukan, kondisi fisik yang baik agar dapat meraih prestasi yang maksimal.

Menurut Anthony dalam Saptiani et., (2019: 2) dalam permainan bola voli ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai. Teknik-teknik dalam permainan agar dapat bermain dengan baik, yaitu servis atas, servis bawah, passing atas, dan passing bawah. Adapula teknik lanjutan yaitu, smash, blocking, dan jumping service. Saat melakukan teknik-teknik dengan benar menggunakan kemampuan koordinasi kekuatan dan akurasi.

Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik yang mendukung jalannya suatu pertandingan salah satu teknik yang sangat mendukung adalah servis. Servis adalah satu-satunya teknik yang digunakan untuk memulai permainan. Servis merupakan langkah dasar awal yang harus dikuasai dalam bermain bola voli. Pada saat bermain bola voli, pemain hanya akan mendapatkan angka apabila pemain memegang servis (kecuali saat penentuan di set kelima), karena itulah dalam suatu pertandingan sangat penting bagi pemain untuk melakukan servis dengan konsisten, yaitu paling tidak 90% dari servis pemain dapat melewati net ke daerah lawan. Pada masa kini, servis bukan sekedar tanda dimulai permainan atau sekedar menyajikan bola, tetapi lebih dari itu servis berarti sebagai serangan pertama bagi regu yang melakukan servis. Ada beberapa jenis servis dalam olahraga bola voli antara lain servis bawah dan servis atas. Salah satunya yang harus dapat dikuasai adalah servis atas (top spin).

Kemampuan servis atas didukung oleh koordinasi gerak seluruh tubuh yang berakhir dalam bentuk gerak ayunan didukung oleh kekuatan otot lengan sehingga menghasilkan akurasi yang baik. Koordinasi mata dan tangan yang baik, juga menguntungkan untuk dapat mengarahkan pukulan bola dengan arah bola yang diinginkannya. Dalam melakukan sebagai serangan bola pada daerah lawan yang kosong, lawan akan sulit menjangkau bola. Kemampuan seorang pemain bola voli untuk memadukan unsur koordinasi mata tangan dan kekuatan otot lengan saat melakukan teknik dasar akan berpengaruh terhadap baik buruknya akurasi yang dihasilkan.

Servis atas (upperhand service) adalah servis dengan awalan melemparkan bola ke atas kemudian dipukul dengan mengayunkan tangan dari atas. Servis atas sangat baik digunakan sebagai serangan pertama, karena bola yang dihasilkan dari servis atas tidak mudah diterima oleh pemain lawan, sehingga menjadi sebuah keuntungan yang sangat besar jika menguasai servis atas dengan baik. Anak latih sering mengalami kesulitan untuk dapat menguasai keterampilan servis atas bola voli yang baik dan benar. Hal ini disebabkan oleh beberapa faktor yang salah satu di antaranya adalah kurang beragamnya metode latihan yang diterapkan sehingga latihan pun menjadi membosankan dan kurang efektif untuk peningkatan kemampuan anak latih, dan program yang digunakan kurang tepat sasaran sehingga diperlukan metode latihan yang tepat untuk melatih servis atas kepada anak latih. Ditinjau dari tingkat kesukarannya, servis atas memiliki tingkat kesukaran yang cukup baik apabila akan dimanfaatkan sebagai serangan pembuka

2. Metode Penelitian

Metode penelitian ini menggunakan penelitian terapan (Applied Research), salah satu penelitian ini menggunakan pendekatan Penelitian Tindakan Kelas (Classroom Action Research). Penelitian Tindakan Kelas (PTK) ini salah satu alternatif penelitian terapan untuk meningkatkan dan memperbaiki kinerja pembelajaran di kelas atau lapangan (Carr & Kemmis dalam Elvina et al., 2023: 6).

Penelitian ini menghendaki perubahan pembelajaran untuk meningkatkan hasil belajar siswa. Penelitian ini dilaksanakan pada siswa kelas IX SMP Negeri 3 Tangerang Selatan ajaran 2023/2024 dengan jumlah siswa 45 orang.

3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Berdasarkan hasil pengukuran keterampilan servis atas bola voli yang telah dilakukan dari 48 orang siswa, maka 42 orang memiliki tingkat keterampilan servis atas bola voli dengan perolehan nilai sebesar 95. 6 orang memiliki tingkat keterampilan servis atas bola voli dengan perolehan nilai 90. Sedangkan untuk kategori sangat kurang terampil tidak ada.

Kemudian perlu dilakukan analisis data untuk menjawab pertanyaan penelitian yakni: Bagaimana tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan? Dari hasil analisis data diperoleh nilai rata-rata tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yakni 95. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan berada pada kategori sangat terampil

4. Simpulan dan Saran

Kegunaan bermain bola voli dalam pembentukan individu secara harmonis antara perkembangan jasmani dan rohani sangatlah besar. Permainan bola voli memiliki gerak yang cukup kompleks, yang membutuhkan koordinasi, kelentukan, kondisi fisik yang baik agar dapat meraih prestasi yang maksimal. Dalam permainan bola voli terdapat beberapa teknik yang mendukung jalannya suatu pertandingan salah satu teknik yang sangat mendukung adalah servis. Servis adalah satu-satunya teknik yang digunakan untuk memulai permainan. Servis merupakan langkah dasar awal yang harus dikuasai dalam bermain bola voli. Pada saat bermain bola voli, pemain hanya akan mendapatkan angka apabila pemain memegang servis (kecuali saat penentuan di set kelima), karena itulah dalam suatu pertandingan sangat penting bagi pemain untuk melakukan servis dengan konsisten, yaitu paling tidak 90% dari servis pemain dapat melewati net ke daerah lawan. Dari hasil analisis data diperoleh nilai rata-rata tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan yakni 95. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan servis atas bola voli siswa SMP Negeri 3 Tangerang Selatan berada pada kategori sangat terampil

5. Ucapan Terima Kasih

Atas segala bantuan dan dukungan tersebut, maka pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Dr. Iswan, M.Si., selaku Dekan FIP Universitas Muhammadiyah Jakarta.

2. Bapak Muhammad Al Ghani, M.Pd., selaku dosen pembimbing PLP terintegrasi KKN.
3. Bapak Drs. Yantho, MM., selaku kepala sekolah SMPN 3 Tangerang Selatan.
4. Para guru dan staff SMPN 3 Tangerang Selatan.
5. Rekan mahasiswa PLP terintegrasi KKN yang telah bersama-sama melaksanakan PLP terintegrasi KKN di SMPN 3 Tangerang Selatan.
6. Keluarga yang telah memberikan motivasi dan doa kepada penulis, sehingga PLP terintegrasi KKN ini dapat berjalan lancar sesuai dengan waktu yang telah ditentukan.

Daftar Pustaka

- Saptiani, Dela et al., 2019. Hubungan Kekuatan Otot Lengan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Akurasi Servis Atas Bola Voli Pada Peserta Putri Ekstrakurikuler Di SMAN 2 Seluma. *KINESTETIK: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*. Volume 3 Nomor 1.
- Sari, Yohana Bela Christian & Guntur. G. 2017. Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Mata-Tangan Terhadap Keterampilan Servis Atas Bola Voli. *Jurnal Keolahragaan*. Volume 5 Nomor 1.
- Setiyawan, S. Visi Pendidikan Jasmani dan Olahraga. *Jurnal Ilmiah Penjas (Penelitian, Pendidikan, dan Pengajaran)*. Volume 3 Nomor 1.