



ISSN : 2477-3379

JURNAL PENELITIAN PEMBELAJARAN



Volume	Nomor	Halaman	November
I	1	1 - 123	2015

**Diterbitkan Oleh :
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
UNIVERSITAS NUSANTARA PGRI KEDIRI**

JL. KH ACHMAD DAHLAN NO 76 KEDIRI

Website: efektor.unpkediri.ac.id. Email: jurnal.sportif@unpkediri.ac.id



ISSN: 2477 – 3379

JURNAL SPORTIF

Jurnal Penelitian Pembelajaran

Volume 1 Nomor 1 Halaman 1-123 November 2015

Terbit dua kali setahun pada bulan Mei dan November berisi naskah hasil penelitian, gagasan konseptual, kajian teori atau inovasi pembelajaran.

Ketua Penyunting

Drs. Slamet Junaidi, M.Pd.

Wakil Ketua Penyunting

Ruruh Andayani Bakti, M.Pd.

Penyunting Pelaksana

Prof. Dr. Agus Kristiyanto, M.Pd.

(Kaprodi Magister Ilmu Keolahragaan UNS Surakarta)

Prof. Dr. Hari Amirulloh, M.Pd.

(Dosen UNY Yogyakarta)

Dr. Moh. Muhyi Faruq, M.Pd.

(Dosen UNIPA Surabaya)

Drs. Sugito, M.Pd.

Drs. Setyo Harmono, M.Pd.

Wasis Himawanto, M.Or.

Hendra Mashuri, M.Pd.

Budiman Agung Pratama, M.Pd.

Ardhi Mardiyanto Indra P., M.Or.

Yulingga Nanda Hanief, M.Or.

Pelaksana Tata Usaha

Yuli Heriyanto, S.Pd.

SEKRETARIAT

**Kantor Penjaskesrek Kampus I UNP Kediri, Jl. KH. Achmad Dahlan No. 76 Kediri
64113. Telp. (0354) 771503, Fax. (0354) 771576**

Website: efektor.unpkediri.ac.id. Email: jurnal.sportif@unpkediri.ac.id

DAFTAR ISI

PENGARUH LATIHAN PERMAINAN CATUR TERHADAP PRESTASI AKADEMIK SISWA SD SE-KABUPATEN TRENGGALEK <i>Hendra Mashuri</i>	1 - 8
PENINGKATKAN MOTIVASI INTRINSIK DAN EKSTRINSIK MELALUI SPORT EDUCATION MODEL PADA PERMAINAN BOLABASKET <i>Rizki Burstiando</i>	9 - 21
PENGARUH PEMBELAJARAN DAN KEMAMPUAN GERAK DASAR TERHADAP PENINGKATAN KEMAMPUAN SPRINT 100 METER <i>Nur Ahmad Muharram</i>	22 - 31
PENGARUH PEMBERIAN PERMAINAN SEBAGAI BENTUK PEMANASAN TERHADAP MINAT SISWA DALAM MENGIKUTI PELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI <i>Septyaning Lusianti</i>	32 - 40
PENGARUH LATIHAN THREE CONE DRILL, FOUR CONE DRILL, DAN FIVE CONE DRILL TERHADAP KELINCAHAN (AGILITY) DAN KECEPATAN (SPEED) <i>Rahman Diputra</i>	41 - 59
MEMBENTUK GERAK DASAR PADA SISWA SEKOLAH DASAR MELALUI PERMAINAN TRADISIONAL <i>Yulingga Nanda Hanief Sugito</i>	60 - 73
KONTRIBUSI KECEPATAN DAN KELENTUKAN TERHADAP HASIL MENGGIRING BOLA (Studi Pada Ekstrakurikuler Sepakbola Di SMK Pemuda Papar) <i>Budiman Agung Pratama</i>	74 - 80

PEMANFAATAN TAMAN REKREASI SELOMANGKLENG (KLOTOK) SEBAGAI SARANA DAN PRASARANA OLAHRAGA MASYARAKAT DI KOTA KEDIRI <i>Mokhammad Firdaus</i> <i>Ardhi Mardiyanto Indra Purnomo</i>	81 - 99
IMPLEMENTASI NILAI – NILAI PEMBENTUKAN SIKAP DALAM PENCAK SILAT TERHADAP PERILAKU MAHASISWA PRODI PENJASKESREK UNP KEDIRI <i>Moh Nurkholis,</i> <i>Weda</i>	100 - 113
SERVIS MELOMPAT BOLAVOLI PADA FINAL PROLIGA TAHUN 2015 DI YOGYAKARTA <i>Slamet Junaidi</i> <i>Setyo Harmono</i>	114 - 123

SERVIS MELOMPAT BOLAVOLI PADA FINAL PROLIGA TAHUN 2015 DI YOGYAKARTA

Slamet Junaidi

Setyo Harmono

Penjaskesrek Universitas Nusantara PGRI Kediri

slamet.junaidi@unpkediri.ac.id

Abstrak

Final proliga bolavoli Indonesia tahun 2014/2015, diadakan di GOR Among Rogo, Yogyakarta pada tanggal 19 April 2015, dimana event tertinggi liga bolavoli ini diikuti lima tim putra dan tujuh tim putri. Salah satu tehnik bermain pada permainan bolavoli adalah servis. Tehnik servis melompat dalam permainan bolavoli, sebagai salah satu tehnik mengawali permainan bolavoli modern, dengan tujuan langsung menyerang, sebagai salah satu kunci membantu meraih kemenangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui berapa pemain yang sudah menerapkan servis melompat, dan berapa yang tidak melompat dan mengukur kecepatan pemain setelah servis berlari menempatkan diri, siap dalam posisi bertahan untuk menerima serangan lawan.

Pada final perebutan I – IV, dari pemain di 4 tim putra, ada 22 pemain (59,5%) yang melakukan servis melompat, sedangkan 15 pemain (40,5%) memakai servis tidak melompat. Persentase pemain di 4 besar ini, lebih besar dari babak penyisihan, dimana hal ini menandakan pemain juga tim menyadari pentingnya servis melompat bisa membantun untuk meraih kemenangan dalam pertandingan level Proliga. Sedangkan untuk tim putri, ada 14 pemain (35,9%) yang memakai servis melompat, sedangkan 25 (64,1%) memakai servis tidak melompat.

Kecepatan bergerak setelah melakukan servis ke tempat bertahan, pada tim putra, yang paling cepat 0,79 detik dan putri 0,89 untuk pemain yang melakukan servis melompat. Sedangkan yang melakukan servis tidak melompat, waktunya lebih lambat, pemain putra tercepat 1,27 detik, putrid 2,04 detik. Keuntungan servis melompat adalah, serangan lebih tajam, dan kecepatan menuju posisi bertahan juga lebih cepat.

Kata Kunci : servis melompat lebih cepat, tajam, kecepatan ke posisi bertahan.

LATAR BELAKANG MASALAH

Teknik bermain pada permainan bolavoli terdiri atas teknik *service*, *passing*, *smash* dan *block* (Toho, Muhyi, Slamet, 2012 :1). Awal permainan bolavoli diawali dengan servis, sebagai sebuah awal serangan, perlu mendapat perhatian dari sebuah tim. Teknik melakukan servis, bisa dilakukan dengan

berbagai cara bisa dengan servis bawah atau servis atas. Servis bisa dilakukan dengan melompat dan tidak melompat.

Pengertian servis sendiri, upaya memasukkan bola ke arah lawan dengan cara memukul bola menggunakan satu tangan oleh pemain dari baris belakang di daerah servis (Pardijono, 2015:19). Pada awalnya, servis dianggap sebagai awal pembuka permainan bolavoli saja, dalam perkembangan bolavoli modern, servis dianggap salah satu kunci kemenangan sebuah tim.

Sebagai awal sebuah serangan dalam permainan bolavoli modern, maka atlet perlu dibekali teknik servis yang baik, sesuai dengan perkembangan teknik bermain bolavoli, dimana servis yang dilakukan seorang pemain bolavoli, bisa menyulitkan pertahanan lawan dalam membangun serangan atau bahkan langsung menghasilkan angka.

Dalam kejuaraan bolavoli pria di Finlandia, jenis servis melompat merupakan jenis servis yang paling banyak digunakan, sebanyak 56-66 % (Hayrimen, 2004:1). Dalam laporan penelitian Javier Apene Lopes (2013), pelaksanaan servis melompat atlet pria hingga 75 %. Pada kejuaraan dunia 2014 di Italia, semua pemain memakai servis melompat. Dalam pertandingan olahraga bolavoli di Spanyol, teknik servis yang paling banyak digunakan ada tiga gaya yaitu servis *floating* dengan 5,6 %, servis *floating* dengan melompat 9,5 % dan servis melompat dengan teknik *top spin* dengan 84,9 % (Gerard Moras, 2008:1).

Pemakaian teknik servis melompat dalam kejuaraan dunia dan Eropa, dari tahun 1992–2002, meningkat dari 20,8 % hingga 99,2 % dari hasil pengamatan Katsikadelli yang dilaporkan Gerard Moras. Hal ini menandakan servis melompat dengan *top spin* ini dianggap servis yang paling diandalkan dalam mengawali sebuah serangan yang baik dan lawan diharapkan tidak bisa membangun serangan dengan baik.

Banyaknya pemain bolavoli di tahun 2000 an menerapkan servis melompat saat pertandingan di kejuaraan Eropa atau dunia, selain diharapkan bisa langsung mematikan pada serangan pertama dan mendapat angka (*ace*), juga untuk membatasi serangan serangan tim lawan jika servis mudah di terima lawan (Javier P, 2012)

Servis melompat dalam permainan bolavoli modern, menghasilkan kecepatan bola yang cukup tinggi, sehingga lawan tidak bisa menerimanya (Marion, Andrian, 2011:1). Menurut Marion, ada 3 kunci sukses melakukan servis melompat bisa menjadi awal serangan yang baik, yaitu saat perkenaan bola, kecepatan bola saat dipukul dan arah bola.

Pentingnya servis dalam permainan bolavoli, sebab menurut data penelitian Asterios (2009), Drikos (2009), dan Davila (2012), sebagai serangan yang mematikan setelah smes adalah servis, baru membendung (Gil A, Claver R. Moreno D, 2013 : 1-6). Hal ini menandakan tentang pentingnya penguasaan servis melompat bagi atlet bolavoli elit. Tujuan servis bagi tim bolavoli elit dunia ada dua, yaitu 1 langsung menghasilkan angka (*ace*), 2, mengarahkan bola ke tempat yang menyulitkan lawan membangun serangan.

Sedangkan menurut Stephanie (2007:2), servis melompat, selain penguasaan teknik, agar bisa berhasil guna dalam pertandingan, saat melakukan servis, perlu pertimbangan-pertimbangan antara lain : penempatan arah bola , kondisi fisik pemain, kontrol dari pelatih dalam mengarahkan pemainnya, serta mental pemain.

Tahapan melakukan servis melompat menurut Stephanie (2007:1) sendiri terdiri atas unsur:

1. Persiapan.
2. Awalan, melompat dan melempar bola
3. Kontak / memukul bola
4. Pendaratan



Gambar 1 Servis melompat

Sumber dari :

https://www.google.com/search?q=servis+melompat&es_sm

Tahap persiapan meliputi penempatan diri dengan garis belakang lapangan yang disesuaikan dengan saat nanti mengambil awalan sambil konsentrasi.

Tahap mengambil awalan sebelum memukul, meliputi awalan melangkah pertama sebelum melompat. Saat melompat, perlu didukung unsur power kaki yang baik, agar bisa melompat tinggi untuk, dimana lompatan tinggi berguna untuk mendapatkan titik tertinggi saat perkenaan memukul bola.

Tahap sesaat kontak tangan memukul bola, diawali dengan kecepatan ayunan lengan dan sudut ayunan lengan yang tepat, hingga saat perkenaan dengan bola, telapak tangan harus tepat dan kuat, sehingga bisa menghasilkan pukulan yang optimal. Saat di udara akan memukul bola, lentingan punggung ke belakang dan ke depan, sebagai dukungan pukulan tangan terhadap bola.

Tahap terakhir, meliputi pendaratan, dimana bisa dilakukan dengan dua atau satu kaki. Agar menghasilkan pendaratan yang baik, perlu dukungan kekuatan kaki yang baik, guna menghindari cedera saat mendarat. Karena saat memukul bola lompatan harus tinggi, maka saat mendarat perlu didukung kekuatan kaki yang baik, untuk menghindari cedera. Sebab penelitian Dufek, Zahang, mengutarakan, setelah melompat tinggi saat servis melompat pada, saat mendarat, beban energi yang diterima tubuh, lima kali berat badannya, dari hal ini cedera sering terjadi jika kaki tidak cukup memiliki kekuatan (Tillman, Hass, Brunt, Bentt, 2004:30-36).

Servis melompat dengan teknik *top spin* ini, memiliki kesalahan 12%, lebih besar dari servis melompat dengan tehnik melayang, yang hanya 4,2% (Lopez, Palao, 2009). Akan tetapi atlet juga pelatih bola voli peserta kejuaraan dunia, lebih memilih servis melompat dengan top spin, dengan alasan lebih memungkinkan langsung mendapat angka atau bisa menyulitkan penerima servis mengalami kesulitan membangun serangan dengan baik.

Peserta Proliga bolavoli tahun 2015 meliputi lima tim putra, yaitu Pertamina Energi, Surabaya Samator, Jakarta Elektrik PLN, Jakarta BNI 46, dan Palembang Bank Sumsel. Sedang tim putri ada tujuh yaitu Jakarta Popsivo, Jakarta Elektrik PLN, Jakarta Pertamina, Manokwari Valeri Papua Barat, Jakarta BNI 46, Gresik Petrokimia dan Jakarta Bank DKI.

Salah satu peserta dari Jawa Timur, adalah Samator, yang merupakan juara Proliga 2014 juga Livoli 2014 di Probolinggo. Keberhasilan Samator menjuarai Livoli Divisi Utama kali ini sekaligus melengkapi gelar juara Proliga yang mereka rebut pada Maret 2014 lalu (<http://www.antaranews.com/berita/465868/putra-samator-juara-livoli-2014>)

Keuntungan servis melompat, melalui evaluasi statistik, pemakaian servis melompat yang berhasil di awal pertandingan, dapat memberikan keunggulan psikologis bagi tim, tim menjadi lebih agresif dalam menyerang dan lebih percaya diri (Kinda S, 2007: 3).

Dalam pertandingan Proliga 2015 di Malang, Probolinggo dan Gresik, pemain proliga 2015, baik 5 tim putra maupun 7 tim putri, yang melakukan servis melompat, 47 atau (32%) pemain yang memakai servis melompat, dari 47 yang memakai servis melompat spin, ada 12 pemain atau 17 %.

Setelah pelaku servis memukul bola, pemain tersebut harus segera menempatkan diri masuk ke dalam lapangan, siap dalam posisi bertahan, untuk menerima serangan lawan, makin cepat ke posisi bertahan, makin rapat pertahanan tim tersebut, sehingga lawan sedikit kesulitan untuk menempatkan bola saat menyerang .

Tujuan penelitian ini, mengetahui jumlah pemain yang bertanding di Final Proliga 2014-2015, yang sudah menerapkan servis melompat saat bertanding, dan untuk mengetahui kecepatan pemain setelah melakukan servis, menuju posisi bertahan, dimana segera bertahan ini sangat penting untuk menahan serangan lawan.

METODE

Metode yang dipakai dalam penelitian ini menggunakan metode survei, yang jika ditinjau dari segi tujuan, termasuk penelitian diskriptif, dimana penelitian ini untuk menjelaskan situasi atau peristiwa (Morison, 2012: 37). Penelitian ini mengamati jenis servis yang dipakai pada pemain yang terjun dalam Proliga 2015.

Berdasarkan maksud dan tujuan dari penelitian ini, jenis rancangan penelitian yang digunakan adalah deskripsi yang dilakukan dengan metode

survei. Penelitian deskripsi merupakan sebuah kancan, lapangan atau wilayah tertentu. Data yang terkumpul diklasifikasikan atau dikelompokkan menurut jenis, sifat, atau kondisinya. Sesudah datanya lengkap, kemudian dibuat kesimpulan. Penelitian deskripsi murni yang dilaksanakan dalam sebuah kancan yang luas disebut dengan istilah survei. Winarno Surakhmad mengatakan bahwa pada umumnya survei merupakan cara mengumpulkan data dari sejumlah unit atau individu dalam jangka waktu yang bersamaan, dengan jumlah yang cukup besar.

Tempat penelitian ini, meliputi tempat yang dipakai tempat Proliga tahun 2014-2015 berlangsung di Jawatimur dan Final di Jogjakarta, tepatnya di GOR Among Rogo.

Instrumen Penelitian sebagai alat untuk mengumpulkan data, meliputi :

- ~ Observasi (pengamatan) digunakan untuk mengetahui data tentang pelaksanaan kegiatan yang sedang berlangsung di lapangan. Alasan menggunakan observasi dikarenakan bagi peneliti instrumen tersebut lebih mudah dilakukan dan mudah pengambilan datanya. Peneliti di bantu dua orang, yaitu Sdr Imam Sugeng (dosen Bola Voli di UNP Kediri) dan Sdr. Ridwan , mahasiswa semester 7 prodi Penjas di UNP Kediri
- ~ Dokumen hasil pertandingan dan hasil bidikan foto, yang digunakan untuk mengetahui data tentang fakta-fakta atau kejadian tertentu yang bisa menghasilkan data deskriptif. Alasan menggunakan dokumentasi dikarenakan mudah cara pengambilan datanya dan merupakan salah satu faktor pendukung penelitian.

Sampel dalam penelitian ini adalah ada dua kelompok, yang diambil secara populasi, dengan tehnik *purposive sampling*, dimana hanya baik tim putra maupun putri yang berhasil masuk babak di Final Proliga 2014-2015 , memperebutkan juara 1 dan 2 serta 3 dan 4 di GOR Among Rogo kota Yogyakarta pada tanggal 19 April 2015 yang dipakai sebagai sampel penelitian.



Gambar 2 Samator saat mau bertanding melawan Jakarta Elektrik di Final di Yogyakarta

HASIL

Dalam pertandingan Proliga 2015 di Malang, Probolinggo dan Gresik, pemain proliga 2015, baik 5 tim putra maupun 7 tim putri, yang melakukan servis melompat, 47 atau (32%) pemain yang memakai servis melompat, dari 47 yang memakai servis melompat spin, ada 12 pemain atau 17 %. Sedang di final data pemain yang melakukan servis melompat dan waktu mengambil posisi receive setelah melakukan servis ada dalam data di bawah ini.

Tabel 1.

Nama tim	Angka	Jumah servis	
		Melompat	Tidak melompat
PLN – BNI 46	25-18, 25-18,25-20	PLN: 4	4
Perebiutan III – IV	3 – 0	BNI ; 7	4
Jakarta Elektrik – Samator	25-19,28-26,25-22	Jakasrta E : 6	3
Perebutan I – II	3 – 0	Samator : 5	4
		(59,5%)= 22	(40,5 %) =15

Pelaku servis melompat tim putra Final I - IV

Tabel 2

Nama tim	Angka	Jenis servis		
			Melompat	Tidak melompat
PLN – BNI 46	25-11, 25-19,26-24	PLN:	5	5
Perebutan III – IV	3 – 0	BNI :	4	6
Jakarta Elektrik - Jakarta Popsivo	23-25,25-16,27-25, 25-16	Jakarta Elektrik _	4	6
Perebutan I – II		Popsivo	1	8
	3 – 1	(35,9 %)		(64.1 %) = 25 =14
Pelaku servis melompat tim putri Final I - IV				

Tabel 3

Kelompok pemain	Jenis servis				Jumlah servis
	Melompat (spin/floot)		Tidak melompat		
	Rentang	Median	Rentang	Median	
Putri	0,89- 2,23 detik	1,56	1,27 – 3,57	2,42	312
Putra	0,79– 2,15 detik	1,47	2,04 – 3,48	2,76	284
Kecepatan server setelah servis menuju tempat bertahan					

Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik analisis data deskriptif. Dalam penelitian ini teknik analisis data dilakukan selama di lapangan dan setelah pengumpulan data. Dimana data yang dihasilkan selama pengamatan, didiskripsikan dalam bentuk kalimat agar bisa dijadikan bahan mengambil simpulan.

Pembahasan

Jika melihat pemain bolavoli yang terjun dalam prolige 2015, 5 tim putra kali 12 pemain, ada 60 pemain putra, tim putri 7 tim kali 12 pemain, ada 84 pemain, atau 144 yang terjun dalam Proliga 2014-2015, yang melakukan servis melompat ada 42 pemain atau 29 %.

Sedangkan pada final perebutan I – IV, dari pemain di 4 tim putra, ada 22 pemain (59,5%) yang melakukan servis melompat, sedangkan 15 pemain (40,5%) memakai servis tidak melompat. Persentase pemain di 4 besar ini, lebih besar dari babak penyisihan, dimana hal ini menandakan pemain juga tim menyadari pentingnya servis melompat bisa membantun untuk meraih kemenangan dalam pertandingan level Proliga. Sedangkan untuk tim putri, ada 14 pemain (35,9%) yang memakai servis melompat, sedangkan 25 (64,1%) memakai servis tidak melompat.

Kecepatan bergerak setelah melakukan servis ke tempat bertahan, pada tim putra, yang paling cepat 0,79 detik dan putri 0,89 untuk pemain yang melakukan servis melompat. Sedang bagi pemain yang melakukan servis tidak melompat, waktunya lebih lambat, pemain putra tercepat 1,27 detik, putrid 2,04 detik.

Waktu setelah melakukan servis , pemain menuju tempat bertahan, ada perbedaan yang mencolok, dimana pemain yang memakai servis melompat lebih cepat ke posisi bertahan. Pemain yang tidak memakai servis melompat, lebih lama ke posisi bertahan, sebab setelah melakukan servis, pemain tidak segera maju ke daerah bertahan, tetapi masih melihat hasil servisnya, baru maju ke tempat bertahan. Sedangkan pemain yang memakai servis melompat, setelah servis terus berlari menuju tempat bertahan, sehingga memberi keuntungan ra[patnya pertahanan, jika sewaktu-waktu menerima serangan lawan.

DAFTAR PUSTAKA.

Asep Suharta, 2011,Pengaruh Kesegaran Pembelajaran dan Kesegaran Jasmani terhadap Hasil Belajar Ketrampilan Bola Voli Mini, *Jurnal Iptek Olahraga* Vol 13, No 2, hal 166-180)

- Darryl J Hayden B, 2014, Does acute Vibration Exercise Enhance Horizontal Jump Performance., *Journal of Sport Science and Medicine*, 2014, Vol 14, pp315-320
- Dona Sandy Yudasmaru, 2014, Pengembangan Model Latihan Teknik Block dalam Bola Voli, *Jurnal Iptek Olahraga*, Vol. 16, No1, 2014, hal 79-83.
- Gerad M, Bernart B, Javier P, 2008, *Journal of Sport Medicine* Vol 48, No 1, pp31-36
- Gil A, Claver R, Moreno D, 2013, Comparative Analysis of The Serve in Volleyball Between The Spanish Championship, *Revista Internacional de Medicina y Ciencias*, Vol 10, No 1-6
- Govind B, 2013, A profile of fitness parameters and performance of volleyball players, *JKIMSU*, Vol 2, No 2, July-Dec, 2013
- Javier Pena, 2013, *Analysis of the Serve as a Performance Factor in High-Level Volleyball and Beach Volleyball*
- Marion A, Andrian H, 2011, An Analysis Of the Volleyball Jump Serve, *Sport Biomechanics Lab*.
- Pardijono, dkk, 2015, *Bolavoli*, Unesa University Press
- T, Cholik M, M Muhyi, Slamet J, 2012, *Permainan Bola Voli*, Surabaya, Graha Pustaka Media Utama