
ANALISIS TINGKAT KETERAMPILAN *SERVIS* BAWAH BOLA VOLI EKSTRAKURIKULER PUTRI DI SMA NEGERI 03 BENGKULU SELATAN

Herudin^{1,a)} Supriyanto¹⁾ S. Agustian Lesmana¹⁾

Affiliation:

*Pendidikan Jasmani FKIP
UNIVED Bengkulu*

Corresponding Author:

Herubenteng46@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kemampuan *servis* bawah pada Bola voli Ekstrakurikuler Putri di SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Metode yang digunakan adalah survei. Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler Putri di SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan yang berjumlah 21 siswa. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan tes. Instrumen yang digunakan tes *servis* bawah menurut *service* bolavoli (Widiastuti, 2017:237-238). Hasil penelitian menunjukkan tingkat keterampilan *servis* bawah SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan sebagai berikut bahwa: 0 orang atau (0%) berada pada katagori sangat tinggi, 7 orang atau (33.33%) berada pada katagori tinggi, 7 orang atau (33.33 %) berada pada katagori sedang, 6 orang atau (28.57%) berada pada katagori rendah, 1 orang atau (4.76%) berada pada katagori sangat rendah. *servis* bawah Ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan dalam kategori Sedang (22.04)



Kata Kunci : Keterampilan servis bawah Bola Voli

Pendahuluan

Pendidikan jasmani dan olahraga pada hakikatnya adalah sebuah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik yang merupakan aktifitas jasmani dan olahraga untuk menghasilkan suatu perubahandalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental serta emosional. Dalam peranan dan fungsi pendidikan jasmani dan olahraga yang seharusnya dilaksanakan di sekolah-sekolah dasar dan menengah di Indonesia harus lebih diseriusi dan ditingkatkan.

Pendidikan nasional haruslah dikelola secara tepat agar tujuan dapat tercapai secara efektif dan efisien. Pendidikan pada hakikatnya merupakan proses pembinaan karakter yang dapat menentukan kelangsungan hidup manusia. Dalam hal inilah pendidikan dijadikan suatu bagian hal terpenting dalam pembangunan karakter suatu bangsa. Pendidikan pada umumnya merupakan suatu proses pembelajaran pengetahuan, keterampilan gerak, dan kebiasaan dari sekelompok manusia yang dilanjutkan dari satu generasi ke generasi lain melalui berbagai aspek guna pembekalan dan pengalaman dalam pengembangan mutu yang lebih baik.

Adapun hubungan pendidikan dan pendidikan jasmani adalah terletak dari aktivitas yang diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan itu sendiri. Pendidikan jasmani adalah aktivitas kegiatan fisik dan juga aktivitas pendidikan, baik itu kegiatan bermain atau berolahraga. Pendidikan jasmani mempunyai peranan penting yang bertujuan mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak dan lain-lain. Pendidikan jasmani tidak lepas dari olahraga karena pendidikan jasmani memiliki makna yang dapat diterjemahkan menurut wawasan pengetahuan masyarakat itu sendiri.

Pendidikan jasmani dan olahraga pada umumnya merupakan proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan. Olahraga adalah suatu bentuk aktifitas manusia untuk meningkatkan kesehatan dan kondisi fisik manusia itu sendiri. Kesehatan merupakan salah satu faktor utama yang dapat mempengaruhi kebugaran dan penampilan tubuh, serta harta

yang paling berharga yang tidak pernah bisa ditukar dengan apapun. Olahraga dan kesehatan merupakan kebutuhan bagi setiap orang, karena semua orang pasti ingin sehat, tidak seorangpun yang ingin sakit atau terganggu kesehatannya.

Dari pengertian di atas dapat kita simpulkan bahwa pendidikan jasmani dan olahraga merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pendidikan umum. Tujuannya adalah untuk membantu anak agar tumbuh dan berkembang secara wajar sesuai dengan tujuan pendidikan nasional yaitu menjadi manusia yang seutuhnya. Olahraga itu sendiri merupakan sarana setiap orang meluangkan waktu untuk melakukan aktivitas jasmani.

Olahraga sudah menjadi sebuah pandangan hidup bagi sebagian orang, bahkan untuk sebagian orang olahraga menjadi sebuah kebutuhan mendasar dalam hidup. Olahraga menjadi sangat penting karena tidak terlepas dari kebutuhan mendasar manusia itu sendiri yang pada prinsipnya selalu bergerak ke arah yang diinginkan.

Olahraga mempunyai fungsi dan manfaat sesuai dengan kebutuhan, selain olahraga sebagai sarana rekreasi, olahraga juga dapat pula sebagai prestasi. Peningkatan prestasi perlu dilaksanakan dan dikelola karena adanya dorongan dan dukungan dari berbagai pihak. Sekolah salah satunya yang sangat berperan dalam meningkatkan pembinaan prestasi adalah pelatih. Pengalaman melatih diarahkan untuk pengembangan mental yang lebih baik sekaligus meningkatkan nama baik sekolah itu sendiri dengan prestasi yang diharapkan.

Peningkatan prestasi merupakan hal yang terpenting bagi sekolah guna meningkatkan nama baik dari sekolah tersebut. Dengan adanya pengelolaan yang baik dapat mendorong siswa dalam mengikuti serta mengembangkan potensi mereka. Sejalan dengan perkembangan dan obeservasi yang peneliti pada ditingkat sekolah menengah atas (SMA) khususnya di SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan. Masa SMA merupakan masa yang ideal untuk peningkatan prestasi seperti halnya dengan keterampilan bermain bolavoli.

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga bola besar yang dimainkan oleh tim yang saling berlawanan yang berjumlah enam orang. Pada umumnya bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang digemari oleh masyarakat. Hal ini dikarenakan olahraga bola voli ini dapat dimainkan dimana saja dan dapat dimainkan dari semua lapisan masyarakat baik kalangan atas maupun kalangan bawah.

Penjelasan mengenai bola voli di atas dan beberapa pengalaman yang penulis observasi di SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan khususnya pada ekstrakurikuler putri. Penulis mendapatkan permasalahan yang ada di sekolah tersebut khususnya dalam keterampilan dasar bolavoli. Siswa putri masih mengalami kesalahan dalam melakukan servis bawah, kurang memahami keterampilan tersebut dengan baik, serta kegiatan latihan yang kurang maksimal.

Dari hasil pengamatan yang dilakukan penulis, serta pentingnya masalah yang akan diteliti maka penulis tertarik untuk mengambil sebuah penelitian dengan judul "Analisis Tingkat Keterampilan Servis Bawah Bola voli Ekstrakurikuler Putri di SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan".

Metode Penelitian

Metode penelitian merupakan langkah yang dimiliki dan dilakukan oleh peneliti dalam rangka usaha untuk mengumpulkan informasi atau data yang telah didapatkan. Metode penelitian pada penelitian ini adalah dengan menggunakan analisis deskriptif kuantitatif. Penelitian pada dasarnya adalah suatu kegiatan ilmiah untuk memperoleh pengetahuan yang benar tentang suatu masalah (Triyono, 2015:15). Adapun prosedur penelitiannya adalah dengan menganalisa dalam mengetahui tingkat keterampilan servis bawah bola voli ekstrakurikuler putri di SMA NEGERI 03 Bengkulu Selatan dalam beberapa upaya bentuk keterampilan servis bawah.

Instrumen pengumpulan data merupakan cara untuk memperoleh informasi yang objektif dalam pengumpulan data yang tepat. Dengan demikian permasalahan yang sebelumnya dirumuskan akan dapat dipecahkan dengan baik. Instrumen yang digunakan untuk mengetahui tingkat keterampilan servis bawah bola voli di ekstrakurikuler putri yang ada di SMA

NEGERI 03 Bengkulu Selatan dengan menggunakan tes keterampilan servis bola voli (Widiastuti, 2017:237-238).

Teknik analisa data dalam penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dimana tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan gambaran realita yang ada tentang tingkat servis bawah bola voli di ekstrakurikuler putri yang ada di SMA NEGERI 03 Bengkulu Selatan.

Hasil Penelitian

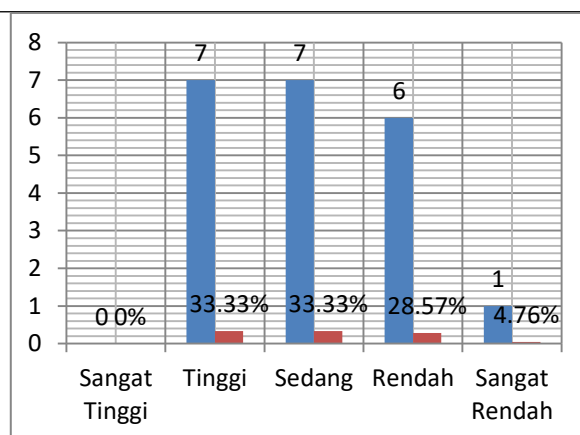
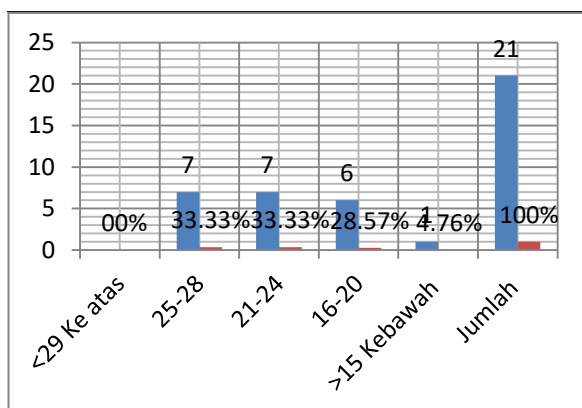
Berdasarkan data penelitian skor keterampilan servis bawah, skor tertinggi adalah 28 dan skor terendah 15. Dari analisis data, rata-rata (Mean) adalah 22,04. Distribusi frekuensi data keterampilan servis bawah bola voli SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan ditunjukkan pada tabel di bawah ini,

Tabel 4.1 Hasil Analisis Tes Keterampilan Servis Bawah Siswa SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan

No	Kelas Interval	Frekuensi Absolut	Frekuensi Relatif
1.	<29 Ke atas	0	0%
2.	25-28	7	33.33%
3.	21-24	7	33.33%
4.	16-20	6	28.57%
5.	15 Kebawah	1	4.76%
Jumlah		21	100%

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel 4.1 dapat dilihat bahwa: 0 orang atau (0%) berada pada kelas interval 29 keatas, 7 orang atau (33.33%) berada pada kelas interval 25-28, 7 orang atau (33.33 %) berada pada kelas interval 21-24, 6 orang atau (28.57%) berada pada kelas interval 16-20, 1 orang atau (4.76%) berada pada kelas interval 15 kebawah, Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi data keterampilan servis bawah juga dapat dilihat pada histogram di bawah ini

Grafik. 4.1 Hasil Analisis Tes Keterampilan Servis Bawah Siswa SMA Negeri 03 Bengkulu Selatan



Tabel 4.2. Kriteria Pengkategorian

Interval Koefisiensi	Tingkat Hubungan
$Mi + 1,5 SDi$ Ke atas	Sangat Tinggi
$Mi + 0,5 SDi$ s.d $Mi + 1,5 SDi$	Tinggi
$Mi - 0,5 SDi$ s.d $Mi + 0,5 SDi$	Sedang
$Mi - 1,5 SDi$ s.d $Mi - 0,5 SDi$	Rendah
$Mi - 1,5 SDi$ ke bawah	Sangat Rendah

Berdasarkan perhitungan yang tertera pada Tabel 4.2 dapat dilihat bahwa: 0 orang atau (0%) berada pada katagori sangat tinggi , 7 orang atau (33.33%) berada pada katagori tinggi, 7 orang atau (33.33 %) berada pada katagori sedang, 6 orang atau (28.57%) berada pada katagori rendah, 1 orang atau (4.76%) berada pada katagori sangat rendah, Untuk lebih jelasnya, distribusi frekuensi data keterampilan servis bawah juga dapat dilihat pada histogram di bawah ini

Grafik. 4.2 Norma Tes Keterampilan Servis Bawah Bola Voli

Pembahasan

Distribusi frekuensi berdasarkan kategori atau norma tes, data menunjukkan bahwa ada lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah .Penjelasan kelima kategori tersebut sebagai berikut : bahwa : 0 orang atau (0%) berada pada katagori sangat tinggi, 7 orang atau (33.33%) berada pada katagori tinggi, 7 orang atau (33.33 %) berada pada katagori sedang, 6 orang atau (28.57%) berada pada katagori rendah, 1 orang atau (4.76%) berada pada katagori sangat rendah. servis bawah Ekstrakurikuler bola voli SMA Ngeri 03 Bengkulu Selatan dalam kategori Sedang (22.04).

Beberapa siswa masih ada yang termasuk dalam kategori kurang, sehingga bagi guru/pelatih agar lebih banyak memberikan praktik/latihan untuk siswa yang memiliki tingkat kemampuan kurang juga terdapat faktor yang bisa kita temukan, antara lain dari siswa yang melakukan tes banyak melakukan kesalahan dari teknik yang digunakan sehingga bola tidak mengarah ke arah sasaran dengan benar dan bahkan keluar dari lapangan. Tenaga yang digunakan juga terkesan tidak maksimal sehingga bola tidak sampai melewati atas net dan hanya mengenai net saja.

Bagi siswa yang memiliki kemampuan sangat rendah terkadang kurang serius dalam melaksanakan, karena krtakutan tangan akan terluka atau terkilir sehingga siswa tidak melakukan tes secara optimal. hasil penelitian ini hendaknya bisa menjadi bahan evaluasi bagi sekolah dan guru untuk dapat meningkatkan lagi kualitas keteerampilan servis bawah.

Hasil penelitian untuk Keterampilan servis bawah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri

03 Bengkulu Selatan pada kategori sedang. Hal ini dapat menjadi modal bagi siswa untuk dapat melakukan permainan bola voli dengan lebih baik. Siswa yang sudah baik dalam melakukan servis bawah hendaknya dapat membantu siswa lainnya yang belum dapat melakukan servis bawah dengan tepat.

Dengan kegiatan ekstrakurikuler yang baik dengan memperhatikan tingkat kemampuan siswa maka akan lebih membantu siswa dalam memperbaiki dan meningkatkan kemampuan servis pada khususnya dan teknik dasar pada umumnya

Dengan hasil penelitian tersebut mengharuskan adanya latihan yang lebih baik agar siswa mampu menguasai teknik tersebut dengan baik. Penguasaan teknik servis yang baik akan mendorong siswa untuk mampu melakukan permainan dengan kualitas yang lebih baik

Kesimpulan

Distribusi frekuensi berdasarkan kategori atau norma tes, data menunjukkan bahwa ada lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah, dan sangat rendah. Penjelasan kelima kategori tersebut sebagai berikut: bahwa: 0 orang atau (0%) berada pada katagori sangat tinggi, 7 orang atau (33.33%) berada pada katagori tinggi, 7 orang atau (33.33 %) berada pada katagori sedang, 6 orang atau (28.57%) berada pada katagori rendah, 1 orang atau (4.76%) berada pada katagori sangat rendah. servis bawah Ekstrakurikuler bola voli SMA Ngeri 03 Bengkulu Selatan dalam kategori Sedang (22.04).

Daftar Pustaka

- Arikunto, Suharsimi. 2006. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Asdi Mahasatya.
- Beutelstahl, Dieter. 2015. *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung: CV Pionir Jaya
- Doni Kurniawan. 2019. *Analisis Tingkat Keterampilan Passing Bawah Dalam Pembelajaran Bolavoli di MAN 1 Model Kota Bengkulu*. (Skripsi)
- Erianti. 2004. *Buku Ajar Bola Voli*. Padang: SUKABINA Press.
- Hidayat, Witono. 2017. *Buku Pintar Bola Voli*. Jakarta: Anugrah.
- Irfandi. 2015. *Pengembangan Model Latihan Sepak Bola dan Bola Voli*. Yogyakarta: CV Budi Utama

- Ishak, Muchamad. 2017. *Manajemen Penyelenggaraan Pertandingan Bola Voli*. Bandung: Alfabeta
- Maulida Khafidoh. 2018. *Peningkatan Kemampuan Teknik Dasar Permainan Bolavoli Untuk Mendukung Pengembangan Kecerdasan Kinestetik Siswa Melalui Ekstrakurikuler Bolavoli di MI Negeri 4 Banjarnegara* (Skripsi Publish).
- Rohendi, Aep dan Etor Suwandar. 2018. *Metode Latihan dan Pembelajaran Bola Voli Untuk Umum*. Bandung: Alfabeta
- Subagyo, P. Joko. 2015. *Metode Penelitian Dalam Teori Dan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sukardi. 2016. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Sugiono. 2016. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Tawakal, Iqbal. 2020. *Buku Jago Bola Voli Untuk Pemula*. Tangerang Selatan: Cemerlang.
- Widiastuti. 2017. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT Bumi Timur Jaya.
- Yoenoos, Yunan. 2009. *Teknik Olahraga Bola Voli*. Jakarta: CV. Ipa Abong.