

TINGKAT KETERAMPILAN SERVIS BAWAH BOLA VOLI SISWA EKSTRAKURIKULER SMA NEGERI 1 SINDANG

SKILL LEVEL OF UNDERWEAR VOLLEYBALL SERVICE OF EXTRACURRICULAR STUDENTS OF STATE SENIOR HIGH SCHOOL 1 SINDANG

Woro Nursusilo¹, Ayu Amelia², Resty Gustiawati^{3*}

¹*Universitas Pendidikan Indonesia, Jalan Dr Setiabudhi No 229, Kel. Cijerah, Kec. Bandung Kulon, Kota Bandung, Indonesia*

^{2,3}*Universitas Singaperbangsa Karawang, Jl. HS.Ronggo Waluyo, Puseurjaya, Telukjambe Timur, Karawang, Jawa Barat 41361, Indonesia*
Email Penulis: resty.gustiawati@fkip.unsika.ac.id *

Received: 01/03/2025 Revised: 08/05/2025 Accepted: 26/05/2025

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan servis bawah bola voli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang Kabupaten Indramayu. Sasaran dari penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang. Populasi diambil dari seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler yang berjumlah 30 siswa dengan pengambilan sampel menggunakan sampling *idensital*, dengan jumlah sampel yang digunakan sebanyak 13 siswa. Penelitian ini menggunakan metode penelitian survei sedangkan teknik pengambilan datanya menggunakan instrument tes. Hasil dari penelitian ini berdasarkan data penelitian dari servis bawah menunjukkan bahwa kategori untuk keseluruhan siswa ekstrakurikuler bola voli SMAN 1 Sindang “Baik sekali” 1 siswa (7,7%), “Baik” 6 siswa (46,15%), “Sedang” 4 siswa (30,77%), “Kurang” 0 siswa (0%), “Kurang Sekali” 2 siswa (15,38%). Dari hasil yang diperoleh dari tes servis bawah dapat disimpulkan bahwa tingkat keterampilan siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang dalam kategori “Baik”.

Kata kunci: ekstrakurikuler, servis bawah, bola voli.

Abstract

This study aims to determine the level of volleyball underhand service skills of extracurricular students at SMAN 1 Sindang, Indramayu Regency. The target of this study is extracurricular students at SMAN 1 Sindang. The population was taken from all students who participated in extracurricular activities, totaling 30 students, with sampling using identity sampling, with the number of samples used being 13 students. This study uses a survey research method while the data collection technique uses a test instrument. The results of this study based on research data from underhand service show that the categories for all volleyball extracurricular students at SMAN 1 Sindang are

"Very Good" 1 student (7.7%), "Good" 6 students (46.15%), "Moderate" 4 students (30.77%), "Poor" 0 students (0%), "Very Poor" 2 students (15.38%). From the results obtained from the underhand service test, it can be concluded that the skill level of extracurricular students at SMAN 1 Sindang is in the "Good" category.

Keywords: extracurriculars, lower serve, volleyball.

PENDAHULUAN

Pendidikan adalah sebuah usaha untuk meningkatkan ilmu pengetahuan yang didapat baik dari lembaga formal maupun informasi untuk memperoleh manusia yang berkualitas (Aziizu, 2015). Tujuan pendidikan national Indonesia sesui dengan undang-undang No.20 tahun 2003 yaitu pendidikan diupayakan dengan berawal dari manusia apa adanya (aktualitas) dengan mempertimbangkan berbagai kemungkinan yang apa adanya (potensialitas), dan diarahkan menuju terwujudnya manusia yang seharusnya atau manusia yang dicita citakan (idealitas) (Sujana, 2019). Tujuan dari pendidikan akan menentukan keberhasilan dalam proses pembentukan pribadi manusia yang berkualitas. Pendidikan merupakan suatu proses pembelajaran pengetahuan, keterampilan gerak, dan kebiasaan dari sekelompok manusia yang dilanjutkan melalui berbagai aspek untuk pengembangan mutu yang lebih baik (Putri et al., 2020). Hubungan pendidikan dan pendidikan jasmani yaitu terletak pada aktivitas yang diarahkan untuk mencapai tujuan pendidikan sendiri.

Dalam meningkatkan sumber daya manusia sangat penting untuk siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktifitas jasmani, olahraga dan kesehatan (Idris, 2015). Menurut (Haq, 2019) pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di dalamnya ada beberapa aspek ruang lingkup yang antara lain yaitu permainan serta olahraga yang mencakup olahraga tradisional dan permainan, aktivitas senam, kegiatan ritmik, akuatik dan kegiatan luar kelas (ALK), lalu kesehatan yang meliputi pengembangan budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, dan aktivitas pengembangan yang meliputi mekanika perilaku tubuh, bentuk postur tubuh, komponen kebugaran jasmani dan aktivitas penunjang lainnya.

Pendidikan jasmani dan olahraga di hakikatnya merupakan sebuah proses pendidikan yang memanfaatkan kegiatan fisik yang artinya aktivitas fisik untuk menghasilkan suatu perubahan pada kualitas individu baik dalam fisik, mental dan emosional. Pendidikan jasmani dan olahraga artinya proses pendidikan melalui aktivitas jasmani serta olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan Pendidikan. olahraga adalah suatu bentuk aktivitas manusia buat mempertinggi kesehatan dan kondisi fisik manusia itu sendiri.

Kesehatan ialah salah satu faktor utama yang bisa mempengaruhi kebugaran serta penampilan tubuh (Putri et al., 2020). Pendidikan Jasmani adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas jasmani yang direncanakan secara sistematis. bisa dikatakan bahwa penjas artinya salah satu mata pelajaran yang didalamnya terdapat aktivitas fisik atau tubuh serta mengetahui tentang fungsi anggota tubuh serta memperoleh peningkatan kemampuan serta keterampilan gerak (Hamzah et al., 2019). Menurut (paryanto, 2012) pendidikan jasmani adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan ataupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sistematis melalui kegiatan jasmani yang intensif dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan dan keterampilan jasmani, dan pertumbuhan, kecerdasan. Pendidikan jasmani sering disebut dengan Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK) merupakan salah satu pelajaran wajib yang dilaksanakan di berbagai jenjang sekolah seperti SD, SMP, SMA/SMK. PJOK adalah bagian integral dari keseluruhan proses pendidikan, merupakan usaha untuk meningkatkan kinerja manusia melalui kegiatan fisik yang telah dipilih dengan tujuan untuk mewujudkan hasilnya (Mustafa & Dwiyogo, 2020).

Olahraga memiliki peran yang sangat penting pada kehidupan modern kali ini, manusia tak dapat dipisahkan dari aktivitas olahraga, baik menaikkan prestasi maupun kebutuhan untuk menjaga kondisi tubuh untuk tetap sehat, dengan berolahraga bisa membuat manusia yang sehat jasmani serta rohani maka akan terbentuk manusia berkualitas (Keswando et al., 2022). Dengan keadaan moderen saat ini berolahraga sangat penting untuk manusia agar dapat menjaga Kesehatan tubuh agar tetap sehat secara jasmani dan rohani. Olahraga merupakan kegiatan untuk melatih tubuh seseorang, olahraga seringkali diartikan sebagai suatu kegiatan yang menyehatkan diri dari dalam juga luar tubuh atau sering disebut pula dengan sehat jasmani maupun rohani. Manfaat dari olahraga bisa meningkatkan kebugaran jasmani dan meningkatkan tenaga. ada beragam cabang olahraga yang popular seperti lari, renang, golf, basket, badminton, gulat, dan bola voli (zakky, 2019). Prestasi olahraga berkaitan erat dengan keberhasilan dalam program pembelajaran disekolah (Iyakrus, 2019).

Dengan begitu suatu pembelajaran pendidikan jasmani guru olahraga pun harus mempunya suatu program untuk dapat memperoleh hasil dari program pembelajaran yang sudah dilakukan pada suatu lembaga sekolah terdapat suatu aktivitas ekstrakurikuler. Aktivitas ekstrakurikuler merupakan suatu aktivitas yang terdapat pada luar jam proses pembelajaran yang diperuntukkan untuk mewadahi serta memfasilitasi siswa yang ingin mengembangkan kemampuan yang dimilikinya pada bidang non akademik, kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan untuk berbagi potensi-potensi yang dimiliki peserta didik di bidang non akademik yang ada di sekolah seperti berbagi keterampilan-keterampilan pada bidang olahraga salah satunya yaitu bola voli (Husaeni et al., 2022). Menurut (Shilviana & Hamami, 2020) ekstrakurikuler adalah program kegiatan yang dalam pelaksannya dilakukan peserta didik yang ada di luar kelas dan di luar jam pembelajaran yang bertujuan untuk membantu dalam menegmbangkan potensi yang dimiliki para siswa. Pada penelitian ini sasaran peneliti yaitu pada ekstrakurikuler tingkat SMA, penelitian bertempat pada ekstrakurikuler bola voli SMA N 1 Sindang yang berada di Kabupaten Indramayu bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam materi pokok pendidikan jasmani. banyak manfaat yg didapat dengan bermain bola voli antara lain adalah dapat membuat perilaku tubuh, fisiologis, Kesehatan juga jasmani. Manfaat untuk ke rohani yaitu kejiwaan, kepribadian serta karakter tumbuh sinkron dengan tuntutan masyarakat (Pambudi & Pramudana, 2016).

Permainan bola voli ialah salah satu jenis permainan beregu, pada permainan beregu kerja sama sangat krusial dengan tujuan mencapai kemenangan. untuk mencapai tujuan yang diinginkan, setiap pemain dituntut terlebih dahulu menguasai Teknik dasar pada permainan bola voli (Damanik, 2014). Pada permainan bola voli ada beberapa Teknik dasar yang harus dikuasai, Teknik terdiri atas servis, passing bawah, passing atas, block, dan smash. Penguasaan teknik dasar sangat penting khususnya servis bawah dan passing bawah untuk kualitas permainan dan mengembangkan permainan (Kurniawan et al., 2020).

Servis merupakan awal dimulainya permainan bola voli. Ada beberapa cara atau model dalam melakukan servis, yaitu: servis bawah, servis atas, dan servis lompat (Ruslan, 2021). Di dalam permainan bola voli servis bawah sangat

diperlukan. Penguasaan servis bawah yang baik akan membantu proses penyerangan dalam suatu permainan (Hidayat & Iskandar, 2019). Karena servis bawah digunakan pada saat melakukan serangan pertama dalam permainan bola voli. Pada teknik servis bawah tersebut berperan besar dalam memperoleh poin. Maka dari itu Teknik bola voli yang diteliti dalam penelitian ini yaitu Teknik servis bawah.

Mengingat pentingnya melakukan teknik dasar servis dalam permainan bola voli lebih khusus servis bawah, peneliti bertujuan untuk mengetahui Tingkat Keterampilan Servis Bawah Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler SMAN 1 Sindang. Untuk dapat mengetahui tingkat servis bawah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler.

METODE

Penelitian ini merupakan deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengambilan datanya menggunakan instrument tes. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan teknik sampling *insidental*, yang dimana keuntungan dari teknik *incidental* yaitu peneliti bisa menggunakan sampel random yang bertemu secara kebetulan (Sugiyono, 2021) pada saat penelitian terdapat 13 siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Sindang. Instrument yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes servis bawah dari (Arfianto, 2011).

Target/Subjek Penelitian

Analisis data menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif yang dituangkan dalam bentuk presentase dengan rumus :

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

Keterangan :

F = Frekuensi yang sedang dicari presentasinya

N = jumlah frekuensi/banyaknya individu

P = Angka prosentase

Data, Intrumen, dan Teknik Pengumpulan Data

Metode survei digunakan untuk mendapatkan data dari tempat yang alamiah (bukan buatan). Peneliti melakukan pengumpulan data menggunakan tes keterampilan servis bawah bola voli. Populasi yang di ambil peneliti yaitu seluruh siswa ekstrakurikuler SMAN 1 Sindang yang berjumlah 13 siswa.

HASIL

Hasil dari penelitian berupa data yang dideskripsikan untuk mengetahui tingkat keterampilan servis bawah bola voli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang. Data yang diperoleh berdasarkan tes keterampilan servis bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler yang berjumlah 13 orang siswa. Setelah di analisis diperoleh hasil keseluruhan keterampilan servis bawah siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 1 Sindang mendapat predikat “Baik Sekali” berjumlah 1 orang, dan jika di prosentase adalah 7,7%. Yang berpredikat “baik” berjumlah 6 siswa, dan jika di prosentase adalah 46,15%. Untuk kategori atau predikat “Sedang” berjumlah 4 siswa, dan jika diprosentase 30,77%. Sedangkan predikat “Kurang” berjumlah 0 siswa, dan jika di prosentase adalah 0%. Serta pada predikat “Kurang Sekali” dengan jumlah 2 siswa dan jika di prosentase adalah 15,38 %. Dengan keseluruhan sampel berjumlah 13 siswa.

Tabel 1. Rekapitulasi Keseluruhan Hasil Tingkat Keterampilan Servis Bawah Bola Voli

No	Kategori	Jumlah Sampel	Presentase
1	Baik Sekali	1	7,70%
2	Baik	6	46,15%
3	cukup	4	30,77%
4	Kurang	0	0%
5	Kurang Sekali	2	15,38%
Jumlah		13	100%

PEMBAHASAN

Dari tabel distribusi frekuensi di atas diperoleh dari data penilaian tes dan pengukuran tingkat keterampilan servis bawah bola voli pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang diperoleh 1 siswa masuk kedalam kategori

baik sekali, 6 siswa masuk kategori baik, 4 siswa masuk dalam kategori sedang, 0 siswa masuk kedalam kategori kurang dan 2 siswa masuk kategori sangat kurang. Jika dibentuk dalam diagram dapat dilihat pada gambar 1 dibawah. Tingkat keterampilan servis bawah bola voli siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang berada pada kategori Baik Sekali sampai Kurang Sekali dari 13 siswa. Siswa yang masuk kategori Baik Sekali 7,70%, kategori Baik 46,15%, kategori Cukup 30,77%, kategori Kurang 0%, dan kategori Kurang Sekali 15,38%. Berdasarkan hasil penelitian diketahui tingkat keterampilan servis bawah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang berada pada kategori Baik Sekali dengan presentase 7,70% atau 1 siswa, dalam kategori Baik dengan presentase 46,15% atau 6 siswa, pada kategori cukup dengan presentasi 30,77% atau 4 siswa, kategori Kurang dengan presentase 0% atau 0 siswa, dan pada kategori Kurang Sekali dengan presentase 15,38% atau 2 siswa.

SIMPULAN

Penelitian ini dapat disimpulkan tingkat keterampilan servis bawah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang sebagian besar masuk kedalam kategori Baik, tetapi masih ada siswa yang tingkat keterampilan servis bawah bola voli terdapat pada kategori Kurang Sekali. Karena hal itu hampir bisa menjelaskan bahwa tingkat keterampilan servis bawah siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Sindang belum merata dalam menguasai teknik dasar servis bawah bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Arfianto, D. (2011). Survei Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Siswa Putra Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma/Smk/Ma Se Kecamatan Sukorejo Kab. Kendal Tahun Ajaran 2010/2011. In Skripsi.
- Aziiizu, B. Y. A. (2015). Tujuan Besar Pendidikan Adalah Tindakan. Prosiding Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat, 2 (2), 295–300. <https://Doi.Org/10.24198/Jppm.V2i2.13540>
- Damanik, I. (2014). Upaya Peningkatan Hasil Belajar Servis Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Yang Dimodifikasi Pada Siswa Kelas XI Smk Negeri 02, 23–30. <http://Digilib.Unimed.Ac.Id/Id/Eprint/9377>

- Hamzah, I., Ginanjar, A., & Setiawan, A. (2019). Pengaruh Model Pembelajaran Jigsaw Terhadap Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli. *Jurnal Kependidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(1), 58–63.
- Haq, M. S. (2019). Tingkat Kemampuan Passing Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Smp Negeri 2 Tempel. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 8(12), 1–8.
- Hidayat, A., & Iskandar, D. (2019). Efektivitas Underhand Servis Posisi Lurus Dan Posisi Menyamping Terhadap Akurasi Servis Bawah. *Juara : Jurnal Olahraga*, 4(1), 62. <Https://Doi.Org/10.33222/Juara.V4i1.452>
- Husaeni, A., Achmad, I. Z., & Nurwansyah, R. (2022). Survei Tingkat Keterampilan Servis Atas Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Patriot*, 4(3), 242–251. <Https://Doi.Org/10.24036/Patriot.V4i3.877>
- Idris, M. (2015). Meningkatkan Keterampilan Bolavoli Mahasiswa Penjas Dengan Metode Latihan. 2(1), 1–10.
- Iyakrus, I. (2019). Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Prestasi. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga Dan Kesehatan*, 7(2). <Https://Doi.Org/10.36706/Altius.V7i2.8110>
- Keswando, Y., Septi Sistiasih, V., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177. <Https://Doi.Org/10.29408/Porkes.V5i1.4996>
- Kurniawan, E., Astuti, R. K., & Alfindana, D. (2020). Tingkat Kemampuan Servis Bawah Dan Passing Bawah Bolavoli Mini Anak Usia 10-12 Tahun Di Desa Gunungrejo Pacitan. 1–7.
- Mustafa, P. S., & Dwiyogo, W. D. (2020). Kurikulum Pendidikan Jasmani, Olahraga, Dan Kesehatan Di Indonesia Abad 21. *Jartika Jurnal Riset Teknologi Dan Inovasi Pendidikan*, 3(2), 422–438. <Https://Doi.Org/10.36765/Jartika.V3i2.268>
- Pambudi, P. S., & Pramudana, J. (2016). Penerapan Pembelajaran Drill Dan Bermain Terhadap Hasil Belajar Servis Bawah Dalam Permainan Bolavoli Pada Siswa Kelas Vii Smpn 2 Banyuwangi. *Jurnal Sportif : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 2(2), 98–110.
- Paryanto, R. (2012). Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Pendidikan Jasmani. *Jurnal.Untan.Ac.Id*.
- Putri, E., Sma, D. I., & Bengkulu, N. (2020). Analisis Tingkat Keterampilan Servis Bawah Bola Voli. 1(1), 45–49.

- Ruslan, R. (2021). Pengaruh Metode Latihan Drill Terhadap Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 3(2), 68–73. <Https://Doi.Org/10.37311/Jsc.V3i2.11337>
- Shilviana, K., & Hamami, T. (2020). Pengembangan Kegiatan Kokurikuler Dan Ekstrakurikuler. *Palapa*, 8(1), 159–177. <Https://Doi.Org/10.36088/Palapa.V8i1.705>
- Sugiyon. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D (2nd Ed.). Alfabeta, CV.
- Sujana, I. W. C. (2019). Fungsi Dan Tujuan Pendidikan Indonesia. Adi Widya: *Jurnal Pendidikan Dasar*, 4(1), 29. <Https://doi.org/10.25078/aw.v4i1.927>