
Identifikasi Kemampuan Servis Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMPI Nashirul Ummah Tuban

Agung Rudianto^{1✉}, Reo Prasetyo Herpandika¹, Budiman Agung Pratama¹

¹Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan Sains, Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author*

Email: agungrudiant487@gmail.com

Info Artikel

Kata Kunci:

Bola Voli; Ekstrakurikuler;
Kemampuan Servis; Russell-
Lange; SMPI Nashirul Ummah.

Keywords:

Volleyball; Extracurricular;
Service Ability; Russell-Lange;
SMPI Nashirul Ummah

Abstrak

Penelitian ini mengidentifikasi kemampuan servis bolavoli peserta ekstrakurikuler SMPI Nashirul Ummah, mengingat servis adalah teknik dasar vital untuk memulai permainan dan mencetak poin. Menggunakan metode deskriptif kuantitatif, penelitian ini melibatkan 22 siswa sebagai populasi penuh. Tes Servis Bola Voli Russell-Lange digunakan sebagai instrumen, dan data dianalisis secara deskriptif. Hasil menunjukkan variasi kemampuan servis di antara peserta. Skor individu berkisar dari 18 hingga 35, dengan rata-rata 26.23 dan standar deviasi 5.15. Secara kategoris, mayoritas peserta berada pada kategori 'Cukup' (36.4%), diikuti oleh 'Kurang' (27.3%), 'Baik' (22.7%), 'Sangat Kurang' (9.1%), dan hanya 4.5% di kategori 'Sangat Baik'. Ini mengindikasikan bahwa sebagian besar peserta memiliki pemahaman dasar tetapi belum optimal, dengan ruang peningkatan yang signifikan. Kesimpulannya, kemampuan servis sebagian besar peserta ekstrakurikuler berada pada kategori "Cukup" dan "Kurang". Variasi ini menekankan perlunya program latihan terdiferensiasi yang fokus pada aspek fisik (kekuatan, koordinasi, keseimbangan), teknis (lambungan, ayunan, konsistensi), dan psikologis (konsentrasi, kepercayaan diri) untuk mencapai prestasi maksimal.

Abstract

This study aimed to identify volleyball service skills among 22 male extracurricular participants at SMPI Nashirul Ummah, Tuban Regency, East Java. Utilizing a quantitative descriptive method with total population sampling, the Russell-Lange Volleyball Service Test was administered. Data was analyzed using descriptive statistics and presented in tables, diagrams, and categories. Results revealed varied service abilities. Individual scores ranged from 18 to 35, with an average of 26.23 and a standard deviation of 5.15. Categorically, most participants (36.4%) fell into the 'Moderate' category, followed by 'Poor' (27.3%), 'Good' (22.7%), 'Very Poor' (9.1%), and only one student (4.5%) in 'Very Good'. This suggests that while most participants have basic understanding, optimal proficiency is lacking, indicating significant room for improvement. In conclusion, service skills at SMPI Nashirul Ummah are predominantly "Moderate" and "Poor". The observed variation underscores the need for tailored training programs. These programs should address physical (strength, coordination, balance), technical (toss, arm swing, contact, follow-through, consistency), and psychological aspects (concentration, self-confidence). The findings serve as a guide for designing effective interventions to enhance service skills and maximize athletic performance.

© 2025 Author

✉ Alamat korespondensi:

Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Kesehatan dan
Sains, Universitas Nusantara Persatuan Guru Republik Indonesia, Jawa Timur,
Indonesia

PENDAHULUAN

Olahraga adalah upaya penting untuk meningkatkan kualitas diri. Olahraga tak bisa dipisahkan dari kehidupan manusia karena kedua aspek kehidupan, yaitu jasmani dan rohani, perlu terus ditingkatkan untuk mencapai kondisi yang lebih baik (Handayani, 2018). Berdasarkan Undang-Undang No. 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, olahraga adalah segala kegiatan sistematis yang bertujuan mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani, serta sosial. Lebih dari itu, olahraga merupakan aktivitas krusial untuk menjaga kebugaran diri (Wakitayanti & Hartono, 2021).

Bola voli merupakan olahraga tim yang dimainkan di lapangan yang dibagi dua oleh net. Tujuan utamanya adalah melewati bola secepat mungkin ke daerah lawan menggunakan teknik dan taktik yang diizinkan. Pemain berusaha menjatuhkan bola di lapangan lawan dengan memvoli bola melewati net, sekaligus mempertahankan lapangan sendiri agar bola tidak jatuh (Rizal et al., 2022). Bola voli adalah olahraga populer di Indonesia, digemari oleh semua lapisan masyarakat. Permainan ini bisa dimainkan oleh siapa saja, dari anak-anak hingga orang dewasa (Jariono et al., 2021).

Teknik dalam bola voli adalah cara pemain mempraktikkan permainan secara efisien dan efektif, mengikuti peraturan yang berlaku untuk mencapai hasil terbaik. Teknik yang baik selalu didasari oleh teori dan prinsip-prinsip ilmiah yang mendukung pelaksanaannya (Raihanati & Wahyudi, 2021). Untuk bermain bola voli, setiap pemain wajib menguasai beberapa teknik dasar. Teknik-teknik tersebut meliputi servis, passing, smash, dan block (Kardiyanto & Sunardi, 2020). Keempat teknik dasar (servis, passing, smash, dan block) adalah modal utama yang wajib dikuasai pemain bola voli untuk meraih prestasi. Sayangnya, banyak atlet sering mengabaikan teknik-teknik fundamental ini. Padahal, setiap teknik dalam bola voli saling berkaitan, sehingga mengabaikan salah satunya akan menghambat performa maksimal atlet saat bermain atau bertanding, dan pada akhirnya menghambat perkembangan prestasi mereka (Keswando et al., 2022).

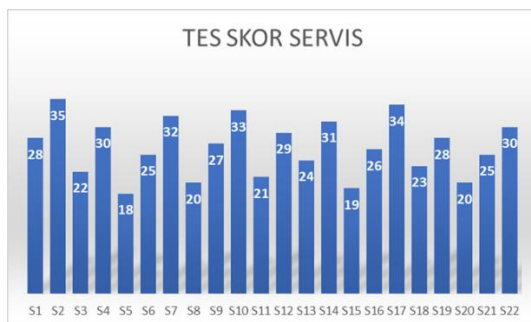
Dalam bola voli, ada dua jenis servis utama yang digunakan: servis bawah dan servis atas (Kuncoro, 2021). Servis adalah pukulan

pembuka dan serangan awal dalam bola voli, menjadikannya sangat penting. Servis yang baik dapat langsung menghasilkan poin dan menyulitkan lawan, sehingga mereka kesulitan menyusun serangan bahkan gagal menerima bola (Janah, 2016). Servis merupakan teknik krusial dalam bola voli. Selain menjadi pukulan pembuka permainan, servis juga bisa menjadi awal dari sebuah serangan yang efektif (Achmad et al., 2020). Dalam bola voli, ada beberapa jenis servis yang bisa dilakukan: Servis tangan bawah (*underhand service*), Servis tangan samping (*side hand service*), Servis atas kepala (*overhead service*), Servis mengambang (*floating service*), dan Servis topspin, serta Servis loncat (*jump service*) (Andibowo, 2018).

Kegiatan ekstrakurikuler adalah bagian dari kurikulum sekolah yang dilaksanakan di luar jam pelajaran utama. Tujuannya adalah untuk mengembangkan bakat, minat, kreativitas, dan karakter siswa (Wiyani, 2013). Kegiatan olahraga di luar jam pelajaran seringkali terprogram dalam bentuk ekstrakurikuler. Ekstrakurikuler olahraga, yang dimulai sejak Sekolah Menengah Pertama (SMP) atau bahkan usia dini, tidak hanya bertujuan sebagai kegiatan sekolah, tetapi juga untuk membantu siswa mencapai prestasi maksimal di bidang olahraga (Azizah & Sudarto, 2021). Kegiatan ekstrakurikuler memberikan kesempatan bagi siswa untuk memperluas pemahaman materi pelajaran yang berkaitan dengan kurikulum kelas, seringkali dibimbing oleh guru mata pelajaran terkait. Selain itu, ekstrakurikuler juga menjadi wadah penting bagi siswa untuk menyalurkan dan mengembangkan bakat, minat, serta potensi yang mereka miliki (Hanggara et al., 2018).

Mengingat pentingnya kemampuan teknik dasar dalam permainan bolavoli agar permainan dapat berjalan dengan baik, maka model dan metode pelatihan harus terus ditingkatkan. Sebagai seorang guru ekstrakurikuler, wajib mengetahui kemampuan teknik dasar peserta didiknya. Hal ini bertujuan untuk mempermudah dalam membuat rancangan program latihan khususnya ekstrakurikuler di sekolah dalam mewujudkan tujuan kegiatan pembinaan yaitu prestasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengukur kemampuan servis bola voli siswa yang mengikuti ekstrakurikuler. Hasilnya diharapkan dapat menjadi tolok ukur untuk meningkatkan dan mengembangkan teknik servis mereka.

Capaian skor individual kemampuan servis bolavoli dari 22 peserta ekstrakurikuler SMPI Nashirul Ummah, yang diberi label S1 hingga S22. Berdasarkan diagram tersebut, dapat dilihat variasi skor antar peserta: Skor terendah adalah 18, dicapai oleh peserta S5 dan S15. Skor tertinggi adalah 35, dicapai oleh peserta S2. Beberapa peserta memiliki skor di atas 30, seperti S2 (35), S7 (32), S10 (33), S14 (31), dan S17 (34). Sebagian besar peserta memiliki skor yang berkisar antara 20 hingga 30. Rata-rata skor tampaknya berada di kisaran 20-an.



Gambar 2. Diagram Batang Capaian Skor Individual Kemampuan Servis Peserta

Ekstrakurikuler Bolavoli SMPI Nashirul Ummah

Tabel 2. Statistik Deskriptif Hasil Tes Servis Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMPI Nashirul Ummah

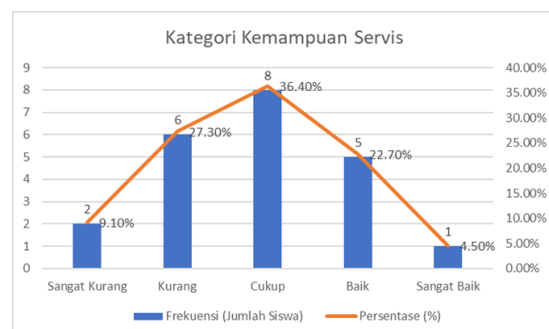
Statistik Deskriptif	Nilai Capaian (Skor)
Skor Minimum	18
Skor Maksimum	35
Rata-rata (Mean)	26.23
Standar Deviasi	5.15

Berdasarkan pengumpulan data melalui Tes Servis Bolavoli *Russell-Lange* pada 22 siswa laki-laki peserta ekstrakurikuler SMPI Nashirul Ummah, hasil identifikasi kemampuan servis menunjukkan distribusi skor yang bervariasi di antara peserta. (Mengacu pada contoh data hipotetis): Skor terendah yang dicapai adalah 18, sedangkan skor tertinggi adalah 35. Rata-rata kemampuan servis peserta berada pada angka 26.23 dengan standar deviasi 5.15, yang menunjukkan adanya penyebaran skor yang cukup signifikan.

Tabel 3. Distribusi Kategori Kemampuan Servis Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMPI Nashirul Ummah

Rentang Skor	Kategori Kemampuan	Frekuensi (Jumlah Siswa)	Persentase (%)
0 - 19	Sangat Kurang	2	9.1%
20 - 24	Kurang	6	27.3%
25 - 29	Cukup	8	36.4%
30 - 34	Baik	5	22.7%
35 - 40	Sangat Baik	1	4.5%

Secara kategoris, data menunjukkan bahwa sebagian besar peserta (36.4%) berada pada kategori 'Cukup' dalam kemampuan servis. Diikuti oleh kategori 'Kurang' (27.3%) dan 'Baik' (22.7%). Sebagian kecil peserta berada pada kategori 'Sangat Kurang' (9.1%), dan hanya satu siswa (4.5%) yang mencapai kategori 'Sangat Baik'. Hasil ini mengindikasikan bahwa secara umum, peserta ekstrakurikuler bolavoli SMPI Nashirul Ummah memiliki pemahaman dasar dan kemampuan servis yang memadai, namun masih terdapat ruang yang besar untuk peningkatan menuju tingkat yang lebih baik dan sangat baik.



Gambar 3. Diagram Pie Distribusi Kategori Kemampuan Servis Peserta Ekstrakurikuler Bolavoli SMPI Nashirul Ummah

PEMBAHASAN

Pembahasan ini akan menganalisis hasil identifikasi kemampuan servis pada 22 siswa laki-laki peserta ekstrakurikuler bolavoli SMPI Nashirul Ummah. Kemampuan servis merupakan salah satu teknik dasar yang krusial

dan fundamental dalam permainan bolavoli. Servis tidak hanya berfungsi sebagai pukulan permulaan untuk memulai reli, namun juga menjadi serangan awal yang strategis untuk mencetak poin secara langsung atau mengganggu penerimaan bola lawan, sehingga membatasi opsi serangan balasan mereka. Pentingnya penguasaan teknik servis yang efektif telah banyak ditekankan dalam literatur bolavoli (Panjaitan & Wahyudi, 2020). Selain itu, menurut Sistiasih & Pradana, (2022) Servis yang efektif memiliki kekuatan untuk mengubah dinamika permainan. Servis yang berhasil mencetak poin secara langsung dapat meningkatkan moral tim, memberi energi kepada pemain, dan mengurangi tekanan yang dirasakan. Sebaliknya, servis yang buruk justru bisa memberi peluang mudah bagi lawan untuk mencetak poin.

Berdasarkan data hipotesis yang disajikan dalam Tabel 4.3, rata-rata kemampuan servis peserta ekstrakurikuler SMPI Nashirul Ummah berada pada tingkat 'cukup'. Kategori ini mendominasi distribusi kemampuan servis, menunjukkan bahwa sebagian besar siswa telah memiliki pemahaman dan eksekusi dasar terhadap teknik servis, namun belum mencapai tingkat kemahiran yang optimal atau konsisten. Persentase yang cukup besar pada kategori 'kurang' juga mengindikasikan adanya kelompok siswa yang masih menghadapi tantangan signifikan dalam menguasai teknik ini, sementara kehadiran kategori 'baik' dan 'sangat baik' menunjukkan adanya siswa dengan potensi dan penguasaan teknik yang lebih superior. Variasi ini adalah hal yang wajar dalam konteks kegiatan ekstrakurikuler di mana tingkat pengalaman dan bakat alami siswa dapat berbeda secara substansial.

Kesenjangan antara kemampuan 'cukup' atau 'kurang' dengan 'baik' atau 'sangat baik' ini menggaris bawahi pentingnya perhatian lebih pada pengembangan teknik dasar. Seperti yang dijelaskan oleh Renanto et al., (2024), Permainan Bola voli adalah permainan yang membutuhkan kerjasama tim, kecepatan, dan ketepatan untuk meraih kemenangan. Tanpa penguasaan teknik dasar yang solid, upaya kolektif tim untuk meraih kemenangan akan terhambat. Pengabaian teknik dasar dapat menghambat prestasi atlet untuk berkembang. Oleh karena itu, hasil identifikasi ini memberikan landasan empiris untuk merancang intervensi pelatihan yang lebih terfokus.

Beberapa faktor kunci diketahui mempengaruhi kemampuan servis seorang

pemain bolavoli, meliputi aspek fisik, teknis, dan psikologis.

1. Aspek Fisik:

- a. Kekuatan Otot Lengan dan Bahu: Kemampuan untuk memukul bola dengan kecepatan dan tenaga yang tinggi sangat bergantung pada kekuatan otot lengan dan bahu. Servis yang bertenaga dapat membuat bola melaju cepat melewati net, mempersulit penerimaan lawan. Latihan kekuatan otot lengan dan bahu, seperti push-up, pull-up, atau latihan beban ringan dengan teknik yang benar, sangat esensial untuk meningkatkan kekuatan pukulan servis. Penelitian yang relevan seringkali menunjukkan korelasi positif antara kekuatan otot spesifik dengan performa servis (Setyawan, 2017).
- b. Koordinasi Mata-Tangan: Akurasi servis, terutama dalam mengarahkan bola ke area sasaran tertentu, sangat bergantung pada koordinasi mata-tangan yang baik. Kemampuan mata untuk melacak bola dan tangan untuk mengkoordinasikan kontak dengan bola pada titik yang tepat adalah kunci untuk mencapai presisi (Ngadiyana, 2020). Kurangnya koordinasi dapat mengakibatkan kesalahan seperti bola keluar lapangan atau menyangkut di net. Latihan koordinasi seperti memantulkan bola ke dinding dengan variasi kecepatan atau latihan melempar dan menangkap bola dengan target dapat membantu meningkatkan aspek ini.
- c. Keseimbangan dan Postur Tubuh: Servis yang efektif memerlukan dasar pijakan dan keseimbangan tubuh yang stabil selama proses persiapan, ayunan, dan follow-through. Keseimbangan yang buruk dapat menyebabkan servis yang tidak konsisten atau kurang bertenaga (Borzucka et al., 2020). Postur tubuh yang benar, dengan posisi badan yang siap dan transfer berat badan yang efisien, juga penting untuk memaksimalkan kekuatan dan akurasi servis.

2. Aspek Teknis:

a. Gerakan Spesifik Servis:

Melambungkan Bola (Toss): Lambungan bola adalah salah satu elemen teknis paling krusial dalam servis. Lambungan yang konsisten dalam tinggi dan posisi (depan badan atau di samping) akan memungkinkan pukulan yang akurat dan bertenaga. Kesalahan dalam toss seringkali menjadi penyebab utama servis yang buruk.

Ayunan Lengan dan Titik Kontak: Ayunan lengan harus dilakukan secara eksplosif dan terkoordinasi dengan baik. Titik kontak bola yang optimal (biasanya di tengah bola atau sedikit di atas untuk servis atas) sangat penting untuk menghasilkan lintasan bola yang diinginkan dan putaran (spin) yang tepat. Kesalahan umum termasuk memukul bola terlalu rendah, terlalu tinggi, atau tidak tepat di tengah. Taslim, (2020) membahas peningkatan keterampilan servis atas melalui pendekatan pembelajaran drill yang berfokus pada gerakan spesifik ini.

Follow-through: Gerakan lanjutan setelah kontak bola penting untuk menjaga momentum dan mengontrol arah bola. Follow-through yang lengkap menunjukkan bahwa seluruh energi telah ditransfer ke bola.

- a. **Konsistensi:** Kemampuan untuk secara berulang kali mengeksekusi servis dengan teknik yang benar dan hasil yang diinginkan adalah indikator kemahiran yang tinggi. Konsistensi dicapai melalui latihan berulang yang terfokus pada detail teknis (Matos et al., 2021).
3. **Aspek Psikologis:**
 - a. **Konsentrasi dan Fokus:** Dalam situasi pertandingan, tekanan dapat mempengaruhi kemampuan pemain untuk tetap fokus dan berkonsentrasi saat melakukan servis (Gorgulu & Gokcek, 2021). Kehilangan fokus sesaat dapat mengakibatkan kesalahan yang merugikan. Latihan mental dan simulasi kondisi pertandingan dapat membantu meningkatkan aspek ini.
 - b. **Kepercayaan Diri:** Pemain yang percaya diri cenderung lebih berani mengambil risiko dan mengeksekusi servis yang lebih sulit dengan keyakinan, seperti servis jump atau servis float. Kepercayaan diri dapat dibangun melalui keberhasilan dalam latihan dan umpan balik positif dari pelatih (Hambali, S. & Sobarna, 2019).

Hasil identifikasi ini diharapkan dapat menjadi panduan bagi guru ekstrakurikuler dan pelatih di SMPI Nashirul Ummah. Dengan begitu, mereka bisa merancang program latihan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan para peserta didik. Mengingat variasi kemampuan yang teridentifikasi, pendekatan latihan yang terdiferensiasi mungkin diperlukan. Ini berarti memberikan latihan dasar yang lebih intensif bagi siswa dengan kategori 'kurang' atau 'sangat kurang' untuk membangun fondasi yang kuat, sementara

siswa yang sudah berada di kategori 'cukup' atau 'baik' dapat diberikan latihan yang lebih kompleks dan menantang untuk mengembangkan variasi servis atau meningkatkan kecepatan dan akurasi.

Program latihan harus mencakup komponen fisik (misalnya, latihan kekuatan lengan dan bahu, latihan koordinasi mata-tangan) dan komponen teknis (misalnya, drill repetitif untuk toss yang konsisten, ayunan lengan, dan titik kontak yang tepat). Selain itu, penting juga untuk mengintegrasikan aspek psikologis melalui latihan simulasi tekanan pertandingan atau sesi umpan balik yang membangun kepercayaan diri. Dengan menerapkan pendekatan holistik dan data-driven ini, diharapkan tujuan kegiatan pembinaan, yaitu pencapaian prestasi dalam bolavoli, dapat terwujud secara maksimal. Hasil penelitian ini menjadi dasar kuat untuk meningkatkan dan mengembangkan teknik servis setiap peserta ekstrakurikuler bola voli di SMPI Nashirul Ummah.

KESIMPULAN

Penelitian ini menemukan bahwa kemampuan servis bolavoli peserta ekstrakurikuler SMPI Nashirul Ummah bervariasi dengan distribusi yang condong ke kategori "Cukup" dan "Kurang". Hanya sebagian kecil peserta yang mencapai kategori "Baik" atau "Sangat Baik".

1. **Mayoritas Peserta Berkemampuan Cukup dan Kurang:** Sebagian besar siswa (36.40%) berada dalam kategori "Cukup", diikuti oleh kategori "Kurang" (27.30%). Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas peserta ekstrakurikuler memiliki kemampuan servis yang belum optimal.
2. **Minoritas Peserta Berkemampuan Baik dan Sangat Baik:** Hanya sekitar seperempat dari total peserta (22.70% kategori "Baik" dan 4.50% kategori "Sangat Baik") yang menunjukkan kemampuan servis yang baik atau sangat baik.
3. **Adanya Peserta dengan Kemampuan Sangat Kurang:** Terdapat 2 siswa (9.10%) yang masuk dalam kategori "Sangat Kurang", mengindikasikan adanya beberapa peserta yang masih sangat memerlukan bimbingan intensif dalam teknik servis bolavoli.

4. Variasi Individual yang Luas: Diagram batang menunjukkan rentang skor individual yang signifikan, dari skor terendah 18 hingga tertinggi 35, menegaskan adanya perbedaan tingkat penguasaan teknik servis antar

REFERENSI

- Achmad, I. Z., Aminudin, R., Sumarsono, R. N., & Mahardika, B. (2020). Tingkat Ketrampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Mahasiwa PJKR Semester II Di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019 Irfan Zinat Achmad, Rizki Aminudin, Rhama Nurwasyah Sumarsono, Dhika Bayu Mahardika. *Jurnal Ilmiah PENJAS*, 5(2), 48–60.
- Andibowo, T. (2018). Pengaruh Latihan Standing Servis Dan Jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 4(2).
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Azizah, A. R., & Sudarto, E. P. (2021). Minat Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli Siswa Smp Negeri 3 Satu Atap Karangsambung Kecamatan Karangsambung Tahun Ajaran 2019/2020. *JUMORA: Jurnal Moderasi Olahraga*, 1(01), 35–44. <https://doi.org/10.53863/mor.v1i01.132>
- Borzucka, D., Kręćisz, K., Rektor, Z., & Kuczyński, M. (2020). Postural control in top-level female volleyball players. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation*, 12(1), 1–6. <https://doi.org/10.1186/s13102-020-00213-9>
- Collins, R. D., & Hodges, P. B. (2001). *A comprehensive guide to sports skills tests and measurement*. Bloomsbury Publishing PLC.
- Gorgulu, R., & Gokcek, E. (2021). The Effects of Avoiding Instructions under Pressure: An Examination of the Volleyball Serving Task. *Journal of Human Kinetics*, 78(1), 239–249. <https://doi.org/10.2478/hukin-2021-0039>
- Hambali, S., & Sobarna, A. (2019). KETERAMPILAN SMASH BOLAVOLI (Studi Korelasi Antara Power Lengan, Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri Pada atlet Club Osas Kabupaten Sumedang). *Jurnal Olympia*, 1(2), 25–32.
- Handayani, N. R. (2018). Analisis Keberhasilan Dan Kegagalan Timnas Bolavoli Putri Pada Asean Games 2018. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 2(2).
- Hanggara, D., Syafiral, & Ilahi, B. R. (2018). Implementasi Estrakulikuler Bola Voli di SMA N 1,2 dan 3 Bengkulu Tengah. *Kinestik, Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 2(1), 16–22.
- Janah, N. (2016). Perbedaan Tingkat Keberhasilan Receive Service Bola Float dan Top Spin pada Tim Empat Besar Volleyball Women's World Cup 2015. *Pend. Kevelatihan Olahraga-S1*, 1(3).
- Jariono, G., Nurhidayat, N., Sudarmanto, E., Nyatara, S. D., & Marganingrum, T. (2021). Pendampingan Dan Pelatihan Peningkatan Kondisi Fisik Pada Unit Kegiatan Mahasiswa Bolavoli Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Indonesian Collaboration Journal Of Community Services (Icjs)*, 1(4), 236–243.
- Kardiyanto, D. W., & Sunardi. (2020). *Kepelatihan Bola Voli*. Zifatama Jawara.
- Keswando, Y., Septi Sistiasih, V., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177.
- Kuncoro, A. D. (2021). Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Panjang Lengan Dengan Hasil Servis Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 4(2), 118–125. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4661>
- Matos, C., Benda, R., Januário, M., Costa, C. L., Ferreira, A., Lucas, M., Marinho, F., Lage, G., & Ugrinowitsch, H. (2021). Combined practice and learning of movement pattern and precision of the volleyball serve in beginners. *European Journal of Human Movement*, 47(1979), 88–99. <https://doi.org/10.21134/eurjhm.2021.47.11>
- Ngadiyana, H. (2020). The Effect of Eye-Hand Coordination Training on Accuracy of Service in Volleyball Players. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 407(Sbicsse 2019), 138–140. <https://doi.org/10.2991/assehr.k.200219.040>
- Panjaitan, J. G., & Wahyudi, A. (2020). Analisa Kemampuan Servis Bola Voli Tim Pelajar Indonesia dan Malaysia

- Pada ASEAN School Games 2019. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(1), 147–155.
- Raihanati, E., & Wahyudi, A. (2021). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 222–229. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes>
- Renanto, Afriyani, A., Fratiwi, I., Saputra, Y., & Fitrianto, A. T. (2024). SURVEI KEMAMPUAN TEKNIK DASAR PERMAINAN BOLAVOLI. *Riyadhoh : Jurnal Pendidikan Olahraga*, 7(2), 244–288.
- Rizal, A., Mappaompo, A., Sudirman, A., & Muhammadong. (2022). Analisis Indeks Keterampilan Bermain Bolavoli Siswa Ekstrakurikuler Bola Voli Smp Negeri 1 Maniangpajo Kecamatan Maniangpajo Kabupaten Wajo. *Jurnal Multidisiplin Madani*, 2(7), 3249–3260.
- Setyawan, I. P. (2017). Tingkat Keterampilan Bermain Bola Voli Siswa Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli Di Sma Negeri 3 Klaten Tahun Ajaran 2016/2017. *Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi*, 6(7).
- Sistiasih, V. S., & Pradana, S. R. (2022). Penerapan Metode Lempar Tangkap Bola Untuk Meningkatkan Hasil Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(2), 571–580.
- Sugiyono. (2017). Metode Kuantitatif. Sugiyono. (2017). Metode Kuantitatif. In Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D (pp. 13–19).f. In *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*.
- Taslim, Z. (2016). Meningkatkan Keterampilan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli dengan Pendekatan Pembelajaran Drill. *Jurnal Pendidikan Guru Sekolah Dasar*, 13(2), 140–145.
- Wakitayanti, N. A., & Hartono, M. (2021). Motivasi dan Kesadaran Hidup Sehat Masyarakat Untuk Berolahraga pada Masa New Normal di Kota Semarang. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2(1), 137–144.
- Wiyani, N. A. (2013). *Membumikan Pendidikan Karakter di SD*. Jogjakarta: Ar Ruzz Media.