

Pengaruh Latihan *Standing Servis* dan *jumping Servis* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

PENGARUH LATIHAN *STANDING SERVIS* DAN *JUMPING SERVIS* TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLA VOLI

Teguh Andibowo, S.Pd, M.Or

PKO Fkip UTP Surakarta

ABSTRAK

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan Pengaruh Latihan *Standing Servis* Dan *Jumping Servis* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara Kemampuan Servis Atas Bola Voli dengan Latihan *Standing Servis* Dan *Jumping Servis* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli.

Sampel penelitian adalah Atlit Putra Club Bola Voli Jatisrono Putra Wonogiri tahun 2017 yang berjumlah 30 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil Kemampuan Servis Atas dengan metode Latihan *Standing Servis* Dan *Jumping Servis* sebagai variabel bebas peningkatan Kemampuan Servis Atas variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes Kemampuan servis atas bola voli dengan tes dari M. Yunus, (1992:202). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek.

Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada Perbedaan Metode Latihan *Standing Servis* Dan *Jumping Servis* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0,9835$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikasi 5%. Latihan *Standing Servis* lebih baik pengaruhnya dari pada *Jumping Servis* terhadap hasil *servis atas* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan servis atas menunjukkan bahwa kelompok 1 adalah 8,318% > kelompok 2 adalah 7,715%.

Kata Kunci: *Standing Servis*, *Jumping Servis*, *Servis Atas*, Bola Voli

A. Latar belakang masalah

Permainan bola voli merupakan bentuk olahraga prestasi dan rekreasi. Sehingga dalam melakukan olahraga bola voli, ada yang bertujuan untuk rekreasi dan ada pula dengan tujuan berprestasi. Untuk menjadi seorang pemain bola voli yang berprestasi tinggi tidaklah mudah, tetapi harus mempunyai beberapa persyaratan. Untuk menjadi pemain bola voli yang baik pemain harus memiliki empat persyaratan dasar yaitu penguasaan teknik, unsur kondisi fisik, unsur taktik, dan unsur mental.

Teknik servis merupakan salah satu teknik yang sangat penting yang harus dikuasai oleh pemain, karena untuk memulai suatu permainan dalam bermain bola voli, harus memulai dengan *servis*. Dimana dalam perkembangannya, dewasa ini servis berkembang menjadi suatu teknik yang dapat digunakan untuk menyerang.

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

Dalam upaya peningkatan perstasi dalam permainan bola voli khususnya pemain bola voli Club Jatisrono Putra Wonogiri Tahun 2017, teknik servis atas harus dilatihkan secara intensif. Kemampuan *servis* atas tersebut harus ditingkatkan melalui latihan yang terprogram dengan memperhatikan unsur-unsur yang berpengaruh terhadap kemampuan *servis atas* tersebut. Sehubungan dengan hal itulah maka akan diadakan penelitian tentang “ Pengaruh Latihan *Standing servis* dan *Jumping servis* Terhadap Kemampuan *Servis atas* Bola Voli”.

B. Identifikasi masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas, dapat diidentifikasi beberapa permasalahan sebagai berikut :

1. Permainan bola voli merupakan bentuk olahraga prestasi dan rekreasi.
2. Pemain bola voli Club Jatisrono Putra Wonogiri Tahun 2017 kurang menguasai *servis atas* bola voli
3. Prestasi dalam permainan bola voli memerlukan kemampuan teknik, kondisi, fisik, taktik dan mental yang baik.
4. Teknik dasar *servis atas* harus dikuasai oleh setiap pemain bolavoli.
5. Ketrampilan *servis atas* bola voli putra pemain bola voli Club Jatisrono Putra Wonogiri Tahun 2017 harus ditingkatkan.
6. Latihan *servis atas* dengan *standing servis* berpengaruh dengan ketrampilan *servis atas*
7. Latihan *servis atas* dengan *jumping servis* berpengaruh dengan ketrampilan *servis atas*

C. Pembatasan masalah

Dari berbagai masalah yang muncul, maka perlu diadakan pembatasan masalah agar penelitian ini lebih mendalam pengkajiannya. Adapun pembatasan masalahnya adalah sebagai berikut :

1. Pengaruh latihan *servis atas* dengan *standing servis* terhadap kemampuan *servis atas* bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.
2. Pengaruh latihan *servis atas* dengan *standing servis* terhadap kemampuan *servis atas* bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.
3. Peningkatan latihan yang diakibatkan oleh pelatihan *servis atas* dengan *standing servis* dan *jumping servis* terhadap kemampuan *servis atas* pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.
4. Latihan yang lebih baik pengaruhnya untuk meningkatkan kemampuan *servis atas* dalam permainan bola voli antara latihan *servis atas* dengan *standing servis* atau latihan *servis atas* dengan *jumping servis* pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

D. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah di atas, maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Adakah terdapat pengaruh latihan *servis* atas dengan standing servis terhadap kemampuan *servis* atas bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri?
2. Adakah terdapat pengaruh latihan *servis* atas dengan jumping servis terhadap kemampuan *servis* atas bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri?
3. Manakah yang lebih bagus pengaruhnya antara latihan *servis* atas dengan *standing servis* dan *jumping servis* terhadap kemampuan *servis* atas bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri?

E. Tujuan penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang ada, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *servis* atas dengan standing servis terhadap kemampuan *servis* atas bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *servis* atas dengan jumping servis terhadap kemampuan *servis* atas bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.
3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh yang lebih bagus antara latihan *servis* atas dengan standing servis dan jumping servis terhadap kemampuan *servis* atas bola voli pada Club Jatisrono Putra Wonogiri.

F. Manfaat penelitian

Sesuai dengan masalah dan tujuan yang telah dikemukakan di atas, maka setelah penelitian ini selesai diharapkan memiliki kegunaan sebagai berikut :

1. Sebagai sumber informasi khususnya kepada pelatih dan pembina bola voli di tim Club Jatisrono Putra Wonogiri Tahun 2017
2. Bagi peneliti dapat sebagai masukan untuk menambah wawasan atau pengetahuan khususnya mengenai faktor-faktor yang berpengaruh terhadap prestasi bola voli.

Teknik dasar bermain bola voli

Bola voli merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua regu yang dipisahkan dengan net, yang dimainkan di atas lapangan berbentuk empat persegi panjang. Maksud dan tujuan permainan bola voli adalah memasukkan bola ke daerah lawan melewati

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memengangkan permainan dengan mematkan bola itu di daerah lawan. “ Dalam permainan , bola harus selalu divoli (bola selalu dimaikan sebelum menyentuh lantai) dengan bagian badan dan pinggang ke atas”. Syarat pantulan bola harus sempurna sesuai dengan peraturan yang berlaku. Selama permainan bola voli, bola boleh divoli oleh pemain dalam satu regu tiga kali berturut-turut secara bergantian.

a. Macam-macam Teknik Dasar Bermain Bola Voli

Adapun unsur-unsur teknik yang harus dikuasai oleh pemain bola voli, menurut Soedjarwo (1994:7) adalah sebagai berikut :

- a) *Passing* :
 - (1) Teknik *pass* atas
 - (2) Teknik *pass* bawah
 - (3) *Set-up/ umpan*
- b) *Smash* :
 - (1) *Normal smash*
 - (2) *Semi smash*
 - (3) *Push smash*
- c) *Service*
 - (1) *Servis* tangan bawah
 - (2) *Servis* tangan atas
 - (a) Teknik *service*
 - (b) *Floating*
 - (c) *Cekis*
- d) *Block / bendungan*
 - (1) *Block* tunggal
 - (2) *Block* berkawan

b. Teknik dasar servis bola voli

Teknik *servis* merupakan teknik pukulan yang digunakan pertama-pertama setiap dimulainya permainan bola voli. *Servis* adalah sentuhan pertama dengan bola, *servis* adalah pukulan awal untuk memulai pertandingan.

1) Jenis Servis Dilihat Dari Segi Pelaksanaan Pukulan Bola

Dilihat dari segi pelaksanaan pada waktu memukul bola, menurut Suharno H.P. (1986:12) bahwa :

Servis dibagi menjadi 2 macam yaitu *servis* :

- a. *Servis* bawah
 - 1. *Tenis service*
 - 2. *Floating*
 - 3. *Cekis*

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

b. Servis Atas

Servis atas merupakan teknik servis yang digunakan oleh para pemain yang sudah menguasai permainan bola voli. Hal ini dikarenakan teknik servis atas merupakan teknik serangan pertama yang mematikan dan memerlukan lebih banyak tenaga.

2) Jenis Servis Dilihat Dari Segi Arah Putaran Bola

Dari gerakan tangan saat melakukan pukulan *servis* akan menghasilkan bermacam-macam variasi putaran arah bola. Dilihat dari hasil putaran bola dalam servis, maka servis dapat menjadi beberapa macam. Menurut Suharno H.P (1986:15) berdasarkan arah putaran bola, *servis* dapat dibedakan :

- a. *Top spin*
- b. *Back spin*
- c. *In side spin*
- d. *Out side spin*
- e. *Float*

Teknik dasar servis atas

Servis atas adalah *servis* yang dilakukan dengan perkenaan bola dari atas kepala. Teknik pelaksanaan *servis* terdiri dari beberapa fase atau tahapan. Menurut M. Yunus (1992:109) teknik dasar *servis* terdiri dari tiga tahap yaitu : (a) sikap permulaan, (b) gerak pelaksanaan dan (c) gerak lanjutan (follow through)". Tiap fase teknik harus dilakukan dengan baik, agar dapat memperoleh hasil *servis* yang baik.

Kajian Kondisi Fisik

1. Pengertian Kondisi Fisik

Kondisi fisik memegang peranan yang sangat penting dalam program latihannya. Program latihan kondisi fisik haruslah direncanakan secara baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dengan demikian memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik (Harsono, 1988).

Model Latihan Servis atas

a. Servis atas dengan standing servis

Servis atas dengan standing servis yaitu pemain mengambil posisi dibelakang garis lapangan permainan, posisi kedua kaki dibuka selebar bahu sehingga pemukul memiliki

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

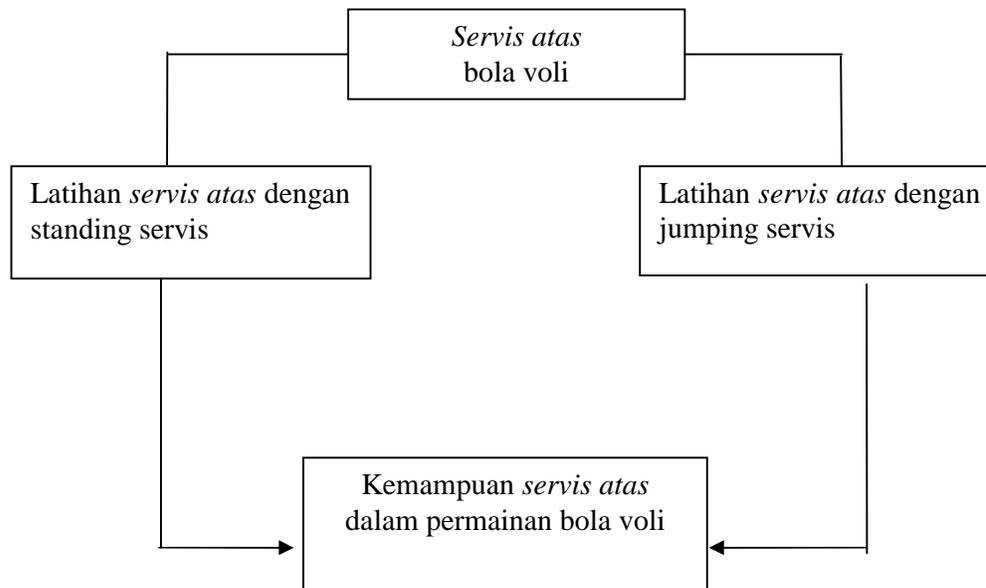
keseimbangan badan yang baik. Bola dipegang dengan tangan terkuat dengan posisi telapak tangan menghadap ke atas, bola di lempar ke atas setinggi 3-4 bola kemudian tangan terkuat memukul bola sekerasnya sehingga bola akan melewati net dan masuk ke wilayah lapangan permainan lawan.

b. Servis atas dengan jumping servis

Pelaksanaan servis lompat diawali dengan memegang bola, kaki dalam posisi siap untuk melangkah kedepan, kemudian sambil melangkah lemparkan bola keatas dengan ketinggian disesuaikan dengan kesamaan tinggi lompat dan ketepatan memukul bola (timing).

Kerangka pemikiran

Berdasarkan tinjauan pustaka yang mendasari variabel penelitian, maka dapat digambarkan konseptual kerangka pemikiran sebagai berikut:



Gambar. Skematis Kerangka Pemikiran

1. Perbedaan Pengaruh Latihan Servis atas dengan Standing servis dan Jumping servis terhadap Kemampuan Servis atas dalam Permainan Bola voli

Latihan *servis atas* dengan standing servis dan jumping servis memiliki karakteristik yang berbeda. Dari kedua bentuk latihan tersebut dapat digunakan untuk meningkatkan kemampuan *servis atas* dalam permainan bola voli.

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

2. Latihan Servis atas dengan Standing servis Dibandingkan dengan Latihan Servis atas dengan Jumping servis terhadap Kemampuan Servis atas dalam Permainan Bola voli

Berdasarkan karakteristik dari latihan *servis* atas dengan standing servis dan jumping servis menunjukkan bahwa, latihan *servis* atas dengan standing servis memiliki pengaruh yang lebih baik terhadap peningkatan kemampuan *servis* atas dalam permainan bola voli.

Perumusan Hipotesis

Berdasarkan tinjauan pustaka dan kerangka pemikiran yang telah dikemukakan di atas dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut:

1. Ada perbedaan pengaruh latihan *servis* atas dengan standing servis dan jumping servis terhadap kemampuan *servis* atas dalam permainan bola voli pada Club Jatisrono Putra tahun 2017.
2. Latihan *servis* atas dengan *standing servis* lebih baik pengaruhnya daripada latihan *servis* atas dengan *jumping servis* terhadap kemampuan *servis* atas dalam permainan bola voli pada Club Jatisrono Putra tahun 2017.

Tempat Penelitian

Penelitian dan pengambilan data dilaksanakan di lapangan bola voli Jatisrono Tahun 2017.

Waktu penelitian

Waktu penelitian selama satu setengah bulan. Para pelatih pada umumnya setuju untuk menjalankan program latihan 3 kali setiap minggu, agar tidak terjadi kelelahan yang kronis. Adapun lama latihan yang diperlukan adalah selama 6 minggu atau lebih". Penelitian dilaksanakan bulan November 2017 sampai dengan bulan Desember 2017 pada hari Senin, rabu, dan jumat dari jam 15.00 WIB sampai dengan 17.00 WIB.

Metodologi Penelitian

Metode penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan rancangan *pretest-posttest design*.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi dalam penelitian ini adalah berjumlah 30 orang yang mengikuti kegiatan latihan di Club Bola Voli Jatisrono Putra. Mengacu pada desain di atas, maka populasi di atas akan dijadikan anggota sampel secara keseluruhan (*Total Sampling*). Proses pembagian anggota populasi ke dalam kelompok dilakukan secara *simple random*.

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

Variabel Penelitian

Variabel dalam penelitian ini terdiri atas variabel bebas (*independent variable*) dan variabel terikat (*dependent variable*). Variabel-variabel ini dapat dijelaskan sebagai berikut:

1. Variabel-variabel dalam penelitian ini terdiri atas:

a. Variabel Bebas

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah program pelatihan *servis* dengan *standing servis* dan pelatihan *servis* dengan *jumping servis*.

b. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kemampuan *servis atas bola voli*.

Perlakuan (*treatment*)

Tabel Jadwal Perlakuan untuk Kelompok Eksperimen dan Kelompok Kontrol Minggu I-VI

No	Hari Perlakuan	Kelompok	
		Eksperimen I	Eksperimen II
		<i>servis</i> atas dengan <i>standing servis</i>	<i>servis</i> atas dengan <i>jumping servis</i> .
1	Senin	Latihan	Latihan
2	Rabu	Latihan	Latihan
3	Junmat	Latihan	Latihan

Pemberian beban pelatihan dalam penelitian ini disesuaikan dengan kemampuan sampel penelitian pada tes awal. Sampel penelitian melakukan *servis* atas dengan *standing servis* dan *servis* atas dengan *jumping servis* selama 10 menit dan semakin meningkat untuk setiap dua minggunya.

Teknik Pengumpulan Data

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

Dalam penelitian ini, sifat variabel yang digunakan dapat diukur secara langsung yang berupa tes kemampuan servis atas. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini dengan cara mengadakan pengetesan variabel penelitian. Adapun pelaksanaan tes dapat diuraikan sebagai berikut :

Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah tes dan pengukuran Kemampuan servis atas bola voli dengan tes dari M. Yunus, (1992:202)

Teknik Analisis Data

1. Mencari Reliabilitas

Tingkat keajegan hasil tes yang dilakukan diketahui melalui uji reliabilitas dengan korelasi intraklas dari Mulyono B. (2009: 44)

2. Uji Prasyarat Analisis

Uji prasyarat analisis dalam penelitian ini terdiri uji normalitas dan uji homogenitas. Adapun langkah-langkah masing-masing uji prasyarat tersebut sebagai berikut:

a) Uji Normalitas

Uji prasyarat analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah uji normalitas. Uji normalitas data dalam penelitian ini menggunakan metode Lilliefors dari Sudjana (2002: 466).

b) Uji Homogenitas

Dalam uji homogenitas dilakukan dengan cara membagi varians yang lebih besar dengan varians yang lebih kecil. Menurut Sutrisno Hadi (2004: 312)

3. Uji Perbedaan

Analisis data dalam penelitian ini dilakukan dengan uji perbedaan dari Sutrisno Hadi (1995: 457)

Deskripsi Data

Rangkuman hasil analisis data secara keseluruhan disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel Deskripsi Data Hasil Tes servis atas pada Kelompok 1 dan Kelompok 2

Kelompok	Tes	N	Hasil	Hasil	Mean	SD
----------	-----	---	-------	-------	------	----

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

			Terendah	Tertinggi		
Kelompok 1	Awal	15	32	66	48,12	8,33
	Akhir	15	37	72	52,12	8,50
Kelompok 2	Awal	15	37	73	51,88	11,41
	Akhir	15	41	77	55,88	11,10

A. Uji Reliabilitas

Hasil uji reliabilitas tes awal kemampuan servis atas adalah sebagai berikut:

Tabel Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal

Hasil Tes	Reliabilitas	Kategori
Data tes awal servis atas	0,781	Cukup
Data tes akhir servis atas	0.872	Tinggi

Pedoman tabel koefisien korelasi dari *Book Walter* seperti dikutip Mulyono B. (1999:

15) yaitu:

Tabel *Range* Kategori Reliabilitas

Kategori	Validitas	Reliabilitas	Obyektivitas
Tinggi Sekali	0,80 – 1,00	0,90 – 1,00	0,95 – 1,00
Tinggi	0,70 – 0,79	0,80 – 0,89	0,85 – 0,94
Cukup	0,50 – 0,69	0,60 – 0,79	0,70 – 0,84
Kurang	0,30 – 0,49	0,40 – 0,59	0,50 – 0,69
Tidak Signifikan	0,00 – 0,39	0,00 – 0,39	0,00 – 0,49

B. Pengujian Persyaratan Analisis

Sebelum dilakukan analisis data, perlu dilakukan pengujian persyaratan analisis.

Pengujian persyaratan analisis yang dilakukan terdiri dari uji normalitas dan uji homogenitas.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas data dalam penelitian ini digunakan metode *liliefors*. Hasil uji normalitas data yang dilakukan terhadap hasil tes awal pada kelompok 1 dan kelompok 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 5. Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok	N	Mean	SD	L _{hitung}	L _{tabel 5%}
K ₁	15	4,002	0,753	0,1629	0,220
K ₂	15	4,002	1,409	0,1438	0,220

2. Uji Homogenitas

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

Hasil uji homogenitas data antara kelompok 1 dan kelompok 2 adalah sebagai berikut:

Tabel 6. Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data

Kelompok	N	SD ²	F _{hitung}	F _{tabel 5%}
K ₁	15	1,567	1,267	2,48
K ₂	15	1,985		

C. Hasil Analisis Data

1. Uji Perbedaan Sesudah Diberi Perlakuan

Setelah diberi perlakuan yang berbeda yaitu, kelompok 1 diberi perlakuan dengan Latihan *Standing Servis* dan kelompok 2 diberi perlakuan *Jumping Servis*, kemudian dilakukan uji perbedaan. Uji perbedaan yang dilakukan dalam penelitian ini hasilnya adalah sebagai berikut:

a. Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 yaitu:

Tabel Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K₁)

Kelompok	N	Mean	t _{hitung}	t _{tabel 5%}
Tes Awal	15	48,120	3,6713	2,145
Tes Akhir	15	52,123		

Dari pengujian perbedaan dengan analisis statistik *t-test* dihasilkan nilai t_{hitung} pada kelompok 1 antara hasil tes awal dan tes akhir sebesar 3,6713 yang ternyata lebih besar dari pada nilai t_{tabel} dengan N = 15, db = 15 - 1 = 14 dengan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 2,145, sehingga dapat disimpulkan bahwa H₀ ditolak, maka antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 terdapat perbedaan yang signifikan setelah diberi perlakuan.

b. Hasil uji perbedaan tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 yaitu:

Tabel Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir pada Kelompok 2 (K₂)

Kelompok	N	Mean	t _{hitung}	t _{tabel 5%}
Tes Awal	15	51,880	3,5311	2,145
Tes Akhir	15	55,882		

Dari pengujian perbedaan dengan analisis statistik *t-test* dihasilkan nilai t_{hitung} pada kelompok 2 antara hasil tes awal dan tes akhir sebesar 3,5311 yang ternyata lebih besar dari pada nilai t_{tabel} dengan N = 15, db = 15 - 1 = 14 dengan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 2,145, sehingga dapat disimpulkan bahwa H₀ ditolak, maka antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 terdapat perbedaan yang signifikan setelah diberi perlakuan.

c. Hasil uji perbedaan tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 yaitu:

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

Tabel Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2)

Kelompok	N	Mean	t_{hitung}	$t_{tabel\ 5\%}$
K_1	15	48,120	0,9835	2,145
K_2	15	51,880		

Dari pengujian perbedaan dengan analisis statistik *t-test* dihasilkan nilai t_{hitung} hasil tes akhir antara kelompok 1 dan kelompok 2 sebesar 0,9835 yang ternyata lebih besar dari pada nilai t_{tabel} dengan $N = 15$, $db = 15 - 1 = 14$ dengan taraf signifikansi 5% adalah sebesar 2,145, sehingga dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak, maka hasil tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2 terdapat perbedaan yang signifikan setelah diberi perlakuan.

d. Perbedaan persentase peningkatan

Adapun nilai perbedaan kemampuan servis atas dalam persen pada kelompok 1 dan kelompok 2 adalah:

Tabel Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K_1) dan Kelompok 2 (K_2)

Kelompok	N	Mean Pretest	Mean Posttest	Mean Different	Persentase Peningkatan (%)
Kelompok 1	15	48,120	51,880	48,120	8,318%
Kelompok 2	15	52,123	55,882	51,880	7,715%

Dari hasil di atas dapat diketahui bahwa kelompok 1 memiliki persentase kemampuan servis atas sebesar 8,318%, angka kelompok 2 memiliki persentase kemampuan servis atas sebesar 7,715%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 1 memiliki persentase kemampuan servis atas yang lebih besar dari pada kelompok 2.

D. Pengujian Hipotesis dan Pembahasan

1. Perbedaan Pengaruh Latihan *Standing Servis* Dan *Jumping Servis* Terhadap Kemampuan servis atas.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 = 3,6713, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh > dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 = 3,5311, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh > t dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

demikian dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 2.

Dari hasil uji perbedaan yang dilakukan terhadap tes akhir pada kelompok 1 dan 2, diperoleh nilai t sebesar 0,9835. Sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $> t$ dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Kelompok yang diberikan perlakuan Latihan *Standing Servis* dan *Jumping Servis*, memiliki pengaruh yang berbeda terhadap hasil peningkatan kemampuan servis atas.

2. Latihan *Standing Servis* Lebih Baik Pengaruhnya Terhadap peningkatan Kemampuan Servis atas Dalam Permainan Bolavoli.

Kelompok 1 memiliki nilai persentase peningkatan hasil Kemampuan servis atas sebesar 8,318%, sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan hasil Kemampuan servis atas sebesar 7,715%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 1 memiliki persentase peningkatan hasil belajar servis atas yang lebih besar dari kelompok 2.

E. Pembahasan Hasil Analisis Data

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis dengan uji perbedaan nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 (kelompok yang mendapat Latihan *Standing Servis*) = 3,6713, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $> t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Pada analisa data yang didapat antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 (kelompok yang mendapat *Jumping Servis*) = 3,5311, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $> t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak. Pada analisa data yang lain yaitu pada hasil uji perbedaan yang dilakukan terhadap tes akhir pada kelompok 1 dan 2, diperoleh nilai t sebesar 0,9835, sedangkan $t_{tabel} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $t < t_{tabel}$, yang berarti hipotesis nol ditolak.

Uji beda kelompok 1 memiliki nilai persentase kemampuan servis atas sebesar 8,318%, sedangkan kelompok 2 memiliki nilai persentase peningkatan kemampuan servis atas sebesar 7,715%. Hal ini menunjukkan kelompok 1 memiliki peningkatan kemampuan servis atas yang lebih baik dari pada kelompok 2.

Dari hasil analisis uji perbedaan, dapat diuraikan hal-hal pokok sebagai hasil dari penelitian ini yaitu:

1. Latihan *Standing Servis* dan *Jumping Servis* berpengaruh terhadap peningkatan kemampuan servis atas.

Pengaruh Latihan *Standing Servis* dan *jumping Servis* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

2. Latihan *Standing Servis* lebih baik pengaruhnya dari pada *Jumping Servis* terhadap peningkatan kemampuan servis atas.

A. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan hasil analisis data yang telah dilakukan, dapat diperoleh simpulan sebagai berikut:

1. Ada Perbedaan Metode Latihan *Standing Servis* Dan *Jumping Servis* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 0,9835$ lebih kecil dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%.
2. Latihan *Standing Servis* lebih baik pengaruhnya dari pada *Jumping Servis* terhadap hasil *servis atas* Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli. Berdasarkan persentase peningkatan kemampuan servis atas menunjukkan bahwa kelompok 1 adalah 8,318% > kelompok 2 adalah 7,715%.

B. Implikasi

Implikasi teoritik dari hasil penelitian ini adalah, setiap metode latihan memiliki efektifitas yang berbeda dalam peningkatan hasil belajar servis atas Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli.

C. Saran

Sehubungan dengan kesimpulan yang telah diambil dan implikasi yang ditimbulkan, maka kepada para pelatih, disarankan hal-hal sebagai berikut:

1. Upaya untuk meningkatkan kemampuan servis atas, hendaknya pelatih harus memiliki kreatifitas dan mampu menerapkan metode latihan yang tepat agar diperoleh hasil latihan yang optimal.
2. Dari hasil penelitian ini dapat dijadikan pedoman untuk menentukan dan memilih metode latihan untuk peningkatan hasil belajar servis atas Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli Pada Mahasiswa Putra Pembinaan Prestasi Bola Voli Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2017.
3. Untuk peningkatan hasil belajar servis atas Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli Pada Mahasiswa Putra Pembinaan Prestasi Bola Voli Pendidikan Kepelatihan Olahraga Universitas Tunas Pembangunan Surakarta Tahun 2017, pelatih dapat menerapkan Latihan *Standing Servis* dan *Jumping Servis* bagi para pemain.

Pengaruh Latihan Standing Servis dan jumping Servis Terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli ((Study Eksperimen pada Atlit Bola Voli Jatisrono Putra Tahun 2017)

(Teguh Andibowo)

DAFTAR PUSTAKA

- Harsono. 1988. *Coaching & Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching*, Jakarta: Depdikbud.
- M. Yunus. 1991/1992. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Dirjen Dikti.
- Mulyono B. 1999. *Tes dan Penyusunan Dalam Olahraga*. Surakarta: Universitas Sebelas Maret Press.
- Soedarwo. 1994. *Teori dan Praktek Bola Voli II*. Suarakarta: UNS Press.
- Sudjana.2002. *Metoda Statistika*. Bandung: Penerbit Tarsito.
- Suharno H.P. 1986. *Dasar-dasar Permainan Voli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Sutrisno Hadi. 2004. *Statistik Jilid 2*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.