



**PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN METODE BERPASANGAN DAN *DRILL*
TERHADAP KETEPATAN *SERVICE* ATAS *FLOATING* DALAM PERMAINAN
BOLAVOLI PADA ATLET PUTRA USIA 15-18
TAHUN KLUB BOLAVOLI GELORA SENDANG MULYO JUWANGI BOYOLALI
TAHUN 2025**

Arief Slamet Saifudhin¹, Fatkhul Imron², Rendra Agung Prabowo³

¹²³**Universitas Tunas Pembangunan Surakarta (UTP)**

¹arieflamet6@gmail.com, ²fatkhul.imron@lecture.utp.ac.id ³rendraaldiona@gmail.com

Abstrak

Tujuan penelitian untuk mengetahui Perbedaan pengaruh latihan metode berpasangan dan *drill* terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan Bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun Klub Bolavoli gelora sendang mulyo juwangi boyolali tahun 2025, dan jika ada perbedaan maka untuk mengetahui mana yang lebih baik antara latihan metode berpasangan dan *drill* terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan Bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun Klub Bolavoli Gelora Sendang Mulyo Juwangi boyolali tahun 2025. Sampel penelitian adalah Pada Klub Bolavoli Gelora Sendang Mulyo Juwangi dengan jumlah 30 siswa. Pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Variabel penelitian ini yaitu hasil tes dan pengukuran ketepatan *service* atas *floating* dengan latihan metode berpasangan dan *drill* sebagai variabel bebas serta hasil ketepatan *service* atas *floating* variabel terikat. Rancangan penelitian menggunakan *pretest-posttest design*. Tes untuk mengetahui ketepatan *service* atas *floating* menggunakan tes dan pengukuran ketepatan *service* atas *floating* (Pusat Kesegaran Jasmani Dan Rekreasi , Departemen Pendidikan Dan Kebudayaan (2013:15)). Metode analisis data penelitian menggunakan rumus *t-test* yang diperhitungkan menggunakan rumus pendek. Hasil analisis data maka simpulan diperoleh: (1) Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan berpasangan dan latihan *drill* terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun klub bolavoli gelora sendang mulyo juwangi boyolali tahun 2025. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.416$ lebih besar daripada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikansi 5%. (2) Latihan metode latihan berpasangan lebih baik pengaruhnya daripada metode latihan *drill* terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun klub bolavoli gelora sendang mulyo juwangi boyolali tahun 2025. Berdasarkan persentase peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Metode Latihan berpasangan) adalah 35.350% < kelompok 2 (kelompok yang mendapat Latihan *drill*) adalah 38.854%.

Kata kunci: metode berpasangan dan *drill*, ketepatan *service* atas *floating*, Permainan Bolavoli



Abstract

The purpose of this study was to determine the differences in the effects of pair and drill training methods on the accuracy of floating top service in volleyball games for male athletes aged 15-18 years at the volleyball club Gelora Sendang Mulyo Juwangi Boyolali in 2025, and if there was a difference, then to find out which was better between pair and drill training methods on the accuracy of floating top service in volleyball games for male athletes aged 15-18 years at the volleyball club Gelora Sendang Mulyo Juwangi Club with total 30 students. Sampling using random sampling technique. The variables of this study are the results of the test and measurement of the accuracy of the floating service with paired method training and drill as independent variables and the results of the accuracy of the floating service as dependent variables. The research design uses a pretest- posttest design. The test to determine the accuracy of the floating service uses a test and measurement of the accuracy of the floating service (Center for Physical Fitness and Recreation, Department of Education and Culture (2013:15)). The research data analysis method uses the t-test formula which is calculated using a short formula. The results of the data analysis then the conclusion obtained: (1) There is a significant difference in the influence between the pair training method and drill training on the accuracy of the floating upper service in volleyball games for male athletes aged 15-18 years the volleyball club Gelora Sendang Mulyo Juwangi Boyolali in 2025. This is proven by the results of the final test calculation of each group, namely $t_{count} = 3.416$ is greater than $t_{table} = 2.145$ with a significance level of 5%. (2) Pair training method training has a better effect than the drill training method on the accuracy of the floating upper service in volleyball games for male athletes aged 15-18 years the volleyball club Gelora Sendang Mulyo Juwangi Boyolali in 2025. Based on the percentage increase in the accuracy of the floating upper service in volleyball games, it shows that group 1 (the group that received treatment with the Pair Training Method) was 35.350% < group 2 (the group that received Drill Training) was 38.854%.

Keywords: *pair and drill methods, accuracy of floating upper service, Volleyball Games*

PENDAHULUAN

Prestasi cabang bolavoli di Indonesia pada tahun 2025 tidak begitu bagus. karena selalu kalah pada saat penyisihan group pada kejuaraan bolavoli di Asia, sehingga bolavoli di Indonesia perlu diadakan *talent scouting*/pencarian bakat untuk meregenerasi pemain yang sudah tua. di Indonesia membutuhkan mencari bakat dibutuhkan waktu yang lama dalam proses pembinaannya mulai dari tingkat provinsi maupun tingkat daerah. Salah satu contohnya adalah di provinsi Jawa Tengah khususnya dikabupaten Boyolali Karena itu perlu dituntut partisipasi dari semua pihak demi peningkatan prestasi .Untuk mewujudkan prestasi yang membanggakan tersebut, salah satu upaya yang hendaknya dilakukan adalah dengan mengembangkan kemampuan gerak dan keterampilan berbagai macam permainan dan olahraga. Salah satunya melalui cabang permainan bolavoli.



Olahraga bolavoli merupakan permainan yang dimainkan diatas lapangan dengan ukuran panjang 18 meter lebar 9 meter, permainan bolavoli adalah permainan beregu dimana dalam permainannya melibatkan beberapa orang pemain. Agar permainan berlangsung dengan baik, masing-masing pemain dari tiap regu harus memiliki keterampilan dalam memainkan bola serta didukung kerjasama tim yang baik dan kompak. Dengan keterampilan individu yang baik dan kerjasama tim yang kompak besar kemungkinan dapat memenangkan pertandingan.

Pengembangan teknik *service* atas *floating* merupakan salah satu syarat yang sangat dibutuhkan dalam setiap usaha peningkatan prestasi olahraga bolavoli. Dalam setiap usaha peningkatan latihan teknik *service* atas *floating* harus dikembangkan semua komponen yang ada, walaupun dalam pelaksanaan program perlu adanya prioritas untuk menentukan komponen mana yang perlu mendapatkan porsi latihan lebih besar, sesuai dengan olahraga yang ditekuni. Menurut pendapat Seto Wiji Hartanto (2015: 18) bahwa *service* atas *floating* berpasangan bola di *service* salah satu kemudian diarahkan kepada temannya, setelah melakukan *service floating* kemudian teman yang satunya juga melakukan *service floating* secara bergantian terus menerus, sampai batas waktu yang ditentukan. Dengan beberapa gerakan bolavoli yang memerlukan gerakan *service*, dapat diamati adanya macam-macam bentuk gerakan yang tidak selalu sama. Ada yang menggunakan tumpuan dua kaki bersama-sama dan ada yang menggunakan tumpuan satu kaki. Ketika melakukan *service* atas *floating*, ada yang arah Gerakannya tegap menghadap ke depan dan ada yang badannya condong kedepan. Menurut Awaludin (2015:10). bahwa “latihan *service floating* dalam pelaksanaannya lebih menekan pada kerjasama dan perpaduan gerakan *service floating* dan otot yang terlibat, sehingga pada saat *service floating* terjadi secara mendadak sebelum otot berkontraksi kembali dan kemungkinan otot-otot untuk mencapai kekuatan maksimum dalam waktu yang singkat

Gerakan *service* dibelakang garis *baseline* merupakan gerakan yang dimulainya gerakan servis. Gerakan *service* dilakukan tanpa gerakan melompat, dengan bola di arahkan kedepan melewati net tanpa ada putaran sedikitpun pada bola. Untuk melakukan gerakan *service* atas *floating* harus dilakukan dengan tenang dan fokus, agar mendapatkan Gerakan yang sempurna diharapkan bisa untuk mencetak angka pada saat permainan bolavoli, dengan teknik *service floating* yang baik. Eko Purnomo (2012:670) mengungkapkan bahwa “latihan



service floating berpasangan dengan menggunakan net agar atlet dapat melihat arah bola yang datang, dengan demikian atlet akan lebih bisa mengarahkan bola tepat menuju sasaran pada saat melakukan service floating. Gerakan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli hanya bisa dilakukan dengan baik apabila atlet memiliki melakukan latihan dengan rutin, oleh karena itu seorang atlet harus memiliki konsentrasi dan tangan yang kuat. Disinilah mulai timbul pertanyaan yaitu atlet bolavoli yang memiliki karakteristik bagaimanakah yang memiliki gerakan *service floating* yang baik, sehingga mampu melakukan teknik permainan bolavoli khususnya *service floating*. Apabila masalah tersebut dipertanyakan, mungkin seseorang akan merasa dengan mudah menjawab bahwa yang memiliki *service floating* yang baik adalah seseorang yang memiliki tangan dan telapak tangan dengan otot-otot yang kuat dan koordinasi mata-tangan yang baik, sehingga mampu melakukan teknik *service floating* dengan baik.

Tetapi apabila dipikirkan secara lebih mendalam apakah jawaban tersebut benar, tampaknya masih perlu dipertanyakan lagi, mengingat kekuatan otot lengan bukan merupakan satu-satunya faktor yang bisa menentukan efektifitas suatu gerakan *service floating*. Masih banyak faktor yang mempengaruhi gerakan *service floating*, oleh karena itu untuk dapat memberi jawaban dengan tepat, maka diperlukan penelitian mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tingginya lompatan terhadap ketepatan *service floating* dalam permainan bolavoli.

Secara akal sehat dapat dikatakan bahwa untuk mampu melakukan *service floating* dibutuhkan tangan yang kuat, namun dalam kenyataannya banyak dijumpai atlet bolavoli yang kakinya masih salah pada saat melakukan *service floating*, di samping itu untuk dapat melakukan pukulan *service floating* yang baik dan bolanya tidak memutar, secara akal sehat lengan yang kelihatan berotot memiliki pukulan yang keras dan cepat. Tetapi juga banyak dijumpai orang atlet yang lengannya kelihatan kurang berotot pukulan *service* atas *floating* yang dilakukan lebih keras dan cepat. Kenyataan tersebut di atas menimbulkan pertanyaan-pertanyaan yang perlu diteliti. Untuk itu diperlukan pengkajian secara mendalam terhadap berbagai faktor yang dapat mempengaruhi *service* dalam permainan bolavoli khususnya *service floating*. Berdasarkan uraian di atas, pengkajian akan diarahkan pada pokok permasalahan sebagai berikut: (1) kajian metode berpasangan dalam permainan bolavoli ketepatan *Service floating*, (2) kajian metode *drill* dalam permainan bolavoli ketepatan



Service floating Dari kedua kajian tersebut muncul berbagai masalah yang perlu diteliti mengenai seberapa besar sumbangan pengaruh latihan berpasangan dan pengaruh latihan metode *drill* dengan ketepatan *Service floating* dalam permainan bolavoli.

Untuk mengkaji permasalahan tersebut diperlukan penelitian yang lebih mendalam terhadap komponen latihan teknik khususnya *service* atas *floating*, metode berpasangan dan *drill* dengan ketepatan *service* atas *floating*. Menurut hasil observasi ketepatan *Service floating* pada atlet putra usia 15-18 tahun klub Bolavoli Gelora Sendang Mulyo Juwangi Boyolali dinilai kurang baik dan hal ini salah satunya disebabkan oleh belum diketahuinya komponen-komponen latihan teknik yang mendukung terhadap ketepatan *service floating*. Faktor latihan teknik khususnya *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli yang mempengaruhi ketepatan *service floating* harus dilatih dan dikembangkan sehingga dapat menopang dalam melakukan *service floating* dalam permainan bolavoli, Dalam melakukan latihan teknik *service floating* harus berpedoman pada prinsip latihan yang tepat, sehingga akan meningkatkan kemampuan atlet secara maksimal. Prinsip individual merupakan prinsip yang tepat untuk diterapkan. Hal ini disebabkan karena secara genetis setiap atlet mempunyai proporsi tubuh yang berbeda-beda. Sehingga sangat diperlukan latihan teknik *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli metode berpasangan dan *drill* terhadap ketepatan *service floating*.

METODE PENELITIAN

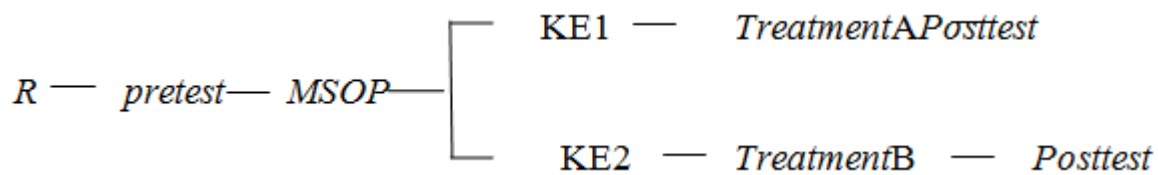
Penelitian dilaksanakan di Klub Bolavoli Gelora Sendang Mulyo Juwangi beralamatkan di Dukuh Pandean Rt 10 Rw 05, Kecamatan Juwangi, Kabupaten Boyolali. Penelitian ini telah dilaksanakan dari bulan Maret sampai dengan bulan April 2025 Selama 16 kali tatap muka, dengan tiga kali latihan dalam satu minggu.

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode eksperimen. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre-test and post-test group*. Suharsimi Arikunto, (2015:124) mengatakan pre-test adalah 30 observasi yang dilakukan sebelum eksperimen dan post-test adalah observasi yang dilakukan sesudah eksperimen. *Pre-test* dapat memberikan landasan untuk membuat komparasi prestasi subjek yang sama sebelum dan sesudah dikenai perlakuan.

Dengan demikian peneliti dapat membandingkan hasil perlakuan dengan hasil observasi *pretest-posttest design*. Adapun desain penelitian yang dimaksud digambarkan



sebagai berikut:



Gambar1. Desain Penelitian

Pretest =Tes Awal Ketepatan *Service Atas Floating*

MSOP =*Matched Subject Ordinal Pairing*

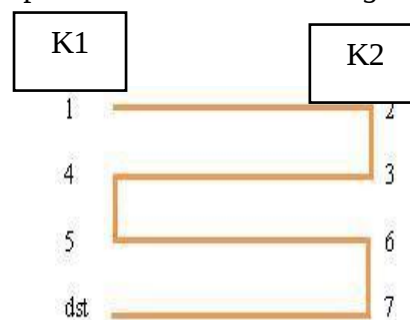
KE1 =Kelompok1(K₁)

KE2 =Kelompok2(K₂)

TreatmentA=Latihan *Service Floating* dengan Berpasangan

Treatment B = Latihan *Service Floating* dengan *Drill*

Posttest = Tes Akhir Ketepatan *Service Atas Floating*



Gambar2. Bagan pengelompokan dengan *ordinal pairing*

(Sutrisnohadi,2015:7)

Sampel yang digunakan dalam penelitian adalah pada atlet putra usia 15-18 tahun Klub Bolavoli Gelora Sendang Mulyo Juwangi Boyolali sebanyak 30 orang dengan teknik *random* melalui undian. Dari 30 siswa yang dijadikan sampel penelitian, selanjutnya dibagi menjadi dua kelompok dengan cara *ordinal pairing*. kelompok 1 sebanyak 15 orangmendapat perlakuan latihan *service floating* metode latihan dengan berpasangan. kelompok 2 sebanyak 15 orang mendapat perlakuan latihan *service floating* dengan metode latihan *drill*.

“Instrumen penelitian” yang dimaksud adalah alat-alat atau fasilitas yang digunakan peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis lebih mudah diolah. (Suharsimi Arikunto, 2015:150). Pengambilan data dilakukan dengan mengambil hasil tes ketepatan *Service Floating* dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun klub Bolavoli Gelora



Sendang Mulyo Juwangi Boyolali. Data diambil pada saat *pretest* dan *posttest* setelah pemberian perlakuan telah selesai diberikan oleh peneliti. Untuk memperoleh data penelitian, peneliti menggunakan tes ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli sumber: Departemen Pendidikan Nasional (2018: 15). Analisis data penelitian ini terdiri dari uji reliabilitas, uji prasyarat analisis dan uji perbedaan.

HASIL PENELITIAN

Pencapaian tujuan yang diinginkan dalam penelitian ini dilakukan tes ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli. Data yang dikumpulkan terdiri dari tes awal secara keseluruhan, kemudian dikelompokkan menjadi dua kelompok, yaitu kelompok 1 dengan metode latihan berpasangan dan kelompok 2 dengan metode latihan *drill*, serta data tes akhir masing-masing kelompok.

Tabel1. Deskripsi data hasil tes ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli pada kelompok 1 dan kelompok 2

Kelompok	Tes	N	Hasil Terendah	Hasil Tertinggi	Mean	SD
Kelompok1	Awal	15	19	23	20.93	1.16
	Akhir	15	26	30	28.33	1.18
Kelompok2	Awal	15	19	23	20.93	1.22
	Akhir	15	27	31	29.07	1.10

Dari tabel 1 dapat diketahui bahwa sebelum diberikan perlakuan kelompok 1 memiliki rata-rata ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli sebesar 20.93, sedangkan setelah mendapatkan perlakuan memiliki rata-rata Ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli sebesar 28.33. Adapun rata-rata nilai Ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli pada kelompok 2 sebelum diberikan perlakuan adalah sebesar 20.93, sedangkan setelah mendapatkan perlakuan memiliki rata-rata nilai ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli sebesar 29.07.

Tabel2. Ringkasan Hasil Uji Reliabilitas Data Tes Awal

Hasil Tes	Reliabilitas	Kategori
Datates awal <i>Passing</i> atas	0.860	Tinggi
Datates akhir <i>Passing</i> atas	0.913	Tinggi Sekali

Adapun dalam pengertian kategori koefisien reliabilitas tes tersebut menggunakan



pedoman tabel koefisien korelasi dari *Book Walter* seperti dikutip Mulyono B. (2010: 15) yaitu:

Tabel3. *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

Tabel4. 4Rangkuman Hasil Uji Normalitas Data

Kelompok	N	Mean	SD	L _{hitung}	L _{tabel5%}
K ₁	15	7.400	1.765	0.211	0.220
K ₂	15	8.133	1.457	0.176	0.220

Tabel5.4Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Data

Kelompok	N	SD ²	F _{hitung}	F _{tabel5%}
K ₁	15	3.114	0.682	2,48
K ₂	15	2.123		

Tabel6.4 Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal dan Tes Akhir padaKelompok 1 (K₁)

Kelompok	N	Mean	t _{hitung}	t _{tabel5%}
TesAwal	15	20.933	3.646	2,145
Tes Akhir	15	28.333		

Tabel7.4 Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Awal danTes Akhir pada Kelompok 2 (K₂)

Kelompok	N	Mean	t _{hitung}	t _{tabel5%}
TesAwal	15	20.933	3.687	2,145
Tes Akhir	15	29.067		

Tabel8.4 Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok 1 (K₁) dan Kelompok 2 (K₂)

Kelompok	N	Mean	t _{hitung}	t _{tabel5%}
----------	---	------	---------------------	----------------------



K ₁	15	20.933	3.416	2,145
K ₂	15	20.933		

Tabel9. Rangkuman Hasil Uji Perbedaan Tes Akhir pada Kelompok1(K₁) dan Kelompok 2 (K₂)

Kelompok	N	Mean Pretest	Mean Posttest	Mean Different	Persentase Peningkatan (%)
Kelompok1	15	20.933	20.933	20.933	35.350%
Kelompok2	15	28.333	29.067	20.933	38.854%

1. Perbedaan Pengaruh Metode Latihan berpasangan dan Latihan *drill* Terhadap Ketepatan *Service* atas *Floating* Dalam Permainan Bolavoli.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 = 3.646, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 2,145$. 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. Berarti kelompok 1 memiliki peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli yang disebabkan oleh metode yang diberikan, yaitu dengan metode latihan berpasangan. Dalam metode ini pemain mempelajari sesuatu permainan sampai dikuasai dan kemudian mengkombinasikan dengan bagian yang lain, baru dengan dipelajari atau dipraktikkan secara bersamasampai benar-benar dikuasai, sehingga menyebabkan peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli menjadi lebih baik.

Nilai t antara tes awal dan tes akhir pada kelompok 2 = 3.687, sedangkan $t_{\text{tabel}} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $>$ t 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 2. Berarti kelompok 2 memiliki peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli perbedaan yang disebabkan oleh metode yang diberikan, latihan *drill*. Dalam metode ini pemain mempelajari elemen gerak secara sistematis, sehingga dapat menyebabkan hasil peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli menjadi baik.

Dari hasil uji perbedaan yang dilakukan terhadap tes akhir pada kelompok 1 dan 2, diperoleh nilai t sebesar 3.416. Sedangkan $t_{\text{tabel}} = 2,145$. Ternyata t yang diperoleh $<$ t dalam tabel, yang berarti hipotesis nol ditolak. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa setelah diberikan perlakuan selama 6 minggu, terdapat perbedaan yang signifikan



antara hasil tes awal dan tes akhir pada kelompok 1 dan kelompok 2. karena sebelum diberikan perlakuan kedua kelompok berangkat dari titik tolak yang sama, maka perbedaan tersebut adalah karena pengaruh dari metode yang diberikan.

Dalam pelaksanaan Metode latihan bahwa pengaruh metode yang digunakan adalah bersifat khusus, sehingga perbedaan karakteristik metode dapat menghasilkan pengaruh yang berbeda pula. Oleh karena itu, kelompok yang diberikan perlakuan metode latihan berpasangan dan latihan *drill*, memiliki pengaruh yang berbeda terhadap hasil peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada perbedaan pengaruh setelah diberikan perlakuan antara metode latihan berpasangan dan latihan *drill* terhadap peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli, dapat diterima kebenarannya.

2. Latihan metode latihan drill lebih baik pengaruhnya terhadap peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli.

Kelompok1 memiliki nilai persentase peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli sebesar 35.350%, sedangkan kelompok 2 memiliki peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli sebesar 38.854%. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa kelompok 2 memiliki persentase peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli yang lebih besar dari kelompok 1.

Kelompok 2 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode latihan *drill*), ternyata memiliki peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli yang lebih besar dari pada kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan metode latihan berpasangan). Hal ini karena metode latihan *drill* sangat efektif untuk peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli. Metode dengan Metode latihan *drill* mempertemukan celah pemisah antara kondisi fisik, kekuatan dan koordinasi yang lebih tepat metodenya. metode ini pemain mempelajari sesuatu bagian sampai dikuasai dan kemudian mengkombinasikan dengan permainan yang lain, baru dengan dipelajari atau dipraktikkan secara bersama sampai benar-benar dikuasai, inilah faktor utama keberhasilan latihan untuk peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli yang lebih optimal. Sedangkan metode latihan drill



menekankan tiap bagian dikuasai terlebih dahulu dengan baik hanya menekankan pada jauhnya saja tetapi tidak ke unsur ketepatan maupun teknik yang maksimal dilanjutkan penguasaan bagian berikutnya sehingga siswa yang baru belajar akan lebih sempurna dan baik dalam gerakannya sehingga memungkinkan peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli, sedang pengulangan gerakan penggabungan akan diintegrasikan antar bagian sangat kurang, padahal teknik penggabungan antara bermain sangat mempengaruhi hasil yang akan dicapai. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa metode latihan berpasangan lebih baik pengaruhnya terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli, dapat diterima kebenarannya.

SIMPULAN

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

1. Ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara metode latihan berpasangan dan latihan *drill* terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun gelora sendang mulyo juwangi boyolali tahun 2025. Hal ini dibuktikan dari hasil penghitungan tes akhir masing-masing kelompok yaitu $t_{hitung} = 3.416$ lebih besar dari pada $t_{tabel} = 2,145$ dengan taraf signifikasi 5%.
2. Latihan metode latihan *drill* lebih baik pengaruhnya dari pada metode latihan berpasangan terhadap ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli pada atlet putra usia 15-18 tahun gelora sendang mulyo juwangi boyolali tahun 2025. Berdasarkan persentase peningkatan ketepatan *service* atas *floating* dalam permainan bolavoli menunjukkan bahwa kelompok 1 (kelompok yang mendapat perlakuan dengan Metode Latihan berpasangan) adalah $35.350\% <$ kelompok 2 (kelompok yang mendapat Latihan *drill*) adalah 38.854% .

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi Nuril. 2017. *Pedoman Panduan Olahraga*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Amung Ma'mun dan Toto Subruto. 2011. *Pendataan Keterampilan Taktis Dalam Pembelajaran Bolavoli*. Jakarta : Depdiknas.
- Arikunto Suharsimi. 2012. *Prosedur Penelitian*. Jakarta. PT. Rineka Cipta.



- Awaludin.2015. *Teknik Dasar Permainan Bolavoli*. Bandung: Rosda Karya
- Barbara L.Vera & BonnieJ.F.2010. *Bolavoli Tingkat Pemula*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.
- Beutelstahl Dieter.2013. *Belajar Bermain Bola Volley*. Bandung: Pionir.
- Budi wanto . (2014). *Kebugaran jasmani atlet*. Semarang;Dekpidbud
- Desmita.2012.*Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: Rosda Karya.
- Dinata Marta. 2014. *Belajar Bolavoli*. Jakarta: Cerdas Jaya.
- Ismaryati. 2018. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Cetakan 2. Surakarta: LPP UNS dan UNSPress.
- Ismaryati.2019. *Tes dan Pengukuran Olahraga*.Surakarta:UNSPress.
- Kuswana.2014. *Ergonomi Kesehatan dan Keselamatan Kerja*. Bandung: PT.Remaja Rosdakarya.
- Muhyi Faruq. 2019. *Latihan kondisifisik*. Jakarta. PT BumiTimur Jaya
- Mujahir.2014. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek*: Jakarta.Erlangga
- Mulyono Biyakto Atmojo.2018. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani Olahraga*. Surakarta:Universitas Sebelas Maret Press.
- Riduwan.2015.*Skala Pengukuran dan Evaluasi Penjas*, Departemen Pendidikan Nasional Direktorat Pendidikan Dasar dan Menengah: Jakarta
- Rusli Lutan, dkk. (2010) *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Dirjen pendidikan dasar dan menengah: depdikbud
- SetoWijiHartanto.2015.*Melatih Teknik dasar bolavoli*. PT Serambi Semesta Distribusi. Jakarta
- Soedjarwo, Soenardi, dan Agus Margono.2000. *TP.Bolavoli II*. Surakarta:UNSPress.
- Sudjana, 2012. *Desain dan Analisis Eksperimen*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono.2012.*Metodologi Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*. Bandung:Alfabeta.
- Suharsini Arintuko(2012). *Prosedur penelitian:suatu pendekatan praktik*. Jakarta:PT.Rineka Cipta . Edisi revisi V Cet. Ke-12.
- Sukadiyanto. 2011. *Pedoman Latihan Olahraga*: UnyYogyakarta.
- Sukadiyanto. 2010. *Analisis Biomotor Tubuh uny yogyakarta*.



SutrisnoHadi.2014. *Metodologi Research*2.Andi Offeset.Yogyakarta.

Sutrisno Hadi. 2016. *Analisis Regresi*. Yogyakarta: Andi Offset.

WinaSanjaya.2018. *Dasar-dasar bermain bolavoli*. Bandung:Pionir