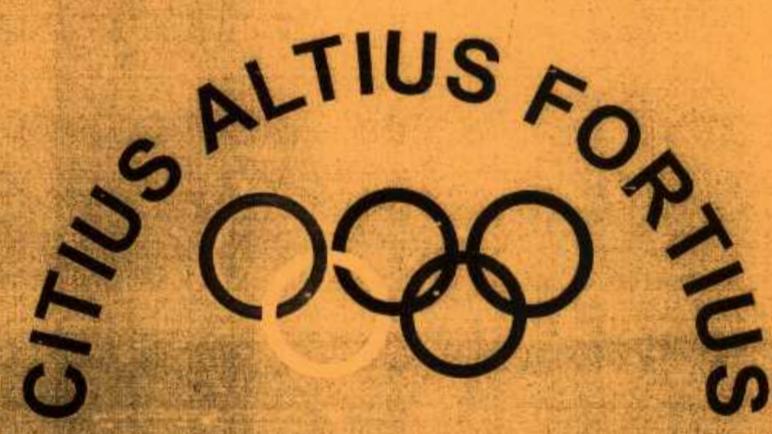


C3

Jurnal Olahraga Prestasi (JORPRES)



JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

kerjasama dengan

ASOSIASI PELATIH OLAHRAGA INDONESIA
(APORI)

Jurnal Olahraga Prestasi	Vol. 7	No. 2	Hlm. 1 - 102	Yogyakarta, Juli 2011	ISSN. 0216-4493
--------------------------------	--------	-------	--------------	--------------------------	--------------------

**JURNAL OLAHRAGA PRESTASI
(JORPRES)**

CITIUS – ALTIUS – FORTIUS

Volume 7, Nomor 2, Juli 2011

Penerbit :

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta bekerjasama dengan Asosiasi Pelatih Olahraga Indonesia (APORI).

Diterbitkan dua (2) kali dalam satu (1) Tahun, pada Bulan Januari dan Bulan Juli. JORPRES berisikan materi seputar ringkasan hasil penelitian, gagasan, konseptual, kajian teori, dan aplikasi teori di bidang Ilmu Kepelatihan Olahraga.

ISSN : 0216 – 4493

Redaksi :

Ketua	: Dr. Siswantoyo, M.Kes, AIFO
Sekretaris	: Faidillah Kurniawan, M.Or
Anggota Redaksi Ahli	: Prof. Dr. Sukadiyanto, M.Pd
	: Prof. Dr. H. Furqon Hidayatullah, M.Pd
	: Prof. Dr. Djoko Pekik Irianto, M.Kes, AIFO
	: Prof. Dr. Hariadi Said, M.Pd
	: Dr. Sofyan Hanif, M.Pd
	: Dr. dr. BM. Wara Kushartanti, M.S
Desain Sampul (Lay out)	: Drs. Fauzi, M.Si
Redaktur Penyelia	: Prof. Dr. Burhan Nurgiyantoro, M.Pd
	: Drs. Rumpis Agus Sudarko, M.S. AIFO
	: Dra. Hj. Endang Rini Sukamti, M.S. AIFO
Sekretariat	: Awan Hariono, M.Or
	: Devi Tirtawirya, M.Or
	: Danang Wicaksono, M.Or
	: Ratna Budiarti, M.Or

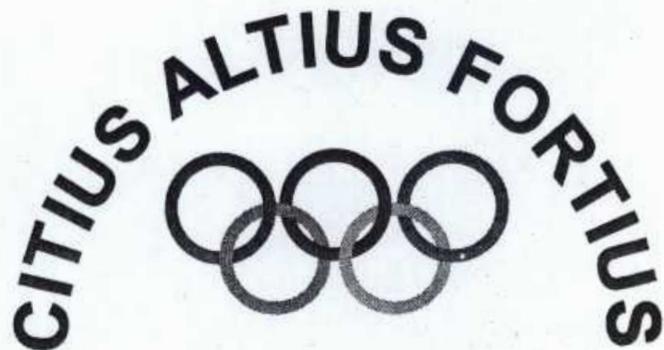
Alamat Penyunting dan Tata Usaha:

Jurusan Pendidikan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta, Jl. Kolombo No. 1. Yogyakarta. 55281. Telp./Fax: (0274) 513092, e - mail : jorpres_pkouny@yahoo.com.

Nomor Rekening BPD DIY: 042.211.000239. a.n. Faidillah Kurniawan.



Jurnal Olahraga Prestasi (JORPRES)



JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

kerjasama dengan

ASOSIASI PELATIH OLAHRAGA INDONESIA
(APORI)

Jurnal Olahraga Prestasi	Vol. 7	No. 2	Hlm. 1 - 102	Yogyakarta, Juli 2011	ISSN. 0216-4493
--------------------------------	--------	-------	--------------	--------------------------	--------------------

SERVIS SEBAGAI SERANGAN PERTAMA DALAM OLAHRAGA BOLA VOLI

Oleh:

F a u z i

Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Yogyakarta

Abstract

Volleyball sport invented in 1895 by a physical education teacher Young Men Christian Association (YMCA). Extensive volleyball initially measuring 12 x 24 meters (9 x 18 feet) and high net 180-200 cm (224 cm and 243 cm daughter's son). The principle of the sport volleyball consists of technical principles and psychological principles. The basic technique consists of volleyball sports service engineering, the fitting, fitting up, hitting, and dams. Of the five basic techniques of volleyball sport, where engineering services as a technique to be used to start a volleyball game. Engineering services are performed by the player in volleyball game should have three main functions: (1) service as an attack directed to get points / numbers directly, (2) service as an attack to force the other party to accept a crappy service / labor , so the ball will return to the team that did the service, (3) service as a method to get the ball in play. Strategies for service include: (1) service directed to service recipients who have the weakest passing, (2) Services directed between two sportsmen / players and the athletes / players who are moving, (3) Services directed at sportsmen/ players who have made a mistake in the reception service, (4) Athlete / player must

have awareness / confidence in making the determination when the game or match point.

Keywords: Service and Attacks

PENDAHULUAN

Permainan bola voli diciptakan oleh Morgan pada tahun 1895 dan Morgan dilahirkan 24 Januari tahun 1870 di Lockport, New York. Pada saat itu Morgan sebagai guru pendidikan jasmani pada *Young Men Christian Association* (YMCA) di kota Holyoke negara bagian Massachusetts, Amerika Serikat. Pada mulanya permainan bola voli dinamakan "*min-tonette*", yang permainannya menyerupai bulu tangkis. Selanjutnya pada tahun 1896 oleh Dr. Halstead dari Springfield, Massachusetts, Amerika Serikat diberinama *volleyball* (bolavoli). Hal ini dikarenakan dari prinsip atau cara permainannya dengan mem"*volley*" (memantulkan) bola melintasi net secara berganti-ganti dan berulang-ulang. Awal mulanya diciptakannya permainan bolavoli merupakan kegiatan rekreasi para karyawan, yang bertujuan untuk

mengembangkan kebugaran jasmani para pekerja perusahaan. Permainan bolavoli menjadi populer di daerah-daerah pariwisata pada lapangan-lapangan terbuka di Amerika Serikat, terutama di musim panas. Jumlah pemain ketika itu tidak ada batasan dan peraturan pertama untuk permainan bolavoli yang dipublikasikan dalam buku pedoman YMCA tahun 1897 dikutip oleh Kenny dan Gregory (2006: 9) *the court was 40 feet by 80 feet with a net 6 feet to 6 ½ feet high dividing the court*. Lapangan berukuran 12 meter sampai 24 meter dengan tinggi net 1.8 meter sampai dengan 2 meter dan lapangan dibagi menjadi dua.

Dalam permainan olahraga bola voli memiliki prinsip yang tidak dapat ditinggalkan agar tercapai tujuan dalam proses berlatih/melatih/pembelajaran. Suharno (1987: 4) menyatakan bahwa ada dua prinsip dalam bermain olahraga bolavoli yaitu prinsip teknis dan prinsip psikologis. Prinsip teknis adalah memvolley bola di udara hilir mudik di atas net dengan mempergunakan seluruh bagian tubuh dengan syarat pantulan bola bersih. Pemain bola voli dalam melakukan permainan bolavoli berusaha secepatnya menjatuhkan bola di lapangan lawan untuk mencari *point* atau kemenangan bermain. Prinsip psikologis adalah bahwa setiap bermain bolavoli harus memiliki dan berpegang teguh pada sikap gotong royong/kerjasama, sportif, dan senang dalam melaksanakan olahraga bolavoli.

Permainan dimulai dengan melakukan servis yang dilaksanakan dengan pukulan satu tangan dan bola melewati net, selanjutnya setiap regu berhak memainkan bola sebanyak tiga kali sebelum diseberangkan ke seberang net. Sebelum bola menyentuh lantai, menyentuh benda di luar lapangan, atau pemain melakukan kesalahan maka bola tidak boleh dimainkan atau bola mati. Dalam pertandingan olahraga bolavoli teknik yang digunakan terdiri

dari servis, pas bawah, pas atas, memukul/*smash*, bendungan/*block*. Urutan teknik yang digunakan pada pertandingan olahraga bolavoli dimulai dari teknik servis, lawan menerima dengan teknik pas bawah atau pas atas, diumpam dengan teknik pas atas atau pas bawah, dipukul dengan teknik memukul/*smash*, dan dilakukan bendungan dengan teknik blok olah regu yang melakukan servis, bila bola mati dimulai lagi dari servis dan belum mati maka akan kembali ke ulangan pas bawah atau pas atas dan seterusnya sampai bola mati.

PEMBAHASAN

Olahraga bolavoli dalam pertandingan akan selalu dimulai dari teknik servis. Teknik servis sangat penting bagi olahraga bolavoli, dikarenakan perolehan *point* atau skor dimulai dari servis yang dilakukan oleh pemain. Servis adalah bagian dari teknik olahraga bolavoli yang harus dikuasai keterampilannya oleh pemain. Dalam melakukan teknik servis, pemain harus mampu mengontrol keseluruhan gerak bola yang diakibatkan dari pukulan servis.

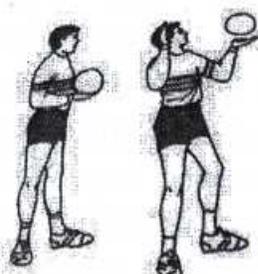
Nicholls (1973: 67) bahwa servis dalam olahraga bolavoli terdapat empat bentuk/*type* yaitu; servis tangan bawah, servis tangan atas tenis, servis tangan atas cekis, dan servis tangan atas *float*. USA Volleyball (2009: 3) terdiri dari servis tangan bawah, servis tangan atas mengambang/*float*, servis tangan atas berputar/*topspin*, servis lompat mengambang/*float*, dan servis lompat berputar/*topspin*. Kenny & Gregory (2006: 14) teknik servis ada lima yaitu: *the underhand serve, the float serve, the topspin serve, the jump serve, and the baby jump float serve*. Neville (1990: 9) *Serve variations include the underhand, overhead float, roundhouse float, standing spike, roundhouse spin, jump,*

sky ball, and sidespin serves. Teknik servis dalam olahraga bolavoli bila dilihat dari putaran bola terdapat empat bentuk *topspin*, *float*, *inside*, dan *outside*. Teknik servis dalam olahraga bolavoli yang berkembang dalam pertandingan dan digunakan hanya dua bentuk yaitu servis tangan atas mengambang/*float* dan servis lompat berputar/*topspin* maupun mengambang/*float*.

1. Teknik Servis Tangan atas *Float*

a. Sikap Awal/permulaan

Berdiri dengan kaki kiri sedikit ke depan dari kaki kanan, berat badan berada di kaki kiri. Tangan kiri menyangga bola di depan atas kepala, dan tangan kanan berada di belakang atas kepala siap untuk memukul.

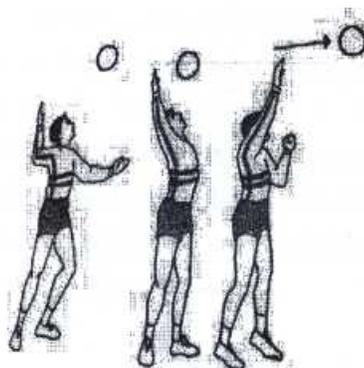


Gambar 1. Sikap Awal Teknik Servis *Float*

b. Sikap saat Perkenaan

Lambungkan bola ke atas sekitar setengah meter dari tangan dan seketika itu melakukan pukulan bola dengan menggunakan telapak tangan yang bentuknya cembung. Ketika memukul dihentakkan dan pergelangan tangan dikunci kencang agar tidak bergerak. Pada saat perkenaan tangan boleh mengepal, dan kena pada bagian depan jari-

jari tangan. Menggunakan tangan yang mengepal perasaan akan kurang baik dibandingkan dengan tangan yang terbuka, tetapi tangan yang mengepal permukaannya lebih keras sehingga pantulan bola lebih tinggi. Pada saat perkenaan, semakin lurus lengan raihan akan semakin tinggi sehingga semakin sulit diterima oleh lawan.



Gambar 2. Sikap Perkenaan Teknik Servis *Float*

c. Sikap Akhir

Tangan setelah membentur/memukul bola dalam keadaan ditahan tidak diperbolehkan adanya gerakan pada pergelangan tangan. Gerakan tangan olahragawan pada saat servis tidak diperbolehkan mengikuti jalan/geraknya bola. Seandainya mengikuti jalan/geraknya bola, harus dapat membuat lintasan yang lurus agar arah gaya yang diakibatkan dari pukulan servis. Pukulan olahragawan pada saat melakukan servis diharapkan tidak menimbulkan momen kopel pada bola, sehingga tangan akan mengikuti gaya yang dihasilkan

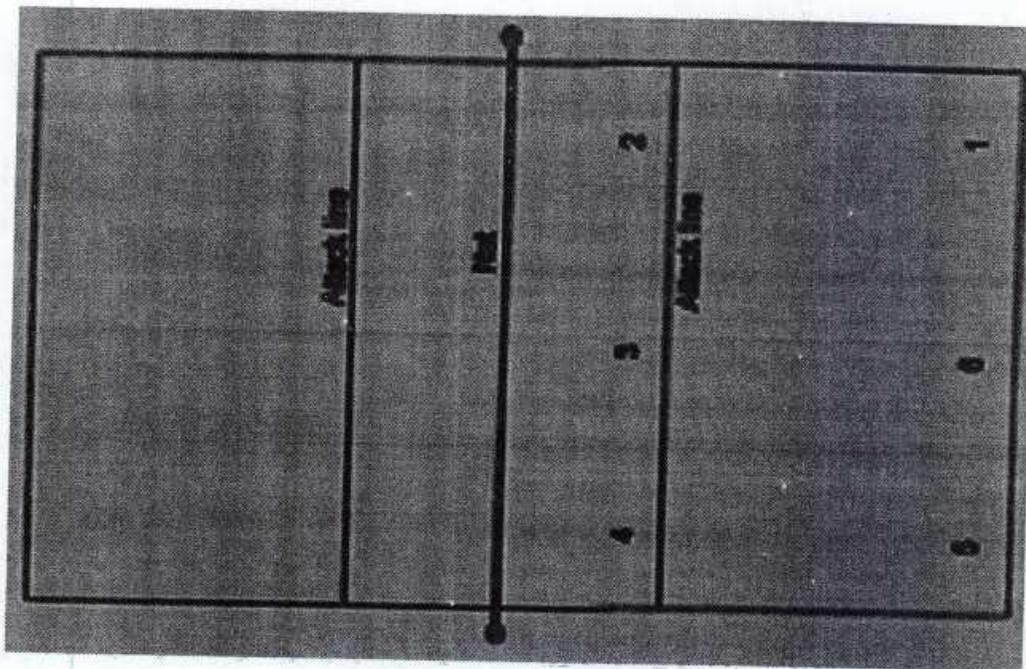
a) *Know your opponent* / Mengetahui arah serangan

Ketahui lawan anda dalam hal ini untuk mengetahui kelemahan dan kekuatan dari setiap pemain penerima servis tim lawan. Mengetahui pemain penerima servis yang sangat lemah pada setiap rotasi dan seorang pemain penerima servis yang tidak dapat bergerak dalam beberapa arah. Cermati pemain penerima servis yang tidak dapat melakukan dengan baik ketika bola harus dipasing di beberapa titik/tempat yang berhubungan dengan garis tengah. Mengetahui siapa pemain baris depan yang penting dan membuat pemain penerima servis baris depan bergerak lebih jauh mendekati pemain pemukul untuk membuat pemukul kurang berguna/efisien. Lakukan servis pendek, bagian dalam, atau ke arah pinggir satu langkah dari pemukul (dijangkau satu langkah oleh pemukul). Sebuah tim akan memperoleh

beberapa keuntungan di servis dengan mengenal atau mengetahui lawannya.

b) *Get some advice* / Mendapatkan beberapa saran

Pemain dalam melakukan servis sebagian besar diarahkan para pelatih dan pemain dengan memperhatikan sebuah sistem di mana lapangan dibagi dalam 6 area sesuai dengan angka (gambar 4). Banyak tim mempunyai anggota staf pelatih atau asisten pelatih untuk menganalisa kekuatan dan kelemahan pemain penerima servis tim lawan. Pelatih ini kemudian akan menggunakan kode tangan untuk menunjukkan kepada pemain yang melakukan servis tentang area yang secara strategis bermanfaat besar untuk melakukan servis ke lawan di beberapa rotasi. Pelatih sering mengangkat tangan dan memberikan angka memakai jari tangan kepada pemain yang melakukan servis untuk



Gambar 4. Sasaran Servis

menunjukkan ke mana sasaran/ area servis (pertama-tama dapat pertengahan area 6; jari bengkok dapat berarti servis *jump*). Sungguh sinyal/ kode tangan baik untuk membantu servis, lebih spesial butuh banyak pengalaman serta tempat dan pilihan servis. Bagaimanapun juga, ini lebih baik untuk pemain yang melakukan servis (*server*) untuk menggunakan kreativitasnya sendiri dan insting untuk menentukan servis yang tepat di situasi khusus daripada terus-menerus melihat ke atas bangku pimpinan.

- c. *Recognice the times when it's critical to get the serve in / Kesadaran pemain pada waktu genting*

Kesadaran pemain pada waktu genting/kritis untuk melakukan servis yang masuk pada lapangan lawan. Hal ini disebabkan bahwa olahraga bola voli adalah permainan olahraga yang mempergunakan suatu situasi/ keadaan/momentum yang kritis dari segi mental yang akan didapatkan/ diperoleh pemain pada saat bertanding di lapangan. Tim/regu yang bagus/baik akan dapat menguasai situasi/keadaan/ momentum yang ada di lapangan, sehingga berkesempatan untuk menang. Langkah untuk melakukan kesempatan yang baik dalam situasi/ keadaan/momentum yang kritis di lapangan yaitu dengan jalan mengatur dan memainkan saat melakukan servis. Pemain harus lebih yakin untuk melakukan servis pada situasi sebagai berikut: pertamakali servis dalam pertandingan, pada pertandingan atau *match point*, terjadi *timeout*, ketika

pemain yang melakukan servis (*server*) sebelumnya gagal dalam melakukan servis, setelah pergantian, setelah reli yang spektakuler/menajubkan, setelah unggul poin dari lain tim, dan mendekati selesainya permainan atau pertandingan.

KESIMPULAN

Teknik servis merupakan teknik yang digunakan untuk memulai pertandingan bolavoli. Pelaksanaan teknik servis meliputi: (1) Sikap awal/permulaan, (2) Sikap saat perkenaan, dan (3) Sikap akhir.

Kesalahan yang banyak dilakukan oleh olahragawan dalam melakukan servis mengambang diantaranya, (1) Bola sering menyangkut net, (2) Bola servis bergerak ke kanan, (3) Melakukan servis kekurangan tenaga untuk dapat melewati net, (4) Bola jauh melewati garis belakang, dan (5) Dalam melangkah terlalu jauh karena bola lemparan terlalu jauh di depan.

Teknik servis dalam pertandingan bola voli harus memiliki tiga fungsi utama, yaitu: (1) Servis sebagai serangan yang diarahkan untuk mendapatkan *point*/angka secara langsung, (2) Servis sebagai serangan untuk memaksa pihak lawan dalam menerima servis menjadi jelek/buruk, sehingga bola akan kembali ke regu yang melakukan servis, (3) Servis sebagai suatu metode untuk mendapatkan bola dalam bermain.

Strategi dalam melakukan servis diantaranya: (1) Servis diarahkan ke penerima servis yang memiliki pas yang paling lemah, (2) Servis diarahkan di antara dua olahragawan/ pemain dan pada olahragawan/pemain yang sedang bergerak, (3) Servis diarahkan pada olahragawan/pemain yang telah melakukan

kesalahan dalam penerimaan servis, (4) Olahragawan/pemain harus memiliki kesadaran/keyakinan dalam melakukan disaat penentuan dalam pertandingan atau *match point*.

Daftar Pustaka

- Achmad Robidin. (2010). Skripsi. Perbedaan tempat posisi servis terhadap ketepatan servis atas dalam olahraga bolavoli klub yuso sleman junior. Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas negeri Yogyakarta.
- Bunn, J. W. (1972). *Scientific principles of coaching*. Englewood Cliffs, New Jersey: Prentice Hall, Inc.
- Joel Dearing. (2003). *Volleyball fundamentals*. United States America: Human Kinetics.
- Kenny, B. & Gregory, C. (2006). *Volleyball steps to success*. United State of America: Human Kinetic. Inc.
- Kinda Lenberg, (2006). *Volleyball skills & drills*. United State America: American volleyball coaches association.
- Nicholls, K. (1973). *Modern volleyball for teacher, coach and player*. London : Henry Kimpton Publishers.
- Sally Kus. (2004). *Coaching volleyball successfully*. United State America: Human Kinetics.
- USA Volleyball. (2009). *Volleyball systems & strategies*. United State of America: Human Kinetics.
- Viera, B. L & Fergusson, B. J. (2004). *Bola voli tingkat pemula*. Cetakan ketiga. Jakarta: PT Rajagarfindo Persada.