



HUBUNGAN KEPERCAYAAN DIRI TERHADAP KETEPATAN SERVIS ATAS BOLA VOLI

Desta Ramadani¹, Ardiah Juita², Rusmanto³

¹Universitas Riau, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Pekanbaru, Indonesia

²Universitas Riau, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Pekanbaru, Indonesia

³Universitas Riau, Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Pekanbaru, Indonesia

*Coresponding Author. Email: desta.ramadani2763@student.unri.ac.id.

*Email Author: desta.ramadani2763@student.unri.ac.id, ardiahjuita@lecturer.unri.ac.id,
rusmanto@lecturer.unri.ac.id

Received: April 2024, Revised: Mei 2024, Accepted: Juni 2024

Abstract

In a volleyball match, serve is the primary attacking move as an important tactic, and confident players can better manage pressure because they can stay focused and serve accurately. This study aims to ensure the relationship between self-confidence and service accuracy in volleyball extracurricular participants at SMP Negeri 5 Pekanbaru. Correlational research was the method used in the study, with a sample of 27 students playing volleyball as an extracurricular activity. Google Forms surveys are used to collect data on trust factors, and AAHPER Service Tests are used to assess the accuracy of the best service. The process of evaluating hypotheses involves various correlation analyses. With a value of $0.549 > 0.381$, the findings showed a strong relationship between confidence and service accuracy in volleyball extracurricular players at SMP Negeri 5 Pekanbaru. It was found that an athlete's main drive to excel is their high level of confidence. Early development of self-confidence is essential because confident athletes can perform better and reach their full potential in sports.

Keywords: Confidence, Top Service, Volleyball

Abstrak

Dalam pertandingan bola voli, servis adalah langkah serangan utama sebagai taktik penting, dan pemain yang memiliki percaya diri dapat mengelola tekanan dengan lebih baik karena mereka dapat tetap fokus dan melayani dengan akurat. Penelitian ini bertujuan untuk memastikan hubungan antara kepercayaan diri dan ketepatan servis pada peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru. Penelitian korelasional adalah metode yang digunakan dalam penelitian ini, dengan sampel terdiri dari 27 siswa yang bermain bola voli sebagai kegiatan ekstrakurikuler. Survei Google Formulir digunakan untuk mengumpulkan data tentang faktor kepercayaan, dan Uji AAHPER Servis Test digunakan untuk menilai keakuratan servis terbaik. Proses mengevaluasi hipotesis melibatkan berbagai analisis korelasi. Dengan nilai $0,549 > 0,381$, temuan menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara kepercayaan diri dan ketepatan servis pada pemain ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru. Ditemukan bahwa dorongan utama seorang atlet untuk unggul adalah tingkat kepercayaan diri mereka yang tinggi. Pengembangan awal kepercayaan diri sangat penting karena atlet yang percaya diri dapat tampil lebih baik dan mencapai potensi penuh mereka dalam olahraga.

Kata kunci: Kepercayaan Diri, Servis Atas, Bola Voli



PENDAHULUAN

Salah satu olahraga yang paling disukai masyarakat Indonesia adalah bola voli karena dapat dimainkan di lapangan terbuka maupun tertutup baik oleh pria maupun wanita dari segala usia (Kristriawan & Sukadiyanto, 2016). Servis yang baik adalah salah satu kunci untuk memenangkan pertandingan bola voli. Servis sangat penting dalam bola voli sebagai serangan awal, jika pemain tim melakukan servis secara efektif, tim dapat langsung memenangkan poin (Sors et al., 2018). Di antara strategi servis yang paling banyak digunakan dalam bola voli adalah servis atas, yang dapat menghasilkan servis *float* dan servis *spike*.

Servis dalam permainan bola voli adalah serangan pembuka dan tujuan utamanya mencetak poin (MacKenzie et al., 2012). Terbukti dari hasil analisis statistik yang disebutkan di atas bahwa tipe servis yang lebih tinggi digunakan dalam pembentukan serangan awal dalam permainan bola voli kontemporer yang terkenal. Jenis servis teratas digunakan sebagai serangan pertama karena sulit untuk memprediksi di mana bola akan mendarat setelah pukulan dan membuat lawan lebih sulit untuk menerima. Ketika mempersiapkan olahraga bola voli, keterampilan psikologis harus dipertimbangkan selain aspek teknis, taktis, dan fisik (Wibowo & Andriyani, 2015).

Menurut (Supriyanto, 2017) studi ilmiah tentang perilaku manusia dan proses mental, termasuk kepercayaan diri, dikenal sebagai psikologi. Untuk mengembangkan kondisi mental yang kuat, yang sangat penting bagi atlet untuk mempersiapkan diri agar dapat tampil di puncaknya, kepercayaan diri memainkan peran penting (Fajri, H. P., Rifki, M. S., Pranoto, N. W., Muda, F., & Ariston, A., 2022). Percaya diri atau keyakinan diri adalah aset utama yang memungkinkan pelajar untuk maju, karena prestasi besar dimulai dengan keyakinan bahwa seseorang dapat melampaui prestasinya sendiri (Anggara & Al Saudi, 2017). Siswa dapat memanfaatkan kepercayaan diri sebagai aset utama ketika melakukan urutan gerakan servis atas karena akan memotivasi mereka untuk mencapai tujuan mereka yaitu kemenangan (Martins et al., 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Fortuna et al., 2023) yang menunjukkan korelasi substansial antara *achievement drive* dan hasil kepercayaan diri, siswa menjadi lebih terdorong untuk mencapai tujuan mereka ketika mereka merasa lebih percaya diri.

Pengamatan peneliti terhadap peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru menunjukkan bahwa sementara pelatih terus menekankan pelatihan fisik dan teknik, kegiatan mental yang dirancang khusus untuk meningkatkan kepercayaan diri siswa belum diajarkan. Masalah yang sering muncul adalah kurangnya kepercayaan diri siswa pada kemampuan mereka untuk melakukan servis ketika mencapai point krusial sehingga siswa tidak bisa mengeluarkan seluruh kemampuan yang dimilikinya untuk melakukan teknik ini.



METODELOGI PENELITIAN

Penelitian korelasional adalah jenis penelitian yang perlu dilakukan untuk memastikan kontribusi variabel independen dan dependen satu sama lain (Arikunto, 2016). Pada Desember 2023 hingga Februari 2024, penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 5 Pekanbaru Jalan Sultan Syarif Qasim, Keluaran Rintis, Kecamatan Lima Puluh, Kota Pekanbaru. Dua puluh tujuh anak yang bermain bola voli sebagai ekstrakurikuler membuat sampel penelitian. Proses pengumpulan informasi tentang faktor kepercayaan melalui penggunaan survei *Google Form* dan menilai akurasi servis terbaik melalui penggunaan tes akurasi servis yang dimodifikasi *AAHPER Servis Test*. Tes prasyarat digunakan untuk menguji hipotesis, dan kemudian analisis korelasi berganda menggunakan rumus *product moment*

HASIL PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk menyelidiki hubungan antara variabel Kepercayaan Diri (X) dengan variabel Ketepatan Servis Atas (Y) siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru, sebagaimana telah dibahas sebelumnya pada bab sebelumnya. Peneliti menggunakan sampel 27 pemain bola voli SMP Negeri 5 Pekanbaru yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler. Sebelum dimulainya pengumpulan data, dilakukan uji coba instrumen variabel terhadap sepuluh siswa yang terlibat dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru. Melalui uji coba ini, kepercayaan diperoleh pada validitas dan reliabilitas instrumen. Ketergantungan instrumen ditentukan memiliki koefisien reliabilitas 0,977. Ini menunjukkan bahwa alat tersebut sesuai untuk digunakan dalam penelitian, seperti yang ditunjukkan oleh temuan uji validitas, yang mengungkapkan bahwa tiga butir pernyataan gugur pada nomor 5, 19, dan 20.

Menurut penelitian tentang tingkat kepercayaan diri siswa SMP Negeri 5 Pekanbaru yang bermain ekstrakurikuler bola voli, nilai tertinggi 127, terendah 109, dan rata-rata 118,88 dengan standar deviasi 5,45. Selain itu, peneliti menampilkan tingkat kepercayaan yang ditunjukkan pada tabel berikutnya.

Tabel 1. Kategori Kepercayaan Diri

No.	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$127,06 > X$	2	7.41%	Sangat Baik
2.	$121,61 < X < 127,06$	9	33.33%	Baik
3.	$116,16 < X < 121,61$	9	33.33%	Cukup



4.	$110,71 < X < 116,16$	6	22.22%	Kurang
5.	$X < 110,71$	1	3.71%	Sangat Kurang
Jumlah		27	100%	Baik

Tabel tersebut menunjukkan tingkat kepercayaan diri siswa SMP Negeri 5 Pekanbaru yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli. Dua siswa dengan persentase 7,41% termasuk dalam kelompok sangat baik, sedangkan sembilan orang dengan frekuensi dan persentase yang sama 33,33% termasuk dalam kategori baik dan cukup. Kemudian, terdapat 6 siswa pada kelompok kurang dengan persentase 22,22%, dan 1 siswa dalam kategori sangat kurang dengan persentase 3,71%.

Diselidiki akurasi kegiatan siswa ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata adalah 75,92, standar deviasi adalah 15,75, dan skor maksimum adalah 100. Skor terendah adalah 40. Selanjutnya, peneliti menampilkan tingkat kebenaran dalam servis seperti yang ditunjukkan pada tabel berikutnya.

Tabel 2. Kategori Ketepatan Servis

No.	Rentang Nilai	Frekuensi	Persentase	Kategori
1.	$99,55 > X$	2	7.41 %	Sangat Baik
2.	$83,80 < X < 99,55$	7	33.33%	Baik
3.	$68,04 < X < 83,80$	12	44.44%	Cukup
4.	$52,29 < X < 68,04$	4	14.82%	Kurang
5.	$X < 52,29$	2	7.41%	Sangat Kurang
Jumlah		27	100%	Baik

Tingkat akurasi servis siswa yang mengikuti bola voli sebagai kegiatan ekstrakurikuler di SMP Negeri 5 Pekanbaru diketahui berdasarkan bagan di atas. Tidak ada siswa dalam kategori sangat baik, sembilan siswa dalam kategori baik (dengan persentase 33,33%), dan dua belas siswa dalam kategori cukup (dengan persentase 44,44%). Empat siswa dengan persentase 14,82% berada dalam kelompok kurang, sedangkan dua siswa dengan persentase 7,41% berada dalam kategori sangat kurang.

Tes Liliefors digunakan sebagai prasyarat untuk analisis data parametrik dalam analisis selanjutnya dari tes normalisasi data. Karena L maksimum pada tabel di bawah ini kurang dari tabel L , maka dapat dikatakan bahwa semua variabel berdistribusi normal berdasarkan hasil uji normalitas variabel kepercayaan, yaitu $0,074 < 0,166$, dan hasil belajar, yaitu $0,121 < 0,166$.



Tabel 3. Uji Normalitas

No	Variabel	Lomax	L tabel	Keterangan
1	Kepercayaan Diri (X)	0.074	0.166	Normal
2	Ketepatan Servis (Y)	0.121	0.166	Normal

Hipotesis bahwa terdapat hubungan kepercayaan antara ketepatan servis atas peserta ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru diteliti pada tes berikutnya. Tabel berikut menampilkan temuan uji hipotesis menggunakan analisis korelasi *product moment*.

Tabel 4. Uji Hipotesis

Korelasi	r hitung	r tabel	Keterangan
XY	0.549	0,381	Hipotesis diterima

Berdasarkan hasil analisis tersebut di atas, dilakukan analisis untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri peserta ekstrakurikuler bola voli terhadap ketepatan servis atas dengan tingkat hubungan "sedang" di SMP Negeri 5 Pekanbaru. Hasil penelitian menunjukkan bahwa, pada tingkat signifikan $\alpha (0,05) = (0,381)$ berarti, $r_{hitung} 0,549 > r_{tabel} 0,381$ menunjukkan bahwa hipotesis diterima.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara $0,549 > 0,381$, menunjukkan bahwa hipotesis diterima dan terdapat hubungan antara kepercayaan diri dan ketepatan servis pada ekstrakurikuler bola voli SMP Negeri 5 Pekanbaru. Hasil ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan (Muharram et al., 2023) yang berusaha untuk menentukan peran kepercayaan diri peserta ekstrakurikuler terhadap akurasi smash bola voli. Tingkat kepercayaan diri dan kemampuan servis pemain ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru terbukti berkorelasi. Hal ini menegaskan hasil Wijaya (2018), yang menunjukkan bahwa atlet dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi mungkin lebih terdorong untuk berprestasi dalam kompetisi. Selanjutnya, penelitian ini menekankan pentingnya kepercayaan diri bagi atlet, karena penurunan kepercayaan diri selama kompetisi dapat berdampak negatif terhadap kinerja mereka, bahkan pada mereka yang memiliki keterampilan teknis dan kondisi fisik yang unggul (Satriya & Jannah, 2017).

Atlet perlu memperoleh dan memiliki rasa harga diri yang kuat dalam kerangka pengembangan kepribadian. Dorongan untuk melakukan yang terbaik dalam olahraga masing-masing berasal dari keyakinan diri seorang atlet. Dimiyati (2018) mengemukakan bahwa



kepercayaan diri dapat dilihat sebagai kesadaran diri atau kepercayaan diri dalam kapasitas seseorang untuk melakukan kegiatan dengan sukses. Kata "percaya diri" sering digunakan untuk menggambarkan pola pikir optimis dan sehat yang memungkinkan atlet untuk melakukan yang terbaik. Selain itu, diakui sebagai komponen penting dari kesuksesan seorang atlet adalah keyakinan diri. Menurut Dimiyati (2018), memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi meningkatkan dorongan seseorang untuk berhasil dalam atletik karena seorang individu dengan keyakinan diri yang lebih baik dalam keterampilan mereka lebih bersemangat untuk bekerja menuju tujuan mereka (Prabowo, R., & Rifki, M. S. (2020). Seorang atlet dapat mengendalikan tingkat kecemasannya dengan cara yang lebih konstruktif ketika dia merasa aman dalam keterampilannya. Ini menenangkan dan membuatnya rileks. Di sisi lain, atlet yang kurang percaya diri sering berjuang dengan masalah emosional, yang dapat menyebabkan rasa sakit dan khawatir (Komarudin, 2017). Akibatnya, sangat penting bagi pemain bola voli untuk mengembangkan kepercayaan diri sedini mungkin dalam kemampuan mereka untuk melakukan servis dari atas.

Seorang atlet harus termotivasi dan dilatih untuk mengubah pemikiran mereka untuk mengembangkan kepercayaan diri. Itu bukan sesuatu yang secara otomatis muncul dalam kinerja mereka. Atlet yang memiliki kepercayaan diri dipandang memiliki kesempatan terbesar untuk mencapai potensi penuh mereka dan mempertahankan keterampilan terbaik mereka, yang memungkinkan mereka untuk melakukan yang terbaik (Amaliyah & Khoirunnisa, 2018). Klarifikasi tambahan mengungkapkan bahwa ide, perasaan, dan sikap atlet dapat dipengaruhi secara positif oleh kepercayaan diri yang kuat dalam pengaturan atletik, yang mengarah pada peningkatan kinerja (Effendi & Jannah, 2019). Sehingga, seorang atlet harus tampil baik dan memiliki kepercayaan diri, terutama pada diri mereka sendiri.

Atlet dapat dibuat merasa lebih percaya diri tentang prospek mereka untuk menang dengan melakukan berbagai hal, tetapi ini mengharuskan mereka untuk mempersiapkan diri dengan baik sebelumnya. Menurut Komarudin (2017), ada beberapa cara untuk meningkatkan kepercayaan diri, seperti menyelesaikan tugas yang ada, tampil dengan yakin, berpikir positif, menggunakan teknik visualisasi, berolahraga, berolahraga, mempersiapkan diri dengan baik, mengembangkan disiplin diri, dan membahas sejarah kinerja terbaik. Dibandingkan dengan atlet yang berlatih kurang optimal, mereka yang telah mempersiapkan diri secara maksimal melalui pelatihan intensif sebelum pertandingan biasanya menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih tinggi



KESIMPULAN

Dengan nilai $0,549 > 0,381$, temuan menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara kepercayaan diri dan ketepatan servis atas pada pemain ekstrakurikuler bola voli di SMP Negeri 5 Pekanbaru. Ditemukan bahwa dorongan utama seorang atlet untuk unggul adalah tingkat kepercayaan diri mereka yang tinggi. Pengembangan awal kepercayaan diri sangat penting karena dibutuhkan instruksi dan insentif untuk mengembangkan kepercayaan diri, yang tidak terjadi dengan sendirinya. Atlet dapat membangun kepercayaan diri yang tinggi untuk meningkatkan kinerja dan mencapai kinerja puncak dalam olahraga dengan menerapkan taktik seperti kinerja finishing, memproyeksikan kepercayaan diri, dan persiapan yang cermat ke dalam praktik.

DAFTAR PUSTAKA

- Amaliyah, A. K., & Khoirunnisa, R. N. (2018). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan menjelang pertandingan pada atlet bola basket di unit kegiatan mahasiswa Universitas Negeri Surabaya. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 5(2).
- Anggara, T., & Al Saudi, A. R. A. (2017). Hubungan Koordinasi Mata kaki, Daya Ledak Otot Tungkai dan Percaya Diri dengan Hasil Lari Sprint 100 Meter pada Atlet PPLP Bangka Belitung. *Gladi: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 8(2), 135–146.
- Arikunto, S. (2016). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka cipta.
- Dimiyati, D. (2018). *Psikologi olahraga metode latihan mental bola basket*. Yogyakarta: UNY Press.
- Effendi, A., & Jannah, M. (2019). Pengaruh Pelatihan Self-Talk Terhadap Kepercayaan Diri Atlet Lari 100 Meter. *Character: Jurnal Penelitian Psikologi*, 6(3), 1–6.
- Fajri, H. P., Rifki, M. S., Pranoto, N. W., Muda, F., & Ariston, A. (2022). Hubungan Tingkat Kepercayaan Diri Dan Kecemasan Atlet Bola Voli Pagaruyung Sebelum Pertandingan. *JURNAL STAMINA*, 5(8), 372-380.
- Fortuna, A. H., Lestari, W., & Fitlya, R. (2023). Hubungan Kepercayaan Diri Dengan Motivasi Berprestasi Pada Atlet Angkat Besi Dan Angkat Berat Di Kalimantan Barat. *Eksistensi*, 5(1).
- Komarudin, K. (2017). The Relationship Between Intelligence and Learning Motivation on Childrens With Special Need in Inclusive Elementary School. *Guidena: Jurnal Ilmu Pendidikan, Psikologi, Bimbingan Dan Konseling*, 7(1), 100–105.
- Kristriawan, A., & Sukadiyanto, S. (2016). Pengaruh metode latihan dan koordinasi terhadap smash backcourt atlet bola voli junior putra. *Jurnal Keolahragaan*, 4(2), 122–134.
- MacKenzie, S., Kortegaard, K., LeVangie, M., & Barro, B. (2012). Evaluation of two methods of the jump float serve in volleyball. *Journal of Applied Biomechanics*, 28(5), 579–586.
- Martins, P., Rosado, A., Ferreira, V., & Biscaia, R. (2017). Personal and social responsibility among athletes: The role of self-determination, achievement goals and engagement. *Journal*



of Human Kinetics, 57(1), 39–50.

- Muharram, S., Kahar, S. P., Galugu, S. P., & Saqinah, N. (2023). Ketepatan Smash dalam Permainan Bulutangkis: Kontribusi Faktor Psikologis Atlet. *Ketepatan Smash Dalam Permainan Bulutangkis: Kontribusi Faktor Psikologis Atlet*, 7(2), 180–190.
- Prabowo, R., & Rifki, M. S. (2020). Pengaruh Metode Drills Game Like Situations terhadap Kemampuan Passing Atas pada Atlet Bolavoli Putra. *JURNAL STAMINA*, 3 (4), 187–194.
- Satriya, P. A., & Jannah, M. (2017). Pengaruh pelatihan visualisasi terhadap kepercayaan diri atlet bulu tangkis. *Character: Jurnal Psikologi Pendidikan*, 4(2), 1–5.
- Sors, F., Lath, F., Bader, A., Santoro, I., Galmonte, A., Agostini, T., & Murgia, M. (2018). Predicting the length of volleyball serves: The role of early auditory and visual information. *PLoS One*, 13(12), e0208174.
- Supriyanto, A. (2017). *Psikologi kepelatihan olahraga*. Yogyakarta: UNY Press.
- Wibowo, Y. A., & Andriyani, F. D. (2015). *Pengembangan ekstrakurikuler olahraga sekolah*. UNY Pressrang.
- Wijaya, I. M. K. (2018). Kecemasan, percaya diri dan motivasi berprestasi atlet ukm bulutangkis. *Jurnal Penjakora Fakultas Olahraga Dan Kesehatan*, 5(1), 36–46.

