

**PENGARUH METODE *DRILLS FOR GAME-LIKE SITUATION*  
TERHADAP KEMAMPUAN SERVIS ATAS BOLAVOLI  
PUTRA KLUB SEMEN PADANG**

Wiwit Febrialis<sup>1</sup>, Muhamad Sazeli Rifki<sup>2</sup>  
Universitas Negeri Padang

**Abstract**

The problem in this research is the low service ability of the men's volleyball Club athlete semen Padang. the purpose of this study was to determine the extent of the effect of drills for game-like situation training in improving the service ability of the men's volleyball club semen padang. This type of research is quasi-experimental. The population in this study was the Padang Semen Volleyball Club athlete, amounting to 43 male and female athletes. The sampling technique uses purposive sampling. thus the sample in this study amounted to 16 male athletes. To obtain data, measurements are made on the ability to service using service targets. Data were analyzed using mean different test analysis (t test). The results showed that: there was a significant influence of the drills for game-like situation training model in improving the service ability of the men's volleyball athletes in the semen Padang club. improvement of the ability to service is 5.06, from the average score of the initial test (pre test) 27.88 and the final test (post test) to 32.94, and for the hypothesis test tcount 6,84 is obtained from ttable 1,75

**Keywords: Drills for Game-Like Situation, Service Ability**

**Abstrak**

Masalah dalam penelitian ini yaitu masih rendahnya kemampuan servis atas atlet bolavoli Putra *Club Semen Padang*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengatasi sejauh mana pengaruh latihan *Drills For Game-Like Situation* dalam meningkatkan kemampuan Servis Atas atlet bolavoli Putra Club Semen Padang. Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet bolavoli *Club Semen Padang* yang berjumlah 43 orang atlet putra dan putri. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini berjumlah sebanyak 16 orang atlet putra. Untuk memperoleh data dilakukan pengukuran terhadap kemampuan servis atas dengan menggunakan instrument penelitian. Data dianalisis dengan menggunakan analisis uji beda mean (uji t). Hasil penelitian menunjukkan bahwa : Terdapat pengaruh model latihan *Drills For Game-Like Situation* dalam meningkatkan kemampuan servis atas atlet bolavoli Putra *Club Semen Padang*. Peningkatan kemampuan servis atas adalah sebesar 5,06 yaitu dari skor rata-rata tes awal (Pre test) 27,88 dan tes akhir (Post test) 32,94, dan untuk uji hipotesis diperoleh nilai thitung 6.84 > ttabel 1,75.

**Kata kunci: Drills for Game-Like Situation, Kemampuan Servis**



## Pendahuluan

Menurut PBVSI Bolavoli merupakan olahraga beregu yang dimainkan oleh enam orang dalam satu tim. Tujuan dari permainan bolavoli adalah melewati bola di atas net agar dapat jatuh menyentuh lantai lapangan lawan dan mencegah usaha yang sama daei lawan. Setiap tim dapat memainkan tiga pantulan untuk mengembalikan bola (diluar perkenaan blok). Olahraga ini memerlukan kerja sama yang baik agar terbentuk tim yang solid. Kemampuan individu dan kerja sama atlet memang harus dikembangkan oleh seorang pelatih agar dapat membangun sebuah tim yang baik. Banyak klub-klub di Indonesia saat ini berlomba-lomba untuk meningkatkan kemampuan atletnya.

Untuk meningkatkan prestasi permainan bolavoli ada 4 komponen yang harus mendapatkan perhatian khusus yaitu kondisi fisik, teknik, taktik dan mental. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan Syafruddin (1999:23) yaitu “prestasi olahraga dipengaruhi dan ditentukan oleh kemampuan, teknik, taktik maupun oleh kemampuan mental (psikis)nya”.

Menurut Erianti dalam Syafruddin (2004 : 144) Dalam permainan bolavoli dikenal berbagai teknik dasar, dan untuk dapat bermain bolavoli harus betul-betul dikuasai dahulu teknik-teknik dasar ini. Penguasaan teknik dasar yang sempurna menjadi dasar untuk mengembangkan prestasi permainan itu sendiri. Penguasaan teknik dasar bolavoli merupakan salah satu unsur yang terus menentukan menang atau kalahnya suatu regu didalam pertandingan, disamping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental.

Menurut Gunter dalam Syafruddin (2004) Dalam permainan bolavoli untuk memperoleh angka diperlukan kerjasama regu seperti : *servis, passing, smash, blocking*. Dalam hal ini teknik merupakan salah satu pondasi atau dasar bagi seseorang pemain bolavoli. Selain tektik, kondisi fisik juga merupakan salah satu syarat utama yang harus dimiliki oleh para atlet didalam usaha pencapaian prestasi olahraga khusus dalam olahraga bolavoli.

Kondisi fisik juga salah satu syarat yang sangat dibutuhkan dalam setiap usaha peningkatan prestasi olahragawan. Dalam setiap usaha peningkatan kondisi fisik harus dikembangkan semua komponen yang ada, walaupun dalam pelaksanaan program perlu adanya prioritas untuk menentukan komponen mana yang perlu mendapat porsi latihan lebih besar, sesuai dengan olahraga yang ditekuni.



Servis harus dilakukan dengan baik oleh semua pemain kecuali libero, dalam permainan bolavoli libero tidak melakukan servis karena fungsi libero hanya untuk melakukan *passing* dalam menerima servis ataupun *smash* dari lawan. Kesalahan servis mengakibatkan penambahan angka bagi lawan. Demikian pentingnya kedudukan servis dalam permainan bolavoli, maka teknik dasar servis harus dikuasai dengan baik, sebaiknya latihan dasar servis mendapat porsi yang cukup. Servis dilakukan dari daerah servis dibelakang lapangan dengan panjang tak terbatas. Mula-mula servis hanya berperan sebagai pukulan awalan untuk memulai pertandingan, tetapi seiring berjalannya waktu servis bisa menjadi serangan awal untuk mendapat score atau nilai agar suatu regu memperoleh kemenangan . Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pemain melakukan servis atas dengan tujuan agar servis langsung bisa mendapatkan nilai untuk mencapai kemenangan.

Banyak faktor yang mempengaruhi kemampuan servis atas yaitu kondisi fisik, program latihan, sarana dan prasarana dan pelatih. Metode latihan sangat menunjang kemampuan servis khususnya servis atas. Dimana banyak program latihan yang bertujuan meningkatkan kemampuan servis atas seperti latihan beban, metode *drill for game-like situation*, *drill under simplified condition*, *system set*, *system sirkuit* dan lain-lain.

Dalam permainan bolavoli metode *drill for game-like situation* berpengaruh terhadap kemampuan servis atas, karena dengan melakukan gerakan yang berulang-ulang akan terjadi otomatisasi gerakan, artinya dengan melakukan latihan secara berulang-ulang maka ketepatan teknik atlet dalam melakukan suatu gerakan tersebut akan meningkat, karena semakin sering melakukan gerakan tersebut maka semakin tepat gerakan yang kita lakukan.

Klub Semen Padang berdiri pada tahun 2010 adalah suatu wadah untuk menyalurkan bakat dan prestasi khususnya dalam bidang Bolavoli. Terdapat sarana dan prasarana yang dapat menunjang latihan yang dilakukan 3x dalam seminggu dan bisa saja ditingkatkan menjadi 5x dalam seminggu jika ajang kejuaraan sudah semakin dekat. Dengan demikian, atlet dapat fokus dalam menjalankan latihan untuk mencapai sebuah prestasi yang tinggi.

Prestasi yang pernah diraih oleh Klub Semen Padang menjuarai berbagai tournament yang diadakan di Sumatera Barat, dan menjuarai tournament Polsek Kuranji yang dilaksanakan antar Klub Se Kota Padang pada tahun 2016 sampai



pada tahun 2019. Dan prestasi yang terakhir yang diraih adalah menjadi juara 3 pada tournament di Sicincin yang diadakan Se Sumatera Barat Tahun 2018.

Setelah melakukan observasi dan hasil wawancara dengan pelatih Klub Semen Padang, bahwa pelatih tersebut mengatakan kalau servis atas atlet Semen Padang masih kurang optimal, apalagi waktu pertandingan banyak point yang didapat oleh lawan karena kesalahan servis. Dan peneliti juga melihat atlet Bolavoli Putra tersebut kemampuan servis atasnya yang mereka miliki masih rendah. Hal ini terlihat pada saat latihan dimana servis yang dilakukan banyak keluar lapangan dan tidak melewati net pembatas, dan servis yang dilakukan lemah dan tidak terarah sehingga bisa dipassing oleh lawan. Padahal servis modal utama untuk menambah angka. Kalau hal ini dibiarkan terus menerus maka prestasi yang optimal sulit untuk diraih. Berdasarkan observasi awal, peneliti menemukan nilai yang dicapai oleh para atlet masih rendah. Terbukti dengan hasil yang dicapai tidaklah maksimal, ada yang servis tidak masuk dan keluar dari bidang permainan lawan

Berdasarkan penjelasan sebelumnya, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Metode *Drills For Game-Like Situation* Terhadap Kemampuan Servis Atas Atlet Bolavoli Putra Klub Semen Padang.

Sesuai dengan penelitian yang diajukan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah: "Untuk mengetahui pengaruh metode latihan *drills for game-like situation* terhadap kemampuan Servis atas atlet bolavoli putra Club Semen Padang.

Menurut Erianti dalam Syafrudin (2004 : 143), "Teknik dasar dalam permainan bolavoli meliputi: servis (*service*), *passing*, umpan (*set-up*), *smash* dan juga *block* (bendungan)". Teknik dasar ini merupakan modal awal untuk dapat bermain bolavoli, apabila tidak menguasai teknik dasar ini dengan baik, maka akan memungkinkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar dan akan menguntungkan bagi tim lawan.

Berdasarkan kutipan tersebut, salah satu teknik dasar yang harus dikuasai dalam permainan bolavoli adalah servis. Servis merupakan awal dari permainan atau pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan. Sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai pembukaan permainan akan tetapi sudah merupakan serangan awal untuk mendapatkan nilai (Erianti 2004:143).



Metode *drill* merupakan metode pembelajaran yang menekankan pada penguasaan teknik suatu cabang olahraga yang dalam pelaksanaannya dilakukan secara berulang-ulang, dalam metode *drill* atlet melakukan gerakan-gerakan sesuai dengan apa yang diinstruksikan pelatih dan melakukan secara berulang-ulang. Latihan berulang-ulang gerakan ini dimaksudkan agar terjadi otomatisasi gerakan. Oleh karena itu, dalam metode *drill* perlu disusun tata urutan latihan yang baik agar atlet terlibat aktif, sehingga akan diperoleh hasil latihan yang optimal. Tujuan penggunaan metode *drill* adalah agar atlet:

1. Memiliki kemampuan motoris/gerak, seperti menghafal dan mempergunakan alat.
2. Mengembangkan kecakapan intelektual.
3. Memiliki kemampuan menghubungkan antara sesuatu keadaan dengan yang lain.

Dalam penelitian ini dapat diajukan hipotesisnya bahwa " Terdapat Pengaruh yang Signifikandari penerapan Metode Latihan *Drills For Game-Like Situation* terhadap kemampuan *Servis Atas* Atlet Bolavoli Gesimpo Pasaman Barat". Model latihan *Drills For Game-Like Situation* adalah model latihan pada kondisi yang disederhanakan.

### **Metode**

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Arikunto (2007:3) mengemukakan tentang metode eksperimen adalah suatu cara untuk mencari hubungan sebab akibat antara dua faktor yang sengaja ditimbulkan oleh peneliti dengan mengeliminasi atau mengurangi atau menyisihkan faktor-faktor lain yang bisa mengganggu. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi dalam penelitian ini atlet yang ada di Semen Padang yang terdaftar di Club Semen Padang, berjumlah 43 orang. pengambilan sampel dilakukan dengan teknik "*Purposive Sampling*" Menurut Arikunto (2007:183) teknik *purposive sample* ini biasanya dilakukan karena beberapa pertimbangan. Maka berdasarkan teknik sample tersebut diambil 16 orang atlet bolavoli putra, karena tenaga dan jadwal latihan yang berbeda. penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2019. Penelitian ini dilakukan di lapangan bolavoli Semen Padang. Tes yang dipakai adalah tes *Servis atas*.

Untuk terlaksananya proses latihan dengan baik maka diperlukan penyusunan jadwal latihan dan program latihan. Penentuan atau pelaksanaan latihannya



dilakukan latihan sebanyak 18 kali pertemuan dengan 1 kali pertemuan tes awal, 16 kali pertemuan latihan dan 1 kali pertemuan tes akhir dengan frekuensi 3 kali dalam seminggu dan lama waktu latihan lebih kurang adalah 60 menit, latihan baru akan memberi efek setelah 3 minggu.

### **Hasil Penelitian**

#### **Tes Awal Kemampuan Servis Atas**

Berdasarkan hasil data tes awal Kemampuan servis atas bolavoli putri klub Semen Padang sebanyak 16 orang, sebelum diberikan perlakuan dengan *drills for game-like situation* diperoleh nilai rata-rata hitung (*mean*) adalah 27,88 standar deviasi adalah 6,73. Kemudian diperoleh skor tertinggi adalah 40 dan skor terendah yaitu 16.

#### **Tes Akhir Kemampuan Servis Atas**

Berdasarkan hasil data tes akhir Kemampuan servis atas bolavoli putri klub Gesimpo Pasaman Barat sebanyak 16 orang, setelah diberikan perlakuan dengan latihan *drills for game-like situation* maka diperoleh nilai rata-rata hitung (*mean*) adalah 32,94, standar deviasi adalah 5,08. Kemudian diperoleh skor tertinggi adalah 43 dan skor terendah yaitu 24

### **Pengujian Hipotesis**

Hasil tes awal Kemampuan servis atas atlet bolavoli putra Club Semen Padang dengan menggunakan *drills for game-like Situation* dengan jumlah sampel 16 orang diperoleh rata-rata hitung tes awal (*Pre test*) yaitu 27,88 dan simpangan baku adalah 6,73. Sedangkan untuk nilai rata-rata hitung tes akhir (*Post test*) adalah 32,94 dan simpangan baku 5,08

dapat dilihat bahwa  $t_{hitung} = 6,84 > t_{tabel} = 1.75$ . Hal ini berarti bahwa hipotesis penelitian dapat diterima. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa model latihan *Drills For Game-Like Situation* memberikan pengaruh yang signifikan terhadap Kemampuan servis atas Atlet Bolavoli putra Club Semen Padang. Peningkatan kemampuan servis atas ini adalah sebesar 5,06 yaitu dari skor rata-rata tes awal (*Pre test*) 27,88 dan tes akhir (*Post test*) menjadi 32,94.

### **Pembahasan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengaruh model latihan *drills for game-like situation* untuk meningkatkan kemampuan servis atas atlet bolavoli putra Club Semen Padang, ternyata terbukti bahwa *drills for game-like situation* memberikan

pengaruh yang berarti (signifikan) atau meningkatkan kemampuan servis atas atlet bolavoli Putra Club Semen Padang.

Kemampuan servis bolavoli yaitu kemampuan penguasaan teknik servis atas bolavoli. Servis merupakan awal dari permainan atau pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan. Sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai pembukaan permainan akan tetapi sudah merupakan serangan awal untuk mendapatkan nilai. Pada mulanya servis hanyalah merupakan pukulan pembukaan untuk mulai permainan sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini tidak hanya sebagai permulaan pertandingan, jika ditinjau dari sudut taktik adalah merupakan suatu awal untuk mendapat nilai agar regu berhasil meraih kemenangan.

Dalam penelitian ini model latihan *Drills For Game-Like Situation* diberi 16 kali pertemuan sesuai dengan program latihan sudah terlebih dahulu dipersiapkan dan mengacu pada prinsip-prinsip latihan. Di samping itu setiap latihan dimulai dengan pemanasan (stretching dan jogging), latihan inti *Drills For Game-Like Situation* yang dilakukan untuk meningkatkan kualitas servis Atas bolavoli. Bentuk latihan *Drills For Game-Like Situation* dimaksud disini adalah bentuk latihan servis atas yang telah disederhanakan. Selanjutnya disetiap akhir latihan diberikan latihan pendinginan.

Menurut Kroger (2013:4) menyatakan bahwa *Metode Drills For Game-Like Situation* terdapat pengaruh terhadap servis atas atlet bolavoli, karena dalam metode *drills* latihan yang dilakukan adalah secara berulang-ulang, dengan latihan yang berulang-ulang gerakan yang dimaksud akan terjadi otomatisasi gerakan. Oleh karena itu, dalam metode *drills* perlu disusun tata urutan yang baik agar atlet terlibat aktif, sehingga akan diperoleh hasil latihan yang optimal.

Proses latihan yang dilakukan atlet tersebut dilakukan secara berulang-ulang dan sistematis, serta beban-beban fisik secara teratur, terarah, meningkat secara bertahap dan berulang-ulang waktunya. Hal ini dapat memberikan pengaruh yang berarti terhadap kemampuan servis atas atlet bolavoli Putra Club Semen Padang.

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dikemukakan terdahulu, maka dapat dikemukakan kesimpulan yaitu : terdapat pengaruh model latihan *Drills For Game-Like Situation* signifikan terhadap kemampuan servis atas Atlet Bolavoli Putra Club Semen Padang, peningkatan kemampuan servis atas ini adalah



sebesar 5,06 yaitu dari skor rata-rata tes awal (*Pre Test*) 27,88 dan tes akhir (*Post Test*) 32,94 dan untuk uji hipotesis diperoleh nilai  $t_{hitung} 6,84 > t_{tabel} 1,75$ .

Hal ini juga diperkuat dengan hasil penelitian yang dilakukan Effendy dan Rifki (2018:488) bahwa model latihan drill for game like situation memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis atas klub bola voli activa lintau, diperoleh hasil uji hipotesis harga thitung (72,97) > ttabel (1,792) pada taraf signifikansi  $\alpha = 0,05$  pada jumlah sampel berjumlah 20. Dengan demikian metode latihan drills for game-like situation dapat meningkatkan kemampuan servis atas bolavoli Klub Active Lintau. Berdasarkan hasil penelitian ini dapat dilihat metode latihan *Drills For Game-Like Situation* dapat meningkatkan teknik dasar bolavoli dalam hal ini kemampuan servis.

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil analisis data yang telah dikemukakan terdahulu, maka dapat dikemukakan kesimpulan yaitu : terdapat pengaruh model latihan Drills For Game-Like Situation signifikan terhadap kemampuan servis atas Atlet Bolavoli Club Semen Padang, peningkatan kemampuan servis atas ini adalah sebesar 5,06 yaitu dari skor rata-rata tes awal (*Pre test*) 27,88 dan tes akhir (*Post test*) 32,94, dan untuk uji hipotesis diperoleh nilai thitung 6.84 > ttabel 1,75.

### **Daftar Rujukan**

- Arikunto, S .2007. *Manajemen Peneltian*, Jakarta: PT. Rineka Cipta
- Beutelstahl, Pieter. 2003. *Belajar Bermain Bola Volley*.Bandung: CV. Pionir Jaya
- Effendy, Bonnie aditya & Rifki, Muhamad Sazeli. 2018. Penerapan Model Latihan Drill For Game Like Situation untuk Meningkatkan Kemampuan Servis Atas BolaVoli Klub Activa Lintau. *Jurnal Sporta Saintika: Padang-Kesrek*.
- Erianti. 2004. *Bola Voli. (Bahan Ajar)*. Padang. FIK UNP
- Sugiyanto.1993. belajar Gerak. Jakarta. Koni Pusat Pendidikan dan Penataran
- Suharno. 1982. *Ilmu Coaching Umum*. Yogyakarta: FPOK IKIP.
- Syafruddin.1999. *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang : FIK UNP
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 (2005). Himpunan Peraturan Perundang-Undangan Republik Indonesia Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Citra Umbara. Bandung

