

**PENGARUH LATIHAN DRILL SERVIS ATAS DENGAN VARIASI JARAK
TERHADAP KETEPATAN SERVIS ATAS PADATIM VOLI PUTRI DUSUN
BEDARO****The Effect of Overhead Serve Drills with Varied Distances on the Accuracy of Overhead
Serves in the Dusun Bedaro Women's Volleyball Team****Nopri Doni¹, Deka Ismi Mori Saputra² Ikhwan Maulana³**

Universitas Muhammadiyah Muara Bungo, Indonesia

Article Info

Corresponding Author:Nopri Doni¹, Deka Ismi Mora²

penulis nopridoni50@gmail.com,
dekaismimori@gmail.com,
maulana.ikhsan101@gmail.com

History:

Submitted: xx-xx-xxxx

Revised: xx-xx-xxxx

Accepted: xx-xx-xxxx

Keyword:*Drill, Overhead Serve;**Volleyball Serve Accuracy***Kata Kunci:***Latihan Drill; Servis Atas;**Ketepatan Servis Bola Voli***How to Cite:**

Abstract

This research was motivated by a lack of accuracy between the ball and the hand, a lack of variations in training, a lack of training methods, and a lack of knowledge of correct overhead serves. The purpose of this study was to determine the effect of targeted overhead serve drills on the accuracy of overhead serves in the Dusun Bedaro women's volleyball team.

The method used for this study was a quasi-experimental study. The population in this study was 24 women, with a sample size of 12 women. The design used for this study was a One Group Pre-Test and Post-Test. The data analysis technique used a hypothesis test (t-test) with a significance level of 0.05%. This study was conducted from Thursday, July 10, 2025, to Saturday, August 14, 2025.

The results obtained an average pre-test score of 10.5 points and a post-test score of 16.16 points. The t-test obtained was (2,932) and tl (1.796). Based on these data, it can be concluded that the overhead serve drill with varying distances significantly improved the accuracy of the Dusun Bedaro women's volleyball team.

Abstrak

Penelitian ini dilatar belakangi oleh kurangnya ketepatan antara bola dengan tangan, kurangnya bentuk variasi latihan, kurangnya metode latihan dan kurangnya pengetahuan servis atas yang benar. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *drill* servis atas dengan sasaran terhadap ketepatan servis atas pada tim voli putri Dusun Bedaro.

Metode yang digunakan untuk penelitian ini adalah *quasi eksperimental* populasi dalam penelitian ini 24 putri, sampel berjumlah 12 putri. Desain yang digunakan untuk penelitian ini adalah *One Group Pre-Test and Post-Test*. Teknik analisis data ini menggunakan uji hipotesis (uji-t) dengan taraf signifikansi 0,05%. Penelitian ini dilakukan pada Kamis 10 Juli 2025 sampai Sabtu 14 Agustus 2025.

Hasil penelitian diperoleh tes awal rata-rata 10,5 poin dan tes akhir 16,16 poin. Diperoleh Uji T (2,932) dan t_l (1,796). Berdasarkan data tersebut maka dapat disimpulkan bahwa latihan *drill* servis atas dengan variasi jarak terhadap ketepatan servis atas pada tim voli putri Dusun

Bedaro terdapat peningkatan yang signifikan.

A. Pendahuluan

Pada zaman modern saat ini manusia sangat sulit dipisahkan dengan olahraga baik untuk memperoleh prestasi maupun hanya untuk menjaga kondisi fisik agar tetap sehat. Olahraga merupakan suatu bentuk fisik yang terstruktur dan terencana yang melibatkan gerakan tubuh secara berulang ulang bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani. Olahraga adalah kegiatan yang mampu menjadi media untuk memfasilitasi kebutuhan seseorang dalam melakukan energi.

Undang-Undang No. 11 Tahun 2022 pasal 20 tentang Olahraga Prestasi dimaksudkan sebagai upaya untuk meningkatkan kemampuan dan potensi Olahragawan dalam rangka meningkatkan harkat dan martabat bangsa. Olahraga Prestasi dilakukan oleh Setiap Orang yang memiliki bakat, kemampuan, dan potensi untuk mencapai Prestasi. Olahraga Prestasi dilaksanakan melalui pembinaan dan pengembangan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan.

Olahraga bola voli pertama kali diperkenalkan oleh warga Negara Amerika, yaitu William G. Morgan, lahir di kawasan Lockport, New York, Amerika Serikat, pada tahun 1870, William G. Morgan sendiri merupakan seorang instruktur pendidikan jasmani di Young Mens Christian Association. Permainan ini dirancang yang sebelumnya disebut dengan nama mintonette. Mintonette mulai menggunakan istilah *volley ball* atau bola voli sejak tahun 1896 ketikan permainan ini mulai dikenalkan dan merupakan demonstrasi pertandingan pertama di Internasional YMCA Training School.

Olahraga saat ini menjadi gaya hidup bahkan hingga menjadi sebuah kebutuhan mendasar bagi masyarakat umum dalam membentuk jiwa dan raga yang kuat. Orang yang sering berolahraga memiliki kesehatan mental dan fisik yang lebih baik dari pada orang yang jarang atau tidak pernah berolahraga. Olahraga sendiri pada dasarnya adalah serangkaian latihan teratur dan terencana guna memelihara dan mempertahankan mobilitas dan memenuhi kebutuhan gerak, serta bertujuan untuk meningkatkan kualitas hidup (Turang dkk 2021).

Bola voli termasuk salah satu jenis permainan yang merupakan bagian penting dari pendidikan jasmani (Intan dkk, 2023). Bola voli memiliki sejumlah manfaat yang salah satunya adalah kemampuan untuk membentuk postur tubuh yang optimal, mencakup aspek anatomi, fisiologi, kesehatan, dan keterampilan fisik. Selain itu, manfaatnya juga meluas ke dimensi spiritual, kepribadian, dan karakter, yang berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup. Permainan bola voli dianggap sebagai permainan yang *kompleks* dan tidak semua orang mampu menguasainya sebab diperlukan koordinasi gerakan untuk menguasai setiap aspek pergerakan yang terlibat dalam permainan ini (Putra Dkk, 2023). Beberapa teknik permainan bola voli yang patut dikuasai yaitu teknik dasar servis, *passing*, *smash*, umpan dan *blocking* (Keswando Dkk 2022).

Servis memiliki peranan penting sebagai pertanda bahwa permainan bola voli telah dimulai. Terdapat beberapa metode untuk melakukan servis, yaitu servis bawah (*underhand serve*), servis atas (*overhead serve*), dan servis lompat (*jump serve*) (Kristiyanto, 2015). Pendapat Putro dkk, (2017) awalnya, servis hanya digunakan sebagai tindakan awalan untuk membuka laga. Namun, seiring dengan perkembangan permainan, servis kini telah berkembang menjadi serangan untuk memperoleh poin. Oleh karena itu, teknik dan variasi servis dalam permainan bola voli telah sangat berkembang. Pendapat Tawakal, (2020:38) servis *overhand* dalam bola voli merupakan jenis servis ini sangat mudah untuk dikuasai, tapi yang paling sulit adalah bagaimana menentukan arah dan kecepatan bola yang kita inginkan, untuk mempersulit lawan yang mau melakukan penerimaan bola. Kesulitan yang mendasar juga pada saat *impact* atau saat tangan menyentuh bola yang mau kita arahkan.

Servis atas adalah servis yang dilakukan dengan cara memukul bola dengan jari-jari tangan yang terbuka dan rapat, serta bola dipukul dengan telapak tangan. Bola yang dipukul pun harus dilambungkan dengan tinggi diatas kepala dan dipukul sebelum melewati kepala (Mulyadi dan Pratiwi, 2020:11)

Berdasarkan hasil observasi pada tanggal 13 dan 15 Mei 2025 di lapangan Tim Voli Putri Dusun Bedaro, menunjukkan bahwa pelaksanaan permainan bola voli yang sudah dilaksanakan belum

mencapai tingkat optimal. Hal ini dapat dilihat dari adanya anggota voli yang belum sepenuhnya menguasai keterampilan bermain bola voli dengan baik, khususnya servis atas. Tim voli jarang menggunakan servis atas sebagai strategi serangan saat bermain bola voli, meskipun servis atas dianggap sebagai langkah awal dalam serangan, di mana pemain perlu mengirim bola dengan tenaga maksimal dan mengarahkannya ke posisi yang sulit dijangkau oleh lawan. Akurasi servis atas anggota permainan bola voli yang belum sempurna atau masih meleset saat melakukan servis atas. Hal ini terbukti dengan kesalahan dalam mengarahkan bola ke lapangan lawan, servis yang keluar lapangan, atau bola yang mudah ditangkap oleh lawan karena servis dilakukan secara langsung tanpa adanya gerakan perpindahan arah dari lawan. Serta kurangnya variasi latihan untuk meningkatkan ketepatan servis atas pada Tim Voli Putri Dusun Bedaro.

Pemilihan metode latihan yang sesuai untuk Tim Voli Putri Dusun Bedaro yang tengah melatih servis akan mempermudah proses pembelajaran dengan tujuan pencapaian yang sudah direncanakan (Ruslan dkk, 2021). Cara yang efektif untuk meningkatkan keahlian servis atas dalam permainan bola voli adalah dengan latihan *drill*. Pendekatan ini dipilih karena latihan *drill* melibatkan praktik berulang dan intensif dari gerakan yang sama, dengan tujuan untuk menguatkan dan menyempurnakan keterampilan secara berkelanjutan sehingga menjadi permanen. Hal ini selaras dengan pendapat Firdaus dkk, (2021) yang menyatakan penggunaan metode *drill* terbukti bisa meningkatkan teknik pukulan servis atas bola voli. Selanjutnya, penelitian oleh Irwanto, (2017) menunjukkan efektivitas metode *drill* dalam memberikan hasil yang lebih berarti dibandingkan dengan metode resiprokal. Dan juga mengindikasikan bahwa setelah menerapkan metode *drill*, terjadi peningkatan dalam performa uji servis bawah serta servis atas dalam permainan bola voli, yang diukur dengan *pre-test* dan *post-test* sebelum dan sesudah pelaksanaan latihan *drill*.

Latihan *drill* ini dapat dilakukan dengan berbagai variasi dan intensitas latihan yang berbeda. Salah satunya dengan melatih servis atas dengan sasaran. Pembinaan servis atas menggunakan pendekatan sasaran mengacu pada latihan yang berfokus pada pengulangan gerakan servis dengan tujuan yang telah ditetapkan. Beberapa studi dari Saputro & Falahudin., (2021) penelitian ini bertujuan untuk mengetahui peningkatan presisi pukulan servis bola voli yang diasah melalui modifikasi target dan menunjukkan peningkatan yang signifikan. Selanjutnya penelitian oleh Rudin (2023) mengungkapkan bahwa adanya dampak yang penting dari pelatihan servis dengan pendekatan *drill* dan pendekatan target dengan peningkatan kecakapan servis dalam permainan bola voli.

Dalam pemecahan masalah tersebut, dibutuhkan inovasi dalam kegiatan olahraga bola voli. Salah satu cara inovatif yang dapat diimplementasikan adalah dengan memperkenalkan metode pelatihan yang lebih fokus pada ketepatan servis atas sehingga tim voli putri dapat mengembangkan kemampuan dalam melakukan servis atas dengan lebih baik dan sesuai sasaran serta memberikan variasi latihan yang menantang dan menggugah minat yang mana bisa membantu peserta didik dalam meningkatkan akurasi servis atas dengan cara yang lebih menyenangkan.

Merujuk pada permasalahan yang telah diuraikan sebelumnya, peneliti bermaksud untuk melakukan penelitian guna mengetahui efektifitas latihan *drill* servis atas dengan sasaran dalam meningkatkan ketepatan servis atas pada Tim Voli Putri Dusun Bedaro dengan judul “Pengaruh Latihan *Drill* Servis Atas dengan variasi jarak terhadap Ketepatan Servis Atas pada Tim Voli Putri Dusun Bedaro”.

B. Metode

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode eksperimen semu (*quasi experimental*). Menurut Sugiyono (2022:77) penelitian eksperimen adalah metode penelitian yang dilakukan dengan percobaan, yang merupakan metode kuantitatif, digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen (*treatment/perlakuan*) terhadap variabel dependen (hasil) dalam kondisi yang terkendalikan.

Penelitian eksperimen memiliki beberapa bentuk desain salah satunya *one-group pretest-posttest* pada desain ini terdapat *pretest*, sebelum diberi perlakuan. Desain ini dapat digambarkan seperti berikut:



Bagan 3.1 Desain Penelitian
 Sumber: (Sugiyono, 2022: 74)

Tabel 3.1 Populasi Tim Voli Putri

Kategori	Jumlah
Perempuan	24
Jumlah	24

Sumber: Manejer Tim Voli Putri Dusun Bedaro

Tabel 3.2 Sampel Tim Voli Putri

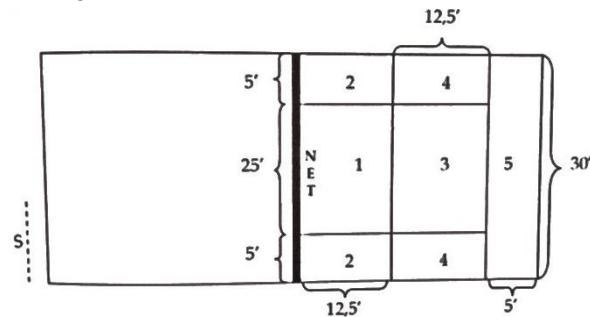
Kategori	Jumlah
Perempuan	12
Jumlah	12

Sumber: Manejer Tim Voli Putri Dusun Bedaro

INSTRUMEN PENELITIAN

Untuk mengumpulkan data-data yang diperlukan, penulis menggunakan alat ukur sebagai media pengumpul data. Instrument penelitian menurut Arikunto dalam Leo (2021:54) menjelaskan bahwa: "Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam pengumpulan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti cermat, lengkap, dan sistematis sehingga mudah diolah". Instrument yang akan digunakan yaitu tes ketepatan servis atas.

Menurut Sugiyono dalam Afif (2019:106) menjelaskan bahwa: "instrument penelitian adalah suatu alat yang digunakan mengukur fenomena alam maupun sosial yang diamati." Prosedur pelaksanaan servis atas adalah sebagai berikut:



2. Gambar 3.1 Bentuk dan ukuran instrumen tes servis atas
 (Sumber : Winarno, 2006:26)

C. Hasil dan Pembahasan

1. Hasil Penelitian

Hasil pengukuran jumlah kemampuan servis atas pada tim voli putri Dusun Bedaro, dapat dilihat pada tabel sebagai berikut:

Tabel 4.1 Hasil Jumlah Kemampuan Servis Atas

Ket	Rata-Rata	Sd	Nilai Max	Nilai Min
Pre-Test	10,5	4,42	20	13

Post-Test	16,16	5,96	27	18
-----------	-------	------	----	----

a. Tes Awal (*Pre-Test*)

Tes awal pada penelitian ini melakukan tes kemampuan servis atas, sehingga dalam tes awal ini tidak ada perlakuan pada pemain voli putri Dusun Bedaro. Dalam tes awal ini didapatkan hasil jumlah keseluruhan kemampuan servis atas 126 poin, dengan demikian dapat dirata-ratakan hasil kemampuan servis atas pada tim bola voli putri Dusun Bedaro adalah 10,5 maka hasil tes awal kemampuan servis atas dapat dikategorikan kurang.

Tabel 4.2 Hasil Tes Awal

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	25-30	Sangat Baik	0	0%
2	19-24	Baik	0	0%
3	13-18	Cukup	7	4,8%
4	7-12	Kurang	3	1,2%
5	1-6	Kurang Sekali	2	0,3%

Berikut merupakan hasil tes awal yang diperoleh bahwa hasil tes awal kemampuan servis atas pemain bola voli putri Dusun Bedaro yang memiliki kategori Cukup sebanyak 7 orang pemain dengan persentase 4,8%, kategori Kurang sebanyak 3 pemain dengan persentase 1,2%, kategori Kurang Sekali sebanyak 2 pemain dengan persentase 0,3%.

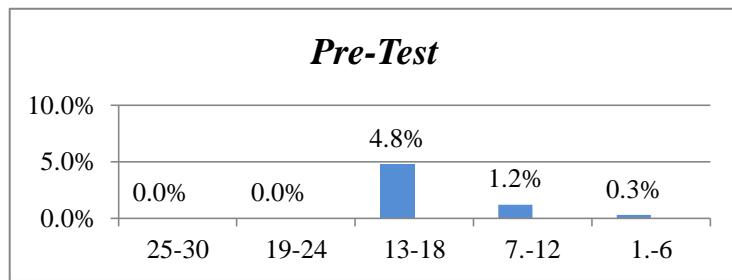


Diagram 4.1 Tes Awal (*Pre-Test*)

b. Tes Akhir (*Post-Test*)

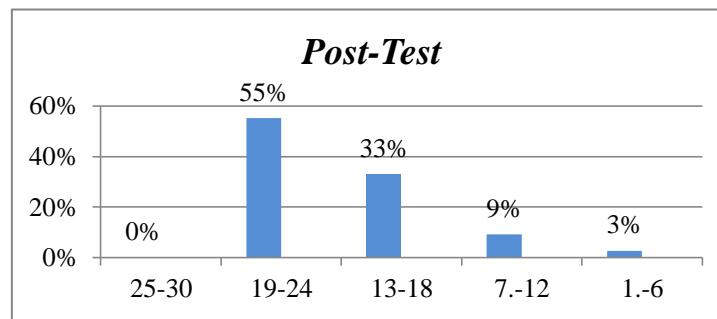
Tes akhir penelitian ini yaitu tes yang dilakukan setelah tim bola voli putri Dusun Bedaro tersebut diberi perlakuan atau diberi latihan berupa metode latihan, sehingga pada tes akhir ini merupakan tes setelah melakukan latihan tersebut. Pada tes akhir ini didapatkan jumlah keseluruhan yaitu 194 poin. Dengan demikian rata-rata hasil kemampuan servis atas adalah sebesar 16,16 poin, maka hasil tes akhir kemampuan servis atas dikategorikan cukup.

Tabel 4.3 Hasil Tes Akhir

No	Interval	Kategori	Frekuensi	Persentase
1	25-30	Sangat Baik	0	0%
2	19-24	Baik	5	55%
3	13-18	Cukup	4	33%
4	7-12	Kurang	2	9%
5	1-6	Kurang Sekali	1	3%

Berikut merupakan hasil tes awal yang diperoleh bahwa hasil tes awal kemampuan servis atas tim bola voli putri Dusun Bedaro yang memiliki kategori Baik sebanyak 5 orang pemain dengan persentase 55%, kategori Cukup sebanyak 4 pemain dengan persentase 33%, kategori Kurang sebanyak 2 pemain dengan persentase 9%, kategori Kurang Sekali 1 pemain dengan persentase 3%.

Diagram 4.2 Tes Akhir (*Post-Test*)



Analisis uji normalitas distribusi variabel dengan menggunakan metode latihan data *pre-test* dan *post-test* dianalisis dengan statistik uji normalitas *liliefors* dengan taraf signifikan yang digunakan sebagai dasar untuk menolak atau menerima keputusan normal atau tidaknya suatu distribusi data adalah $\alpha = 0,05$. Membandingkan l_{hitung} dengan l_{tabel} dengan menggunakan kriteria : jika l_{hitung} lebih kecil dari l_{tabel} ($L_o < L_t$) berarti populasi berdistribusi normal, sebaliknya jika l_{hitung} lebih besar dari pada l_{tabel} ($L_o > L_t$) berarti populasi tidak berdistribusi normal. Berikut adalah tabel hasil penelitian metode latihan terhadap hasil kemampuan servis atas tim bola voli putri Dusun Bedaro sebagai berikut :

Tabel 4.4.Uji Normalitas

	Bentuk Tes	N	L_{hitung}	L_{tabel}	Keterangan
1	Tes Awal (<i>Pre-tes</i>)	12	0,121	0,242	Normal
2	Tes Akhir (<i>Post-Test</i>)	12	0,126	0,242	Normal

Berdasarkan tabel 4.4 Hasil Data tes awal $l_{hitung} 0,121 < l_{tabel} 0,242$ maka data tes awal hasil kemampuan servis atas dikatakan normal, dan hasil data tes akhir $l_{hitung} 0,126 < l_{tabel} 0,242$ maka data tes akhir hasil kemampuan servis atas dikatakan normal.

Uji Hipotesis (Uji-t)

Setelah dilakukan uji normalitas dilakukan uji hipotesis untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh metode latihan terhadap kemampuan servis atas tim voli putri Dusun Bedaro.

Hasil yang diperoleh dari uji-t menunjukkan data sebagai berikut:

Tabel 4.5. Uji Hipotesis

No	Bentuk Tes	N	S	T_{hitung}	T_{tabel}
1	Tes Awal (<i>Pre-Test</i>)	12	10,5	2,932	1,796
2	Tes Akhir (<i>Post-Test</i>)	12	16,16		

Berdasarkan tabel diatas $n-1$ ($12-1 = 11$ pasang $\alpha = 0,05$) maka dibandingkan T_{hitung} dengan T_{tabel} . Perbandingan nilai antara T_{hitung} dan nilai presentil dari tabel distribusi diperoleh $T_{hitung} (2,932) > T_{tabel} (1,796)$. Ini berarti terdapat pengaruh metode latihan drill servis atas dengan variasi jarak terhadap ketepatan servis atas pada tim voli putri Dusun Bedaro.

2. Pembahasan

Pelaksanaan penelitian ini, tes dilakukan sebanyak dua kali yaitu *pre-test* dan *post-test*. *Pre-test* dilakukan bertujuan untuk melihat kemampuan awal sampel sebelum diberi perlakuan dan *Post-*

test yang dilakukan bertujuan untuk melihat apakah perlakuan terdapat pengaruh yang berarti atau tidak. Cara mengetahui kemampuan sampel yaitu dengan melihat keberhasilan servis atas dengan mencatat jumlah nilai sampel.

Berdasarkan proses perlakuan ini tampak hasil kemampuan servis atas tim voli putri Dusun Bedaro tersebut mengalami peningkatan. Hal ini dikarenakan bentuk latihan yang terprogram secara sistematis dapat membantu membiasakan sampel untuk melakukan gerakan yang ada pada saat melakukan gerakan kemampuan servis atas.

Dan setelah tahap perlakuan (*Treatment*) ini selanjutnya pada tahap terakhir yaitu tes akhir (*Post-Test*) prosedur pelaknaan tes akhir ini dilakukan satu hari setelah selesai tahap perlakuan (*Treatment*) maka dilakukan tes akhir untuk mengukur hasil dari perlakuan (*Treatment*), disini akan terlihat hasil kemampuan servis atas pada tim voli putri Dusun Bedaro apakah terjadi peningkatan atau sebaliknya tidak sama sekali terjadi peningkatan. Dan hasil kemampuan servis atas sudah diberi perlakuan dapat terlihat jelas peningkatan hasil kemampuan servis atas.

Berdasarkan hasil analisis dari tes awal sampai tes akhir diperoleh T_{hitung} sebesar 2,932 bila dibandingkan T_{tabel} 1,796. Ini menunjukkan terdapatnya pengaruh yang berarti. Hal ini disebabkan oleh pelaksanaan metode latihan yang melatih ketangkasan, kemampuan, kesempatan dan keterampilan sehingga berpengaruh pada kemampuan servis atas. Pada saat penelitian dilakukan, latihan dilakukan sebanyak 16 kali pertemuan dengan frekuensi 3 kali seminggu. Hal ini menunjukkan bahwa sudah jelas hasil yang diperoleh pada tes awal dan tes akhir, karena sampel sudah diberikan perlakuan maka semakin baik hasil yang diperoleh.

Berdasarkan analisis data yang dilakukan, ternyata hipotesis alternatif (H_a) yang dikemukakan dalam penelitian ini dapat diterima kebenarannya dengan menunjukkan tes awal dan ter akhir berbeda, dengan kata lain terjadi peningkatan antara tes awal dan tes akhir, dan dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh metode latihan *drill* servis terhadap ketepatan servis atas pemain bola voli putri Dusun Bedaro.

Hasil penelitian diketahui adanya pengaruh metode latihan terhadap hasil kemampuan servis atas pada tim bola voli putri Dusun Bedaro. Metode latihan yang mengarah pada melatih ketangkasan, kemampuan, kesempatan dan =keterampilan, serta seimbang akan dapat memberikan hasil servis yang tepat pada sasaran.

Kemampuan servis atas yang dimiliki seorang pemain sangat perlu dimana teknik gerakan servis mengayunkan tangan, perubahan gerak tubuh dan kaki serta teknik yang benar dapat membantu pemain dalam menciptakan suatu pukulan servis atas yang benar. Dalam penelitian ini metode latihan dapat memberikan hasil kemampuan servis atas yang baik terbukti dari hasil tes awal sebelum diberi perlakuan, hasil kemampuan servis atas pemain kurang, kemudian setelah diberi perlakuan tes akhir hasil kemampuan servis atas pemain pun meningkat. Dengan demikian metode latihan *drill* servis atas dapat memberikan pengaruh yang signifikan.

Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa metode latihan *drill* variasi servis atas memberikan pengaruh yang berarti terhadap peningkatan servis atas tim voli putri dengan rata-rata tes awal 10,5 dan tes akhir 16,16 . Dimana t_h (2,932) dan t_t (1,796) dengan demikian dapat disimpulkan bahwa metode latihan *drill* servis atas memberikan pengaruh yang signifikan terhadap ketepatan servis atas.

Daftar Pustaka

- Afif, M. (2019). Pengaruh Motivasi dan Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan Bagian Packing Produk Minuman PT. Singa Mas Pandaan. *JAMIN : Jurnal Aplikasi Manajemen Dan Inovasi Bisnis*, 1(2), 104. <https://doi.org/10.47201/jamin.v1i2.11>
- Fahmi Firdaus, B., Sudirman, R., Arini, I., & Setiabudhi, S. (2021). Upaya Meningkatkan Ketepatan Servis Atas Melalui Latihan Pengulangan Servis Atas (Drill Servis Atas) Pada Tim Voli Parigi. *Jurnal Pendidikan Dasar Setia Budhi*, 5(1), 2021. <https://stkipsetiabudhi.e-journal.id/jpd>

- Irfandi, Sugiyanto, & Kristiyanto, A. (2015). *Pengembangan Model Latihan Teknik Servis Bawah, Servis Atas Dan Cekis Dalam Bolavoli*. *Jurnal Penjaskesrek*, 2(2), 22-50. II, 22–50.
- Irwanto, E. (2017). Pengaruh Metode Resiprokal dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(1), 10–20.
<http://www.journal.ikippgriptk.ac.id/index.php/olahraga/article/view/570>
- Keswando, Y., Septi Sistiasih, V., & Marsudiyanto, T. (2022). Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Porkes*, 5(1), 168–177. <https://doi.org/10.29408/porkes.v5i1.4996>
- Leo, A. (2021). Pengaruh Latihan Menggunakan Metode Jarak Bertahap Terhadap Ketepatan Servis Atas Bola Voli. *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Universitas Subang (SENDINUSA)*, 3(1), 49–59.
<https://ejournal.unsub.ac.id/index.php/sendinusa/article/view/1285>
- Mulyadi, D. Y. N., & Pratiwi, E. (2020). Pembelajaran Bola Voli. In *Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan di RSUD Kota Semarang* (Vol. 3).
- Putra, G. N. K. W., Dharmadi, M. A., & Hidayat, S. (2023). Pengaruh Model Pembelajaran dan Minat Belajar terhadap Hasil Belajar Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Dan Kewirausahaan*, 11(1), 257–275.
<https://doi.org/10.47668/pkwu.v11i1.711>
- Putro, D. E., & Ismoko, A. P. (2017). Teknik Dasar Bola Voli: Sebuah Model Pembelajaran. In *LPPM Press STKIP PGRI Pacitan* (Issue 15018).
- Sugiyono. (2020). *Metodologi Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R & D*.
- Turang, G. J. V, Sambiran, S., & Monintja, D. K. (2021). Strategi Dinas Kepemudaan dan Olahraga Dalam Pembinaan Olahraga (Studi di Dinas Kepemudaan dan Olahraga Kota Kotamobagu). *Jurnal Governance*, 1(2), 1–9.
- UU No 11 Tahun 2022. (2022). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan. *UU No 11 Pasal 6*, 1–89. Undang-undang (UU) Nomor 11 Tahun 2022
- Ruslan. (2021). *pengaruh metode latihan drill terhadap keterampilan servis bawah pemain bola voli*.
- Sugiyono. (2022). *metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Alfabeta-Bandung.
- Tawakal. (2020). *buku jago bola voli*. pemulang tenggerang selatan.

A.