

Menerima Servis (*Receive Serve*) dalam Permainan Bola Voli

Oleh:

Danang Wicaksono

Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Yogyakarta

Abstrak

Teknik dasar sangat dibutuhkan di setiap prestasi olahraga untuk mendapatkan hasil teknik kinerja yang efektif, efisien dan aman. Permainan bola voli adalah permainan yang membutuhkan penguasaan teknik dasar secara maksimal.

Pasing bawah adalah salah satu teknik dasar dalam permainan bola voli. Pasing digunakan untuk mengambil, menyajikan bola ke teman lain. Fungsi utama dari bola pasing adalah untuk menerima layanan dari server. Keberhasilan bola pertama layanan pendapatan hasil yang sangat penting, karena akan mempengaruhi proses selanjutnya yaitu penyerangan. Permainan bola voli ini sudah banyak digunakan layanan untuk melewati (melompat melayani), hasil melayani pukulan bola ke depan dengan cepat berputar (berputar atas). Penerimaan layanan bola datang dengan bola bulat (top spin) akan berbeda dengan pendapatan layanan bola datang tanpa rotasi (floating).

Kedua hal ini harus dipahami oleh pelatih dan atlet, untuk atlet antisipasi ketika menerima layanan yang tepat untuk melakukannya akan menghasilkan pendapatan layanan (melayani menerima) maksimal.

Kata kunci: pelayanan reception (menerima melayani)

Abstract

Basic techniques are urgently needed in every sport achievements in order to obtain the results of performance techniques that are effective, efficient and safe. Games of volleyball is a game that requires mastery of basic techniques to the fullest.

Pasing below is one of the basic techniques in the game of volleyball. Pasing was used to retrieve, present the ball to another friend. The main function of the passing the ball is to receive service from the server. The success of the first ball of the revenue service is very important result, because it will affect the next process that is assault. Volleyball games are now widely used service to skip (jump serve), the results serve punch the ball forward quickly rotating (top spin). Reception service ball comes with a round ball (top spin) will vary with service revenues coming ball ball without rotation (floating).

Both of these should be understood by coaches and athletes, for athletes anticipation when receiving services appropriate to do so will produce revenue service (serve receive) a maximum.

Keywords: reception service (receive serve)

PENDAHULUAN

Teknik merupakan satu bagian yang harus dikuasai oleh seseorang untuk dapat melaksanakan kinerja secara efektif dan efisien. Teknik yang baik dan benar akan membuat kinerja yang dilaksanakan akan menjadi lebih efektif dan efisien. Olahraga prestasi tidak akan lepas dari bagaimana teknik yang baik dan benar, sehingga akan diperoleh keefektifan, keefisienan dan keamanan dalam menampilkan suatu gerakan teknik.

Prestasi yang maksimal dalam cabang olahraga harus didukung oleh kualitas teknik. Teknik adalah cara melakukan atau melaksanakan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efisien dan efektif (Muhajir, 2003: 19). Yunus (1992: 108) mengemukakan bahwa, teknik adalah cara melakukan sesuatu untuk mencapai tujuan tertentu secara efektif dan efisien sesuai dengan peraturan yang berlaku untuk mencapai hasil yang optimal. Bola voli merupakan salah satu dari cabang olahraga prestasi yang sangat membutuhkan bentuk kinerja teknik yang sebaik mungkin. Teknik dasar dalam permainan bola voli seperti teknik dasar pasing bawah, teknik dasar pasing atas, teknik dasar smas, teknik dasar blok, teknik dasar servis. Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik permainan seperti biomekanika, anatomi, fisiologi, kinesiologi, dan ilmu-ilmu penunjang lainnya serta berdasarkan pada peraturan permainan yang berlaku (Muhajir, 2003: 19).

Menurut Don Shondell (2002: 228) di dalam permainan bola voli poin terbanyak ditentukan atau diperoleh dari:

1. Servis *ace*
2. Serangan dari penerimaan servis
3. Keberhasilan dari blok
4. Transisi (bertahan menerima serangan dan menghasilkan poin dari serangan balik)

Permainan bola voli dimulai dengan servis. Servis dalam permainan bola voli selain sebagai teknik untuk memulai reli dalam permainan juga digunakan sebagai senjata yang bisa digunakan secara langsung untuk membunuh tim lawan. Servis merupakan serangan pertama yang harapannya langsung memberikan poin (*ace*). Pemain bola voli harus memiliki teknik yang baik untuk menghasilkan penerimaan bola pertama yang baik, sehingga dapat digunakan untuk menyusun pola penyerangan yang baik. Pasing bawah merupakan salah satu teknik yang sering digunakan untuk menerima bola pertama hasil dari servis. Teknik pasing bawah untuk memasing bola dari servis akan dibedakan menjadi dua, yaitu dilihat dari jenis laju bola hasil servis yang dilakukan oleh *server*. *Server* yang melakukan servis dengan tipe servis bola *flood* (tanpa putaran) akan berbeda dengan tipe servis bola *spin* (dengan putaran). Kesalahan memilih sikap teknik dasar untuk mengantisipasi servis akan memberikan hasil yang kurang maksimal. Pemain harus jeli membaca kebiasaan dan gerakan lawan yang melakukan servis, sehingga pemain yang bersiap untuk menerima servis akan memilih sikap siap

yang dibutuhkan sesuai dengan jenis servis yang dilakukan. Pelatih harus menyadari perbedaan teknik untuk menerima servis ini, sehingga dilatih pelatid akan tepat memberikan program latihan teknik penerimaan servis. Kesalahan di dalam berlatih melatih akan menghasilkan otomatisasi gerak yang salah sehingga keefektifan dan keefisienan gerak tidak didapatkan. Pelatih harus dapat memberikan penekanan kepada anak latihnya, kapan harus memberikan kedua jenis teknik menerima servis tersebut.

PEMBAHASAN

Tujuan Menerima Servis

Permainan bola voli dimulai dengan servis. Pengambilan bola hasil dari servis disebut sebagai menerima servis (*receive serve*). Menerima servis (*receive serve*) bisa dilakukan dengan menggunakan pasing atas dan pasing bawah. Menerima servis (*receive serve*) dengan hasil yang baik sangat penting karena menerima servis adalah titik awal dari usaha tim untuk memperoleh perpindahan bola (Barbara L. Viera, 2004: 35). Servis yang bisa diterima dengan baik dapat digunakan secara maksimal untuk menyusun penyerangan.

Tujuan dari menerima servis adalah untuk mengarahkan bola secara akurat ke pengumpan sehingga pengumpan akan memiliki waktu untuk masuk di bawah bola dan memiliki pilihan untuk menetapkan ke salah satu penyerang (Don Shondell, 2002: 178). *Receive serve* adalah salah satu teknik yang sangat penting karena akan mempengaruhi permainan, terutama proses

penyerangan. Servis pada permainan bola voli merupakan salah satu cara untuk menyerang. Permainan bola voli sekarang ini banyak menggunakan servis loncat (*jump serve*). Bola yang dihasilkan akan memiliki putaran yang cepat (*top spin*), sehingga akan membutuhkan cara tersendiri untuk mengantisipasi karena akan berbeda dengan cara mengantisipasi bola servis tanpa putaran (*floating*).

Teknik Menerima Servis

Menerima servis di dalam permainan bola voli digunakan untuk menerima bola dari hasil servis tim lawan. Menerima servis bisa dilakukan dengan menggunakan teknik pasing bawah dan teknik pasing atas. Penggunaan menerima servis dengan pasing bawah memiliki perbedaan sikap dasar. Perbedaan sikap dasar ini dipengaruhi oleh perbedaan jenis laju bola hasil servis. Servis yang melaju dengan putaran bola (*top spin*) dan servis dengan bola tanpa putaran (*floating*) akan membedakan sikap awalnya.

1. Teknik dasar menerima servis untuk menerima bola dengan putaran kencang hasil dari *jump serve* (*top spin*).

Pelaksanaan teknik menerima servis untuk menerima bola dengan putaran kencang hasil dari *jump serve* (*top spin*) dibagi dalam beberapa tahap, yaitu:

- a. Tahap awalan

- 1) Perhatian dan konsentrasi kepada orang yang melakukan servis.

Pandangan, konsentrasi dan fokus kepada orang yang melakukan servis. Penerima servis lebih awal harus memprediksikan jenis servis apa yang

akan dilakukan. Langkah pertama ini sangat penting karena pengamatan pertama yang dilakukan kepada pelaku servis akan menentukan sikap awal dari penerima servis.

- 2) Tangan siap di depan dada dengan siku ditekuk.

Penerima servis menentukan sikap awal yang akan digunakan berdasarkan dari hasil pengamatan awal. Pelaku servis akan melakukan servis loncat dengan pukulan *top spin*, maka penerima servis harus siap dengan tangan di depan dada, siku ditekuk. Sikap ini seperti sikap pada teknik bertahan menerima smas (*defence smash*).

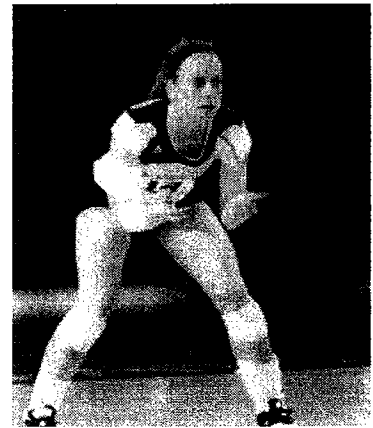
- 3) Lutut ditekuk, badan merendah dan condong ke depan.

Badan antisipatif dengan menekuk lutut dan badan dicondongkan ke depan. Badan agar mudah bergerak dengan cepat untuk menjangkau bola hasil dari servis. Badan merendah supaya nanti sekali pergerakan dapat mengambil bola dan memasing bola melambung sehingga pengumpan akan lebih mudah mengejar dan mengumpan bola untuk melakukan penyerangan.

- 4) Kaki depan belakang selebar bahu. Kaki diposisikan depan belakang selebar bahu agar anggota badan atas lebih stabil dan anggota badan bawah mudah untuk bergerak, bergerak untuk menyambut datangnya bola.

- 5) Siap bergerak mencari arah datangnya bola dengan siku ditekuk dan tangan siap di depan dada.

Sikap-sikap di atas dipertahankan dan kaki siap bergerak mencari tempat dimana nanti bola akan jatuh. Kaki harus aktif agar tangan dapat menguasai bola dengan baik. Keaktifan kaki di dalam mencari bola sangat mempengaruhi kinerja dari anggota badan atas. Untuk menerima servis usahakan yang aktif mencari bola adalah langkah kaki, agar tangan bisa mengambil bola di depan badan. Tumit kaki sedikit diangkat untuk mempermudah pergerakan yang akan dilakukan atau telapak kaki tidak secara keseluruhan menempel di lantai.



Gambar sikap awal menerima servis bola *top spin* hasil dari *jump serve*

- b. Tahap pelaksanaan
 - 1) Saat perkenaan kaki siap depan belakang selebar bahu. Penerima servis pada waktu menerima servis harus memosisikan kaki sebagai pondasi yang kuat. Kaki

sebagai pondasi yang kuat akan membantu anggota badan atas menjadi lebih stabil pada waktu melakukan passing untuk menerima servis, sehingga bola akan terkontrol dan terarah dengan baik ke sasaran.

- 2) Meluruskan siku untuk menerima bola *jump serve (top spin)*.

Menjelang perkenaan dengan bola, siku yang ditekuk diluruskan tepat di depan badan. Ayunan tangan bisa dilakukan bisa juga tidak dilakukan, tergantung dengan kecepatan atau kekencangan datangnya bola. Bola hasil servis yang datang dengan putaran (*top spin*) yang cepat dan kencang membutuhkan peredaman agar bola bisa dilambungkan dan dikuasai dengan baik oleh pengumpan. Bola yang datang dengan putaran (*top spin*) yang lemah membutuhkan ayunan agar dapat diarahkan tepat ke pengumpan.

Perkenaan dengan bola tepat di bagian yang terdatar di kedua lengan bawah dan tepat di depan badan.

Letak perkenaan bola dengan kedua lengan bawah harus setepat mungkin. Ketepatan perkenaan akan menghasilkan pantulan yang jauh lebih terkontrol karena mengenai bidang yang datar dan kuat. Bidang tersebut harus membentuk bidang yang datar dan kuat agar dapat memantulkan bola dengan baik.



Gb. Perkenaan bola dengan lengan bawah

c. Tahap akhiran

- 1) Pandangan mengikuti arah bola.
Konsentrasi dan fokus setelah bola berhasil diterima tetap ke arah bola. Pandangan tertuju ke bola dan pemain harus lekas mempersepsikan gerakan apa yang harus dilakukan atau bergerak siap melaksanakan gerak berikutnya sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan.
- 2) Berat badan berpindah ke depan.
Berat badan berpindah kedepan sehingga kaki akan mudah melaksanakan gerakan karena titik berat badan ada di luar bidang tumpu. Badan dalam keadaan labil sehingga akan mempermudah kaki untuk melakukan gerakan.
- 3) Melangkahkan kaki mengikuti laju bola dan siap untuk melaksanakan gerakan selanjutnya.
Sikap kedua di atas memberikan gambaran bahwa berat badan berpindah ke depan, sehingga tubuh akan labil. Kelabilan tubuh tersebut akan diantisipasi dengan membuat titik berat badan berada di dalam bidang tumpu, dengan cara

melangkahkan kaki ke depan sehingga titik berat badan akan berada di dalam bidang tumpu lagi.

Proses seperti ini dilakukan secara berulang sehingga pemain akan mudah bergerak dan antisipatif.

2. Teknik dasar menerima servis untuk menerima bola tanpa putaran (*float serve*).

Pelaksanaan teknik dasar menerima servis untuk menerima bola tanpa putaran (*float serve*) dibagi dalam beberapa tahap, yaitu:

a. Tahap awalan

- 1) Perhatian kepada *server* (orang yang melakukan servis).

Pandangan, konsentrasi dan fokus kepada orang yang melakukan servis. Penerima servis lebih awal harus memprediksikan jenis servis apa yang akan dilakukan oleh *server*. Langkah pertama ini sangat penting karena pengamatan pertama yang dilakukan kepada pelaku servis akan menentukan sikap awal dari penerima servis.

- 2) Tangan siap dengan siku lurus (tidak ditekuk).

Server harus secepat mungkin mengambil sikap sesuai dengan jenis servis yang dilakukan oleh *server*. Tangan lengan harus disiapkan dengan lurus ke bawah (siku tidak ditekuk) apabila akan mengambil bola servis dengan jenis servis bola tanpa putaran (*float serve*). Tangan disatukan dengan memposisikan kedua ibu jari sejajar dan lurus

kebawah, sehingga akan membantu membentuk bidang datar pada kedua lengan bawah.

- 3) Lutut ditekuk, badan merendah dan condong ke depan.

Badan antisipatif dengan menekuk lutut dan badan dicondongkan ke depan. Badan agar mudah bergerak dengan cepat untuk menjangkau bola hasil dari servis. Badan merendah supaya nanti sekali pergerakan dapat mengambil bola dan mempasing bola melambung sehingga pengumpan akan lebih mudah mengejar dan mengumpan bola untuk melakukan penyerangan.

- 4) Kaki depan belakang selebar bahu.

Kaki diposisikan depan belakang selebar bahu agar anggota badan atas lebih stabil dan anggota badan bawah mudah untuk bergerak. Telapak kaki tidak secara keseluruhan menginjak di lantai, akan tetapi tumit sedikit diangkat agar membantu mempermudah pergerakan saat bergerak mencari dan menyambut datangnya bola dari *server*.

- 5) Siap bergerak mencari arah datangnya bola dengan tangan tetap lurus ke bawah (siku tidak ditekuk).

Sikap-sikap di atas dipertahankan dan kaki siap bergerak mencari tempat dimana nanti bola akan jatuh. Kaki harus aktif agar tangan dapat menguasai bola dengan baik. Tangan tetap dipertahankan dalam sikap lurus (posisi siku lurus atau tidak ditekuk).

Keaktifan kaki di dalam mencari bola sangat mempengaruhi kinerja dari anggota badan atas. Untuk menerima servis usahakan yang aktif mencari bola adalah langkah kaki, agar tangan bisa mengambil bola di depan badan.

b. Tahap pelaksanaan

- 1) Saat perkenaan kaki siap depan belakang selebar bahu.

Penerima servis pada waktu menerima servis harus memposisikan kaki sebagai pondasi yang kuat. Kaki sebagai pondasi yang kuat akan membantu anggota badan atas menjadi lebih stabil pada waktu melakukan pasing untuk menerima servis, sehingga bola akan terkontrol dan terarah dengan baik ke sasaran.

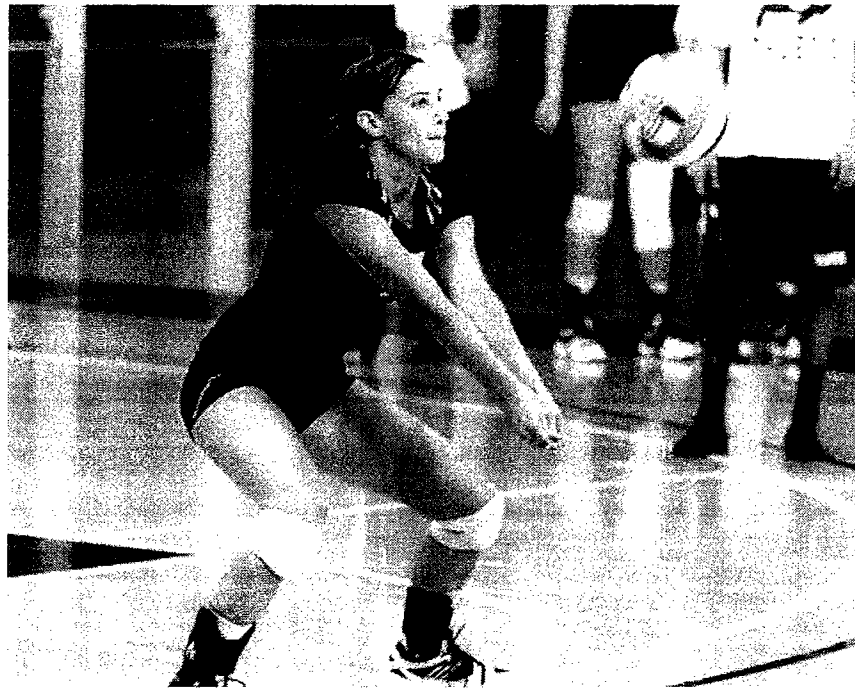
- 2) Mengayunkan lengan.

Kedua lengan dari sikap lurus di bawah diayunkan untuk mempasing bola. Gerakan berpangkal pada persendian bahu (*articulatio humeri*), sedangkan persendian siku (*articulatio cubiti*) tetap dalam posisi lurus atau terfiksasi. Gerakan mengayun

hanya dilakukan satu kali gerakan yang selaras atau tidak terpotong-potong.

- 3) Perkenaan dengan bola tepat di bagian yang terdatar di kedua lengan bawah dan tepat di depan badan.

Letak perkenaan bola dengan kedua lengan bawah harus setepat mungkin yaitu pada bagian yang terdatar di kedua lengan bawah dan tepat di depan badan. Bidang tersebut harus membentuk bidang yang datar dan kuat agar dapat memantulkan bola dengan baik. Ayunan harus diberikan untuk menyambut datangnya bola dari server. Kuat tidaknya ayunan disesuaikan dengan kekuatan datangnya bola dari server. Pada saat perkenaan ini pandangan harus fokus pada bola.



Gambar teknik menerima servis bola float atau tanpa putaran. (<http://www.gallaudetathletics.com/sports/wvball/2011-12/releases/seasonpreview>).

c. Tahap akhiran

1) Pandangan mengikuti arah bola.

Konsentrasi dan fokus setelah bola berhasil diterima tetap ke arah bola. Pandangan tertuju ke bola dan pemain harus lekas mempersepsikan gerakan apa yang harus dilakukan atau bergerak siap melaksanakan gerak berikutnya sesuai dengan kebutuhan yang diperlukan.

2) Berat badan berpindah kedepan.

Berat badan berpindah kedepan sehingga kaki akan mudah melaksanakan gerakan karena titik berat badan ada di luar bidang tumpu. Badan dalam keadaan labil sehingga akan mempermudah kaki untuk melakukan gerakan.

3) Melangkahkan kaki mengikuti laju bola dan siap untuk melaksanakan getakan selanjutnya.

Sikap kedua di atas memberikan gambaran bahwa berat badan berpindah ke depan, sehingga tubuh akan labil. Kelabilan tubuh tersebut akan diantisipasi dengan membuat titik berat badan berada di dalam bidang tumpu, dengan cara melangkahkan kaki ke depan sehingga titik berat badan akan berada di dalam bidang tumpu lagi. Proses seperti ini dilakukan secara berulang sehingga pemain akan mudah bergerak dan antisipatif.

Pemilihan Sikap Awal

Permainan bola voli merupakan permainan dengan power yang tinggi. Konsentrasi, kecepatan reaksi merupakan beberapa hal yang harus dimiliki atlet. Bola yang menyentuh lantai sudah dianggap mati, sehingga antisipasi untuk mencegah bola menyentuh lantai harus selalu dilakukan.

Sikap awal yang harus dipilih dan dilakukan oleh pemain harus tepat. Pengambilan bola pertama hasil dari servis merupakan salah satu penentu keberhasilan penyerangan yang akan dilakukan. Servis yang berhasil dengan baik akan mempermudah pengumpulan untuk menyusun penyerangan.

Pemilihan sikap pada waktu melaksanakan menerima servis ditentukan oleh jenis servis yang dilakukan. Konsentrasi pemain yang akan melakukan menerima servis harus tinggi, untuk dapat menentukan sikap awalan yang tepat untuk melaksanakan penerimaan servis. Pengamatan yang dilakukan terhadap seseorang yang melakukan servis harus cermat, sehingga keputusan yang diambil akan cepat dan tepat.

KESIMPULAN

Permainan bola voli merupakan permainan yang cepat, power tinggi dan membutuhkan konsentrasi yang tinggi. Sekali bola menyentuh lantai maka reli dalam permainan dianggap mati. Tim yang dapat menyerang memiliki peluang yang besar untuk menghasilkan poin. Penyerangan yang dimulai dari bola servis harus diawali dahulu dengan pengambilan bola pertama. Keberhasilan pengambilan bola pertama dari bola servis sangat mempengaruhi keberhasilan an kele luasaan penyerangan.

Bola pertama dalam permainan bola voli dimulai dengan servis. Servis sebagai permulaan untuk melakukan reli dan sebagai bentuk serangan pertama. Pengambilan bola hasil dari servis harus dapat dilakukan sesempurna mungkin, salah satu faktor yang akan mempengaruhi adalah sikap dasar dari

penerimaan servis. Pengambilan bola servis akan dibedakan menjadi dua macam yaitu teknik pengambilan servis bola dengan putaran dan bola tanpa putaran. Kesalahan pemilihan sikap dasar di dalam menerima servis dapat mempengaruhi keberhasilan penerimaan servis.

Perbedaan dari penerimaan servis bola dengan putaran dan bola tanpa putaran terletak pada:

1. Pada penerimaan servis bola dengan putaran (*top spin*) hasil dari *jump serve* maka sikap awalnya bisa menggunakan sikap seperti pada waktu bertahan terhadap smas (*defense smash*), yaitu sikap siku ditekuk. Peredaman, kekuatan ayunan diberikan sesuai dengan kekuatan datangnya bola, apabila datangnya bola kencang dan kuat maka ayunan tidak dilakukan akan tetapi peredaman yang bisa dilakukan, sebaliknya apabila putaran datangnya bola lambat bisa dilakukan ayunan.
2. Penerimaan servis bola tanpa putaran (*floating*) maka sikap awal sampai perkenaan tangan lengan harus lurus atau siku tidak ditekuk. Ayunan harus diberikan dan disesuaikan dengan kekuatan dari datangnya bola.

DAFTAR PUSTAKA

Beach volleyball tips for beginners. 2010.
<http://ask.metafilter.com/160627/Beach-volleyball-tips-for-beginners>. Download 16 Mei 2012.

Boren.<http://www.gallaudetathletics.com/sports/wvball/2011-12/releases/seasonpreview>. Download 16 Mei 2012.

Kansas Women Volley ball. 2011. **Error! Hyperlink reference not valid.** .
Download 16 Mei 2012.

Muhajir. 2003. Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi. Bandung: Yudhisthira.

M. Yunus. 1992. Olahraga Pilihan Bola Voli. Jakarta: Dep P dan K.

Shondell, Don & Reynaud, Cecile. 2002. The Volleyball Coaching Bible. United State: Human Kinetic.

Viera, Barbara & Fergusson, Bonnie Jill. 2004. Bola Voli Tingkat Pemula (terjemahan). Jakarta: PT. Grafindo Persada.