




Pengaruh Metode Latihan *Drill* dan Metode Komando terhadap Keterampilan Servis Atas Bola Voli

Muhammad Rusli¹, Marsuna², Suhartiwi³, Jud⁴, Sariul⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Halu Oleo, Indonesia

* Korespondensi Penulis. E-mail: muhrusli@uho.ac.id, marsuna@uho.ac.id, suhartiwi@uho.ac.id, jud_pjok@uho.ac.id, sariul@uho.ac.id

Menerima: 27 Oktober 2022; **Revisi:** 14 Desember 2022; **Diterima:** 26 Desember 2022

 <https://doi.org/10.24036/MensSana.07022022.19>

Abstract

The aims of the study were to determine: 1) the effect of the drill training method on the ability to serve on volleyball, 2) the effect of the command method on the ability to serve on volleyball, 3) which teaching method is better between the drill training method and the command method on the top serve ability. volleyball. The population in this study amounted to 192 students of SMK Negeri 5 Konawe Selatan, while the research sample was 42 people, using a simple random technique. The data analysis technique uses SPSS version 20. The results of this study can be concluded that: 1) there is an effect of the drill training method on service skills on volleyball. (2) There is an effect of the command method on service skills on volleyball. (3) the drill training method is better than the command method on service ability on volleyball.

Keywords: teaching method, drill, commando, skill, top serve, volleyball.

Abstrak

Tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui: 1) pengaruh metode latihan *drill* terhadap kemampuan servis atas bola voli, 2) pengaruh metode komando terhadap kemampuan servis atas bola voli, 3) metode mengajar manakah yang lebih baik antara metode latihan *drill* dan metode komando terhadap kemampuan servis atas bola voli. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 192 orang siswa SMK Negeri 5 Konawe Selatan, sedangkan sampel penelitian sebesar 42 orang, dengan menggunakan teknik random dengan acak sederhana. Teknik analisis data menggunakan SPSS versi 20. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa: 1) terdapat pengaruh metode latihan *drill* terhadap keterampilan servis atas bola voli. (2) Terdapat pengaruh metode komando terhadap keterampilan servis atas bola voli. (3) metode latihan *drill* lebih baik dibanding dengan metode komando terhadap kemampuan servis atas bola voli.

Kata Kunci: metode mengajar, drill, komando, keterampilan, servis atas, bola voli. .

PENDAHULUAN

Olahraga dapat membawa prestasi gemilang baik pada tingkat Nasional maupun Internasional, yang mempunyai tujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani yang berpengaruh terhadap kehidupan sehari-hari (Pratama & Hidayat, 2022). Olahraga juga dapat mengembangkan kemampuan fisik siswa, salah satunya yaitu melalui permainan bola voli (Purnomo et al., 2022).

Bola voli merupakan permainan beregu yang membutuhkan fisik, mental, taktis maupun teknik (Wicaksono et al., 2022). Dengan bermain bola voli dapat menyalurkan minat dan bakat siswa, yang akan berguna dalam membentuk jasmani dan rohani yang sehat (Asnaldi, 2020).

Olahraga ini membutuhkan kerjasama tim dan membutuhkan kemampuan individu (Afriyanti et al., 2022).

Permainan bola voli terdapat beberapa teknik salah satunya teknik dasar servis atas. Teknik servis memiliki peranan yang sangat penting untuk memulai suatu permainan, dengan melakukan servis yang baik, maka tim akan cepat memperoleh poin (Arif & Sujarwo, 2022; Jariono et al., 2022). Servis salah satu dari elemen yang dapat digunakan pada permulaan permainan yang dilakukan dari atas (Forte et al., 2019).

Mata pelajaran yang diajarkan di tingkat sekolah menengah atas (SMA) melalui pelajaran pendidikan jasmani salah satunya yaitu bola

voli, proses pengajaran dilaksanakan melalui metode yang beragam, metode yang dipilih dalam proses pelaksanaan pembelajaran yaitu meningkatkan efektifitas dan efisiensi dalam pembelajaran, sehingga prosesnya dapat lebih efektif (Sugito, 2022). Karena dalam proses pembelajaran sering mengalami hambatan terutama strategi dalam penyampaian materi pembelajaran yang diberikan pada siswa agar dapat dimengerti (Asnaldi, 2020).

Seorang guru mempunyai tugas untuk mengajarkan pendidikan jasmani kepada siswa. di mana komunikasi dalam pelajaran pendidikan jasmani dapat dilaksanakan dengan baik dan terarah, ketika mengajarkan pendidikan jasmani kepada anak-anak, guru harus menyukai berbagai pendekatan, strategi, atau metode yang sesuai dengan keadaan. Tujuan pembelajaran, relevansi materi, tingkat pertumbuhan siswa, dan keahlian guru semuanya berperan dalam bagaimana siswa memilih metode pembelajarannya (Khotimah, 2020).

Pelaksanaan proses pembelajaran pada teknik dasar servis atas dapat dilakukan dengan metode *drill* (Ruslan & Duhe, 2021). Metode *drill* salah satu metode pembelajaran yang dilakukan secara berulang-ulang, yang digunakan dalam menguasai gerakan secara bertahap untuk mencapai kemampuan dibidang olahraga (Zulkarnain et al., 2022). Metode *drill* sangat menentukan kemampuan siswa melakukan teknik dasar bola voli (Indah, 2022). Dan salah satu teknik pengajaran, dimana siswa akan memiliki keterampilan yang terarah dengan apa yang dipelajari melalui metode tersebut (Prabowo & Rifki, 2020).

Metode komando Model pembelajaran pendidikan jasmani digunakan dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari. Instruktur pendidikan jasmani berjuang untuk memilih metode pengajaran terbaik untuk siswa mereka karena mereka kurang pemahaman dan kreativitas. Misalnya, meskipun metode pengajaran ini mungkin tidak sesuai untuk semua murid, instruktur pendidikan jasmani biasanya menggunakannya dengan semua muridnya.

Guru telah mengembangkan harapan untuk semua siswa dalam kegiatan ini. Karena tidak akan ada semangat bersaing dalam satu komando Ketika menggunakan metode pembelajaran tertentu, instruktur harus mempertimbangkan tingkat kemampuan siswa (Syahrudin & Suyuti, 2016). Menurut Rahasia et al., (2021), bahwa pembelajaran dengan

metode komando dapat menempatkan penekanan terbesar pada guru.

Semua komponen pengajaran disiapkan oleh guru. Instruktur bertanggung jawab atas semua aspek pengajaran serta melacak kinerja sekolah siswa. Karena gaya komando memiliki manfaat bila digunakan dalam proses pembelajaran gerakan fundamental, maka penggunaannya dalam proses pembelajaran gerakan dasar servis pada bola voli sangat baik dan efektif servis terbaik dalam permainan bola voli.

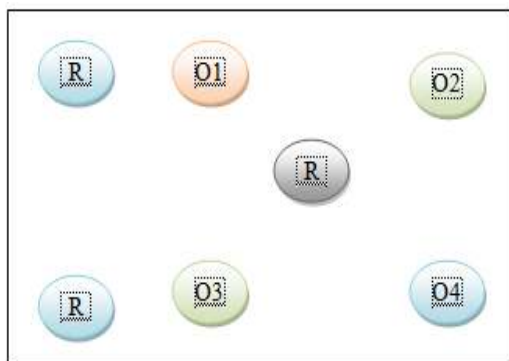
Hasil penelitian ini didukung oleh Astuti, (2017), bahwa dengan menggunakan metode *drill* dalam pembelajaran dapat meningkatkan kemampuan siswa khususnya dalam pembelajara bola voli, karena metode ini dilakukan secara berulang dan siswa cepat paham proses menerima materi dan praktek pembelajaran.

Menurut (Syahrudin & Suyuti, 2016), bahwa gaya mengajar latihan lebih dapat meningkatkan pembelajaran dibandingkan gaya komando. Di pertegas oleh Cirana et al., (2021) dalam hasil penelitiannya mengatakan bahwa dengan metode *drill* dapat meningkatkan keunggulan latihan bola voli.

Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan dua metode pembelajaran untuk meningkatkan keterampilan siswa dalam teknik servis atas bola voli, permasalahan yang banyak terjadi bahwa servis atas tidak mudah dipahami oleh siswa dalam pembelajaran di sekolah, sehingga dengan adanya metode latihan *drill* yang proses pelaksanaannya dilakukan secara berulang-ulang siswa lebih paham dan proses pelaksanaannya, mudah dimengerti, sehingga dapat menghasilkan teknik servis atas yang benar dibandingkan dengan dengan pembelajaran menggunakan metode komando, dimana siswa hanya memperhatikan tatapi dalam proses pelaksanaannya kurang mampu dan paham, sehingga dalam hasil penelitian yang dilaksanakan dapat disimpulkan bahwa metode latihan *drill* lebih baik dibandingkan dengan metode pembelajaran komando.

METODE

Penelitian ini termasuk penelitian eksperimen. Penelitian dilakukan pada bulan Juni yang bertempat di SMK Negeri 5 Konawe Selatan. Desain yang digunakan yaitu *pre test post test design* (Sugiyono, 2006).



Gambar 1. Desain Penelitian (Sugiyono, 2006)

Keterangan:

- R (Sampel diambil secara random)
- O1 (*Pre test* kelompok siswa yang diberi metode latihan *drill*)
- O3 (*Pretest* kelompok siswa yang diberi metode komando)
- X (Pelaksanaan eksperimen)
- O2 (*Posttest* kelompok siswa yang diberi metode latihan *drill*)
- O4 (*Posttest* kelompok siswa yang diberi metode komando)

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa SMK Negeri 5 Konawe Selatan yang aktif melaksanakan ekstrakurikuler olahraga yang berjumlah 42 orang. Sampel sebanyak 42 orang kemudian sampel terpilih dilaksanakan *pretest*. Setelah dilaksanakan *pretest* kemudian sampel dibagi dalam dua kelompok, masing-masing satu kelompok diberi pengajaran dengan metode latihan *drill* dan satu kelompok yang lainnya diberi pengajaran dengan metode komando.

Teknik pengambilan sampel menggunakan *total sampling* yaitu seluruh populasi yang dijadikan sampel sehingga dalam penelitian ini sebanyak 42 orang, kemudian sampel terpilih dilaksanakan *pretest*. Setelah dilaksanakan *pretest* kemudian sampel dibagi dalam dua kelompok, masing-masing satu kelompok diberi pengajaran dengan metode latihan *drill* dan satu kelompok yang lainnya diberi pengajaran dengan metode komando

Instrumen yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah keterampilan servis atas (Saiful, 2021). Perlakuan dalam penelitian ini dilakukan selama 16 kali pertemuan yang meliputi materi pembelajaran, proses pembelajaran dan proses perlakuan.

Perlakuan dalam penelitian ini dilakukan selama enam kali pertemuan. Dalam pelaksanaannya disajikan tiga aspek meliputi: materi pembelajaran, proses pembelajaran, dan proses pelaksanaan perlakuan.

Materi pembelajaran keterampilan servis atas yang diajarkan bagi kelompok yang menggunakan metode latihan *drill* dan materi yang diajarkan bagi kelompok yang menggunakan metode komando. Penggunaan metode latihan *drill* mengutamakan keutuhan materi, sehingga secara tidak langsung telah mengkondisikan situasi yang sebenarnya dalam kemampuan keterampilan servis atas bola voli.

Penggunaan metode komando mengutamakan tahapan- tahapan, bagian demi bagian yang dilakukan berulang-ulang hingga mencapai otomatisasi. teknik analisis data menggunakan analisis deskriptif dan analisis inferensial. Analisis inferensial yaitu uji normalitas data, homogenitas dan uji-t, menggunakan SPSS versi 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Bagian ini akan melihat hasil penelitian yang diperoleh dengan menggunakan analisis deskriptif dan analisis inferensial (pengujian hipotesis). Temuan berbasis analisis deskriptif menguraikan karakteristik umum servis bola voli terbaik berupa nilai minimum dan maksimum, rata-rata, simpangan baku, varians, distribusi frekuensi relatif, dan persentase, serta grafik yang dibuat menggunakan metode latihan *drill* dan metode komando. menginstruksikan perintah Sementara ini terjadi, analisis inferensial akan digunakan untuk menguji hipotesis penelitian. Dilakukan dengan menggunakan kelompok data berpasangan (*pre-post test*) dan kelompok data yang dibuat antara metode latihan *drill* dan metode komando.

Tabel 1.

Rangkuman Deskripsi Keterampilan Servis Atas Dalam Permainan Bola Voli Untuk Setiap Kelompok, Sebelum dan Sesudah Diberikan Perlakuan Metode Mengajar

	Metode Latihan <i>drill</i>		Metode Komando	
	Y ₁₁	Y ₁₂	Y ₂₁	Y ₂₂
Min	4,00	7,00	4,00	4,00

Max	8,00	9,00	8,00	9,00
Rata-Rata	5,81	8,57	6,19	7,14
STDEV	1,21	0,68	1,08	1,15
Varians	1,46	0,46	1,16	1,33

Keterangan:

Y_{11} = Skor Keterampilan servis atas dalam permainan bola voli sebelum diberikan perlakuan metode latihan *drill*.

Y_{12} = Skor Keterampilan servis atas dalam permainan bola voli setelah diberikan perlakuan metode latihan *drill*.

Y_{21} = Skor Keterampilan servis atas dalam permainan bola voli sebelum diberikan perlakuan, metode komando.

Y_{22} = Skor Keterampilan servis atas dalam permainan bola voli setelah diberikan perlakuan, metode komando.

Pengujian Prasyarat Analisis

Uji Normalitas

Dengan menggunakan uji-t, hipotesis penelitian diuji. Sebelum menggunakan uji-t, sangat penting untuk memvalidasi bahwa data sampel berasal dari populasi dengan sampel yang terdistribusi normal dan varians homogen untuk kelompok data yang dibandingkan. Menggunakan SPSS versi 20, uji *kolmogorov Smirnov* digunakan untuk menentukan apakah datanya normal. Ringkasan temuan dari evaluasi kenormalan setiap jenis data studi.

Tabel 2.

Rangkuman Hasil Uji Normalitas
 Kelompok Data Penelitian

Data	<i>Kolmogorov-Smirnov^a</i>			Ket.
	<i>Statistic</i>	<i>Df</i>	<i>Sig.</i>	
Y_{11}	0,277	21	0,061	Normal
Y_{12}	0,404	21	0,070	Normal
Y_1	0,223	21	0,076	Normal
Y_{21}	0,239	21	0,063	Normal
Y_{22}	0,260	21	0,051	Normal
Y_2	0,215	21	0,062	Normal

Tabel di atas menegaskan bahwa nilai signifikan masing-masing kelompok data (*Sig.*) untuk kolom uji *Smirnov* melebihi tingkat signifikansi = 0,05. Kelompok data Y_{11} memiliki nilai sig = 0,061 yang lebih besar dari taraf signifikan = 0,05 sehingga diperoleh kesimpulan bahwa populasi asal data Y_{11} berdistribusi teratur. Nilai sig = 0,070 untuk

kelompok data Y_{12} lebih besar dari = 0,05, menunjukkan bahwa populasi dari mana data Y_{12} berasal berdistribusi normal. Hal yang sama ditampilkan untuk data bernilai sig Y_1 , Y_{21} , Y_{22} , dan Y_2 . yang lebih tinggi dari = 0,05, menghasilkan kesimpulan bahwa itu berasal dari nilai yang berdistribusi normal.

Uji Homogenitas Varians

Dengan dukungan program SPSS versi 20 yang digunakan dalam uji homogenitas varians penelitian ini. Deskripsi hasil uji homogenitas varians untuk setiap kelompok data yang dibandingkan untuk mendukung hipotesis penelitian.

Tabel 3.

Rangkuman Hasil Uji Homogenitas Varians

Data	Levene Test				Ket
	<i>Statisti k</i>	<i>df1</i>	<i>df2</i>	<i>Sig</i>	
Y_{11} - Y_{12}	4,354	1	40	0,053	Homogen
Y_{21} - Y_{22}	2,030	1	40	0,162	Homogen
Y_1 - Y_2	0,156	1	40	0,695	Homogen

Diperoleh nilai signifikan (*sig.*) yang lebih tinggi dari taraf sebenarnya = 0,05 berdasarkan hasil uji homogenitas varians yang disajikan pada tabel di atas. Misalnya data pairing Y_{11} - Y_{12} memiliki nilai sig 0,053, Y_{21} - Y_{22} memiliki nilai sig 0,162, dan Y_1 dan Y_2 memiliki nilai sig 0,695. Karena nilai signifikan lebih besar dari taraf nyata = 0,05 maka terdapat varians yang homogen diantara ketiga pasang data yang harus dianalisis.

Berdasarkan temuan pengujian homogenitas varians dan normalitas distribusi data, jelas bahwa situasi untuk analisis uji-t yang diperlukan dalam penelitian ini telah nyaman: data berasal dari populasi dengan varians homogen dan terdistribusi normal, setelah memungkinkan pengujian hipotesis penelitian lebih lanjut.

Pengujian Hipotesis

Pengaruh Metode Latihan *Drill* terhadap Keterampilan Servis Atas Bola Voli

Berdasarkan perhitungan dengan menggunakan uji-t yang membandingkan keterampilan servis atas pada pertandingan bola voli sebelum (*pre-test*) dan setelah mendapat perlakuan (*post-test*) berupa latihan *drill*



diperoleh hasil t-hitung = - 11,60 dengan nilai signifikan, p-value dua arah = 0,000.

Artinya terdapat perbedaan yang cukup besar antara skor total *pre-test* dan skor *post-test* pada kelompok siswa yang mendapat perlakuan berupa metode pengajaran *drill* karena nilai signifikan ini lebih kecil dari taraf signifikan = 0,05, dimana titik diputuskan untuk menolak H_0 , menerima H_1 .

Dengan berfokus pada angka t-hitung negatif, dimungkinkan untuk menentukan bahwa skor post-test lebih tinggi dari nilai pre-test. Dalam hal ini, keterampilan servis atas dalam permainan bola voli meningkat secara signifikan pada kelompok perlakuan setelah penggunaan metode pengajaran *drill*.

Tabel 4.

Hasil Uji Perbedaan Keterampilan Servis Atas dalam Permainan Bola Voli *Pretest* dan *Posttest* untuk Metode Latihan *Drill*

	t	Df	Sig. (2-tailed)
Metode Latihan <i>Drill</i>	-11.600	20	.000

Pengaruh Metode Komando terhadap Keterampilan Servis Atas Bola Voli

Berdasarkan hitungan menggunakan uji-t yang di analisis perbedaan keterampilan servis bola voli antara sebelum dan sesudah perlakuan metode komando menghasilkan nilai t-hitung = - 5.423 dengan nilai signifikan, dengan p-value = 0,000. Uji nyata atau signifikan jika nilai signifikansi ini lebih kecil dari taraf signifikan = 0,05.

Skor *pretest* dan *posttest* kelompok perlakuan metode komando berbeda secara signifikan satu sama lain, yang mengarah pada keputusan untuk menolak H_0 dalam menerima (menerima H_1). Dengan memperhatikan nilai t hitung yang bertanda negatif, memberikan indikasi bahwa nilai *pos test* lebih tinggi dibandingkan nilai *pre test*.

Dalam hal ini perlakuan dengan metode komando memberikan pengaruh positif yang signifikan terhadap meningkatnya keterampilan servis atas dalam permainan bola voli pada kelompok perlakuan.

Tabel 5.

Hasil Uji Perbedaan Perlakuan Keterampilan Servis Atas Bola Voli *Pretest* dan *Posttest* untuk Metode Komando

	t	Df	Sig. (2-tailed)
Metode Komando	-5.423	20	.000

Pengaruh Metode Latihan *Drill* dan Metode Komando terhadap Keterampilan Servis Atas Bola Voli

Berdasarkan hasil perhitungan dengan menggunakan uji-t, yang menganalisis perbedaan keterampilan servis atas bola voli kelompok siswa yang diberikan perlakuan berupa metode latihan *drill* dan kelompok siswa yang diberikan perlakuan berupa metode komando memberikan nilai t hitung = 6,116 dengan nilai signifikan, p-value dua arah = 0,000. Karena nilai signifikan ini lebih kecil dari taraf signifikan $\alpha = 0,05$, maka pengujian bersifat nyata atau signifikan.

Dalam hal ini diputuskan menolak H_0 atau menerima H_1 , yang berarti terdapat perbedaan yang signifikan antara keterampilan servis atas bola voli yang dihasilkan antara metode latihan *drill* dengan metode komando. Dengan memperhatikan nilai t hitung yang bertanda positif, memberikan indikasi bahwa rata-rata keterampilan servis atas bola voli yang dihasilkan oleh metode latihan *drill* lebih tinggi dibandingkan peningkatan keterampilan servis atas bola voli yang dihasilkan oleh metode komando.

Tabel 6.

Hasil Uji Perbedaan Keterampilan Servis Atas Bola Voli antara Metode Latihan *Drill* dan Metode Komando

	F	Sig	t	Df	Sig (2-tailed)
Metode Latihan <i>Drill</i> dan Metode Komando	1.36	0.249	6.11	40	.000

Pembahasan

Pengujian hipotesis menunjukkan bahwa latihan *drill* lebih baik dibandingkan dengan metode komando untuk meningkatkan keterampilan servis atas bola voli. Menurut Forte et al., (2019), bahwa servis atas bola voli merupakan elemen dasar yang harus dikuasai untuk awal memulai suatu permainan dari atas mengambang, atau dari atas dalam lompatan sehingga pelaksanaan servis dapat maksimal.

Latihan *drill* salah satu latihan yang dapat meningkatkan keterampilan servis atas bola voli, terbukti dengan hasil penelitian yang diperoleh bahwa metode latihan ini dapat mengembangkan sikap keterampilan siswa dengan mudah mengikuti gerakan karena dilakukan secara terproses dan dilakukan secara berulang-ulang.

Menurut (Ruslan et al., 2021), bahwa latihan yang digunakan dengan menggunakan metode *drill* menunjukkan adanya efek dari latihan pada hasil servis atas bola voli. Kemudian pendapat tersebut dipertegas oleh (Prasticia et al., 2020), bahwa metode menggunakan latihan *drill* sangat efektif untuk peningkatan teknik dalam bola voli. Menurut Alamsyah et al., (2018), bahwa latihan *drill* juga digunakan dalam teknik bola voli selain servis yaitu *smash* yang dapat memberikan hasil yang baik, sehingga dapat diterapkan dalam proses latihan.

Metode komando dalam pembelajaran dimana seorang guru atau pelatih memegang peranan penting didalamnya untuk menyampaikan materi praktek yang sesuai dengan pelaksanaan gerakan, sehingga akan mempermudah seorang guru dalam mengontrol dan mengevaluasi secara langsung siswa dalam pengajaran (Mokoagow et al., 2021). Dalam pembelajaran pendidikan jasmani metode komando hanya dilakukan oleh siswa tanpa intruksi yang diberikan oleh guru atau pelatih (Dipan et al., 2022).

Berdasarkan uraian di atas bahwa metode ini akan berdampak kurangnya pemahaman yang diterima oleh siswa, karena siswa membutuhkan penjelasan yang jelas sehingga proses pembelajaran praktek dapat dilakukan sesuai dengan teknik dasar servis atas yang baik dan benar dalam permainan bola voli. seperti yang kita ketahui bahwa untuk melakukan teknik dasar servis atas lebih sulit dibandingkan dengan servis bawah. .

KESIMPULAN

Latihan *drill* memiliki dampak yang begitu besar terhadap peningkatan keterampilan

servis bola voli. Hal ini ditunjukkan dengan skor rata-rata pada *posttest* mengikuti penggunaan metode latihan *drill* lebih besar dari skor top service skill sebelum penggunaan metode latihan *drill* (*pretest*). Pendekatan komando memiliki dampak yang cukup besar dalam mengembangkan kemampuan servis pemain bola voli.

Hal ini ditunjukkan dengan nilai *posttest* keterampilan servis atas bola voli lebih besar dari nilai *pretest* keterampilan yang sama setelah menggunakan pendekatan komando (*pretest*). Dalam hal pengembangan bakat servis bola voli, bentuk instruksi dan pendekatan latihan berbeda secara signifikan. Gaya metode komando peningkatan yang lebih kecil daripada metode latihan *drill*.

DAFTAR PUSTAKA

- Afriyanti, A., Darsi, H., & Sovensi, E. (2022). Analysis of the Difficulty in Performing the Volleyball Bottom Passing Technique at the Sahabat Muda Club. *SINAR SPORT JOURNAL*, 2(1), 31–38. <https://doi.org/10.53697/ssj.v2i1.846>
- Alamsyah, A., Supriatna, E., & Samodra, Y. T. J. (2018). Peningkatan Kemampuan Smash Open melalui Alat *Drill* Smash. *Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Khatulistiwa*, 9(7). <https://doi.org/10.26418/jppk.v9i7.41624>
- Arif, A. P., & Sujarwo, S. (2022). Instrument Validity and Reliability Confidence to Jump serve in Volleyball. *JUARA: Jurnal Olahraga*, 7(1), 151–158. <https://doi.org/10.33222/juara.v7i1.1433>
- Asnaldi, A. (2020). Hubungan Kelentukan dan Daya Ledak Otot Lengan Terhadap Ketepatan Smash Bolavoli. *Physical Activity Journal (PAJU)*, 1(2), 160–175. <https://doi.org/10.20884/1.paju.2020.1.2.2556>
- Asnaldi, A. (2020). Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Melalui Media Pembelajaran Menggunakan Alat Bantu. *Journal of Physical and Outdoor Education*, 2(1), 23–35. <https://doi.org/10.37742/jpoe.v2i1>
- Astuti, Y. (2017). Pengaruh Metode *Drill* dan Metode Bermain terhadap Keterampilan



- Bermain Bola Voli Mini (Studi Eksperimen Pada Siswa SD Negeri 14 Kampung Jambak Kecamatan Koto Tangah Kota Padang). *Al Ibtida: Jurnal Pendidikan Guru MI*, 4(1), 1–16. <https://doi.org/10.24235/al.ibtida.snj.v4i1.1276>
- Cirana, W., Hakim, A. R., & Nugroho, U. (2021). Pengaruh Latihan *Drill* Smash Dan Umpan Smash Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli Pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo Tahun 2020. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.36728/jip.v7i1.1381>
- Destriana, D., Destriani, D., & Muslimin, M. (2021). Efektivitas teknik pembelajaran *drills* smash permainan bolavoli. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(2), 115–121. <https://doi.org/10.21831/jpji.v17i2.44976>
- Dipan, R., Sukadana, B., & Malonda, J. (2022). Pengaruh Gaya Komando terhadap Kemampuan Smash dalam Permainan Bola Voli pada Siswa SMK Negeri I Airmadidi. *Jurnal Olympus*, 3(1), 60–65. <https://doi.org/10.53682/jo.v3i1.4230>
- Forte, D., D'Isanto, T., Di Domenico, F., & Altavilla, G. (2019). Learning the service *drills* in novice volleyball athletes. *International Workshop and Conference of the International Society of Performance Analysis of Sport (ISPAS)*, 14. <https://doi.org/10.14198/jhse.2019.14.Proc.5.57>
- Indah, D. (2022). Penerapan Metode *Drill* untuk Meningkatkan Hasil Belajar Passing Bawah Bola Voli pada Siswa Kelas VIII SMP Negeri 03 Rambah Hilir. *Jurnal Sport Rokania*, 2(1), 76–85. <https://doi.org/10.56313/jsr.v2i1.143>
- Jariono, G., Nurhidayat, N., Nugroho, H., Nugroho, D., Amirzan, A., Budiman, I. A., Fachrezzy, F., Sudarmanto, E., & Nyatara, S. D. (2022). Strategies to Improve Jump Service Skills at Volleyball Student Activity Unit of Muhammadiyah University of Surakarta. *Linguistics and Culture Review*, 6, 37–48. <https://doi.org/10.21744/lingcure.v6nS3.1906>
- Khotimah, N. (2020). Penerapan Metode *Drill* Untuk Meningkatkan Keterampilan Passing Atas Bola Voli Siswa SMPN 4 Tapung Hilir. *Journal of Education and Teaching*, 1(1), 16–20. <https://doi.org/10.24014/jete.v1i1.7895>
- Mokoagow, V. F., Supit, F. R., & Ompi, S. (2021). Pengaruh Gaya Komando terhadap Kemampuan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 95–100. <https://doi.org/10.53682/pj.v2i1.1059>
- 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. <http://stamina.ppj.unp.ac.id/index.php/JST/article/view/496>
- Prasticia, A., Soegiyanto, S., & Rahayu, S. (2020). The Effect of *Drill* Exercise Methods and Eye Coordination on Forearm Passing Skills of Volleyball. *Journal of Physical Education and Sports*, 9(2), 195–200. <https://doi.org/https://journal.unnes.ac.id/sjui/index.php/jpes/article/view/41534>
- Pratama, M. A. S., & Hidayat, T. (2022). Pengaruh Pembelajaran Service Atas Bolavoli dengan Media Bola Modifikasi pada Siswa Kelas X IPA SMAN 3 Bojonegoro. *Berajah Journal*, 2(3), 535–544. <https://doi.org/10.47353/bj.v2i3.129>
- Purnomo, D. H., Sir, I., & Amir, A. (2022). Using a Hanging Ball For Primary School Students on Volleyball Down Passing. *ETDC: Indonesian Journal of Research and Educational Review*, 1(3), 363–370. <https://doi.org/10.51574/ijrer.v1i3.300>
- Rahasia, M. S., Lengkong, J., & Sengkey, J. (2021). Pengaruh Gaya Komando terhadap

- Gerak Dasar Servis Atas pada Permainan Bola Voli. *PHYSICAL: Jurnal Ilmu Kesehatan Olahraga*, 2(1), 14–22. <https://doi.org/10.53682/pj.v2i1.1018>
- Ruslan, R., & Duhe, E. D. P. (2021). Pengaruh Metode Latihan *Drill* Terhadap Keterampilan Servis Bawah Permainan Bola Voli. *Jambura Journal of Sports Coaching*, 3(2), 68–73. <https://doi.org/10.37311/jjsc.v3i2.11337>
- Ruslan, R., Sandy, G., Nurjamal, N., & Ismawan, H. (2021). Effect of Service Training On *Drill* Methods And Target Methods On Improving Service Skills For Volleyball. *COMPETITOR: Jurnal Pendidikan Kepelatihan Olahraga*, 13(3), 314–329. <https://doi.org/10.26858/cjpko.v13i3.21057>
- Sugito, S. (2022). Efforts to Improve Activities and Learning Outcomes of Volleyball Basic Techniques of Lower Passing Using the *Drill* Method. *Journal of Business, Social and Technologi*, 3(2), 52–56. <https://doi.org/10.46799/jbt.v3i2.72>
- Sugiyono. (2006). *Metodologi Penelitian Pendidikan*. CV Alfabeta.
- Syahrudin, S., & Suyuti, A. (2016). Pengaruh Gaya Mengajar Latihan dan Gaya Komando terhadap Keterampilan Passing Atas Bola Voli. *Jurnal Pedagogik Olahraga*, 2(1), 11–22. <https://doi.org/10.22245/jpor.v2i1.4505>
- Wicaksono, D. W., Hidayatullah, F., Kristiyanto, A., & Purnama, S. K. (2022). The Effect of Training Based on Part And Whole Combinations on Smash Techniques Improvement in Volleyball Sports for 11-12 Year Old Athletes. *Skip to Main ContentSkip to Main Navigation MenuSkip to Site Footer Physical Education Theory and Methodology*, 22(1), 62–69. <https://doi.org/10.17309/tmfv.2022.1.09>
- Zulkarnain, F., Astuti, A. T., Hidayat, T. A. S., Ariyanto, B., & Misrodin, M. (2022). Pengaruh Latihan Defense Defense *Drills* terhadap Hasil Receive Smash dalam Olahraga Bola Voli pada Atlet Klub Bintang Muda Kec. Bandar Sribawono. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 8(12), 538–546. <https://doi.org/10.5281/zenodo.7008233>