

Analisis Teknik Servis Atas pada Bola Voli

Perdi Simanggunsong¹, Sendy Paruliana Purba², Daniel Christovel Simbolon³, Ramlan Sahputra⁴, Dewi Endriani⁵

^{1,2,3,4,5}Universitas Negeri Medan, Indonesia

Email: perdisimanggunsong432@gmail.com¹, sendyparulianp@gmail.com², dsimbolon252@gmail.com³, ramlan@unimed.ac.id⁴, endriani@unimed.ac.id⁵

Article History:

Received: 21 Juli 2026

Revised: 27 Juli 2026

Accepted: 03 Agustus 2026

Keywords: servis atas; bola voli; teknik dasar; kekuatan otot lengan; akurasi; strategi permainan.

Abstract: Servis atas merupakan salah satu teknik dasar yang menentukan efektivitas serangan dalam permainan bola voli. Teknik ini tidak hanya berfungsi sebagai awal permainan, tetapi juga sebagai strategi untuk menekan pertahanan lawan melalui pukulan yang cepat, terarah, dan sulit dikendalikan. Penelitian ini bertujuan menganalisis faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan servis atas melalui pendekatan studi literatur. Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan menelaah jurnal ilmiah, buku, dan hasil penelitian terdahulu yang relevan. Hasil kajian menunjukkan bahwa efektivitas servis atas dipengaruhi oleh koordinasi gerak tubuh, kekuatan otot lengan, keseimbangan, konsentrasi, sudut pukulan, dan akurasi arah bola. Dalam perkembangan bola voli modern, servis atas juga digunakan sebagai instrumen taktis untuk mengganggu pola penerimaan lawan dan menciptakan peluang memperoleh poin secara langsung. Temuan ini menegaskan bahwa penguasaan teknik, kondisi fisik, dan konsistensi latihan merupakan unsur penting dalam meningkatkan kualitas servis atas pada permainan bola voli.

PENDAHULUAN

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer di dunia, termasuk di Indonesia. Permainan ini dimainkan oleh dua tim yang saling berhadapan dan dipisahkan oleh net. Tujuan utama permainan bola voli adalah menjatuhkan bola di area permainan lawan serta mempertahankan bola agar tidak jatuh di area sendiri. Dalam permainan bola voli, setiap pemain dituntut memiliki kemampuan teknik, fisik, dan kerja sama tim yang baik agar mampu bermain secara efektif.

Salah satu teknik dasar yang sangat penting dalam permainan bola voli adalah servis. Servis merupakan pukulan awal untuk memulai permainan sekaligus menjadi salah satu bentuk serangan pertama terhadap lawan. Menurut Ahmadi (2017), servis dalam permainan bola voli tidak hanya berfungsi sebagai tanda dimulainya permainan, tetapi juga berfungsi sebagai strategi untuk memperoleh poin secara langsung.

Dalam permainan bola voli modern, servis berkembang menjadi teknik serangan yang memiliki peran sangat penting. Pemain tidak hanya dituntut memasukkan bola ke area lawan, tetapi

juga harus mampu menghasilkan servis yang cepat, keras, dan sulit diterima lawan. Oleh sebab itu, penguasaan teknik servis menjadi salah satu faktor yang menentukan keberhasilan sebuah tim dalam pertandingan.

Salah satu jenis servis yang paling sering digunakan dalam permainan bola voli adalah servis atas. Servis atas merupakan teknik servis yang dilakukan dengan cara melambungkan bola ke atas kemudian memukul bola menggunakan telapak tangan dari atas kepala menuju area permainan lawan. Teknik ini biasanya menghasilkan bola yang lebih cepat dan tajam dibandingkan servis bawah.

Menurut Nuril Ahmadi (2017), servis atas memiliki tingkat efektivitas yang tinggi karena arah dan kecepatan bola dapat dikontrol dengan lebih baik. Selain itu, servis atas juga mampu memberikan tekanan kepada lawan sehingga lawan kesulitan membangun serangan.

Teknik servis atas membutuhkan koordinasi gerak tubuh yang baik mulai dari posisi awal, lambungan bola, ayunan tangan, kontak dengan bola, hingga gerakan lanjutan. Kesalahan dalam salah satu tahapan gerakan dapat menyebabkan servis menjadi kurang akurat atau bahkan gagal melewati net.

Selain penguasaan teknik, keberhasilan servis atas juga dipengaruhi oleh kondisi fisik pemain seperti kekuatan otot lengan, keseimbangan tubuh, koordinasi mata dan tangan, serta konsentrasi. Menurut Beutelstahl (2015), kekuatan otot lengan sangat berpengaruh terhadap kecepatan dan kekuatan bola hasil servis.

Dalam proses pembelajaran bola voli, teknik servis atas biasanya diajarkan setelah pemain menguasai teknik dasar lainnya seperti passing dan servis bawah. Hal ini karena servis atas memiliki tingkat kesulitan yang lebih tinggi dan membutuhkan kontrol gerak yang lebih baik.

Permasalahan yang sering ditemukan pada pemain pemula adalah kurangnya akurasi servis atas. Banyak pemain mengalami kesulitan dalam mengontrol arah bola sehingga servis sering keluar lapangan atau tidak melewati net. Kondisi tersebut umumnya disebabkan oleh kurang tepatnya teknik pukulan dan koordinasi gerak tubuh.

Menurut penelitian Prasetyo dan Kurniawan (2021), latihan teknik servis atas secara rutin dapat meningkatkan akurasi dan efektivitas servis pemain bola voli. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa pemain yang melakukan latihan servis secara terprogram mengalami peningkatan kemampuan teknik secara signifikan.

Selain itu, perkembangan permainan bola voli modern menyebabkan servis atas menjadi salah satu teknik yang sangat diperhatikan dalam strategi pertandingan. Banyak tim menggunakan servis atas sebagai senjata utama untuk menekan penerimaan bola lawan dan memperoleh poin langsung.

Berdasarkan uraian tersebut, dapat dipahami bahwa teknik servis atas memiliki peran yang sangat penting dalam permainan bola voli. Oleh karena itu, artikel ini bertujuan untuk menganalisis teknik servis atas pada bola voli melalui berbagai kajian teori dan hasil penelitian terdahulu.

LANDASAN TEORI

Teknik dasar merupakan kemampuan utama yang harus dikuasai oleh setiap pemain bola voli. Teknik dasar dalam permainan bola voli terdiri atas servis, passing, smash, block, dan set-up. Di antara berbagai teknik tersebut, servis merupakan teknik awal yang sangat menentukan jalannya permainan.

Menurut Yunus (2016), servis adalah pukulan pertama yang dilakukan pemain untuk memulai permainan dengan cara mengirimkan bola ke area lawan melewati net. Servis yang baik tidak hanya bertujuan memasukkan bola ke lapangan lawan, tetapi juga digunakan untuk menyerang dan menyulitkan lawan dalam menerima bola.

Servis atas merupakan salah satu jenis servis yang dilakukan dengan posisi bola berada di atas kepala saat dipukul. Teknik ini membutuhkan koordinasi gerak yang baik karena pemain harus mampu melambungkan bola dan memukul bola pada titik yang tepat.

Menurut Beutelstahl (2015), servis atas memiliki beberapa kelebihan seperti menghasilkan bola yang lebih cepat, lebih tajam, dan lebih sulit diterima lawan dibandingkan servis bawah. Oleh karena itu, servis atas banyak digunakan dalam pertandingan bola voli tingkat menengah maupun profesional.

Gerakan servis atas terdiri atas beberapa tahapan yaitu posisi awal, lambungan bola, ayunan tangan, kontak dengan bola, dan gerakan lanjutan. Setiap tahapan memiliki fungsi penting dalam menentukan kualitas servis yang dihasilkan.

Keberhasilan servis atas dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti kekuatan otot lengan, koordinasi mata dan tangan, keseimbangan tubuh, konsentrasi, serta penguasaan teknik dasar. Menurut Prasetyo dan Kurniawan (2021), koordinasi mata dan tangan memiliki hubungan yang signifikan terhadap akurasi servis atas dalam permainan bola voli.

Selain itu, faktor psikologis seperti rasa percaya diri dan fokus juga berpengaruh terhadap keberhasilan servis atas. Pemain yang memiliki konsentrasi tinggi cenderung mampu melakukan servis dengan lebih akurat dan stabil.

Berdasarkan teori dan hasil penelitian terdahulu tersebut, dapat dikembangkan hipotesis bahwa penguasaan teknik servis atas memiliki pengaruh yang signifikan terhadap efektivitas permainan bola voli. Semakin baik teknik servis atas yang dimiliki pemain, maka semakin baik pula kemampuan pemain dalam memberikan tekanan kepada lawan dan memperoleh poin dalam pertandingan.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan dalam artikel ini adalah metode studi literatur dengan pendekatan deskriptif kualitatif. Metode studi literatur digunakan untuk mengkaji berbagai teori, konsep, dan hasil penelitian terdahulu yang berkaitan dengan teknik servis atas dalam permainan bola voli. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk memahami dan menganalisis secara mendalam mengenai teknik pelaksanaan servis atas serta faktor-faktor yang memengaruhi keberhasilan servis dalam pertandingan bola voli.

Menurut Sugiyono (2019), penelitian deskriptif kualitatif merupakan penelitian yang bertujuan untuk menggambarkan fenomena secara sistematis berdasarkan data yang diperoleh dari berbagai sumber ilmiah. Dalam penelitian ini, penulis mendeskripsikan teknik servis atas mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan, hingga gerakan lanjutan serta menganalisis berbagai faktor yang mendukung efektivitas servis.

Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh dari jurnal-jurnal ilmiah nasional maupun internasional yang membahas teknik servis atas, keterampilan bola voli, biomekanika olahraga, dan faktor fisik yang memengaruhi kemampuan servis pemain. Sedangkan data sekunder diperoleh dari buku olahraga, artikel ilmiah, skripsi, tesis, dan berbagai referensi akademik lainnya yang relevan dengan penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan teknik dokumentasi dengan cara menelusuri berbagai sumber referensi melalui Google Scholar, perpustakaan digital, jurnal olahraga, serta publikasi ilmiah lainnya. Referensi yang dipilih merupakan sumber yang memiliki hubungan langsung dengan teknik servis atas pada bola voli.

Tahapan pengumpulan data dimulai dengan menentukan fokus penelitian, mencari referensi yang relevan, melakukan seleksi sumber data, membaca dan memahami isi referensi, kemudian mencatat informasi penting yang berkaitan dengan teknik servis atas. Informasi yang

dikumpulkan meliputi tahap gerakan servis, faktor pendukung keberhasilan servis, serta kesalahan-kesalahan yang sering terjadi saat melakukan servis atas.

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan analisis deskriptif kualitatif sebagai teknik analisis data. Data yang telah diperoleh kemudian dianalisis melalui proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih informasi yang sesuai dengan fokus penelitian. Selanjutnya data disajikan dalam bentuk uraian deskriptif agar hubungan antara teknik servis atas dan efektivitas permainan bola voli dapat dipahami secara jelas.

Selain itu, peneliti juga melakukan perbandingan terhadap berbagai hasil penelitian terdahulu untuk mengetahui persamaan maupun perbedaan temuan penelitian terkait teknik servis atas. Melalui proses ini, penulis dapat memperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kualitas servis atas.

Untuk menjaga validitas data, penulis menggunakan sumber referensi yang berasal dari jurnal ilmiah terakreditasi, buku akademik, dan hasil penelitian yang relevan. Referensi dipilih berdasarkan kesesuaian topik, kualitas isi penelitian, dan tahun publikasi sehingga hasil kajian yang diperoleh memiliki tingkat keakuratan yang baik.

Objek dalam penelitian ini adalah teknik servis atas pada permainan bola voli dengan fokus kajian pada proses gerakan, faktor fisik, koordinasi tubuh, dan efektivitas servis dalam pertandingan. Analisis dilakukan terhadap setiap tahapan gerakan servis atas mulai dari posisi awal, lambungan bola, ayunan tangan, kontak dengan bola, hingga gerakan lanjutan.

Pendekatan deskriptif digunakan untuk memberikan gambaran secara rinci mengenai teknik servis atas dalam permainan bola voli. Melalui metode penelitian ini diharapkan hasil kajian dapat memberikan informasi ilmiah yang bermanfaat bagi guru pendidikan jasmani, pelatih, atlet, maupun peneliti olahraga dalam meningkatkan kualitas teknik servis atas secara efektif dan sistematis.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil kajian dari berbagai penelitian dan literatur ilmiah, teknik servis atas dalam permainan bola voli memiliki peran yang sangat penting dalam menunjang efektivitas permainan. Servis atas tidak hanya digunakan sebagai awal dimulainya permainan, tetapi juga berfungsi sebagai bentuk serangan pertama untuk menekan pertahanan lawan. Oleh karena itu, penguasaan teknik servis atas menjadi salah satu keterampilan dasar yang wajib dimiliki oleh setiap pemain bola voli.

Menurut Ahmadi (2017), servis atas merupakan teknik servis yang dilakukan dengan cara melambungkan bola ke atas kemudian memukul bola menggunakan telapak tangan dari atas kepala menuju area permainan lawan. Teknik ini menghasilkan bola yang lebih cepat dan tajam dibandingkan servis bawah sehingga lebih sulit diterima lawan.

Dalam pelaksanaannya, teknik servis atas terdiri atas beberapa tahapan gerakan yaitu posisi awal, lambungan bola, ayunan tangan, kontak dengan bola, dan gerakan lanjutan. Setiap tahapan gerakan memiliki fungsi yang saling berkaitan dalam menghasilkan servis yang efektif.

Pada tahap posisi awal, pemain berdiri dengan salah satu kaki berada di depan dan tubuh sedikit condong ke depan. Posisi ini bertujuan untuk menjaga keseimbangan tubuh serta mempermudah pemain dalam melakukan ayunan tangan. Menurut Yunus (2016), posisi awal yang baik membantu pemain menghasilkan gerakan servis yang lebih stabil dan terarah.

Tahap berikutnya adalah lambungan bola. Lambungan bola merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan servis atas karena menentukan timing pukulan terhadap bola. Lambungan yang terlalu tinggi atau terlalu rendah dapat menyebabkan pemain kesulitan melakukan kontak bola secara tepat.

.....

Menurut Prasetyo dan Kurniawan (2021), akurasi lambungan bola memiliki hubungan yang signifikan terhadap keberhasilan servis atas. Pemain yang mampu melambungkan bola secara konsisten cenderung lebih mudah menghasilkan servis yang akurat.

Setelah bola dilambungkan, pemain melakukan ayunan tangan ke arah bola. Ayunan tangan dilakukan dari belakang menuju depan dengan gerakan cepat dan terkontrol. Pada tahap ini, kekuatan otot lengan dan koordinasi tubuh sangat memengaruhi kualitas servis yang dihasilkan.

Menurut Beutelstahl (2015), kekuatan otot lengan memberikan kontribusi besar terhadap kecepatan dan kekuatan bola hasil servis. Pemain yang memiliki kekuatan otot lengan baik cenderung mampu menghasilkan servis yang lebih keras dan sulit diterima lawan.

Tahap kontak dengan bola merupakan bagian paling penting dalam teknik servis atas. Kontak bola harus dilakukan menggunakan telapak tangan dengan posisi lengan lurus agar arah dan kekuatan bola dapat dikontrol secara maksimal.

Selain kekuatan pukulan, sudut kontak tangan terhadap bola juga memengaruhi arah dan putaran bola. Jika sudut pukulan kurang tepat, maka bola dapat keluar lapangan atau tidak melewati net. Oleh sebab itu, pemain harus memiliki koordinasi mata dan tangan yang baik agar mampu melakukan kontak bola secara akurat.

Koordinasi mata dan tangan merupakan kemampuan pemain dalam menyelaraskan penglihatan dengan gerakan tangan saat memukul bola. Menurut penelitian Saputra dan Hidayat (2020), koordinasi mata dan tangan memiliki pengaruh signifikan terhadap akurasi servis atas dalam permainan bola voli.

Tahap terakhir adalah gerakan lanjutan atau follow through. Gerakan lanjutan dilakukan setelah tangan melakukan kontak dengan bola. Tujuan gerakan lanjutan adalah menjaga keseimbangan tubuh serta membantu mengarahkan bola menuju sasaran.

Dalam permainan bola voli modern, servis atas berkembang menjadi salah satu bentuk strategi serangan. Banyak pemain menggunakan servis atas dengan variasi kecepatan dan arah bola untuk menyulitkan lawan dalam menerima bola.

Servis atas yang dilakukan dengan baik mampu memberikan tekanan kepada lawan sehingga lawan kesulitan membangun pola serangan. Bahkan dalam beberapa situasi, servis atas dapat menghasilkan poin langsung apabila lawan gagal menerima bola.

Selain faktor teknik, keberhasilan servis atas juga dipengaruhi oleh kondisi fisik pemain seperti kekuatan otot lengan, keseimbangan tubuh, fleksibilitas, dan daya tahan fisik. Pemain yang memiliki kondisi fisik baik cenderung mampu melakukan servis secara lebih konsisten selama pertandingan berlangsung.

Keseimbangan tubuh menjadi faktor penting dalam pelaksanaan servis atas. Pemain harus mampu menjaga stabilitas tubuh saat melakukan ayunan tangan dan kontak dengan bola agar arah servis tetap akurat.

Selain kondisi fisik, aspek psikologis juga berpengaruh terhadap keberhasilan servis atas. Pemain yang memiliki rasa percaya diri dan konsentrasi tinggi cenderung mampu melakukan servis dengan lebih baik dibandingkan pemain yang kurang fokus.

Dalam proses pembelajaran bola voli, latihan servis atas biasanya dilakukan secara bertahap mulai dari latihan dasar hingga latihan situasi permainan. Pada tahap awal, pemain dilatih melakukan lambungan bola dan teknik pukulan secara berulang agar mampu memahami gerakan dasar servis.

Setelah pemain menguasai teknik dasar, latihan dikembangkan menjadi latihan akurasi dan variasi servis. Variasi latihan tersebut bertujuan meningkatkan kemampuan pemain dalam mengontrol arah dan kecepatan bola.

Menurut penelitian beberapa ahli olahraga, latihan yang dilakukan secara rutin dan

terprogram mampu meningkatkan kualitas servis atas secara signifikan. Pemain yang sering melakukan latihan servis cenderung memiliki tingkat akurasi dan konsistensi yang lebih baik.

Dalam pertandingan tingkat profesional, servis atas sering digunakan sebagai strategi utama untuk menekan penerimaan bola lawan. Oleh karena itu, pelatih biasanya memberikan latihan khusus agar pemain mampu menghasilkan servis yang keras, cepat, dan sulit diterima.

Selain itu, penggunaan teknologi video analisis juga mulai diterapkan dalam latihan bola voli modern. Video analisis membantu pelatih mengevaluasi teknik servis pemain secara detail sehingga kesalahan gerakan dapat diperbaiki dengan lebih cepat.

Melalui video analisis, pelatih dapat mengidentifikasi kesalahan seperti posisi tubuh yang kurang tepat, lambungan bola yang tidak stabil, atau sudut pukulan yang kurang maksimal. Informasi tersebut sangat penting dalam meningkatkan kualitas teknik servis atas pemain.

Berdasarkan berbagai hasil penelitian dan teori yang telah dianalisis, dapat dipahami bahwa teknik servis atas memiliki hubungan yang sangat erat dengan efektivitas permainan bola voli. Semakin baik penguasaan teknik servis atas seorang pemain, maka semakin besar peluang pemain dalam memberikan tekanan kepada lawan dan memperoleh poin.

Dengan demikian, teknik servis atas perlu dilatih secara sistematis, terprogram, dan berkelanjutan agar kemampuan servis pemain dapat meningkat secara optimal. Penguasaan teknik servis atas yang baik tidak hanya membantu meningkatkan performa individu pemain, tetapi juga meningkatkan kualitas permainan tim secara keseluruhan.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kajian dan pembahasan yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa teknik servis atas memiliki peranan yang sangat penting dalam permainan bola voli. Teknik servis atas bukan hanya digunakan sebagai awal dimulainya permainan, tetapi juga berfungsi sebagai bentuk serangan pertama untuk memberikan tekanan kepada lawan. Pemain yang memiliki kemampuan servis atas yang baik cenderung mampu menghasilkan bola yang cepat, tajam, dan sulit diterima sehingga dapat meningkatkan peluang memperoleh poin dalam pertandingan.

Keberhasilan teknik servis atas dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti koordinasi gerak tubuh, kekuatan otot lengan, koordinasi mata dan tangan, keseimbangan tubuh, konsentrasi, serta penguasaan teknik dasar yang benar. Setiap tahapan gerakan servis atas mulai dari posisi awal, lambungan bola, ayunan tangan, kontak dengan bola, hingga gerakan lanjutan memiliki hubungan yang saling berkaitan dalam menghasilkan servis yang efektif dan akurat.

Hasil penelitian dari berbagai sumber menunjukkan bahwa latihan servis atas yang dilakukan secara rutin, sistematis, dan berkelanjutan mampu meningkatkan kemampuan servis pemain secara signifikan. Pemain yang sering melakukan latihan servis atas akan memiliki tingkat akurasi, kekuatan pukulan, dan konsistensi yang lebih baik dibandingkan pemain yang kurang berlatih.

Selain faktor teknik dan kondisi fisik, aspek psikologis seperti rasa percaya diri dan konsentrasi juga memberikan pengaruh terhadap keberhasilan servis atas. Pemain yang mampu menjaga fokus saat melakukan servis cenderung dapat mengontrol arah dan kekuatan bola dengan lebih baik.

Dalam permainan bola voli modern, teknik servis atas berkembang menjadi salah satu strategi utama dalam menyerang. Banyak tim menggunakan servis atas untuk menghambat penerimaan bola lawan serta mengganggu pola serangan yang dibangun lawan. Oleh karena itu, penguasaan teknik servis atas menjadi keterampilan yang sangat penting bagi setiap pemain bola voli.

Berdasarkan seluruh hasil pembahasan tersebut, dapat dipahami bahwa semakin baik

penguasaan teknik servis atas seorang pemain, maka semakin besar kontribusinya terhadap efektivitas permainan bola voli. Dengan demikian, teknik servis atas perlu dilatih secara terencana dan berkelanjutan agar kualitas permainan individu maupun tim dapat meningkat secara optimal.

DAFTAR REFERENSI

- Ahmadi, N. 2017. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Surakarta: Era Pustaka Utama.
- Beutelstahl, D. 2015. *Belajar Bermain Bola Voli*. Bandung: Pionir Jaya.
- Hidayat, A., & Nugroho, F. 2022. Analisis Teknik Servis dalam Permainan Bola Voli Modern. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*.
- Prasetyo, A., & Kurniawan, D. 2021. Pengaruh Latihan Servis Atas terhadap Akurasi Servis dalam Permainan Bola Voli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*.
- Saputra, R., & Hidayat, T. 2020. Hubungan Koordinasi Mata dan Tangan terhadap Kemampuan Servis Atas Bola Voli. *Jurnal Sport Science*.
- Sugiyono. 2019. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Winarno, M. E. 2021. *Teknik Dasar Permainan Bola Voli*. Malang: Universitas Negeri Malang Press.
- Yunus, M. 2016. *Olahraga Pilihan Bola Voli*. Jakarta: Depdikbud.
-