

FAKTOR-FAKTOR YANG DAPAT BERPENGARUH TERHADAP KEMAMPUAN DAN KETERAMPILAN SERVIS PADA SEPAKTAKRAW

Firmanzah Tri Yuniawan, Arif Bulqini

Pendidikan Keolahragaan, Fakultas Ilmu Olahraga, Universitas Negeri Surabaya

e-mail : firmanzahtriyuniawan97@gmail.com* arifbulqini@yahoo.co.id*

Dikirim: 15-11-2022; **Direview:** 10-12-2022; **Diterima:** 10-12-2022;

Diterbitkan: 16-12-2022

Abstrak

Satu di antara beberapa teknik dasar pada olahraga sepak takraw yang wajib dikuasai yakni servis, dengan tidak mengabaikan teknik dasar lainnya, servis ialah teknik dasar yang wajib dikuasai oleh pemain dalam pertandingan sepak takraw untuk memperoleh nilai/angka. Tujuan dari penelitian ini adalah guna mengetahui apa saja faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kemampuan serta keterampilan servis pada sepaktakraw. Selain itu artikel ini dibuat untuk memperoleh informasi yang lebih mendalam dan akurat mengenai model latihan servis sepaktakraw. Pengumpulan data pada penelitian berikut menggunakan cara review literature yang di dapat dari beberapa sumber jurnal yang diambil dalam kurun waktu 10 tahun terakhir yang dipublikasikan dalam Bahasa Indonesia. Hasil pencarian menyisakan 6 jurnal yang memenuhi kriteria, yang diambil dari beberapa database (Google Scholar, Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Sinta Ristekbrin, GARUDA) yang menunjukkan hasil dari review tersebut, yang disimpulkan bahwa terdapat faktor yang mempengaruhi kemampuan dan keterampilan servis pada sepaktakraw yakni, latihan servis bola gantung, panjang tungkai, kekuatan dan kelentukan otot tungkai, kecepatan, kelincihan serta power otot tungkai

Kata Kunci: faktor, servis, sepaktakraw

Abstract

One of the basic techniques in sepaktakraw that must be mastered is the serve, without neglecting other basic techniques, the service is a basic basic technique that must be adjusted by players in sepak takraw matches to obtain values / numbers. The purpose of this study is to find out what are the factors that can affect the ability and service skills in sepaktakraw. In addition, this article was created to obtain more in-depth and accurate information regarding the sepaktakraw service training model. The data collection in the following study uses the method of review literature obtained from 6 journal sources taken from several databases (Google Scholar, Journal of Sports and Health Education, Sinta Ristekbrin, GARUDA) which shows the results of the review, which concluded that there are factors that affect the ability and service skills in sepaktakraw, namely, hanging ball service training, leg length, strength and flexibility of the leg muscles, speed, agility and power of the leg muscles

Keywords: factor, service, sepaktakraw

PENDAHULUAN

Sepak takraw ialah satu di antara beberapa cabang olahraga yang sudah sering mengalami perubahan pada proses berkembangnya. Sepak takraw merupakan kombinasi dari beberapa cabang olahraga yaitu sepak bola, bola voli, dan bulu tangkis. Sepak takraw merupakan olahraga tradisional yang memiliki sifat permainan sederhana dan simple dimana saat ini sepak takraw telah menjadi olahraga modern yang permainannya dilakukan dengan aturan yang berlaku saat ini. Sepak takraw adalah olahraga yang memiliki tingkat kesulitan yang cukup tinggi serta memiliki resiko cedera yang tinggi. Dimulai dari demonstrasi

menjadikan sepak takraw saat ini sebagai olahraga permainan yang bisa dijadikan sebuah pertandingan. Berawal dari olahraga yang awalnya hanya sebagai aktivitas waktu luang menjadi olahraga berprestasi. Olahraga tersebut pertama kali diciptakan dari rotan, kemudian saat ini terdapat perubahan memakai bola yang diciptakan dari plastik (synthetic fibre). Melalui sebutan “sepak raga” mengalami perubahan sebutan jadi “sepak takraw”. Perubahan itu sendiri ada disebabkan oleh pertandingan pada PON, semenjak PON X di tahun 1981. Akan tetapi berdasarkan sejarah di berbagai daerah pada negara Indonesia terkhusus pada kawasan Asia secara umum tetap mengetahui sebutan sepak takraw menggunakan nama yang

berbeda-beda yang disesuaikan bersama nilai-nilai leluhur serta misi budaya tiap-tiap daerah. Contohnya di beberapa daerah pada negara Indonesia misalnya sulawesi selatan diketahui menggunakan sebutan "marraga akraga", pada kawasan Riau diketahui menggunakan sebutan "rago tinggi", Sumatera Barat serta Bengkulu diketahui menggunakan sebutan "sepakrago", serta umumnya dengan menyeluruh pada negara Indonesia diketahui menggunakan sebutan "sepak raga". Selanjutnya pada kawasan negara Asia yang lain memiliki sebutan yang berbeda-beda, contohnya Malaysia diketahui menggunakan sebutan "sepak raga jaring", Brunei diketahui menggunakan sebutan "sepak raja", China diketahui menggunakan sebutan "theng chew", " pada negara Burma diketahui menggunakan sebutan "chung long", Laos diketahui menggunakan sebutan "kator", Philipina diketahui menggunakan sebutan "sipa", Thailand diketahui menggunakan sebutan "takraw", Guna melakukan organisir serta akomodir bermacam-macam sebutan yang digunakan di berbagai negara kemudian di tanggal 27 maret 1965 sebutan "sepak takraw" dijadikan baku secara resmi pada negara Malaysia. Pada harfiahnya sebutan "takraw" bersumber dari bahasa Thai, yang memiliki arti yakni bola yang diciptakan dari rotan. Selanjutnya diberikan penambahan di depan kata "sepak" yang berasal dari bahasa melayu yang memiliki makna menendang, memainkan, bola menggunakan bagian kaki mulai dari ujung kaki hingga ke pangkal paha. Permainan tersebut dilakukan dengan mendominasi kaki pemain diatas lapangan selebar lapangan bulu tangkis serta di pertandingan antara 2 regu yang saling berhadapan dengan jumlah pemain masing-masing 3 pemain.

Berdasarkan dari segi perhatian pemerintah dalam cabang tersebut cukup memiliki keseriusan, hal tersebut memiliki ciri yakni dengan dirikannya PPLP (Pusat Pendidikan Latihan Pelajar) sepak takraw di tahun 1983 merupakan sebuah wadah pembibitan olahraga pelajar yang memiliki bakat serta memiliki potensi yang melakukan orientasinya pada perolehan prestasi baik di bidang akademis ataupun di bidang olahraga dengan optimal. Akan tetapi prestasi yang dikehendaki belumlah dengan keseluruhan teraih secara baik. Usaha membuat atlet yang meraih banyak prestasi tinggi tak gampang, akan tetapi membutuhkan masa serta mengikutsertakan bermacam-macam komponen. Terdapat beberapa komponen yang memiliki peran untuk meraih pretasi berdasarkan Harsono terdapat 4 faktor yang memiliki pengaruh untuk memperoleh prestasi olahraga, yakni (1) keadaan fisik, (2) teknik, (3) taktik, (4) psikologis. Empat komponen itu sendiri hendaknya diberi pada atlet dengan memiliki program, teratur, terarah serta terukur guna memperoleh prestasi secara optimal. Berbincang mengenai permasalahan komponen teknik sehingga memberikan pelatihan akan penguasaan teknik keterampilan kepada cabang sepak takraw amatlah penting sebab satu di antara beberapa kekurangan yang nyata oleh atlet sepak takraw ialah menampilkan

sesuatu yang tak maksimal disebabkan dikuasainya ketrampilan masihlah amat kurang memadai. olahraga dengan regu sudah banyak model-model latihan yang dilakukan penerapannya pada permainan yang memiliki keterkaitan satu dengan yang lainnya, dimana ketika menyelenggarakan pelajaran latihan secara umum dilakukan di bawah keadaan yang seperti spesifikasi permainannya.

Olahraga ialah bidang yang hendaknya diberikan perhatian yang lebih, sebab olahraga dapat memberikan peningkatan serta mengharumkan nama bangsa di pentas regional serta internasional. Selain itu olahraga pun mampu memberikan peningkatan akan kesegaran jasmani serta rohani. SDM yang memiliki kualitas di antaranya dengan meningkatkan kesehatan jasmani serta rohani kepribadian, disiplin, sportivitas yang tinggi serta membawa kebanggaan nasional. Sepak takraw ialah suatu cabang olahraga prestasi yang perlu dikembangkan. Sepak takraw merupakan suatu permainan yang dilakukan oleh 2 regu yang bertanding, tiap regu mencakup 3 orang pemain, yang dipisah oleh suatu net yang mempunyai ukuran serta ketinggian net yang serupa seperti bulu tangkis. Permainan berikut diawali dengan melaksanakan service, yang dilaksanakan tekong kearah lapangan lawan. Selanjutnya pemain regu lawan memainkan bola melalui penggunaan kaki serta kepala, juga anggota badan lainnya kecuali tangan, dengan batas 3 kali bersentuhan dengan bola Winarno (2004:14). Dalam sepak takraw, layanan pertama yang diberikan oleh tekong merupakan suatu hal yang sangat penting karena beberapa alasan. Layanan yang baik dan efektif dapat membuka serangan awal untuk mendapatkan poin.

Servis dilakukan oleh tekong dengan menendang bola yang dilemparkan dari kiri atau kanan. Pemain tekong saat melakukan servis, salah satu kaki harus tetap berada dalam lingkaran layanan. Oleh karena itu untuk dapat melakukan servis dengan baik, tekong memerlukan keterampilan fisik yang baik juga (Sciences et al., 2020). UU republik Indonesia tentang Sistem Keolahragaan Nomor 3 (2005) pasal 1 ayat 13 memberikan penjelasan bahwasanya olahraga prestasi ialah olahraga yang memberikan pembinaan serta pengembangan olahraga yang telah direncanakan. Dari UU Nomor 3 tahun 2005 bisa dibuat kesimpulan bahwasanya satu di antara beberapa tujuan aktivitas olahraga ialah memiliki tujuan guna memberikan peningkatan atas kesehatan serta kebugaran tubuh masyarakat Indonesia serta mengeratkan rasa persatuan serta kesatuan bangsa Indonesia. Di samping hal tersebut, tujuan dari pasal itu sendiri yakni guna memberikan pembinaan serta memberikan peningkatan akan prestasi disetiap cabang olahraga mencakup di dalamnya cabang olahraga sepak takraw.

Sepak takraw ialah permainan dengan regu yang dilakukan oleh tiga pemain. Olahraga sepak takraw ialah perpaduan 2 bentuk permainan olahraga yakni permainan sepak bola serta bola voli (Sciences et al., 2020). Menurut Hanafi (2016) permainan sepak takraw

ialah jenis permainan tradisional yang sudah mengalami perkembangan serta kebanyakan diketahui oleh masyarakat Indonesia yang menarik dari olahraga tersebut yakni sarana dan prasarana murah serta amat sederhana. Permainan sepak takraw memiliki berbagai teknik dasar, di antaranya servis. Sepakan, smash, juga bertahan (Rosti, 2020) Di dalam olahraga sepak takraw, seseorang pemain hendaknya jago pada teknik dasar yang baik, karena perihal itu sendiri ialah satu di antara beberapa persyaratan guna menjadi pemain sepak takraw yang baik dan handal (Rosti et al., 2020).

Satu di antara beberapa teknik dasar pada olahraga sepak takraw yang hendaknya dikuasai yakni servis, dengan tidak abai pada teknik dasar yang lainnya, servis ialah sebuah teknik dasar yang kerap dipakai pada pertandingan sepak takraw sebab amat efektif untuk mematikan bola serta pada perolehan nilai/angka. Dalam pendidikan olahraga, atlet perlu memiliki latihan rutin untuk berhasil.

Keterampilan servis dalam sepak takraw membutuhkan pengulangan atau latihan bagi atlet untuk mencapai keterampilan servis yang baik (Hermawan et al., 2019). Ketika melaksanakan servis terdapat berbagai tahapan pergerakan yang hendaknya dikuasai untuk bisa melakukan servis dengan baik. Guna memperoleh servis sepak takraw secara baik diperlukan bermacam-macam komponen fisik yang khusus, hal tersebut disebabkan serangkaian servis sepak takraw ialah suatu kesatuan serangkaian gerakan yang kompleks dan juga tak dapat dipotong-potong. Dalam pengertian permainan sepak takraw bahwasanya dilaksanakan dilapangan yang memiliki ukuran 13,24 meter kali 6,10 meter yang terbagi atas 2 garis serta net dengan tinggi 1,55 meter yang berlebar 72 cm, serta lubang jaring pada kisaran 4 sampai dengan 5 cm. Bola yang dipakai diciptakan dari rotan ataupun fibre glass yang teranyam dengan lingkaran pada kisaran 41 sampai dengan 43 cm. (Pemain & Takraw, 2014)

Kekuatan otot tungkai adalah komponen fisik selaku salah satu hal untuk meningkatkan prestasi tiap cabang olahraga (Murti et al., 2020). Kekuatan otot tungkai merupakan komponen yang sangat penting sebagai upaya pada peningkatan fisik dengan keseluruhan, hal tersebut disebabkan karena kekuatan otot tungkai berperan sebagai penggerak paling utama tiap kegiatan yang mengikut sertakan fisik utamanya pada servis sepak takraw. Selain itu ada juga kelenturan togok yakni kemampuan ataupun fleksibilitas ketika melaksanakan gerakan sendi maksimal dengan tidak menciptakan rasa sakit, pada persoalan tersebut memiliki hubungan dengan anggota tubuh (Murti et al., 2020). keseimbangan juga sangat perlu dimiliki seorang individu ketika mempertahankan pusat titik gravitasi bidang tumpuan ketika berposisi tegak. Keseimbangan berperan sebagai kemampuan menerima tiap reaksi yang dipunya oleh tubuh yang menyebabkan nanti akan terdapat pada posisi stabil (Tauhidman & Ramadhan, 2018). Seorang atlet sepak takraw yang memiliki keseimbangan tentu

mudah baginya dalam menjaga irama pada proses gerak tubuhnya dan akhirnya terjadilah keseimbangan membuat dirinya tidak gampang jatuh (Karim & Ikadarny, 2018). Koordinasi seorang individu diberikan pengaruhnya oleh bermacam-macam faktor, faktor-faktor tersebut antara lain:

a. Daya fikir

Daya fikir ialah sebuah kemampuan seorang individu ketika melakukan analisa, serta membuat keputusan mengenai tindakan ataupun gerakan apakah yang hendaknya dilakukan, serta bagaimanakah dirinya hendaknya melaksanakannya. Orang cerdas biasanya berfikir lebih cepat, lebih tepat, dan lebih teliti.

b. Kecakapan serta ketelitian panca indera

Ketelitian dari indra-indra misalnya, mata, telinga, kulit, serta lainnya, amat memberikan pengaruh atas system kerja saraf serta otot ketika melakukan peniramaan akan rangsangan serta melakukan pengerjaan akan perintah gerak yang hendak dilaksanakan. Makin baiknya fungsi dari indera-indera itu sendiri menjadikan makin baiknya juga respon dari setiap unsur gerak misalnya saraf serta otot yang bertugas guna melaksanakan gerak. Pada akhirnya akan memperbaiki koordinasi gerak.

c. Pengalaman motorik

Dapat memberikan pengaruh pada koordinasi gerak. Hukum latihan mengemukakan bahwasanya gerakan-gerakan yang telah terbiasa dilaksanakan dapat lebih mudah dilaksanakan dibanding gerakan yang baru. Oleh sebab itu semakin terlatih motorik dalam melakukan gerakan-gerakan tertentu, maka semakin ia melakukan gerakan tersebut atau gerakan sejenisnya.

d. Kemampuan biomotorik

Tingkat perkembangan kemampuan biomotorik misalnya: kekuatan, daya tahan, kelenturan memberikan pengaruh pada koordinasi. Makin bagusnya kemampuan kekuatan, daya tahan, serta kelenturan yang dipunya, menyebabkan dapat makin baik juga mengkoordinasikan gerak.

Kondisi fisik adalah suatu kesatuan utuh dari komponen – komponen yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharaannya. (Jamalong, 2015) Hal tersebut memiliki makna bahwasanya pada usaha untuk meningkatkan keadaan fisik sehingga secara keseluruhan komponen itu sendiri hendaknya dilakukan pengembangannya, meskipun dimanapun dilaksanakan menggunakan sistem prioritas yang sesuai dengan kondisi ataupun status di setiap komponen tersebut serta guna kebutuhan apakah kondisi ataupun status yang diperlukan itu sendiri.

Ketika servis pemain bisa mengalami kegagalan ataupun kesalahan, kesalahan oleh para pemain ketika melaksanakan servis bawah bisa diamati dari kesalahan pelambung serta kesalahan tekong (Jamalong, 2015). Servis tersebut sebuah teknik penyajian bola pertama pada permainan sepak takraw. Penguasaan teknik servis amat penting, mengingat: (1) Melalui servis

sebuah regu bisa memperoleh angka; (2) Melalui servis sebuah regu bisa memimpin sebuah pertandingan sesuai pada tipe dari yang diinginkan regu yang servis, (3) servis ialah serangan pertama kepada tim lawan (Suhud, 1990:20).

Servis hendaknya diarahkan kepada titik lapangan lawan yang sekiranya sukar untuk diterima oleh lawan sehingga kemungkinan lawan menerima bola dengan sulit. Maka dari hal tersebut, servis dilaksanakan melalui bermacam-macam metode guna merusak pertahanan serta memberikan tipuan pada lawan utamanya mengenai sasaran servis yang dilaksanakan. Tekong hendaknya bisa menjadikan servis yang baik yaitu lokasi-lokasi di mana pemain lawan lemah serta sulit melakukan penerimaan akan servis. Berikut ini ialah jenis-jenis servis menurut hasil sepakannya, di antaranya: (1) servis gaya bebas; (2) servis kencang serta tajam; (3) servis tinggi; (4) servis tipuan; (5) servis sudut. Metode melakukan servis bawah yakni: (1) Tekong terdiri kepada kedua kaki menghadap pelambung bola (apit kiri ataupun apit kanan); (2) Lingkaran yang berada di lapangan merupakan tempat tekong melaksanakan sepak awal; (3) Satu kaki terdapat pada luar lingkaran, namun satu kaki yang lain tak diperbolehkan menginjak apa lagi keluar dari lingkaran saat tekong melaksanakan sepak mula; (4) Bola di sepak di ketinggian bola dengan tinggi selutut; (5) Sesudah bola melampaui net ataupun jaring kaki tekong boleh keluar dari lingkaran tersebut (Suprayitno, 2018).

Menurut opini para ahli bisa dibuat kesimpulan bahwa servis merupakan sentuhan pertama yang dilaksanakan satu tim pada tim lawan guna menandai bahwa permainan sudah mulai, dan juga guna memperoleh poin supaya tim mendapatkan kemenangan kepada ketika melakukan pertandingan.

Dengan begitu power juga memberikan manfaat terhadap peningkatan kemampuan yang maksimal. Harsono (1988: 200) memberikan definisi bahwasanya "power ialah kemampuan otot guna melakukan kekuatan maksimal pada waktu yang amat cepat". Power ialah sejumlah kerja mekanik yang bekerja pada periode waktu tertentu. Satuan power pada kehidupan keseharian disebut dengan daya kuda (Horse power) ataupun Watts (Jamalong, 2015). Kemudian, power merupakan kemampuan untuk melakukan kekuatan maksimum pada jangka waktu yang minimum (Jamalong, 2015) Power ataupun muscular power ialah kemampuan seorang individu guna melaksanakan kekuatan secara maksimal menggunakan usaha yang dilakukan pada waktu yang sesingkat mungkin (Jamalong, 2015) Jurnal Pendidikan Olahraga, Vol. 4, No. 1, Juni 2015 26 Di dalam aktivitas olahraga, power otot memiliki fungsi guna melompat, melempar, menendang serta lain-lain.

Power otot memiliki manfaat yang besar pada atlet untuk meraih kemampuan yang maksimal ketika berolahraga, pada keseharian power otot memiliki fungsi untuk melaksanakan gerakan yang secara tiba-

tiba. Begitupun pada cabang olahraga sepak takraw dapat memberikan manfaat untuk meraih hasil yang maksimal. Tungkai ialah kaki (keseluruhan kaki dari pangkai paha hingga bawah) yang panjang. Otot tungkai mencakup ke dalam otot anggota gerak bawah yang dibagi, yakni otot tungkai bagian atas serta otot tungkai bagian bawah, power tungkai ialah kemampuan otot-otot di seluruh pangkal paha sampai dengan ke bawah guna melakukan pengerahan akan kekuatan maksimal pada waktu yang cepat. Tungkai adalah salah satu bagian tubuh manusia yang memiliki peran penting pada cabang olahraga sepak takraw, Pada permainan sepak takraw power otot tungkai cukup dibutuhkan kaena dapat memberikan pengaruh pada kemampuan servis. Atas dasar itu power otot tungkai ditentukan sebagai satu di antara beberapa variabel yang memiliki pengaruh besar dalam olahraga

Flexibilitas ialah kemampuan melaksanakan gerakan pada ruang gerak sendi. Di samping oleh ruang gerak sendi, kelenturan juga ditentukan oleh elastisitas otot-otot, tendon serta ligamen (Harsono, 1988: 163). Kelenturan ataupun fleksibilitas kerap dimaknai sebagai kemampuan seorang individu dalam melakukan pergerakan tubuh atau sebagian tubuh pada satu ruang gerak yang seluas mungkin dengan cepat tanpa mengalami cedera di dalam persendian serta otot di sekitar persendian tersebut (Jamalong, 2015).

Beberapa hal yang juga dapat memberikan pengaruh terhadap tingkat keberhasilan ketika melakukan servis sepak takraw ialah faktor individual itu sendiri. Tiap orang memiliki kemampuan yang tak sama ketika berusaha menguasai sebuah gerakan ketrampilan. Perbedaan kemampuan utamanya disebabkan kualitas fisik. Kemampuan fisik memiliki hubungan dengan kemampuan gerak dasar (motor ability) yang dapat memberikan pengaruh pada penampilan seorang individu ketika belajar gerak pada sebuah cabang olahraga, perbedaan dari seseorang ketika melakukan pengembangan akan sebuah ketrampilan gerak adalah dalam kemampuan motorik ataupun kemampuan gerak dasar, Berdasarkan James R Morrow et.al (2006: 327), bahwasanya kemampuan motorik merupakan suatu kapasitas umum yang berkaitan dengan prestasi dengan berbagai macam keterampilan, atau lebih tepat lagi disebut sebagai a general capacity of the individual that relates to the performance of skill or task. Kemampuan motorik ialah kapasitas seorang individu yang berkaitan dengan pelaksanaan dan peragaan suatu ketrampilan yang relatif melekat setelah masa kanak - kanak (Nurhasan, 2000) Kemampuan motorik ialah kualitas kemampuan seorang individu yang bisa memudahkan ketika melaksanakan keterampilan gerak, maka dari hal tersebut kemampuan gerak bisa disebut sebagai landasan keberhasilan masa mendatang di dalam melaksanakan keterampilan gerak. Kemampuan motorik ialah sebuah faktor penunjang ketrampilan yang kemudian menjadi sebuah pembeda atas kemampuan seseorang (Semarayasa, 2016). Seseorang yang memiliki kemampuan motorik tinggi dapat lebih

efektif ketika melaksanakan seluruh jenis keterampilan olahraga.

Kemampuan gerak dasar tersebut menjadikan faktor tersendiri bagi ketrampilan gerak seorang individu, apabila seorang individu memiliki faktor gerak dasar yang baik memungkinkan bisa mengalami keberhasilan pada tiap latihan ataupun gerakan yang dilakukan., upaya mengukur kemampuan motorik dengan teoritis dapat memberi cerminan tentang kemampuan motorik yang meliputi bermacam-macam jenis aktivitas fisik.

METODE PENELITIAN

Artikel berikut yakni sebuah artikel review yang menggunakan metode literature review menggunakan sumber yang memiliki keterkaitan ataupun hubungan bersama kemampuan dan keterampilan servis pada sepahtakraw. Tujuan peneliti untuk melaksanakan literature review berikut yakni guna mengetahui faktor apa sajakah yang memberikan pengaruh pada servis pada sepahtakraw yang dilakukan dengan review literature enam jurnal yang sudah dilakukan penelitiannya. Pada penulisan artikel berikut, peneliti hendak melaksanakan literature review yang berperan sebagai tolak ukur keberhasilan tentang penerapan teknik servis dalam sepahtakraw yang dipakai ketika melakukan sebuah penelitian untuk peningkatan variable yang diberikan pengaruh yaitu servis.

Ketika menulis artikel berikut ada sumber-sumber yang dipakai, dengan database yang diperoleh dari Google Scholar, Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan, Sinta Ristekbrin, GARUDA, Jurnal ilmu keolahragaan Universitas Negeri Medan, Educational Research Internasional, dengan memaksukan kata kunci “servis”, “sepahtakraw”, “kekuatan otot tungkai”, “kelentukan”.

Tahapan pengumpulan data dilaksanakan melalui penyaringan dari beberapa sumber jurnal literature, dengan pengambilan 20 sumber serta 6 di antaranya dipakai sebagai data yang di review berdasar dari terbitan 10 tahun terakhir serta berdasar dari Standar Operasional Penulisan Artikel Ilmiah yang sudah ditetapkan oleh jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga Universitas Negeri Surabaya. Penulisan memakai metode artikel review dilaksanakan menggunakan 5 M yakni : (1) memahami pokok-pokok pembahasan yang berkaitan dengan tujuan pembuatan artikel ; (2) mengidentifikasi sumber-sumber yang direview; (3) menganalisa dan mengaosisasikan hasil yang telah direview; (4) menyusun kalimat-kalimat dari hasil review; (5) mengoreksi susunan kalimat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Latihan Servis Bola Gantung

Kemampuan servis sepak takraw bisa dilakukan peningkatannya melalui tahapan latihan. Latihan merupakan sebuah tahapan berlatih yang sistematis yang dilaksanakan berulang-ulang serta menambah jumlah beban latihan yang diberikan. Salah satu metode latihan untuk meningkatkan keterampilan servis adalah latihan bola gantun, guna melatih teknik misalnya smash, service serta guna latihan kekuatan otot tungkai. Hal tersebut menjadikan peneliti mencoba menggunakan metode latihan servis bola gantung guna memberikan peningkatan pada kemampuan servis., latihan dilaksanakan menggunakan bola digantung ataupun dipegang setinggi atlet ataupun 15-20 cm di atas kepala atlet, tujuan dari latihan servis bola gantung sendiri adalah pada saat perkenaan diharapkan tepat, nafas keluar bersamaan melaksanakan servis serta perkenaan tetuju sasaran bola gantung yang pelaksanaan dalam posisi yang tepat target servis.

Cara pelaksanaan :

a Atlet berdiri dengan posisi siap melaksanakan servis sepak takraw

b Masing – masing atlet fokus dan siap mendengarkan komando dari pelatih atau aba – aba

c Waktu pelaksanaan bisa kurang lebih 21 percobaan

d Catatan : atlet hanya memikirkan bagaimana teknik dan pelaksanaan model servis.

Selanjutnya, materi latihan bisa dilakukan peningkatannya melalui cara menaikkan tinggi bola di atas kepala yang dapat terjangkau oleh atlet. Tak lepas dari hasil yang didapatkan di dalam penelitian berikut, nyatanya beberapa faktor yang memiliki keterkaitan melalui tahapan latihan memberikan pengaruh pada hasil yang diraih misalnya, repitisi, set, recovery, durasi, serta volume latihan tersebut sehingga saat melakukan servis bisa menghasilkan poin. Faktor itu sendiri ikut memberikan peranan pada tahapan latihan yang sudah diprogram. Dengan program latihan tersebut sangat penting untuk menjalankan kegiatan latihan, harusnya memperhatikan realisasi pada lapangan sebab melalui kegiatan berlatih secara teratur akan mendapat untung dari orang yang melakukan latihan yakni mampu memberikan peningkatan pada kemampuan servis.

2. Kekuatan otot tungkai dan kelentukan terhadap kemampuan servis

Kekuatan otot yang dihasilkan oleh otot-otot yang ada di tungkai dari paha serta kaki dimanfaatkan

dalam menggerakkan tungkai mengayun dari belakang ke atas dengan angular yang kuat bertujuan guna menendang bola takraw. Dari gerak angular yang kuat tersebut apabila tersentuh bola akan bergerak kedepan disesuaikan bersama besaran dorongan gaya itu sendiri, jika kekuatan ataupun gaya itu sendiri besar dorongan akan cepat. Menggunakan asumsi tersebut, maka kekuatan otot tungkai mempengaruhi hasil servis sepak takraw. Kelenturan selalu dikaitkan dengan ruang gerak sendi serta elastisitas otot, tendon, serta ligament. Melalui hal tersebut, seseorang yang memiliki kelenturan, maka orang tersebut memiliki ruang gerak luas pada sendi-sendinya dan juga yang memiliki otot yang elastis, menggunakan kelenturan yang dimiliki dapat memberi gerak yang lebih elastis membuktikan bahwasanya kelenturan badan bergantung pada jaringan pengikat di dalam serta di sekitar persendian dan juga otot-otot, serta juga tergantung kepada bentuk kerangka itu sendiri. Kelenturan ditujukan supaya ketika sudah melaksanakan sebuah servis badan akan tetap lentur yang menyebabkan bisa kembali pada posisi siap guna melakukan penerimaan akan bola dari lawan sesudah melaksanakan servis.

3. Panjang Tungkai Dan Kelenturan Terhadap Servis

Menurut analisis statistik menggunakan uji korelasi peneliti ditemukan bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan antara kelenturan selangkangan dengan kemampuan servis. Hal ini sangat menjadi saran untuk para pelatih untuk memilih para atlet dengan memperhatikan panjang tungkainya dan melatih tingkat kelenturan tubuhnya. Instrument yang dipakai yakni tes antropometri panjang tungkai. Tes kelenturan selangkangan menggunakan metode split.

4. Hubungan Power Otot Tungkai dengan Kemampuan Service

Terdapat hubungan yang signifikan antara power otot pada keterampilan servis atas sepak takraw. Hasil penelitian mengenai interaksi antara strategi pembelajaran dengan kemampuan motor ability terhadap penguasaan keterampilan dasar servis atas sepak takraw, bisa diberikan kesimpulan bahwasanya ada interaksi antara strategi pembelajaran serta kemampuan motor ability terhadap keterampilan servis pada permainan sepak takraw, dalam kelompok mahasiswa yang mempunyai kemampuan motor ability tinggi. kelompok mahasiswa yang ikut dalam pembelajaran menggunakan metode strategi bermain menghasilkan lebih baik apabila dilakukan perbandingan dengan kelompok mahasiswa yang ikut

yang mempunyai motorik rendah, penguasaan servis mahasiswa yang ikut dalam pembelajaran menggunakan strategi drill lebih baik apabila dilakukan perbandingannya bersama kelompok mahasiswa yang ikut dalam pembelajaran menggunakan strategi metode bermain, tingkat kesulitan ketika melakukan penerimaan umpan dari apit menjadi sepakan yang tearah melalui pemberian tekanan yang keras tersebut berperan sebagai faktor pada kesalahan melaksanakan sebuah service. Keberhasilan melaksanakan gerakan tersebut tak terlepas dari awalan, sepakan dan gerak lanjutan.

5. Kecepatan

Kemampuan seorang individu dalam berpindah tempat dengan cepat saat berlari. Kecepatan berlari bisa dilakukan pengukurannya menggunakan metode melaksanakan sebuah tes sprint 30m. Skor yang dicatat yakni waktu yang berhasil diraih oleh peserta setelah melaksanakan lari sprint dengan jarak 30 m. Pada permainan sepak takraw kecepatan dipakai untuk memberikan tunjangan terhadap gerakan tekong serta smash dasar gerak melaksanakan service. Berdasarkan hal tersebut, teknik dasar membutuhkan penunjang supaya mampu melaksanakannya secara baik. Kemampuan yang dikuasai oleh peserta didik tak terlepas dari faktor-faktor penunjang apakah yang dipunya oleh peserta didik. Hal tersebut menjadikan faktor-faktor itu sendiri mempunyai keunggulan guna bisa memberikan pengaruh pada tingkat keberhasilan melaksanakan service. Karakteristik gerakan yang terdapat pada sepaktakraw yakni cepat serta singkat, yang menyebabkan komponen fisik yang paling utama yakni power otot tungkai seperti gerakan service yang dilakukan oleh tekong.

6. Kelincahan

Kemampuan dalam melakukan perubahan arah posisi tubuh menggunakan kecepatan serta ketepatan di dalam waktu yang cepat dengan tidak hilang keseimbangan serta kesadaran posisi tubuhnya. Tes kelincahan berikut bisa dilakukan pengukurannya menggunakan teknik shuttle-run, pada permainan sepak takraw kelincahan dapat bermanfaat bagi seorang tekong karena seorang tekong dituntut memiliki kelincahan yang baik untuk merespon dengan cepat arah datangnya bola serta berfikir cepat tindakan yang harus dilakukan, oleh karena itu pemain dituntut memiliki kelincahan tubuh yang baik pula.

dalam pembelajaran menggunakan strategi drill. Sementara itu di dalam kelompok mahasiswa

Tabel 1. Studi Karakteristik

Peneliti (Tahun)	Judul	Tujuan	Desain/Populasi	Hasil
<p>Septria Donal.,Romi Mardela (2020),- Universitas Negeri Padang</p>	<p>Latihan Keseimbangan dan Latihan Kelentukan Berpengaruh Terhadap Kemampuan Servis Bawah Sepaktakraw</p>	<p>Tujuan pada penelitian berikut yakni mengetahui hasil servis bawah dengan latihan keseimbangan dan latihan kelentukan</p>	<p>Desain penelitian : Pre Test dan Post Test</p> <p>Populasi : 19 mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang</p>	<p>Berdasarkan hasil penelitian dan analisa data latihan keseimbangan serta latihan kelentukan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan servis bawah sepahtakraw , berdasarkan analisis dan statistic, mendapat rata-rata pretest 8,89 serta rata-rata posttest 12,9</p>
<p>Diyah Purwaningsih., Sapto Wibowo (2014).-jurnal pendidikan olahraga dan kesehatan Volume 02 nomor 03 tahun 2014</p>	<p>Perbandingan Media Video Compact Disk (VCD) dengan Bola Gantung Terhadap Hasil Belajar Sepak Mula Bawah (servis) SepakTakraw</p>	<p>Tujuan dari penelitian berikut yakni guna tahu akan perbedaan hasil belajar sepak mula bawah sepak takraw antara media VCD serta bola gantung guna mengetahui besar perbedaan hasil belajar sepak mula bawah antara media VCD dan bola gantung.</p>	<p>Desain : memakai jenis penelitian eksperimen semu menggunakan pendekatan Deskriptif Kuantitatif. Randomized Control Group dan Pretest-Postest</p> <p>Populasi : Siswa kelas VII SMP Negeri 2 Gedeg Mojokerto</p>	<p>Pembelajaran media Video Compact Disk (VCD) memberi peningkatan dengan jumlah 35,51%, sementara itu pembelajaran media bola gantung memberi peningkatan dengan kisaran 64,43% terhadap hasil belajar servis bawah. Sehingga besar perbedaan hasil belajar servis sepahtakraw antara media VCD serta bola gantung yakni pada kisaran 28,81%</p>
<p>Indrawansyah., (2011) Jurnal ILARA Volume 11. Nomor 2 hal 93-99 Jurusan Pendidikan Olahraga FIK Universitas Negeri Makassar</p>	<p>Hubungan Panjang Tungkai, Kelentukan Dan Keseimbangan Terhadap Kemampuan Servis Dalam Permainan SepakTakraw Pada Murid SDN Panyikkokang 2 Makassar</p>	<p>Penelitian berikut memiliki tujuan guna mengetahui terdapat tidaknya hubungan panjang tungkai, kelentukan, keseimbangan dan secara bersama sama terhadap kemampuan servis pada sepak takraw</p>	<p>Desain : analisis deskriptif, dan infrensial.</p> <p>Populasi : Murid SDN Panyikkokang 2 Makassar</p>	<p>Hasil dalam penelitian ini adalah</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. ada hubungan yang signifikan panjang tungkai terhadap kemampuan servis sepahtakraw 2. ada hubungan yang signifikan kelentukan terhadap kemampuan servis sepahtakraw 3. ada hubungan yang signifikan keseimbangan terhadap servis sepahtakraw 4. ada hubungan yang signifikan panjang tungkai, kelentukan, dan keseimbangan terhadap kemampuan servis permainan sepahtakraw

<p>Rizal Effendi.,Drs Ramadi S.Pd.M,Kes AIFO., ArefVai S.Pd. M.Pd JOM FKIP VOLUME 5 edisi 1 Januari-Juni (2018) Universitas Riau</p>	<p>Pengaruh Variasi Latihan Terhadap Kemampuan Servis Siswa Putra Ekstrakulikuler Sepaktakraw SMPN 1 Kubu Kabupaten Rokan Hilir</p>	<p>Tujuan dari Penelitian berikut adalah guna mengetahui apa ada pengaruh variasi latihan terhadap kemampuan servis.</p>	<p>Desain : one group pretest- posttest design, Populasi : siswa putra eskrakulikuler SMPN 1 Kubu Kabupaten Rokan Hilir yang berjumlah 15 orang</p>	<p>Berdasarkan analisis data statistik menghasilkan data pretest sebesar 0,217 dan post-test sebesar 0,167 dan Ltabel 0,227 dengan demikian terdapat pengaruh variasi latihan terhadap kemampuan servis siswa putra ekstrakulikler SMPN 1 Kubu Kabupaten Rokan Hilir.</p>
<p>Nova Aulia Rahman., Sutardji.,Setya Rahayu Journal Unnes 2013</p>	<p>Fleksibilitas Sendi Panggul Dan Panjang Tungkai Terhadap Hasil Servis SepakTakraw</p>	<p>Penelitian berikut memiliki tujuan guna mengetahui besar sumbangan fleksibilitas sendi panggul serta panjang tungkai terhadap servis sepaktakraw.</p>	<p>Desain : penelitian ini termasuk penelitian survey test Populasi : Atlet Klub Morobuntho Kabupaten Kendal Tahun 2012</p>	<p>Hasil penelitian : 1. sumbangan efektif fleksibilitas sendi panggul kecil (3,838%) terhadap servis, 2. Sumbangan efektif panjang tungkai besar (21,570%) terhadap servis.</p>
<p>Pontas Pamela, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO, Aref Vai, S.pd. M.Pd.(2019) Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan Universitas Riau</p>	<p>Hubungan Kelentukan Dan Power Otot Tungkai Terhadap Ketepatan Servis Pada Club Sepak Takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.</p>	<p>Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan power otot tungkai dan ekstensi tungkai dengan ketepatan servis pada atlet sepaktakraw Takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi.</p>	<p>Desain : penelitian korelasi product moment Populasi :</p>	<p>Hasil Penelitian : tidak terhadap hubungan secara bersama-sama antara ekstensi tungkai dan power otot tungkai terhadap ketepatan servis pada atlet takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi berjumlah 10 orang.</p>

Berdasarkan tabel di atas bisa dinyatakan bahwasanya tiap peneliti sama-sama melakukan pembahasan topik tentang faktor-faktor yang mempengaruhi kemampuan dan keterampilan servis pada sepak takraw. Jenis penelitian yang dipakai oleh peneliti di antaranya ialah jenis penelitian eksperimen serta eksperimen semu. Di mana jenis penelitian eksperimen dilaksanakan dengan ketat tahu akan hubungan dari sebab akibat antar variable.

Karakteristik utama penelitian berikut mempunyai *treatment* khusus dari objek penelitian. Jenis penelitian berikut mempunyai memiliki ciri 4 perihai yakni terdapatnya perlakuan, mekanisme, randomisasi serta tolak ukur keberhasilan. Apabila satu di antara beberapa penelitian tak mempunyai 4 ciri di atas utamanya randomisasi serta mekanisme kontrol, sehingga penelitian itu sendiri dinyatakan sebagai penelitian semu. Pada persoalan berikut, servis sepak takraw ialah sebuah pendekatan bermain melalui tahapan belajar mengajar, di mana latihan servis dijadikan sebagai variable yang mempengaruhi peningkatan terhadap hasil belajar sepak takraw bagi peserta. Pendekatan latihan dalam penerapan servis sepak takraw pada pembelajaran sepak takraw dipandang dapat menghasilkan hasil latihan yang menarik, dikarenakan dengan melihat beberapa metode latihan yang diterapkan maka hasilnya akan maksimal. Metode latihan yang diterapkan pun bisa dinyatakan sebagai wujud dari tahapan pembelajaran melalui mengutamakan kegiatan fisik, taktik serta teknik pada wujud permainan.

Berdasar dari latar belakang dari setiap jurnal yang sudah di review mempunyai permasalahan yang tidak sama, ada sekolah - sekolah yang minim akan sarana prasarana, pada sisi yang lain juga tak terdapat lahan yang luas untuk melaksanakan tahapan latihan serta kurangnya pengetahuan untuk siswa pada materi pembelajaran sepak takraw. Maka berdasar dari hal tersebut, ketika meneliti dari ke 6 jurnal di atas guna memberikan peningkatan pada hasil latihan servis digunakan penerapan beberapa teknik latihan.

Jurnal literatur menurut Septria Donal., Romi Mardela (2020). Pada jurnal penelitian yang sudah direview ada teknik pengumpulan data serta analisis data pada penelitian. Hasil review dari penelitian berikut yakni ada teknik pengumpulan *data purpose sampling* di mana teknik berikut memberikan penjelasan bahwasanya satu di antara beberapa teknik pengumpulan data *non random* atau dapat dikatakan pengambilan sampel yang dilakukan secara terpilih

dengan karakteristik khusus yang disesuaikan bersama tujuan yang menyebabkan bisa memberikan jawaban atas masalah di dalam penelitian (Donal & Mardela, 2020)

Jurnal literatur Diah Purwaningsih., Sapto Wibowo (2014) dalam jurnal penelitian yang telah di review terdapat teknik pengumpulan data serta analisis data pada penelitian. Peneliti memakai jenis penelitian eksperimen semu menggunakan pendekatan Deskriptif kuantitatif (Purwaningsih & Wibowo, 2014). Diberi sebutan kuantitatif apabila peneliti menggunakan uji teori/hipotesis serta dimanfaatkannya instrument-instrument standar. Pada penelitian berikut yang digunakan yakni *Randomized Control Group Pretest-Posttest Design*. Melalui pembagian menjadi 3 kelompok serta diberi perlakuan dan juga terdapat pre test-post test serta satu kelompok kontrol.

Jurnal literatur Indrawansyah., (2011) pada jurnal penelitian yang sudah direview ada teknik pengumpulan data serta analisis data pada penelitian. Analisa data yang dipakai pada penelitian tersebut yakni analisis menggunakan teknik statistic inferensial. Ada pun analisis data dengan deskriptif ditujukan supaya memperoleh gambaran umum data yang mencakup rata-rata, standar deviasi, *varians*, *range*, data maksimum serta minimum, tabel frekuensi juga grafik. Kemudian dilaksanakan sebuah uji akan syarat analisis yakni pengujian normalitas. Untuk uji hipotesis, apabila nyatanya data dengan distribusi normal, sehingga aka dipakai pengujian statistic parametric, yakni analisis korelasi, namun jika nyatanya data tak berdistribusi normal, sehingga dipakailah uji *statistic non parametrik*, yakni korelasi *spearman's*.

Jurnal literatur Rizal Effendi., Drs Ramadi S.Pd.M, Kes AIFO., Arefvai S.Pd. M.Pd (Efendi, n.d.). Jenis penelitian tersebut ialah eksperimen, peneliti menyebutkan bahwa eksperimen ialah sebuah metode guna melakukan pencarian hubungan sebab akibat di antara 2 faktor yang dengan kesengajaan timbul oleh peneliti menggunakan melakukan eliminasi atau memberikan pengurangan ataupun melakukan penyisihan akan faktor-faktor yang memberikan pengaruh. Di dalam penelitian tersebut observasi dilaksanakan sebanyak dua kali yakni sebelum eksperimen serta setelah eksperimen. Observasi yang dilaksanakan sebelum eksperimen dikenal dengan sebutan *pre-test*, serta setelah dikenal dengan sebutan *post-test*.

Jurnal Literatur Nova Aulia Rahman., Sutardji.,Setya Rahayu (2013). Penelitian berikut memakai teknik penelitian survey Test. Populasi penelitian tersebut yaitu atlet sepak takraw klub Morobuntho Kabupaten Kendal. Teknik pengambilan sampel pada penelitian tersebut adalah dengan memakai Total sampling. Variabel bebas penelitian ini yakni fleksibilitas sendi panggul serta panjang tungkai, variable terikat adalah hasil servis. Instrumen peneliti menggunakan meteran, flexomeasures, dan tes hasil servis. Semua perhitungan dilakukan dengan program komputerisasi *SPSS for windows release 16* untuk taraf kesalahan 5 %.

Jurnal *Literature* Pontas Pamela, Drs. Ramadi, S.Pd, M.Kes, AIFO, Aref Vai, S.pd. M.Pd (2019). Penelitian menggunakan metode korelasi *product moment (correlation research)* yakni penelitian korelasi guna menentukan ada tidaknya hubungan. Populasi penelitian ini yaitu atlet sepak takraw SMA Negeri 1 Benai Kabupaten Kuantan Singingi berjumlah 10 orang. Teknik pengambilan sampel dilakukan penetapannya dengan total sampling. Mengingat jumlah populasi yang kecil serta akan dijadikan sampel serta pemain yang mengikuti latihan. Instrumen yang digunakan penelitian ini adalah *front split, vertical jump* dan ketepatan servis.

Berdasarkan dari hasil *review literature* dari keenam jurnal di atas bisa dinyatakan bahwasanya teknik pengambilan data yang dipakai oleh peneliti di antaranya *purposive sampling*. Dimana *purposive sampling* yakni teknik *sampling non random* melalui metode melakukan penetapan akan karakteristik khusus yang disesuaikan bersama tujuan penelitian, yang menjadikannya bisa memberikan jawaban akan permasalahan penelitian. Ada persamaan dari teknik pengumpulan data serta teknik analisis data yang sudah dilaksanakan oleh beberapa peneliti pada 6 jurnal diatas, akan tetapi di sisi lain ada perbedaan hasil *review literature* keenam jurnal di atas, perbedaan itu sendiri bisa diamati berdasarkan teknik pengambilan data ataupun sampel ataupun teknik analisis data yang dilakukan pengambilannya oleh setiap peneliti dari jurnal tersebut.

Melalui hal tersebut, menurut hasil *review literature* yang sudah dilaksanakan oleh peneliti, ada sebuah perbedaan tentang teknik pengumpulan data ataupun teknik analisis data, akan tetapi terdapatnya perbedaan itu sendiri tidak mempengaruhi pada

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil yang diperoleh dari penelitian *review literature* yang sudah dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwasanya ada bermacam-macam faktor yang bisa memberikan pengaruh pada servis sepak takraw. Persoalan itu sendiri sudah ditunjukkan menggunakan beberapa hasil yang sudah diperoleh dari setiap jurnal yang sudah direview. Rata-rata dengan menggunakan metode latihan bola gantung dapat memberikan pengaruh terhadap kemampuan servis, sehingga metode latihan seperti ini perlu ditigatkan agar tujuan dalam latihan bisa tercapai yaitu meningkatkan kemampuan servis sepak takraw, panjang otot tungkai juga memiliki peran penting dalam meningkatkan kemampuan servis jadi perlu adanya pelatih untuk memilih pemain dengan panjang tungkai untuk dijadikan tekong, selain itu menurut referensi diatas kecepatan memiliki peranan penting juga dalam melakukan servis guna memberikan tunjangan gerakan tekong, kelincahan juga dapat berpengaruh terhadap kemampuan servis karena dengan elincahan seorang pemain tekong dia akan mampu memberikan respo cepat dan gerakan cepat terhadap datangnya arah bola, serta power otot tungkai memiliki pengaruh besar terhadap keberhasilan servis karena servis bukan lagi sebuah pertanda dimulainya pertandingan melainkan menjadi sebuah serangan utama untuk mendapatkan point oleh karena itu power otot tungkai sangat berpengaruh dalam gerakan tekong serta menjadi smash dasar saat melakukan servis. Dari beberapa faktor tersebut dapat disimpulkan bahwa dengan latihan bola gantung, kemampuan power otot tungkai, kekuatan otot tungkai, kecepatan dan kelincahan memberikan bukti bahwa faktor tersebut dapat mempengaruhi kemampuan dan keterampilan servis pada permainan sepak takraw.

Saran

Ketika penelitian berikut diselenggarakan diperlukan terdapatnya pengembangan yang lebih meluas lagi melalui penggunaan metode yang lain seperti metode penelitian lapangan (*field research*) yakni mengambil data melalui metode melaksanakan tes, serta pengukuran terhadap sampel dengan menggunakan pendekatan bermain tim yang dominan serta menerapkan ketrampilan individual maupun regu untuk meningkatkan prestasi dari hasil latihan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Alhamdulillah, segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga karya tulis ilmiah berjudul “Faktor-faktor yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan dan keterampilan servis pada sepak takraw dapat terselesaikan dengan baik. Shalawat serta salam kita panjatkan kepada junjungan Nabi Muhammad SAW beserta keluarga dan sahabatnya. Sehubungan dengan telah selesainya karya tulis ilmiah ini maka perkenankan penulis dengan penuh kerendahan hati menyampaikan rasa terima kasih yang tulus dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada yang terhormat: 1. Sunarko dan Muawwanah selaku kedua orang tua saya yang selalu memberikan saya dukungan dalam menyelesaikan artikel ini. 2. Drs. Arif Bulqini M.Kes, selaku dosen pembimbing skripsi saya. 3. Chindy Nofitasari S.Tr.Keb sebagai pacar saya yang selalu mengingatkan, menyupport serta membantu saya dalam menyelesaikan artikel ini. 4. Gading Arya Pamungkas, Danang, Anton sebagai teman saya yang ikut serta dalam penyusunan artikel ini.

Penulis menyadari dalam penulisan artikel ini masih banyak kekurangan, oleh karena itu diharapkan kritik dan saran yang membangun untuk dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

DAFTAR PUSTAKA

- Donal, S., & Mardela, R. (2020). Latihan Keseimbangan dan Latihan Kelentukan Berpengaruh Terhadap Kemampuan Servis Bawah Sepaktakraw. *Jurnal Patriot*, 2(2).
- Efendi, R. (n.d.). *the Effect of Exercise Variation on Servis Skill of Takraw Extracurricular Students of Smpn 1 Servis Siswa Putra Ekstrakurikuler Sepaktakraw Smp N 1 Kubu Kabupaten Rokan Hilir*. 5(d), 1–12.
- Hermawan, D. B., Asmawi, M., & Tangkudung, J. (2019). Developing Machine Training (DBH 2MCS) To Improve Beginner Athlete Service In Sepak Takraw In Sumedang Regency Name Affiliation Country Dadang Budi Hermawan Universitas Negeri Jakarta Indonesia Bio Statement — Principal contact for editorial corresponde. *Journal of Education, Health and Sport*, 9(4), 42–54.
- Jamalong, A. (2015). Hubungan Antara Power Otot Tungkai Dan Kelentukan Togok Dengan Kemampuan Servis Bawah Dalam Permainan Sepaktakraw Pada Atlet Sepaktakraw Klub Tunas Muda Kabupaten Mempawah. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 4(1), 20–34.
- Karim, A., & Ikadarny. (2018). Kontribusi Koordinasi Mata Kaki, Keseimbangan, dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Servis pada Permainan Sepaktakraw Siswa SD Negeri Mamajang II Kota Makassar. *Jurnal Pengembangan Sumber Daya Insani*, 03(2), 363–369. <https://journal.unismuh.ac.id/index.php/Perspektif/article/view/1668>
- Murti, D. L. A. W., Marani, I. N., & Rihatno, T. (2020). Pengaruh Kekuatan Otot Tungkai, Kelentukan Togok dan Keseimbangan Terhadap Servis Sepak Takraw. *Gladi : Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 11(02), 115–126. <https://doi.org/10.21009/gjik.112.04>
- Pamela, P., Ramadi, D., Pd, S., Kes, M., Vai, A., Pd, S., & Pd, M. (n.d.). *RELATIONSHIP BETWEEN CURRENT AND MUSCLE POWER ON SERVICE ACCURACY IN SOUTH TAKRAW CLUB OF SMA 1 BENAI BENAI DISTRICT , KUANTAN SINGINGI DISTRICT TERHADAP KETEPATAN SERVIS PADA CLUB SEPAK TAKRAW SMA NEGERI 1 BENAI KABUPATEN KUANTAN SINGINGI*. 6, 1–12.
- Pemain, P., & Takraw, S. (2014). *Sebesar 1,00, Nilai Ini Lebih Kecil Dari T*. V(2), 215–228.
- Purwaningsih, D., & Wibowo, S. (2014). Perbandingan Media Video Compact Disk Dengan Bola Gantung Terhadap jhasil Belajar Sepak Mula Bawah (Servis) Sepak Takraw. *JPOK, Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 2(3), 685–689. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/10010>
- Rosti, Suwo, R., & Harum. (2020). Hubungan Panjang Tungkai Dan Kelenturan Dengan Kemampuan Servis Pada Permainan Sepak Takraw. *Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education*, 8(Tadulako Journal Sport Sciences and Physical Education Volume 8, Nomor 1 Januari – Juni 2020), 47–48. <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/indeks.php/PJKR/indeks>
- Sciences, S., Gcsseh, H., & Ita, S. (2020). *Global Conferences Series : Determining Dominant Physical Factors in Takraw Service Capability*. 5, 148–153.

Sekaran, Holliday, C. O. J., Schmidheiny, S., Watts, P., Schmidheiny, S., Watts, P., Montgomery, H., Pmi, University of Pretoria, Gentry, R. R., Lester, S. E., Kappel, C. V., White, C., Bell, T. W., Stevens, J., Gaines, S. D., Zavadskas, E. K., Cavallaro, F., Podvezko, V., ... Branch, B. (2018). No 主観的健康感を中心とした在宅高齢者における健康関連指標に関する共分散構造分析Title. *Pakistan Research Journal of Management Sciences*, 7(5), 1–2.

Semarayasa, I. K. (2016). Pengaruh Strategi Pembelajaran Dan Tingkat Motor Ability Terhadap Keterampilan Servis Atas Sepak Takraw Pada Mahasiswa Penjaskesrek Fok Undiksha. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 12(April), 34–41.

Sukanto. (2006). Suatu pengantar pengantar sosiologi. In *Jakarta: CV Rajawali*.

Suprayitno. (2018). HASIL BELAJAR SEPAK SILA PERMAINAN SEPAK TAKRAW (Studi Ekperimen tentang Pengaruh Gaya Mengajar Dan Kemampuan Motorik pada Mahasiswa PJKR FIK Unimed). *Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 17(1), 58–68.

UU No 3 Tahun 2005. (2005). Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan. *Presiden RI*, 1, 1–53

Volume, J. P. (2020). 4,301 dan t. 2, 514–525.
宗成庆. (n.d.). No Title 统计自然语言处理 (第二版).