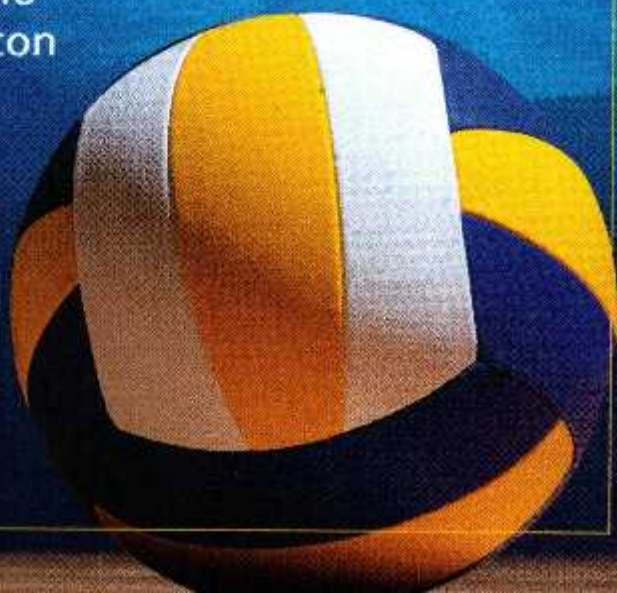




Jump Serve Serangan Pertama

dalam Permainan Bola Voli

Muhamad Sazeli Rifki
Deby Tri Mario
Ariando Ariston



Perpustakaan Nasional: Katalog dalam terbitan (KDT)

Muhamad Sazeli Rifki, dkk

JUMP SERVE: Serangan Pertama dalam Permainan Bola Voli/Muhamad Sazeli Rifki, dkk
—Ed. 1, Cet. 1.—Depok: Rajawali Pers, 2021.

xii, 94 hlm., 23 cm.

Bibliografi: hlm. 75

ISBN 978-623-372-115-8

Hak cipta 2021, pada penulis

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh isi buku ini dengan cara apa pun,
termasuk dengan cara penggunaan mesin fotokopi, tanpa izin sah dari penerbit

2021.3268 RAJ

Muhamad Sazeli Rifki | Deby Tri Mario | Ariando Ariston

JUMP SERVE

Serangan Pertama dalam Permainan Bola Voli

Cetakan ke-1, November 2021

Hak penerbitan pada PT RajaGrafindo Persada, Depok

Editor : Hidayati

Setter : Eka Rinaldo

Desain Cover : Tim Kreatif RGP

Dicetak di Rajawali Printing

PT RAJAGRAFINDO PERSADA

Anggota IKAPI

Kantor Pusat:

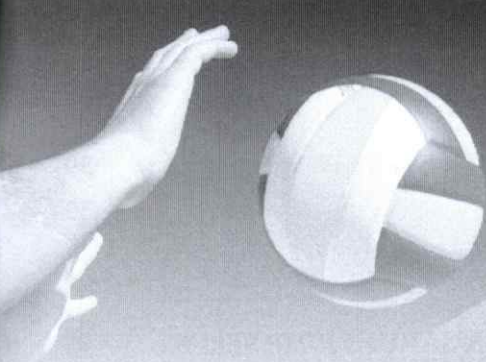
Jl. Raya Leuwilinggung, No.112, Kel. Leuwilinggung, Kec. Tapos, Kota Depok 16456

Telepon : (021) 84311162

E-mail : rajapers@rajagrafindo.co.id <http://www.rajagrafindo.co.id>

Perwakilan:

Jakarta-16456 Jl. Raya Leuwilinggung No. 112, Kel. Leuwilinggung, Kec. Tapos, Depok, Telp. (021) 84311162. **Bandung**-40243, Jl. H. Kurdi Timur No. 8 Komplek Kurdi, Telp. 022-5206202. **Yogyakarta**-Perum. Pondok Soragan Indah Blok A1, Jl. Soragan, Ngestiharjo, Kasihan, Bantul, Telp. 0274-625093. **Surabaya**-60118, Jl. Rungkut Harapan Blok A No. 09, Telp. 031-8700819. **Palembang**-30137, Jl. Macan Kumbang III No. 10/4459 RT 78 Kel. Demang Lebar Daun, Telp. 0711-445062. **Pekanbaru**-28294, Perum De' Diandra Land Blok C 1 No. 1, Jl. Kartama Marpoyan Damai, Telp. 0761-65807. **Medan**-20144, Jl. Eka Rasmi Gg. Eka Rossa No. 3A Blok A Komplek Johor Residence Kec. Medan Johor, Telp. 061-7871546. **Makassar**-90221, Jl. Sultan Alauddin Komp. Bumi Permata Hijau Bumi 14 Blok A14 No. 3, Telp. 0411-861618. **Banjarmasin**-70114, Jl. Bali No. 31 Rt 05, Telp. 0511-3352060. **Bali**, Jl. Imam Bonjol Gg 100/V No. 2, Denpasar Telp. (0361) 8607995. **Bandar Lampung**-35115, Perum. Bilabong Jaya Block B8 No. 3 Susunan Baru, Langkapura, Hp. 081299047094.



DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
BAB 1 PERMAINAN BOLA VOLI MODERN	1
A. Bola Voli adalah Olahraga Kompetitif	1
B. Permainan Bola Voli <i>Indoor</i>	2
C. Sistem Permainan Bola Voli <i>Indoor</i>	9
D. Posisi dalam Permainan Bola Voli <i>Indoor</i>	11
E. Permainan Bola Voli Pantai	13
F. Perbedaan Bola Voli <i>Indoor</i> dan Bola Voli Pantai	30
BAB 2 <i>JUMP SERVE</i>	33
A. Hakikat <i>Jump Serve</i>	33
B. Teknik <i>Jump Serve</i>	35
C. Elemen-elemen Gerakan <i>Jump Serve</i>	36
D. Keuntungan <i>Jump Serve</i>	38

BAB 3 PERKEMBANGAN <i>JUMP SERVE</i>	39
A. Perkembangan <i>Serve</i>	39
B. Perkembangan <i>Jump Serve</i>	44
BAB 4 FAKTOR YANG MEMENGARUHI <i>JUMP SERVE</i>	47
BAB 5 MODEL LATIHAN <i>JUMP SERVE</i>	51
BAB 6 TES DAN PENGUKURAN <i>JUMP SERVE</i>	59
A. Instrumen Keterampilan <i>Jump Serve</i>	59
B. <i>Validitas dan Reliabilitas</i> Tes Keterampilan <i>Jump Serve</i>	62
BAB 7 KETERKAITAN ANTARA DAYA LEDAK OTOT LENGAN, DAYA LEDAK OTOT TUNGKAI, KOORDINASI MATA TANGAN DAN PERCAYA DIRI TERHADAP KETERAMPILAN <i>JUMP SERVE</i>	63
A. Daya Ledak Otot Lengan terhadap Keterampilan <i>Jump Serve</i>	63
B. Daya Ledak Otot Tungkai terhadap Keterampilan <i>Jump Serve</i>	66
C. Koordinasi Mata Tangan terhadap Keterampilan <i>Jump Serve</i>	69
D. Percaya Diri terhadap Keterampilan <i>Jump Serve</i>	71
E. Daya Ledak Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai, Koordinasi Mata Tangan dan Percaya Diri terhadap Keterampilan <i>Jump Serve</i>	74
DAFTAR PUSTAKA	75
GLOSARIUM	81
INDEKS	87
BIODATA PENULIS	91