



Study Kondisi Fisik Dan Teknik Dasar Pemain Bolavoli Di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam

Adam Muslim, Asep Sujana Wahyuri, Erianti, Mardepi Saputra

Pendidikan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang, Indonesia

Adam.muslim1406@gmail.com, asepswpo@fik.unp.ac.id, ai.erianti1962@gmail.com,

mardepi@fik.unp.ac.id

Kata Kunci : Kondisi Fisik dan Teknik Dasar Bola Voli

Abstrak : Masalah dalam penelitian ini yaitu menurunnya prestasi yang dimiliki oleh pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam. Dengan demikian tujuan penelitian ini adalah mengetahui factor penyebab rendahnya prestasi tersebut yaitu kondisi fisik dan teknik dasar pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Populasi adalah pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam yang berjumlah 24 orang, yang terdiri dari 7 orang putera dan 17 orang puteri. Teknik pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, maka jumlah sampel berjumlah 17 orang pemain puteri. Data dikumpulkan dengan menggunakan pengukuran terhadap kondisi fisik dan teknik bolavoli. Data dianalisis dengan menggunakan teknik persentase.

Hasil penelitian ditemukan bahwa: (1) Kondisi fisik dari 17 orang pemain bolavoli hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 3 orang (17,65%) kategori baik dan kategori sedang yakni 8 orang (47,06%). Selanjutnya ada 4 orang (23,53%) kategori kurang dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali. Artinya masih banyak pemain yang belum memiliki kondisi fisik baik. (2) Kemampuan teknik bolavoli dasar dari 17 orang, 2 orang (11,76%) kategori baik sekali, 4 orang (23,53%) kategori baik dan 5 orang (29,41%) kategori sedang. Selanjutnya 5 orang (29,41%) kategori kurang dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali. Artinya lebih dari sebagian besar kemampuan teknik bolavoli dasar pemain masih rendah.

Keywords : *Basic Physical Conditions and Techniques of Volleyball*

Abstract : *The problem in this study is the decreased achievement of volleyball players at Batam 8 Vocational High School. Thus the purpose of this study was to determine the factors causing the low achievement, namely the physical condition and basic techniques of volleyball players at Batam 8 Vocational High School.*

This type of research is descriptive. The population is volleyball players at Batam 8 State Vocational High School, totaling 24 people, consisting of 7 boys and 17 girls. The sampling technique used purposive sampling, so the total sample was 17 female players. Data was collected using measurements of physical condition and volleyball technique. Data were analyzed using percentage techniques.

The results of the study found that: (1) The physical condition of 17 volleyball players. only 1

person (5.88%) is in very good category, 3 people (17.65%) are in good category and moderate category is 8 people (47.06%). Furthermore, there were 4 people (23.53%) in the less category and 1 person (5.88%) in the very less category. This means that there are still many players who do not have good physical condition. (2) Basic volleyball technique ability of 17 people, 2 people (11.76%) very good category, 4 people (23.53%) good category and 5 people (29.41%) medium category. Furthermore, 5 people (29.41%) were in the less category and 1 person (5.88%) was in the very less category. This means that most of the technical skills of the basic volleyball players are still low.

PENDAHULUAN

Olahraga disekolah atau yang lebih dikenal dengan olahraga pendidikan seperti dijelaskan undang-undang Republik Indonesia nomor 11 tahun 2022 tentang Keolahragaan (2022:2) Bab I pasal 1 yang berbunyi: Olahraga adalah segala kegiatan yang melibatkan pikiran, raga, dan jiwa secara terintegrasi dan sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, sosial, dan budaya.

Olahraga bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga yang cukup populer dan disenangi dikalangan anak-anak, remaja, dewasa maupun orang tua baik laki-laki maupun perempuan.

Service merupakan tehnik dasar bola voli yang berfungsi untuk memulainya suatu permainan, service dapat dilakukan dengan service bawah ataupun dengan service atas. Teknik-teknik tersebut terbagi menjadi tiga macam yaitu teknik dasar, teknik menengah dan teknik tinggi. Teknik passing merupakan teknik dasar yang paling dominan dan wajib dikuasai dengan baik oleh setiap pemain bola voli. Karena passing merupakan salah satu teknik dalam permainan bola voli yang berfungsi untuk mengoperkan bola yang dimainkannya kepada teman satu timnya untuk dimainkan sendiri yang biasanya diumpangkan kepada smasher untuk melakukan serangan terhadap regu lawan.

Gerak dasar dalam permainan bola voli merupakan faktor yang sangat penting untuk

dikuasai setiap pemain bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bolavoli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan kalah dan menangnya tim dalam suatu pertandingan disamping unsur kondisi fisik, taktik, dan mental. Salah satu faktor yang diduga dapat mempengaruhi efektifnya teknik dasar seorang pemain adalah faktor kondisi fisik. Tanpa kondisi fisik yang memadai maka teknik dasar bolavoli tidak akan dapat dilakukan secara sempurna. Komponen kondisi fisik yang diduga dapat menunjang kemampuan passing bawah yang efektif adalah kelincahan, daya tahan kekuatan otot lengan dan koordinasi mata-tangan, di samping perlu pula didukung dengan unsur teknik yang baik.

Kekuatan lengan yang mempunyai peranan yang tidak kalah pentingnya terhadap kemampuan passing bawah bolavoli. Karena untuk menghasilkan passing bawah yang cepat maka dibutuhkan kemampuan kekuatan lengan yang tinggi dari pemain. Koordinasi mata-tangan juga mempunyai peranan penting terhadap kemampuan passing bawah. Dimana gerakan passing bawah bolavoli seperti melakukan ayunan kedua lengan dan dorongan bola dan pengembalian bola selalu menggunakan lengan atau tangan, sehingga kemampuan mengkoordinasikan gerakan tangan dengan bantuan penglihatan sangat menentukan efektifnya hasil pengembalian bola yang dilakukan melalui gerakan passing

bawah.

Berdasarkan hasil observasi yang penulis lakukan pada pemain bolavoli di sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam, faktanya bahwa kemampuan teknik dasar yang dimiliki siswa masih terbilang rendah, jadi masalah rendahnya teknik dasar yang dimiliki oleh pemain bolavoli di sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam, dapat mempengaruhi prestasi yang dimilikinya seperti yang terlihat di dua tahun belakangan ini, dimana prestasi bola voli yang dimiliki pemain terlihat menurun dari beberapa turnamen yang diikuti dari berbagai sekolah. Hal ini mungkin disebabkan beberapa faktor, salah satu faktornya adalah kemampuan penguasaan teknik dasar dalam bermain bola voli yang belum maksimal.

Berdasarkan uraian diatas ternyata ada faktor-faktor yang mempengaruhi prestasi pemain pemain bolavoli di sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam. Untuk mengetahui faktor yang dominan terhadap hal yang menyebabkan prestasi pemain rendah dan menurun maka peneliti ingin meneliti dengan judul study kondisi fisik dan teknik dasar pemain bolavoli di sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam.

METODE

Penelitian ini tergolong pada penelitian deskriptif kuantitatif. Menurut Arikunto (2010:234), penelitian deskriptif adalah tidak dimaksudkan untuk menguji hipotesis tertentu, tetapi hanya menggambarkan apa adanya tentang suatu variable, gejala atau keadaan. Artinya penelitian ini hanya menggambarkan suatu gejala yang apa adanya, tanpa memberi perlakuan khusus. Dalam penelitian ini akan diungkapkan tentang kondisi fisik dan teknik dasar yang dimiliki pemain Bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam. Tempat penelitian ini akan dilaksanakan di Sekolah

Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam. Sementara penelitian ini dilakukan pada tanggal 24 – 31 Juli 2023.

Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian Arikunto, (2010:173). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pemain Bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam yang berjumlah 24 orang, yang terdiri dari 7 orang putera dan 17 orang puteri. Sampel secara sederhana diartikan sebagai bahan dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam suatu penulisan (Arikunto, 2010:98). Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik purposive sampling yaitu dengan cara pertimbangan-pertimbangan tertentu. Dengan demikian sampel dalam penelitian ini adalah atlet putri berjumlah 17 orang pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam khusus pada siswa putri saja.

Jenis data penelitian yang diambil dalam suatu penelitian yaitu data primer, data yang diambil langsung melalui tes kondisi fisik dan teknik dasar yang dimiliki pemain Bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam dan sekunder, data yang diambil dari data di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam. Data yang diperoleh dalam penelitian ini diambil langsung dari pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam.

Untuk mendapat data tentang kemampuan kondisi fisik dan teknik dasar pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam, maka teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah melalui tes dan pengukuran untuk masing-masing variabel, yaitu:

1. Tes Kelincahan .
2. Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan.
3. Koordinasi mata - tangan.

4. Servis bawah.
5. Servis.
6. Smash.

Setelah semua data yang dibutuhkan terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data sehingga data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Analisis data ini dilakukan dengan bantuan SPSS untuk mencari nilai tengah (median), nilai rata-rata (mean), nilai tertinggi (maksimum), nilai terendah (minimum), dan standar deviasi (SD).

Setelah diperoleh data dalam bentuk 1 skor maka data dapat dikategorikan sesuai kategori yang telah ditentukan. Pengkategorian dikelompokkan menjadi 5 kategori yaitu: Baik sekali, baik, cukup, kurang, kurang sekali. Sedangkan untuk pengkategorian menggunakan acuan 5 batas norma (Anas sudjono, 2009: 453), sebagai berikut:

Tabel 1. Tabel 5 batas norma

Sumber: Anas sudjono, 2009: 453

| No | pengkategorian | Kategori |
|----|-----------------------------|---------------|
| 1 | $> M + 1,5 SD$ | Baik sekali |
| 2 | $> M + 0,5 SD - M + 1,5 SD$ | Baik |
| 3 | $> M - 0,5 SD - M + 0,5 SD$ | Cukup |
| 4 | $> M - 1,5 SD - M - 0,5 SD$ | Kurang |
| 5 | $< M - 1,5 SD$ | Kurang sekali |

HASIL

kategori hasil data kelincahan pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kategori Hasil Data Kelincahan Pemain Bola Voli di SMK Negeri 8 Batam.

| Katrgori | Norma | Fa | Fr (%) |
|---------------|---------------|----|--------|
| Baik sekali | $< 16,66$ | 2 | 11,76 |
| Baik | 16,66 - 18,00 | 3 | 17,65 |
| Cukup | 18,01 - 19,35 | 5 | 29,41 |
| Kurang | 19,36 - 20,11 | 6 | 35,29 |
| Kurang sekali | $>20,11$ | 1 | 5,88 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berdasarkan pada Tabel 2, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dari 17 orang pemain bolavoli, kelincahan pada kategori baik sekali yaitu ada 2 orang (11,76%) pemain yang memilikinya, untuk kategori baik yaitu 3 orang (17,65%) dan kategori sedang yakni sebanyak 5 orang (29,41%). Selanjutnya pemain yang memiliki kelincahan kategori kurang yakni sebanyak 6 orang (35,29%) dan kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%).

kategori hasil data daya tahan otot lengan pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 3 di bawah ini.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kategori Hasil Data Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan Pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam

| Katrgori | Norma | Fa | Fr (%) |
|---------------|--------|----|--------|
| Baik sekali | > 22 | 1 | 5,88 |
| Baik | 17-22 | 6 | 35,29 |
| Cukup | 12-16 | 3 | 17,65 |
| Kurang | 6-11 | 6 | 35,29 |
| Kurang sekali | < 6 | 1 | 5,88 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berpedoman pada Tabel 3 di atas, dari pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam, daya tahan kekuatan otot lengan dengan kategori baik sekali yang memilikinya hanya 1 orang (5,88%), untuk kategori baik yaitu sebanyak 6 orang (35,29%), dan untuk kategori sedang

yaitu 3 orang (17,65%). Selanjutnya pemain yang memiliki daya tahan kekuatan otot lengan pada kategori kurang yaitu sebanyak 6 orang (35,29%), dan untuk kategori kurang sekali yang memilikinya hanya 1 orang (5,88%).

kategori hasil data koordinasi mata-tangan pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 4 di bawah ini.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Kategori Hasil Data Koordinasi Mata-Tangan Pemain Bolavoli di SMK Negeri 8 Batam

| Katrgori | Skor | Fa | Fr (%) |
|---------------|------|----|--------|
| Baik sekali | 10 | 1 | 5,88 |
| Baik | 9 | 1 | 5,88 |
| Cukup | 8 | 4 | 23,53 |
| Kurang | 7 | 10 | 58,82 |
| Kurang sekali | 6 | 1 | 5,88 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berdasarkan pada Tabel 4 di atas, maka dapat ditarik suatu kesimpulan bahwa dari 17 orang pemain bolavoli, koordinasi mata-tangan pada kategori baik sekali dan kategori baik yaitu masing-masing 1 orang (5,88%), dan untuk kategori sedang adalah 4 orang (23,53%). Selanjutnya untuk kategori kurang yakni 10 orang (58,82%) dan kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%).

kategori hasil data daya kondisi fisik pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 5 di bawah ini.

Tabel 5. Distribusi Hasil Data Kondisi Fisik Pemain Bolavoli di SMK Negeri 8 Batam.

| Katrgori | Skor | Fa | Fr (%) |
|---------------|-------|----|--------|
| Baik sekali | > 60 | 1 | 5,88 |
| Baik | 53-60 | 3 | 17,62 |
| Cukup | 47-52 | 8 | 47,06 |
| Kurang | 42-46 | 4 | 23,53 |
| Kurang sekali | < 42 | 1 | 5,88 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berdasarkan pada Tabel 5, maka jelaslah bahwa pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam yang memiliki kondisi fisik pada kategori baik sekali hanya 1 orang (5,88%), kategori baik yaitu 3 orang (17,65%) dan kategori sedang yakni sebanyak 8 orang (47,06%). Selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 4 orang (23,53%) dan yang memiliki kondisi fisik untuk kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%).

kategori hasil data kemampuan passing bawah pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 6 di bawah ini.

Tabel 6. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Passing Bawah Pemain Bola Voli di SMK Negeri 8 Batam.

| Katrgori | Kelas interval | Fa | Fr (%) |
|---------------|----------------|----|--------|
| Baik sekali | >30,5 | 1 | 5,88 |
| Baik | 28,6-30,5 | 4 | 23,53 |
| Cukup | 25,3-28,5 | 8 | 47,06 |
| Kurang | 22,0-25,2 | 2 | 11,76 |
| Kurang sekali | <22,0 | 2 | 11,76 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berpedoman pada Tabel 6, dari 17 orang pemain bolavoli Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam yang memiliki *passing* bawah dengan kategori baik sekali hanya ada 1 orang (5,88%), kategori baik yaitu ada 4

orang (23,53%), dan kategori sedang ditemukan sebanyak 8 orang (47,06%). Selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 2 orang (11,76%) dan kategori kurang sekali juga ada 2 orang (11,76%).

kategori hasil data kemampuan servis bawah pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 7 di bawah ini.

Tabel 7. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Servis Bawah Pemain Bolavoli di SMK Negeri 8 Batam.

| Katrgori | Kelas interval | Fa | Fr (%) |
|---------------|----------------|----|--------|
| Baik sekali | >18 | 1 | 5,88 |
| Baik | 14-18 | 5 | 29,41 |
| Cukup | 11-13 | 6 | 35,29 |
| Kurang | 8-10 | 2 | 11,76 |
| Kurang sekali | <8 | 3 | 17,65 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berpedoman pada Tabel 7, dari 17 orang pemain yang dijadikan sebagai sampel dalam penelitian ini, maka ditemukan kemampuan teknik servis bawah, untuk kategori baik sekali hanya 1 orang (5,88%), kategori baik ditemukan 5 orang (29,41%) dan kategori sedang yaitu 6 orang (35,29%) dan untuk kategori kurang yaitu 2 orang (11,76%), sedangkan untuk kategori kurang sekali pemain yang memilikinya ada 3 orang (17,65%).

kategori hasil data kemampuan smash pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 8 di bawah ini.

Tabel 8. Distribusi Frekuensi Hasil Data Kemampuan Smash Pemain Bolavoli di SMK Negeri 8 Batam.

| Katrgori | Kelas interval | Fa | Fr (%) |
|---------------|----------------|----|--------|
| Baik sekali | >12 | 1 | 5,88 |
| Baik | 9-12 | 5 | 29,41 |
| Cukup | 6-8 | 6 | 35,29 |
| Kurang | 4-5 | 4 | 23,53 |
| Kurang sekali | <4 | 1 | 5,88 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berpedoman pada Tabel 8 di atas, dari 17 orang pemain bolavoli Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam, pemain yang memiliki *smash* untuk kategori baik sekali hanya 1 orang (5,88%), untuk *smash* kategori baik ditemukan sebanyak 5 orang (29,41%) dan untuk kategori sedang yakni sebanyak 6 orang (35,29%). Selanjutnya untuk kategori kurang adalah 4 orang (23,53%) dan untuk kategori kurang sekali yang memilikinya hanya 1 orang (5,88%).

kategori hasil data teknik bolavoli pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam tersebut dapat dilihat pada tabel 9 di bawah ini.

Tabel 9. Distribusi Frekuensi Hasil Data Teknik Bolavoli Dasar Pemain Bolavoli di SMK negeri 8 Batam.

| Katrgori | Kelas interval | Fa | Fr (%) |
|---------------|----------------|----|--------|
| Baik sekali | >61 | 2 | 11,76 |
| Baik | 54-61 | 4 | 23,53 |
| Cukup | 46-53 | 5 | 29,41 |
| Kurang | 39-45 | 5 | 29,41 |
| Kurang sekali | 39-45 | 1 | 5,88 |
| Jumlah | | 17 | 100 |

Berpedoman pada Tabel 9, dari 17 orang pemain bolavoli Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam yang dijadikan sampel dalam penelitian ini, ditemukan yang memiliki teknik dasar bermain bolavoli untuk kategori baik sekali hanya a 2 orang (11,76%), untuk kategori baik yaitu ada 4 orang (23,53%) dan untuk kategori sedang

adalah 5 orang (29,41%). Selanjutnya untuk kategori kurang juga ditemukan 5 orang (29,41%) dan kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%).

PEMBAHASAN

Pembahasan ditulis melekat dengan data yang dibahas. Pembahasan diusahakan tidak terpisah dengan data yang dibahas.

Bila dilihat hasil penelitian tentang kondisi fisik, dari 17 orang pemain bolavoli di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 8 Batam yang memiliki kondisi fisik pada kategori baik sekali hanya 1 orang (5,88%), kategori baik ada 3 orang (17,65%) dan kategori sedang yakni 8 orang (47,06%). Selanjutnya untuk kategori kurang yaitu 4 orang (23,53%) dan yang memiliki kondisi fisik untuk kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%). Sesuai dengan temuan hasil penelitian tersebut, maka dapat diberi kesimpulan bahwa pemain bolavoli disekolah ini sebagian besar dari jumlah sampel belum memiliki kemampuan kondisi fisik yang baik.

Berdasarkan hasil penelitian dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam, hanya 2 orang (11,76%) yang memiliki kelincahan kategori baik sekali, 3 orang (17,65%) kategori baik, dan kategori sedang ada 5 orang (29,41%). Selanjutnya pemain yang memiliki kelincahan kategori kurang yakni 6 orang (35,29%) dan kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%). Sesuai dengan temuan hasil penelitian tentang kelincahan tersebut, maka jelaslah bahwa masih banyak pemain yang masih rendah kelincahannya.

Berdasarkan hasil penelitian tentang daya tahan kekuatan otot lengan dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam, maka ditemui hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 6 orang (35,29%) kategori baik,

dan 3 orang (17,65%) kategori sedang. Selanjutnya pemain yang memiliki daya tahan kekuatan otot lengan pada kategori kurang ada sebanyak 6 orang (35,29%), dan 1 orang (5,88%) untuk kategori kurang sekali.

Dalam penelitian ini koordinasi yang diukur adalah koordinasi mata-tangan dan diukur dengan lempar tangkap bola tenis ke dinding sasaran yang dilakukan pemain selama 15 detik. Berdasarkan hasil penelitian tentang koordinasi mata-tangan tersebut, maka dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri Batam ditemukan untuk kategori baik sekali dan kategori baik hanya masing-masing 1 orang (5,88%), kategori sedang ada 4 orang (23,53%). Selanjutnya untuk kategori kurang yakni 10 orang (58,82%) dan kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%).

Berdasarkan hasil penelitian tentang teknik dasar bolavoli dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam, maka ditemukan hanya 2 orang (11,76%) kategori baik sekali, 4 orang (23,53%) kategori baik dan untuk kategori sedang adalah 5 orang (29,41%). Selanjutnya untuk kategori kurang juga ditemukan 5 orang (29,41%) dan kategori kurang sekali hanya 1 orang (5,88%). Sesuai dengan temuan hasil penelitian ini, maka jelaslah bahwa masih banyak pemain yang belum memiliki kemampuan teknik bolavoli dasar dengan baik.

Bila dilihat hasil kemampuan *passing* bawah dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam, ditemui hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 4 orang (23,53%) kategori baik, dan kategori sedang ditemukan sebanyak 8 orang (47,06%). Selanjutnya untuk kategori kurang dan kurang sekali ada masing-masing 2 orang (11,76%). Sesuai dengan temuan ini kebanyakan dari pemain bolavoli di sekolah ini memiliki kemampuan sedang, dan ada empat orang yang masih rendah kemampuan

passing bawahnya.

Berdasarkan hasil temuan penelitian servis bawah dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam, maka ditemukan hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 5 orang (29,41%) kategori baik dan kategori sedang ada 6 orang (35,29%) dan untuk kategori kurang yaitu 2 orang (11,76%), sedangkan untuk kategori kurang sekali ada 3 orang (17,65%). Sesuai dengan temuan dari kemampuan servis bawah pemain bolavoli tersebut, maka dapat diartikan bahwa lebih dari sebagian sampel belum memiliki kemampuan servis bawah dengan baik.

Berdasarkan hasil penelitian tentang kemampuan *smash* dari 17 orang pemain bolavoli di SMK Negeri 8 Batam, maka ditemukan hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 5 orang (35,29%) kategori baik, dan 6 orang (35,29%) kategori sedang. Selanjutnya 4 orang (23,53%) kategori kurang dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali. Sesuai dengan temuan ini maka, dapat diartikan bahwa sebagian besar dari pemain belum memiliki kemampuan *smash* dengan baik.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat dikemukakan beberapa kesimpulan yakni sebagai berikut:

1. Kondisi fisik dari 17 orang pemain bolavoli. hanya 1 orang (5,88%) kategori baik sekali, 3 orang (17,65%) kategori baik dan kategori sedang yakni 8 orang (47,06%). Selanjutnya ada 4 orang (23,53%) kategori kurang dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali. Artinya masih banyak pemain yang belum memiliki kondisi fisik baik.

2. Kemampuan teknik bolavoli dasar dari 17 orang, 2 orang (11,76%) kategori baik sekali, 4 orang (23,53%) kategori baik dan 5

orang (29,41%) kategori sedang. Selanjutnya 5 orang (29,41%) kategori kurang dan 1 orang (5,88%) kategori kurang sekali. Artinya lebih dari sebagian besar kemampuan teknik bolavoli dasar pemain masih rendah.

DAFTAR PUSTAKA

- Astuti, Y., Erianti, E., Zulbahri, Z., Pitnawati, P., & Arsil, A. (2020). Daya Ledak Otot Lengan Dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Ketepatan Servis Atas Bolavoli. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 9(2), 83-91.
- 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), 01-16
- Badriah, D. L. 2011. *Fisiologi Olahraga*. Bandung: Pustaka Ramadhan.
- Bafirman. 2015. *Pembentukan Kondisi Fisik*. Malang: wineke media
- Erianti, E., Deswandi, D., & Astuti, Y. (2023). Studi Kondisi Fisik Dan Teknik Smash Pemain Bolavoli Sma Negeri 1 Padang Panjang. *Jurnal JPDO*, 6(5), 40-47.
- Harsono. (2015). *Latihan Kondisi Fisik*. Bandung: FPOK UPI.
- Igoresky, A., Andria, Y., & Arisman, A. (2023). The Effect of Push-up Training on Tennis Volley Ability. *Halaman Olahraga Nusantara: Jurnal Ilmu Keolahragaan*, 6(2), 507-514.

- Nurhasan. 2003. *Tes dan Pengukuran Dalam Pendidikan Jasmani*. Jakarta Pusat: Direktorat Jenderal Olahraga.
- Ihsan, N., Zulman, Z., & Adriansyah, A. (2018). Hubungan Daya Ledak Otot Tungkai dan Dayatahan Aerobik Dengan Kemampuan Tendangan Depan Atlet Pencak Silat Perguruan Pedang Laut Pariaman. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(1), 1-6.
- Purwanto, D., Yuwono, C., & Purwono, E. P. 2015. Survey Kondisi Fisik dan Keterampilan Teknik Dasar Bola Voli Pada Klub Bola Voli Putri Bravo Banjarnegara Tahun 2012. *Journal of Physical Education, Sports, Health, And Recreations*. Volume 2. Nomor 4. 318-321.
- Hardiansyah, S. (2018). Analisis Kemampuan Kondisi Fisik Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang. *Jurnal MensSana*, 3(1), 117-123.
- Suwirman, S., Ihsan, N., & Sepriadi, S. (2018). Hubungan status gizi dan motivasi berprestasi dengan tingkat kondisi fisik siswa pplp cabang pencak silat sumatera barat. *Sporta Saintika*, 3(1), 410-422.
- UNP. 2014. *Panduan Penulisan Tugas Akhir/Skripsi*. Padang: UNP dan FIK UNP Padang.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan.
- Widiastuti. 2011. *Tes dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: PT. Bumi Timur Jaya
- Yulifri, F. U., & Sepriadi, F. U. (2018). Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal MensSana*, 3(1), 19-32.