

**PENGARUH METODE LATIHAN BERMAIN TERHADAP
KEMAMPUAN *PASSING* BAWAH BOLAVOLI SISWA
SMK MUHAMMADIYAH 1 PADANG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepeleatihan Olahraga Fakultas
Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Sebagai Salah Satu
Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)*



**Oleh :
ANDI YANTO
1102976/2011**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2016**

HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

Judul : Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang
Nama : Andi Yanto
NIM/BP : 1102916/2011
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2016

Disetujui Oleh:

Pembimbing I



Dr. Donie, M.Pd
NIP : 19720717 199803 1 004

Pembimbing II



Drs. Hermanzoni, M. Pd
NIP : 19610414 198603 1 007

Mengetahui :
Ketua Jurusan Kepelatihan



Dr. Umar, MS. AIFO
NIP : 19610615 198703 1 003

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Andi Yanto

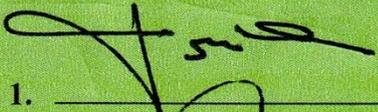
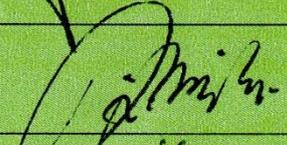
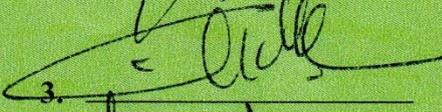
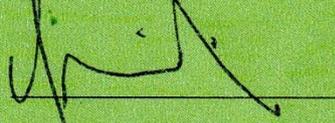
NIM : 1102976/2011

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi Didepan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan Kepelatihan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan Judul

Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah
Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang (Studi Ekperimen pada
Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang)

Padang, April 2016

Tim Penguji:

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	: Dr. Donie, M.Pd	1. 
2. Sekretaris	: Drs. Hermanzoni, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Dr. Alnedral, M.Pd	3. 
4. Anggota	: Drs. Maidarman, M.Pd	4. 
5. Anggota	: Drs. H. Witarsyah, M.Pd	5. 

HALAMAN PERSEMBAHAN

“Sesungguhnya di balik kesulitan ada kemudahan, maka apabila kamu telah selesai (dari kesulitan) kerjakanlah dengan sungguh-sungguh urusan yang lain dan hanya kepada Tuhanmulah hendaknya kamu berharap” (Q.S. Al-Insyirah: 6-8)

Alhamdulillahirabbil' alamin.....

Puji syukur atas Rahmat dan Kasih-Mu yang telah Engkau limpahkan kepadaku ya Allah, akhirnya aku mampu menyelesaikan tugas akhirku. Hanya Engkau yang Maha kuasa menjadikan segala sesuatu menjadi mudah, dan hanya dengan izin-Mu aku mampu meraih gelar sarjanaku.

Terima Kasih ya Allah engkau hadirkan aku diantara orang-orang yang menyayangiku dan senantiasa menguatkan aku. Karya kecil ini kupersembahkan untuk mereka yang mencintainya.

Bapak dan Ibu

Bapak (KARDI) dan Ibu (SITI MALIKAH),

Sumber kekuatan terbesar dihidupku, dua malaiikat mulia yang cintanya tak pernah pudar dan selalu memberiku kebahagiaan. Tempatku berkeluh kesah tetang hari yang aku lalui, tempatku melabuhkan semua cintaku.

Terima kasih untuk semua pengorbanan dan kasih sayang yang papa dan mama berikan. Terima kasih untuk doa yang selalu mengiringi langkahku. Semoga aku bisa menjadi apa yang papa mama harapkan, dan semoga Allah selalu memberikan kebahagiaan untuk papa dan mama.

“percayaalah aku akan pulang dengan membuatmu bangga berkali-kali lagi. Lulus hanyalah batu loncatan untuk segala tantangan yang siap kutaklukkan”.

Kakak dan adik

Kakak (RISMADI), terima kasih atas do'a, nasehat, dan dukungan moral yang abang berikan untuk adikkku yang tersayang (FITRIYAH) rajin belajar buat papa dan mama bangga. Kalian adalah alasan untukku selalu rindu ingin pulang.

Untuk sepupuku tersayang Citra marsudi, Chichi Marlani, Dika Satria. Makasii banyak ya udah jadi teman curhat, selalu ngertiin perasaanku, makasiii doa dan semangat yang selalu kalian berikan.

DOSEN-DOSEN KEPELATIHAN UNP

Terangkan rasa hormat dan terima kasihku yang tak terhingga kepada Bapak Dr. Donie M.Pd selaku Pembimbing Akademik, sekaligus sebagai pembimbing 1 dan Bapak Drs. Hermanzoni M.Pd selaku pembimbing 2 ku serta semua dosen jurusan Kepeleatihan terima kasih atas ilmu, bimbingan, nasehat, bantuan, serta kemudahan yang Bapak dan ibu berikan, semoga Allah selalu melimpahkan rahmatnya kepada kita semua Amin.



ANDI YANTO, S.Pd

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar-benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang di tulis atau diterbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti tata penulisan karya ilmiah yang lazim.

Padang, Maret 2016

Yang menyatakan,



Andi Yanto

1102976 / 2011

ABSTRAK

Andi Yanto (1102976) : Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang

Penelitian ini membahas tentang pengaruh metode latihan bermain terhadap kemampuan *passing* Bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang, bahwa kemampuan *passing* bawah masih rendah. Masalah inilah diduga disebabkan karena beberapa faktor, salah satunya adalah belum tepatnya metode latihan yang diberikan pelatih. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh metode latihan bermain terhadap kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang.

Jenis penelitian ini adalah eksperimen semu. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2016. Adapun tempat penelitian adalah di Sekolah SMK Muhammadiyah 1 Padang. Populasi penelitian berjumlah 28 orang, teknik pengambilan sampel diambil dengan *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 16 atlet putra. Penelitian ini dilakukan selama 4 minggu (16 kali pertemuan), dalam 1 minggu latihan dilaksanakan sebanyak 4 kali pertemuan. Instrumen penelitian yang digunakan adalah *Repeated volleys test*. Teknik analisis data menggunakan rumus *Uji t* dengan taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Berdasarkan analisis data dalam penelitian ini yang menggunakan *Uji t-test*. Hasil pengolahan data dalam penelitian ini adalah diperoleh harga t_{hitung} (13.8) > t_{tabel} (2.13) dan terdapat peningkatan hasil kemampuan antara tes awal dengan tes akhir. Artinya penerapan metode latihan bermain memberikan pengaruh terhadap kemampuan *passing* bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang.

KATA PENGANTAR



Puji Syukur Alhamdulillah penulis ucapkan kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi tentang “ Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang”.

Dalam menyelesaikan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dorongan serta kemudahan dari berbagai pihak. Untuk itu, penulis menyampaikan ucapan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Syafrizar M.Pd Selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang (FIK UNP).
2. Bapak Dr. Umar, MS. AIFO Selaku ketua Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Dr. Donie, M.Pd selaku pembimbing I, dan Bapak Drs. Hermanzoni , M.Pd selaku pembimbing II yang telah memberikan masukan dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Bapak Dr, Alnedral, M.Pd, Bapak Drs. H. Witarsyah dan Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku tim penguji.
5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

6. Kedua orang tua tercinta Ayah (Kardi) dan Ibu (Siti Malikhah) serta kakak (Rismadi) dan adik (Fitriyah) tersayang yang telah banyak memberikan dukungan moral dan materil serta bimbingan dan do'a yang tulus kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh pemain bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang dan pelatih yang telah membantu peneliti dalam melaksanakan penelitian.
8. Buat teman-teman senasib seperjuangan yang tidak bisa disebut satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata hanya kepada Allah SWT tempat menyerahkan diri semoga penulisan skripsi ini dapat diterima sebagai amalan yang mendapatkan Ridho-Nya serta berguna bagi yang membaca.

Padang, April 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
SURAT PERNYATAAN	vi
ABSTRAK	vii
KATA PENGANTAR	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	6
D. Perumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	7
BAB II KERANGKA TEORI	
A. Kajian Teori	8
1. Permainan Bolavoli.....	8
2. Passing Bawah	13
3. Latihan dan Program Latihan.....	18
4. Metode Latihan Bermain.....	21
B. Penelitian Yang Relevan.....	25
C. Kerangka Konseptual	26
D. Hipotesis Penelitian	27

BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian	28
B. Definisi Operasional	28
C. Populasi dan Sampel Penelitian	29
1. Populasi	29
2. Sampel	29
D. Instrumen dan Teknik Pengumpulan Data	30
E. Teknik Analisis Data	32
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Deskriptif Data Penelitian	33
B. Analisis Data	35
C. Pengujian Hipotesis	36
D. Pembahasan	37
E. Keterbatasan Penelitian	39
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	41
B. Saran.....	41
DAFTAR PUSTAKA	43
LAMPIRAN.....	45

DAFTAR TABEL

1. Kelebihan dan Kekurangan Metode Latihan Bermain	23
2. Populasi dan Sampel Penelitian	29
3. Struktur Pelaksanaan Tes Penelitian	32
4. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Awal (Pre Test) Kemampuan Passing Bawah	33
5. Distribusi Frekuensi Hasil Tes Akhir (Post Test) Kemampuan Passing Bawah	34
6. Hasil Uji Normalitas Data	36
7. Uji-t Pre Test dan Post Test Kemampuan Passing Bawah	37

DAFTAR GAMBAR

1. Lapangan Bolavoli.....	10
2. Sikap Permulaan.....	14
3. Sikap Pelaksanaan.....	16
4. Gerak Lanjutan.....	16
5. Kerangka Konseptual	27
6. Repeated Volleys Test	30
7. Histogram Hasil Tes Awal (Pre-Test) Kemampuan Passing Bawah.....	34
8. Histogram Hasil Tes Awal (Post-Test) Kemampuan Passing Bawah	35

DAFTAR LAMPIRAN

1. Jadwal Kegiatan Penelitian	45
2. Nama <i>Testee</i>	46
3. Data Tes Awal (<i>Pre test</i>) Kemampuan <i>Passing Bawah</i>	47
4. Data Tes Akhir (<i>Post test</i>) Kemampuan <i>Passing Bawah</i>	48
5. Data Tes Awal Dan Test Akhir Kemampuan <i>Passing Bawah</i>	49
6. Data Hasil Distribusi Frekuensi	50
7. Uji Normalitas Tes Awal	51
8. Uji Normalitas Tes Akhir.....	52
9. Uji Hipotesis Tes Awal Dan Tes Akhir Kemampuan <i>Passing Bawah</i>	53
10. Dokumentasi Penelitian	55
11. Program Latihan Metode Latihan Bermain.....	58
12. Daftar Luas dibawah Lengkungan Normal Standar daro 0 ke Z	81
13. Daftar Nilai Kritis L Untuk Uji Lilliefors	82
14. Daftar Nilai Persentil untuk distribusi t	83
15. Surat Izin Penelitian	84
16. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan.....	85
17. Surat Keterangan Kelayakan Alat.....	86
18. Surat Keterangan Dari Sekolah.....	87

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bangsa Indonesia negara yang sedang berkembang dewasa ini berusaha keras melakukan pembangunan dan peningkatan kemampuan disegala bidang bagi kemajuan dan kesejahteraan bangsa, pembangunan pada dasarnya menuntut manusia yang sehat jasmani dan rohani. Olahraga merupakan salah satu kegiatan untuk mencapai kebugaran jasmani. Untuk memperoleh hasil yang maksimal, pelaksanaan olahraga harus dilakukan secara sistematis dan berkesinambungan. Hal ini sejalan dengan salah satu tujuan olahraga Nasional pada Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Bab 2 pasal 4 yang berbunyi:

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas hidup, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat keharmonisan bangsa.

Berdasarkan kutipan diatas, salah satu dari tujuan keolahragaan nasional adalah meningkatkan prestasi baik didaerah, nasional maupun internasional. Hal ini lebih dipertegas lagi pada pasal 27 ayat 1 berbunyi :
“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dan diarahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat Daerah, Nasional, dan Internasional”.

Dalam perkembangannya, olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga serta meningkatkan kondisi fisik agar tetap bersemangat dalam melaksanakan aktivitas sehari-hari serta memiliki kemampuan untuk berprestasi. Salah satu olahraga prestasi yang populer di Indonesia adalah cabang olahraga bolavoli. Kepopuleran permainan bolavoli disebabkan karena permainan ini dapat dimainkan oleh siapa saja baik perempuan maupun laki-laki. Selain itu pertandingan bolavoli juga sering diadakan mulai dari dipedesaan hingga ke daerah yang lebih maju (kota).

Permainan bolavoli ini sudah mengalami banyak perubahan dari pertama lahirnya permainan ini sampai sekarang. Permainan bolavoli ini berkembang sangat pesat sebagai cabang olahraga prestasi, selain itu mudah dipahami penyelenggaraan pertandingan pun mudah dilakukan. Selain itu olahraga ini merupakan salah satu cabang olahraga permainan terfavorit di sekolah. Permainan bolavoli adalah olahraga tim yang punya banyak peminat.

Menurut Syafruddin (1999:14) :

Perkembangan dalam permainan bolavoli ditandai dengan penampilan pemain dan daya saing antar tim bolavoli di dunia meningkat pesat, berbagai kejuaraan nasional maupun internasional menuntut pemainnya harus siap dengan latihan-latihan yang berat untuk memantapkan teknik maupun taktik agar dapat bermain lebih baik lagi pada kejuaraan-kejuaraan lainnya.

Disamping itu dalam latihan yang dilakukan sudah barang tentu latihan akan diarahkan kepada peningkatan kemampuan kondisi fisik, teknik, taktik dan strategi serta mental. Sebab keempat komponen inilah yang harus digarap dalam mencapai prestasi olahraga yang diinginkan. Hal ini sesuai dengan pendapat syafruddin (1999:24) “faktor-faktor penting dalam rangka

tercapainya prestasi puncak yaitu : “kondisi fisik, teknik, taktik/strategi, dan mental”.

Untuk mendapatkan *passing* bawah yang baik dalam permainan bolavoli dibutuhkan teknik yang baik, Dalam pelaksanaan *passing* bawah harus dilakukan dengan baik dan sempurna untuk meningkatkan kemampuan *passing* bawah pemain harus dapat menciptakan latihan teratur. Dalam peningkatan *passing* bawah kearah yang lebih bagus diperlukan kondisi fisik yang bagus, kondisi fisik merupakan syarat untuk mencapai prestasi, bahkan menjadi kebutuhan yang harus dipenuhi dalam permainan bolavoli. Menurut pendapat Syafruddin (2012:54) menyatakan bahwa, “kondisi fisik (*physical condition*) merupakan unsur atau kemampuan dasar (*basic ability*) yang harus dimiliki setiap pemain untuk meraih suatu prestasi olahraga”. Oleh karena itu, setiap program latihan yang dilakukan adalah mengembangkan komponen-komponen kondisi yang terkait secara umum maupun spesifik. Hal ini didukung oleh pendapat Blume (2004:22) yang menyatakan bahwa, ”kemampuan teknik dan taktik seseorang pemain bolavoli ditentukan oleh komponen-komponen kekuatan, daya tahan, kecepatan, kelentukan, dan koordinasi. Dalam peningkatan *passing* bawah ke arah yang lebih bagus diperlukan koordinasi. Menurut Ahmadi (2007:66) koordinasi adalah kemampuan seseorang dalam mengintegrasikan atau menghubungkan bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam bentuk gerakan tunggal secara efektif. Sedangkan menurut Syafruddin (2012:119) “koordinasi merupakan kemampuan untuk menyelesaikan tugas-tugas motorik secara

cepat dan terarah yang ditentukan oleh proses pengendalian dan pengaturan gerakan serta kerjasama sistem persyarafan pusat”. Motivasi atlet, minat, bakat, sarana dan prasarana, kondisi fisik, latihan *passing* bawah individu, latihan *passing* bawah berpasangan, latihan koordinasi mata-tangan dan latihan metode bermain yang teratur dengan posisi yang telah ditentukan juga dapat meningkatkan kemampuan *passing* bawah. Peneliti melihat *passing* bawah sangat berguna penting dalam permainan bolavoli.

Keberhasilan dalam menerima servis dengan menggunakan *passing* bawah merupakan modal dasar untuk memulai serangan yang bagus. Sebab suatu serangan biasanya ditentukan oleh *passing* bawah yang baik dan terarah agar pengumpan dapat melakukan umpan yang tepat dan sesuai dengan keinginan smasher. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Erianti (2004:115) “*passing* bawah merupakan elemen utama untuk mempertahankan regu dari serangan lawan, disamping untuk mempertahankan juga sangat berperan untuk membangun pola serangan regu lawan”.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan pada tanggal 8 Agustus 2015, Pada saat pemain melakukan latihan penulis melihat dimana Kemampuan *passing* bawah yang dilakukan oleh siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang masih rendah hal ini terlihat saat mengikuti latihan, dimana arah bolanya kurang akurat dalam menerima servis yang menyebabkan bola tidak tepat sasaran, selain itu pemain pada saat melakukan *passing* bawah arah bolanya belum tepat arah. Hal ini terlihat pada saat siswa melakukan latihan *passing* bawah, pada saat diberikan latihan selama 1 menit,

arah bola yang tepat sasaran masih rendah. Padahal program latihan yang diberikan kepada kemampuan *passing* bawah pemain sudah diterapkan. Hal ini mempunyai pengaruh yang berarti terhadap kemampuan *passing* bawah dengan tujuan pemain dapat mengaplikasikan kedalam permainan. Namun dalam hal ini belum pernah dilakukan penelitian terhadap hasil latihan ini, sehingga belum diketahui latihan mana yang lebih baik terhadap kemampuan pemain. Penulis tertarik untuk membuktikan secara ilmiah, latihan mana yang paling baik terhadap kemampuan *passing* bawah pemain. Oleh sebab itu peneliti mencoba penelitian dengan melihat pengaruh latihan metode bermain terhadap kemampuan *passing* bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang, sesuai dengan latihan yang sistematis dan terencana.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dapat diidentifikasi masalah berikut:

1. Kondisi fisik mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang
2. Teknik mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang
3. Mental mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang
4. Kemampuan pelatih dalam memilih bentuk latihan mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang

5. Metode latihan bermain mempengaruhi kemampuan *passing* bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, penelitian ini dibatasi pada :

1. Pengaruh Metode Latihan Bermain terhadap kemampuan *Passing* bawah.
2. Kemampuan *Passing* Bawah bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang.

D. Perumusan Masalah

Dari latar belakang masalah, identifikasi, dan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini yaitu Apakah Terdapat Pengaruh Metode Latihan Bermain Terhadap Kemampuan *Passing* Bawah Bolavoli Siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan penelitian yang diajukan, maka tujuan yang hendak dicapai dalam penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh metode latihan bermain terhadap kemampuan *passing* bawah pemain bolavoli siswa SMK Muhammadiyah 1 Padang”.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sebagai syarat untuk mendapat gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi pelatih / guru dalam melakukan pembinaan prestasi atlet
3. Sebagai bahan masukan dan pertimbangan yang berkeinginan dalam meneliti kajian yang sama secara mendalam.
4. Sebagai bahan bacaan perpustakaan di Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) UNP