

**MANAJEMEN PEMBINAAN DI SMAN 12 MERANGIN TERHADAP
EKSTRAKURIKULER BOLA VOLI**

SKRIPSI

*Diajukan kepada tim penguji Departemen Pendidikan Kepelatihan Olahraga sebagai
salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan*



Oleh:

**Silvia Della Sonia
22087284/2022**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

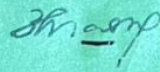
SKRIPSI

Judul : Manajemen Pembinaan di SMAN 12 Merangin Terhadap
Ekstrakurikuler Bola Voli
Nama : Silvia Della Sonia
Nim/BP : 22087284/2022
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2026

Disetujui Oleh:

Kepala Departemen Kepelatihan



Dr. Masrun, M.Kes
NIP. 196311041987031002

Dosen Pembimbing Akademik



Dr. Ronni Yenes, S.Pd., M.Pd
NIP. 19850912 201404 1 001

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Silvia Della Sonia
NIM : 22087284/2022

**Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Skripsi Program Studi Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Departemen Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul**

**Manajemen Pembinaan di SMAN 12 Merangin Terhadap
Ekstrakurikuler Bola Voli**

Padang, Januari 2026

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	: Dr. Ronni Yenes, S.Pd., M.Pd	1. 
2. Anggota	: Prof. Dr. Yendrizar, M.Pd	2. 
3. Anggota	: Rudyanto, S.Pd., M.Pd	3. 

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa:

1. Karya tulis skripsi dengan judul “ **Manajemen Pembinaan Di SMAN 12 Merangin Terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli**”), adalah asli karya saya sendiri.
2. Karya tulis ini murni gagasan, rumusan, dan penelitian saya sendiri, tanpa bantuan, kecuali pembimbing.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan sebagai acuan di dalam naskah dengan menyebut nama pengarang dan dicantumkan pada kepustakaan.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila terdapat penyimpangan dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah diperoleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya sesuai norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, Januari 2026



Silvia Della Sonia
NIM/BP.22087284/2022

ABSTRAK

Silvia Della Sonia (2026) : Manajemen Pembinaan Di SMAN 12 Merangin Terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli. Skripsi: Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Departemen Kepelatihan, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian ini adalah belum diketahui manajemen pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap bola voli. Banyak faktor yang menyebabkan. Untuk itu perlu dilakukan suatu penelitian dengan tujuan untuk mengetahui manajemen pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap bola voli.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. penelitian ini dilaksanakan pada bulan Januari 2026. Populasi dalam penelitian adalah seluruh pemain bola voli dan pelatih SMAN 12 Merangin yang berjumlah 30 orang. Sampel diambil seluruh pemain dan pelatih bola voli SMAN 12 Merangin berjumlah 30 orang dengan cara *total sampling*. Pengambilan data menggunakan tes, dengan instrument menggunakan tes angket. Teknik analisis yang digunakan adalah teknik distribusi frekuensi.

Hasil penelitian manajemen pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap Ekstrakurikuler bola voli menunjukkan bahwa: 1) Aspek perencanaan yang dimiliki rata-rata 82,4% berkategori sangat kuat. 2) Aspek pengorganisasian yang dimiliki pemain rata-rata 87,07% berkategori sangat kuat. 3) Aspek pelaksanaan yang dimiliki pemain rata - rata 86,8 % berkategori sangat kuat. 4) Aspek kepemimpinan yang dimiliki pemain rata - rata 88,47 % berkategori sangat kuat. 5) Aspek pengawasan yang dimiliki pemain rata - rata 88,58% berkategori sangat kuat.

Kata kunci: Manajemen Pembinaan, Ekstrakurikuler Bola Voli.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya serta shalawat dan salam tercurahkan pada nabi Muhammad SAW beserta keluarganya hingga akhir zaman, demikian juga penulis menyampaikan terima kasih sedalam dalamnya kepada kedua orang tua, dimana atas asuhan dan didikannya serta perhatian keduanya penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul **“Manajemen Pembinaan Di SMAN 12 Merangin Terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli ”**.

Dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada berbagai pihak yang telah memberi bantuan sehingga skripsi ini dapat di selesaikan dengan baik. Penulis berterima kasih kepada:

1. Orang tua tersayang bapak dan ibu yang telah mendukung, bekerja keras dan selalu mendoakan penulis dalam menyelesaikan studi di prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Dr. Ronni Yenes, M.Pd selaku ketua tim penguji yang telah memberi bimbingan, dukungan dan saran-saran yang membangun terkhususnya dalam penulisan maupun kesempurnaan skripsi ini.
3. Bapak Prof. Dr. Yendrizal, M.Pd dan Bapak Rudyanto, M.Pd selaku tim contributor yang memberikan dukungan dan saran dalam penulisan maupun kesempurnaan skripsi ini.
4. Kepada bapak Dr. Masrun, M.Kes selaku ketua Departemen Kepelatihan yang telah memberi bimbingan, dukungan, dan saran saran yang membangun

kepada penulis dengan sabar dan penuh semangat sehingga terselesainya skripsi ini.

5. Kepada Angkatan Kepelatihan 22 dan rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang telah memberikan bantuan dorongan moril maupun materi dan penyusunan skripsi ini.
6. Kepada Staf Pengajar Fakultas ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada penulis mengikuti perkuliahan.

Akhirnya Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang membantu, semoga allah memberikan balasan yang setimpal dan skripsi ini bermanfaat bagi kita semua.

Padang, Januari 2026

Silvia Della Sonia

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGESAHAN	i
PERNYATAAN	ii
ABSTRAK.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A.Latar Belakang Masalah.....	1
B.Identifikasi Masalah	5
C.Pembatasan Masalah	5
D.Rumusan Masalah.....	6
E.Tujuan Penelitian	6
F.Manfaat Hasil Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. KajianTeori	7
1. Manajemen.....	7
2. Organisasi	13
3. Organisasi Olahraga	14
4. Pembinaan.....	16
5. Hakikat Permainan Bola Voli	19
B. Penelitian Relevan	31
C. Kerangka Konseptual	33
D. Pertanyaan Penelitian	35
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian.....	36
B. Tempat dan Waktu Penelitian	36
C. Definisi Operasional	36
D. Populasi dan Sampel.....	38

E. Instrumen Penelitian dan Teknik Pengumpulan Data	38
F. Teknik Analisis Data	41
BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Deskripsi Penelitian.....	42
B. Pembahasan.....	50
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan	57
B. Saran	57
DAFTAR PUSTAKA.....	59

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Alternatif Jawaban angket	40
2. Kisi Kisi Angket.....	40
3. Rentang Nilai	41
4. Aspek Perencanaan	44
5. Aspek Organisasi	45
6. Aspek Pelaksanaan.....	46
7. Kepemimpinan.....	48
8. Pengawasan.....	49

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	35
2. Histogram Aspek Perencanaan SMAN 12 Merangin	45
3. Histogram Aspek Organisasi SMAN 12 Merangin	46
4. Histogram Aspek Pelaksanaan SMAN 12 Merangin	47
5. Histogram Aspek Kepemimpinan SMAN 12 Merangin	48
6. Histogram Aspek Pengawasan SMAN 12 Merangin	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Uji Coba Non Tes.....	65
2. Hasil Uji Coba Angket	69
3. Angket Penelitian.....	70
4. Hasil Penskoran Peneliti.....	73
5. Rata-Rata Hasil Penelitian.....	74
6. Dokumentasi Penelitian.....	79
7. Surat Izin Penelitian	84
8. Surat Balasan Penelitian	85
9. Surat Validasi Ahli.....	86
10. Surat Pengantar Validator Instrumen Penelitian.....	87

BAB I PENDAHULIAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan salah satu aktivitas manusia yang memiliki kedudukan penting dalam kehidupan sosial, budaya, dan pendidikan. Secara filosofis, olahraga tidak hanya dipandang sebagai rangkaian gerak fisik untuk mempertahankan dan meningkatkan kebugaran tubuh, tetapi juga sebagai sebuah proses pembentukan karakter, moral, dan kepribadian manusia. Melalui olahraga, seseorang belajar mengenai nilai-nilai fundamental seperti disiplin diri, kerja keras, kejujuran, sportivitas, rasa tanggung jawab, serta kemampuan bekerjasama. Nilai-nilai ini menjadi modal penting dalam pembentukan manusia yang berkualitas dan mampu berperan dalam kehidupan bermasyarakat.

Secara ideal, olahraga diharapkan menjadi instrumen strategis dalam meningkatkan kualitas sumber daya manusia sekaligus sarana untuk mengharumkan nama daerah dan bangsa melalui pencapaian prestasi. Pencapaian prestasi olahraga tidak dapat terwujud secara instan, melainkan memerlukan proses pembinaan yang terencana, sistematis, dan berkelanjutan. Oleh karena itu, manajemen pembinaan olahraga memegang peranan penting dalam mengarahkan seluruh sumber daya agar tujuan pembinaan dapat tercapai secara optimal. Manajemen pembinaan mencakup perencanaan program latihan, pengorganisasian sumber daya manusia, pelaksanaan kegiatan latihan, serta pengawasan dan evaluasi terhadap seluruh proses pembinaan. Apabila manajemen pembinaan

dilaksanakan secara efektif dan efisien, maka potensi atlet dapat dikembangkan secara maksimal sehingga mampu menghasilkan prestasi yang optimal.

Namun realitanya, pembinaan olahraga sering menghadapi berbagai tantangan, terutama dalam lingkungan sekolah atau ekstrakurikuler. Banyak sekolah menghadapi kendala terkait minimnya sarana dan prasarana, kurangnya tenaga pelatih profesional, lemahnya perencanaan program latihan, dan kurangnya manajemen pembinaan yang baik. Padahal sekolah merupakan tempat strategis dalam menghasilkan bibit atlet berprestasi melalui kegiatan ekstrakurikuler. Tanpa manajemen pembinaan yang memadai, pembinaan olahraga di sekolah hanya akan berjalan seadanya dan tidak mampu mencapai tujuan prestasi yang ideal.

Salah satu cabang olahraga yang diminati oleh berbagai kalangan dan memiliki potensi besar untuk dikembangkan di sekolah adalah bola voli. Olahraga bola voli memiliki nilai filosofis yang kuat terkait kerjasama tim, koordinasi gerak, komunikasi efektif, strategi permainan, dan kemampuan mengatur emosi. Dalam olahraga bola voli, setiap individu memiliki peranan penting dalam keberhasilan tim sehingga setiap pemain dituntut untuk menguasai teknik dasar, memahami strategi, dan menunjukkan sikap disiplin dalam latihan maupun pertandingan.

Secara ideal, pembinaan bola voli di sekolah seharusnya dilakukan dengan dukungan program latihan yang terencana, fasilitas yang memadai, pelatih yang kompeten, serta manajemen pembinaan yang profesional. Pengembangan atlet muda dalam cabang olahraga bola voli memerlukan latihan yang konsisten, pengawasan yang terstruktur, serta evaluasi kemampuan atlet secara berkala.

Tanpa hal-hal tersebut, sangat sulit bagi tim sekolah untuk bersaing dalam kejuaraan tingkat daerah, wilayah, maupun nasional.

Namun kenyataannya, pengembangan bola voli di lingkungan sekolah tidak selalu berjalan sesuai harapan. Banyak kegiatan ekstrakurikuler bola voli yang belum dikelola secara optimal karena kurangnya dukungan manajerial, minimnya fasilitas, lemahnya evaluasi, dan tidak adanya perencanaan pembinaan yang jelas. Bahkan beberapa ekstrakurikuler hanya berfungsi sebagai kegiatan rutin tanpa orientasi prestasi. Realita ini menjadi hambatan besar dalam membentuk atlet yang mampu bersaing dalam kompetisi resmi.

Hal ini juga tampak pada ekstrakurikuler bola voli di SMAN 12 Merangin. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara dengan pelatih pada tanggal 7 Juli 2025, diperoleh informasi bahwa ekstrakurikuler ini masih menghadapi sejumlah kendala dalam manajemen pembinaannya. Beberapa permasalahan yang ditemukan antara lain: Aspek organisasi belum tertata dengan baik. Struktur pembinaan belum tersusun secara formal, sehingga koordinasi antar pihak belum berjalan optimal. Sarana dan prasarana masih terbatas, misalnya jumlah bola yang kurang, lapangan yang belum memenuhi standar, dan fasilitas pendukung yang tidak lengkap. Perencanaan program latihan belum dilakukan secara sistematis dan terdokumentasi. Latihan masih berfokus pada rutinitas tanpa analisis kebutuhan atlet dan tanpa penjadwalan latihan yang jelas. Evaluasi pembinaan belum dilakukan secara berkala, sehingga perkembangan kemampuan atlet sulit diukur. Motivasi atlet mengalami fluktuasi karena belum adanya sistem pembinaan yang mendorong perkembangan prestasi secara berjenjang. Peran

pelatih sudah berjalan baik, namun masih memerlukan dukungan manajerial dari pihak sekolah agar program pembinaan dapat berjalan sesuai standar pembinaan olahraga prestasi.

Jika kondisi ini dibiarkan, maka ekstrakurikuler bola voli di SMAN 12 Merangin akan sulit berkembang dan tidak mampu mencapai prestasi yang diharapkan. Padahal secara ideal, ekstrakurikuler bola voli di sekolah bukan hanya sekedar kegiatan tambahan, tetapi merupakan wadah strategis dalam pembentukan generasi muda yang berprestasi baik secara fisik maupun mental. Melalui pembinaan yang baik, siswa dapat berkembang menjadi atlet muda yang mampu bersaing dalam kompetisi tingkat daerah hingga nasional, serta membawa nama baik sekolah dan daerah.

Dari sudut pandang manajemen olahraga, pembinaan yang baik harus mencakup beberapa aspek penting yaitu perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, pengawasan, serta evaluasi. Kelima aspek tersebut merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan. Manajemen pembinaan yang diterapkan dalam ekstrakurikuler harus disesuaikan dengan kebutuhan atlet dan tujuan prestasi yang ingin dicapai. Tanpa adanya manajemen pembinaan yang baik, seluruh potensi atlet tidak dapat dikembangkan secara maksimal.

Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengkaji bagaimana manajemen pembinaan yang diterapkan di SMAN 12 Merangin dalam mengembangkan ekstrakurikuler bola voli. Kajian ini menjadi penting untuk mengetahui sejauh mana efektivitas pembinaan yang telah dilakukan, apa saja hambatannya, serta apa yang perlu diperbaiki dalam proses manajemen

pembinaan tersebut agar dapat berjalan lebih optimal dan berorientasi pada prestasi. Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan kajian lebih mendalam yang diberi judul: “Manajemen Pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli.”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Perencanaan pembinaan ekstrakurikuler bola voli di SMAN 12 Merangin belum tersusun secara sistematis.
2. Pelaksanaan latihan kurang optimal karena keterbatasan pelatih yang berkompeten.
3. Pengorganisasian pembinaan belum berjalan efektif dan koordinasi antar pihak masih lemah.
4. Sarana dan prasarana latihan bola voli belum memadai untuk mendukung pembinaan.
5. Evaluasi program latihan jarang dilakukan sehingga perkembangan atlet tidak terpantau.
6. Motivasi dan kedisiplinan peserta ekstrakurikuler masih rendah.
7. Dukungan sekolah dalam bentuk anggaran dan kebijakan pembinaan olahraga masih terbatas.
8. Partisipasi tim dalam kompetisi belum rutin sehingga pengalaman bertanding minim.

C. Pembatasan Masalah

Untuk lebih mengarahkan penelitian ini sehingga terfokus dan spesifik,

maka masalah dibatasi pada Manajemen Pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yaitu :Bagaimana keadaan manajemen pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah maka tujuan penelitian adalah untuk mengetahui keadaan manajemen pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap Ekstrakurikuler Bola Voli.

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi semua pihak yang berkaitan, adapun manfaat dari penelitian ini adalah :

1. Untuk memenuhi salah satu syarat bagi penulis dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Penelitian ini bisa dijadikan masukan untuk pelatih dan pengurus dalam meningkatkan prestasi atlet bola voli SMAN 12 Merangin.
3. Penelitian ini dapat menambah wawasan untuk pembaca khususnya para pecinta olahraga bola voli.
4. Penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan dan pengetahuan bagi penulis sehingga menjadi acuan dalam penelitian selanjutnya.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat dilihat pada analisis data yang telah diperoleh di SMAN 12 Merangin berada pada kategori Sangat Kuat dengan tingkat capaian sebesar 86,66%. Hal ini menunjukkan bahwa sistem pengelolaan ekstrakurikuler bola voli telah berjalan dengan sangat baik sesuai dengan fungsi-fungsi manajemen. yaitu dengan ditinjau pada aspek perencanaan berkategori sangat kuat dengan capaian 82,4%, aspek pengorganisasian berkategori sangat kuat dengan capaian 87,07%, aspek pelaksanaan berkategori sangat kuat dengan capaian 86,8%, aspek kepemimpinan berkategori sangat kuat dengan capaian 88,47%, aspek pengawasan berkategori merupakan aspek dengan skor tertinggi yaitu 88,58% kategori Sangat Kuat. Dapat ditinjau dari hasil yang telah dijlaskan bahwa manajemen pembinaan di SMAN 12 Merangin terhadap ekstrakurikuler bola voli adalah sangat kuat.

B. Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan di atas, peneliti mengajukan beberapa saran sebagai berikut:

1. Kepada Pihak Sekolah SMAN 12 Merangin

Diharapkan untuk terus mempertahankan kualitas manajemen yang sudah sangat baik ini, serta memberikan dukungan lebih terhadap

pemenuhan sarana dan prasarana olahraga guna menunjang prestasi atlet ke tingkat yang lebih tinggi.

2. Kepada Pelatih Ekstrakurikuler Bola Voli

Meskipun aspek pengawasan sudah sangat tinggi, pelatih disarankan untuk lebih memperhatikan aspek perencanaan secara mendetail, khususnya dalam variasi program latihan agar atlet tidak merasa jenuh dan motivasi tetap terjaga.

3. Kepada Siswa (Atlet) Ekstrakurikuler

Diharapkan para atlet dapat terus meningkatkan disiplin dalam berlatih dan memanfaatkan fasilitas yang ada secara maksimal demi mencapai prestasi yang membanggakan sekolah.

4. Kepada Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini terbatas pada penilaian manajemen secara umum melalui persepsi responden. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan agar peneliti lain bisa menggali lebih dalam mengenai kendala-kendala teknis yang dihadapi dalam proses pembinaan, seperti keterbatasan anggaran atau ketersediaan fasilitas yang standar. Dengan begitu, akan didapatkan temuan yang lebih mendalam mengenai faktor apa saja yang paling menghambat perkembangan prestasi bola voli di sekolah ini."

DAFTAR PUSTAKA

- A. S. Hotchkiss (2011) Volley Ball Coaching, American Physical Education Review, 32:10, 755-761
- Alfarazi, M., Yendrizar, Y., Mariati, S., Putra, Y., & Rudyanto, R. (2024). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelentukan Terhadap Kemampuan Smash Bolavoli Siswa SMAN 1 Rao Utara. *Jurnal Gladiator*, 4(5), 1502-1512.
- Ambia, S., & Ridwan, M. (2019). Korelasi Kelentukan Badan dan Daya Ledak Otot Tungkai Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bola voli Klub Padang Adios. *Jurnal Patriot*, 1(1), 52-57.
- Arikunto, Suharsimi. (2010). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aristrianto, R., & Rasyid, W. (2020). *Tinjauan Kondisi Fisisk Pemain Bolavoli*
- Arsil & Adnan, A. (2010). *Evaluasi Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Padang: Wineka Media.
- Arsil & Antoni, D. (2018). *Evaluasi Pendidikan Jasmani dan Olahraga*. Padang: UNP.
- Ashok. (2008). *Tes Your Physical Fitnes*. India : Kalpaz Publication.
- Austin, E., Saklofske, D., & Mastoras, S. (2011). *Emotional intelligence, coping and exam-related stress in Canadian undergraduate students*. *Australian Journal of Psychology*, 62(1), 42–50.
- Baidawi, T., & -, M. (2019). Minat Siswa Terhadap Pembelajaran Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1300-1306.
- Bangun, S. Y. (2021). *Manajemen Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Barlian, E. (2016). *Metodologi Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Padang: Sukabina Press.
- berlina, & -, A. (2019). Motivasi Member Senam Aerobik pada G-Sport Center Kota Padang. *Jurnal Patriot*, 1(2), 589-597.
- Biondi, R., Tassi, C., Rossi, R., Benedetti, C., Ferranti, C., Paolocci, N., ... Capodicasa, E. (2011). *Changes in Plasma Level of Human Leukocyte Elastase During Leukocytosis from Physical Effort*. *Immunopharmacology and Immunotoxicology*, 25(3), 385–396.

- Bujang, & Haqiyah, A. (2019). Physical Condition and Self-Control Improves the Ability of Back Attack in Volleyball. *Advances in Social Science, Education and Humanities Research* , 407, 31-34
- Chan, F., & Aziz, I. (2020). Motivasi Atlet Pencak Silat Pusat Pendidikan Latihan Pelajar (PPLP) Sumbar. *Jurnal Patriot*, 2(1), 120-128.
- Cingel, R. v., Kleinrensink, G., Stoeckart, R., Aufdemkampe, G., Bie, R. d., & Kuipers, H. (2006). Strength Values of Shoulder Internal and External Rotators in Elite Volleyball Players. *J Sport Rehabil* , 237-245.
- Daft, R. L. (2021). *Management* (14th ed.). Boston: Cengage Learning.
- Eriyaldi, E., & -, M. (2019). Pengaruh Latihan Plyometric Menggunakan Metode Circuit Terhadap Kemampuan Smash Atlet Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1160-1168.
- Fauzan, afrendi, yendrizar, yendrizar, kiram, yanuar, & barlian, E. (2024). Pengaruh Sarana dan Prasarana Terhadap Hasil Belajar PJOK SMA Negeri 2 Sawahlunto. *Jurnal Gladiator*, 4(5), 1638-1651.
- Gardner, K. J., & Qualter, P. (2011). *Concurrent and incremental validity of three trait emotional intelligence measures. Australian Journal of Psychology*, 62(1), 5–13.
- Griffin, R. W. (2020). *Management* (13th ed.). Boston: Cengage Learning.
- guscahayati, itit, & -, T. H. S. (2019). Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Putra. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1226-1238.
- Harsuki. (2012). *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta: RajaGrafindo Persada.
- Hendri, G., & Aziz, I. (2020). Motivasi Siswa Dalam Proses Pembelajaran Pendidikan Jasmani Olahraga Kesehatan Di SMAN 1 Padang Sago Padang Pariaman. *Jurnal Patriot*, 2(1), 171-181.
- Hermanzoni, Hermanzoni, & Aulia, Y. (2018). Pengaruh Bentuk Bentuk Latihan Smash Terhadap Kemampuan Smash Pada Atlet Bolavoli M3c Pesisir Selatan. *Jurnal Performa Olahraga*, 3(02), 139.
- Hermanzoni, hermanzoni. (2016). Tinjauan Iq Dan Motivasi Berprestasi Atlet Bolavoli Pra-PON Sumatera Barat. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(01), 13-26.

- Hermanzoni, hermanzoni. (2017). Kontribusi Motivasi Berprestasi Dan Iq Terhadap Keterampilan Bermain Atlet Bolavoli Putri UNP. *Jurnal Performa Olahraga*, 2(02), 120-125.
- Hidayat, F., Yendrizar, Y., Yenes, R., & Mariati, S. (2024). Kontribusi Daya Ledak Otot Tungkai dan Kelincahan terhadap Keterampilan Lay-Up Shoot. *Jurnal Gladiator*, 4(4), 1046-1059.
- Hidayat, R., Umar. (2018). *Tingkat Kondisi Fisik Atlet Bolavoli*, 254-262.
- Irawadi, Hendri. (2019). *Kondisi Fisik Dan Pengukurannya*. Padang: UNP Press.
- Irene R. Faber, Johan Pion, Goran Munivrana, Niels R. Faber & Maria W.G. Nijhuis-Van der Sanden (2017): Does a perceptuomotor skills assessment have added value to detect talent for table tennis in primary school children?, *Journal of Sports Sciences*,
- Jan Haut & Christian Gaum (2017): Does elite success trigger mass participation in table tennis? An analysis of trickle-down effects in Germany, France and Austria, *Journal of Sports Sciences*,
- Johan Pion, Veerle Segers, Job Fransen, Gijs Debuyck, Dieter Deprez, Leen Haerens, Roel Vaeyens, Renaat Philippaerts & Matthieu Lenoir (2014): Generic anthropometric and performance characteristics among elite adolescent boys in nine different sports, *European Journal of Sport Science*,
- Julien Fuchs (2017): Les colonies de vacances en France, 1944–1958: impulsions politiques autour d'un fait social majeur, *Paedagogica Historica*
- Khairunnisa, sofiya, Barlian, E., yendrizar, yendrizar, & edmizal, eval. (2025). Analisis Minat Siswa Terhadap Pembelajaran PJOK di SMKN 1 Padang. *Jurnal Gladiator*, 5(8), 1368-1379.
- Kurniawan, R., Rangkuti, Y., & Ulfah, N. (2020). Hubungan Antara Fleksibilitas Pergelangan Tangan, Koordinasi Mata-Tangan, Dan Motivasi Latihan Dengan Ketepatan Pukulan Forehand Tennis Meja. *Jurnal Patriot*, 2(4), 951-965.
- Lee Bell , Alan Ruddock , Thomas Maden-Wilkinson & David. Rogerson (2020): Overreaching and overtraining in strength sports and resistance training: A scoping review, *Journal of Sports Sciences*.
- Lutan, R. (2010). *Manusia dan Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Maizan, I., Umar. (2020). *Profil Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Padang Adios Club*.

- Mardela, R. (2016). Keterampilan Gerak Dasar Siswa Paud Kota Padang. *Jurnal Performa Olahraga*, 1(02), 206-222.
- Michael Fuchs, Ruizhi Liu, Ivan Malagoli Lanzoni, Goran Munivrana, GunterStraub, Sho Tamaki, Kazuto Yoshida, Hui Zhang & Martin Lames (2018): Table tenni smatch analysis: a review, *Journal of Sports Sciences*,
- Muliatra, R., Mariati, S., Witarsyah, W., & Yendrizar, Y. (2022). Tinjauan Kemampuan Servis Atas Tim Bolavoli Putera. *Jurnal Gladiator*, 2(3), 133-145.
- Mulya, U., & -, P. (2019). Studi Tentang Tingkat Kemampuan Teknik Dasar Pemain Bola voli Putri. *Jurnal Patriot*, 1(3), 951-962.
- Mutohir, T. C., & Maksum, A. (2021). *Sport Development Index: Konsep, Metodologi, dan Aplikasi*. Surabaya: Unesa University Press.
- Nasri, T., Arwandi, J., Irawan, R., & Rudyanto, R. (2025). Pengaruh Model Latihan Dribbling Terhadap Kemampuan Peningkatan Daya Tahan Pemain Hoki Indoor Universitas Negeri Padang. *Jurnal Gladiator*, 5(9), 1757-1767.
- Ningsih, T., Witarsyah, W., Sin, T., & Setiawan, Y. (2020). Manfaat Latihan Variasi Jarak Servis Terhadap Ketepatan Servis Atas Peserta Ekstrakurikuler Bola Voli. *Jurnal Patriot*, 2(4), 916-927.
- Norma M. Leavitt (2014) Improving Public Relations through a Volley Ball Demonstration, *The Journal of Health and Physical Education*, 19:1, 25-70
- Oktayona, R., & Aziz, I. (2019). Tinjauan Kemampuan Teknik Dasar Atlet Bola Voli. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1259-1273.
- Pasaribu, Ahmad Muchlisin Natas. (2020). *Tes dan Pengukuran Olahraga*.
- Pearson, A., & Weinberg, A. (2016). *The impact of counsellor training on emotional intelligence*. *British Journal of Guidance & Counselling*, 45(5), 610-621.
- Pinar S, Ozdol Y and Ozer M K, (2012). Investigation Of Physical Activity
- pratami, violint, rozi, muhammad, yenes, ronni, & barlian, eri. (2025). Pengaruh Latihan Konsentrasi Terhadap Kemampuan Tembakan Bebas (Free Throw) Bolabasket. *Jurnal Gladiator*, 5(8), 1320-1334.

- Putri, nadila, Irawan, R., Yendrizar, Y., & Okilanda, A. (2025). Pengaruh Latihan Ball Feeling Terhadap Kemampuan Dribbling Pada SSB Dewa 24 Padang Usia 12 Tahun. *Jurnal Gladiator*, 5(7), 918-931.
- Putri, U., Yenes, R., Irawadi, H., & sari, D. (2023). KONTRIBUSI KECEPATAN REAKSI DAN KOORDINASI MATA TANGAN TERHADAP PUKULAN SERVICE FLAT MAHASISWA TENIS LAPANGAN UNIVERSITAS NEGERI PADANG. *Jurnal Gladiator*, 3(6), 324 -335.
- Robbins, S. P., & Coulter, M. (2020). *Management* (14th ed.). Harlow: Pearson Education
- rojiun, m, -, D., -, Y., & Komaini, A. (2021). Minat Remaja Di Desa Pasie Laweh Kecamatan Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman Terhadap Olahraga Arung Jeram. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(2), 97-111.
- Sandi, I., & Maidarman, M. (2020). Minat Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang Terhadap Cabang Olahraga Kriket. *Jurnal Patriot*, 2(2), 345-356.
- Schutte, N. S., Malouff, J. M., Bobik, C., Coston, T. D., Greeson, C., Jedlicka, C., ... Wendorf, G. (2011). *Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. The Journal of Social Psychology*, 141(4), 523–536.
- Siswanto, H. B. (2011). *Pengantar Manajemen*. Jakarta: Bumi Aksara
- Skripsi. Universitas Negeri Padang. *SMA Negeri 1 Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat*. 3(5), 1-6. Arsil (2018). *Pembinaan Kebugaran Jasmani*. Depok : PT Rajagrafindo Persada.
- Stoner, J. A. F., Freeman, R. E., & Gilbert, D. R. (2020). *Management*. Boston: Pearson Education.
- Suhesti, H., & Maidarman, M. (2020). Studi Minat Mahasiswa Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Terhadap Senam Aerobik. *Jurnal Patriot*, 2(1), 278-290.
- Terry, G. R. (2015). *Principles of Management*. New York: McGraw-Hill Education.
- urrachman, T., & -, P. (2019). Tinjauan Motivasi Siswa Dalam Kegiatan Ekstrakurikuler Bola Basket. *Jurnal Patriot*, 1(2), 859-865.
- Wati, Widya, & Ridwan, M. (2019). Circuit Training Method Influences the Service Ability of Volleyball. *Jurnal Patriot*, 1(3), 1114-1123.

- Widiastuti. (2017). *Tes Dan Pengukuran Olahraga*. Jakarta: Rajawali Press.
- Yangfan Cheng , Honghao Ma , Rong Liu & Zhaowu Shen (2014) Explosion Power and Pressure Desensitization Resisting Property of Emulsion Explosives Sensitized by MgH_2 , *Journal of Energetic Materials*, 32:3, 207-218
- Zysberg, L. (2012). *Loneliness and Emotional Intelligence*. *The Journal of Psychology*, 146(1-2), 37–46.