

**TINJAUAN TINGKAT KONDISI FISIK PEMAIN BOLAVOLI SEKOLAH
MENENGAH KEJURUAN (SMK) INDONESIA RAYA
KECAMATAN BATANG ANAI KABUPATEN
PADANG PARIAMAN**

SKRIPSI

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



**Oleh:
ENDRIAL MUSPIKA
NIM/BP : 14259/2009**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
JURUSAN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2015**

PERSETUJUAN SKRIPSI

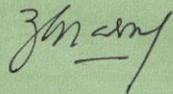
Judul : Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bolavoli Sekolah
Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya Kecamatan
Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman
Nama : ENDRIAL MUSPIKA
Nim/BP : 14259/2009
Program Studi : Pendidikan Keperawatan Olahraga
Jurusan : Keperawatan
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2015

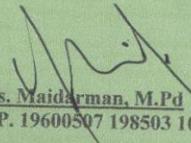
Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

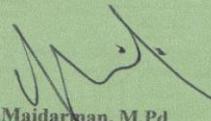


Drs. Masrun, M.Kes., AIFO
NIP. 19631104 198703 1 002



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

Mengetahui Ketua
Jurusan Keperawatan Olahraga



Drs. Maidarman, M.Pd
NIP. 19600507 198503 1 004

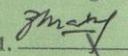
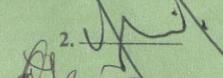
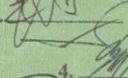
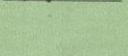
HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Jurusan Kepeleatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang

Judul : Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman
Nama : ENDRIAL MUSPIKA
Nim/BP : 14259/2009
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Jurusan : Kepeleatihan
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

Padang, September 2015

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
Ketua	: Drs. Masrun, M.Kes., AIFO	1. 
Sekretaris	: Drs. Maidarman, M.Pd	2. 
Anggota	: Prof. Dr. Eri Barlian, MS	3. 
	Dr. Umar, MS., AIFO	4. 
	Romi Mardela, S.Pd, M.Pd	5. 

ABSTRAK

Endrial Muspika, 2015. Tingkat Tingkat Kredit Mak. Pemasin Belawan
Sebagai Member...
Balang Anal Kal

SURAT PERNYATAAN

Menyatakan pengantar sendiri & lembaga mana punnya kredit!
Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini benar – benar karya saya sendiri. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya pendapati yang di tulis atau di terbitkan orang lain kecuali sebagai acuan atau kutipan dengan mengikuti karya ilmiah yang iazim.

Indriana Raya yang akan yang berjumlah 20 orang, sebagai tempat diambil secara proporsif sebanyak sehingga yang menjadi tempat adalah SMK Indonesia Raya Kecamatan Padang Panjang Kabupaten Padang Panjang dan dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2015. Data kredit dari bank dengan ke kelengkapan, daya ledak, dan tingkat, daya tahan, dan daya tahan sendiri.

Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik uji persentase. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Rata-rata kelengkapan persain Indriana SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Panjang adalah 14,7% yang kategori cukup. (2) Rata-rata Daya Ledak dan tingkat persain SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Panjang adalah 140,35 dan kategori sedang. (3) Konsistensi daya tahan kelengkapan persain persain Indriana SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Panjang adalah 140,35 dan kategori sedang. (4) Rata-rata Daya Tahan dan tingkat persain Indriana SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Panjang adalah 11,21 dan kategori sedang.

Padang, september 2015

Yang menyatakan,



Endrial Muspika

ABSTRAK

Endrial Muspika. 2015. Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bolavoli Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman

Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan masih kurangnya kondisi fisik pemain bolavoli SMK Indonesia Raya. Penelitian ini bertujuan untuk melihat bagaimana tingkat kondisi fisik pemain bolavoli Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman.

Metode penelitian ini adalah deskriptif. Populasi penelitian ini seluruh pemain bolavoli SMK Indonesia Raya yang aktif yang berjumlah 32 orang, sedangkan sampel diambil secara *purposive sampling* sehingga yang menjadi sampel adalah pemain puteri dengan jumlah 20 orang. Tempat pelaksanaan penelitian adalah SMK Indonesia Raya Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman dan dilaksanakan pada tanggal 11 Juni 2015. Data kondisi fisik dikur dengan tes kelincahan, daya ledak otot tungkai, daya tahan otot perut, dan daya tahan aerobik.

Teknik analisis data penelitian ini menggunakan teknik uji persentase. Hasil analisis data menunjukkan bahwa: (1) Rata-rata kelincahan pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman adalah 14.79 yang dikategorikan cukup. (2) Rata-rata Daya Ledak Otot Tungkai pemain SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman adalah 140.35 cm dan dikategorikan cukup. (3) Rata-rata daya tahan kekuatan otot perut pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman adalah 28.25 dan dikategorikan baik, dan (4) Rata-rata Daya Tahan Aerobik pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman adalah 31.72 dikategorikan cukup.

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji dan syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini yang berjudul **“Tinjauan Tingkat Kondisi Fisik Pemain Bolavoli Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman”** dengan baik. Tujuan penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu persyaratan bagi penulis dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd) pada Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

Keberhasilan penyusunan skripsi ini juga melibatkan berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, motivasi dan waktu bagi penulis. Oleh karenanya, pada lembaran ini penulis mengucapkan terimakasih yang tiada terhingga kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Phil. H. Yanuar Kiram selaku Rektor yang telah mengizinkan penulis kuliah di Universitas Negeri Padang.
2. Bapak Drs. H. Arsil, M.Pd selaku Dekan yang telah mengizinkan penulis kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
3. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Ketua Jurusan yang telah mengizinkan penulis kuliah di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
4. Bapak Drs. Masrun, M. Kes AIFO. selaku Pembimbing I dan Bapak Drs. Maidarman, M.Pd selaku Pembimbing II yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam penulisan skripsi ini.
5. Bapak Prof. Dr. Eri Barlian, M.S., Bapak Dr. Umar, M.Kes AIFO, dan Bapak Romi Mardela, S.Pd, M.Pd selaku penguji yang telah memberikan masukan, saran, motivasi, sumbangan pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti baik dalam penulisan skripsi ini
6. Seluruh staf pengajar dan Karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan bantuan selama penulis mengikuti perkuliahan.

7. Kepala Sekolah dan Guru serta seluruh Siswa SMK Indonesia Raya khususnya yang telah memberikan fasilitas dan kemudahan bagi penulis dalam kegiatan penelitian.
8. Kepada kedua orang tua dan keluarga penulis yang telah memberikan dorongan, semangat dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan tesis ini.
9. Rekan-rekan mahasiswa Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Jurusan Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
10. Semua pihak yang telah memberikan motivasi dan bantuan yang tidak dapat disebutkan namanya satu persatu dalam penyelesaian skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas bantuan, bimbingan, motivasi, dan waktu yang telah Bapak/Ibu/Sdr/i semuanya dengan limpahan pahala yang berlipat ganda. Semoga juga pengetahuan yang telah Bapak/Ibu berikan dalam proses perkuliahan dijadikan Allah SWT sebagai ilmu yang bermanfaat.

Padang, Juli 2015

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
BAB I. PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah.....	6
C. Pembatasan Masalah.....	7
D. Perumusan Masalah	7
E. Tujuan Penelitian	7
F. Manfaat Penelitian	8
BAB II. TINJAUAN KEPUSTAKAAN	
A. Kajian Teori	9
1. Hakikat Bolavoli	9
2. Hakikat Kondisi Fisik	10
a. Pengertian Kondisi Fisik	10
b. Komponen Kondisi Fisik Pemain Bolavoli	12
B. Kerangka Konseptual.....	19
C. Pertanyaan Penelitian.....	21

BAB III. METODELOGI PENELITIAN

A. Jenis Penelitian	22
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	22
C. Populasi dan Sampel.....	22
D. Defenisi Operasional	23
E. Jenis dan Sumber Data.....	24
F. Teknik Pengumpulan Data	24
G. Teknik Analisis Data	31

BAB IV. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Deskripsi Data	32
1. Kelincahan	32
2. Daya Ledak Otot Tungkai.....	33
3. Daya Tahan Kekuatan Otot Perut	35
4. Daya Tahan Aerobik	36
B. Pembahasan	38

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	44
B. Saran	44

DAFTAR PUSTAKA.....	46
----------------------------	-----------

DAFTAR LAMPIRAN.....	47
-----------------------------	-----------

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	23
2. Sampel Penelitian.....	23
3. Norma Tes Kelincahan.....	26
4. Norma <i>Standing Board Jump</i>	27
5. Norma Tes Baring duduk 60 Detik.....	29
6. Norma <i>Bleep Test</i>	31
7. Distribusi Frekuensi Kelincahan Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya.....	32
8. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya	34
9. Distribusi Frekuensi Daya Tahan Kekuatan Otot Perut Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya	35
10. Distribusi Frekuensi Daya Tahan Aerobik Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual	21
2. Tes Kelincahan.....	25
3. Tes Baring Duduk	28
4. Histogram Kelincahan Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya	33
5. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya	35
6. Histogram Daya Tahan Kekuatan Otot Perut Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya	36
7. Histogram Daya Tahan Aerobik Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data Hasil Pengukuran Kondisi Fisik Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman.....	47
2. Data Hasil Pengukuran Kelincahan dan Klasifikasi Kelincahan Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman	48
3. Data Hasil Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai dan Klasifikasi Daya Ledak Otot Tungkai Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman.....	49
4. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan Kekuatan Otot Perut dan Klasifikasi Daya Tahan Kekuatan Otot Perut Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman	50
5. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan Aerobik dan Klasifikasi Daya Tahan Aerobik Pemain Bolavoli SMK Indonesia Raya Kabupaten Padang Pariaman	51
6. Dokumentasi Penelitian	52

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Indonesia adalah negara yang saat ini masih dikategorikan negara yang berkembang sehingga masih banyak sektor yang mesti dibenahi oleh pemerintah, antara lain sektor pendidikan, kesehatan dan ekonomi. Untuk beranjak menjadi sebuah negara maju, suatu negara haruslah mempunyai kualitas Sumber Daya Manusia (SDM) yang bagus. Kualitas SDM antara lain salah satunya dibidang pendidikan.

Pendidikan adalah salah satu bidang yang memegang peranan untuk membangun bangsa Indonesia seutuhnya. Pendidikan nasional berdasarkan pancasila, bertujuan untuk mencerdaskan kehidupan bangsa, mengembangkan manusia yang seutuhnya yaitu manusia Indonesia yang beriman dan bertaqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, budi pekerti luhur, memiliki ilmu pengetahuan, keterampilan, sehat jasmani dan rohani serta bertanggung jawab pada bangsa dan negara.

Hal ini tercantum dalam UUD RI No. 20 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan yang menyatakan bahwa :

“Pendidikan merupakan kegiatan fundamental untuk memajukan masyarakat dan para warganya. Pendidikan berfungsi untuk membentuk watak dan peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga Negara yang demokratis serta bertanggung jawab “.

Berdasarkan kutipan di atas, jelas bahwa pendidikan merupakan landasan fundamental suatu bangsa, yang mengembangkan potensi peserta didik menjadi manusia yang sehat jasmani dan rohani. Untuk mencapai tujuan tersebut hal ini dapat dilakukan dengan berolahraga melalui mata pelajaran Pendidikan Jasmani dan Kesehatan yang ada di sekolah.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah untuk mendorong pertumbuhan fisik, perkembangan psikis, keterampilan motorik, pengetahuan dan penalaran, penghayatan nilai-nilai (sikap, mental, emosional, sportifitas, spiritual dan sosial) serta pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan kualitas fisik dan psikis yang seimbang (Mendiknas, 2007:196). Dari kutipan tersebut jelas bahwa pendidikan olahraga merupakan bagian penting dalam kehidupan manusia sesuai dengan program pendidikan yang diajarkan disekolah yang mana pendidikan bertujuan untuk membina jasmani dan hidup sehat baik dari segi sikap mental, sosial, emosional yang serasi, selaras dan seimbang.

Selain itu, untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia juga dapat dikembangkan melalui pembinaan olahraga. Tujuan pembangunan bidang keolahragaan agar bangsa indonesia memiliki sumber daya manusia yang berkualitas, sehat jasmani dan rohani dan lebih bisa maju serta tidak tertinggal dari bangsa lain. Selain ini olahraga telah mendapat perhatian khusus dari pemerintah, hal ini dibuktikan dengan adanya suatu Undang- Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada Bab I Pasal I ayat 3 yang dijelaskan:

“Sistem keolahragaan nasional adalah keseluruhan aspek keolahragaan yang saling terkait secara terencana, sistematis, terpadu dan berkelanjutan sabagai satu kesatuan yang meliputi pengaturan, pendidikan, pelatihan, pengelolaan, pembinaan, pengembangan dan pengawasan untuk mencapai tujuan keolahragaan nasional”.

Dari uraian diatas, dapat disimpulkan bahwa pembinaan olahraga adalah salah satu usaha dalam meningkatkan kualitas manusia Indonesia. Dengan diadakan latihan, dapat meningkatkan kesegaran jasmani masyarakat Indonesia yang nantinya akan menjadi penerus bangsa yang berkualitas. Tujuan dari olahraga itu sendiri adalah untuk memelihara, meningkatkan kesehatan, kebugaran jasmani, prestasi, kualitas hidup manusia, menanamkan nilai moral, akhlak manusia, sportifitas, disiplin, membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh ketahanan nasional, serta meningkatkan harkat, martabat dan kehormatan bangsa.

Untuk meraih prestasi olahraga, perlu suatu kerjasama yang terarah dan memperhatikan segala aspek yang ikut mendukung tercapainya prestasi tersebut. Untuk mencapai prestasi yang tinggi harus didukung oleh kematangan mental atlet, kedisiplinan atlet dalam latihan dan faktor lain yang dapat mendukung terhadap peningkatan prestasi. Sebab pencapaian prestasi yang tinggi melalui metode latihan yang tepat, atlet yang berbakat, perencanaan yang matang dan pembinaan kondisi fisik yang baik.

Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya adalah salah satu Sekolah Menengah Kejuruan yang terletak di Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman. Tepatnya sekolah ini terletak pada jalan Bandara International Minang Kabau Ketaping. Sekolah ini merupakan Sekolah

Menengah Kejuruan dengan memiliki 3 jurusan yaitu Akutansi, Perkantoran dan Teknik Komputer. Sekolah ini berdiri pada tahun 1996 dimana pada saat itu awalnya berdiri di Jalan Balah Hilir Utara Lubuk Alung, Kecamatan Lubuk Alung Kabupaten Padang Pariaman Provinsi Sumatera Barat. SMK ini akhirnya pindah ke daerah Kasang Kecamatan Batang Anai pada tahun 2008 dan akhirnya pindah ke daerah jalan Bandara Internasional Mingakabau Ketaping Sumatera Barat ini pada tahun 2012 karena di tempat yang lama sekolah ini tidak berkembang dengan baik.

Berdasarkan observasi penulis pada saat Praktek Kerja Lapangan (PKL) Kependidikan pada Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Indonesia Raya ini terdapat kegiatan ekstrakurikuler bolavoli dimana siswa biasanya akan berlatih rutin. Tujuannya selain sebagai kegiatan yang telah ditetapkan oleh sekolah kegiatan ini juga sebagai bentuk persiapan dari siswa jika nanti akan mengikuti pertandingan bolavoli. Akan tetapi sampai saat ini prestasi yang didapatkan belum memuaskan dimana sekolah ini sering kalah dalam mengikuti pertandingan. Hal ini diduga karena kurangnya kondisi fisik yang dimiliki oleh para pemain bolavoli SMK Indonesia Raya ini. Pada hal dalam pencapaian prestasi olahraga bolavoli, kondisi fisik sangat dibutuhkan terutama pada saat pertandingan. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan oleh Syafruddin (2011:22) yang menyatakan bahwa, “kemampuan seorang atlit pada saat kompetisi dipengaruhi oleh faktor kondisi fisik, teknik, taktik dan mental”. Dari kutipan di atas dapat kita ketahui bahwa salah satu faktor yang

sangat mempengaruhi prestasi seorang pemain bolavoli adalah faktor kondisi fisik.

Pembinaan kondisi fisik bertujuan untuk mengoptimalkan kemampuan fisik atlet. Kemampuan fisik atlet sebagai dasar penunjang pencapaian prestasi puncak. Kondisi fisik dalam pembinaan bolavoli harus diberikan seirama dengan latihan teknik, taktik dan kematangan bertanding karena pertandingan secara umum adalah sarana untuk melihat sejauh mana hasil pembinaan yang dilakukan untuk membuktikan apakah program latihan yang diterapkan sudah tepat. Sehingga melalui hasil pertandingan dapat dievaluasikan untuk memperbaiki program latihan sesuai dengan yang ingin dicapai. Seorang atlet bolavoli memerlukan kondisi fisik yang prima.

Terkait dengan komponen-komponen prestasi olahraga tersebut, sebut saja olahraga bolavoli maka komponen kondisi fisik merupakan salah satu komponen prestasi yang sangat menarik untuk dibahas. Hal ini atas dasar karena persiapan fisik harus dipandang sebagai hal yang penting dalam latihan untuk mencapai prestasi tinggi. Berdasarkan pendapat tersebut dapat diartikan bahwa komponen kondisi fisik merupakan suatu komponen yang memiliki peran sangat penting selama menjalani latihan guna mencapai prestasi puncak pada satu cabang olahraga bolavoli.

Bolavoli merupakan cabang olahraga permainan yang menuntut kondisi fisik yang sangat kompleks, karena ukuran lapangan yang relatif pendek pemain dituntut untuk bergerak dengan cepat dan menguasai lapangan dalam waktu yang relatif lama, maka atlet dituntut untuk mempunyai kondisi

fisik yang bagus agar bisa menyelesaikan pertandingan dengan baik dan memperoleh kemenangan sehingga menciptakan prestasi yang maksimal. Dalam hal ini tentu kondisi fisik khusus sangat dibutuhkan pada cabang olahraga bolavoli, contoh kondisi fisik khusus yang dibutuhkan adalah daya ledak otot tungkai, daya tahan aerobik, kelicahan, kekuatan otot perut dan kekuatan otot lengan. Akan tetapi, kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya terlihat kurang baik. Hal ini dapat terlihat dimana kurangnya kelincihan pemain, dan juga kurang baiknya daya ledak pemain dimana dapat terlihat pada saat melakukan smash masih mudah di block oleh lawan.

Berdasarkan masalah di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang tinjauan kondisi fisik pemain bolavoli di sekolah tersebut. Penelitian ini di harapkan dapat memberikan informasi tentang tingkat kondisi fisik pemain bolavoli sekolah tersebut. Sehingga dapat diketahui sebab utama terjadinya masalah yang telah penulis jelaskan di atas, sehingga setelah itu masalah itu dapat ditanggulangi sehingga proses latihan dalam kegiatan ekstrakurikuler disekolah ini menjadi lebih baik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah di uraikan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Sarana dan prasarana di sekolah berpengaruh terhadap tingkat kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya.
2. Aktivitas fisik siswa baik di sekolah maupun di luar sekolah yang berpengaruh terhadap tingkat kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya.

3. Status gizi berpengaruh terhadap tingkat kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya.
4. Motivasi siswa berpengaruh terhadap tingkat kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya
5. Program latihan berpengaruh terhadap tingkat kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya
6. Kemampuan kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya

C. Pembatasan Masalah

Mengingat masalah dan identifikasi di atas cukup luas, maka masalah dalam penelitian ini adalah: Tingkat kondisi fisik pemain bola voli SMK Indonesia Raya Kecamatan Batang Anai Kabupaten Padang Pariaman.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian ini adalah:

1. Bagaimana tingkat kelincahan pemain bola voli SMK Indonesia Raya?
2. Bagaimana tingkat daya ledak otot tungkai pemain bola voli SMK Indonesia Raya?
3. Bagaimana tingkat daya tahan kekuatan otot perut pemain bola voli SMK Indonesia Raya?
4. Bagaimana tingkat daya tahan aerobik pemain bola voli SMK Indonesia Raya?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Mengetahui tingkat kelincahan pemain bola voli SMK Indonesia Raya?
2. Mengetahui tingkat daya ledak otot tungkai pemain bola voli SMK Indonesia Raya?
3. Mengetahui tingkat daya tahan kekuatan otot perut pemain bola voli SMK Indonesia Raya?
4. Mengetahui tingkat daya tahan aerobik pemain bola voli SMK Indonesia Raya?

F. Manfaat Penelitian

Adapun penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

1. Penulis, sebagai persyaratan dalam menyelesaikan tugas akhir untuk mendapatkan gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
2. Kepala Sekolah, sebagai penentuan kebijakan dalam kegiatan ekstrakurikuler khususnya ekstrakurikuler bolavoli.
3. Guru Penjasorkes dalam peningkatan mutu proses kegiatan ekstrakurikuler untuk meningkatkan prestasi bolavoli.
4. Bagi siswa ataupun pemain bolavoli sebagai bahan masukan untuk lebih meningkatkan kondisi fisik mereka.
5. Bahan referensi di perpustakaan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Peneliti lain, sebagai bahan penelitian yang relevan.