

**TINJAUAN KONDISI FISIK ATLET BOLAVOLI
KEDJORA BUNGUS TELUK KABUNG**

SKRIPSI

*Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Kepeleatihan
Sebagai Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh
Gelara Sarjana Pendidikan Starata Satu (S1)*



**Oleh :
FADLI WINARYA
NIM. 98335**

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

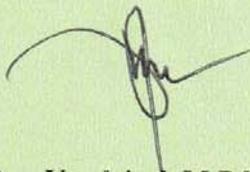
PENGESAHAN SKRIPSI

Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Kedjora Bungus Teluk Kabung
Nama : Fadli Winarya
BP/NIM : 2009/98335
Jurusan : Kepeleatihan
Program Studi : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, april 2016

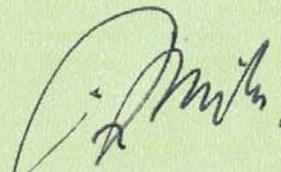
Disetujui oleh:

Pembimbing I



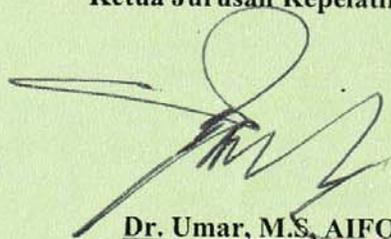
Drs. Yendrizal, M.Pd
NIP. 1911114 198703 1 004

Pembimbing II



Drs. Hermazoni, M.Pd
NIP. 19610414 198603 1 007

Mengetahui
Ketua Jurusan Kepeleatihan



Dr. Umar, M.S. AIFO
NIP. 19610615 198703 1 003

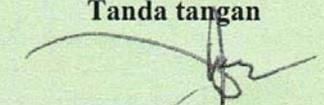
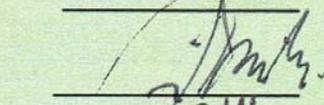
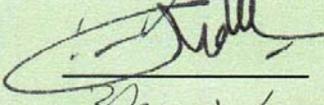
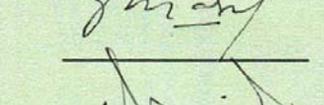
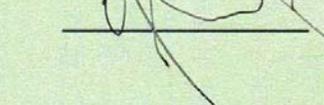
PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

**Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga
Jurusan Keperawatan
Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Kedjora Bungus Teluk Kabung
Nama : Fadli Winarya
BP/NIM : 2009/98335
Jurusan : Keperawatan
Program Studi : Pendidikan Keperawatan olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, April 2016

Tim penguji

	Nama	Tanda tangan
1. Ketua	:Drs. Yendrizal, M.Pd	
2. Sekretaris	: Drs. Hermazoni, M.Pd	
3. Anggota	:Dr. H. Alnedral, M. Pd	
4. Anggota	: Drs. Masrun, M.Kes.AIFO	
5. Anggota	: Drs. Maidarman, M.Pd	

SURAT PERNYATAAN

Judul : Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Kedjora Bungus Teluk
Kabung
Nama : Fadli Winarya
NIM/BP : 98335/2009
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Jurusan : Kepelatihan
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan

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

Padang, Mei 2016
Yang menyatakan,



Fadli Winarya
NIM. 98335/2009

ABSTRAK

Fadli Winarya : 98335/2009 Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Kedjora Bungus Teluk Kabung

Masalah dalam Penelitian ini adalah berawal dari melihat kenyataan dilapangan ditemukan bahwa kondisi fisik atlet bolavoli Kedjora belum sesuai dengan yang diharapkan. Penelitian tergolong pada jenis penelitian deskriptif, yang bertujuan untuk mendapatkan informasi tentang kondisi fisik atlet bolavoli Kedjora yang berkenaan dengan kelenturan, dayatahan otot lengan, daya ledak otot tungkai, dan dayatahan *aerobic*.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet putra bolavoli club Kedjora yang berjumlah 18 orang, yang terdiri dari 8 orang atlet junior dan 10 orang atlet senior. Sampel diambil dengan cara "*total Sampling*", yaitu seluruh atlet putra yang berjumlah 18 orang. Pengambilan data dilakukan dengan cara mengukur kondisi fisik berkenaan kelenturan diukur dengan *Flexiometer*, dayatahan otot lengan dilakukan tes dengan pus-up dan diukur dengan satuan detik (waktu), daya ledak otot tungkai diukur dengan *Vertical Jump Test*, Daya tahan aerobik (*VO₂max*) diukur dengan *Bleep Tes*. Analisis data dan pengujian hipotesis penelitian menggunakan teknik analisis distribusi frekuensi (statistik deskriptif) dengan perhitungan presentase.

Hasil analisis data diperoleh: 1) Berdasarkan hasil analisis data dapat disimpulkan yaitu rata-rata atlet bolavoli club Kedjora memiliki kelenturan yang dikategorikan cukup, 10 atlet memiliki 55.6% berada pada kelas interval 6 – 11 cm dari 18 atlet putra 2) Secara keseluruhan rata-rata atlet bolavoli klub Kedjora memiliki daya tahan otot lengan yang dikategorikan cukup, 15 atlet memiliki 83.3% memiliki daya tahan kekuatan otot lengan berkisar antara 35-53 dari 18 atlet putra 3) Secara keseluruhan rata-rata atlet bolavoli klub Kedjora memiliki daya ledak otot tungkai yang dikategorikan baik, 18 atlet memiliki daya ledak otot tungkai yang berkisar antara 115-239 dari 18 atlet putra 4) Secara keseluruhan rata-rata atlet bolavoli klub Kedjora memiliki dayatahan *aerobic* yang dikategorikan baik, 7 atlet memiliki 38.9% yang berkisar antara 42,6–51,5cc/kgBB/ Oleh sebab itu perlu ditingkatkan dengan memasukkannya kedalam program latihan yang disusun secara terencana dan sistematis serta terlaksana secara kontinu untuk menghasilkan kondisi fisik yang lebih baik lagi.

KATA PENGANTAR



Puji syukur peneliti ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-nya kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian ini dengan judul "**Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Kedjora, Bungus Teluk Kabung**". Proposal ini disusun untuk memenuhi persyaratan untuk memperoleh gelar sarjana pendidikan (S.Pd) di jurusan pendidikan kepelatihan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Padang.

Dalam penyelesaian proposal ini peneliti mengucapkan terimakasih kepada:

1. Drs. Syafrizal, M.Pd, selaku dekan fakultas ilmu keolahragaan yang telah menerima penulis sebagai mahasiswa di Fakultas Ilmu Keolahragaan.
2. Drs. Umar, M.AIFO, selaku ketua jurusan pendidikan kepelatihan olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negri Padang.
3. Bapak Drs. Yendrizal, M.Pd sebagai penasehat Akademis (PA) dan sekaligus menjadi pembimbing I yang telah menyumbangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis selama dalam penyelesaian proposal ini.
4. Bapak Drs. Hermazoni, M.Pd sebagai pembimbing II yang telah menyumbangkan waktu, tenaga, pikiran dan kesabaran untuk membimbing penulis selama dalam penyelesaian proposal ini.

5. Seluruh staf pengajar dan karyawan-karyawati jurusan pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Unifersitas Negri Padang.
6. Pelatih kedjora Bungus Teluk Kabung yang telah membantu dalam penelitian proposal ini.
7. Teristimewa ayahanda Arwin, ibunda Alinar beserta keluarga yang telah payah menuntun ananda sehingga dapat menyelesaikan proposal penelitian ini.
8. Rekan-rekan Mahasiswa dan semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan proposal ini yang tidak bias disebut kan satu-persatu.

Diberikan kepada peneliti mendapatkan pahala dan balasan dari allah SWT. Peneliti menyadari bahwa dalam penulisan proposal ini masih banyak terdapat kekurangan, untuk itu peneliti mengharapkan kritikdan saran yang membangun dari semua pihak demi kesempurnaan proposal ini.Semoga hasil penelitian ini nantinya bemanfaa tbagi kita semua. Akhir kata peneliti ucapkan terimakasih.

Padang, April 2016

Peneliti

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
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 KAJIAN TEORITAS	9
A. Kajian Teori.....	9
1. Hakikat Bolavoli.....	9
2. Kondisi Fisik	11
3. Komponen – komponen Kondisi Fisik.....	14
B. Kerangka Konseptual	21
C. Pertanyaan Penelitian	23

BAB III METODOLOGI PENELITIAN	24
A. Jenis Penelitian	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
C. Populasi dan Sampel.....	24
D. Definisi Operasional	25
E. Jenis dan Sumber Data	26
F. Instrumen Penelitian.....	27
G. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	27
H. Prosedur Penelitian	33
I. Teknik Analisis Data	34
BAB IV. HASIL PENELITIAN	
A. Analisis Deskriptif Data	35
B. Pembahasan	40
BAB V. PENUTUP	
A. Kesimpulan	46
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	50

DAFTAR TABEL

	Halaman
1. Norma standarisasi untuk kelenturan dengan <i>flexiometer test</i>	28
2. Norma Standarisasi untuk <i>Pushup</i>	29
3. Norma Standarisasi Untuk Daya Ledak Otot Tungkai	30
4. Norma Standarisasi Untuk Daya Tahan <i>Aerobic</i>	32
5. Daftar Nama Panitia Pelaksana Tes	34
6. Distribusi Frekuensi Kelenturan	35
7. Distribusi Frekuensi Daya Tahan Kekuatan Otot Lengan	36
8. Distribusi Frekuensi Daya Ledak Otot Tungkai	38
9. Distribusi Frekuensi Daya Tahan <i>Aerobic</i>	39

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Kerangka konseptual.....	23
2. Bentuk Pelaksanaan <i>Flexiometer test</i>	28
3. Nomogram Lewis.....	31
4. Sikap Menentukan Raihan Tegak	31
5. Histogram Kelenturan	36
6. Histogram Keterampilan Daya Tahan Otot Lengan	37
7. Histogram Daya Ledak Otot Tungkai.....	38
8. Histogram Daya Tahan Aerobic	40
9. Tes Kelenturan (<i>flexiometer</i>)	54
10. Tes Daya Tahan Otot Lengan (<i>push-up</i>).....	54
11. Tes Daya Ledak Otot Tungkai (<i>vertical jump test</i>).....	55
12. Gambar Tes Daya Tahan <i>Aerobic</i> (<i>vo2max</i>)	56
13. Gambar pemain atlet bola voli kedjora	57

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Sampai saat ini olahraga telah memberikan kontribusi yang positif dan nyata bagi peningkatan kesehatan masyarakat. Selain itu olahraga juga turut berperan dalam peningkatan kemampuan bangsa dalam melaksanakan sistem pembangunan yang berkelanjutan. Di Indonesia, olahraga dimasyarakatkan tidak hanya untuk kepentingan kependidikan, rekreasi, dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang prestasi. Hal ini dijelaskan dalam Undang-undang RI Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional. Pada BAB II Pasal 4 hal 6 dijelaskan sebagai berikut:

Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportifitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional serta mengangkat harkat martabat dan kehormatan bangsa.

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. Menurut UU RI No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab I Pasal 1 ayat 13 hal 4 “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetensi untuk mencapai

prestasi tinggi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”. Sedangkan menurut Syafruddin (1999:21) “olahraga prestasi adalah olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih suatu prestasi tinggi (terbaik) individu”.

Sesuai dengan pengertian olahraga prestasi tersebut di atas maka Dalam peningkatan prestasi diperlukan usaha-usaha pembinaan dan pengembangan secara berkelanjutan, terprogram dan terarah dalam upaya peningkatan mutu, jumlah serta kemampuan olahraga yang dimiliki. Olahraga prestasi yang berkembang saat ini beragam mulai dari olahraga yang bersifat perorangan maupun olahraga yang bersifat kelompok atau olahraga tim. Salah satu olahraga prestasi yang berkembang dilingkungan masyarakat sekolah atau pelajar adalah olahraga bolavoli.

Di Indonesia bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang populer dan digemari, oleh karena itu olahraga bolavoli mendapat tanggapan yang baik dari masyarakat dan pemerintah dalam perkembangannya. Hal ini terbukti banyak club-club yang muncul baik di tingkat anak-anak, remaja, dan dewasa yang tersebar dipelosok tanah air dan diharapkan nanti mampu mengangkat martabat bangsa di kancah Internasional.

Untuk pencapaian prestasi olahraga bolavoli harus didukung oleh kualitas fisik dan teknik yang baik dengan cara meningkatkan bakat, kemampuan dan potensi yang ada. Melalui pembinaan dan pengembangan program secara baik dan terencana agar dapat mencapai kondisi fisik yang

akan berguna bagi sosok manusia yang terampil siap jasmani dan rohani guna menghadapi masa depan yang makin membutuhkan ilmu pengetahuan dan teknologi terutama dibidang olahraga.

Club bolavoli Kedjora adalah salah satu club yang ada di Bungus Teluk Kabung. club bolavoli Kedjora ini masih minim mengikuti kejuaraan antar club yang ada di Sumatera Barat ataupun antar club di Padang, itu disebabkan karena kurangnya kejuaraan yang ada di Sumatera Barat dan di Bungus Teluk Kabung itu sendiri. Tetapi club bolavoli Kedjora ini pernah mengikuti turnamen terbuka yang di adakan di Bungus Teluk Kabung pada tahun 2013, pada saat itu club permata (Pampangan, parak laweh) yang menjadi juara satu, sedangkan club Kedjora kalah dipertandingan pertama.

Dari hasil yang dicapai masih sedikitnya jam pertandingan mengikuti kejuaraan dan rendahnya prestasi kemungkinan disebabkan oleh beberapa faktor, yaitu : Minimnya jam bertanding, organisasi yang belum memadai, kondisi fisik para atlet yang rendah, sarana dan prasarana yang belum memadai, dan program latihan yang belum berjalan dengan baik. Berdasarkan pengamatan peneliti di lapangan bersama Engki selaku pelatih club bolavoli Kedjora dan dari wawancara mengungkapkan bahwa club bolavoli Kedjora mengalami banyak permasalahan.

Berdasarkan observasi yang telah peneliti lakukan pada team bolavoli Kedjora pada Open Tournament yang berlangsung di Bungus Teluk Kabung saat melawan Tim Permata. Selama berjalannya pertandingan, peneliti melihat permainan club bolavoli Kedjora Pada babak pertama penampilan atlet

bagus, permainan terkontrol dan permainan lawan dapat diimbangi, Ini terlihat dengan poin yang dimenangkan club bolavoli Kedjora. Tapi pada saat masuk ke babak kedua terlihat penampilan atlet dalam permainan kurang bagus seperti *smash* yang menyangkut di net, *passing* yang kurang tepat dan tidak sampai kesasaran, service yang sering out dan menyangkut di net, penguasaan bola yang kurang bagus, di babak terakhir tersebut sering terjadinya pergantian pemain, dan permainan lawan tidak bisa diimbangi.

Berdasarkan pemantauan peneliti dengan melihat secara langsung saat club bolavoli Kedjora mengikuti pertandingan secara umum kondisi fisik yang dibutuhkan oleh atlet bolavoli bolavoli Kedjora dan perlu kiranya diteliti yaitu : kelenturan Pinggang, Daya Tahan Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai, dan Daya Tahan *Aerobic*

Kelenturan Pinggang merupakan salah satu unsur kemampuan gerak tubuh dalam meregang tubuh seefisien mungkin dan sejauh mungkin. Dengan kelenturan pinggang seorang pemain bolavoli dapat melakukan passing dan smash yang baik dan tepat. Dalam penelitian ini kelenturan mempunyai fungsi agar bisa leluasa mengejar bola di daerah lapangan kita pada saat lawan melakukan penyerangan maupun pada saat kita menyerang, disini peneliti melihat bola mudah mati di daerah kita dengan tipuan-tipuan yang dilakukan lawan.

Daya Tahan Kekuatan Otot merupakan sekelompok otot untuk mengatasi beban dalam waktu yang relatif lama agar bisa menyelesaikan pertandingan dalam waktu yang lama. Dalam penelitian ini daya tahan

kekuatan otot lengan berfungsi untuk melakukan smash berulang-ulang dan memblok smash dari lawan. disini peneliti melihat pada set pertama tim bolavoli club bolavoli Kedjora bekerja dengan baik bisa melakukan blok dengan bagus dan melakukan *smash* yang akurat, tetapi pada set-set berikutnya apa yang di harapkan tidak bisa di pertahankan lagi.

Daya ledak (*power*) merupakan untuk menampilkan kekuatan maksimum dan kecepatan maksimum dalam waktu cepat dan singkat untuk mencapai tujuan yang dikehendaki, dalam penelitian ini daya ledak otot tungkai mempunyai fungsi agar terciptanya lompatan yang maksimal dalam melakukan *smash* yang akurat. Dilihat dalam pertandingan tim bolavoli Kedjora dalam melakukan loncatan dalam melakukan *smash* tidak begitu tinggi.

Daya tahan merupakan kemampuan menghadapi kelelahan yang disebabkan pembebanan dalam waktu yang relative lama. Dalam penelitian ini daya tahan mempunyai fungsi agar atlet bisa menyelesaikan pertandingan dalam waktu yang lama, kita tahu dalam permainan bolavoli memerlukan daya tahan yang bagus untuk menyelesaikan pertandingan dalam lima set pertandingan.

Di samping faktor-faktor di atas, prestasi juga ditentukan bakat dan motivasi dari atlet itu sendiri, program dan metode latihan yang diterapkan oleh pelatih yang mana ditangan seorang pelatih, atlet dapat mengembangkan kemampuan teknik maupun kondisi fisik atlet hingga atlet dapat mencapai prestasi yang diinginkannya, serta usaha pembinaan yang teratur dan kontiniu

dalam pembinaan yang diarahkan kepada pencapaian keberhasilan bermain bolavoli dan peningkatan prestasi dan juga asupan gizi yang diterima oleh atlet juga mendapat peranan penting dalam pencapaian prestasi atlet itu sendiri.

Dan salah satu faktor tersebut adalah kondisi fisik yang mana kondisi fisik salah satu bagian terpenting dalam pencapaian suatu prestasi. Jika atlet club bolavoli Kedjora menerapkan latihan unsur kelenturan Pinggang, Daya Tahan Otot Lengan, Daya Ledak Otot Tungkai dan Daya Tahan *Aerobic* serta melaksanakan prinsip-prinsip latihan yang baik, terprogram dan terencana di yakini prestasi atlet akan tercapai.

Agar pembinaan dan program latihan dapat direncanakan dan terlaksana dengan baik, maka sebelumnya perlu di ketahui kondisi fisik para atlet, sehingga pelatih dapat menentukan metode latihan sesuai dengan keadaan atlet dan prinsip latihan, sehingga program pembinaan diharapkan dapat meningkatkan prestasi atlet. Berdasarkan uraian di atas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “ **Tingkat Kondisi Fisik Atlet bolavoli Kedjora, Bungus Teluk Kabung**”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah ditulis pada latar belakang masalah di atas, maka tingkat kondisi fisik atlet club bolavoli Kedjora perlu diketahui melalui suatu penelitian. Mengingat kondisi fisik yang baik atau memenuhi tuntutan sebagai atlet bolavoli sebagai salah satu komponen yang harus

dimiliki untuk dapat berprestasi diataranya : kelenturan pinggang, daya ledak kekuatan otot lengan, daya ledak otot tungkai dan daya tahan *aerobik*.

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknyapermasalahan diatas dan adanya keterbatasan waktu serta kemampuan penulisan dalam penelitian ini, maka penulis membatasi masalah penelitian ini atas 4 variabel, yaitu :

1. Kelenturan Pinggang
2. Daya Tahan Otot Lengan
3. Daya Ledak Otot Tungkai
4. Daya Tahan *Aerobik*

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah dikemukakan diatas, maka dapat dirumuskan kedalam bentuk rumusan masalah, yaitu :

1. Bagaimana kelenturan pinggang yang dimiliki atlet bolavoli kedjora ?
2. Bagaiman daya tahan kekuatan otot lengan yang dimiliki atlet bolavoli kedjora?
3. Bagaimana daya ledak otot tungkai yang dimiliki atlet bolavoli kedjora ?
4. Bagaimana daya tahan aerobik yang dimilikiatlet bolavoli kedjora ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui tingkat kondisi fisik atlet club bolavoli Kedjora, yang terdiri dari :

1. Untuk mengetahui tingkat kelenturan pinggang yang dimiliki oleh atlet bolavoli Kedjora .
2. Untuk mengetahui tingkat daya tahan otot lengan yang dimiliki oleh atlet bolavoli Kedjora
3. Untuk mengetahui tingkat daya ledak otot tungkai yang dimiliki oleh atlet bolavoli Kedjora
4. Untuk mengetahui tingkat daya tahan *aerobik* yang dimiliki oleh atlet bolavoli Kedjora

F. Manfaat Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan dapat bermanfaat untuk:

1. Sebagai salah satu syarat bagi peneliti untuk mendapatkan gelar sarjana kependidikan.
2. Bagi pelatih untuk mengetahui sejauh mana tingkat kondisi fisik atlet dan sebagai perbandingan untuk pencapaian prestasi kedepan.
3. Sebagai motivasi bagi atlet untuk berprestasi lebih tinggi.
4. Untuk mahasiswa FIK UNP, sebagai bahan referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah dan Sebagai bahan penelitian lebih lanjut.
5. Dan juga memberikan informasi kepada atlet, guru pendidikan jasmani, pengawas olahraga PBVSI, serta pelaku olahraga tentang Tinjauan Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Kedjora, Bungus Teluk Kabung.