HUBUNGAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN KONDISI FISIK PEMAIN BOLA VOLI DI SMA N 1 PANTAI CERMIN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Olahraga (S.Or) Jurusan Kesehatan Dan Rekreasi

Oleh
Yanita Armana
NIM. 17089248

PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG

2022

HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

Judul	:	**HUBUNGAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN KONDISI FISIK PEMAIN BOLA VOLI DI SMA N 1 PANTAI CERMIN**
Nama	:	**Yanita Armana**
NIM/BP	:	**17089248/2017**
Program Studi	:	**Ilmu Keolahragaan**
Jurusan	:	**Kesehatan dan Rekreasi**
Fakultas	:	**Ilmu Keolahragaan**

Padang, September 2022

Disetujui oleh:

Pembimbing

Prof. Dr. Bafirman HB. M.Kes. AIFO
NIP. 19591104 198510 1 001

Ketua Departemen Kesrek

Dr. Muhamad Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd
NIP. 19790704 200901 2 004

HALAMAN PENGESAHAN TIM PENGUJI

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Tugas Akhir Didepan Penguji

Departemen Kesehatan Dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahrgaan

Universitas Negeri Padang

Judul	:	**HUBUNGAN KADAR HEMOGLOBIN DENGAN KONDISI FISIK PEMAIN BOLA VOLI DI SMA N 1 PANTAI CERMIN**
Nama	:	**Yanita Armana**
NIM/BP	:	**17089248/2017**
Program Studi	:	**Ilmu Keolahragaan**
Jurusan	:	**Kesehatan dan Rekreasi**
Fakultas	:	**Ilmu Keolahragaan**

Padang, September 2022

Disahkan oleh:

Nama	**Tanda Tangan**
Ketua : Prof. Dr. Bafirman HB, M.Kes. AIFO	1.
Anggota : Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd	2.
Anggota : Dr. Wilda Welis, SP, M.kes	

HALAMAN PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama	: Yanita Armana
Nim/Bp	: 17089248/2017
Program Studi	: Ilmu Keolahragaan
Jurusan	: Kesehatan Dan Rekreasi

Dengan saya menyatakan bahwa skirpsi ini adalah karya sendiri dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar keserjanaan di suatu perguruan tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah tertulis/ diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka. Jika terdapat hal-hal yang tidak sesuai dengan isi pernyataan ini, maka saya bersedia gelar sarjana saya dicabut.

Padang, September 2022

Yang Menyatakan,

Yanita Armana

NIM :17089248

ABSTRAK

Yanita Armana (2022) : Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Di SMA N 1 Pantai Cermin

Masalah dalam penelitian ini yaitu belum diketahuinya hubungan kadar hemoglobin dengan kondisi fisik pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kadar hemoglobin dengan kondisi fisik pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin.

Jenis penelitian adalah penelitian kuantatif dengan pendekatan korelasi. Populasi dalam penelitian yaitu Pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin yang berjumlah 30 pemain. Adapun teknik pengambilan sampel Pada penelitian dengan teknik *total sampling* sehingga jumlah sampel pada penelitian ini 30. Dalam penelitian ini, instrumen yang digunakan tes yang dipakai adalah tes hemoglobin dengan menggunakan *Easy Touch*, daya tahan dengan *bleep test,* kekuatan dengan tes *sit up*, kecepatan dengan *sprint* 50 meter, tes kelincahan dengan *agility T-Test*, dan daya ledak otot tungkai dengan *vertical jum*. Teknik analisis data yang digunakan adalah teknik analisis korelasi *product moment*.

Hasil penelitian ini adalah Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan hasil r_{hitung} = 0,405 > r_{tabel} = 0,367 sehingga dapat diartikan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin dengan kondisi fisik.

Kata Kunci : Kondisi Fisik ; Kadar Hemoglobin

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, karena atas kasih dan rahmat-Nya sehingga penyusunan Proposal Penelitian dengan judul "**Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Di SMA N 1 Pantai Cermin** .

Penulis menyadari bahwa tugas akhir ini masih sangat jauh dari kata sempurna, baik penyusunanannya maupun penyajiannya disebabkan oleh keterbatasan pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki penulis. Oleh karena itu, segala bentuk masukan yang membangun sangat diharapkan baik itu dari segi metodologi maupun teori yang digunakan untuk perbaikan lebih lanjut. Semoga tugas akhir ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan pembaca pada umumnya.

Dalam upaya penyusunan dan penulisan skripsi ini peneliti mengucapkan terimakasih atas segala bantuan dari berbagai pihak. Terutama kepada orang tua (Ibu) dan (ayah) saya yang selalu berada disisi saya beserta kakak saya yang telah memberikan dorongan dan do'a sehingga skripsi ini dapat diselesaikan. Selain itu peneliti juga mengucapkan terima kasih kepada:

1. Rektor Universitas Negeri Padang Bapak Prof. Dr. Ganefri, Ph. D, yang telah memberi berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan program studi Ilmu Keolahragaan

Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

2. Bapak Prof. Dr. Bafirman HB, M.Kes. AIFO, pembimbing yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan masukan sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi ini.
3. Bapak Dr. Anton Komaini, S.Si, M.Pd dan Ibuk Dr. Wilda Welis, SP., M. Kes dosen penguji yang telah memberikan kritik dan sarannya kepada penulis sehingga skripsi ini selesai tepat pada waktunya.
4. Bapak M. Sazeli Rifki, S.Si, M.Pd. Ketua Jurusan Kesehatan dan rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP yang telah memberikan kemudahan dan pelayanan akademik yang optimal.
5. Bapak Prof. Dr. Alnedral, M.Pd, dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga peneliti dapat mengikuti perkuliahan dengan baik.
6. Seluruh staf pengajar Jurusan Kepelatihan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan ilmunya kepada peneliti selama mengikuti perkuliahan
7. Terimakasih untuk teman-teman saya Kamelia Martin, Azizah Novrianti, Lola Monika, Wiranda Trilomanda yang telah memberikan bantuan dan dorongan baik moril maupun materil.

Padang, September 2022
Penulis

Peneliti

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.....9
C. Batasan Masalah.....10
D. Perumusan Masalah.....10
E. Tujuan Penelitian.....10
F. Manfaat Penelitian.....11

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Kajian Teori.....12
   1. Bola Voli.....12
   2. Kondisi Fisik.....22
   3. Hemoglobin.....28
B. Kerangka Konseptual.....35
C. Hipotesis.....36

BAB III METODE PENELITIAN

A. Jenis Penelitian.....37
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....37

C. Populasi dan Sampel.....37
D. Jenis dan Sumber data 38
E. Definisi operasional.....39
F. Instrumen Penelitian.....39
G. Teknis Analisis Data.....49

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Penemuan penelitian.....50
B. Pembahasan.....56

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan.....65
B. Saran.....65

DAFTAR PUSTAKA.....66
LAMPIRAN.....68

DAFTAR TABEL

1. Batas Kadar Hemoglobin.....7
2. Batasan Hemoglobin Darah.....33
3. Populasi Penelitian.....38
4. Hasil perolehan data Daya Tahan.....50
5. Hasil perolehan data Kekuatan.....51
6. Hasil perolehan data Kecepatan.....51
7. Hasil perolehan data Kelincahan.....51
8. Hasil perolehan data Daya Ledak.....52
9. Hasil perolehan data Kondisi Fisik.....52
10. Hasil Perolehan Data Kadar Hemoglobin 53
11. Uji Normalitas Sebaran Data Setiap Variabel.....54
12. Hasil Analisis Pengujian Hipotesis.....55

DAFTAR GAMBAR

1. Diagram Kondisi Fisik prestasi tim bola voli.....8
2. Servis Tangan Bawah.....17
3. Servis Tangan Atas.....18
4. Overhand Change- Up Service.....18
5. Overhand Round- House Service.....19
6. Jumping Service.....,.....19
7. Smash 21
8. Block.....22
9. Kerangka Konseptual 35
10. Pelaksanaan Tes VO2max.....43
11. Pelaksanaan Tes Baring Duduk.....44
12. Pelaksanaan Posisi Star Lari 50 Meter.....46
13. Pelaksanaan Agility T-Test.....47
14. Pelaksanaan Tes Loncat Tegak.....48
15. Hasil Perolehan Data Kondisi Fisik.....53
16. Hasil Perolehan Data Kadar Hemoglobin.....54

DAFTAR LAMPIRAN

1. Surat keterangan telah melakukan penelitan.....68
2. Surat izin penelitian dari kampus.....69
3. Pengolahan data.....70
4. Dokumentasi penelitian.....85

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.

Salah satu usaha menciptakan manusia Indonesia seutuhnya adalah dengan cara pembinaan melalui olahraga. Olahraga tidak hanya untuk kepentingan pendidikan, rekreasi, dan kesegaran jasmani, tetapi juga sebagai ajang kompetisi untuk berpacu dalam pencapaian sebuah prestasi baik secara individu maupun kelompok.

Hal ini juga ditegaskan dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Bab II Pasal 4 yang berbunyi:

> ”Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran,nprestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkukuh ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa.”

Dengan adanya Undang-Undang Republik Indonesia tentang Sistem Keolahragaan Nasional ini, maka keolahragan di Indonesia telah memiliki arah yang pasti untuk kedepannya. Tujuan keolahragaan nasional telah dijelaskan dalam Undang-Undang tersebut. Salah satu tujuannya itu adalah peningkatan

prestasi olahraga melalui pembinaan atlet yang berbakat secara merata diseluruh tanah air. Berdasarkan undang-undang tersebut, maka perlu adanya upaya pembinaan bagi atlet untuk mencapai suatu prestasi. Sebab melalui upaya pembinaan prestasi atlet yang dilihat dari minatnya secara kontiniu, terprogram, dan terpadu akan menghasilkan atlet yang berprestasi. Pembinaan harus dilakukan terhadap atlet pada tiap cabang olahraga yang digelutinya agar memiliki prestasi.

Melakukan latihan fisik yang teratur dan sebaiknya dimulai sejak usia dini. Untuk meningkatkan kondisi fisik biasanya pelatih memberikan latihan yang didalamnya mengandung beberapa aspek yang berhubungan dengan kondisi fisik yang terdiri dari latihan kekuatan, kecepatan, kelenturan, kelincahan, daya tahan, keseimbangan, daya ledak dan koordinasi. Aspek latihan tersebut bertujuan untuk mengetahui dan meningkatkan kondisi tiap pemain, karena tanpa fisik dan keterampilan gerak dasar bermain bola voli yang baik maka seorang pemain tidak akan memberikan latihan pada para pemainnya dan setelah itu ia akan memberikan evaluasi mengenai hasil latihan yang diberikan berhasil atau tidak didalam meningkatkan kondisi fisik serta keterampilan dasar pada pemainnya.

Kondisi fisik dan kesegaran jasmani sangat dipengaruhi oleh faktor usia. Pada anak-anak dan remaja kemampuan fisik akan meningkat sampai tercapai maksimal sekitar umur 20-30 tahun, kemudian dengan bertambahnya umur akan terjadi penurunan yang berangsur-angsur. Untuk dapat dapat bermain bola voli dengan baik, faktor fisik dan penguasaan keterampilan gerak dasar merupakan sesuatu yang harus dimiliki oleh seorang pemain. Agar fisik dan keterampilan gerak dasar dikuasai perlu latihan yang sungguh-sungguh dan direncanakan

dengan baik. Fisik dan keterampilan gerak dasar merupakan beberapa faktor dalam kemampuan dasar bagi seseorang agar bisa bermain bola Voli.

Berdasarkan dari cabang olahraga bola voli yang tergolong dalam olahraga yang membutuhkan kondisi fisik yang prima, adapun kondisi fisik yang sangat dibutuhkan adalah daya tahan, kelincahan, kecepatan, dan daya ledak karena merupakan pondasi yang sangat diperlukan untuk menguasai komponen-komponen seperti teknik, taktik dan strategi serta mental. Setiap cabang olahraga memerlukan kondisi fisik dalam usaha mencapai prestasi yang optimal,begitu halnya dalam permainan bola voli.

Komponen-komponen yang terdapat dalam kondisi fisik pemain bola voli yaitu; 1) Kekuatan (*strength*) , 2) Kecepatan (*speed*) , 3) Daya Tahan (*Endurance*) , 4) Kelincahan (*agility)* , 5) Daya Ledak (*explosive power*). Agar lebih jelas kondisi fisik dalam bola voli dapat diuraikan sebagai berikut:

1) Kekuatan (*strength*)

   Secara fisiologis (ilmu faal) Kekuatan merupakan kemampuan otot mengatasi beban atau latihan, sedangkan fisikis (ilmu fisika) kekuatan merupakan hasil perkalian antara massa dengan kecepatan (*acceleration*). Usaha maksimal ini dilakukan oleh otot atau sekelompok otot untuk mengatasi suatu tahanan".

2) Kecepatan (*speed*)

   Secara fisiologis kecepatan diartikan sebagai kemampuan yang berdasarkan kelentukan (*flexibilities)*. Kecepatan adalah kemampuan untuk memindahkan tubuh dan menggerakkan anggota tubuh menempuh jarak tertentu dalam satu satunan waktu yang singkat.

3) Daya tahan (*Endurance*)

Secara definiktif daya tahan merupakan kemampuan organisme tubuh untuk mengatasi kelelahan yang disebabkan oleh pembebanan dalam waktu yang relatif lama.

4) Kelincahan (*agility)*

kelincahan adalah seperangkat keterampilan komplek yang dilakukan oleh seseorang untuk merespon stimulus eksternal dengan perlambatan, perubahan arah, dan *reacceleration*.

5) Daya Ledak (*explosive power*)

Merupakan kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Daya ledak inilah yang mempengaruhi tinggi loncatan. Salah satu cara melatih loncatan yaitu dengan latihan plyometrik, dalam latihan playometrik terhadap permainan mampu memiliki loncatan yang tinggi dengan maksimal sehingga dapat memberikan pukulan yang mematikan dan dapat memperoleh poin dengan cara melakukan pukulan jumping smash.

Dalam pelaksanaan latihan siswa/siswi harus mempunyai hemoglobin (Hb) yang baik agar dapat bertahan. Kekurangan kadar hemoglobin (Hb) berakibat patal,seorang siswa/siswi tidak akan mampu bertahan lama pada saat latihan disebabkan tidak adanya media transport oksigen dari paru-paru ke seluruh tubuh. Hemoglobin (Hb) merupakan hal yang sangat penting yang dibutuhkan siswa/ siswi pada saat latihan maupun pertandingan (Rahmat, 2015).

Hemoglobin adalah protein kompleks yang terdiri atas protein, globin, dan pigmen yang mengandung zat besi. Hemoglobin berfungsi sebagai pembawa oksigen dari paru-paru ke dalam jaringan. Dalam hal ini jika kadar hemoglobin berjumlah banyak saat melakukan aktivitas atau berolahraga, maka akan mendukung penampilan fisiknya atau daya tahan pemain. Namun sebaliknya jika kadar hemoglobin rendah, maka status daya tahan pemain akan menurun (Rahmat , 2015).

Hemoglobin adalah senyawa pembawa oksigen pada sel darah merah. Sel darah merah atau sering juga disebut eritrosit adalah jenis sel darah yang paling banyak dan berfungsi membawa oksigen kejaringan tubuh lewat darah. Darah adalah jaringan tubuh yang terdapat didalam pembuluh darah yang warnanya merah. Fungsi sel darah merah adalah mengikat oksigen dari paru-paru untuk diedarkan keseluruh jaringan tubuh dan mengikat karbondioksida dari jaringan tubuh untuk dikeluarkan melaui paru-paru. Pengikat karbondioksida ini dikerjakan oleh hemoglobin yang telah bersenyawa dengan oksigen yang disebut oksihemoglobin. Jadi, oksigen diangkut dari seluruh tubuh sebagai oksihemoglobin yang nantinya setelah tiba dijaringan akan dilepaskan (Rahmat , 2015).

Kadar hemoglobin yang cenderung normal akan memungkinkan seseorang mempunyai ketahanan dalam berkonsentrasi pada sesuatu hal, termasuk berkonsentrasi dalam belajar. Jika hemoglobin yang terdapat dalam darah tidak cukup maka daya tahan kardiorespirasi akan rendah dan aktivitas tidak akan berjalan lama. Rendah atau kurangnya kadar hemoglobin dalam darah sering juga disebut dengan anemia. Ciri anemia salah satunya mudah lelah dalam beraktivitas,

ini indikasi kurangnya hemoglobin untuk mengangkut oksigen yang akan diedarkan ke jaringan tubuh.

Didalam tubuh banyaknya sel darah merah ini bisa berkurang, demikian juga banyaknya hemoglobin dalam sel darah merah. Apabila keduanya- duanya berkurang akan menyebabkan anemia, yang biasanya disebabkan oleh banyak hal pendarahan yang hebat, penyhakit eritrosit, tempat pembuatan eritrosit terganggu kurang gizi, gangguan sumsum tulang dan lain-lain. Jika seseorang kekurangan sel darah merah atau hemoglobin yang normal maka sel-sel dalam tubuh tidak akan mendapatkan aksigen cukup (Rahmat, 2015).

Untuk menigkatkan kadar hemoglobin dalam sel darah merah, setiap individu harus memperhatikan asupan makanan yang mereka konsumsi. Makanan yang di konsumsi sangat disarankan adalah makanan yang mengandung zat besi dan protein, seperti daun bayam, telur, daging, dan ikan sehingga dapat meningkatkan kadar hemoglobin di dalam tubuh (Rahmat , 2015).

Didalam tubuh banyaknya sel darah merah ini bisa berkurang, demikian juga banyaknya hemoglobin dalam sel darah merah. Apabila kedua-duanya berkurang akan menyebabkan anemia, yang biasanya disebabkan oleh banyak hal pendarahan yang hebat, penyakit eritrosit, tempat pembuatan eritrosit terganggu kurang gizi, gangguan sumsum tulang, dan lain-lain. Jika seseorang kekurangan sel darah merah yang normal maka sel-sel dalam tubuh tidak akan mendapatkan Oksigen cukup (Rahmat , 2015).

Jumlah hemoglobin dalam darah normal adalah kira-kira 15 gram setiap 100 ml darah dan jumlah ini biasanya disebut “100 persen ’’ (Evelyn 2009). Batas normal nilai hemoglobin untuk seseorang sukar ditentukan karena kadar

hemoglobin bervariasi diantara setiap suku bangsa. Namun WHO telah menetapkan batas kadar hemoglobin normal berdasarkan umur dan jenis kelamin . (Rahmat, 2015).

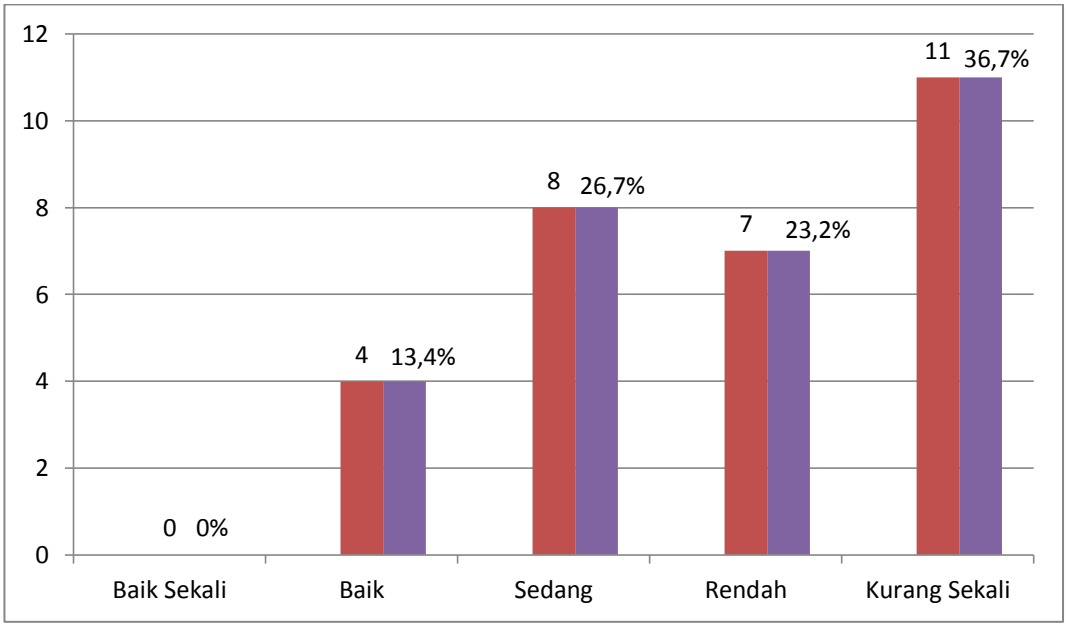
Tabel 1. Batas Kadar Hemoglobin

Kelompok Umur	**Batas Nilai Hemoglobin (gr/dl)**
Anak 6 bulan - 6 tahun	11
Anak 6 tahun - 14 tahun	12
Pria dewasa	13
Ibu hamil	11
Wanita dewasa	12

SMA N 1 Pantai Cermin Kabupaten Solok salah satu sekolah yang melakukan pembinaan olahraga bolavoli melalui kegiatan ekstrakurikuler, kegiatan ini dilaksanakan diluar jam mata pelajaran yaitu dengan satu kali dalam seminggu. Kegiatan ekstrakurikuler ini merupakan salah satu program sekolah, berupa kegiatan siswa yang bertujuan memperdalam dan memperluas pengetahuan siswa, menyalurkan bakat dan minat, kemampuan dan keterampilan sehingga dapat meraih prestasi yang baik. Bahkan sampai mempersiapkan pemain bola voli yang nantinya akan di bawa untuk kepertandingan bola voli tinggat SMA.

SMA NEGERI 1 Pantai Cermin adalah salah satu Sekolah Menengah Atas atau SLTA yang ada di Kabupaten Solok, yang melakukan pembinaan terhadap cabang olahraga bola voli. Tujuan dari latihan yang dilakukan ini ialah untuk meningkat prestasi pemain bola voli putri SMA Negeri 1 Pantai Cermin dan dapat mengharumkan nama SMA NEGERI 1 Pantai Cermin dimata masyarakat

Kabupaten Solok khususnya, Sumatera Barat dan Indonesia pada umumnya. Turunnya kemampuan fisik Pemain diduga disebabkan oleh ada wabah corona yang sangat berpengaruh terhadap jadwal latihan pemain Bola Voli Di Sekolah SMA N 1 Pantai Cermin dikarenakan belajar online dan ditiadakannya tatap muka dalam setahun terakhir ini. Hal ini dapat di lihat dari diagram gambaran hasil tes kondisi fisik pemain Bola Voli di Sekolah SMA N 1 Pantai Cermin itu sendiri.



Gambar 1. Diagram Kondisi Fisik prestasi tim bola voli

SMA NEGERI 1 Pantai Cermin

Sumber : Pelatih

Dari Diagram di atas, jelas dapat dilihat 36,7 % kondisi fisik pemain berada pada kategori kurang sekali. Tentu hal Fenomena ini sangat berpengaru terhadap prestasi tim bola voli SMA NEGERI 1 Pantai Cermin yang masih rendah, ini terbukti pada kejuaraan yang di ikuti pada Sport Vaganza di SMK Negeri 1 Kota Solok pada tahun 2017, tim bola voli SMA Negeri 1 Pantai Cermin hanya masuk delapan besar. Kemudian pada Hut SMANDASI di SMA Negeri 2 Sijujunjung

tahun 2018 Tim bola voli SMA Negeri 1 Pantai Cermin hanya mampu masuk 8 besar dan pada tahun 2019 di SMK Negeri 1 Solok Selatan tim bola voli SMA Negeri 1 Pantai Cermin hanya sampai perempat final. Melihat hasil yang diraih oleh tim bola voli SMA Negeri 1 Pantai Cermin selama ini tentulah tidak sesuai dengan apa yang di inginkan oleh seorang pelatih. Sampai saat sekarang tim bola voli SMA Negeri 1 Pantai Cermin masih aktif dalam mengikuti latihan.

Berdasarkan permasalahan diatas terlihat menurunnya prestasi pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin diduga disebabkan karena rendahnya kemampuan fisik yang dimana bisa dipengaruhi oleh kadar hemoglobin didalam tubuh pemain. Untuk dapat mendukung keberhasilan bermain bola voli, Kemampuan fisik dalam bola voli hendaknya mendapat perhatian yang utama, dan jika hal ini dibiarkan maka prestasi maksimal yang diharapkan akan sulit untuk diraih. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul **"Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Di Sma N 1 Pantai Cermin".**

B. Identifikasi Masalah.

Berdasarkan latar belakang masalah, permasalahan yang dialami oleh pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin jika ditelusuri lebih jauh lagi akan terdapat sejumlah faktor-faktor yang mempengaruhinya yaitu:

1. Tidak Ada / Belum Adanya Program Latihan Yang Di Buat Oleh Pelatih SMA N 1 Pantai Cermin.
2. Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Di SMA N 1 Pantai Cermin Rendah.

3. Belum Diketahuinya Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kondisi Fisik Pemain Bola Voli Di SMA N 1 Pantai Cermin**.**
4. Pelatih di SMA N 1 Pantai Cermin Ternyata Belum Memiliki Lisensi Sebagai Pelatih.

C. Pembatasan Masalah.

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan suatu masalah yaitu : bagaimanakah hubungan kadar hemoglobin dengan kondisi fisik pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin.

D. Rumusan Masalah.

Berdasarkan identifikasi dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan suatu masalah yaitu : Apakah terdapat hubungan kadar hemoglobin dengan kondisi fisik pemain bola voli di SMA N 1 Pantai Cermin ?

E. Tujuan Penelitian.

Sesuai dengan perumusan masalah di atas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah untuk : Mengetahui hubungan kadar hemoglobin dengan kondisi fisik pemain bola voli di SMA N 1 Pantai

F. Manfaat Penelitian.

Adapun manfaat dari penelitian yang dilakukan ini adalah sebagai berikut :

1. Sebagai salah satu syarat bagi penulis untuk memperoleh gelar sarjana Olahraga (S.Or) pada program studi strata satu (S1) Jurusan Kesehatan dan Rekreasi Falkutas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang .

2. Dapat memberikan gambaran tentang kondisi fisik pada pemain bola voli SMA N 1 Pantai Cermin tahun 2021, sehingga dapat dijadikan pertimbangan bagi program fisik selanjutnya.
3. Menambah wawasan ilmu pengetahuan bagi peneliti, pengembangan ilmu pengetahuan bagi pembaca di bidang keolahragaan.
4. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk penelitian selanjutnya.