

Keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah

Putri Hawa Salsabila*, Irfan Zinat Achmad, Ruslan Abdul Gani

Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Singaperbangsa Karawang, Indonesia

*Correspondence: 1910631070177@unsika.student.ac.id

Abstract

The purpose of this study was to determine the skills of playing volleyball in the selection participants of the regional student sports week (POPDA). Descriptive quantitative research approach. This research method is a survey with a volleyball playing skills test. The population of all POPDA selection participants amounted to 172 people. The sample was taken with simple random sampling technique, totaling 120 people consisting of setter 30, libero 16, middle block 34, opposite 16, and outside hitter 34. The results of the study of volleyball playing skills of POPDA selection participants were in the "good enough" category as much as 45%. The skill of playing the setter position is in the "not good" category as much as 50%. The playing skills of the libero position are in the "good" and "good enough" categories as much as 38%. The skill of playing the middle block position is in the "good enough" category as much as 41%. The skill of playing the opposite position is in the "good enough" category as much as 38%. The skill of playing the outside hitter position is in the "good enough" category as much as 35%. The conclusion is that playing skills are a combination of basic techniques, tactics, and strategies, participants must improve basic techniques and also tactics and strategies need to be honed again.

Keyword: *Playing skill; volleyball; POPDA*

Abstrak

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA). Pendekatan penelitian kuantitatif deskriptif. Metode penelitian ini survey dengan tes keterampilan bermain bola voli. Populasi seluruh peserta seleksi POPDA berjumlah 172 orang. Sampel diambil dengan teknik *simple random sampling*, berjumlah 120 orang terdiri dari *setter* 30, *libero* 16, *middle block* 34, *opposite* 16, dan *outside hitter* 34. Hasil penelitian keterampilan bermain bola voli peserta seleksi POPDA berada pada kategori "cukup baik" sebanyak 45%. Keterampilan bermain posisi *setter* berada pada kategori "tidak baik" sebanyak 50%. Keterampilan bermain posisi *libero* berada pada kategori "baik" dan "cukup baik" sebanyak 38%. Keterampilan bermain posisi *middle block* berada pada kategori "cukup baik" sebanyak 41%. Keterampilan bermain posisi *opposite* berada pada kategori "cukup baik" sebanyak 38%. Keterampilan bermain posisi *outside hitter* berada pada kategori "cukup baik" sebanyak 35%. Simpulannya keterampilan bermain merupakan gabungan teknik dasar, taktik, dan strategi peserta harus memperbaiki teknik dasar dan juga taktik dan strategi perlu diasah lagi.

Kata kunci: Keterampilan bermain; bola voli, POPDA

Received: 19 Juni 2023 | Revised: 20 Juli, 17 August 2023

Accepted: 29 Agustus 2023 | Published: 30 Desember 2023



Jurnal Porkes is licensed under a [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/).

Pendahuluan

Bola voli merupakan permainan berkelompok yang membutuhkan dua regu untuk saling berlawanan (Susila, 2021). Tim beranggotakan enam orang pemain inti, kedua tim berhadapan di lapangan berukuran persegi panjang, dengan panjang 18 meter dan lebar 9 meter, kedua tim dipisahkan oleh net (Nugraheni & Wahyudi, 2020). Ukuran net kategori putri berukuran 2,24 m dan pada kategori putra berukuran 2,43 m (Putra & Mardela, 2019). Disamping menyehatkan tubuh, bola voli merupakan cabang olahraga yang digemari oleh seluruh kalangan di Indonesia, dari muda sampai tua (Sumantri et al., 2013). Cabang olahraga bola voli masuk kedalam seluruh ruang lingkup olahraga (Irmansyah, 2017). Bola voli adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim di dalam lapangan permainan yang dipisahkan oleh net (Cirana et al., 2021). Bola voli merupakan permainan bola beregu dimana masing-masing tim beranggotakan enam orang pemain yang berlomba untuk mendapatkan poin 25 lebih dulu (Setiawan & Wahyudi, 2021).

Bola voli merupakan permainan yang bertujuan untuk hiburan dan peningkatan prestasi yang menggunakan prinsip dasar memantulkan bola bergantian dengan teman seregu maksimal sebanyak tiga kali dan setelah itu harus segera diseberangkan melewati net menuju daerah lawan (Supriyanto & Martiani, 2019). Dapat disimpulkan dari pengertian bola voli menurut para ahli bola voli merupakan permainan yang melewati bola di atas net untuk tujuan mendaratkan bola di lapangan lawan dan mencegah agar lawan tidak bisa melakukan hal tersebut. Sebuah tim memiliki tiga sentuhan untuk mengembalikan bola ke lawan (ditambah dengan sentuhan blok) (Hardika et al., 2022). Secara etimologi, istilah keterampilan berasal dari bahasa Inggris yaitu skill, yang artinya kemahiran atau kecakapan (Iskandar, 2017). Secara terminologi keterampilan adalah kemampuan dalam melaksanakan tugas berdasarkan kompetensi pekerjaan dan hasilnya dapat diamati (Ainanur et al., 2018).

Keterampilan merupakan kecakapan seseorang dalam melakukan suatu tugas tertentu yang diperoleh dengan cara berlatih terus menerus (Hayati & Sujadi, 2018). Keterampilan berkenaan dengan beberapa kemampuan atau keterampilan yang bersifat mendasar dan melekat yang harus dimiliki dan diaktualisasikan oleh individu tersebut (Taib & Mahmud, 2017). Dapat disimpulkan dari pendapat ahli diatas bahwa keterampilan merupakan suatu kecakapan yang dimiliki setiap individu dan diperoleh dengan cara latihan terus menerus. Bermain merupakan kegiatan yang menyenangkan bagi anak maupun orang dewasa. Bermain adalah salah satu cara untuk melatih anak konsentrasi karena anak mencapai kemampuan maksimal ketika terfokus pada kegiatan bermain dan bereksplorasi dengan mainan (Erfayliana, 2016).

Bermain juga merupakan tuntutan dan kebutuhan yang esensial bagi anak karena melalui bermain anak dapat memuaskan tuntutan dan kebutuhan perkembangan dimensi motorik, kognitif, kreativitas, bahasa, emosi, sosial, nilai dan sikap hidup. Dengan bermain anak sebenarnya sedang mempraktikkan ketrampilan dan anak mendapatkan kepuasan dalam bermain yang berarti mengembangkan otot besar dan halus, meningkatkan penalaran dan memahami kebenaran lingkungannya, membentuk daya imajinasi dan kreativitas (Zarkasih Putro, 2016). Berdasarkan pendapat ahli diatas dapat disimpulkan bahwa bermain merupakan kegiatan yang menyenangkan sekaligus memiliki banyak manfaat bagi anak. Dari pengertian

keterampilan dan bermain jika merujuk pada cabang olahraga, keterampilan bermain dalam olahraga adalah tingkat kemampuan seseorang dalam suatu cabang olahraga.

Terdapat aspek yang perlu dilatih dalam bola voli seperti taktik, strategi, Teknik dasar, dan mental. Aspek ini menjadi satu kesatuan untuk menentukan keberhasilan sebuah tim bola voli. Teknik dasar tersebut terdiri dari passing, servis, smash, dan blok. Teknik dasar dalam bola voli perlu dilatih dan dikuasai oleh para pemain bola voli. Teknik dasar merupakan bagian fundamental dalam proses permainan bola voli untuk berhasilnya dalam suatu pertandingan (Achmad et al., 2019). Dengan penguasaan yang baik dapat mempengaruhi keterampilan bermain para pemain bola voli. Antusiasme masyarakat Indonesia terhadap bola voli sangat tinggi. Hal ini dilihat dari animo masyarakat yang sangat tinggi dalam perhelatan Proliga 2023. Pada putaran kedua Proliga 2023 yang dilaksanakan di GOR Ken Arok Kota Malang tiket yang disediakan terjual habis, ini menandakan bahwa bola voli sangat digemari oleh masyarakat Indonesia.

Jawa Barat merupakan salah satu provinsi yang melahirkan atlet-atlet berprestasi. Hal ini dapat dilihat dari prestasi yang ditorehkan atlet bola voli Jawa Barat pada kejuaraan resmi yang diadakan oleh PBVSI. Pada tahun 2021 tim senior bola voli Jawa Barat berhasil menyabet emas untuk kategori putra dan putri pada perhelatan PON Papua 2020. Sedangkan pada tim junior putri Jawa Barat berhasil mendapatkan medali emas setelah mengalahkan tim junior putri Jawa Timur pada kejuaraan Nasional Bola Voli Junior 2022 yang dilaksanakan di GOR Candradimuka, Padepokan Voli, Sentul. Atlet daerah berprestasi dan bertalenta dibina dan dilatih oleh pemerintah Kab/Kota salah satunya pada kabupaten Karawang. Pembinaan oleh pemerintah daerah tertera pada Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan, 2022.

Pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) merupakan ajang lanjutan dalam ajang kompetisi olahraga dalam tingkat pelajar. Ajang pekan olahraga pelajar tertuang dalam peraturan Daerah (PERDA) Kabupaten Karawang nomor 7 Tahun 2019. POPDA dilaksanakan dua tahun sekali. POPDA merupakan suatu wadah pembinaan olahraga nasional bagi pelajar di Indonesia, diharapkan dari POPDA ini muncul atlet-atlet berprestasi yang dapat dibina. POPDA diadakan oleh pemerintah daerah setempat seperti tertuang dalam peraturan Daerah (PERDA) Provinsi Jawa Barat nomor 1 Tahun 2015 tentang Penyelenggara Keolahragaan. Popda diikuti pelajar dari tingkat SD, SMP, SMA/SMK. Pemerintah Jawa Barat menggelar kembali Popda Jabar tahun 2023 setelah tertunda karena pandemi covid-19.

Seluruh kontingen sedang mempersiapkan atlet terbaik untuk tampil membela daerahnya. Dalam cabang olahraga bola voli, tim Kab. Karawang mempersiapkan atlet-atlet muda bertalenta untuk memperkuat tim putra Kab. Karawang untuk tampil dalam ajang Popda Jabar 2023. Persiapan yang dilakukan oleh tim pelatih voli putra kabupaten Karawang yaitu mengadakan seleksi. Seleksi dilakukan untuk memilih atlet voli terbaik dalam setiap posisinya. Seleksi diikuti oleh pelajar putra dari tingkat SMP sampai SMA. Peserta seleksi berjumlah 172 peserta yang selanjutnya akan dipilih 12 atlet terbaik sesuai dengan posisinya. Seleksi dilakukan guna melihat potensi-potensi yang dimiliki kabupaten Karawang dalam cabang olahraga bola voli.

Metode

Pendekatan penelitian sangat dibutuhkan dalam penelitian, oleh karena itu peneliti menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif deskriptif. Menurut (E. A. Putra, 2015) kuantitatif deskriptif adalah suatu metode yang bertujuan untuk membuat gambar atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif yang menggunakan angka, mulai dari pengumpulan data, penafsiran terhadap data tersebut serta penampilan dan hasilnya. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey. Survei adalah salah satu pendekatan penelitian yang pada umumnya digunakan untuk pengumpulan data yang luas dan banyak (Saleh & Malinta, 2020). Penelitian survei digunakan untuk menjelaskan hubungan sebab-akibat dan pengujian hipotesis, menggambarkan, menjajaki, memprediksi, mengevaluasi, dan mengembangkan aspek-aspek sosial (Arifin, 2017).

Sehubungan dengan judul yang diambil “keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023” maka metode yang digunakan dalam penelitian adalah metode survei dengan menggunakan tes keterampilan bermain bola voli sebagai instrumen penelitian. Populasi adalah keseluruhan subjek penelitian. Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek atau subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Siregar & Ovilyani, 2017). Populasi merupakan keseluruhan elemen atau unit elementer atau unit penelitian atau unit analisis yang memiliki karakteristik tertentu yang dijadikan sebagai objek penelitian (Jarmin et al., 2020). Berdasarkan penelitian ini populasi yang digunakan untuk objek penelitian adalah seluruh peserta putra seleksi cabang olahraga bola voli pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 yang berjumlah 172 peserta.

Tabel 1. Daftar peserta putra seleksi POPDA bola voli Tahun 2023

No	Posisi	Jumlah
1	<i>Setter</i>	30 Orang
2	<i>Libero</i>	23 Orang
3	<i>Middle Block</i>	48 Orang
4	<i>Opposite</i>	23 Orang
5	<i>Outside Hitter</i>	48 Orang
	Jumlah	172 Orang

Sampel adalah bagian kecil dari anggota populasi yang diambil menurut prosedur tertentu hingga dapat mewakili populasinya (Roflin et al., 2021:78). Pengambilan sampel ini harus dilakukan sedemikian rupa sehingga diperoleh sampel yang benar-benar dapat berfungsi atau dapat menggambarkan keadaan populasi yang sebenarnya, dengan istilah lain harus representatif (mewakili) (Ronaldi et al., 2022). Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah *probability sampling*.

Probability sampling adalah teknik pengambilan sampel yang memberikan peluang yang sama bagi setiap unsur (anggota) populasi untuk dipilih menjadi anggota sampel (Lestari, 2014). Teknik ini meliputi *simple random sampling*, *proportionate stratified random sampling*, *disproportionate stratified random sampling*, *sampling area (Cluster)* (Nurdin et al., 2018).

Pada penelitian ini teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. *Simple random sampling* adalah sebuah proses sampling yang dilakukan sedemikian rupa sehingga setiap satuan sampling yang ada dalam populasi mempunyai peluang yang sama untuk dipilih kedalam sampel (Muhaimin et al., 2022). Sampel yang digunakan adalah .peserta putra seleksi cabang olahraga bola voli pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023

Menurut (Wana, 2021) instrumen penelitian adalah suatu alat yang digunakan untuk mengukur kenyataan alam maupun sosial yang diamati. Sedangkan menurut (Djollong, 2014) instrument penelitian adalah alat yang dipilih dan digunakan oleh peneliti dalam kegiatannya mengumpulkan agar kegiatan tersebut menjadi sistematis dan dipermudah olehnya. Berdasarkan definisi ahli di atas dapat diketahui bahwa instrument adalah alat yang digunakan peneliti untuk mendapatkan data penelitian. Instrument yang digunakan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta putra seleksi cabang olahraga bola voli pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023. Adapun instrument yang digunakan adalah tes keterampilan bermain bola voli dengan observasi bermain bola voli menggunakan *skala rating*. Observasi bermain bola voli terdiri atas *attack (smash), service, block, receive, dig, dan set*. Untuk mempermudah dalam pengumpulan data, peneliti melakukan observasi bermain bola voli berdasarkan posisi pada bola voli yaitu *setter, libero, middleblock, opposite, outside hitter*.

Instrumen yang digunakan untuk mengumpulkan data adalah tes keterampilan bermain bola voli. Dalam tes keterampilan terdapat beberapa Teknik yang akan dinilai. Teknik yang dinilai adalah *receive, service, dig, sett, smash, dan block*. Penilaian berdasarkan skala rating. skor maksimal adalah 2 dan skor minimal adalah 0. Skor maksimal didapatkan jika peserta seleksi melakukan salah satu Teknik dengan sempurna, sedangkan skor minimal yaitu 0 didapatkan jika peserta seleksi mendapatkan bola dan melakukannya tidak sempurna. Tes ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui tingkat keterampilan peserta seleksi putra pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang tahun 2023 cabang olahraga bola voli. Adapun cara menilai keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi putra pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang cabang olahraga bola voli terdiri dari.

Pelaksanaan tes dilakukan dengan teste dibagi menjadi beberapa tim untuk diobservasi oleh petugas. Setiap tim dibagi sesuai dengan *line up* tim voli yaitu dua *outside hitter*, dua *middle block*, satu *setter*, satu *opposite*, dan satu *libero*. Masing-masing tim berhadapan dengan tim lain layaknya situasi pertandingan atau *game* dengan dipimpin oleh wasit sebagai pemimpin pertandingan. *Game* dilaksanakan dua set dengan masing-masing set terdiri dari 25 poin. Selama game berlangsung petugas melakukan observasi teknik yang dilakukan sesuai dengan posisi. Adapun item tes pada masing masing posisi yaitu

- *Setter* : *Sett, block, dig, dan service*
- *Libero* : *Dig, receive, dan sett*
- *Middle Block* : *Attack, block, dig, dan service*
- *Opposite* : *Attack, block, dig, dan service*
- *Outside Hitter* : *Attack, block, dig, receive, dan service.*

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan penilaian acuan norma (PAN). Menurut (Alfath & Raharjo, 2019) penilaian acuan norma (PAN) adalah penilaian yang

dilakukan dengan mengacu pada norma kelompok atau nilai-nilai yang diperoleh siswa dibandingkan dengan nilai-nilai siswa lain dalam kelompok tersebut. Frekuensi relatif atau tabel presentase dikatakan “frekuensi relatif” sebab frekuensi yang disajikan disini bukanlah frekuensi yang sebenarnya, melainkan frekuensi yang dituangkan dalam bentuk angka persenan, sehingga untuk menghitung presentase responden (Batubara & Lubis, 2023).

Tabel 2. Kecenderungan skor

Rentang	Kategori
$Mi + 1,5SDi < X$	Sangat Baik
$Mi + 0,5SDi < X \leq Mi + 1,5Sdi$	Baik
$Mi - 0,5SDi < X \leq Mi + 0,5Sd$	Cukup Baik
$Mi - 1,5SDi < X \leq Mi - 0,5Sdi$	Tidak Baik
$X \leq Mi - 1,5Sdi$	Sangat Tidak Baik

Hasil dan Pembahasan

Hasil

Untuk mengetahui tingkat keterampilan bermain peserta putra seleksi POPDA Kab. Karawang tahun 2023 cabang olahraga bola voli diukur dengan tes keterampilan bermain. Data diperoleh dengan melaksanakan tes keterampilan bermain yang dibagi berdasarkan spesialisasi atau posisi dalam bola voli. Setelah data diperoleh dilanjutkan dengan menggunakan bantuan *software Microsoft Excel 2016* dan *SPSS 22 for Windows*. Adapun tes keterampilan bermain bola voli diperuntukan sebagai alat ukur yang terdiri lima posisi dengan masing-masing item tes berdasarkan kebutuhan spesialisasi atau posisi. Dari tes keterampilan bermain bola voli diperoleh nilai minimum = 16, nilai maksimum = 83, rata-rata (*mean*) = 43,73, standar deviasi = 14,71, range = 67. Berikut ini adalah distribusi frekuensi dari hasil penelitian.

Tabel 3. Distribusi frekuensi tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah Kab. Karawang Tahun 2023

Interval	Kategori	Hasil Interval	f	Persentase %
22	Sangat Tidak Baik	$X < 22$	8	7
36	Tidak Baik	$22 < X \leq 36$	29	24
51	Cukup Baik	$36 < X \leq 51$	54	45
66	Baik	$54 < X \leq 66$	18	15
≥ 66	Sangat Baik	$X > 66$	11	9
TOTAL			120	100

Berdasarkan tabel diatas, tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 dapat disajikan pada diagram berikut.

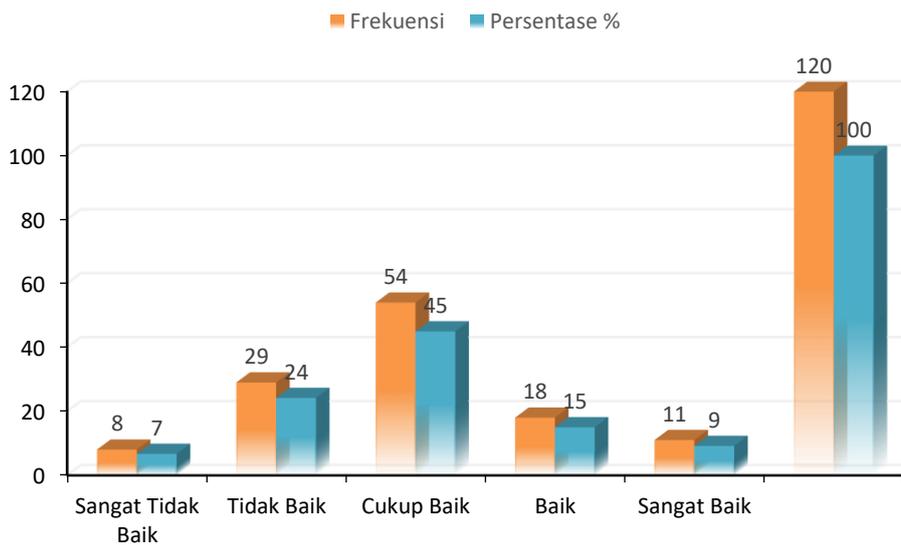


Diagram 1. Tingkat keterampilan bermain bola voli secara keseluruhan

Berdasarkan diagram diatas hasil penelitian tersebut diketahui tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 mempunyai persentase yang paling tinggi adalah kategori “cukup baik” sebanyak 45%. Sedangkan pada kategori “sangat baik” sebanyak 9%, kategori “baik” 15%, Kategori tidak baik sebanyak 24%, kategori “sangat tidak baik” sebanyak 7%. Selanjutnya berdasarkan spesialisasi atau posisi yaitu *setter*, *libero*, *middle block*, *opposite*, dan *outside hitter* pada penelitian keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023. Hasil penelitian dari setiap spesialisasi atau posisi tersebut diuraikan sebagai berikut.

1. Posisi *Setter*

Berdasarkan posisi *setter* pada bola voli di penelitian ini, data dihitung menggunakan tes keterampilan bermain bola voli posisi *setter* yang terdiri dari empat item yaitu *sett*, *block*, *dig*, *service*. Setelah data diperoleh dan diolah, maka diperoleh hasil penelitian yaitu rata-rata (*mean*) = 33,5, standar deviasi = 13,74, nilai minimal = 16, nilai maksimal = 60, dan range = 44.

Tabel 4. Distribusi frekuensi hasil penelitian posisi *setter*

Interval	Kategori	Hasil Interval	f	Persentase %
13	Sangat Tidak Baik	$X < 13$	0	0
27	Tidak Baik	$13 < X \leq 27$	10	50
40	Cukup Baik	$27 < X \leq 40$	2	10
54	Baik	$40 < X \leq 54$	7	35
≥ 54	Sangat Baik	$X > 54$	1	5
TOTAL			20	100

Berdasarkan tabel diatas, posisi *setter* dalam keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 disajikan pada diagram.

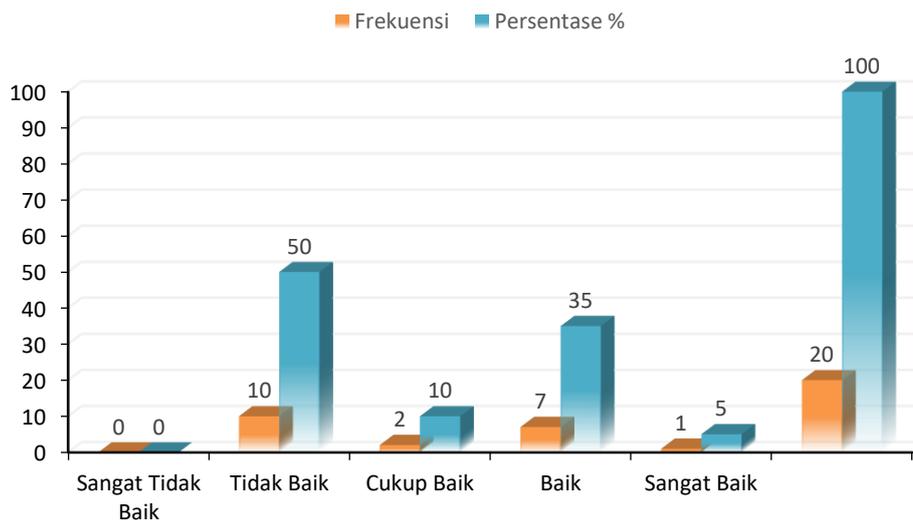


Diagram 2. Hasil penelitian posisi *libero*

Diagram diatas menunjukkan bahwa keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 pada posisi *setter* persentase tertinggi adalah pada kategori “tidak baik” sebanyak 50%, sedangkan pada kategori “sangat baik” sebanyak 5%, kategori “baik” sebanyak 35%, kategori “cukup baik” sebanyak 10%.

2. Posisi *Libero*

Berdasarkan spesialisasi atau posisi *libero* pada permainan bola voli dalam penelitian ini, data diukur dengan tes keterampilan bermain posisi *libero* yang terdapat tiga item yaitu *dig*, *receive*, *sett*. Setelah data diperoleh dan diolah, maka diperoleh hasil penelitian yaitu: rata-rata (*mean*) = 63, nilai minimal = 40, nilai maksimal = 83, standar deviasi = 13,75, dan range = 43.

Tabel 5. Distribusi frekuensi hasil penelitian posisi *libero*

Interval	Kategori	Hasil Interval	f	Persentase %
42	Sangat Tidak Baik	$X < 42$	3	19
56	Tidak Baik	$42 < X \leq 56$	1	6
70	Cukup Baik	$56 < X \leq 70$	6	38
84	Baik	$70 < X \leq 84$	6	38
≥ 84	Sangat Baik	$X > 84$	0	0
TOTAL			16	100

Berdasarkan tabel diatas, posisi *libero* dalam keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 dapat disajikan pada diagram berikut.

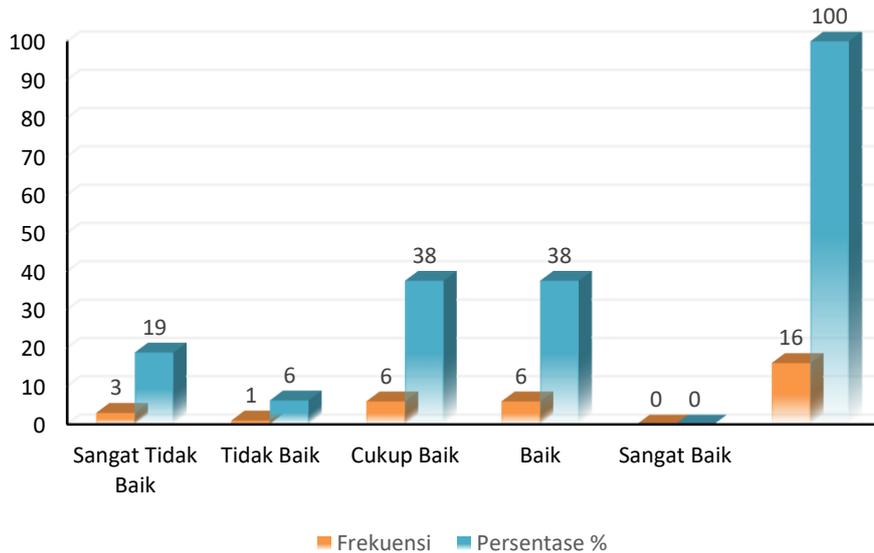


Diagram 3. Hasil penelitian posisi *libero*

Diagram diatas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 posisi libero mempunyai persentasi tertinggi adalah pada kategori “baik” dan “cukup baik” sebanyak 38%. sedangkan pada kategori “sangat baik” sebanyak 0%, kategori “tidak baik” sebanyak 6%, kategori “sangat tidak baik” sebanyak 19%.

3. Posisi *Middle Block*

Berdasarkan spesialisasi atau posisi *middle block* pada permainan bola voli dalam penelitian ini, data diukur dengan tes keterampilan bermain posisi *middle block* yang terdapat empat item yaitu *attack*, *block*, *dig*, *service*. Setelah data diperoleh dan diolah, maka diperoleh hasil penelitian yaitu: rata-rata (mean) = 40,65, nilai minimal = 21, nilai maksimal = 81, standar deviasi = 12,37, dan range = 60.

Tabel 6. Distribusi frekuensi hasil penelitian posisi *middle block*

Interval	Kategori	Hasil Interval	f	Persentase %
22	Sangat Tidak Baik	$X < 22$	2	6
34	Tidak Baik	$22 < X \leq 34$	7	21
47	Cukup Baik	$34 < X \leq 47$	14	41
59	Baik	$47 < X \leq 59$	10	29
≥ 59	Sangat Baik	$X > 59$	1	3
TOTAL			34	100

Berdasarkan tabel diatas, posisi *middle block* dalam keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 disajikan pada diagram.

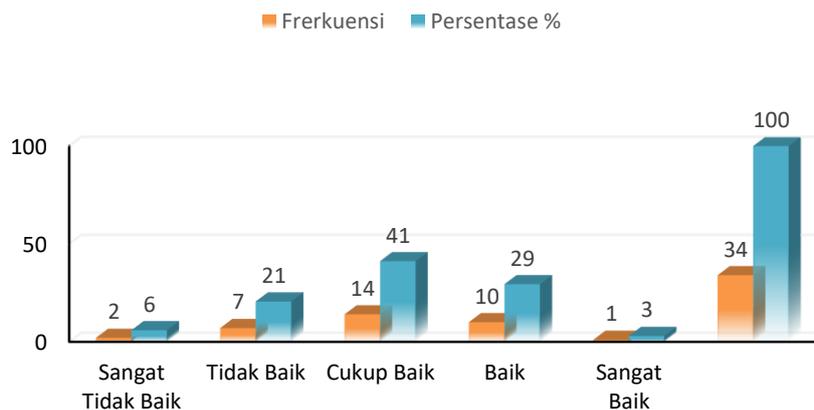


Diagram 4. Hasil penelitian posisi *middle block*

Diagram diatas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 dari posisi *middle block* persentasi tertinggi terdapat pada kategori “cukup baik” sebanyak 41%. sedangkan pada kategori “sangat baik” sebanyak 3%, kategori “baik” sebanyak 29%, kategori “tidak baik” sebanyak 21%, dan kategori “sangat tidak baik” 6%.

4. Posisi *Opposite*

Berdasarkan spesialisasi atau posisi *opposite* pada permainan bola voli dalam penelitian ini, data diukur dengan tes keterampilan bermain posisi *opposite* yang terdapat empat item yaitu *attack*, *block*, *dig*, *service*. Setelah data diperoleh dan diolah, maka diperoleh hasil penelitian yaitu: rata-rata (*mean*) = 38,13, nilai minimal = 17, nilai maksimum = 56, standar deviasi = 10,15, dan range = 39.

Tabel 7. Distribusi frekuensi hasil penelitian posisi *opposite*

Interval	Kategori	Hasil Interval	f	Persentase %
23	Sangat Tidak Baik	$X < 23$	1	6
33	Tidak Baik	$23 < X \leq 33$	3	19
43	Cukup Baik	$33 < X \leq 43$	6	38
53	Baik	$43 < X \leq 53$	5	31
≥ 53	Sangat Baik	$X > 53$	1	6
TOTAL			16	100

Berdasarkan tabel diatas, posisi *opposite* dalam tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 dapat disajikan pada diagram.

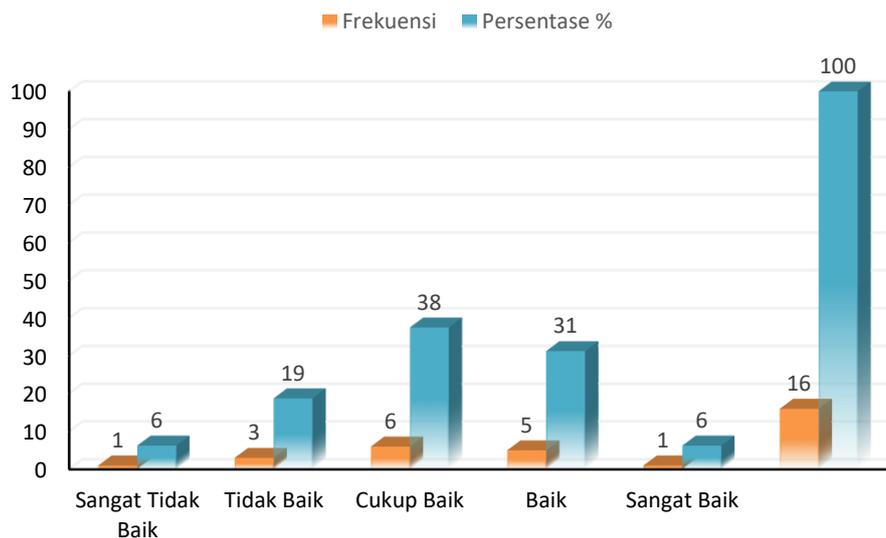


Diagram 5. Hasil penelitian posisi *opposite*

Diagram diatas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 persentase tertinggi pada posisi *opposite* terdapat pada kategori “cukup baik” sebanyak 38%. sedangkan pada kategori “sangat baik” sebanyak 6%, kategori “baik” sebanyak 31%, kategori “tidak baik” sebanyak 19%, dan kategori “sangat tidak baik” 6%.

5. Posisi *Outside Hitter*

Berdasarkan spesialisasi atau posisi *outside hitter* pada permainan bola voli dalam penelitian ini, data diukur dengan tes keterampilan bermain posisi *outside hitter* yang terdapat lima item yaitu *attack*, *block*, *dig*, *receive*, *service*. Setelah data diperoleh dan diolah, maka diperoleh hasil penelitian yaitu: rata-rata (*mean*) = 47,18, nilai minimal = 31 ; nilai maksimum = 66, standar deviasi = 9,71, dan range = 35.

Tabel 8. Distribusi frekuensi hasil penelitian posisi *outside hitter*

Interval	Kategori	Hasil Interval	f	Persentase %
33	Sangat Tidak Baik	$X < 33$	2	6
42	Tidak Baik	$33 < X \leq 42$	10	29
52	Cukup Baik	$42 < X \leq 52$	12	35
62	Baik	$52 < X \leq 62$	8	24
≥ 62	Sangat Baik	$X > 62$	2	6
TOTAL			34	100

Berdasarkan table diatas, posisi *outside hitter* dalam tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 dapat disajikan pada diagram.

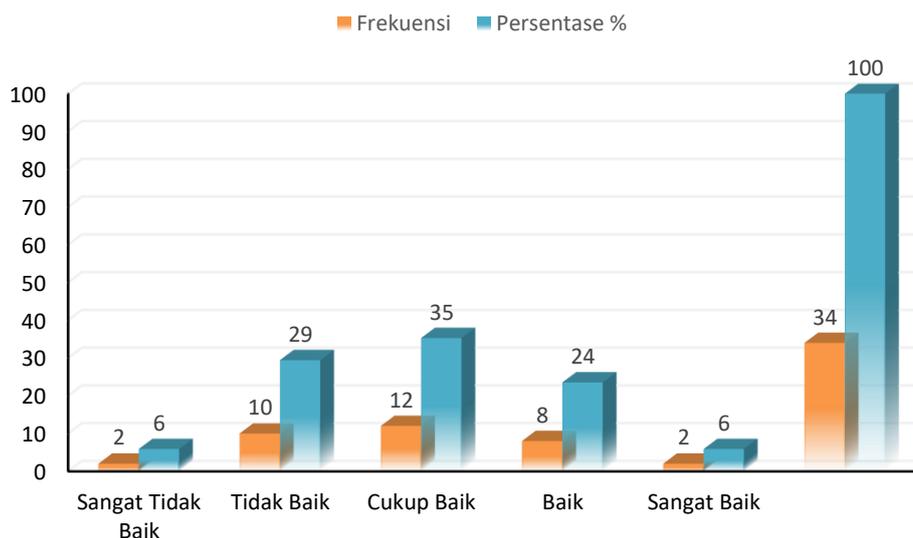


Diagram 6. Hasil penelitian posisi *outside hitter*

Diagram diatas menunjukkan bahwa tingkat keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 persentase tertinggi pada posisi *outside hitter* terdapat pada kategori “cukup baik” sebanyak 35%. sedangkan pada kategori “sangat baik” sebanyak 6%, kategori “baik” sebanyak 24%, kategori “tidak baik” sebanyak 29%, dan kategori “sangat tidak baik” 6%.

Pembahasan

Dari hasil penelitian secara keseluruhan berada dalam kategori “cukup baik” menunjukkan teknik dasar, strategi dan taktik yang dilakukan sudah cukup baik (Utomo & Indarto, 2021). Hanya saja perlu diperhatikan oleh pelatih, teknik yang dilakukan masih belum sempurna (Taib & Mahmud, 2021). Maka dari itu butuh perlu latihan teknik, taktik, dan strategi untuk memperbaiki kekurangan yang ada (Mu'arifuddin, 2018). Untuk peserta seleksi diharapkan dapat lebih semangat lagi berlatih dan tidak berpuas diri dalam latihan yang diberikan pelatih. Dan khusus untuk orang tua peserta didik, diharapkan bisa lebih mendekati diri kepada anak-anaknya, serta diharapkan agar selalu memotivasi dan memberikan semangat kepada anak-anaknya untuk belajar serta dalam menggapai cita-citanya.

Menurut (Sujarwo et al., 2022) pada posisi *setter* terdapat item yang dihitung yaitu *sett*, *block*, *dig*, dan *service*. Setiap item ini perlu diperhatikan kembali oleh para pelatih. Persentase tertinggi pada posisi *setter* terdapat pada kategori “tidak baik” sebanyak lima puluh persen, hasil tersebut menunjukkan masih banyak peserta seleksi pada posisi *setter* belum mampu melakukan keterampilan bermain yang baik. Menurut (Budiman & Rusdiana, 2019) setiap teknik yang dilakukan dapat mempengaruhi keterampilan bermain suatu tim dan mengingat *setter* merupakan otak dalam permainan bola voli. Item tes dalam keterampilan bermain bola voli posisi *libero* diantaranya yaitu *dig*, *receive*, dan *sett*. Menurut (Kurniawan,

2023) *libero* merupakan posisi penting dalam pola pertahanan, dengan keterampilan bermain yang baik suatu tim dapat mempertahankan bola dan menyerang kembali.

Namun masih terdapat *libero* yang memiliki keterampilan bermain yang sangat kurang. Sehingga dari hal tersebut dapat mempengaruhi kinerja suatu tim bola voli. Item tes pada tes keterampilan bermain bola voli posisi *middle block* diantaranya *attack*, *block*, *dig*, dan *service*. Hasil penelitian menunjukkan “cukup baik” dengan persentase empat puluh satu persen, hal ini menunjukkan hampir setengah dari sampel *middle block* memiliki kemampuan yang cukup baik. Akan hal ini dapat membawa pengaruh baik pada suatu tim. Karena *middle block* merupakan posisi yang penting dalam pola pertahanan di daerah depan atau daerah dekat net. *Middle block* dapat mengagalkan serangan dari lawan atau membendung serangan dari lawan.

Item tes pada tes keterampilan bermain bola voli posisi *opposite* adalah *attack*, *block*, *dig*, dan *service*. Ditemukan dari hasil penelitian ditemukan keterampilan bermain bola voli pada posisi *opposite* ini berada pada kategori “cukup baik”. Dengan berapa pada kategori “cukup baik” menunjukkan dari setiap item tes yang dilakukan cukup baik. Dengan keterampilan bermain yang mumpuni dapat membantu suatu tim dalam menghadapi serangan lawan (Bahauddin & Sulistyarto, 2022). Item tes yang dilaksanakan pada tes keterampilan bermain bola voli posisi *outside hitter* adalah *attack*, *block*, *dig*, *receive*, dan *service*. Setiap item tes mempengaruhi hasil pada kinerja suatu tim. Pada posisi *outside hitter* ini masih perlu pembenahan pada keterampilan bermainnya.

Hal ini karena hasil penelitian menunjukkan kategori tertinggi adalah “cukup baik” dengan persentase tiga puluh lima persen. Persentase ini tidak jauh beda dari kategori “tidak baik” yang persentasenya dua puluh Sembilan persen. Maka dari itu peserta seleksi memperbaiki setiap teknik yang ada dalam bola voli. Keterampilan bermain merupakan gabungan antara teknik dasar, strategi dan taktik yang dilakukan pada saat permainan berlangsung dan membutuhkan kerjasama tim yang baik karena bola voli merupakan olahraga beregu (Marhaendro, 2008). Dalam permainan bola voli banyak sekali yang mempengaruhi keterampilan bermain diantaranya adalah factor diri, proses belajar atau latihan, situasional, dan lingkungan (Jefri, 2020). Factor ini mempengaruhi hasil yang dilakukan pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) cabang olahraga bola voli,

Berdasarkan pendapat diatas, dapat disimpulkan bahwa banyak factor yang mempengaruhi keterampilan bermain peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) cabang olahraga bola voli. Menurut (Muslimin & Helensi, 2022) dalam bola voli terdapat beberapa posisi atau spesialisasi yang erat kaitannya dengan teknik, strategi, dan taktik yang dilakukan. Menurut (Ismoko & Sukoco, 2013) terdapat perbedaan teknik, strategi, dan taktik yang dilakukan dari setiap spesialisasi dan posisi dalam bola voli. Spesialisasi dan posisi dalam bola voli yaitu *setter*, *libero*, *middle block*, *opposite*, dan *outside hitter*. Maka dari itu sangat perlu sinergi antara peserta seleksi, pelatih, dan orang tua untuk hasil keterampilan bermain yang baik.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian, dapat diketahui bahwa keterampilan bermain bola voli pada peserta seleksi pekan olahraga pelajar daerah (POPDA) Kab. Karawang Tahun 2023 secara keseluruhan frekuensi terbanyak adalah pada kategori “cukup baik” sebanyak lima puluh empat peserta. Pada kategori “sangat baik” sebanyak sebelas peserta, kategori “baik” sebanyak delapan belas peserta, kategori tidak baik sebanyak dua puluh sembilan peserta, kategori “sangat tidak baik” sebanyak delapan peserta. Dikarenakan peserta masih dalam tahap belajar dan belum memasuki fase profesional, masih banyak yang perlu dipelajari dan diperbaiki terutama dalam keterampilan bermain. Keterampilan bermain merupakan gabungan dari teknik dasar, taktik, dan strategi maka dari itu peserta harus memperbaiki teknik dasar dan juga taktik dan strategi perlu diasah lagi. Maka dari itu perlu sinergi antara peserta, pelatih, dan orang tua untuk peningkatan keterampilan bermain pada peserta seleksi.

Pernyataan Penulis

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya ilmiah saya adalah benar hasil penelitian yang saya lakukan dan belum pernah diterbitkan di publikasi manapun. Apabila terjadi kesamaan, maupun hasil karya orang lain siap menerima sanksi dari pengelola jurnal Porkes dan Prodi PenjasKesrek Universitas Hamzanwadi.

Daftar Pustaka

- Achmad, I. Z., ; Aminudin, R., & ; Sumarsono, Rhama Nurwasyah ; Mahardika, B. (2019). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Mahasiswa PJKR Semester II di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019. *Jurnal Ilmiah penjas*, 5(2), 48–60. <http://www.ejournal.utp.ac.id/index.php/JIP/article/view/968>
- Ainanur, A., & Tirtayasa, S. (2018). Pengaruh Budaya Organisasi, Kompetensi dan Motivasi Terhadap Kinerja Karyawan. *Maneggio: Jurnal Ilmiah Magister Manajemen*, 1(1), 1–14. <https://doi.org/10.30596/maneggio.v1i1.2234>
- Alfath, K., & Raharjo, F. F. (2019). Teknik Pengolahan Hasil Asesmen: Teknik Pengolahan dengan Menggunakan Pendekatan Acuan Norma (Pan) dan Pendekatan Acuan Patokan (Pap). *Jurnal Komunikasi dan Pendidikan Islam*, 8(1), 1–28. <https://doi.org/10.36668/jal.v8i1.105>
- Arifin, Z. (2017). Kriteria Instrumen dalam Suatu Penelitian. *Jurnal Theorems (the Original Research of Mathematics)*, 2(1), 28–36. <https://www.unma.ac.id/jurnal/index.php/th/article/view/571>
- Bahauddin, M. A., & Sulistyarto, S. (2022). Analisis Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Putra Puslatda Jawa Timur. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(1), 113–120. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/43749>
- Batubara, M. A., & Lubis, A. E. (2023). Survei Tingkat Kebugaran Jasmani Atlet Sepak Bola Putri Isori Asahan Tahun 2021. *Jurnal Mahasiswa Bina Guna*, 1(1), 28–33. <https://jurnal.stokbinaguna.ac.id/index.php/JMBG/article/view/884/624>
- Budiman, D., & Rusdiana, A. (2019). Analisis Permainan Bola Voli pada Putaran Final Four

- Proliga Tahun 2017 Berbasis Video Recorder. *Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 4(1), 55–59. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v4i1.10126>
- Cirana, W., Hakim, A. R., & Nugroho, U. (2021). Pengaruh Latihan Drill Smash dan Umpan Smash Terhadap Keterampilan Smash Bola Voli pada Atlet Putra Usia 13-15 Tahun Club Bola Voli Vita Solo Tahun 2020. *JURNAL ILMIAH PENJAS (Penelitian, Pendidikan Dan Pengajaran)*, 7(1), 1–11. <https://doi.org/10.36728/jip.v7i1.1381>
- Djollong, A. F. (2014). Tehnik Pelaksanaan Penelitian Kuantitatif. *Istiqra' : Jurnal Pendidikan dan Pemikiran Islam*, 2(1), 86–100. <https://jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqra/article/view/224>
- Erfayliana, Y. (2016). Aktivitas Bermain dan Perkembangan Jasmani Anak. *Terampil Jurnal Pendidikan Dan Pembelajaran Dasar*, 3(1), 145–158. <http://www.ejournal.radenintan.ac.id/index.php/terampil/article/view/1334>
- Hardika, N., Suhairi, M., Arifin, Z., Dewi, U., Sabransyah, M., Fauzita, M., Maksum, H., Rustanto, H., & Asmutiar. (2022). Sosialisasi Sistem Pertandingan dan Pelatih Perwasitan Bola Voli Se-Kecamatan Teluk Pakedai. *Gervasi: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 6(1), 238–249. <https://doi.org/10.31571/gervasi.v6i1.2463>
- Hayati, I. R., & Sujadi, E. (2018). Perbedaan Keterampilan Belajar Antara Siswa IPA dan IPS. *Tarbawi : Jurnal Ilmu Pendidikan*, 14(1), 1. <https://doi.org/10.32939/tarbawi.v14i1.250>
- Irmansyah, J. (2017). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli Pantai. *Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 24–38. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12759>
- Iskandar, J. (2017). Keterampilan Manajerial Kepala Sekolah. *Jurnal Manajemen Pendidikan*, 2(1), 85–93. <https://doi.org/10.24252/idaarah.v1i1.4129>
- Ismoko, A. P., & Sukoco, P. (2013). Pengaruh Metode Latihan dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri. *Jurnal Keolahragaan*, 1(1), 1–12. <https://doi.org/10.21831/jk.v1i1.2339>
- Jarmin, J., Asmah, N., & Asyah, N. (2020). Hubungan Komunikasi Orang Tua dengan Perilaku Agresif Siswa Kelas VIII SMP Negeri 5 Simbar Simeulue. *Empathy: Guidance and Counseling Journal*, 1(1), 18–26. <http://ejournal.seminar-id.com/index.php/empathy/article/view/99>
- Jefri, N. (2020). Penerapan Permainan 4 On 4 dalam Meningkatkan Keterampilan Passing Bawah Bola Voli pada Peserta Didik Kelas XI MIPA 2 SMA Negeri 2 Parepare. *Istiqra: Jurnal Pendidikan Dan Pemikiran Islam*, 8(1), 1–21. <https://www.jurnal.umpar.ac.id/index.php/istiqra/article/view/668>
- Kurniawan, D. K. (2023). Analisis Receive Serv dan Receive Spike pada Final Proliga Surabaya Bhayangkara Samator Vs Lavani Bogor Cikeas. *Jurnal Prestasi Olahraga*, 6(2), 84–88. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-prestasi-olahraga/article/view/55621>
- Lestari, K. E. (2014). Implementasi Brain-Based Learning Untuk Meningkatkan Kemampuan Koneksi dan Kemampuan Berpikir Kritis Serta Motivasi Belajar Siswa SMP. *Jurnal Pendidikan Unsika (Judika)*, 2(1), 36–46. <https://journal.unsika.ac.id/index.php/judika/article/view/120>
- Marhaendro, A. S. D. (2008). Acuan Pembelajaran Permainan Softball Model Tgfu. *Jurnal*

- Pendidikan Jasmani Indonesia, 5(2). 23-28
<https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/455>
- Mu'arifuddin, M. A. (2018). Pengembangan Model Latihan Pasing Bawah Klub Bolavoli IKIP Budi Utomo Malang. *Jurnal SPORTIF : Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 4(2), 190-204. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v4i2.12326
- Muhaimin, H., Malaikat, A., Amalia, N. A., Annas, L., & Ramadhani, R. S. (2022). Kondisi Pertumbuhan Masyarakat Desa Sidorejo Kabupaten Mojokerto dalam Pencatatan Badan Pusat Statistik. *Jurnal Administrasi Politik dan Sosial*, 3(3), 159–164. <https://doi.org/10.46730/japs.v3i3.87>
- Muslimin, M., & Helensi, P. (2022). Pengaruh Metode Latihan Variasi terhadap Ketrampilan Passing Bawah dalam Permainan Bola Voli pada Siswa SMP Negeri 59 Palembang. *Journal on Teacher Education*, 4(1), 118–125. <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/jote/article/view/6926>
- Nugraheni, O. W., & Wahyudi, A. (2020). Perbedaan Tingkat Keberhasilan Service Atlet Bolavoli Pelajar Timnas Indonesia dan Thailand pada ASEAN School Games. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 1(2), 420–426. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes/article/view/38919>
- Nurdin, N., Hamdhana, D., & Iqbal, M. (2018). Aplikasi Quick Count Pilkada dengan Menggunakan Metode Random Sampling Berbasis Android. *E-Journal Techsi Teknik Informasi*, 10(1), 141–154. <https://ojs.unimal.ac.id/techsi/article/view/622>
- Peraturan Daerah (PERDA) Kabupaten Karawang Nomor 7 Tahun 2019*. (2019). Kabupaten Karawang.
- Peraturan Daerah (PERDA) Provinsi Jawa Barat Nomor 1 Tahun 2015*. (2015).
- Putra, E. A. (2015). Anak Berkesulitan Belajar di Sekolah Dasar Se-Kelurahan Kalumbuk Padang. *Jurnal Penelitian Pendidikan Khusus*, 4(3), 71–76. <https://ejournal.unp.ac.id/index.php/jupekhu/article/view/6065>
- Putra, R. Y., & Mardela, R. (2019). Daya Ledak Otot Tungkai dan Otot Lengan Berhubungan Terhadap Kemampuan Smash Bolavoli. *Jurnal Patriot*, 1(3), 26–39. <http://patriot.ppj.unp.ac.id/index.php/patriot/article/view/405>
- Rofflin, E., Liberty, I. A., & Pariyana, P. (2021). *Populasi, Sampel, Variabel dalam Penelitian Kedokteran* (M. Nasrudin (Ed.); Ed. I.). PT. Nasya Expanding Management.
- Ronaldi, S., Salfadri, S., & Hadya, R. (2022). Pengaruh Kualitas Pelayanan dan Fasilitas Terhadap Kepuasan Pasien pada Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Pariaman. *Jurnal Matua*, 4(1), 29–40. <https://ejournal-unespadang.ac.id/index.php/MJ/article/view/502>
- Saleh, M. S., & Malinta, S. S. (2020). Survei Minat Belajar Siswa dalam Mengikuti Pembelajaran Pendidikan Jasmani di SMPN 30 Makassar. *Jurnal Kinestetik*, 4(1), 55–62. <https://doi.org/10.33369/jk.v4i1.10347>
- Setiawan, E., & Wahyudi, A. (2021). Pengembangan Permainan Papa Bolistik Untuk Pembelajaran Bola Voli Siswa SD. *Indonesian Journal for Physical*, 2(1), 294–303. <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/inapes/article/view/44676>
- Siregar, N., & Ovilyani, R. (2017). Analisis Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Beli Konsumen dalam Menggunakan Indihome Sebagai Penyedia Jasa Internet di Kota Medan (Studi Kasus Kantor Plaza Telkomcabang Iskandar Muda no. 35 Medan Baru).

- Jurnal Manajemen Tools*, 7(1), 65–76.
<https://jurnal.pancabudi.ac.id/index.php/JUMANT/article/view/177>
- Sujarwo, S., Purnomo, A., & Festiawan, R. (2022). Analisis Atlet Terbaik (MVP) dalam kompetisi Bolavoli Senior. *Physical Activity Journal (Paju)*, 4(1), 43–52.
<https://doi.org/10.20884/1.paju.2022.4.1.6520>
- Sumantri, E., Imran, I., & Supriatna, E. (2013). Survei Tingkat Keterampilan Servis Atas pada Siswi Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Santo Paulus Singkawang. *Jurnal Khatulistiwa*, 2(9), 1–8. <https://jurnal.untan.ac.id/index.php/jpdpb/article/view/3498>
- Supriyanto, S., & Martiani, M. (2019). Kontribusi Kekuatan Otot Lengan terhadap Keterampilan Smash dalam Permainan Bola Voli. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)*, 3(1), 74–80.
<https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i1.829>
- Susila, L. (2021). Pengaruh Metode Latihan High Intensity Interval Training (HIIT) dalam Meningkatkan Power Otot Tungkai dan kelincahan pada Permainan Bola Voli. *Ainara Journal (Jurnal Penelitian Dan PKM Bidang Ilmu Pendidikan)*, 2(3), 230–238.
<https://doi.org/10.54371/ainj.v2i3.86>
- Taib, B., & Mahmud, N. (2017). Analisis Kompetensi Guru PAUD dalam Membuat Media Video Pembelajaran. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 34–43.
<https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1842>
- Taib, B., & Mahmud, N. (2021). Analisis Kompetensi Guru PAUD dalam Membuat Media Video Pembelajaran. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(3), 1799–1810. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i3.1842>
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan.* (2022).
- Utomo, N. P., & Indarto, P. (2021). Analisis Keterampilan Teknik Dasar Passing dalam Sepak Bola. *Jurnal Porkes*, 4(2), 87–94. <https://doi.org/10.29408/porkes.v4i2.4578>
- Wana, P. R. (2021). Pengaruh Penggunaan Media Teka-Teki Silang (TTS) Terhadap Hasil Belajar Siswa pada Pelajaran IPS Kelas V. *Jurnal Pendidikan Modern*, 6(2), 100–107.
<https://doi.org/10.37471/jpm.v6i2.207>
- Zarkasih Putro, K. (2016). APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama Mengembangkan Kreativitas Anak Melalui Bermain. *Ejournal.Uin-Suka.Ac.Id*, 16(1), 19–27.
<https://doi.org/10.14421/aplikasia.v16i1.1170>