

## SARI

### **Listio, 2011 Hubungan antara kondisi fisik dengan keterampilan teknik dasar voli di SMK Muhammadiyah Belik Pemalang tahun ajaran 2010/2011.**

Kata kunci : kondisi fisik dan teknik dasar voli

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui : 1) tingkat kondisi fisik pada pemain bola voli, 2) tingkat keterampilan teknik dasar pada pemain bola voli, dan 3) hubungan kondisi fisik dengan ketrampilan teknik dasar pada pemain bola voli SMK Muhammadiyah.

Metode penelitian: 1 ) Populasi dalam penelitian ini adalah siswa pemain bola voli SMK Muhammadiyah Belik yang berjumlah 25 orang. 2) Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. 3 ) Variabel penelitian meliputi variabel bebas (prediktor) terdiri dari kondisi fisik dan variabel terikat yaitu ketrampilan teknik dasar voli (kriterium) atau Y adalah ketrampilan teknik dasar. Populasi penelitian sebanyak 25 orang, dengan menggunakan teknik total sampling diperoleh sampel sebanyak 25 orang. Data kemampuan penelitian diolah menggunakan teknik regresi tunggal menggunakan program SPSS versi 12, menggunakan taraf signifikansi 5%.

Hasil analisis data penelitian dengan uji F untuk  $rX - Y = 0,049 < \text{signifikansi } 0,05$ . Berdasar hasil uji F tersebut dapat disimpulkan 1) tingkat kondisi fisik pada pemain bola voli 24% (6 dari 25 pemain) masuk dalam kategori baik, 44% (11 dari 25 pemain) masuk dalam kategori sedang, dan 8% (2 dari 25 pemain) masuk dalam kategori kurang, 2) tingkat keterampilan teknik dasar pada pemain bola voli 20% (5 dari 25 pemain) masuk dalam kategori baik, 72% (18 dari 25 pemain) masuk dalam kategori sedang, dan 8% (2 dari 25 pemain) masuk kategori kurang, dan 3) ada hubungan kondisi fisik terhadap ketrampilan teknik dasar pada pemain bola voli yaitu sebesar 13,6%.

Simpulan Berdasar pada hasil analisis penelitian, maka dapat disimpulkan beberapa hal sesuai dengan permasalahan-permasalahan dalam penelitian ini. Adapun simpulan tersebut adalah sebagai berikut : 1) Tingkat Kondisi fisik pemain bola voli sebagian besar masih dalam kondisi sedang karena dalam penerapan latihan fisik masih belum maksimal pada siswa SMK Muhammadiyah Belik Tahun 2010, 2 ) Tingkat keterampilan pemain bola voli sebagian besar masih dalam kategori sedang disebabkan kurangnya intensitas latihan teknik dasar bola voli pada siswa SMK Muhammadiyah Belik Tahun 2010, 3 ) Terdapat hubungan yang signifikan antara Kondisi Fisik dengan Keterampilan Dasar Bola Voli pada siswa SMK Muhammadiyah Belik Tahun 2010.

Saran yang diberikan berdasarkan kesimpulan : 1) Pelaksanaan servis bawah dipengaruhi oleh unsur kondisi fisik terutama sekali berkaitan dengan kekuatan, yaitu kekuatan otot lengan, 2) penguasaan materi khususnya permainan memiliki persentasi relatif kecil. Untuk itu agar mendapatkan gambaran yang lebih spesifik dapat dilakukan dengan menambah jumlah sampel atau mengambil subyek atau sampel dari para atlet yang telah menguasai teknik secara baik.