

**ANALISIS LOMPATAN TIM PUTRI BERDASAR SPESIALISASI PADA  
KEJUARAAN BOLAVOLI PORPROV VIII TAHUN 2023  
DI KABUPATEN SIDOARJO**

**SKRIPSI**

Diajukan Untuk Memenuhi Sebagian Syarat Guna  
Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan (S.Pd)  
Pada Prodi PENJASKESREK



OLEH:

**AMY PUJA SURAYA**

NPM : 18.1.01.09.0168

FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN SAINS (FIKS)  
UNIVERSITAS NUSANTARA PERSATUAN GURU REPUBLIK INDONESIA  
**UN PGRI KEDIRI**  
2024

Skripsi oleh:

**AMY PUJA SURAYA**

NPM: 18.1.01.09.0168

Judul:

**ANALISIS LOMPATAN TIM PUTRI BERDASAR SPESIALISASI PADA  
KEJUARAAN BOLAVOLI PORPROV VIII TAHUN 2023  
DI KABUPATEN SIDOARJO**

Telah disetujui untuk diajukan Kepada  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Program Studi Penjaskesrek  
FIKS UN PGRI KEDIRI

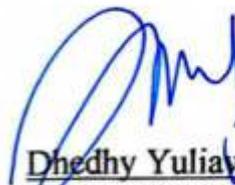
Tanggal: .....

Pembimbing I



**Dr. Slamet Junaidi, M.Pd**  
NIDN. 0015066801

Pembimbing II



**Dhedhy Yuliyawan, M.Or.**  
NIDN.0723038705

Skripsi oleh:

**AMY PUJA SURAYA**

NPM: 18.1.01.09.0168

Judul:

**ANALISIS LOMPATAN TIM PUTRI BERDASAR SPESIALISASI PADA  
KEJUARAAN BOLAVOLI PORPROV VIII TAHUN 2023  
DI KABUPATEN SIDOARJO**

Telah dipertahakan di depan  
Panitia Ujian/Sidang Skripsi Program Studi PENJASKESREK  
FIKS UN PGRI KEDIRI

Pada Tanggal:.....

**Dan Dinyatakan Telah Memenuhi Persyaratan**

PanitiaPenguji:

1. Ketua : Dr. Slamet Junaidi, M.Pd.



---

2. Penguji I : Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or.



---

3. Penguji II : Dhedhy Yuliawan, M.Or.



---

Mengetahui  
Dekan FIKS

**Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or.**  
**NIDN.0007076801**

## PERNYATAAN

Yang bertandatangan di bawah ini saya,

Nama : Amy Puja Suraya  
Jenis Kelamin : Perempuan  
Tempat/Tgl.Lahir : Tulungagung, 17 Oktober 1999  
NPM : 18.1.01.09.0168  
Fak/Prodi. : FIKS/ S1 Penjakesrek

Menyatakan dengan sebenarnya, bahwa dalam Skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya tidak terdapat karya tulis atau pendapat yang pernah diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang sengaja dan tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Kediri, 6 Juli 2024  
Yang Menyatakan

**AMY PUJA SURAYA**  
**NPM: 18.1.01.09.0168**

## **MOTTO**

“ belajarlah diam agar suaramu lebih terdengar, belajarlah sabar  
agar tindakanmu lebih benar “

*“Suraya P A”*

## **KUPERSEMBAHKAN KARYA TULIS INI**

“Untuk orangtua saya, yaitu ayah kalimin dan ibu salamah yang  
sangat saya sayangi karena ingin melihat anak-anaknya sukses tidak  
henti melangitkan doa dan selalu memberi dukungan di setiap  
prosesnya kupersembahkan karya tulis sederhana ini dan gelar sarjana  
untuk ayah dan ibu.”

“Dan untuk seseorang yang saya anggap ada disetiap prosesnya  
dukungan dan dorongan menyelesaikan ini kupersembahkan karya  
tulisan ini dari sebuah perjalanan.”

## Abstrak

**Amy Puja Suraya** : Analisis Lompatan Tim Putri Berdasar Spesialisasi Pada Kejuaraan Bolavoli Porprov VIII Tahun 2023 di Kabupaten Sidoarjo. Skripsi PENJASKESREK, Universitas Nusantara PGRI Kediri, 2024.

**Kata kunci** : Lompatan, Spesialisasi Bolavoli

Olahraga adalah suatu kegiatan atau aktivitas yang dilakukan untuk menjaga perkembangan potensi jasmani dan rohani seseorang. Permasalahan penelitian ini adalah 1. Berapa perbandingan setiap pemain bolavoli melompat setiap putaran pada satu set tim putri saat bertanding? 2. Berapa rata-rata setiap pemain bolavoli melompat pada tiap set tim putri saat bertanding.

Jenis penelitian deskriptif kuantitatif : pendekatan kuantitatif, karena penelitian ini disajikan dengan angka-angka. Teknik sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah teknik *purposive sampling*. Setiap tim putri peserta porprov cabang olahraga bolavoli ini, ada yang membawa pemain berjumlah 12 hingga 14 pemain.

Hasil dari penelitian yaitu 1) data-data pertandingan kedua tim di atas, lompatan pemain bolavoli sebanyak rentang 5 – 10 setiap putaran, baik untuk melakukan serangan melalui servis, smash serta untuk bertahan dengan melakukan blok. Maksimal setiap set dalam pertandingan bolavoli pada pertandingan tersebut 3 putaran. Hal ini bisa untuk pedoman melatih atau latihan lompatan 10 kali setiap ulangan, dengan rata-rata 7 lompatan. 2) Lompatan paling banyak bagi kedua tim saat bertanding setiap set adalah rentang 15 - 29 kali lompatan, maka bisa dipakai rujukan, latihan lompatan bagi pemain bolavoli repetisi latihan 29 lompatan, rerata 21 lompatan. 3) Maksimal bertanding bolavoli adalah bermain 5 set, maka target latihan lompatan adalah 29 x 5 set.

Kesimpulan yang dari penelitian ini adalah : 1) Rata-rata setiap pemain bolavoli melompat setiap putaran pada satu set saat bertanding melakukan 7 lompatan, dengan rentang 5 - 10 kali. 2) Lompatan setiap pemain bolavoli melompat pada tiap set saat bertanding rentang 15 – 29 lompatan, rerata adalah 21 lompatan.

## KATA PENGANTAR

Puji Syukur Kami panjatkan kehadiran Allah Tuhan Yang MahaKuasa, karena hanya atas Rahmat dan Ridho-Nya tugas penyusunan skripsi ini dapat diselesaikan. Skripsi dengan judul **“Analisis Lompatan Tim Putri Berdasar Spesialisasi Pada Kejuaraan Bolavoli Porprov VIII Tahun 2023 Di Kabupaten Sidoarjo”** ini di tulis guna memenuhi sebagian syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan, pada Jurusan Penjaskesrek FIKS UN PGRI Kediri.

Pada kesempatan ini diucapkan terima kasih dan penghargaan yang setulus-tulusnya kepada:

1. Dr. Zaenal Afandi, M.Pd Selaku Rektor UN PGRI Kediri.
2. Dr. Nur Ahmad Muharram, M.Or Selaku Dekan FIKS UN PGRI Kediri.
3. Weda M.Pd selaku Ketua Program Studi PENJASKESREK
4. Dr. Slamet Junaidi, M.Pd Selaku dosen pembimbing I yang dengan sabar selalu memberikan bimbingan, motivasi dan pengarahan selama proses pengerjaan skripsi.
5. Dhedy Yuliawan, M.Or Selaku dosen pembimbing II yang dengan sabar selalu memberikan bimbingan, motivasi dan pengarahan selama proses pengerjaan skripsi.
6. Kedua Orang tua dan adik saya serta yang selalu memberi semangat moril dan materil.

7. Kepada teman dekat saya yang senantiasa memberi semangat dan dukungan yang sangat sabar mengingatkan untuk segera menyelesaikan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Ucapan terimakasih juga disampaikan kepada pihak-pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu, yang telah banyak membantu menyelesaikan proposal ini.

Disadari bahwa skripsi ini masih banyak kekurangan, maka diharapkan tegur sapa, kritik dan saran-saran, dari berbagai pihak sangat diharapkan.

Kediri, 6 Juli 2024  
Penyusun,

**Amy Puja Suraya**  
**NPM : 18.1.01.09.0168**

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
ABSTRAK .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I : PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Identifikasi Masalah .....	7
C. Pembatasan Masalah .....	8
D. Rumusan Masalah .....	8
E. Tujuan Penelitian .....	9
F. Manfaat Penelitian .....	9
BAB II : KAJIAN TEORI	
A. KajianTeori .....	10
1. Permainan Bolavoli .....	10
2. Teknik Dasar Permainan Bolavoli .....	14
3. Peraturan Permainan Bolavoli.....	22
4. Melompat Pada Permainan Bolavoli.....	23

5.	Posisi Pemain Bolavoli sesuai Spesialisasi.....	25
6.	Porprov VIII Jawa Timur Cabang Bolavoli tahun 2023 .....	27
B.	Kajian Hasil Penelitian Terdahulu .....	28
C.	Kerangka Berfikir.....	30
D.	Hipotesis.....	31
BAB III	: METODE PENELITIAN	
A.	Variabel Penelitian .....	32
B.	Teknik dan Pendekatan Penelitian .....	32
1.	Teknik Penelitian .....	32
2.	Pendekatan Penelitian .....	32
C.	Tempat Dan Waktu Penelitian .....	33
1.	Tempat Penelitian.....	33
2.	Waktu Penelitian .....	33
D.	Populasi dan Sampel .....	34
1.	Populasi.....	34
2.	Sampel.....	34
E.	Instrumen Penelitian.....	35
F.	Teknik Analisis Data .....	36
BAB IV	: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A.	Deskripsi Data Variabel .....	37
B.	Hasil Analisis Data.....	42
C.	Pembahasan.....	43
BAB V	: SIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN	
A.	Simpulan .....	44
B.	Implikasi.....	44

C. Saran-Saran .....	45
Daftar Pustaka .....	46
Lampiran .....	47

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
3.1 : Waktu Penelitian.....	33
3.2 : Pengamatan Lompatan Pemain Bolavoli Setiap Set.....	35
3.3 : Rekapitulasi pengamatan lompatan selama pertandingan kedua tim.....	36
4.1 : Hasil pengamatan lompatan pemain bolavoli set I tim putri Gresik.....	37
4.2 : Hasil pengamatan lompatan pemain bolavoli set II tim putri Gresik .....	38
4.3 : Hasil pengamatan lompatan pemain bolavoli set III tim putri Gresik .....	38
4.4 : Hasil pengamatan lompatan pemain bolavoli set I tim putri Surabaya.....	39
4.5 : Hasil pengamatan lompatan pemain bolavoli set II tim putri Surabaya .....	39
4.6 : Hasil pengamatan lompatan pemain bolavoli set III tim putri Surabaya.....	40
4.7 : Rekapitulasi pengamatan lompatan selama pertandingan kedua tim.....	40
4.8 : Rekapitulasi pengamatan lompatan selama pertandingan tim putri sidoarjo..... .....	42
4.9 : Rekapitulasi pengamatan lompatan selama pertandingan tim putri surabaya .....	43

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
2.1: Ukuran lapangan bolavoli dari atas.....	13
2.2: Ukuran lapangan bolavoli dari bawah .....	13
2.3: Tahapan Melakukan Teknik Servis Atas .....	16
2.4: Teknik Servis Melompat.....	13
2.5: Teknik passing bawah.....	17
2.6: Teknik passing atas .....	18
2.7: Teknik <i>Smash</i> .....	20
2.8: Teknik melakukan blok.....	21
2.9: Tim lawan melakukan smash, tim bertahan melakukan blok .....	21
4.1: Grafik Rekapitulasi kedua tim .....	42

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1 : Dokumentasi Penelitian.....	48
2 : Surat Penelitian.....	50
3 : Surat Balasan Penelitian .....	51
4 : Berita Acara Kemajuan Bimbingan.....	52
5 : Sertifikat Plagiasi .....	54

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah suatu kegiatan atau aktivitas yang dilakukan untuk menjaga perkembangan potensi jasmani dan rohani seseorang. Perkembangan olahraga saat ini telah menjadi bagian besar dalam masyarakat di dunia dan menjadi budaya, serta profesi. Melalui olahraga dapat membangun karakter suatu bangsa sehingga olahraga menjadi sarana strategis untuk membangun kepercayaan diri, mental dan bakat. Adanya upaya membuka pembinaan olahraga dapat menghasilkan suatu prestasi yang baik dan dapat ditentukan hasil atau kualitas proses pembinaan olahraga tersebut.

Setiap orang tidak mempunyai tujuan yang sama saat mengenal olahraga, ada yang untuk kebugaran jasmani, olahraga pendidikan dan untuk menjadi seorang atlet yang tujuan utama saat berolahraga adalah ingin mendapatkan prestasi yang tinggi yang disebut olahraga prestasi. Keberhasilan prestasi olahraga, dapat dicapai apabila sistem pembinaan yang ada dapat direncanakan dan terlaksana dengan baik. Pembinaan olahraga dapat dilaksanakan dari daerah atau Provinsi sebagai garda terdepan dalam memajukan prestasi olahraga Nasional (Pramono & Mukarromah, 2017)

Pada UU No. 3 tahun 2005 olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Olahraga prestasi merupakan

suatu kegiatan yang mengacu atau suatu alat penunjang ke arah kepercayaan diri dan bakat seseorang. Untuk mendapatkan prestasi olahraga ada beberapa faktor yang mempengaruhinya yaitu kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental. Olahraga prestasi yang berkembang di dunia juga di Indonesia meliputi olahraga permainan, beladiri, aquatik, senam dan lain sebagainya. Salah satu olahraga permainan yang berkembang di Indonesia adalah bolavoli, yang ini dibuktikan dengan banyaknya klub atau perkumpulan di Indonesia, makin ramainya pertandingan bolavoli di masyarakat.

Permainan bolavoli, salah satu cabang olahraga yang banyak digemari masyarakat baik untuk tujuan rekreasi maupun bagi mereka yang berlatih dengan tujuan meningkatkan prestasi olahraganya. Permainan bolavoli ini memiliki daya tarik tersendiri, dimana mudah dilakukan, tidak memerlukan lapangan yang luas jika dibanding cabang olahraga sepakbola.

Pertandingan cabang olahraga bolavoli ini sering diadakan dimasyarakat, baik saat perayaan tujuh belasan di desa, kecamatan baik yang dilakukan masyarakat atau lembaga pemerintahan. Bahkan di era 2000an ini, pertandingan bolavoli sering diadakan di masyarakat sebagai bisnis hiburan, yang bisa mendatangkan keuangan tersendiri dengan adanya gala desa atau tarkam. Pertandingan tersebut agar berjalan beriringan, dimana bisa meramaikan, menyemarakkan suatu kegiatan dengan mendatangkan pemain tingkat propinsi bahkan atlet nasional. Dan bisa jugabahaya bagi atlet yang sedang mengikuti TC tapi tertarik dengan penghasilan yang didapat, resiko cedera dan kesehatan atlet saat ikut tarkam tersebut. Sisi yang lain, pembinaan

di klub daerah yang berlatih, tidak bisa tampil untuk menunjukkan kemampuannya, karena klubnya saat bertanding mendatangkan pemain luar, bon bon an istilahnya.

Atlet yang terjun langsung dalam suatu pertandingan, merupakan subyek yang bisa jadi bahan pertimbangan untuk berbagai penelitian dalam dunia olahraga. Atlet yang diturunkan dalam kejuaraan agar didapat hasil yang terbaik, atlet perlu disiapkan dari proses pemilihan atlet secara transparan, latihan yang berjenjang dan uji coba bertanding dengan berbagai level kemampuan yang berbeda-beda. Pengertian Atlet sendiri adalah seseorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada suatu cabang olahraga yang dipilihnya ( Sukadiyanto, 2005 : 4).

Bentuk latihan yang dikembangkan bagi atlet, termasuk bagi pemain bolavoli meliputi 4 unsur, yaitu fisik, teknik, taktik dan mental ( Tawakal , 2020 : 64). Salah satu unsur yang dilatih diatas adalah meningkatkan kondisi fisik, bisa dilakukan di klubnya ataupun dengan tambahan diluar klub agar bisa diperoleh hasil yang lebihoptimal. Meskipun demikian, atlet tetep harus konsultasi dengan pelatihnya dalam meningkatkan kemampuan fisiknya, agar tidak terjadi hal yangmerugikan, misalnya terjadi cedera saat berlatih.

Pemain atau atlet bolavoli yang baik, agar bisa bermain dengan baik, perlu latihan yang terprogram, benar dan wadah latihan berupa klub yang memiliki sarana prasarana yang mendukung juga pelatih yang berkualitas. Latihan meningkatkan kondisi fisik bagi atlet bolavoli meliputi kekuatan, daya ledak, daya tahan, kecepatan, kelentukan, kelincahan, keseimbangan,

koordinasi, ketepatan dan reaksi (Tawakal, 2020 :67). Salah satu unsur kondisi fisik yang perlu dikembangkan dengan baik adalah unsur kekuatan otot kaki, yang sangat menunjang permainannya saat bertanding bolavoli, seperti melakukan servis melompat, smash ataupun saat melakukan bendungan dari serangan lawan.

Tuntutan kemampuan setiap pemain memiliki kekuatan untuk melompat, baik saat servis melompat, smash atau membendung lawan ini, sebagai tuntutan bagi yang menggeluti olahraga ini (Beutelstahl, 2013 :23) apalagi permainan bolavoli ini dibatasi net yang cukup tinggi, dimana untuk putra 2,43 cm dan putri 2,24 cm, sehingga setiap pemain yang bisa menguasai teknik smash ataupun blok, sehingga selalu berlatih meningkatkan kekuatan otot kaki agar memiliki lompatan yang cukup tinggi.

Dalam pertandingan bolavoli dengan memakai peraturan yang memakai *rallypoint*, atlet selalu dituntut selalu bergerak dengan irama yang lebih cepat saat bertanding, maka program latihan seyogyanya juga mengikuti. Permainan bolavoli yang ada net yang terpasang dengan cukup tinggi, saat memainkan bolavoli, setiap pemain dituntut memiliki kemampuan melompat yang tinggi dan terus menerus, baik saat melakukan servis melompat, saat smash atau saat melakukan bendungan dari serangan lawan.

Agar bisa melompat dengan baik, tinggi dan stabil saat bermain bolavoli, fisik pemain harus didasari unsur kekuatan kaki yang memadai, untuk mendukung teknik bermainnya yang menuntut banyak melakukan lompatan. Kekuatan ini tidak bisa muncul dengan sendirinya, tetapi didapat sebagai hasil

latihan yang berkesinambungan. Kekuatan merupakan komponen dasar kondisi fisik yang sangat penting ini, harus dimiliki oleh mereka yang menggeluti dunia olahraga prestasi (Harsono, 2018: 62). Sebab kekuatan merupakan daya penggerak aktivitas fisik, melindungi atlet dari cedera, membantu gerak motorik yang dilakukan atlet, dan membantu stabilitas sendi-sendi. Untuk meningkatkan prestasi pada pemain bola voli yaitu dengan cara memiliki kemampuan yakni dengan menguasai teknik lompatan dari salah satu faktor yang penting dalam bola voli bisa terlihat ketika pemain bola voli melakukan pukulan ke arah lawan untuk bertahan dari lawan sangat rendah dan tinggi lompatan kurang maksimal.

Agar memiliki lompatan yang tinggi, dan mampu diterapkan dalam pertandingan, atlet perlu latihan yang benar, sesuai dengan prinsip latihan, sesuai kemampuan pemain dan sesuai dengan kebutuhan saat bertanding. Berapa kali setiap pemain melakukan lompatan baik saat servis melompat, smash dan blok setiap set nya, masih belum banyak data penelitian yang mendukung hal tersebut.

Tuntutan latihan yang dilatihkan sebaiknya mengacu pada iptek terbaru, dimana data iptek itu dapat di ambil dari data kejuaraan- kejuaran terbaru, seperti kejurprov, kejurnas atau dari hasil data multi even seperti pon, porprov. Porprov tahun 2023 di Jawa Timur dilaksanakan di empat tempat yaitu kabupaten Sidoarjo, kabupaten Jombang, kota Mojokerto, dan kabupaten Mojokerto. Sedangkan cabang olahraga bolavoli pada tahun 2023 ini dilaksanakan di kabupaten Sidoarjo.

Penelitian yang pertama dilakukan oleh Damian P & Dariusz M (2023) bahwa dalam bola voli putri, ada baiknya menggunakan langkah-langkah pelatihan yang memungkinkan pemain mencapai kemampuan melompat maksimal mereka sejak set pertama, dan tujuan pelatihan utama harus difokuskan pada teknik dan taktik seluruh tim.

Penelitian yang kedua dilakukan oleh Junaidi (2015) bahwa pada 4 tim putra, ada 22 pemain atau 59,5% yang menggunakan servis melompat, sedang 15 pemain atau 40,5% tidak memakai servis melompat. Untuk tim putri, 14 pemain atau 35,9 % memakai servis melompat dan 25 pemain atau 64,1% tidak memakai servis melompat.

Dalam kejuaraan porprov JawaTimur tingkat II pada tahun 2022 tidak boleh menurunkan pemain elit seperti, yang sudah masuk pada divisi utama, pon, proliga, seagames baik tim putra maupun tim putri, dan pada tahun 2023 ini diperbolehkan turun pemain elit baik tim putra dan tim putri di kejuaraan Porprov. Saat ini ditingkat Porprov tim putra dan tim putri belum ada penelitian yang meneliti tentang lompatan yang nantinya bisa untuk acuan dalam bentuk program latihan melompat pada pembinaan klub. Data dalam pertandingan bolavoli pada kejuaraan porprov putra maupun putri, belum banyak yang melakukan penelitian tentang jumlah lompatan setiap putaran dalam satu set, berapa rata-rata pemain melompat baik saat menyerang atau bertahan.

Berdasarkan dari hasil pengamatan bahwa lompatan setiap atlet tingginya beda karena memiliki power juga yang berbeda dari atlet lainnya, sehingga perlunya lompat juga merupakan suatu bagian penting dalam permainan

bolavoli. Setiap pemain dituntut memiliki kualitas lompatan yang baik agar bisa mendukung pemain saat melakukan blok, servis melompat atau melakukan pukulan *smash* yang maksimal

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti ingin mencari perbandingan lompatan tim putri sesuai posisi spesialisasi pada pemain dalam satu pertandingan, yang nantinya bisa berguna bisa bahan acuan program latihan, meningkatkan lompatan pemain bolavoli pada klub nya masing-masing.

Berdasarkan penjelasan latar belakang diatas maka penulis mengambil judul skripsi yang berjudul **“Analisis Lompatan Tim Putri Berdasar Spesialisasi Pada Kejuaraan Bolavoli Porprov VIII Tahun 2023 Di Kabupaten Sidoarjo”**

## **B. Identifikasi Masalah**

Pemain bolavoli memerlukan lompatan yang baik dan stabil untuk mendukung teknik bermainnya yang menuntut banyak lompatannya. Dalam beberapa penelitian, belum banyak penelitian yang mengambil masalah tentang komparasi lompatan, yang mengupas tentang

1. Belum diketahui banyak pemain bolavoli melompat saat bertanding pada setiap posisi pemain dalam setiap putaran di tim putri.
2. Belum diketahui banyak setiap pemain bolavoli melompat setiap saat bertanding di tim putri saat bertanding.

### **C. Pembatasan Masalah**

Penelitian pada lompatan pemain dalam pertandingan bolavoli, bisa meliputi data tentang teknik pemain, strategi bermain ataupun fisik yang dimiliki setiap pemain bolavoli yang meliputi kekuatan otot kaki, kecepatan dan unsur kondisi fisik lainnya.

Penelitian ini dibatasi hanya pada unsur lompatan di final pada cabang bolavoli porprov VIII Jawa Timur tahun 2023. Berapa banyak setiap pemain bolavoli sesuai dengan posisinya pada tim putri tersebut melompat pada satu rotasi atau putaran dan berapa kali rata-rata tiap set selama dalam pertandingan bolavoli pada Final Porprov VIII tahun 2023 di GOR Delta kabupaten Sidoarjo.

### **D. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah merupakan pertanyaan penelitian yang diajukan untuk dicari jawabannya melalui penelitian dan pengolahan data, dimana rumusan masalah yang diajukan adalah:

1. Berapa rata-rata setiap pemain bolavoli melompat setiap putaran pada satu set pada tim putri saat bertanding?
2. Berapa rata-rata setiap pemain bolavoli melompat pada tiap set tim putri saat bertanding?

### **E. Tujuan penelitian.**

Tujuan penelitian merupakan arah yang akan dicari jawaban dari rumusan masalah yang diajukan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui:

1. Untuk mengetahui rata-rata lompatan pemain, setiap putaran tiap set pada pemain bolavoli tim putri saat bertanding.
2. Untuk mengetahui rata-rata setiap pemain bolavoli melompat pada tiap set tim putri saat bertanding.

#### **F. Manfaat Penelitian**

Penelitian yang mengambil masalah tentang jumlah lompatan saat bertanding bolavoli, memberi manfaat:

1. Secara teoritis memberi tambahan sumbangsih pengetahuan tentang penelitian pada masalah pertandingan bolavoli, sekaligus agar bisa menjadi tambahan / menjadi referensi di perpustakaan UNP Kediri.
2. Secara teoritis menjadi dasar acuan pembuatan program latihan dalam meningkatkan kekuatan otot kaki khususnya meningkatkan lompatan.
3. Secara praktis, sebagai acuan dalam membuat program latihan, berapa kali ulangan latihan setiap set dengan materi meningkatkan kemampuan lompatan bagi setiap pemain bolavoli tim putri. Program latihan nantinya sangat berguna untuk klub-klub yang ada didaerah dengan menyesuaikan kebutuhan kemampuan lompatan bagi pemain bolavolitim putri saat bertanding bolavoli.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Achmad, I. Z., Aminudin, R., Sumarsono, R. N., & Mahardika, B. (2019). Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Permainan Bola Voli Mahasiswa PJKR Semester II Di Universitas Singaperbangsa Karawang Tahun Ajaran 2018/2019 Irfan Zinat, 52–53
- Anung Probo Ismoko & Danang Endarto Putro. 2017. Teknik Dasar Bolavoli. Pacitan. LPPM Press STKIP PGRI Pacitan
- Azzaky, A., & Irsyada, M. (2019). Karakteristik Permainan Bolavoli Grand Final Livoli Divisi Utama Putra Tahun 2018 Magetan Jawa Timur. Jurnal Prestasi Olahraga, 2.
- Harsono. (2018). Latihan Kondisi Fisik Untuk Atlet Sehat Aktif. Remaja Rosda Karya.
- Hidayat, Witono. (2017). Buku Pintar Bola Voli. Jakarta: Anugrah.
- Ikbal Tawakal. (2020). Buku Jago Bola Voli pendidikan jasmani, olahraga &kesehatan (Ira N & Anisa Ami (ed.)).
- Sugiyono, (2017). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta
- Sugiyono, (2018). Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D. Bandung: CV. Alfabeta