

FAKTOR-FAKTOR PENDUKUNG DAN PENGHAMBAT PRESTASI BOLA VOLI KLUB BORNEO PONTIANAK

Nurul Kamilah¹, Eka Supriatna², Rubiyatno³.

Abstrak : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor pendukung dan penghambat prestasi bola voli klub borneo pontianak. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode survei. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet/anggota bola voli klub borneo pontianak yang berjumlah 16 orang dan dilakukan penelitian pada tanggal 13-19 Februari 2023. Teknik pengumpulan data pada penelitian ini ialah menggunakan kuesioner/angket. Teknik yang dilakukan dalam pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling. Validitas diperoleh dan dianalisis menggunakan korelasi product moment, dan realibilitas menggunakan *cronbach alpha* dengan menggunakan aplikasi SPSS 21.0 For windows. Teknik analisis data yang digunakan ialah analisis deskriptif. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak dominan pada kategori Mendukung sebesar 75%. Hal itu juga didukung dengan beberapa faktor seperti, Faktor Pelatih dan Faktor Atlet masuk pada kategori Mendukung sebesar 69%, Faktor Organisasi dan Faktor Sarana dan Prasarana masuk pada kategori Mendukung yaitu 81%, dan Faktor Kompetisi masuk pada kategori Mendukung yaitu 63%. Dan Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak secara keseluruhan masuk pada kategori Menghambat sebesar (44%). Hal itu juga didukung dengan beberapa faktor seperti, Faktor Pelatih masuk pada kategori Menghambat sebesar (31%), Faktor Atlet dan Faktor Organisasi masuk pada kategori Menghambat sebesar (37,5%), Faktor Sarana dan Prasarana , dan Faktor Kompetisi masuk pada kategori Menghambat sebesar (50%).

Kata Kunci: *Faktor Pendukung Prestasi, Faktor Penghambat Prestasi, Bola Voli*

Abstract : *This study aims to determine the factors supporting and inhibiting the achievement of the Borneo Pontianak volleyball club. This research is a descriptive research with a survey method. The population in this study were 16 athletes/members of the Borneo Pontianak volleyball club and the research was conducted on 13-19 February 2023. The data collection technique in this study was using a questionnaire. The technique carried out in sampling using total sampling technique. Validity was obtained and analyzed using product moment correlation, and reliability using Cronbach alpha using the SPSS 21.0 For windows application. The data analysis technique used is descriptive analysis. The results of this study indicate that the Borneo Pontianak Club Volleyball Achievement Supporting Factors are dominant in the Support category of 75%. This is also supported by several factors such as Coach Factors and Athlete Factors are included in the Supporting category by 69%, Organizational Factors and Facilities and Infrastructure Factors are included in the Supporting category namely 81%, and Competition Factors*

¹ Penulis adalah Mahasiswa FKIP Universitas Tanjungpura

² Penulis adalah Staff Edukatif FKIP Universitas Tanjungpura

³ Penulis adalah Staff Edukatif FKIP Universitas Tanjungpura

are included in the Supporting category namely 63%. And the inhibiting factors for the Borneo Pontianak Volleyball Club's Achievement as a whole fall into the Obstructive category (44%). This is also supported by several factors such as, the Coach Factor is included in the Hinder category by (31%), Athlete Factors and Organizational Factors are included in the Obstacle category by (37.5%), Facilities and Infrastructure Factors, and Competition Factors are included in the Hinder category. by (50%).

Keywords: *Achievement Supporting Factors, Achievement Inhibiting Factors, Volleyball.*

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan suatu aktivitas sehari-hari yang berperan dalam membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Menurut Yulianto (2021), olahraga mempunyai peran dalam kehidupan manusia baik dalam meraih prestasi maupun hanya untuk mempertahankan kondisi fisik agar tetap sehat, dan dengan berolahraga juga dapat membentuk karakter dan watak disiplin seorang atlet sehingga terbentuk menjadi seseorang yang berkualitas tinggi. Kemajuan di bidang olahraga tidak lepas dari kemajuan pengetahuan dan teknologi yang berdampak besar pada seluruh aspek olahraga, khususnya pada olahraga cabang bola voli yang merupakan suatu olahraga prestasi yang sangat banyak diminati oleh berbagai kalangan masyarakat (Apriyanti & Wahyudi, 2021).

Olahraga bola voli merupakan olahraga yang dimainkan dengan 2 tim dengan jumlah pemain 1 tim adalah 6 orang (Mira Fauzita, 2017). Menurut Rifa & Sari (2021), permainan bola voli termasuk ke dalam salah satu cabang olahraga permainan bola besar. Permainan bola voli pada saat ini bukan lagi permainan rekreasi tetapi sudah menjadi permainan yang diharapkan dapat menciptakan atlet yang berprestasi dengan baik (Maizan, Inggar, 2020). Permainan bola voli pada saat ini sudah sangat mendunia, hampir di setiap daerah, kota, maupun negara sudah memainkan permainan ini (Sujarwo, 2017). Aguss & Fahrizqi (2021) Memaparkan bahwa bola voli menjadi salah satu olahraga yang mendapatkan perhatian dari masyarakat dan pemerintah. Dalam bermain bola voli seseorang harus memiliki dasar keterampilan dalam bermain, karena dapat dikatakan semakin baik keterampilan seseorang maka semakin besar kesempatan untuk meningkatkan prestasi. Menurut Kuncoro & Budiyo (2021), melalui permainan bola voli bisa meningkatkan daya kreativitas seorang pemain, meningkatkan kemampuan dalam mengambil keputusan, dan meningkatkan kemampuan fisik.

Olahraga bola voli merupakan olahraga yang banyak diminati oleh beraneka ragam kalangan mulai dari kalangan anak-anak, remaja ataupun orang tua baik dari kalangan ekonomi rendah, sedang maupun tinggi. Menurut Maizan & Inggar (2020), bola voli merupakan cabang olahraga prestasi yang banyak digemari dan di bina dari segi perkembangan dan kemajuannya dari tingkat dasar atau daerah maupun sampai ke tingkat nasional. Dan adapun beberapa kombinasi yang harus dikuasai guna untuk tercapainya suatu target puncak prestasi seperti, kondisi fisik, kemampuan mental, penguasaan teknik, kecakapan teknik yang di dapat melalui pembinaan yang sistematis, terencana, dan berkesinambungan (Rochmad et al., 2015). Pembinaan dan pembangunan yang baik menjadi salah satu faktor untuk tercapainya suatu prestasi secara maksimal (Mira Fauzita, 2017). Menurut Ansori (2015), sebuah pembinaan sangat berpengaruh besar terhadap suatu keberhasilan dalam meraih prestasi dan berperan penting dalam dunia olahraga, karena dengan adanya suatu pembinaan bisa mengembangkan peningkatan prestasi atlet. Pembinaan olahraga menjadi suatu wadah yang berperan dalam memajukan dunia olahraga, karena dengan pembinaan dapat meningkatkan kualitas prestasi atlet yang terampil (Mira Fauzita, 2017).

Pembinaan dan pengembangan olahraga harus terus ditingkatkan, melihat semakin ketatnya tingkat persaingan baik dalam ruang lingkup nasional maupun internasional, karena dalam pencapaian prestasi tidak hanya memperjuangkan dengan membawa nama pribadi tetapi juga membawa nama baik daerah yang menyangkut harkat dan kehormatan dari daerah tersebut, maka dari itu segala upaya akan dilakukan oleh suatu klub daerah, provinsi, maupun nasional untuk membina atletnya sebaik mungkin (Irmansyah, 2017). Pencapaian prestasi bola voli secara maksimal bukanlah suatu hal yang mudah untuk diraih, tanpa adanya kolaborasi dari suatu latihan dan kerja keras yang dilakukan dalam upaya pembinaan yang intensif. Upaya dalam pembinaan prestasi olahraga bola voli seharusnya mempunyai tujuan yang jelas sehingga potensi yang dimiliki pembinaan prestasi olahraga dapat diarahkan dengan maksimal demi tercapainya kondisi pembinaan prestasi bola voli yang baik dan sesuai dengan yang diharapkan.

Mira Fauzita (2017), memaparkan bahwa banyak cara dalam upaya meningkatkan prestasi olahraga, salah satunya melakukan pembinaan atlet sedini mungkin dengan melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga prestasi dengan landasan dasar pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien. Menurut Utomo (2021), pembinaan yang dilakukan di usia muda sangat dianjurkan, karena pada usia muda anak masih mempunyai tingkat fleksibilitas yang tinggi, kondisi fisik dan mentalnya juga sedang berada dalam keadaan yang stabil, dan motivasi untuk latihan semakin kuat, sehingga kemungkinan untuk mengaplikasikan suatu bentuk latihan yang dapat meningkatkan kemampuannya ke arah yang lebih baik bisa dilakukan secara maksimal, serta dalam mencapai prestasi memerlukan suatu proses latihan yang teratur, terarah, dan berkesinambungan.

Permainan bola voli sangat berkembang pesat di kalangan masyarakat, sehingga banyak terbentuknya suatu klub-klub baik di lingkungan daerah maupun di perkotaan (Rifki I & Rahmat, 2017). Perkembangan prestasi dalam suatu pembinaan klub dapat dikembangkan melalui dukungan dari berbagai pihak seperti, pelatih, pemerintah, pengurus organisasi dan lembaga olahraga. Suatu pembinaan seharusnya dilakukan dengan teratur dan terus menerus guna untuk mendukung majunya suatu klub dan tetap harus dalam pantauan dari berbagai pihak yang bertanggung jawab di dalamnya. Menurut (Ansori, 2015), klub merupakan wadah dalam membentuk atau melatih kemampuan seorang atlet sehingga menjadi berkualitas dan mencapai prestasi maksimal, dan mempunyai sistem pembinaan yang terorganisir sehingga mampu dalam mencapai suatu puncak prestasi. Suatu klub harus mempunyai program pembinaan olahraga yang terorganisir, dan dengan adanya sistem organisasi yang baik maka dalam mencapai prestasi yang maksimal akan berjalan dengan lancar (Kendal, 2015). Menurut pemaparan Esser (2019), pentingnya menyusun perencanaan dan program latihan seorang atlet, karena olahraga bola voli mempunyai suatu karakter dan masalah yang berbeda sehingga seorang atlet harus benar-benar serius dalam latihan supaya dapat memaksimalkan prestasinya.

Keberhasilan dalam membina suatu klub dengan baik demi meraih prestasi yang maksimal tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak, pelatih yang berkualitas sangat berpengaruh terhadap peningkatan prestasi (Utomo, 2021). Pelatih harus mampu dalam menentukan program yang akan diberikan sesuai dengan kemampuan atletnya, dan membina latihan secara teratur, sistematis, dan berkesinambungan. Menurut Candrawati et al., (2018) olahraga bola voli juga harus dibina dengan kepengurusan yang baik dan bisa bertanggung jawab melalui organisasi guna berjalannya dengan baik kinerja yang dilakukan. Kualitas seorang atlet juga didukung dari segi sarana dan prasarana yang digunakan, sarana dan prasarana yang berkualitas merupakan salah satu syarat yang harus dipenuhi demi kenyamanan dalam kegiatan berlatih, sehingga dalam pencapaian prestasi dapat dilakukan secara maksimal.

Pada umumnya ada dua faktor pendukung dalam mencapai prestasi secara maksimal, yaitu faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen terdiri dari kesehatan fisik dan mental yang baik, penguasaan teknik dan taktik secara sempurna, mempunyai aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, dan memiliki sikap mental yang baik seperti sikap sosial, kedisiplinan, tekun, kreatif, bertanggung jawab, dan rasa penasaran dalam pengetahuan yang besar sehingga memiliki rasa ingin tahu yang lebih dalam lagi. Faktor eksogen meliputi pelatih, keuangan, alat, tempat, perlengkapan, organisasi, lingkungan, dan partisipasi pemerintah (Utami, 2019).

Selain faktor pendukung, ada juga faktor penghambat dalam prestasi olahraga bola voli. Menurut Rifa & Sari (2021), Hambatan dalam bola voli dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu faktor intern faktor dalam diri, dan faktor ekstern yaitu faktor dari luar diri. Faktor intern meliputi dari faktor pelatih, atlet, organisasi, sarana dan prasarana. Sedangkan faktor eksternal dapat ditunjukkan dari faktor kompetisi dan lingkungan. Faktor ekstern berpengaruh pada hasil dalam meraih suatu prestasi, begitupun faktor intern juga memiliki peran dalam mencapai prestasi yang maksimal. Dapat dilihat dari kedua faktor tersebut sangat berkaitan erat, sehingga apabila salah satu dari faktor tersebut tidak terlaksana maka akan berpengaruh pada pencapaian prestasi atlet.

Berdasarkan pembahasan yang telah diuraikan di atas, maka penulis memiliki tujuan yaitu untuk mengetahui Faktor-Faktor Pendukung dan Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak. Dan diharapkan melalui penelitian ini dapat membantu para pelatih dalam meningkatkan prestasi atlet.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan metode survey dan pengumpulan datanya menggunakan angket berbentuk *google form*. Menurut Zellatifanny & Mudjiyanto (2018), Penelitian deskriptif adalah metode penelitian yang menggambarkan atau menunjukkan sebuah peristiwa yang sedang di teliti. Teknik pengambilan sampel ini adalah teknik *total sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah peserta/atlet klub bola voli Borneo Pontianak. Penelitian ini dilaksanakan melalui media *google form*, teknik angket merupakan suatu pengumpulan data berupa pertanyaan yang diberikan kepada responden dan di isi sesuai dengan keadaan sesungguhnya. Teknik analisis dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis deskriptif kuantitatif dengan metode survey. Berdasarkan dari kriteria jawaban yang digunakan responden maka ada 4 kategori penjumlahan dalam penelitian, dan dihitung menggunakan rumus statistik (sturges) dibandingkan dengan jumlah yang diharapkan dan diperoleh persentase.

HASIL

Pada bab ini akan dijelaskan data berdasarkan hasil penelitian Faktor-Faktor Pendukung dan Penghambat Prestasi Bola Voli Borneo Pontianak. Data yang diambil sesuai dengan tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui Faktor-Faktor Pendukung dan Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak. Berikut hasil dari penelitian yang telah dilakukan peneliti:

1. Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak

Data dari variabel Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak yang diperoleh dari angket dengan jumlah pertanyaan 45 dan jumlah responden 16 orang. Dengan 4 alternatif jawaban dan skor tertinggi adalah 4 dan skor terendah adalah 1. Selanjutnya menghitung data berdasarkan kategorisasi, yaitu dengan menjumlahkan hasil data dan selanjutnya membandingkan dengan jumlah persentase. Berikut hasil perhitungan kategorisasi pada variabel Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo:

Tabel Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak

KATEGORI	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Mendukung	147 – 180	4	25 %
Mendukung	113 – 146	12	75 %
Tidak Mendukung	79 – 112	-	-
Sangat Tidak Mendukung	45 – 78	-	-
Jumlah		16	100 %

Berdasarkan tabel diatas dapat digambarkan dalam bentuk grafik *pie cart* sebagai berikut:



Gambar *Pie Chart* Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak

Berdasarkan *pie chart* diatas bahwa anggota klub Borneo Pontianak yang menilai variabel Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak pada kategori sangat mendukung sebanyak 4 orang (25%), dan pada kategori Mendukung sebanyak 12 orang (75%). Dan dapat disimpulkan mayoritas anggota klub menilai Faktor-Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak pada kategori Mendukung yaitu 75%.

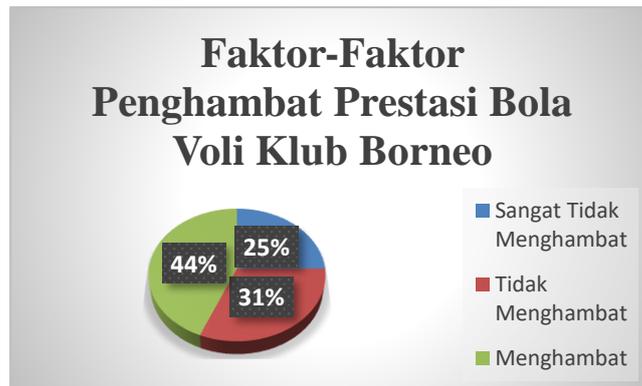
2. Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak

Data dari variabel Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak yang diperoleh dari angket dengan jumlah pertanyaan 45 dan jumlah responden 16 orang. Dengan 4 alternatif jawaban dan skor tertinggi adalah 4 dan skor terendah adalah 1. Selanjutnya menghitung data berdasarkan kategorisasi, yaitu dengan menjumlahkan hasil data dan selanjutnya membandingkan dengan jumlah persentase. Berikut hasil perhitungan kategorisasi pada variabel Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak:

Tabel Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak

KATEGORI	INTERVAL	FREKUENSI	PERSENTASE
Sangat Tidak Menghambat	147 – 180	4	25 %
Tidak Menghambat	113 – 146	5	31,25 %
Menghambat	79 – 112	7	43,75 %
Sangat Menghambat	45 – 78	-	-
Jumlah		16	100 %

Berdasarkan tabel diatas dapat digambarkan dalam bentuk grafik *pie cart* sebagai berikut:



Gambar *Pie Chart* Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak

Berdasarkan *pie chart* diatas bahwa anggota klub Borneo Pontianak yang menilai variabel Faktor-Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo pada kategori Sangat Tidak Menghambat sebanyak 4 orang (25%), pada kategori Tidak Menghambat sebanyak 5 orang (31%), dan pada kategori Menghambat sebanyak 7 orang (44%). Dan dapat disimpulkan mayoritas anggota klub menilai Faktor-Faktor Penghambat Prestasi Bola Vol Klub Borneo Pontianak pada kategori Menghambat yaitu 44%.

PEMBAHASAN

Berdasarkan dari tujuan penelitian yaitu untuk mengetahui Faktor-Faktor Pendukung dan Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak diperoleh data di atas dan mendapatkan rata-rata Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak masuk pada kategori Mendukung sebesar 75%. Dan Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak masuk pada kategori Menghambat sebesar 43,75%.

Samsudin et al., (2019), memaparkan bahwa ada dua faktor pendukung dalam memaksimalkan pencapaian prestasi yaitu faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen adalah faktor yang terdapat dari dalam diri seorang atlet yaitu meliputi unsur fisik dan psikis atau mental, terdiri dari kesehatan fisik dan mental yang baik, penguasaan teknik dan taktik secara sempurna, mempunyai aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, dan memiliki sikap mental yang baik seperti sikap sosial, kedisiplinan, tekun, kreatif, bertanggung jawab, dan rasa penasaran dalam pengetahuan yang besar sehingga memiliki rasa ingin tahu yang lebih dalam lagi. Sedangkan faktor eksogen yang terdapat pada lingkungan, meliputi pelatih, keuangan, alat, tempat, perlengkapan, organisasi, lingkungan, dan partisipasi pemerintah.

Menurut Candrawati et al., (2018) dalam mencapai suatu prestasi dapat dilakukan dengan memaksimalkan suatu manajemen latihan. Faktor pengalaman dan penguasaan seorang pelatih terhadap bola voli dapat memperbaiki suatu program latihan dalam jangka pendek maupun dalam jangka panjang secara efektif dan efisien.

Faktor-faktor pendukung dalam mencapai suatu prestasi yang maksimal tidak hanya terfokus pada seorang pelatih saja tetapi banyak faktor lain yang berperan dalam mencapai sebuah prestasi tersebut seperti, pemerintah, pengurus organisasi, dan lembaga olahraga. Suatu pembinaan yang terprogram harus terencana secara terus menerus dan itu sudah menjadi tanggung jawab semua pihak yang berperan dalam mengurus bola voli tersebut (Irmansyah, 2017). Klub menjadi sebuah wadah yang berperan dalam membentuk seorang atlet yang berkualitas dan mampu dalam mencapai sebuah prestasi yang maksimal, dan dalam mencapai

suatu prestasi yang maksimal butuh proses yang panjang dan penguasaan serta pengetahuan yang luas tentang teori bola voli (Firmanto, 2020).

Sarana dan prasarana yang memadai sangat berperan dalam menjaga kualitas atlet dan merupakan suatu yang harus diperhatikan untuk menunjang semangat latihan dan dalam mencapai prestasi yang maksimal. Peran sarana dan prasarana sangatlah besar sehingga apabila tidak terpenuhi maka akan menghambat jalannya latihan dan berdampak pada pencapaian prestasi. Selain itu, prestasi juga didukung dengan faktor kompetisi dan lingkungan, dengan adanya kompetisi dapat melatih atlet untuk siap dalam melakukan pertandingan, membentuk strategi dan dapat membentuk kepercayaan dalam diri atlet itu sendiri (Kurniawan et al., 2020).

Selain Faktor Pendukung juga ada Faktor Penghambat dalam mencapai suatu prestasi yang maksimal, ada dua faktor yang berpengaruh dalam menghambat suatu pencapaian prestasi yaitu Faktor internal merupakan faktor yang ada pada diri seorang atlet yang mendorong kestabilan dan kekuatan yang muncul dari dalam tubuh seorang atlet, seperti faktor jasmani, psikologis, dan kelelahan. Dan Faktor eksternal merupakan faktor yang ada di luar diri seseorang atlet yang menjadi penguat untuk proses latihan selanjutnya, seperti keluarga, sekolah, dan masyarakat. Kedua faktor tersebut sangat berkaitan erat karena sama-sama berpengaruh dalam keberlangsungannya suatu pencapaian prestasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah disampaikan dapat ditarik kesimpulan bahwa rata-rata Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo Pontianak memasuki kategori mendukung, dengan diketahuinya Faktor Pendukung Prestasi Bola Voli Klub Borneo dapat menjadi sebuah pelajaran bagi pengurus maupun pelatih untuk tetap meningkatkan kualitas latihan dan pembinaan. Sedangkan pada rata-rata Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo berdasarkan hasil penelitian dapat ditarik kesimpulan memasuki kategori Menghambat, dan dengan diketahuinya Faktor Penghambat Prestasi Bola Voli Klub Borneo diharapkan untuk para pelatih maupun pembina di klub tersebut dapat menjadi perhatian penuh untuk mencari solusi agar faktor-faktor tersebut tidak menjadi penghambat dalam meningkatkan prestasi Klub Bola Voli Borneo Pontianak. Pengurus dan pembina pada klub borneo pontianak dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan untuk meningkatkan dan memperbaiki pembinaan, dan untuk mengoptimalkan pencapaian prestasi dengan memaksimalkan penggunaan sarana dan prasarana yang ada di klub.

DAFTAR PUSTAKA

- Ansori. (2015). Profil klub bolavoli putra semarang bank jateng. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Apriyanti, E. P., & Wahyudi, A. (2021). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli di Klub DPU Pati Tahun 2020. *Indonesia Journal for Physical Education and Sport*, 2(4), 119–124.
- Bagus Kuncoro, Kodrad Budiyono, R. A. T. 2021. (2021). *Tes power otot lengan, ketepatan servis dan penerapan latihan servis top spin bolavoli*. 2(1), 346–350. <https://doi.org/10.31949/jb.v2i1.580>
- Candrawati, Y., Sugiyanto, S., & Ilahi, B. R. (2018). Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Pada Smk Negeri Di Kota Bengkulu. *Kinestetik*, 2(1), 44–48. <https://doi.org/10.33369/jk.v2i1.9186>
- Esser, B. R. N. (2019). Pencapaian Prestasi Olahraga Bola Voli Melalui Pembinaan. *JUPE : Jurnal Pendidikan Mandala*, 4(4), 169–174. <https://doi.org/10.36312/jupe.v4i4.926>
- Firmanto, P. (2020). Indonesian Journal for. *Journal.Unnes*, 1(1), 188–196.
- Irmansyah, J. (2017). Evaluasi program pembinaan prestasi cabang olahraga bola voli pantai.

- Jurnal Keolahragaan*, 5(1), 24. <https://doi.org/10.21831/jk.v5i1.12759>
- Kendal, P. P. (2015). *Pembinaan prestasi olahraga voli pasir pada pengkab pbvsi kendal*.
- Kurniawan, M. A., Hadi, H., & Nurdin, I. (2020). Implementasi Pembinaan Prestasi Taekwondo Kota Pekalongan. *Journal of Sport Coaching and Physical Education*, 5(2), 96–102. <https://doi.org/10.15294/jsce.v5i2.36987>
- Maizan, Inggar, U. (2020). Profil Kondisi Fisik Atlet Bolavoli Padang Adios Club. *Jurnal Performa Olahraga*, 5(1), 12–17. <https://doi.org/10.24036/jpo134019>
- Mira Fauzita, I. (2017). Ikip Pgri Pontianak. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 6(2), 119–128.
- Muhamad Sazeli Rifki1, Arif Rahmat2, W. W. (2017). Somatotype Pemain Bolavoli Indoor Putra Pekan Olaraga. *Journal of Chemical Information and Modeling*, 110(9), 1689–1699.
- Rachmi Marsheilla Aguss, Eko Bagus Fahrizqi, P. A. W. (2021). Efektivitas vertical jump terhadap kemampuan smash bola voli putri. *Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia*, 17(1), 1–9. <https://journal.uny.ac.id/index.php/jpji/article/view/38631>
- Rifa, M., & Sari, Y. P. (2021). *Pembelajaran Servis Atas Pada Permainan Bola Voli*. 1(3), 1–11.
- Rochmad, N., Hartono, J., & Setiawan, T. T. (2015). Sumbangan Power Tungkai, Kekuatan Otot Punggung, Dan Power Lengan Terhadap Kemampuan Smash Normal Bolavoli. *Unnes Journal of Sport Sciences*, 4(1), 26–32.
- Samsudin, S., Rejeki, S., & Purnama, B. (2019). Pengaruh Motivasi Siswa Dalam Mengikuti Ekstrakurikuler Bola Voli Di Smp Negeri 13 Kota Bekasi. *Jurnal Segar*, 8(1), 15–26. <https://doi.org/10.21009/segar/0801.03>
- Sujarwo. (2017). *Perkembangan Bola Voli Modern*.
- Utami, I. (2019). *Survei Kondisi Fisik Siswa Yang Mengikuti Ekstrakurikuler Bolavoli Sman 1 Bantaeng*. 11.
- Utomo, B. (2021). Evaluasi Pembinaan Prestasi Di Klub Bolavoli Indomaret Sidoarjo. *Jurnal Ilmiah Mandala Education*, 7(1), 172–181. <https://doi.org/10.36312/jime.v7i1.1725>
- Yulianto, R. (2021). Implementasi Latihan Berbeban Metode Circuit Terhadap Kemampuan Smash Normal Bola Voli Pada Ukm Bola Voli Utp Surakarta. *Abdimas Fkip UTP Surakarta*, 2, 38–42. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jhsj/article/view/11531>
- Zellatifanny, C. M., & Mudjiyanto, B. (2018). Tipe Penelitian Deskripsi Dalam Ilmu Komunikasi. *Diakom: Jurnal Media Dan Komunikasi*, 1(2), 83–90. <https://doi.org/10.17933/diakom.v1i2.20>