

Kontribusi Karakteristik Komponen Kebugaran Jasmani dan Antropometri terhadap Kemampuan Smash pada Pemain Muda Bolavoli

Oleh: Soni Nopembri, Suhadi, Guntur, Erwin Setyo Kriswanto

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kontribusi karakteristik komponen kebugaran jasmani dan antropometri terhadap kemampuan smash pemain muda bola voli. Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasional. Subjek dalam penelitian ini adalah atlet remaja putri dan putra di Klub Bola voli Baja 78 Bantul yang dipersiapkan untuk kejurnas bolavoli remaja tahun 2021 yang berjumlah 80 atlet. Berbagai instrument penelitian yang sudah baku digunakan untuk mengukur komponen kebugaran jasmani, antropometri, dan kemampuan smash. Analisis data menggunakan Regresi Linier dan korelasi sederhana. Hasil penelitian menunjukkan bahwa secara keseluruhan komponen kebugaran jasmani karakteristik antropometri tidak memiliki kontribusi terhadap kemampuan smash. Kekuatan otot punggung, daya tahan otot perut, power otot tungkai, kelincahan, kekuatan otot tungkai dalam, dan koordinasi adalah komponen-komponen yang dapat memprediksi kemampuan smash. Investigasi lebih lanjut terhadap semua komponen kebugaran jasmani dan antropometri perlu dilakukan untuk benar-benar melihat adanya kontribusi terhadap kemampuan smash.

Kata kunci: kebugaran jasmani, antropometri, atlet muda, bola voli