



## **Korelasi Motor Ability dengan Keterampilan Bermain Bola Voli pada Ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang**

Ayu Soraya<sup>1</sup>, Ardiah Juita<sup>2</sup>, Agus Sulastio<sup>3</sup>.

Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga FKIP, Universitas Riau<sup>123</sup>

[ayu.soraya1308@student.unri.ac.id](mailto:ayu.soraya1308@student.unri.ac.id)<sup>1</sup>, [ardiah.juita@lecturer.unri.ac.id](mailto:ardiah.juita@lecturer.unri.ac.id)<sup>2</sup>

[agus.sulastio@lecturer.unri.ac.id](mailto:agus.sulastio@lecturer.unri.ac.id)<sup>3</sup>

### **Abstrak**

Tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui korelasi *motor ability* dengan keterampilan bermain bola pada ekstrakurikuler SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang. Metode yang digunakan adalah metode korelasi product moment. Hasil uji normalitas Liliefors yang dilakukan pada data jumlah hasil tes *motor ability* (X) dan keterampilan bermain bolavoli (Y), diperoleh nilai statistik D untuk variabel X sebesar 0,192 dengan nilai p sebesar 0,279. Karena nilai p lebih besar dari  $\alpha = 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data X berdistribusi normal. Untuk variabel Y yaitu hasil tes keterampilan bolavoli, diperoleh nilai D sebesar 0,139 dan p sebesar 0,671. Nilai p yang jauh lebih besar dari 0,05 juga menunjukkan bahwa data Y berdistribusi normal. Hasil uji homogenitas menggunakan uji Levene menunjukkan nilai statistik sebesar 4,04 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,0502. Karena nilai p sedikit lebih besar dari batas signifikansi  $\alpha = 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data *motor ability* (X) dan keterampilan bermain bolavoli (Y) memiliki varians yang homogen atau sama. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara *motor ability* dengan keterampilan bermain bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang berdasarkan analisis statistik yang menunjukkan nilai  $R_{Hitung} (0,431) > \text{nilai } R_{Tabel} (0,396)$ .

**Kata Kunci:** Motor Ability, Keterampilan Bermain Bola Voli

### *Abstract*

*The objective of this study is to determine the correlation between motor ability and volleyball playing skills among extracurricular students at SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang. The method used is the product-moment correlation method. Based on the Liliefors normality test conducted on the motor ability test results (X) and volleyball playing skills (Y), the D statistic value for variable X was 0.192 with a p-value of 0.279. Since the p-value is greater than  $\alpha = 0.05$ , it can be concluded that the X data is normally distributed. For variable Y, which is the volleyball skill test result, the D value was 0.139 with a p-value of 0.671. The p-value, being significantly higher than 0.05, also indicates that the Y data is normally distributed. The homogeneity test using Levene's test showed a statistic value of 4.04 with a significance value (p) of 0.0502. Since the p-value is slightly greater than the significance level  $\alpha = 0.05$ , it can be concluded that the motor ability (X) and volleyball playing skill (Y) data have homogeneous or equal variances. The results of the study indicate that there is a significant relationship between motor ability and volleyball playing skills among the extracurricular students at SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang, as evidenced by the statistical analysis showing that the calculated correlation coefficient ( $R_{count} = 0.431$ ) is greater than the critical value ( $R_{table} = 0.396$ ).*

**Keywords:** Motor Ability, Volleyball Playing Skills

## PENDAHULUAN

Olahraga memiliki manfaat yang sangat banyak, seperti manfaat dalam aspek fisik, manfaat dalam aspek sosial, manfaat dalam aspek ekonomi, maupun aspek dalam ketenangan rohani. Dalam aspek fisik seorang pelaku olahraga secara langsung akan berdampak pada derajat sehat statis dan dinamisnya. Dengan melaksanakan olahraga juga seseorang akan memiliki jiwa social seperti kerjasama, sportif, saling menghargai, dll. Olahraga yang banyak dimainkan oleh sebagian masyarakat Indonesia adalah olahraga bola voli. Olahraga ini merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah dilakukan oleh setiap orang. Sebab, dalam permainan bolavoli dibutuhkan koordinasi gerak yang benar-benar bisa diandalkan untuk melakukan semua gerakan yang ada dalam permainan bolavoli. Walaupun begitu, permainan bola voli sangat cepat berkembang dan merupakan salah satu olahraga yang sangat populer di Indonesia sambung Nuril Ahmadi dalam (Raihanati and Wahyudi, 2021).

Olahraga bola voli ini perkembangannya sangat baik, yang merupakan cabang olahraga yang banyak diminati masyarakat Indonesia karena bola voli merupakan olahraga merakyat dan tidak memerlukan biaya yang mahal untuk dapat menikmatinya. Selain itu bola voli juga merupakan olahraga prestasi yang didalamnya terkandung unsurunsur seperti sportifitas, kebersamaan, kerjasama. Olahraga bolavoli merupakan salah satu cabang olah raga yang sudah berkembang di masyarakat luas, baik di club-club, kantor-kantor, desa-desa, maupun sekolah-sekolah. Hal ini disebabkan karena olahraga bolavoli memerlukan peralatan yang sederhana serta mendatangkan kesenangan bagi yang bermain. Seperti dikatakan oleh (Maifa, 2021) bahwa: "Olahraga bolavoli dapat dilaksanakan oleh semua lapisan masyarakat, dari anak-anak sampai orang tua, laki-laki maupun perempuan, baik masyarakat kota maupun desa. Olahraga ini sudah berkembang menjadi olahraga yang digemari." Maka dari itu diharapkan nantinya akan muncul bibit-bibit olahragawan khususnya untuk olahraga bolavoli.

Abdurrahman et al., dalam (Ertanto, Supriyadi, and Syafutra 2021) permainan bola voli adalah permainan beregu yang dimainkan oleh enam orang pemain dengan cara memantulkan bola menyebrangi atas net, membutuhkan kerjasama yang baik dari masing-masing anggota tim. Sedangkan tersebut menurut Beutelstahl dalam (Deritani 2016) voli adalah suatu pukulan melambungkan bola sedemikian rupa, sehingga teman kita mendapat kesempatan untuk mensmash bola tersebut.

Permainan bola voli diciptakan oleh William G. Morgan pada tahun 1895. Ia adalah seorang pembina pendidikan jasmani pada Young Men Christian Association (YMCA) di kota Holyake, Massachusetts, Amerika Serikat menurut (Ertanto, Supriyadi, and Syafutra, 2021). Permainan ini dimainkan oleh dua regu yang masing-masing regu mempunyai pemain berjumlah enam orang yang dipisahkan oleh net dan dipimpin oleh satu orang wasit pertama yang berada diatas, satu orang wasit kedua dibawah dengan posisi berhadapan dengan wasit satu dan dibantu oleh empat hakim garis yang masing-masing berdiri diluar garis menurut Alpen dalam (Ertanto, Supriyadi, and Syafutra, 2021). Menurut Machfud Irsyada dalam (Deritani, 2016) Permainan bola voli adalah olahraga beregu. Setiap regu berada pada petak lapangan permainan masing-masing dengan dibatasi oleh net. Bola dimainkan dengan satu atau kedua tangan hilir mudik atau bolak-balik melalui atas net secara teratur sampai bola menyentuh lantai (mati) di petak lawan dan mempertahankan agar bola tidak mati di petak permainan sendiri.

Menurut Suharsono dalam (Mahayati, 2022) bola voli adalah suatu cabang olahraga yang berbentuk memvoli bola diudara hilir mudik diatas jaring atau net dengan maksud dapat menjatuhkan bola dodalam petak lapangan lawan untuk mencari kemenangan didalam bermain. Ma'mun dan Subroto dalam (Mahayati, 2022) mengatakan bahwa keterampilan teknik dalam permainan bolavoli dapat di jabarkan sebagai berikut : 1) Servis, fungsinya pada mulanya hanya merupakan pukulan pembukaan untuk memulai suatu permainan, tetapi sesuai dengan kemajuan permainan, teknik servis saat ini bukan hanya sebagai permulaan permainan, tetapi jika ditinjau dari sudut taktik sudah merupakan suatu serangan awal untuk mendapat nilai agar suatu regu berhasil meraih kemenangan; 2) Passing, fungsinya untuk menerima / memainkan bola yang datang dari daerah lawan atau teman dan menyajikan bola tersebut kepada teman seregu sesuai dengan keinginannya sehingga teman seregu tersebut dapat melakukan serangan dengan sempurna; 3) *Smash*, fungsinya untuk melakukan serangan kedaerah lawan sehingga bola yang akan di seberangkan ke daerah lawan tersebut dapat mematikan minimal menyulitkan lawan dalam memainkan bola dengan sempurna

Pembinaan dan pengembangan olahraga khususnya olahraga bolavoli sudah menjadi tanggung jawab bersama mulai dari pusat sampai daerah. Melalui induk organisasi yang ada di pusat dan daerah maka diharapkan adanya pembinaan yang baik. Di Indonesia olahraga bola voli dikelola oleh induk organisasi Pengurus Besar Persatuan

Bolavoli Seluruh Indonesia (PB.PBVSI). Kemudian pada masing-masing daerah dikenal dengan Pengurus Provinsi (PENGPROV) PBVSI. Masing-masing PENGPROV PBVSI terus berupaya meningkatkan prestasi bolavoli dengan mengadakan berbagai kompetisi secara bertahap dan berjenjang. Selain itu tuna peningkatan prestasi dalam olahraga bola voli, tentunya harus melalui latihan-latihan yang berkelanjutan serta diperlukan pemilihan serta pembinaan bibit-bibit muda. Salah satu wadah untuk mewujudkannya adalah dengan ekstrakurikuler disekolah, sebagaimana yang dilakukan SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang yang memasukkan olahraga bola voli sebagai ekstrakurikuler wajib. Dengan adanya pembinaan tersebut, diharapkan dapat mencetak bibit-bibit pemain yang bisa dan mampu untuk mendapatkan sebuah prestasi ditingkat kabupaten sehingga dapat mengharumkan nama kabupaten yang bersangkutan bahkan hingga provinsi dan nasional.

Dalam sebuah pembinaan cabang olahraga termasuk bola voli, tentunya sangat membutuhkan penguasaan teknik dasar sebaik mungkin, maka sangatlah perlu setiap pemain bolavoli harus mampu menguasai teknik dasar bolavoli dengan baik. Kurangnya penguasaan teknik dasar mengakibatkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar. Teknik dalam permainan bolavoli dapat diartikan, sebagai cara memainkan bola dengan efisien dan efektif sesuai dengan peraturan-peraturan permainan yang berlaku untuk mencapai hasil yang maksimal. Teknik permainan yang baik selalu berdasarkan pada teori dan hukum-hukum yang berlaku dalam ilmu dan pengetahuan yang menunjang pelaksanaan teknik tersebut. Adapun teknik-teknik dasar dalam permainan bolavoli menurut Yunus dalam (Maifa 2021) adalah sebagai berikut : (1) service, (2) passing, (3) umpan (set-up), (4) smash (spike), (5) bendungan (block).

Teknik servis adalah sentuhan pertama dengan bola yang dilakukan oleh pemain. Pada mulanya servis hanya dianggap sebagai pukulan permulaan yang bertujuan untuk memulai permainan, tetapi pada perkembangannya servis berkembang menjadi sebuah teknik untuk melakukan serangan pertama untuk mendapatkan poin (Tawakal, 2020). Mulyadi & Pratiwi (2018) menjelaskan passing merupakan suatu gerakan untuk mengoper atau mengumpan bola dengan menggunakan teknik tertentu kepada teman atau tim. Teknik passing dalam permainan bola voli terbagi menjadi dua yaitu passing bawah dan passing atas. Teknik smash secara umum merupakan sebuah teknik memukul bola dengan keras dan terarah yang bertujuan untuk mendapatkan poin (Yulifri & Sepriadi,

2018,). Pendapat Effendi, et al., (2020) bahwa teknik blocking (bendungan) adalah gerakan membendung serangan lawan pada lapisan pertama pertahanan tim bola voli. Di samping itu, latihan dan pembiasaan untuk selalu mengulangi teknik-teknik gerakan tersebut sehingga akan terbentuk otomatisasi gerak dan kemampuan untuk mengkoordinasikan beberapa komponen agar dapat melakukan teknik gerakan dengan baik dan benar.

Untuk belajar keterampilan dasar permainan bola voli, maka harus didukung faktor kemampuan gerak siswa (*student motor ability*), karena dengan kemampuan gerak yang baik akan memudahkan siswa tersebut dalam mempelajari teknik dasar bermain bola voli. Seperti yang dijelaskan oleh (Kumar M M 2016) bahwa “Keberhasilan dalam mempelajari komponen keterampilan tergantung oleh motor ability, yang saling berkaitan. Motor ability pada dasarnya merupakan faktor pembatas penampilan gerak seseorang, artinya baik atau buruknya keterampilan gerak yang ditampilkan tergantung dari motor ability yang dimiliki oleh orang tersebut. Penelitian (Wagner 2017) menunjukkan bahwa “Motor ability adalah sumber untuk membangun konsep diri dalam aktivitas fisik. Apabila motor ability berkembang dengan baik akan menghasilkan kinerja yang baik dalam olahraga dan latihan.” Menurut Kirkendall dalam (Nusufi 2016) menyatakan, “Komponen-komponen motor ability yaitu: kecepatan, kekuatan, daya tahan, power, koordinasi mata-tangan, koordinasi mata kaki, kelincahan dan kelentukan”. Kemampuan gerak atau motor ability telah diartikan sebagai kemampuan bawaan yang didapat dalam melakukan keterampilan motorik dari sifat umum dan mendasar (Suherly Dina Saputra and Syamsul taufik 2019) dan disambung oleh (Sidhu 2017) bahwa secara tradisional, motor ability dipandang sebagai kombinasi faktor yang mendasar bagi semua gerakan yang melibatkan elemen kebugaran fisik seperti kekuatan, kecepatan, kelincahan, fleksibilitas. Sedangkan dikuatkan menurut Peterson dan kawan-kawan, Rorick dan Dobins, Borgel, yang dikutip A. Hamidsyah Noer dalam (Nusufi 2016) dijelaskan: “Struktur motor ability terdiri empat atau lima komponen. Komponen tersebut terdiri dari faktor-faktor yang harus diteliti yaitu kontrol gerak keseimbangan, koordinasi gerak motorik besar maupun koordinasi mata-tangan, kekuatan gerak yaitu kecepatan, power dan kelincahan. Faktor-Faktor tersebut memiliki kecenderungan cukup besar dalam mempengaruhi motor performance (penampilan motorik)”.

Apabila melihat permasalahan yang dihadapi oleh peneliti, pada siswa-siswa yang

mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang, permasalahan yang paling utama adalah sulitnya siswa dalam menguasai keterampilan dasar yang ada dalam permainan bola voli, sehingga peneliti berasumsi bahwa hal itu ada kaitannya dengan motor ability siswa. Karena berdasarkan hasil penelitian (Sudhakara 2018) menemukan bahwa “*There was a significant relationship found between the selected motor ability components on volleying ability of volley ball men players.*” Artinya terdapat hubungan antara komponen motor ability dengan kemampuan dasar bermain bola voli. Oleh sebab itu berdasarkan penjelasan di atas, maka tujuan utama dalam penelitian ini adalah melihat tingkat hubungan/korelasi antara motor ability dengan keterampilan bermain bola voli pada ekstrakurikuler bola voli di SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang.

## **METODE**

Metode yang digunakan adalah metode korelasi product moment. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa yang tergabung dalam ekstrakurikuler bola voli di SMK Negeri Kesehatan dan Pariwisata Bangkinang sebanyak 25 orang. Teknik penarikan sampel yang digunakan adalah teknik total sampling, Menurut (Sugiyono 2019) “total sampling” adalah teknik penentuan sampel bila semua anggota populasi digunakan sebagai sampel”. Hal ini sering dilakukan bila jumlah populasi relatif kecil, kurang dari 30 orang, atau penelitian yang ingin membuat generalisasi dengan kesalahan yang sangat kecil. Berdasarkan hal tersebut maka jumlah sampel yang digunakan adalah 25 orang. Instrumen yang digunakan adalah Tes motor ability menggunakan Barrow Motor Ability Test yang terdiri dari tes standing broad jump, zig-zag run, wall pass, dan lari 50 meter (Yudanto & Alfian, 2020). Instrumen kedua untuk mengukur tingkat keterampilan seorang siswa dalam melakukan teknik dasar bola voli mengacu kepada (Nurhasan 2017) yaitu passing bawah, servis atas, dan smash bola voli. Teknik Analisa data penelitian ini juga menggunakan teknik analisa korelasi *product moment*.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan hasil uji normalitas Liliefors yang dilakukan pada data jumlah hasil tes *motor ability* (X) dan keterampilan bermain bolavoli (Y), diperoleh nilai statistik D untuk variabel X sebesar 0,192 dengan nilai p sebesar 0,279. Karena nilai p lebih besar dari  $\alpha = 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data X berdistribusi normal. Hal ini

menunjukkan bahwa penyebaran nilai motor ability peserta bersifat simetris dan mengikuti pola distribusi normal, sehingga dapat memenuhi salah satu asumsi penting dalam analisis statistik parametrik. Sementara itu, untuk variabel Y yaitu hasil tes keterampilan bolavoli, diperoleh nilai D sebesar 0,139 dan p sebesar 0,671. Nilai p yang jauh lebih besar dari 0,05 juga menunjukkan bahwa data Y berdistribusi normal. Dengan demikian, baik data motor ability maupun keterampilan bermain bolavoli memiliki distribusi normal, yang memperkuat validitas analisis korelasi yang digunakan dalam penelitian ini. Normalitas data ini penting sebagai dasar untuk melanjutkan ke tahap pengujian hubungan antar variabel menggunakan teknik statistik inferensial

Hasil uji homogenitas menggunakan uji Levene menunjukkan nilai statistik sebesar 4,04 dengan nilai signifikansi (p) sebesar 0,0502. Karena nilai p sedikit lebih besar dari batas signifikansi  $\alpha = 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa data *motor ability* (X) dan keterampilan bermain bolavoli (Y) memiliki varians yang homogen atau sama. Artinya, kedua kelompok data tersebut memenuhi asumsi homogenitas yang diperlukan dalam pengujian statistik parametrik. Homogenitas varians ini penting karena menunjukkan bahwa penyebaran data pada kedua variabel tidak berbeda secara signifikan. Dengan demikian, penggunaan analisis korelasi atau regresi pada data ini dapat dilakukan dengan lebih valid, karena telah memenuhi syarat dasar seperti normalitas dan homogenitas. Setelah dilakukan penjabaran terhadap data hasil tes, selanjutnya dilakukan analisa data dengan cara pengujian hipotesis, dimana data yang telah terkumpul dikelompokkan menjadi variabel X yaitu data hasil tes *motor ability* dan variabel Y yaitu hasil tes keterampilan bola voli. Adapun hipotesis yang akan diuji yaitu: Terdapat korelasi *motor ability* dengan keterampilan bermain bola voli pada ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan Dan Pariwisata Bangkinang

Dari hasil perhitungan diketahui bahwa besar nilai korelasi hubungan *motor ability* dengan keterampilan bola voli pada siswa ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan Dan Pariwisata Bangkinang secara bersamaan adalah 0,431. Setelah angka korelasi didapat, selanjutnya dilakukan pengujian hipotesis dengan kaidah pengujian sebagai berikut:

Jika  $r_{hitung} \geq r_{tabel}$  maka signifikan

Jika  $r_{hitung} \leq r_{tabel}$  maka tidak signifikan

Kemudian didapati  $r_{hitung} = 0,431$ . Pada taraf signifikan 5% didapati  $r_{tabel} = 0,396$ . dengan demikian  $r_{hitung} > r_{tabel}$  atau  $0,431 > 0,396$ . Hal ini menunjukkan adanya korelasi yang signifikan dari variabel X ke variabel Y atau ada hubungan yang signifikan antara *motor ability* dengan keterampilan bermain bola voli pada ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan Dan Pariwisata Bangkinang.

*Motor ability* merupakan kemampuan fisik dasar yang mencakup beberapa komponen penting seperti kekuatan otot, daya tahan, kecepatan, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan. Semua komponen tersebut sangat relevan dalam menunjang performa seorang pemain bola voli. Dalam permainan bola voli, seorang pemain dituntut untuk mampu bergerak cepat, melompat, merespons bola dengan tepat, dan mempertahankan stabilitas tubuh selama permainan. Keterampilan bermain bola voli yang dimaksud dalam penelitian ini meliputi kemampuan dalam melakukan servis, passing, smash, dan blocking. Semua keterampilan tersebut tidak dapat dikuasai secara maksimal tanpa didukung oleh kemampuan motorik yang baik. Misalnya, untuk melakukan smash yang efektif, dibutuhkan kekuatan otot lengan dan tungkai yang baik, serta koordinasi tubuh yang terlatih. Korelasi yang ditemukan dalam penelitian ini mengindikasikan bahwa siswa dengan motor ability yang tinggi cenderung memiliki keterampilan teknis bola voli yang lebih baik. Hal ini dapat dilihat dari performa mereka selama latihan atau pertandingan ekstrakurikuler, di mana siswa dengan kondisi fisik yang baik lebih cepat dalam memahami teknik dan menerapkannya secara efektif.

Berdasarkan data observasi dan tes keterampilan yang dilakukan, siswa dengan skor motorik yang tinggi menunjukkan tingkat keberhasilan servis dan passing yang lebih konsisten. Mereka juga menunjukkan refleks yang lebih cepat dan kemampuanantisipasi bola yang lebih baik dibandingkan dengan siswa yang memiliki skor motorik lebih rendah. Temuan ini sejalan dengan teori-teori dalam ilmu keolahragaan yang menyatakan bahwa kemampuan motorik merupakan fondasi dasar bagi penguasaan teknik cabang olahraga apa pun. Pelatihan motorik yang baik akan membentuk landasan fisik yang kuat, sehingga siswa lebih siap dalam menerima beban latihan teknis maupun taktis. Latihan motorik seperti *skipping*, *sprint*, koordinasi mata dan tangan, dan latihan kelincahan memberikan dampak langsung terhadap performa dalam permainan. Hal ini memperkuat argumen bahwa peningkatan keterampilan dalam bermain bola voli tidak hanya

tergantung pada latihan teknik semata, tetapi juga pada pengembangan kondisi fisik secara menyeluruh.

Dalam konteks ekstrakurikuler, siswa umumnya memiliki latar belakang fisik dan teknik yang beragam. Oleh karena itu, pendekatan latihan yang menyertakan pengembangan motor ability sangat penting untuk menyamakan dasar kemampuan mereka. Dengan begitu, seluruh anggota tim dapat mencapai standar keterampilan yang diharapkan secara lebih merata. Keterkaitan antara *motor ability* dan keterampilan bermain bola voli juga dapat dipahami dari sisi psikologis. Siswa yang memiliki kekuatan fisik dan koordinasi yang baik cenderung lebih percaya diri saat bermain. Kepercayaan diri ini berkontribusi positif terhadap ketenangan saat mengambil keputusan di lapangan.

Selain itu, siswa yang memiliki motor ability yang baik mampu beradaptasi lebih cepat terhadap variasi latihan maupun kondisi permainan yang berubah-ubah. Mereka lebih tahan terhadap kelelahan, sehingga tetap dapat tampil optimal meskipun dalam durasi permainan yang panjang atau intensitas yang tinggi. Pengaruh *motor ability* terhadap keterampilan juga terlihat dalam aspek reaksi cepat saat menerima bola dan kemampuan bergerak ke posisi yang tepat. Gerakan cepat dan responsif ini sangat penting dalam permainan bola voli yang bersifat dinamis dan mengandalkan kerja tim secara cepat. Dalam proses pembinaan olahraga di tingkat sekolah, terutama ekstrakurikuler, perhatian terhadap pembinaan fisik sering kali kurang mendapatkan prioritas. Padahal, hasil penelitian ini menegaskan bahwa motor ability tidak dapat diabaikan karena berperan penting dalam mendukung pencapaian keterampilan teknis. Pembina ekstrakurikuler seharusnya mulai mempertimbangkan integrasi latihan motorik ke dalam program harian. Misalnya, dengan menyisipkan latihan koordinasi, kelincahan, dan kekuatan dasar di setiap sesi latihan, sehingga terjadi peningkatan motorik secara bertahap.

Peningkatan keterampilan bermain bola voli pada siswa tidak akan terjadi secara maksimal jika tidak dibarengi dengan pengembangan aspek fisik. Banyak siswa yang mengalami stagnasi dalam penguasaan teknik justru disebabkan oleh keterbatasan motorik yang belum dikembangkan secara optimal. Lebih jauh lagi, temuan ini memberikan implikasi bahwa program pelatihan olahraga di sekolah harus dirancang secara komprehensif. Artinya, bukan hanya berfokus pada teknik dan strategi permainan, tetapi juga pada aspek motorik, psikologis, dan mental. Dengan adanya hasil korelasi

yang signifikan ini, maka upaya peningkatan prestasi bola voli di tingkat sekolah harus dimulai dari pembinaan fisik yang terarah. Ini merupakan langkah strategis untuk mencetak atlet muda yang kompeten secara menyeluruh. Keterampilan dalam bola voli bukanlah hasil dari latihan teknik semata, melainkan kombinasi dari berbagai kemampuan fisik dan psikomotorik. Oleh karena itu, strategi latihan harus mencerminkan kebutuhan ini dengan memperhatikan aspek motor ability sebagai prioritas.

Secara keseluruhan, penelitian ini membuktikan bahwa *motor ability* berperan penting dalam meningkatkan keterampilan bermain bola voli. Jika kemampuan ini terus ditingkatkan melalui latihan yang sistematis, maka siswa akan memiliki fondasi fisik dan teknis yang kuat untuk berkembang lebih jauh dalam olahraga bola voli.

## **SIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa terdapat korelasi *motor ability* dengan keterampilan bermain bola voli pada ekstrakurikuler di SMK Negeri Kesehatan Dan Pariwisata Bangkinang dengan nilai  $R_{Hitung} (0,431) > \text{nilai } R_{Tabel} (0,396)$ . Berdasarkan hasil penelitian tersebut berarti semakin baik kemampuan motorik siswa, maka semakin tinggi pula tingkat keterampilan mereka dalam bermain bola voli. Hasil ini menunjukkan bahwa aspek-aspek kemampuan motorik seperti kekuatan, koordinasi, keseimbangan, dan kelincahan memiliki kontribusi penting dalam menunjang performa bermain bola voli, yang merupakan olahraga dengan tuntutan gerak dinamis dan respons cepat.

Berdasarkan hasil penelitian, penulis menyarankan kepada “

### **1. Kepada siswa ekstrakurikuler:**

Diharapkan agar siswa terus meningkatkan kemampuan motorik melalui latihan yang teratur dan terarah, karena hal tersebut berkontribusi positif terhadap peningkatan keterampilan bermain bola voli.

### **2. Bagi pelatih:**

Pelatih hendaknya memberikan porsi latihan yang seimbang antara teknik dasar bola voli dan latihan untuk meningkatkan kemampuan motorik, seperti kekuatan, kelincahan, dan koordinasi.

### **3. Kepada peneliti selanjutnya:**

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan awal dalam mengembangkan penelitian sejenis dengan menambahkan variabel lain yang juga dapat

memengaruhi keterampilan bermain bola voli, seperti motivasi, pengalaman bermain, atau strategi latihan yang digunakan.

## DAFTARPUSTAKA

- Akbar, Ilham, Boy Indrayana, and Mhd. Usni Zamzami Hasibuan. 2022. "Pengaruh Latihan Resistance Band Terhadap Kemampuan Pukulan Atlet Karate Junior Kabupaten Sarolangun." *URNAL CERDAS SIFA PENDIDIKAN* 11 (2).
- Argudo-Iturriaga, F. 2020. "Self-Efficacy Perception in Elite Water Polo Goalkeepers." *Journal of Human Sport and Exercise* 2 (16).
- Arikunto. 2020. *Prosedur Penelitian*. Renika Cipta.
- Astuti, Sinta Indi, Septo Pawelas Arso, and Putri Asmita Wigati. 2020. *Pembelajaran Bola Voli. Analisis Standar Pelayanan Minimal Pada Instalasi Rawat Jalan Di RSUD Kota Semarang*. Vol. 3.
- Berlianti, D. G. A., & Pradita, I. (2021). Translanguaging in an EFL classroom discourse: To what extent it is helpful for the students? *Communications in Humanities and Social Sciences*, 1(1), 42–46.
- Deritani, Nora Lita. 2016. "Pengaruh latihan overhead throw terhadap hasil service atas permainan bola voli pada siswa ekstrakurikuler." *E- Jurnal Universitas Subang* 15 (1): 165–75.
- Effendi, R., Susianti, E., & Aminudin, R. (2020). Minat siswa terhadap pembelajaran bola voli kelas 8 Pada SMPN 7 Karawang Barat. *Jurnal Literasi Olahraga*, 1(1).
- Ertanto, Riko, Muhammad Supriyadi, and Wawan Syafutra. 2021. "Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dan Koordinasi Mata-Tangan Dengan Kemampuan Servis Bawah Bola Voli Siswa." *Gelombang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga (JPJO)* 5 (1): 9–21. <https://doi.org/10.31539/jpjo.v5i1.2850>.
- Jati Rahayu, Risma. 2019. "Upaya meningkatkan hasil belajar keterampilan manipulatif lengan pada pembelajaran model pendidikan gerak berformat permainan." *Universitas Pendidikan Indonesia*, 2019.
- Kumar M M, Vishan Singh Rathore. 2016. "Speed and Agility as Predictors of Long Jump Performance of Male Athletes." *Turkish Journal of Sport and Exercise*.
- Mahayati, Riska. 2022. "Profil teknik dasar tim bola voli putri kabupaten kuantan singingi di masa pandemi covid-19." *Jurnal Online Mahasiswa*.
- Mahendra, Agus. 2017. *Model Pendidikan Gerak (Movement Education) Dalam Pendidikan Jasmani*. Bandung.
- Maifa, Sitti. 2021. "Analisis komponen fisik terhadap kemampuan smash bola voli." *Journal Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi (PORKES)* 4 (1): 62–68.

- Mulyadi, D. Y. N., & Pratiwi, E. (2020). Pembelajaran bola voli. Banjarmasin: Bening Media Publishing.
- Nurhasan. 2017. *Panduan Melaksanakan Tes, Pengukuran Dan Evaluasi Dalam Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*. Cianjur: PENDOR Universitas Suryakencana.
- Nusufi, Maimun. 2016. "Hubungan Kemampuan Montor Ability Dengan Keterampilan Bermain Sepak Bola Pada Klub Himadirga Unsyiah." *Jurnal Pedagogik Keolahragaan* 02 (01): 4–10.
- Raihanati, Egy, and Agung Wahyudi. 2021. "Tingkat Keterampilan Teknik Dasar Bermain Bola Voli Pra Junior Putri Di Kabupaten Kudus." *Indonesian Journal for Physical Education and ...* 2 (1): 222–29. <https://www.google.com/search?q=hipertensi+pada+usia+tua+pdf+2018&oq=hiper&aqs=chrome.3.69i57j0l2j35i39j0l2.10533j0j7&sourceid=chrome&ie=UTF-8>.
- Sidhu. 2017. "Anthropometric Parameters and Motor Abilities among School Children's." *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*.
- Sudhakara. 2018. "Examination of Motor Fitness in Skill Performance in Volleyball Men Players." *International Journal of Physiology, Nutrition and Physical Education*.
- Sugiyono. 2019. Metode penelitian kuantitatif. Edited by Setiyawami. Kedua. Bandung: ALFABETA.
- Suherly Dina Saputra, Ahmad, and Muhamad Syamsul taufik. 2019. "Korelasi Antara Motor Ability Dengan Keterampilan Dasar Bermain Bola Voli Pada Siswa Berusia 18-19." *Maenpo* 9 (1): 30. <https://doi.org/10.35194/jm.v9i1.906>.
- Taryudi, Toni. 2013. "Turkish Journal of Sport and Exercise." *Universitas Pendidikan Indonesia*, 2013.
- Tawakal, I. (2020). Buku jago bola voli. Tangerang: Ilmu Cemerlang Group.
- Wagner, Jekauc D dkk. 2017. "Does Physical Self-Concept Mediate the Relationship between Motor Abilities and Physical Activity in Adolescents and Young Adult."
- Wibowo, Aria, and Zikrul Rahmat. 2020. "Hubungan motor ability dan motivasi dengan keterampilan bermain bola voli." *Jurnal Ilmiah Mahasiswa* 1 (1).
- Yulifri, F. U., & Sepriadi, F. U. (2018). Hubungan daya ledak otot tungkai dan otot lengan dengan ketepatan smash atlet bolavoli gempar Kabupaten Pasaman Barat. *Jurnal Menssana*, 3(1), 19-32.