

ABSTRAK

ALDI MAUDIAN SANI. 2024. **Profil Latihan Fisik Pemain Bolavoli Kota Tasikmalaya Ramli Gebot**. Jurusan Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya.

Tarkam merupakan sebuah ajang dimana seorang atlet dapat berkompetisi layaknya pertandingan normal. Berbicara mengenai tarkam Bolavoli, tidak jarang pada suatu pertandingan kita dapat melihat pemain-pemain yang sangat menonjol dan memiliki ciri khas bermain ketika dalam pertandingan. Namun dari beberapa pemain tersebut yang memiliki keunikan ketika bermain adalah Ramli Gebot. Pemain asal Tasik Jawa Barat ini memiliki ciri khas unik ketika melakukan *spike*. Ramli tidak melakukan awalan jauh sebagaimana umumnya *Spiker*. Namun, Ramli yang hanya berdiri di bawah net, sanggup melakukan lompatan yang sangat tinggi tanpa awalan yang jauh. Dari fenomena tersebut peneliti memiliki rasa keterkaitan untuk meneliti hal unik tersebut, yaitu tentang profil pemain Bolavoli Kota Tasikmalaya yang di fokuskan pada bentuk latihan fisik yang dilakukan oleh Ramli Gebot. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bentuk latihan fisik yang di lakukan oleh ramli gebot. Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif yang bertujuan untuk mengungkap fenomena yang terjadi pada pemain Bolavoli asal Kawalu Tasikmalaya yaitu Ramli Gebot. Subjek dalam penelitian ini adalah seorang pemain Bolavoli asal Kawalu Kota Tasikmalaya yaitu Ramli Gebot. Dan objek pada penelitian ini yaitu peneliti mengamati secara mendalam apa saja bentuk latihan yang dilakukan Ramli Gebot. Teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara dan dokumentasi. Kesimpulannya program latihan fisik sangat berpengaruh pada dunia olahraga prestasi, karena untuk mencapai suatu tujuan maka harus membuat suatu program agar dari *step by step*.

Kata Kunci : Tarkam, Latihan fisik, *Spike*, Voli.