

Pembinaan Prestasi Bola Voli Di Estrakurikuler MA Sunan Prawoto Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati Tahun 2020/2021

Moh Sirojuddin Yunua Roaydi
email: sirojuddinyunus@gmail.com
Universitas PGRI Semarang

Abstract

The background of this research is that sports coaching is a very important factor in the development of the world of sports today, both in community, school, and regional, national, and even international levels. Based on the observations made by the author in the volleyball team of MA Sunan Prawoto, obtained information that a good coaching situation is evident from the achievements that have been achieved, both for the men's team and the women's team. Therefore, volleyball extracurricular at MA Sunan Prawoto is interesting to study and research. This study uses a qualitative method with the research location in the Protoz volleyball court. Sources of data in this study came from volleyball extracurricular MA Sunan Prawoto, both in the form of documents, observations and interviews. Data collection techniques used are observation, interviews and documentation. The study, which was conducted on 20 and 21 January 2021, used 32 samples of athletes, 1 sample of coaches and 1 sample of administrators (Chairman of volleyball extracurricular MA Sunan Prawoto).

Keywords: coaching, achievement, volleyball

Abstrak

Penelitian ini di latarbelakangi pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat berperan dalam perkembangan dunia olahraga sekarang ini, baik pembinaan di lingkungan masyarakat, sekolah, maupun tingkat daerah, nasional, bahkan internasional. Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan penulis di Tim bola voli MA Sunan Prawoto, memperoleh informasi bahwa keadaan pembinaan yang baik terbukti dari prestasi-prestasi yang telah diraih, baik itu tim putra maupun tim putri. Karena itu, ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto menarik untuk dikaji dan diteliti. Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan lokasi penelitian di lapangan bola voli Protoz. Sumber data dalam penelitian ini berasal dari ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto, baik berupa dokumen-dokumen, hasil observasi dan hasil wawancara. Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, wawancara dan dokumentasi. Penelitian yang dilaksanakan tanggal 20 dan 21 Januari 2021 menggunakan 32 sampel atlet, 1 sampel pelatih dan 1 sampel pengurus (Ketua ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto).

Kata kunci : pembinaan, prestasi, bola voli

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan jasmani, rohani dan sosial (Undang-undang Sistem Keolahragaan Nomor 3 Tahun 2005). Olahraga merupakan suatu rutinitas yang dapat dilakukan seseorang sebagai bagian dari upaya menjaga kesehatan baik rohani maupun jasmani. Pada perkembangannya, olahraga menjadi suatu pilihan alternatif yang efektif dan aman untuk memperoleh kebugaran. Olahraga juga menjadi salah satu bentuk kegiatan jasmani yang terdapat dalam permainan, perlombaan dan kegiatan intensif dalam rangka memperoleh relevansi kemenangan dan prestasi.

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi. Pembinaan olahraga lebih mempertimbangkan karakteristik contohnya, baik secara fisik, teknik, mental, sarana dan prasarana serta lingkungan yang dapat menunjang prestasi yang berkualitas. Pembinaan adalah hal yang terpenting dari sebuah olahraga, sehingga tujuan prestasi dalam olahraga dapat tercapai dengan baik (Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional Nomor 3 Tahun 2005).

Pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat berperan dalam perkembangan dunia olahraga sekarang ini, baik pembinaan di lingkungan masyarakat, sekolah, maupun tingkat daerah, nasional, bahkan internasional. GBHN Tahun 1993 secara tegas telah mengemukakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga merupakan bagian dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia, diarahkan pada peningkatan kesegaran jasmani, mental, dan rohani masyarakat, pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat meningkatkan kebanggaan nasional.

Proses pembinaan prestasi olahraga banyak faktor yang harus diperhatikan, antara lain tujuan pembinaan yang jelas, program latihan yang sistematis, materi dan metode yang tepat. Di samping itu perlu adanya pertimbangan mengenai karakteristik atlet yang di bina baik secara fisik, psikologi, kemampuan pelatih, sarana dan prasarana atau fasilitas serta kondisi lingkungan pembinaan.

Upaya peningkatan prestasi olahraga terus dilakukan pembinaan secara dini melalui pemanduan bakat, pembibitan, pelatihan olahraga prestasi yang didasari ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif dan efisien dalam meningkatkan kualitas prestasi olahraga. Dalam melakukan pembinaan tidak dengan waktu yang singkat melainkan dengan jangka waktu yang sangat panjang dengan melakukan secara sistematis, terarah, terencana dan konsisten yang dilakukan sejak dini atau usia sekolah yang didukung ilmu pengetahuan dan teknologi (Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005).

Bola voli adalah olahraga permainan yang dimainkan oleh dua grup berlawanan. Masing-masing grup memiliki enam orang pemain. Olahraga bola voli dinaungi FIVB (*Federation*

Internationale de Volleyball) sebagai induk organisasi internasional, sedangkan di Indonesia dinaungi oleh PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia).

Sejauh ini perkembangan bola voli mengalami kemajuan yang sangat pesat, terutama pada daerah Jawa Tengah. Hal ini dapat dilihat dari ramainya kejuaraan yang diadakan di tingkat provinsi, baik itu tingkat pelajar, mahasiswa bahkan klub. Hal ini membuktikan bahwa pembinaan bola voli di Jawa Tengah cukup bagus. Pembinaan yang dilakukan di Jawa Tengah sendiri dilakukan mulai dari berbagai tingkatan mulai dari tingkat pelajar, mahasiswa bahkan antar tim. Dalam mencari bibit-bibit atlet yang berbakat, biasanya diadakan kejuaraan antar pelajar, atau tim pada masing-masing daerah.

Salah satu dari tim bola voli sekolah yang ada di Pati tepatnya di kecamatan Sukolilo yang melakukan pembinaan olahraga bola voli mulai dari tingkat pelajar adalah tim bola voli MA Sunan Prawoto. Tim ini dilatih oleh satu orang pelatih dimana pelatih tersebut sudah berpengalaman yang begitu bagus dan menjadi *icon* di desa Prawoto sendiri. Adapun prestasi yang pernah diraih pada kejuaraan antar sekolah sementara ini cukup banyak, kejuaraan antar pelajar dari tingkat kabupaten sampai dengan tingkat provinsi. Sampai sekarang tim bola voli MA Sunan Prawoto masih aktif dalam melakukan pembinaan bola voli. Salah satu dari tim bola voli yang ada di Madrasah Aliyah yang melakukan pembinaan olahraga bola voli adalah tim bola voli PROTOZ. Tim bola voli PROTOZ terbentuk dari ekstrakurikuler yang ada di MA Sunan Prawoto Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati. Adapun pembinaan yang dilakukan setiap hari Minggu, Selasa, Jum'at untuk putra dan hari Sabtu, Senin, Rabu untuk putri pukul 15:30 di lapangan PROTOZ.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan penulis di Tim bola voli MA Sunan Prawoto, diperoleh informasi bahwa keadaan pembinaan yang baik terbukti dari prestasi-prestasi yang telah diraih, baik itu tim putra maupun tim putri. Berikut adalah daftar prestasi yang diraih oleh ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto dalam 3 tahun terakhir, sebagai berikut :

No	Nama Kejuaraan	Tahun	Juara
1	PORSEMA Pati (Putra)	2017	I
2	PORSEMA Pati (Putri)	2017	I
3	POPDA Pati (Putra)	2018	III
4	POPDA Pati (Putri)	2018	III
5	PORSEMA Pati (Putra)	2019	I
6	PORSEMA Pati (Puri)	2019	I
7	PORSEMA JATENG (Putri)	2019	IV
8	POPDA Pati (Putra)	2019	II
9	POPDA Pati (Putri)	2019	III

Tabel 1.1 Prestasi bola voli di MA Sunan Prawoto 3 Tahun terakhir

Sumber : Madrasah Aliyah Sunan Prawoto

Berdasarkan uraian data diatas dapat disimpulkan bahwa bola voli MA Sunan Prawoto merupakan salah satu pembinaan bola voli terbaik di Kabupaten Pati. Karena itu, ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto menarik untuk dikaji dan diteliti. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pembinaan Prestasi Bola Voli Di Ekstrakurikuler Ma Sunan Prawoto Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati Tahun 2020/2021”

Rumusan Masalah

Dari Latar belakang di atas, dapat dirumuskan masalah, yaitu :

1. Bagaimana pembinaan prestasi bola voli di ekstrakurikuler MA Sunan Prawoto Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati tahun 2020/2021?

Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini untuk mengetahui pembinaan prestasi bola voli di ekstrakurikuler MA Sunan Prawoto Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati tahun 2020/2021.

METODE PENELITIAN

Dalam Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif. Penelitian kualitatif adalah tampilan yang berupa kata-kata lisan atau tertulis yang di cermati oleh peneliti, dan benda-benda yang diamati sampai detailnya agar dapat ditangkap makna yang tersirat dalam dokumen atau bendanya. Sumber data tersebut seharusnya asli, namun apabila yang asli susah didapat, fotokopi atau tiruan tidak terlalu jadi masalah, selama dapat diperoleh bukti pengesahan yang kuat kedudukannya Moleong dalam Suharsini Arikunto (2010:22).

Tempat penelitian dilakukan di lapangan PROTOZ yang bertempat di Dukuh Perangan RT 09 RW 06, Desa Prawoto, Kecamatan Sukolilo, Kabupaten Pati. Waktu untuk melakukan penelitian ini adalah tanggal 20 dan 21 Januari 2021. Penelitian ini adalah penelitian tentang pembinaan prestasi ekstrakurikuler bola voli di MA Sunan Prawoto yang bertujuan untuk mengetahui proses pembinaan prestasi yang dilakukan oleh ekstrakurikuler bola voli di MA Sunan Prawoto.

Berdasarkan sumber data di bagi menjadi 2 yaitu :

1. Data Primer

Data dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek peneltian yang dilakukan dengan melakukan wawancara manajer/pembimbing ekstrakurikuler secara daring.

2. Data Sekunder

Dalam penelitian ini yang menjadi sumber data sekunder yang menunjang data primer yaitu artikel, jurnal serta situs di internet yang berkenan dengan penelitian yan dilakukan.

Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini berupa Observasi, Wawancara, dan Dokumentasi.

Untuk keabsahan data penelitian ini menggunakan triangulasi data yaitu teknik pengumpulan data yang bersifat menggabungkan dari berbagai teknik pengumpulan data dan sumber yang telah ada (Sugiyono, 2015:241).

Adapun teknik analisis data yang di gunakan dalam metode ini yaitu teknik model Millies dan Huberman dalam Moleong, yakni analisis data ini dilakukan dengan berdasarkan diri pada penelitian lapangan. Model analisis ini menggunakan empat komponen yang saling berinteraksi yaitu pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan/verifikasi (Moeleong, 2005:307-308).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diskripsi Umum Objek Penelitian

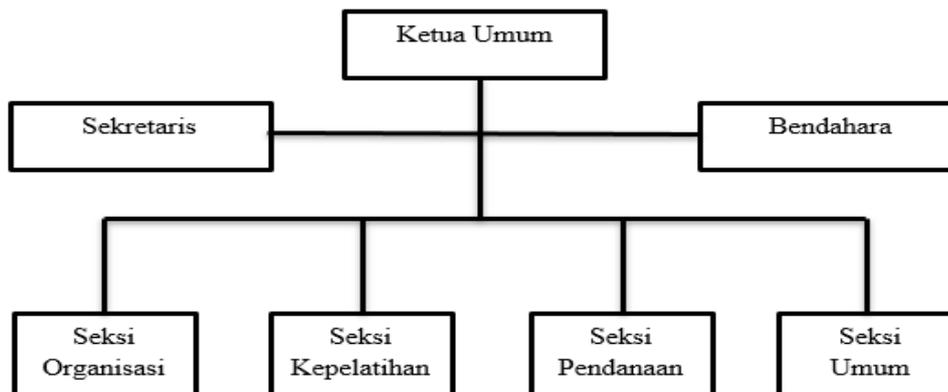
Madrasah Aliyah Sunan Prawoto merupakan salah satu sekolah swasta di bawah naungan Yayasan Sunan Prawoto. Madrasah ini didirikan pada tanggal 14 Juli 1986 dan mendapatkan izin operasional dari pemerintah (depag) pada tanggal 22 Januari 1990. Madrasah Aliyah Sunan Prawoto berada di Kecamatan Sukolilo Kabupaten Pati Jawa Tengah. Banyak kegiatan di MA Sunan Prawoto salah satunya adalah kegiatan ekstrakurikuler.

Ekstrakurikuler adalah suatu kegiatan non formal yang dilaksanakan para peserta didik diluar jam belajar. Kegiatan ekstrakurikuler ditujukan agar peserta didik dapat mengembangkan kepribadian, bakat dan kemampuannya diberbagai bidang diluar bidang akademik. Kegiatan ekstrakurikuler yang berada di MA Sunan Prawoto salah satunya yaitu kegiatan ekstrakurikuler bola voli.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat beberapa hasil penelitian dan analisa, antara lain :

1. Organisasi

Dalam kepengurusan ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto struktur organisasi terdiri dari ketua umum, sekretaris, bendahara, bidang organisasi, bidang kepelatihan, bidang pendanaan, bidang umum. Susunan pengurus ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto dapat dilihat di bawah ini.



Gambar 4 1 Bagan Organisasi

Sumber : Madrasah Aliyah Sunan Prawoto

Keterangan :

1. Ketua Umum : Afif Takhlisi, S.S
2. Sekretaris : Muhammad Arifin
3. Bendahara : Ahmad Kozin, S.Pd.I
4. Seksi Organisasi : Hadirin Anwari, S.Pd.I
5. Seksi Kepelatihan : Mustohir
6. Seksi Pendanaan : Muhammad Zufa, S.Pd.I
7. Seksi Umum : Supangat, S.Pd.I

2. Sistem Manajemen

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Sistem Manajemen yang digunakan ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto sebagai berikut:

a. Perekrutan Pelatih

Untuk perekrutan pelatih pengurus melihat karakter dari seorang pelatih yang mempunyai kesungguhan, kesenangan dan loyalitas yang tinggi dalam melatih bola voli. Di ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto awalnya pelatih itu dari guru olahraga MA Sunan Prawoto. Seiring berjalannya waktu serta kebutuhan tim, pengurus merekrut pelatih utama dari alumni sendiri yang telah memiliki kompetensi dan pengalaman melatih bola voli.

b. Perekrutan Atlet

Untuk perekrutan atlet pengurus serta pelatih melakukan setiap awal tahun pelajaran baru. Semua siswa yang berminat diberi kesempatan yang sama untuk bergabung dan berlatih di ekstrakurikuler bola voli. Hanya saja, untuk mengikuti lomba, pelatih akan selektif memilih atlet yang benar-benar berkualitas.

3. Pelaksanaan Program Pembinaan

a. Tahap Pembinaan

Tahap pembinaan yang dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto adalah dengan mengadakan latihan voli tiap minggu. Latihan ini diadakan minimal tiga kali dalam seminggu.

Tentunya tanpa adanya strategi yang tepat dalam mencapai target atau sasaran akan susah untuk mencapainya, hal ini diperlukan adanya strategi dalam mencapai target prestasi yaitu dengan:

- 1) Setiap awal tahun menyeleksi atlet yang terbaik.
- 2) Menentukan event lomba yang akan diikuti, baik lomba rutin tahunan (seperti POPDA) maupun beberapa tahun sekali (PORSEMA).
- 3) Seleksi ulang atlet untuk event lomba tertentu.
- 4) Persiapan latihan intensif untuk lomba.
- 5) Latih tanding untuk meningkatkan jam terbang.
- 6) Memberikan penghargaan kepada atlet yang berprestasi.
- 7) Memberikan bantuan peralatan olahraga kepada atlet yang kurang mampu.

b. Program Latihan

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti, maka program latihan kegiatan ekstrakurikuler di MA Sunan Prawoto sebagai berikut:

1) Seleksi atlet dan latihan dasar

Pada dua bulan pertama disetiap awal tahun pelajaran baru, tim mengadakan seleksi atlet dan memberikan materi dasar bola voli kepada atlet yang baru bergabung. Materi yang diberikan berupa teknik dasar bermain bola voli serta fisik ringan untuk memperkuat otot. Materi ini diberikan karena pada umumnya atlet baru belum mempunyai kemampuan dan teknik bola voli yang bagus.

2) Latihan rutin atau harian.

Setelah teknik dasar bermain bola voli telah bagus maka akan dibuatkan jadwal rutin dengan bergabung dengan para pemain senior. Pada tahapan ini, latihan fisik mulai ditingkatkan dan penguasaan teknik dasar mulai ditingkatkan, serta mulai pengenalan materi taktik dan strategi permainan.

3) Persiapan lomba atau event.

Jika akan ada event lomba tertentu, akan dibuatkan jadwal latihan khusus yang lebih intensif dari jadwal latihan biasa. Selain itu juga akan menambah jadwal latih tanding atau uji coba guna mempersiapkan mental bertanding para atlet.

Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih, bahwa dikatakan ada tiga aspek latihan yang diaplikasikan dikegiatan ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto yaitu:

1) Latihan fisik

Latihan yang dijalani dalam berupa latihan tanpa bola dan latihan angkat beban untuk menguatkan otot-otot.

2) Latihan dasar bola voli

Latihan yang dijalani di antaranya berupa latihan *service, spike, passing dan blocking*. Program latihan ini dilaksanakan berdasarkan program latihan harian, dan latihan jelang menghadapi event.

3) Latihan taktik dan strategi permainan

Dalam menjalani latihan strategi permainan diperlukan adanya latihan mental yaitu dengan cara menyuruh atlet untuk berteriak atau berkomunikasi di dalam lapangan dengan teman dalam pertandingan tandang maupun kandang.

4. Sarana dan Prasarana

Setelah peneliti melakukan penelitian sarana dan prasarana ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto sudah memenuhi syarat dan layak digunakan, mempunyai lapangan voli pribadi tepatnya di lapangan PROTOZ yang bertempat di Dukuh Perangan RT 09 RW 06, Desa Prawoto, Kecamatan Sukolilo, Kabupaten Pati. Tetapi perlu renovasi lapangan yang saat ini sudah mengalami retak di beberapa tempat. Dan mempunyai alat-alat untuk menunjang latihan seperti bola 14 biji, net, lompat gawang, skipping.

5. Prestasi

Menurut hasil penelitian yang sudah dilakukan di ekstrakurikuler bola voli M Sunan Prawoto telah mencapai prestasi yang baik ditingkat Kabupaten maupun Provinsi. Berikut adalah daftar prestasi yang diraih oleh ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto dalam 3 tahun terakhir, sebagai berikut:

No	Nama Kejuaraan	Tahun	Juara
1	PORSEMA Pati (Putra)	2017	I
2	PORSEMA Pati (Putri)	2017	I
3	POPDA Pati (Putra)	2018	III
4	POPDA Pati (Putri)	2018	III
5	PORSEMA Pati (Putra)	2019	I
6	PORSEMA Pati (Putri)	2019	I
7	PORSEMA JATENG (Putri)	2019	IV
8	POPDA Pati (Putra)	2019	II
9	POPDA Pati (Putri)	2019	III

Tabel 4.1 Prestasi bola voli di MA Sunan Prawoto 3 Tahun terakhir

Sumber: Madrasah Aliyah Sunan Prawoto

6. Pendanaan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto tentang pendanaan sebagai berikut :

a. Sumber Dana

Sumber dana yang di peroleh untuk memenuhi kebutuhan ekstrakurikuler bola voli berasal dari anggaran Madrasah.

b. Penggunaan Dana

Dana yang digunakan dalam ekstrakurikuler bola voli untuk :

- 1) Membayar honor pelatih.
- 2) Kebutuhan sarana latihan seperti bola, net serta seragam atlet.
- 3) Untuk persediaan air minum setiap kali latihan.
- 4) Untuk membiayai kegiatan latihan tanding di luar lomba resmi yang diikuti tim
- 5) Untuk membiayai tanding resmi seperti POPDA, PORSEMA dan event lainnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian data yang telah dilakukan dapat diperoleh kesimpulan bahwa:

1. Pembinaan prestasi olahraga bola voli di Ekstrakurikuler MA Sunan Prawoto sudah berjalan dengan baik, terprogram, terencana dan berkesinambungan. Hal ini dapat dilihat dari organisasi yang sudah berjalan dengan cukup baik dan dapat dukungan dari Kepala Madrasah untuk membantu dan menyupport, Program latihan sudah berjalan sesuai dengan program latihan yang ada yaitu terdapat seleksi atlet dan latihan dasar, latihan rutin, latihan mendekati event atau lomba, latihan fisik, latihan taktik dan strategi permainan, Sarana dan prasarana yang ada sudah memadai seperti mempunyai lapangan sendiri, 14 buah bola, net, dan perlengkapan bantuan untuk latihan fisik, Prestasi yang di capai cukup baik untuk tingkat Desa, Kecamatan, Kabupaten maupun Provinsi, Pendanaan yang ada telah digunakan dengan sebaik mungkin, diantaranya dengan pemeliharaan peralatan dan perlengkapan bola voli, dan segala kebutuhan yang dibutuhkan oleh tim.

Saran

Berdasarkan kesimpulan yang ada, maka peneliti memberikan saran beberapa hal sebagai berikut:

1. Kepada pengurus Ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto untuk lebih menata pengelolaan manajemen yang lebih baik lagi agar keberadaan tim bola voli MA Sunan Prawoto ini diperhatikan oleh pemerintah daerah dan menambah pelatih lagi yang berstandar sertifikat agar tidak kuwalahan serta ada yang membantu menjalankan program latihan tersebut.

2. Kepada pelatih dan Pembina, perlu mengambil suatu langkah pembinaan keseluruhan terhadap atletnya, agar para atlet tetap berlatih secara terus-menerus.
3. Ekstrakurikuler bola voli MA Sunan Prawoto harus mempertahankan dan meningkatkan jalannya kegiatan pola pembinaan prestasi yang telah berjalan dengan baik.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (2007). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta: Balai Pustaka.
- Moleong, L.J. (2005). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Sugiyono. (2010). *Metodologi Penelitian pendidikan Pendekatan Kuantitatif, kualitatif, dan R&D*. Bandung: dan Alfabeta, CV.
- Undang-undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun. (2005. 2006). *Sistem Keolahragaan Nasional*. Yogyakarta: Pustaka Yustisia.