



**SURVEI PEMBINAAN PRESTASI BOLA VOLI
SMA NEGERI 2 PURBALINGGA TAHUN 2019**

SKRIPSI

**Diajukan dalam rangka penyelesaian studi Strata 1
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi**

**Oleh
GADING YULIANTONO
6101415141**

**PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
2019**

ABSTRAK

Gading Yuliantono, 2019. Survei Pembinaan Prestasi Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga. Skripsi. Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Dosen Pembimbing : Dr. Agung Wahyudi, S.Pd., M.Pd.

Kata Kunci : **Pembinaan Prestasi, Kelas Olahraga, Bola Voli**

Latar belakang penelitian ini berdasarkan pada dihapuskannya kelas olahraga dari SMA Negeri 2 Purbalingga yang sudah berlangsung kurang lebih 2 tahun ini. Fokus masalah yang akan diteliti yaitu bagaimana pelaksanaan pembinaan prestasi bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga tahun 2019. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana pelaksanaan pembinaan prestasi bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga tahun 2019.

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif. Lokasi pengambilan data dilakukan di SMA Negeri 2 Purbalingga dengan alamat Jl. Pucung Rumbak No.47, Bancar, Purbalingga. Metode pengumpulan data menggunakan metode observasi, dokumentasi dan wawancara. Sumber data penelitian ini adalah 4 orang yang terdiri dari; 1 orang pelatih, 1 orang pembina, dan 2 orang sebagai atlet bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga. Pengolahan data dilakukan dengan analisis data melalui tahap pengumpulan data, reduksi data, penyajian data, dan penarikan simpulan/verifikasi.

Hasil penelitian pembinaan prestasi bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga adalah : Pada program pemassalan dilakukan dengan mempromosikan eskul olahraga bola voli dalam acara penerimaan siswa baru. Pada program pembibitan dilakukan dengan melatih atlet dari kemampuan dan keterampilan awal/dasar hingga akhir, mula dari kemampuan fisik, teknik, taktik dan mental. Pada program prestasi tahapan multilateral, spesialisasi, puncak prestasi tidak maksimal, hasilnya tidak ada turnamen yang berhasil menjadi juara dari tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga pada tahun 2019.

Simpulan dari hasil penelitian dan pembahasan adalah: Program pembinaan prestasi bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga berjalan dengan kurang baik. Pembinaan yang tidak menggunakan *talent scouting*, program latihan tidak tersusun dengan baik, sarana dan prasarana pendukung latihan yang belum ada, dan pendanaan yang terbatas sehingga menghambat pelaksanaan pembinaan prestasi bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga. Saran untuk SMA Negeri 2 Purbalingga adalah agar lebih memperhatikan pembinaan olahraga bola voli mulai dari pelaksanaan pembinaan, pengadaan sarana dan prasarana untuk pendukung latihan, hingga pendanaan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan pembinaan prestasi bola voli.

ABSTRACT

Gading Yuliantono, 2019. Survey of Achievement Coaching Volleyball SMAN 2 Purbalingga. Thesis. Department of Physical Education & Recreation Health Faculty of Sport Science, State University of Semarang. Supervisor: Dr. Agung Wahyudi, S.Pd., M.Pd.

Keywords: Development of Achievement, Class Sports, Volleyball

The background of this research is based on the elimination of sports class of SMAN 2 Purbalingga that has lasted more than two years. Focus issues to be studied are how the implementation of coaching volleyball achievement SMAN 2 Purbalingga 2019. The purpose of this study was to determine how the implementation of coaching volleyball achievement SMAN 2 Purbalingga 2019.

This study used descriptive qualitative approach. Location data collection is done in SMA 2 Purbalingga to address Jl. Rumbak Pucung 47, Bancar, Purbalingga. Methods of data collection using the method of observation, documentation and interview. The data source of this research is 4 people consisting of; 1 coach, 1 builder, and 2 as the athlete volleyball SMAN 2 Purbalingga. Pengolahan data is done with the data analysis through the stages of data collection, data reduction, data presentation, and drawing conclusions / verification.

The research result volleyball coaching achievement SMAN 2 Purbalingga: On pemassalan program carried out by promoting extracurricular sport of volleyball in the event of new admissions. In the breeding program conducted by trained athlete of ability and skill of the early / elementary to the end, beginning of physical ability, technique, tactics and mental. In achievement program a multilateral step, specialized, top performance is not maximum, and the result no that won the tournament of volleyball team SMAN 2 Purbalingga 2019.

The conclusions of the research and discussion are: Program achievement coaching volleyball at SMAN 2 Purbalingga runs poorly. Coaching is not using the talent scouting, exercise programs are not structured properly, exercise facilities and supporting infrastructure that does not exist, and limited funding thus impeding the implementation of the training achievements of volleyball at SMAN 2 Purbalingga. Suggestions for SMAN 2 Purbalingga is for more attention to sports coaching volleyball start of the implementation of the coaching, facilities and infrastructure to support the exercise, until the funding required in the implementation of coaching volleyball achievement.

PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, Saya :

Nama : Gading Yuliantono

NIM : 6101415141

Jurusan/Prodi : Pendidikan Jasmani Kesehatan & Rekreasi

Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Judul Skripsi : Survei Pembinaan Prestasi Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga
Tahun 2019

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak plagiat karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar, saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, Agustus 2019

Yang menyatakan,



Gading Yuliantono
NIM. 6101415141

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "Survei Pembinaan Prestasi Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga Tahun 2019" telah disetujui oleh pembimbing untuk diajukan kepada Panitia Ujian Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada :


Hari :

Tanggal :

Menyetujui,
Ketua Jurusan


Dr. Mugiyo Hartono, M.Pd
NIP. 196109031988031002

Pembimbing


Dr. Agung Wahyudi, S.Pd., M.Pd
NIP. 197709082005011001

PENGESAHAN

Skripsi atas nama Gading Yuliantono NIM 6101415141 Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi Judul Survei Pembinaan Prestasi Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga Tahun 2019 telah dipertahankan di hadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Jumat tanggal 13 September 2019

Panitia Ujian



Sekretaris
PANITIA UJIAN SKRIPSI
JURUSAN PJKR - FK
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG
Ipang Setiawan, S.Pd., M.Pd.
NIP. 197508252008121002

Dewan Penguji

Drs. Hermawan Pamot R., M.Pd. (Penguji I)
NIP. 196510201991031002

Aris Mulyono, S.Pd., M.Pd. (Penguji II)
NIP. 197609052008121001

Dr. Agung Wahyudi, S.Pd., M.Pd. (Penguji III)
NIP. 197709082005011001







MOTTO DAN PERSEMBAHAN

Motto:

1. “Keadilan dari suatu kebenaran hanya akan kamu dapat ketika mampu memahami permasalahan yang ada dari dua sudut pandang yang berbeda. Maka bijak lah dalam berpikir dan bertindak” (penulis)
2. “Kebahagiaan hanya datang dari orang yang mampu bersyukur dan tak mengukur. Karena bahagia itu arti dari kesederhanaan bukan kemewahan. Jadilah sesederhana mungkin hingga kamu dapat merasakan kebahagiaanmu yang sempurna” (penulis)

Persembahan:

Karya tulis ini saya persembahkan kepada :

1. Kedua orang tua saya, Bapak Karsidi dan Ibu Kustiyah, kakak saya Restu Kunjung Pratama dan saudara kembar saya Gagas Yuliantoni.
2. Teman-teman PPL Permata Bangsa dan KKN Lokasi 2B Desa Simego Tahun 2018.
3. Teman-teman Mahangga Unnes.
4. Semua teman-teman jurusan PJKR 2015 terutama PJKR rombel D.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis mengucapkan atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Survei Pembinaan Prestasi Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga Tahun 2019”. Skripsi ini disusun dalam rangka menyelesaikan studi strata 1 untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Jurusan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Keberhasilan penulisan skripsi ini atas bantuan dari berbagai pihak dan dengan segala kerendahan hati penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Rektor Universitas Negeri Semarang yang telah memberikan kesempatan penulis untuk memperoleh Pendidikan di Universitas Negeri Semarang.
2. Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah melancarkan dan mendukung dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Ketua jurusan PJKR yang telah memberikan izin dan dorongan dalam penulisan skripsi ini.
4. Andry Akhiruyanto, S.Pd., M.Pd Dosen Wali yang selalu memberikan pengarahan, menuntun dan memberikan motivasi selama masa kuliah.
5. Dr. Agung Wahyudi, S.Pd., M.Pd. Selaku Dosen Pembimbing yang telah sabar dalam membimbing, memberikan ilmu, dan meluangkan waktunya dalam proses penyusunan skripsi ini.
6. Dosen beserta Staff Tata Usaha Jurusan PJKR Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang yang telah membimbing dan memberikan bantuan selama perkuliahan.

7. Teman-teman Jurusan PJKR Universitas Negeri Semarang angkatan Tahun 2015.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan dan bantuannya dalam proses penyelesaian penyusunan skripsi ini.

Akhir kata penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat sebaik mungkin untuk pembaca.

Semarang, Agustus 2019

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

COVER	
i	
ABSTRAK	
ii	
ABSTRACT	
iii	
PERNYATAAN	
iv	
HALAMAN PERSETUJUAN.....	
v	
HALAMAN PENGESAHAN	
vi	
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	
vii	
KATA PENGANTAR	
viii	
DAFTAR ISI	
x	
DAFTAR TABEL	
xii	
DAFTAR GAMBAR	
xiii	
DAFTAR LAMPIRAN.....	
xiv	
BAB I PENDAHULUAN.....	
1	
1.1 Latar Belakang Masalah	
1	
1.2 Fokus Masalah	
6	
1.3 Pertanyaan Penelitian.....	
6	
1.4 Tujuan Penelitian.....	
6	
1.5 Manfaat Penelitian	
6	
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	
8	
2.1 Pembinaan Prestasi Olahraga	
.....	8
2.1.1 Hakekat Pembinaan Prestasi Olahraga	
.....	8
2.1.2 Pembinaan Olahraga Prestasi	
.....	10

2.1.2.1 Pembinaan Pemasalan	11
2.1.2.1 Pembinaan Pembibitan	12
2.1.2.1 Pembinaan Prestasi	14
2.1.3 Tahap-Tahap Pembinaan Olahraga.....	14
2.1.3.1 Tahap Latihan Persiapan Multilateral.....	16
2.1.3.1 Tahap Latihan Persiapan Pembentukan.....	17
2.1.3.1 Tahap Latihan Persiapan Pematapan.....	17
2.2 Permainan Bola Voli	17
2.2.1 Sejarah Permainan Bola Voli	17
2.2.2 Program Latihan	19
2.2.3 Organisasi	30
2.2.4 Pelatih	31
2.2.5.1 Unsur Pelatih.....	32
2.2.5.2 Kompetensi Pelatih.....	33
2.2.5 Pendanaan	34
2.2.6 Sarana Dan Prasarana	35
2.2.7 Prestasi	38
2.2.8 Tim Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga.....	39
2.3 Kerangka Konseptual	40
BAB III METODE PENELITIAN	42
3.1 Metode Penelitian	42
3.2 Pendekatan Penelitian.....	42
3.3 Lokasi dan Sasaran Penelitian	43
3.4 Instrumen dan Metode Pengumpulan Data.....	43
3.4.1 Instrumen Penelitian	43

3.4.2 Metode Pengumpulan Data	44
3.4.2.1 Observasi	44
3.4.2.2 Dokumentasi	44
3.4.2.3 Wawancara	45
3.5 Pemeriksaan Keabsahan Data	45
3.5.1 Kredibilitas/Derajat Kepercayaan	45
3.6 Analisis Data	46
3.6.1 Pengumpulan Data	47
3.6.2 Reduksi Data	48
3.6.3 Penyajian Data	48
3.6.4 Penarikan Simpulan Dan Verifikasi	48
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	50
4.1 Hasil Penelitian	50
4.1.1 Pembinaan Prestasi	50
4.1.2 Program Latihan	51
4.1.3 Organisasi	53
4.1.4 Pelatih	54
4.1.5 Pendanaan	55
4.1.6 Sarana Dan Prasarana	56
4.1.7 Prestasi	57
4.2 Pembahasan	60
4.2.1 Pembinaan Prestasi	60
4.2.2 Program Latihan	62
4.2.3 Organisasi	63
4.2.4 Pelatih	64

4.2.5 Pendanaan	65
4.2.6 Sarana Dan Prasarana	66
4.2.7 Prestasi	66
BAB V SIMPULAN DAN SARAN	67
5.1 Simpulan	67
5.2 Saran.....	68
DAFTAR PUSTAKA	70
LAMPIRAN.....	74

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Daftar Prestasi Tim Bola Voli SMAN 2 Purbalingga Tahun 2014-2018	5
2. Jadwal Latihan Bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga.....	55
3. Daftar Sarana dan Prasarana Bola Voli SMAN 2 Purbalingga	61
4. Daftar Prestasi Tim Bola Voli SMAN 2 Purbalingga Tahun 2014-2019	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Piramida Pembinaan Olahraga Prestasi	11
2. Tahap Pembinaan	16
3. Lapangan Bola Voli.....	37
4. Bola voli.....	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Formulir Usulan Topik Skripsi.....	75
2. Surat Keputusan Dosen Pembimbing.....	76
3. Surat Izin Penelitian Fakultas	77
4. Surat Izin Penelitian Dinas Pendidikan Wilayah IX	78
5. Surat Keterangan Selesai Penelitian	79
6. Pedoman Instrumen Penelitian.....	80
7. Indikator Instrumen Penelitian Wawancara.....	82
8. Pedoman Wawancara	83
9. Pedoman Observasi.....	89
10. Transkrip Wawancara.....	90
11. Hasil Observasi	108
12. Tabel Reduksi Data.....	112
13. Tabel Triangulasi Data	122
14. Tabel Hasil Wawancara.....	133
15. Struktur Organisasi Bola Voli SMAN 2 Purbalingga.....	141
16. Dokumentasi	143

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (UU Sistem Keolahragaan Nasional No. 3 Tahun 2005). Keberadaan olahraga sekarang ini sudah menjadi suatu budaya dan bagian hidup yang tak terpisahkan dalam pergaulan masyarakat dunia. Perkembangan olahraga di dunia saat ini mengalami peningkatan kemajuan yang sangat pesat. Sebagai contoh olahraga yang menunjukkan kemajuan adalah bola voli. Bola voli merupakan olahraga yang dapat dimainkan oleh siapa saja dari berbagai kalangan, usia, ras, agama, dan gender. Semua orang mempunyai hak untuk memainkannya bersama-sama, dimana saja dan kapan saja. Karena bola voli tidak hanya berdimensi sebagai olahraga professional saja, tetapi juga berdimensi sebagai sebuah olahraga rekreasi dan juga pendidikan.

Muhamad Muhyi Faruq dalam (Idris Moh. Latar, 2015:3), permainan bola voli adalah suatu permainan yang dimainkan secara berkelompok, artinya setiap pemain harus mampu bekerja sama dengan baik, bertanggung jawab atas permainan yang dimainkan dalam tim tersebut. Dalam permainan bola voli, orang yang memainkan olahraga ini membutuhkan kekuatan otot tungkai dan lengan yang kuat. Untuk dapat melakukan lompatan, memblock dan memukul bola dengan baik.

Olahraga bola voli yang semakin populer dan digemari semua orang, mengakibatkan munculnya masalah baru yaitu persaingan. Dengan adanya persaingan yang ketat, yang terjadi adalah pencarian informasi mengenai bakat yang layak dikembangkan harus lebih teliti dan tepat sesuai dengan kemampuan para pemain. Selain itu semakin banyak atlet muda yang bersaing menjadi pemain bola voli profesional dan ingin meraih prestasi tertinggi. Hal tersebut akan memotivasi atlet bola voli untuk meningkatkan kualitasnya dalam bermain dan berkompetisi pada cabang olahraga bola voli.

Usaha untuk mencapai suatu prestasi yang tinggi di bidang olahraga hendaknya di mulai dari olahraga pendidikan (melalui jalur pendidikan sekolah) sedini-dininya. Dengan demikian, dapat dipahami bahwa untuk mewujudkan prestasi olahraga yang baik perlu adanya perhatian lebih melalui jalur pendidikan. Dan juga pemerintah harus memberi bantuan yang ekstra dalam membina prestasi olahraga yang baik melalui pendidikan. Namun tanpa dukungan dari berbagai pihak, program perencanaan dalam pembinaan prestasi tidak akan berjalan dengan lancar. Karena untuk mencapai prestasi yang maksimal, dibutuhkan kerjasama yang saling berkesinambungan agar kegiatan yang ada sesuai dengan yang diharapkan bersama.

Dalam perkembangan dunia olahraga sekarang ini, kegiatan pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat penting dalam memajukan suatu cabang olahraga. Karena berkembang atau tidaknya olahraga tergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri. Tuntutan prestasi yang tinggi dan semakin berkembangnya olahraga bola voli akan membutuhkan beberapa perkembangan, baik secara teknik maupaun taktik. Permainan bola voli telah menjadi olahraga kompetitif resmi yang selalu diperlombakan dalam setiap pesta olahraga.

Orientasi pembinaannya lebih mengarah pada pencapaian prestasi. Akan tetapi nilai rekreasi tidak akan hilang bahkan akan selalu melekat. Pencapaian prestasi dalam olahraga sangat didukung oleh beberapa faktor, diantaranya pembinaan prestasi. Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan terarah menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi.

Di Jawa tengah sendiri, banyak sekolah SMA di berbagai kabupaten atau kota seperti Semarang, Purwodadi, Kudus dll yang prestasi olahraga bola volinya sudah berkembang dan mampu bersaing di tingkat provinsi ataupun nasional. Hal itu tidak terlepas dari pembinaan yang matang dan terarah oleh sekolah-sekolah di daerah tersebut. Untuk di kabupaten Purbalingga, perkembangan bola voli yang ada belum menonjol dari daerah lain di Jawa Tengah. Ini dikarenakan belum ada upaya yang terencana dan terstruktur secara sistematis dari pemerintah daerah maupun dinas pendidikan untuk mengembangkan pembinaan pada cabang olahraga bola voli di Kabupaten Purbalingga. Namun sebelumnya ada upaya pembinaan yang serius dari salah satu sekolah SMA di Kabupaten Purbalingga yaitu SMA Negeri 2 Purbalingga dimana memiliki kelas khusus olahraga, yang tujuannya adalah untuk membina atlet berbakat pada usia muda untuk berprestasi. Sekolah tersebut menerima siswa yang berbakat dalam olahraga, dimana sebelumnya dilakukan terlebih dahulu seleksi (*talent scouting*) sebagai upaya memilih atlet-atlet yang berbakat dalam olahraga, terutama bola voli untuk selanjutnya dibina lebih *intensif* di SMA Negeri 2 Purbalingga. Akan tetapi kurang lebih sudah 2 tahun ini, kelas khusus olahraga tersebut sudah dihilangkan/dihapuskan dari SMA Negeri 2 Purbalingga. Sehingga pembinaan olahraga khususnya bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga mengalami penurunan

kualitas maupun kuantitas. Pelatih hanya bisa memilih atau menyeleksi atlet melalui kegiatan ekstrakurikuler dan waktu yang dimiliki untuk program pembinaan juga berkurang setelah kelas khusus olahraga tersebut ditiadakan.

Setelah kelas khusus olahraga tersebut ditiadakan, pembinaan bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga mengandalkan dari kegiatan ekstrakurikuler bola voli. Dimana untuk mengembangkan dan meningkatkan prestasi bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga, anak atau atlet yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler lebih lanjut di luar kegiatan sekolah. Tim bola voli ini dilatih oleh 1 orang pelatih, beliau bernama Wibowo yang mana sudah berpengalaman dalam olahraga bola voli di Purbalingga dan merupakan mantan atlet bola voli di Kalimantan Timur. Di luar sekolah, pada hari libur atlet/anak yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola voli yang sudah dipilih pelatih dilatih lebih serius lagi. Tujuannya untuk meningkatkan kemampuan dan keterampilan atlet demi mencapai prestasi yang diinginkan. Sementara itu, sarana dan prasarana bola voli di sekolah cukup lengkap, seperti 2 lapangan voli dimana terletak di dalam gedung, serta mempunyai bola voli sebanyak 20 buah. Sehingga membuat tim ini dapat berlatih tanpa kekurangan tempat ataupun bola untuk dipakai dalam latihan. Sekolah memberikan fasilitas yang ada untuk dipakai dengan baik dan benar, semaksimal mungkin untuk mendukung pembinaan prestasi.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan penulis pada tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga, setelah kelas olahraga ditiadakan diperoleh informasi bahwa tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga di tahun 2019 ini belum berhasil menjuarai turnamen-turnamen yang diikuti baik di tingkat kabupaten ataupun karesidenan. Prestasi terbaik tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga hanya dapat berpartisipasi di tingkat karesidenan. Berikut ini merupakan riwayat keikutsertaan

tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga di Tingkat Karesidenan dari tahun 2014-2018.

Tabel 1. Daftar Prestasi Tim Bola Voli SMAN 2 Purbalingga Tahun 2014-2018

No	Nama Kejuaraan	Tingkat	Peringkat	Tahun
1	POPDA SMA Putra	Karesidenan	III	2014
2	POPDA SMA Putri	Karesidenan	III	2016, 2017, 2018
3	Dekan Cup Unwiku Putri	Karesidenan	II	2018

Sumber : SMA Negeri 2 Purbalingga (2019)

Dengan mengetahui keadaan tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga dimana sekolah tersebut sudah tidak memiliki kelas khusus olahraga namun tetap melaksanakan pembinaan bola voli, mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian yang berjudul “SURVEI PEMBINAAN PRESTASI BOLA VOLI SMA NEGERI 2 PURBALINGGA TAHUN 2019” yang diharapkan dapat memberi masukan dari tim bola voli sekolah yang lain pada umumnya mengenai program pembinaan olahraga bola voli yang ada di SMA Negeri 2 Purbalingga dan upaya-upaya lain guna meningkatkan kualitas pembinaan serta aspek-aspek yang perlu mendapat perhatian dalam pembinaan bola voli.

1.2 Fokus Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah dijelaskan tersebut, untuk menghindari penafsiran yang menyimpang terhadap skripsi ini, maka masalah yang akan dikemukakan penelitian ini di fokuskan pada pelaksanaan pembinaan prestasi bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga tahun 2019.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Dalam setiap penelitian, sudah tentu terdapat permasalahan yang harus segera diteliti, dikaji, dianalisis, dan selanjutnya diusahakan jalan pemecahannya. Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka permasalahan yang akan diteliti adalah “Bagaimana pembinaan prestasi bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga tahun 2019?”

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang hendak dicapai dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana proses pembinaan prestasi bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga Tahun 2019.

1.5 Manfaat Penelitian

Dari hasil penelitian diharapkan dapat bermanfaat untuk perkembangan cabang olahraga bola voli khususnya pada peningkatan pembinaan dan pembibitan bola voli di sekolah-sekolah SMA sederajat. Hasil ini diharapkan dapat membantu dan memberikan informasi kepada seorang pembina ekskul bola voli dalam merencanakan program latihan, dan penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi pembina untuk perkembangan para anak didiknya. Adapun manfaat yang dapat diambil dari penelitian ini adalah :

1. Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi perkembangan olahraga bola voli tingkat pelajar SMA sederajat di Purbalingga dan dapat menjadi bahan masukan untuk sekolah lain dalam melaksanakan pembinaan prestasi bola voli.
2. Bagi atlet : Sebagai salah satu pedoman dan bahan evaluasi yang dapat membantu untuk meningkatkan prestasi olahraga bola voli serta mengetahui apa saja hambatan dan kesulitan dalam proses pembinaan prestasi bola voli.
3. Bagi penulis : Dapat memberikan ilmu pengetahuan, wawasan dan pengalaman lebih tentang bagaimana program pembinaan prestasi olahraga yang baik dalam melatih atlet pada suatu cabang olahraga khususnya bola voli sesuai dengan perkembangan dan kemajuan IPTEK.

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

2.1 Pembinaan Prestasi Olahraga

2.1.1 Hakekat Pembinaan Prestasi Olahraga

Menurut Ruslan dalam (Linda Agnes M.R, 2016:462) Pembinaan berarti usaha, atau tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdayaguna dan berhasil guna untuk memperoleh hasil yang lebih baik. Hasil yang baik dalam pembinaan yang dimaksud adalah pencapaian prestasi yang meningkat.

Pembinaan, menurut Hamlin et al. (2008:295), adalah proses membantu dan fasilitatif yang “dirancang untuk meningkatkan keterampilan yang ada, kompetensi dan kinerja, dan untuk meningkatkan [individu] efektivitas pribadi atau pengembangan pribadi atau pertumbuhan pribadi” (Andrea D. Ellinger dan Sewon Kim, 2014:129). Sedangkan prestasi adalah hasil karya/usaha yang dicapai. Dari pengertian tersebut dapat disimpulkan, Pembinaan Prestasi adalah suatu usaha yang dilakukan dalam kaitanya untuk pencapaian kemampuan prestasi maksimal dengan tetap memperhatikan adanya prinsip-prinsip latihan.

Untuk di bidang olahraga pembinaan merupakan bagian penting dalam mencapai prestasi yang maksimal. Dalam Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 23 (2006:13), menyebutkan bahwa pembinaan dan pengembangan keolahragaan adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan. Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Pasal 1 ayat 13 (2006:12), juga menyebutkan bahwa olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang,

dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka setiap pembinaan olahraga yang bertujuan meningkatkan prestasi, diperlukan sarana penunjang yang meliputi faktor bakat, kesehatan gizi, organisasi, fasilitas, lingkungan dan pembinaan. Apabila kita ingin mencapai prestasi tinggi, maka perlu diterapkan konsep pembinaan olahraga sedini mungkin. Memperhatikan sistem dan jalur pembinaan olahraga yang ada saat ini, maka orientasi pembinaan olahraga harus dilakukan secara mendasar, sistematis, efisien dan terpadu sejak dini, serta mengarah kepada satu tujuan yang sama.

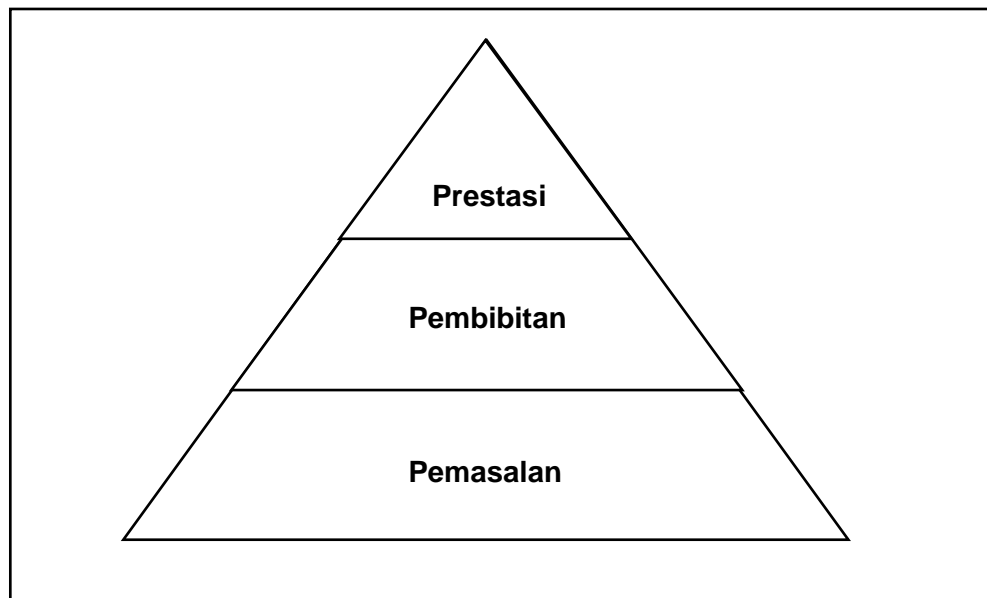
Dalam (Ahmad Jamalong, 2014:157) dijelaskan, perlu adanya suatu upaya pembinaan dan pengembangan olahraga bagi anak-anak usia dini dengan mempersiapkan konsep dan strategi yang tepat, mendasar, terpadu dan berkesinambungan. Melalui program pembinaan dan pengembangan olahraga sejak dini yang secara lintas sektoral melibatkan seluruh sistem dan jalur yang berperan dalam pembangunan olahraga, maka diharapkan kesinambungan sistem piramida pembinaan olahraga dapat dicapai dan diwujudkan dalam bentuk yang nyata dan terpadu.

Pembinaan olahraga dan prestasi olahraga adalah dua hal yang saling berhubungan. Tanpa adanya pembinaan tidak akan mungkin terjadi prestasi yang tinggi, kebalikannya juga demikian bahwa prestasi tinggi hanya akan dicapai apabila ada pembinaan yang baik dan berkesinambungan. (Rosbin Pakaya, 2012:141). Jarot Sutrisno dkk (2012:1) menambahkan, "Suatu prestasi olahraga tidak serta merta datang dengan sendirinya". Hal ini tidak semua orang bisa memahami, bahkan mereka hanya berorientasi pada hasil kompetisi atau

kejuaraan yang di tandai dengan perolehan medali, tanpa memperhatikan proses dari pembinaan yang dimulai dari usia dini. Oleh karena itu, diperlukan kerjasama dengan lembaga-lembaga pengembangan IPTEK olahraga, untuk memberikan jawaban yang ilmiah dan nyata bahwa prestasi merupakan hasil dari proses latihan dan pengembangan bakat. Dukungan dari berbagai aspek tersebut, diharapkan atlet sebagai sasaran pembinaan akan termotivasi aktif dalam mengikuti segala proses pembinaan. Pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat penting dalam memajukan dunia olahraga, karena dengan pembinaan olahraga dapat meningkatkan prestasi yang maksimal (Mira Fuzita, Iskandar, 2017:120). Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan terarah, menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi (Djoko Pekik Irianto, 2002:27).

2.1.2 Pembinaan Olahraga Prestasi

Menurut Djoko Pekik Irianto (2002:27), Dalam pembinaan prestasi, upaya meraih prestasi perlu perencanaan terarah, menggunakan sistem piramida yang komponennya dari pemassalan, pembibitan, pembinaan hingga mencapai puncak prestasi. Piramida olahraga prestasi tersebut bisa dilihat pada gambar 1



Gambar 1. Sistem Piramida Pembinaan Olahraga Prestasi
Sumber : Djoko Pekik Irianto (2002:27)

2.1.2.1 Pembinaan Pemasalan

Menurut Said Junaidi (2003:49), menyebutkan pemasalan olahraga usia dini adalah upaya menggerakkan anak usia dini untuk melakukan aktivitas olahraga secara menyeluruh. Dengan tujuan melibatkan sebanyak-banyaknya atlet dalam olahraga prestasi, sehingga timbul kesadaran terhadap pentingnya olahraga prestasi sebagai bagian dari upaya peningkatan-peningkatan olahraga secara nasional.

Dalam hal ini diharuskan mempunyai strategi yang bagus yaitu: (1) Menyediakan sarana dan prasarana olahraga yang memadai di Sekolah Dasar (2) Menyiapkan pengadaan tenaga pengajar olahraga yang mampu menggerakkan olahraga di sekolah (3) Mengadakan pertandingan antar kelas (4) Memberikan motivasi, baik dari dalam maupun dari luar (5) Mengadakan demonstrasi pertandingan atlet-atlet yang berprestasi (6) Merangsang minat anak melalui media massa, televisi, video, dan lain-lain, dan (7) Melakukan kerjasama antara sekolah dengan masyarakat khususnya orang tua.

2.1.2.2 Pembinaan Pembibitan

Monty P. Satiadarma dalam (Eva Yunida, 2017:126) mengatakan, membina prestasi olahraga, seorang atlet tidak dapat dilakukan dalam waktu satu malam, melainkan melalui berbagai proses dan tahapan dalam satu kurung waktu tertentu. Sekalipun seorang individu itu memiliki bakat khusus pada bidang olahraga tertentu, tanpa latihan yang terarah bakat tersebut akan tetap tinggal sebagai potensi terpendam.

Pembibitan adalah suatu pola yang diterapkan dalam upaya menjangkau atlet berbakat yang diteliti secara ilmiah. Yang dimaksud secara ilmiah adalah menjangkau atlet dengan penerapan ilmiah (IPTEK), untuk memilih anak-anak usia dini yang senang dan gemar berolahraga kemudian diidentifikasi untuk menjadi atlet. Dengan cara ini perkembangan anak usia dini untuk menjadi atlet dan untuk mencapai prestasi akan tinggi lebih cepat (Said Junaidi, 2003:50). Beberapa pertimbangan penting untuk memperoleh bibit atlet unggul adalah sebagai berikut:

- 1) Bakat dan potensi tinggi yang dibawa sejak lahir mempunyai andil yang lebih dominan dibandingkan dengan proses pembinaan dan penunjang lainnya, jadi mencari bibit atlet berpotensi sangat penting.
- 2) Menghindari pemborosan dalam proses pembinaan apabila atlet yang dibina memiliki potensi tinggi yang dibawa sejak lahir.
- 3) Perlunya di Indonesia digalakkan pencarian bibit atlet unggul pada usia dini.

Menurut Bompas (1994) yang dikutip oleh Djoko Pekik Irianto (2002) identifikasi bakat dapat dilakukan dengan metode alamiah dan seleksi ilmiah.

1. Seleksi alamiah adalah seleksi dengan pendekatan secara natural (alami) anak-anak usia dini berkembang, kemudian tumbuh menjadi atlet.
2. Seleksi ilmiah adalah seleksi yang menerapkan ilmiah (IPTEK). Memilih anak usia dini yang senang berolahraga diidentifikasi untuk menjadi atlet.

1. Langkah memilih atlet

Menurut Menpora (1992:2.5) langkah-langkah pemanduan bakat atlet dapat dilakukan sebagai berikut:

- a. Melakukan suatu analisis yang lengkap baik faktor fisik, maupun mental sesuai dengan karakteristik cabang olahraga yang diminati.
- b. Melakukan seleksi umum dan khusus dengan menggunakan instrument (alat ukur) dari cabang olahraga yang bersangkutan.
- c. Melakukan seleksi berdasarkan karakteristik antropometriks dan kemampuan fisik, disesuaikan dengan tahapan perkembangan fisiknya.
- d. Melakukan evaluasi berdasarkan data yang komprehensif (menyeluruh) dengan memperhatikan sikap anak terhadap olahraga baik didalam sekolah maupun diluar sekolah, partisipasi olahraga di luar sekolah, keunggulan atau ciri-ciri prestasi yang unik di lingkungan sekolah.

2. Karakteristik atlet bibit unggul

- a. Memiliki kelebihan kualitas bawaan sejak lahir.
- b. Memiliki fisik dan mental yang sehat, tidak cacat tubuh dan postur tubuh yang sesuai dengan olahraga yang diminati.
- c. Memiliki fungsi-fungsi organ tubuh yang baik seperti jantung, paru-paru, saraf, dan lain-lain.
- d. Memiliki kemampuan gerak dasar yang baik, seperti kekuatan, kecepatan, daya tahan, koordinasi, kelincahan, kekuatan, dan lain-lain.

- e. Memiliki intelegensi yang tinggi.
- f. Memiliki karakter bawaan sejak lahir yang dapat mendukung pencapaian prestasi prima, antara lain waktu kompetitif tinggi, kemampuan keras, tabah, pemberani, dan semangat yang tinggi.
- g. Memiliki kegemaran olahraga.

2.1.2.3 Pembinaan Prestasi

Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional pasal 1 ayat 17 (2006:13), menyebutkan bahwa prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga. Menurut Said Junaidi (2003:10) pemanduan dan pembinaan atlet usia dini dalam lingkup perencanaan untuk mencapai prestasi puncak, memerlukan latihan jangka panjang, kurang lebih berkisar antara 8 s.d 10 tahun secara bertahap, *continue*, meningkat dan berkesinambungan dengan tahapan-tahapan yaitu pembibitan atau pemanduan bakat, spesialisasi cabang olahraga, dan peningkatan prestasi.

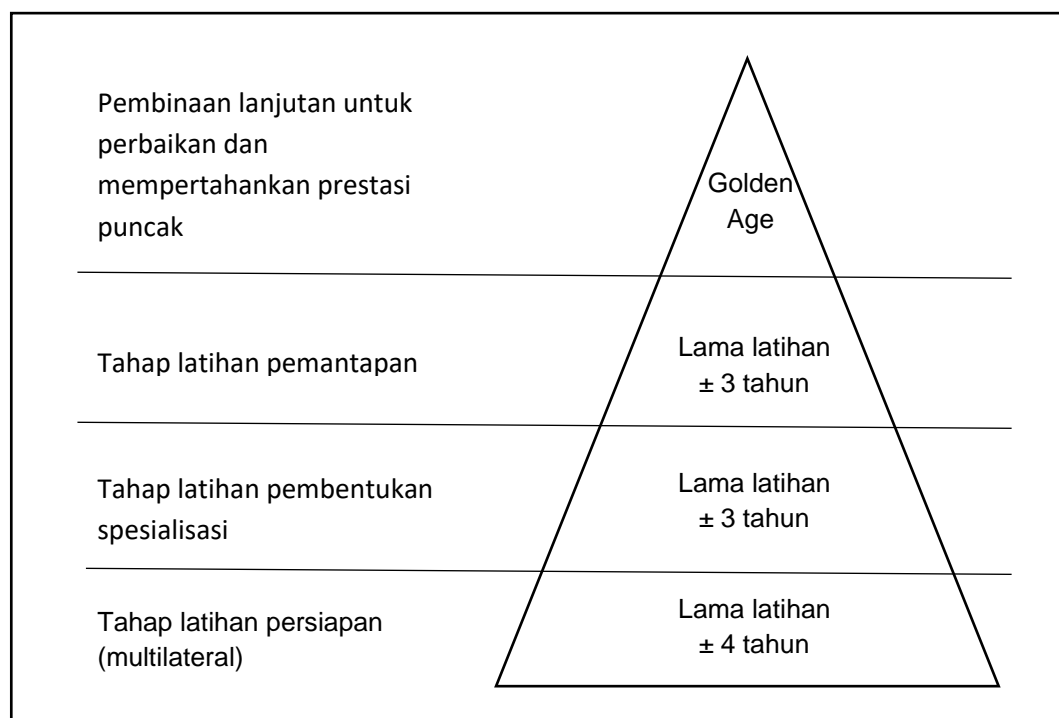
Pembinaan dan pengembangan olahraga perlu terus ditingkatkan secara terarah, sistematis, dan berkesinambungan agar selaras dengan tujuan pembangunan nasional khususnya dalam meningkatkan kesejahteraan rakyat (Mutohir & Maksum, 2007, p. 31) dalam (Johan Irmasnyah, 2017:25).

Pendapat tersebut dikuatkan oleh Setiono dalam (Rumpis Agus Sudarko, 2009:5), pembinaan olahragawan dalam olahraga prestasi seharusnya dilakukan secara kontinyu dan berkelanjutan. Pembinaan olahraga prestasi ditujukan untuk kemajuan semua cabang olahraga yang ada di Indonesia, setiap cabang olahraga memiliki program pembinaan prestasi masing-masing baik dari tingkat daerah dan nasional. Tujuan utama dari program pembinaan prestasi adalah pembinaan atlet

dari usia dini, pencarian bakat-bakat atlet dalam setiap cabang olahraga dan mampu mencapai prestasi maksimal. Agar pembinaan mencapai prestasi yang tinggi, tahapan latihan meliputi : tahap multilateral, tahap spesialisasi, dan tahap puncak prestasi.

2.1.3 Tahap-tahap Pembinaan Olahraga

Pembinaan olahraga merupakan faktor yang sangat penting dalam memajukannya. Dikarenakan berkembang tidaknya dunia olahraga itu tergantung pada pembinaan olahraga itu sendiri, baik pembinaan di lingkungan masyarakat, sekolah, balai diklat, baik ditingkat lokal, nasional, maupun internasional, dimana keseluruhannya membutuhkan suatu mekanisme yang lebih baik dalam membina olahraga. Menurut KONI (2000:13), menyatakan bahwa tahap pembinaan mulai dari usia dini sampai mencapai prestasi puncak (golden age) meliputi : 1) Tahap latihan persiapan (multilateral), 2) Tahap latihan pembentukan spesialisasi, 3) Tahap latihan pematangan. Tahap tersebut bisa dilihat pada gambar 2.



Gambar 2. Tahap Pembinaan

(KONI, 2000:14)

Keterangan :

- 1) Tahap Latihan Persiapan (Multilateral)
- 2) Tahap Latihan Pembentukan Spesialisasi
- 3) Tahap Latihan Pematapan

2.1.3.1 Tahap Persiapan (Multilateral)

Lamanya kurang lebih 3 s.d 4 tahun. Tahapan latihan ini merupakan tahapan dasar untuk memberikan kemampuan dasar yang menyeluruh (multilateral) kepada anak dalam aspek fisik, mental, dan sosial. Pada tahap dasar ini, anak sejak usia dini berprestasi diarahkan atau dijuruskan pada tahap spesialisasi, akan tetapi latihan harus mampu membentuk tubuh yang kuat dan benar, khususnya dalam perkembangan biomotorik guna menunjang peningkatan prestasi ditahapan latihan berikutnya. Oleh karena ini, latihannya perlu dilaksanakan dengan cermat dan cepat.

2.1.3.2 Tahap latihan pembentukan

Lama kurang lebih 2 s.d 3 tahun. Tahap latihan ini adalah untuk merealisasikan terwujudnya profil atlet seperti yang diharapkan , sesuai dengan cabang olahraga masing-masing. Kemampuan fisik maupun teknik telah terbentuk, demikian pula keterampilan taktik, sehingga dapat digunakan sebagai titik tolak pengembangan, serta peningkatan prestasi selanjutnya. Pada tahap ini atlet dapat dispesialisasikan pada satu cabang olahraga yang paling cocok/sesuai baginya.

2.1.3.3 Tahap latihan pematapan

Lama kurang lebih 2 s.d 3 tahun. Profil yang telah diperoleh dalam tahap pembentukan lebih ditingkatkan pembinaanya, serta disempurnakan sampai

batas optimal/maksimal. Tahap pemantapan ini merupakan usaha pengembangan potensi atlet semaksimal mungkin. Sehingga telah dapat mendekati atau bahkan mencapai puncak prestasi.

2.2 Permainan Bola Voli

2.2.1 Sejarah Permainan Bola Voli

Pada tahun 1895, seorang direktur YMCA (*Young Men Christian Association*) dari kota Holyoke, Massachusetts yang bernama William C. Morgan, menemukan sebuah permainan yang dinamakan mintonette dalam upayanya memenuhi keinginan para pengusaha lokal yang menganggap permainan bola basket terlalu menghabiskan tenaga dan kurang menyenangkan. Pada awalnya permainan ini menggunakan bola yang terbuat dari karet bagian dalam bola basket dan menggantungkan net tennis setinggi 2,16m dari lantai. Bola dipantulkan terus menerus melewati net, jadi bola tidak boleh menyentuh lantai. Pada waktu itu belum ditentukan batas maksimum sentuhan berapa kali dan rotasi pun belum ada serta diperbolehkan menjulurkan tangan melewati atas net dengan maksud menyentuh bola di daerah lawan. Dan akhirnya permainan ini cepat menarik perhatian orang, karena hanya membutuhkan sedikit keterampilan dasar, mudah dikuasai dalam jangka waktu yang singkat, dan dapat dilakukan oleh pemain dengan berbagai tingkat kebugaran.

Hingga pada tahun 1896, permainan tersebut diubah namanya menjadi *volleyball* oleh Alfred T. Halstead. Ia menganggap bahwa bola voli lebih sesuai menjadi nama permainan itu setelah menyaksikannya, mengingat ciri permainan ini yang dimainkan dengan melambungkan bola sebelum bola tersebut menyentuh tanah (*volleying*). Seiring berkembangnya permainan bola voli, pada tahun 1928 lahir induk organisasi bola voli Amerika Serikat (The United State

Volley Ball Association) dan pada tahun itu juga terselenggara kejuaraan Nasional Amerika pertama. Kemudian pada tahun 1947, resmilah berdirinya International Volleyball Federation Association de Volleyball (FIVB) di Paris.

Di Indonesia sendiri, bola voli baru dikenal pada tahun 1928 dimana permainan ini diperkenalkan oleh guru-guru Belanda yang mengajar di sekolah-sekolah (HBS dan AMS). Namun pada waktu itu belum populer dikalangan masyarakat, dan mulai populer setelah masa kemerdekaan Indonesia yang sering dimainkan oleh TNI untuk dikenalkan pada masyarakat. Bola voli secara resmi dipertandingkan di Indonesia sejak PON II di Jakarta pada tahun 1951. Dan induk organisasi bola voli di Indonesia secara resmi dibentuk pada tahun 1955 dengan nama PBVSI (Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia). Sejak saat itu, perkembangan bola voli di Indonesia nampak maju dengan pesat hingga sekarang. Hal ini terbukti dari banyaknya klub-klub bola voli dari kota besar sampai ke pelosok desa yang terpencil. Pertandingan dan kejuaraan bola voli selalu diadakan setiap hari besar nasional, pada hari-hari peringatan ulang tahun instansi atau lembaga tertentu dari tingkat yang terendah seperti antar dusun, RT, sampai pada tingkat yang lebih tinggi misal antar wilayah atau provinsi.

Hal itu merupakan bentuk dari persaingan perkembangan bola voli yang terus meningkat. Dalam upaya untuk menjaga persaingan itu, diperlukan program pembinaan yang baik. Sehingga atlet atau tim yang bertanding dapat bermain dengan maksimal dan bersaing ketat. Di Indonesia pembinaan olahraga bola voli terus meningkat, mulai dari tingkat klub hingga tingkat sekolah. Karena untuk mencapai prestasi yang tinggi sangat diperlukan pembinaan yang berkelanjutan dan terstruktur, demi menjaga penampilan atlet dalam setiap pertandingan.

2.2.2 Program Latihan

Program latihan adalah suatu alat bantu latihan dalam suatu cabang olahraga untuk waktu dan tujuan tertentu dan sebagai alat ukur suatu kegiatan latihan olahraga guna mencapai tujuan yang diharapkan. Adapun tujuan adanya pelatihan adalah prestasi, termasuk dalam olahraga bola voli untuk mencapai prestasi yang maksimal diperlukan latihan yang terencana dan terstruktur.

Menurut Rusli Lutan (2000:32) prestasi terbaik hanya akan dapat dicapai bila pembinaan dapat dilaksanakan dan tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya, mencakup:

1. Kepribadian atlet
2. Kondisi fisik
3. Keterampilan teknik
4. Keterampilan taktik
5. Keterampilan mental

Ke 5 aspek itu merupakan satu kesatuan yang utuh. Bila salah satu terlalaikan, berarti pelatihan tidak lengkap. Keunggulan pada salah satu aspek akan menutupi kekurangan pada aspek lainnya. Dan setiap aspek akan berkembang dengan memakai metode latihan yang spesifik. Berikut akan dijelaskan mengenai aspek-aspek tersebut di atas:

1) Kepribadian Atlet

Kepribadian (*personality*) berasal dari bahasa Yunani *persona* yang berarti topeng, dan *personare* yang artinya menembus. Topeng dianggap sebagai suatu hal yang melekat pada individu untuk memperkuat karakter, gerak-gerik, serta apa yang diucapkan. Allport dalam (Setiyawan, 2017:111) mendefinisikan bahwa kepribadian adalah suatu organisasi psikodinamik yang unik dalam proses penyesuaian diri individu dengan lingkungan.

Istilah kepribadian atlet dalam petunjuk pelaksanaan operasional ini adalah “sejumlah ciri unik dari seorang atlet”. Untuk dapat berprestasi dalam olahraga, dibutuhkan sifat-sifat tertentu yang sesuai dengan tuntutan cabangnya, yaitu:

- Sikap positif (gembira) melaksanakan tugas latihan
- Loyal terhadap kepemimpinan
- Rendah hati
- Remangat bersaing dan berprestasi

Sikap positif terhadap tugas latihan merupakan cerminan dari kesiapan untuk melaksanakan tugas sebagai kewajiban yang menggembirakan.

Tiga unsur di dalamnya yaitu:

- Pengetahuan
- Reaksi emosional, dan
- Kecenderungan untuk berbuat.

Rendah hati berkaitan dengan loyalitas untuk menerima kepemimpinan orang lain, menerima kritik, dan kesiapan bekerja sama dalam tim. Semangat bersaing dan prestasi merupakan virus yang mempercepat perkembangan prestasi.

2) Kondisi Fisik

Kondisi fisik adalah salah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatannya, pemeliharanya. Artinya bahwa didalam usaha peningkatan kondisi fisik maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan, walaupun disana sini dilakukan sistem prioritas sesuai keadaan atau status tiap komponen tersebut dan untuk keperluan apa keadaan atau status yang dibutuhkan tersebut (M. Sajoto, 1988:53) dalam (Hari Agung Wiwoho, 2014:45).

Menurut Harsono dalam (Hari Agung Wiwoho, 2014:45), jika kondisi fisik baik maka: (1) Akan ada peningkatan dalam kemampuan sistem sirkulasi dan kerja jantung. (2) Akan ada peningkatan dalam kekuatan, kelentukan, stamina, kecepatan dan lain-lain komponen kondisi fisik. (3) Akan ada ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan. (4) Akan ada pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan. (5) Akan ada respon yang cepat dari organisme tubuh apabila sewaktu-waktu respon demikian diperlukan.

Seorang pemain bola voli yang memiliki kondisi fisik puncak, dapat diartikan bahwa pemain tersebut mempunyai kesanggupan untuk bermain bolavoli dengan efisien, tanpa mengalami kelelahan yang berarti setelah selesai bermain. Dalam usaha pemain untuk mencapai mutu prestasi optimal, persiapan pemain bukan hanya ditekankan kepada penguasaan teknik-teknik tinggi, taktik-taktik tinggi, mental dan sikap kepribadian yang baik serta kematangan bertanding yang tinggi, tetapi diperlukan pula kondisi fisik yang baik berkat latihan sebagai penunjang unsur-unsur tersebut di atas. Kondisi fisik pemain perlu dijaga, dipulihkan kembali dan ditingkatkan ke keadaan yang sempurna atau kondisi puncak untuk menghadapi pertandingan-pertandingan.

Menurut Suharno (1980:13) beberapa faktor yang perlu diperhatikan agar kondisi puncak dapat dicapai sebaik-baiknya adalah:

1. Melatih unsur-unsur gerak secara continue, sistematis dan metodelis.
2. Pengaturan waktu istirahat, tidur dan gizi makanan yang tertib.
3. Penjagaan kesehatan fisik dan mental, agar tidak terserang penyakit.
4. Menjaga lingkungan hidup agar tetap segar, tenang dan menyenangkan.

Unsur-unsur gerak yang sangat perlu ditingkatkan dalam olahraga bolavoli mencakup 2 unsur, yaitu unsur umum dan khusus, disebutkan sebagai berikut:

- a. Unsur gerak fisik umum:
 1. Kekuatan (*strength*)
 2. Daya tahan (*endurance*)
 3. Kecepatan (*speed*)
 4. Kelincahan (*agility*)
 5. Kelentukan (*flexibility*)
- b. Unsur gerak fisik khusus
 1. Daya ledak (*power*)
 2. Reaksi (*reaction*)
 3. Stamina (*power endurance*)
 4. Keseimbangan (*balance*)
 5. Koordinasi (*coordination*)
 6. Ketepatan (*accuracy*)
 7. Perasaan (*feeling*)

3) Keterampilan Teknik

Teknik adalah suatu proses melahirkan keaktifan jasmani dan pembuktian suatu praktek dengan sebaik mungkin untuk menyelesaikan tugas yang pasti, dalam cabang permainan bolavoli terutama.

Dalam menyempurnakan kecakapan bermain bolavoli, teknik ini erat sekali hubungannya dengan kemampuan gerak kondisi fisik. Teknik dasar bolavoli harus benar-benar dipelajari terlebih dahulu guna dapat mengembangkan mutu prestasi permainan bola voli. Penguasaan teknik dasar permainan bola voli merupakan salah satu unsur yang ikut menentukan menang atau kalahnya suatu regu di dalam suatu pertandingan di samping unsur-unsur kondisi fisik, taktik dan mental. Penguasaan keterampilan dari teknik-teknik dasar amatlah penting

karena akan menentukan kemahiran dalam melakukan keseluruhan gerak dalam suatu cabang olahraga (Hasibuan dkk, 2009:14).

1. Menurut Suharno (1981:35) pentingnya penguasaan teknik dasar permainan bolavoli ini mengingat hal-hal sebagai berikut:hukum terhadap pelanggaran permainan yang berhubungan dengan kesalahan dalam melakukan teknik.
2. Karena terpisahnya antara regu yang satu dengan regu yang lain, sehingga tidak terjadi adanya sentuhan badan dari pemain lawan, maka pengawasan wasit terhadap kesalahan teknik ini lebih seksama.
3. Banyaknya unsur-unsur yang menyebabkan terjadinya kesalahan-kesalahan teknik.
4. Permainan bolavoli adalah permainan cepat, artinya waktu untuk memainkan bola sangat terbatas, sehingga penguasaan teknik yang tidak sempurna akan memungkinkan timbulnya kesalahan-kesalahan teknik yang lebih besar.
5. Penggunaan teknik-teknik yang tinggi hanya dimungkinkan kalau penguasaan teknik dasar dan tinggi dalam bola voli ini cukup sempurna.

Dengan melihat kemungkinan-kemungkinan seperti tersebut di atas, maka perlu bagi setiap pemain bolavoli berusaha meningkatkan penguasaan teknik-teknik dasar di dalam permainan bola voli secara sempurna.

Adapun teknik-teknik dasar bolavoli yaitu:

a. *Service* (servis)

Dalam permainan bola voli unsur utama yang paling penting adalah *service*, karena *service* merupakan pembuka permainan. Hal ini sesuai dengan pendapat M. Yunus (1992:137) bahwa "*service* merupakan pukulan permulaan untuk memulai pertandingan". Keberhasilan suatu servis tergantung pada kecepatan bola, jalan, dan perputaran bola serta

penempatan bola ke tempat kosong kepada pemain di garis belakang kepada pemain yang melakukan perpindahan tempat. Servis ada 2 yaitu servis bawah dan servis atas.

b. *Passing*

Menurut Herry Koesyanto (2003), *passing* adalah mengoperkan bola kepada teman sendiri dalam satu regu dengan suatu teknik tertentu, sebagai langkah awal untuk menyusun pola serangan kepada regu lawan.

Passing merupakan bagian penting dalam permainan bola voli, dapat dibayangkan apabila pemain bola voli yang memiliki kemampuan smash bagus tetapi tidak diimbangi dengan *passing* yang baik maka semua akan sia-sia saja. Karena dari rangkaian teknik-teknik dasar dalam permainan bola voli semua saling terkait dan penting, sehingga akan menghasilkan penguasaan teknik yang optimal untuk meraih prestasi maksimal. Dalam perkembangannya, permainan bola voli membutuhkan *passing* yang akurat dan terampil agar didapatkan suatu kerjasama yang bagus untuk memenangkan suatu pertandingan. *Passing* sendiri ada 2 macam, yaitu *passing* bawah dan *passing* atas.

c. Umpan atau *set-up*

Umpan adalah menyajikan bola kepada teman dalam satu regu, yang kemudian diharapkan bola tersebut dapat diserang ke daerah lawan dalam bentuk *smash*. Umpan yang baik harus memenuhi beberapa persyaratan yakni : 1) Bola harus melambung diatas jaring dengan tenang di daerah serang lapangan sendiri. 2) Bola harus berada di atas jaring-jaring dengan ketinggian yang cukup agar dapat di *smash* oleh *smasher*. 3) Jarak umpan

dengan net sesuai dengan tipe serangan yang diinginkan. Pada umpan normal jarak bola dengan net berkisar 20-50 cm

d. Smash

Smash adalah tindakan memukul bola yang lurus ke bawah sehingga bola akan bergerak dengan cepat dan menukik melewati atas jaring menuju lapangan lawan dan lawan akan sulit menrimanya. Dalam permainan bola voli *smash* berguna sebagai alat penyerangan yang paling mematikan. Dikatakan oleh M. Yunus (1992:108), smash merupakan pukulan yang utama dalam penyerangan dalam usaha mencapai kemenangan.

e. *Block* (Bendungan)

Bendungan adalah tindakan membentuk benteng pertahanan untuk menangkis serangan lawan dan dapat dikatakan bahwa *block* merupakan pertahanan pertama bagi serangan dengan cara membendung *smash* tersebut di depan jaring (M. Yunus 1992:119). Bendungan dapat dilakukan oleh satu, dua atau bahkan tiga pemain sekaligus tergantung dari kualitas *smash* pemain lawan.

Penguasaan teknik dasar dapat dicapai dengan menerapkan jenis latihan yang baik dan menguntungkan, serta dilakukan dengan tetap, berjenjang, dan berkesinambungan sehingga dalam melakukan teknik dasar tidak terjadi kesalahan yang berulang-ulang. Bagi atlet pemula perlu belajar dan berlatih teknik dasar permainan bola voli dengan benar dan tekun. Sedangkan untuk pemain tingkat lanjut, harus tetap meningkatkan kemampuan bermainnya, tanpa merasa puas dalam berlatih. Karena pemain tingkat lanjut apabila tidak pernah berlatih dalam jangka tertentu akan terjadi penurunan teknik atau

kemampuan dalam bermain. Disamping itu latihan teknik dan latihan fisik juga dapat diperlukan dikarenakan fisik merupakan penunjang dari teknik tersebut.

4) Keterampilan Taktik

Menurut Suharno (1981:128) untuk mencapai sistem, pola dan tipe tim taktik dalam permainan bola voli, pelatih perlu menempuh cara sebagai berikut:

1. Pembentukan fisik, teknik, mental, sikap kepribadian dan kematangan bertanding secara individual yang tinggi dan baik. Pembentukan fisik, teknik atau skill, pengetahuan dan sikap kepribadian anak latihan merupakan sasaran latihan.
2. Pembentukan individual taktik, individual taktik ialah siasat perorangan dalam menggunakan kemampuan fisik, teknik, mental, sikap kepribadian dan pengalaman bertanding sesuai dengan situasi dan kondisi pertandingan, dengan proses yang tepat, untuk memecahkan problematika dalam mencari kemenangan pertandingan bola voli secara sportif.

Urutan tindakan taktik yang dikerjakan dengan cepat mengikuti langkah-langkah:

- 1 Penglihatan dan analisa situasi pertandingan lewat panca indera sesuai dengan kondisi lawan, kemampuan diri sendiri dan keadaan lingkungan (melihat kelemahan lawan).
- 2 Proses pemecahan mental dalam suatu tugas individual taktik yang dikerjakan. Putusan ini biasanya pikiran bekerja lebih menonjol dari pada unsur-unsur kejiwaan lainnya.
- 3 Tindakan gerakan secara otomatis oleh pemain tersebut sesuai dengan putusan langkah ke 2 (keputusan proses mental).

- 4 Pemain (individu) itu segera menilai hasil dari tindakan taktik perorangan yang dikerjakan tadi. Mengapa berhasil atautkah mengapa tidak berhasil, perlu dianalisa dengan cepat.

Taktik perorangan sebagai dasar melakukan group taktik dan tim taktik di dalam pertandingan perlu mendapat perhatian serius dalam latihan-latihan yang teratur, terus-menerus, sistematis, meningkat dan berulang-ulang. Berikut bentuk latihan taktik dalam bola voli:

- Penyerangan :
 - a. Servis
 - b. Smash
 - c. Umpan (set up)
 - d. *Lob, pleasing*, dll
- Pertahanan
 - a. Block
 - b. Pertahanan belakang (*count defend*)
 - c. *Receive* (menerima servis)
 - d. Penyelamatan bola net (*cover of the net*)

5) Keterampilan mental

Latihan keterampilan mental adalah latihan yang lebih banyak menekankan pada perkembangan kedewasaan serta emosional atlet, seperti semangat bertanding, sikap pantang menyerah, keseimbangan emosi terutama bila berhubungan pada situasi *stress, fair play*, percaya diri, kejujuran, kerjasama. Latihan mental sangat penting penting untuk atlet, karena jika kapasitas fisik yang sempurna, teknik yang baik dan taktik yang efektifpun tidak akan dapat ditampilkan seoptimal mungkin jika kondisi emosionalnya tidak stabil. Bukti

konkret pentingnya latihan tersebut, dimunculkan dalam bentuk data presentase hasil penelitian mulai dari 50%, 70%, 81%, 90%, bahkan sampai 95% performa yang baik ditentukan oleh mental (Komarudin, 2016:8). Pembinaan mental dimaksudkan antara lain:

- a. Atlet mampu membuat keputusan dengan cepat dan tepat di bawah tekanan pada saat angka tertinggal jauh maupun kritis.
- b. Atlet mampu menentukan bentuk permainan yang terbaik untuk melawan atlet lain dalam pertandingan.
- c. Atlet mampu mencegah gangguan dan tetap berkonsentrasi penuh dan tetap konsisten dalam bertanding.

Mental yang kuat, teknik dan fisik akan didapat melalui latihan yang terencana, teratur, dan sistematis. Dalam membina mental atlet, pertama yang perlu disadari bahwa setiap atlet berbeda satu dengan yang lainnya. Ditambah untuk anak usia remaja emosi atau mental masih tidak stabil, sehingga perlu pembinaan yang baik dan benar. Atlet-atlet pada usia ini masih tumbuh dan berkembang sehingga memungkinkan untuk dibina dan dikembangkan baik aspek fisik maupun mentalnya sesuai dengan batas kemampuan yang ada. (Singih, 1989) dalam (Dimiyati dkk, 2013:146).

Untuk mencapai prestasi maksimal atlet sering dihadapkan pada berbagai tantangan, baik situasi berlatih maupun dalam situasi pertandingan. Oleh sebab itu, atlet harus memiliki kemampuan yang baik dalam aspek fisik, teknik, taktik maupun mental. Dalam (Arista Kiswanto, 2016:87) dijelaskan, semua latihan ketrampilan mental dan penguatan mental membutuhkan waktu yang dapat dikatakan tidak ada batas akhirnya. Hal itu disebabkan kondisi mental atlet bisa

jadi selalu berubah setiap saat setelah menghadapi berbagai situasi dan beban mental yang berbeda-beda dan membuat tertekan.

Sehubungan dengan hal tersebut, keterampilan mental merupakan fondasi yang harus dibangun kuat pada diri atlet untuk menopang pencapaian prestasi atlet di masa yang akan datang. Penguasaan mental itu sangat penting, atlet harus belajar keras dalam latihan meningkatkan keterampilan mental tidak hanya melatih kekuatan fisik. Williams dalam (Komarudin, 2016:7) menjelaskan bahwa, keterampilan psikologis merupakan fondasi yang akan mengantar kepada kesuksesan, potensi, kenyamanan, serta keuntungan di masa depan.

2.2.3 Organisasi

Menurut Jones dalam Harsuki (2012:106) organisasi adalah suatu alat yang dipergunakan oleh orang-orang untuk mengoordinasikan kegiatannya untuk mencapai sesuatu yang mereka inginkan atau nilai, yaitu mencapai tujuannya.

Kegiatan koordinasi merujuk pada penciptaan entitas (kesatuan) social, seperti organisasi, dimana orang-orang bekerja secara kolaktif untuk mencapai tujuan. Pencapaian tujuan sering kali lebih mudah jika bekerja bersama-sama daripada bekerja sendirian. Dengan demikian, organisasi adalah entitas sosial (seperti organisasi) yang menciptakan untuk mengoordinasikan upaya individu dengan maksud mencapai tujuan.

Menurut Menpora (1983:32) untuk melaksanakan program-program yang telah ditetapkan dalam pembangunan olahraga, perlu diciptakan organisasi serta mekanisme kerja yang tepat dan mantap, baik secara vertikal maupun horizontal. Atas organisasi tersebut harus tetap bersumber pada konstitusi Negara serta peraturan perundang-undangan yang berlaku. Organisasi tersebut baik pemerintah mulai dari tingkat pusat sampai dengan tingkat desa berdasarkan

tugas pokok, fungsi dan tanggung jawab masing-masing hendaknya merupakan jaringan kerja yang memiliki dinamika dan semangat keterpaduan dalam mencapai tujuan yang ditetapkan bersama.

Sesuai dengan pendapat Muthohir dalam (Untung Febrisius Soan, 2017:20), perlu disusun kebijakan olahraga nasional khususnya terkait dengan pengembangan kapasitas organisasi guna mendukung kelancaran penyelenggaraan Sistem Keolahragaan Nasional. Karena kebijakan untuk merencanakan pembinaan olahraga prestasi yang berjenjang dan berkesinambungan sangat perlu dilakukan dalam pelaksanaan pembinaanya.

Perlu diketahui bahwa sepenting-pentingnya pelatih, pengurus, juga pemain-pemain berkualitas, semua itu tidak sepenting sebuah sistem organisasi yang baik (Scheunemann, 2006: 18). Jadi, siapapun yang menjadi pelatih, atau siapa yang menduduki kursi kepengurusan otomatis menjadi tidak begitu penting yang terpenting sistem organisasi. Maksudnya adalah semua yang menjadi bagian dari sistem organisasi tersebut tidak dapat berjalan sendiri-sendiri, mereka harus saling bekerja sama. Karena hasil yang diperoleh akan tidak maksimal jika salah satu yang menjadi bagian dari organisasi tidak ada.

2.2.4 Pelatih

Menurut Harsuki (2003:374), pelatih adalah sosok manusia yang harus bekerja keras secara professional untuk membantu atlet memantapkan penampilan serta meningkatkan seluruh potensinya sehingga mampu berprestasi tinggi dalam cabang olahraga. Pate dan Rotella sebagaimana dikutip oleh Hasibuan, dkk (2009:8), juga berpendapat bahwa pelatih adalah seorang yang professional yang tugasnya membantu olahrgawan dan tim dalam memperbaiki penampilan olahraga. Karena pelatih adalah suatu profesi, maka sebaiknya

pelatih harus dapat memberikan pelayanan yang sesuai dengan standar atau ukuran professional yang ada. Sedangkan yang sesuai dengan standar profesi adalah pelatih harus dapat memberikan pelayanan pelatihan sesuai dengan perkembangan mutakhir pengetahuan ilmiah di bidang yang ditekuni.

Dalam meningkatkan prestasi suatu cabang olahraga, peran seorang pelatih dalam hal ini sangat berperan besar dalam memajukannya. Maka untuk meningkatkan suatu prestasi cabang olahraga tentu diperlukan seorang pelatih yang mampu menguasai ilmu-ilmu kepelatihan dengan baik sesuai dengan cabang olahraga yang dilatih atau dipegang agar dapat terciptanya kreativitas, variasi-variasi latihan yang baik sesuai dengan tujuannya. (Jaya Priyanto dkk, 2014:24)

Pelatih memainkan peran penting dalam mengembangkan bakat dan membentuk atlet yang sukses (De Bosscher et al., 2015). Maka pelatih memiliki tugas yang cukup berat, karena harus membantu atlet untuk mencapai kesempurnaannya. Maksudnya menyempurnakan atlet sebagai makhluk multi dimensional yang meliputi jasmani, rohani, sosial, dan religi. Sehingga jika ada seorang atlet menjadi juara dalam berbagai even, namun perilaku sehari-hari tidak sesuai dengan norma agama dan norma kehidupan masyarakatnya, maka hal tersebut merupakan salah satu kegagalan seorang *coach* dalam bertugas. "... kami berpendapat bahwa salah satu kemampuan penting dari seorang pelatih adalah untuk dapat memimpin klien (atlet) melalui proses pembinaan dalam rangka untuk mempromosikan klien (atlet) dalam mencapai targetnya (Maximilian D.M dan Eva Traut-M, 2015:199). Peran yang harus diemban oleh pelatih cukup berat dan sangat beragam, berbagai peran harus mampu dikerjakannya dengan baik (Djoko Pekik Irianto, 2002:16)

2.2.5.1 Unsur pelatih

Menurut Menpora (1984:25) untuk merealisasikan pembangunan olahraga yang merupakan unsur penting dalam rangka pembinaan bangsa, dibutuhkan tenaga pendidik, pelatih, dan penggerak yang memadai baik secara kualitatif maupun kuantitatif:

- a. Pendidik, diproyeksikan untuk mampu memberikan pendidikan jasmani dan olahraga pada lembaga pendidikan umum atau agama, mulai dari taman kanak-kanak sampai dengan perguruan tinggi.
- b. Pelatih, diproyeksikan untuk melatih olahragawan dalam pemantapan dan peningkatan prestasi.
- c. Penggerak, diproyeksikan untuk mampu menumbuhkan dan meningkatkan apresiasi dan partisipasi seluruh masyarakat di bidang olahraga.

2.2.5.2 Kompetensi pelatih

Mills dan Denison (2018) berpendapat bahwa mereka yang pelatih elit adalah pelatih yang paling dihormati dan kepada siapa orang lain mendengarkan. Pelatih menarik pengalaman mereka sebagai pelatih dan sebagai mantan atlet sebagai sumber penting dari pengetahuan (Blackett et al, 2018;.. Cushion et al, 2003). Apabila menginginkan menjadi pelatih yang sukses serta dapat menjadi pelatih yang baik maka diperlukan adanya kompetensi dasar yang harus dimiliki pelatih, di antaranya adalah: 1) Mampu merencanakan, menyusun, melaksanakan dan mengevaluasi program latihan. 2) Mampu menggunakan sarana dan prasarana olahraga baik dalam latihan maupun pertandingan. 3) Menguasai secara baik peraturan permainan dan perlombaan atau pertandingan. 4) Mampu merencanakan dan melaksanakan tes dan pengukuran, selanjutnya dapat menindak lanjuti hasil tes dan pengukuran tersebut guna menyusun dan

menyempurnakan program latihannya. 5) Mampu melakukan pemanduan bakat khususnya pada cabang yang ditekuni. 6) Mampu mencegah terjadinya cedera pada atlet serta juga mampu mendeteksi atau mendiagnosa gejala-gejala cedera yang selanjutnya merujuk hal tersebut untuk memperoleh pengobatan atau perawatan yang tepat. 7) Mampu menerapkan IPTEK dalam setiap pelaksanaan kegiatan kepelatihan. 8) Mampu menjalin kerja sama dengan profesi yang terkait, seperti dokter olahraga, ahli gizi, psikolog, ahli fisiologi olahraga, ahli biomekanika dan yang lainnya. 9) Mampu mengaktualisasikan dirinya sebagai pemimpin, pendidik, manager administrator, motivator, dan lain sebagainya. 10) Mampu meningkatkan dan mengembangkan kemampuan individu, baik fisik maupun psikis termasuk penguasaan bahasa inggris. 11) Mampu mengaktualisasikan kaedah-kaedah etika dalam kegiatan kepelatihan olahraga (Hasibuan, dkk. 2009:11).

2.2.5 Pendanaan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2007:274), dana yaitu uang yang disediakan untuk suatu keperluan. Dana merupakan faktor yang menunjang pembinaan, karena tanpa persiapan dana yang cukup tidak mungkin suatu harapan atau tujuan dapat tercapai dengan maksimal.

Sesuai Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional, dimana pemerintah daerah harus memperhatikan perkembangan olahraga prioritas atau unggulan, olahraga prestasi, olahraga masyarakat, olahraga pelajar semua mendapat perhatian lewat KONI. (Sukorini, 2009:22).

Dalam suatu organisasi olahraga khususnya, pembinaan prestasi untuk tim bolavoli sangat diperlukan dana yang menunjang untuk kemajuan serta

tercapainya suatu tujuan yang ingin dicapai. Dalam mengatur pembagian dana di dalam organisasi haruslah memperhatikan antara pemasukan dan pengeluaran yang digunakan dalam biaya operasional pendukung tercapainya suatu tujuan yaitu: 1) Memanfaatkan sumber dana dari sekolah dalam mendukung tercapainya sarana yang diharapkan. 2) Dari pembina dan pelatih menyusun rencana kegiatan masing-masing secara lebih terencana. 3) Peran sekolah dalam menyediakan kebutuhan yang diperlukan dalam pembinaan.

2.2.6 Sarana dan Prasarana

Undang-undang Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragan Nasional Pasal 1 ayat 20 dan 21 (2006:13), tertulis bahwasanya prasarana olahraga adalah tempat atau ruang termasuk lingkungan yang digunakan untuk kegiatan olahraga atau penyelenggaraan keolahragaan. Menurut Depdiknas dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001: 893) bahwa, “prasarana adalah segala sesuatu yang merupakan penunjang utama terselenggaranya suatu proses usaha, pembangunan proyek dan lain sebagainya”. Prasarana olahraga secara umum berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Dalam olahraga prasarana didefinisikan sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen dan sulit untuk dipindahkan (Soeparnoto, 2000: 5).

Sedangkan dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (2005:999) dijelaskan bahwa sarana adalah segala sesuatu yang dapat dipakai sebagai alat dalam mencapai maksud atau tujuan. sarana olahraga adalah terjemahan dari kata “facilities”, yaitu sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani (Soeparnoto, 2000: 6).

Sarana olahraga yaitu peralatan dan perlengkapan yang digunakan untuk kegiatan olahraga. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu:

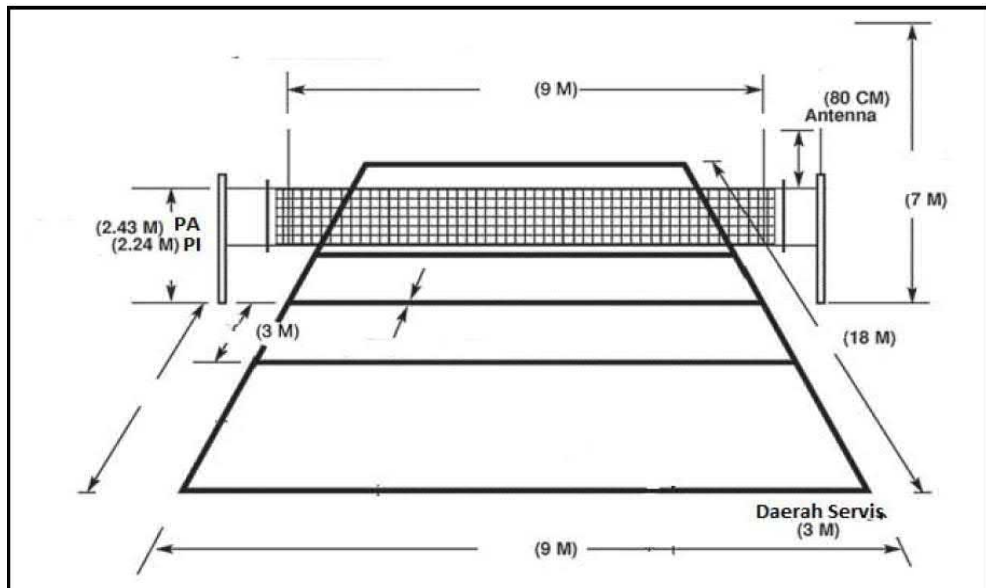
1. Peralatan (apparatus), ialah sesuatu yang digunakan, contoh: peti lincat, palang tunggal, palang sejajar, gelang gelang, kuda-kuda dan lain-lain.
2. Perlengkapan (device), yaitu :
 - Sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya: net, bendera untuk tanda, garis batas dan lain-lain.
 - Sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki misalnya; bola, raket, pemukul, dan lain-lain.

Ramdan Pelana (2013:767) menyatakan bahwa, "Hambatan untuk berprestasi di Indonesia di luar diri atlet adalah terbatasnya atau sangat kurang tersedianya sarana olahraga dan peralatan olahraga". Selain itu, Tim SDI Pusat di tahun 2007 menyimpulkan hasil kajiannya bahwa Indeks Pembangunan Olahraga Indonesia atau dikenal dengan Standard Development Indeks (SDI) adalah 0,280 artinya bahwa pembangunan olahraga kita masih tergolong rendah, ditinjau dari dimensi partisipasi, ruang terbuka, SDM, dan kebugaran. Selaras dengan itu, hasil survey yang dilakukan oleh Depdiknas menunjukkan bahwa kebugaran jasmani pelajar Indonesia adalah 10,7% kurang sekali, 45,97% kategori kurang, 37,66% kategori sedang, 5,66% kategori baik, dan 0% kategori baik sekali (Depdiknas, 2005).

Maka dari itu sarana maupun prasarana olahraga adalah faktor penunjang yang sangat berpengaruh terhadap pembinaan prestasi. Tanpa adanya sarana dan prasarana yang lengkap dan memadai, program pembinaan tidak akan dapat berjalan lancar sebagaimana yang diharapkan. Dalam bola voli sendiri, sarana

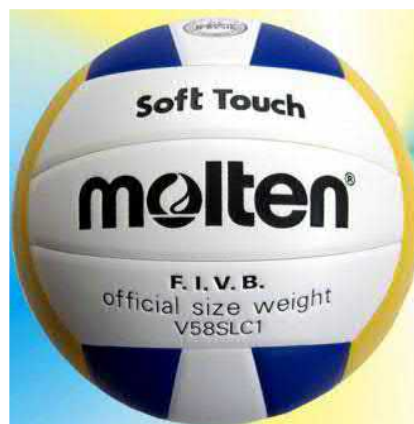
dan prasarana yang digunakan antara lain bola, net/jaring, root, tiang dan lapangan yang berbentuk persegi panjang. Dengan ketentuan sebagai berikut:

- Panjang lapangan 18 meter x lebar 9 meter. Di kelilingi daerah bebas minimal 2 m untuk lapangan *indoor* dan 3 m untuk lapangan *outdoor* dengan ruang bebas 7 m dari permukaan lapangan permainan.
- Permukaan permainan harus datar, horisontal, dan seragam (polos). Permukaan dalam lapangan *indoor* harus satu warna, cerah, dan terang. Garis garisnya harus berwarna muda dan berlainan dengan lantai. Pada lapangan terbuka atau *ourdoor* diperkenankan ada kemiringan 5mm per meter untung pengeringan. Garis batas lapangan lebarnya 5 cm.
- Ukuran net voli panjang 9,50 m dan lebar 1 m dengan mata jala 10 cm. Dua buah pita putih selebar 5 cm panjang 1 m diletakkan pada setiap sisi net, tegak lurus pada titik potong garis sisi depan poros garis tengah.
- Antenna adalah dua buah tongkat (rod) lentur yang terbuat dari fiber glass atau sebangsanya dengan ukuran panjang 1,8 m dan bergaris tengah 0,01 m. Tinggi net untuk pemain putra 2,43 m untuk putri 2,24 m.
- Tiang net harus bulat dan halus dengan tinggi 2,55 m dan ditanam pada permukaan lapangan dengan jarak 0,50 - 1 m dari garis samping lapangan.



Gambar 4. Lapangan bola voli
(<http://revasportcommunity.blogspot.com>)

- Bola dalam permainan bola voli dibuat dari bahan kulit atau bahan yang biasa digunakan untuk membuat bola voli. Berat bola voli 250 - 280 gr. Keliling bola 65 - 70 cm (Abror Hisyam; 1991 :114).



Gambar 5. Bola Voli
(<http://agenalatolahraga.com/voli/>)

2.2.7 Prestasi

Prestasi adalah hasil yang telah dicapai seseorang dalam melakukan suatu kegiatan. Prestasi berasal dari bahasa Belanda yang artinya hasil dari usaha yang telah dikerjakan. dari pengertian prestasi tersebut, maka pengertian

prestasi diri, adalah hasil dari usaha yang dilakukan seseorang. prestasi dapat dicapai dengan mengandalkan kemampuan intelektual, emosional, dan spiritual. serta ketahanan diri dalam menghadapi situasi segala aspek kehidupan.

Menurut UU RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga. Prestasi olahraga adalah hasil upaya maksimal yang dicapai seseorang olahragawan (atlet) atau sekelompok orang (tim/regu) dalam bentuk kemampuan dan keterampilan menyelesaikan tugas-tugas gerakan, baik dalam kegiatan latihan maupun dalam kompetisi dengan menggunakan parameter-parameter evaluasi yang jelas dan rasional.

Kata prestasi dapat diartikan sebagai pencapaian akhir yang memuaskan oleh seseorang atau tim, berdasarkan target awal yang dibebankan. Jadi prestasi tidak selalu identik dengan juara. Walaupun tidak menjadi juara atau meraih kemenangan, tetapi bila itu sudah dapat memenuhi atau bahkan melampaui target awal, maka itu sudah dapat dikatakan berprestasi. Sementara kata olahraga mengandung makna segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan social dan biasanya berorientasi terhadap pencapaian prestasi. Jadi dapat disimpulkan bahwa prestasi olahraga adalah suatu pencapaian akhir yang memuaskan berdasarkan target awal tim atau atlet, dalam lingkup dunia olahraga.

2.2.8 Tim Bola Voli SMA Negeri 2 Purbalingga

Di Kabupaten Purbalingga belum banyak sekolah-sekolah SMA yang melakukan pembinaan cabang olahraga bola voli dengan terstruktur baik. Baru beberapa sekolah yang serius dalam melakukan pembinaan bola voli. Salah satu sekolah yang cukup serius melakukan pembinaan bola voli adalah SMA Negeri 2

Purbalingga. Dengan memiliki seorang pelatih, yaitu bapak Wibowo dimana pak Bowo yang kurang lebih sudah 10 tahun melatih, membuat tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga dapat berprestasi di tingkat kabupaten. Bersama beliau, SMA Negeri 2 Purbalingga sudah beberapa kali menjuarai POPDA bola voli SMA baik putra maupun putri. Namun untuk bersaing di tingkat karesidenan belum dapat berprestasi mengalahkan perwakilan dari daerah banjarnegara dan banyumas. Sehingga belum dapat ikut bersaing untuk bertanding di tingkat provinsi maupun nasional.

Sekolah SMA Negeri 2 Purbalingga sendiri terletak di, pinggiran dekat pusat kota purbalingga. Di desa bancar, tepatnya di Jalan Pucung Rumbak No.47, Kelurahan Bancar, Kecamatan Purbalingga, Kabupaten Purbalingga. Di dalam sekolah SMA Negeri 2 Purbalingga, terdapat gedung olahraga yang khusus untuk digunakan kegiatan ekstrakurikuler terutama bola voli. Sehingga untuk pembinaan bola voli tidak terganggu karena cuaca. Dengan program pembinaan yang baik, sudah pastinya tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga dapat meraih prestasi yang maksimal. Dengan bantuan pelatih yang merupakan mantan atlet bola voli pada masanya, diharapkan adanya kemajuan yang baik untuk tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga kedepannya.

2.3 Kerangka Konseptual

Permainan bola voli merupakan kegiatan olahraga yang sudah populer di kalangan masyarakat. Namun dalam dunia pendidikan, bola voli juga termasuk bagian penting dalam materi pembelajaran. Olahraga bola voli menjadi aktivitas fisik dari pendidikan jasmani, baik untuk siswa SD, SMP maupun SMA. Dalam perkembangannya sendiri, olahraga bola voli sudah banyak lembaga/institusi/kelompok organisasi dari pemerintah maupun individu yang

mengadakan atau mempertandingkan kejuaraan bola voli. Mulai dari tingkat desa, kecamatan, kabupaten maupun nasional. Sehingga perkembangan bola voli di Indonesia mulai meningkat dengan pesat.

Untuk kategori pelajar sendiri, kejuaraan bola voli yang paling sering diadakan pada tingkat kabupaten adalah kejuaraan POPDA untuk SMP dan SMA sederajat dan ada O2SN, namun khusus untuk O2SN hanya diikuti oleh siswa-siswa SMK. Pada tingkat SMA, SMA Negeri 2 Purbalingga merupakan tim bola voli yang cukup diunggulkan di tingkat kabupaten. Karena dalam beberapa tahun kemarin dapat menjuarai pertandingan POPDA bola voli SMA. Hal ini dikarenakan adanya pembinaan yang serius dari sekolah tersebut. Namun untuk tingkat karesidenan belum dapat bersaing melawan sekolah dari wilayah Kabupaten Banjarnegara dan Banyumas. Sehingga belum dapat bertanding di tingkat provinsi maupun nasional.

Tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga terbentuk dari kegiatan ekstrakurikuler yang ada. Melalui pembinaan yang baik dan benar, diharapkan atlet-atlet muda dapat bermunculan dari SMA Negeri 2 Purbalingga dan bersaing dengan atlet dari luar kabupaten untuk menjadi atlet yang profesional. Untuk mencapai tujuan tersebut, dibutuhkan pelatih yang mengerti dan paham dengan program latihan apa yang harus diberikan dan sesuai untuk anak-anak usia remaja seperti siswa SMA. Karena dengan manajemen pembinaan yang terencana, terarah dan sistematis, akan ada peningkatan atau performa atlet yang berprestasi. Maka dari itu, pembinaan tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga harus kita ketahui.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang diperoleh, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Program pembinaan prestasi di SMAN 2 Purbalingga yang dilakukan oleh pelatih tidak menggunakan sistem *talent scouting*, proses pemanduan bakat atlet dalam pelaksanaan pembinaan bola voli dilakukan dengan pemahaman pelatih sendiri atas dasar pengalamannya sebagai mantan atlet. Selama ini program yang dilakukan pelatih berjalan dengan cukup baik, walaupun rencana pembinaan yang dibuat pelatih tidak disusun dan terjadwal dalam suatu dokumen. Prestasi tim bola voli SMA Negeri 2 Purbalingga di tahun 2019 tidak ada sama sekali, tidak ada turnamen yang berhasil dijuarai.
- 2) Program latihan untuk atlet sudah cukup, karena rencana latihan tersebut dibuat dengan mempertimbangkan kemampuan anak dan kebutuhan tim bola voli SMAN 2 Purbalingga untuk meningkatkan prestasinya sesuai dengan tujuan yang ditentukan bersama. Hanya saja pada tahun ini tidak sesuai dengan harapan, karena kekurangan anak yang berbakat yang masuk menjadi siswa SMAN 2 Purbalingga salah satu akibat ditiadakannya kelas khusus olahraga..
- 3) Susunan kepengurusan organisasi ekstrakurikuler bola voli SMAN 2 Purbalingga dibawah naungan Kepala SMAN 2 Purbalingga berjalan tertib dan terstruktur dalam proses pembinaan prestasi. Pelatih bola voli SMAN 2 Purbalingga belum memiliki sertifikat atau lisensi resmi sebagai pelatih,

kemampuan beliau melatih diperoleh dari pengalamannya sebagai mantan atlet dan video-video latihan bola voli dari *youtube*. Sarana dan prasarana bola voli SMAN 2 Purbalingga sudah tercukupi, namun untuk meningkatkan prestasi perlu penambahan ataupun perbaikan. Fasilitas yang dipakai oleh tim bola voli SMAN 2 Purbalingga adalah gedung olahraga *indoor* (lapangan voli, 2 buah), 2 net voli, 20 bola voli, 2 kaos tim.

- 4) Pendanaan yang dimaksud bersumber dari anggaran BOS SMAN 2 Purbalingga dan sumbangan atau iuran dari siswa yang dialokasikan dengan seksama untuk kebutuhan sarana dan prasarana maupun proses pembinaan. Prestasi tim bola voli SMAN 2 Purbalingga di tahun 2019 mengalami penurunan dari tahun-tahun sebelumnya, dari pertandingan yang diikuti tidak ada yang berhasil menjadi juara.
- 5) Program pembinaan prestasi bola voli di SMA Negeri 2 Purbalingga kurang terencana dan terstruktur dengan baik. Mulai dari pembinaan yang tidak menggunakan *talent scouting*, program latihan tidak tersusun dalam jangka panjang, sarana dan prasarana pendukung yang belum ada, dan pendanaan yang terbatas membuat pelaksanaan pembinaan prestasi di SMA Negeri 2 Purbalingga tidak berjalan dengan maksimal.

5.2 Saran

Berdasarkan penelitian dan simpulan, peneliti menyarankan beberapa hal antara lain:

- 1) Kepala SMAN 2 Purbalingga selaku penanggung jawab dan pelindung ekstrakurikuler bola voli harus memberikan pendanaan lebih untuk pengadaan sarana dan prasarana pendukung demi meningkatkan pelaksanaan prestasi bola voli sebagai wadah pembinaan atlet di SMA, agar dapat menunjukkan

penampilan yang terbaik dalam setiap kompetisi di tingkat karesidenan, provinsi maupun nasional.

- 2) Kepada pembina ekstrakurikuler bola voli SMAN 2 Purbalingga untuk memberikan arahan dan motivasi kepada atlet maupun pelatih agar lebih semangat dan terus berkembang dalam berlatih serta bermain bola voli. Pembina juga harus lebih terbuka dan peka dalam memonitor pelaksanaan pembinaan prestasi bola voli SMAN 2 Purbalingga.
- 3) Kepada pelatih bola voli SMAN 2 Purbalingga agar selalu memberikan semangat, arahan serta meningkatkan program latihan dengan saling bekerjasama dengan pembina dan atlet bola voli SMAN 2 Purbalingga untuk meningkatkan pembinaan prestasi bola voli.
- 4) Kepada atlet untuk senantiasa belajar dan berlatih semaksimal mungkin dalam mencapai prestasi yang diinginkan.
- 5) Kepada kepala sekolah di seluruh SMA Kabupaten Purbalingga agar senantiasa mendukung program pembinaan prestasi bola voli di sekolah dalam mengembangkan bakat anak didiknya.
- 6) Kepada orang tua dan masyarakat agar selalu memberikan dukungan pada anak baik moral maupun materiil yang penuh dalam program pembinaan prestasi olahraga khususnya olahraga bola voli.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Jamalong. "Peningkatan Prestasi Olahraga Nasional Secara Dini Melalui Pusat Pembinaan dan Latihan Pelajar (PPLP) dan Pusat Pembinaan dan Latihan Mahasiswa (PPLM)". *Jurnal Pendidikan Olah Raga*. Vol. 03/No. 02/Desember, 2014: 156-168.
- Ali Yusmar. "Upaya Peningkatan Teknik Permainan Bola Voli Melalui Modifikasi Permainan Siswa Kelas X SMA Negeri 2 Kampar". *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar FKIP Universitas Riau*. Vol. 01/No. 01/Juli, 2017: 143-152.
- Amung Ma'mun dan Toto Subroto. 2010. *Pendekatan Ketrampilan Taktis Dalam Permainan Bola Voli*. Jakarta. Depdiknas.
- Arista Kiswanto. "Pembinaan Mental Bagi Atlet Pemula Untuk Membantu Pengendalian Agresivitas". *Jurnal Konseling GUSJIGANG*. Vol. 02/No. 01/, 2016 : 81-89.
- Arman. "Survei Sarana Prasarana Olahraga Dengan Efektivitas Pembelajaran Penjasorkes SMP Negeri Kecamatan Dampal Selatan Kabupaten ToliToli". *E- Journal Tadulako Physical Education, Health And Recreation*. Vol. 02/No. 06/Agustus, 2014: 1-15.
- Blackett AD, Evans AB and Piggott D (2018) 'They have to toe the line': A Foucauldian analysis of the socialisation of former elite athletes into academy coaching roles. *Sports Coaching Review*. Epub ahead of print 20 February. DOI: 10.1080/21640629.2018.1436502.
- Cushion CJ, Armour KM and Jones RL (2003) Coach education and continuing professional development: *Experience and learning to coach*. *Quest* 55(3): 215–230.
- De Bosscher V, Shibli S, Westerbeek H, et al. (2015) Successful Elite Sport Policies: An International Comparison of the Sports Policy Factors Leading to International Sporting Success (SPLISS 2.0) in 15 Nations. Maidenhead, UK: Meyer & Meyer.
- Deni Sukrorini. 2009. *Pembinaan Prestasi Olahraga Sepak Takraw di Kabupaten Kebumen*. Skripsi. UPT Perpustakaan UNNES Nomor 021/IOR/09.
- Devi Tirtawirya. "Perkembangan dan Peranan Taekwondo Dalam Pembinaan Manusia Indonesia". *Jurnal Olahraga Prestasi*. Vol. 01/No. 02/Juli, 2005 : 195- 211.
- Dimiyati, Herwin, dan Tri Ani Hastuti. "Karakteristik Psikologis Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP)". *Jurnal Psikologi*. Vol. 40/No. 02/Desember, 2013: 143-158.
- Dirham. 1986. *Kepemimpinan Organisasi dan Administrasi Olahraga*. Semarang: IKIP.
- Djoko Pekik Irianto. 2002. *Dasar Kepelatihan*. Yogyakarta: Surat Perjanjian Pelaksanaan Diklat Nomor:688.a/J.35.16/KU/2002.

Donna de Haan and Annelies Knoppers (2019) Gendered discourses in coaching high-performance sport. *International Review for the Sociology of Sport*. DOI: 10.1177 / 1012690219829692.

Eva Yunida, Sugiharto, dan Tommy Soenyoto. "Manajemen Pembinaan Merdeka Basketball Club (MBBC)". *Journal of Physical Education and Sports*. Vol. 06/No. 02/Agustus, 2017 : 125-132.

Hamdan Mansoer. 1989. *Pengantar Manajemen*. Jakarta: Debdikbud.

Hamlin, R. G., Ellinger, A. D., & Beattie, R. S. (2009). Toward a process of coaching? A definitional examination of "coaching," "organization development," and "human resource development." *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*, 7(1),13-38.

Hari Agung Wiwoho, Said Junaidi, dan Sugiarto. "Profil Kondisi Fisik Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Putra SMA N 02 Ungaran Tahun 2012". *Jurnal of Sport Sciences and Fitness*. Vol. 03/No. 01/Maret, 2014: 44-48.

Harsono. 1988. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Tinggi Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan.

Harsuki. 2003. *Perkembangan Olahraga Terkini (Kajianparapakar)*. Jakarta: PT Rajawali Grafindo Persada.

_____. 2012. *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada.

Herry Koesyanto. 2003. *Belajar Bermain Bola Voli*. Semarang : Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

<http://pusatbahasa.diknas.go.id/kbbi/index.php>. 5 September 2013

<http://revasportcommunity.blogspot.com>

Husdarta. 2009. *Manajemen Pendidikan Jasmani*. Bandung: Alfabeta.

Idris Moh. Latar. "Meningkatkan Keterampilan Bola Voli Mahasiswa Penjas Dengan Metode Latihan". *Journal of Physical Education, Health and Sports*. Vol. 02/No. 01/Juni, 2015: 1-10.

Jarot Sutrisno, Zulkarnaen, dan Mochtar M. Noh. "Peran Dinas Pendidikan, Pemuda Dan Olahraga Dalam Meningkatkan Prestasi Olahraga Di Kabupaten Pontianak". *Jurnal Tesis PMIS-UNTAN-IAN*. Vol. /No. /, 2012: 1-7.

Jaya Priyanto, Taufiq Hidayah, dan Prapto Nugroho. "Model Pembinaan Prestasi Olahraga Voli Pantai Di Kabupaten Indramayu Tahun 2013". *Journal of Sport Sciences and Fitness*. Vol. 03/No. 01/Maret, 2014: 23-26.

Johan Irmansyah. "Evaluasi Program Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Bola Voli Pantai". *Jurnal Keolahragaan*. Vol. 05/No. 01/April, 2017: 24-38.

Johannes Orłowski, Pamela Wicker dan Christoph Breuer (2018). Migrasi tenaga kerja antara pelatih olahraga elit: Sebuah studi eksplorasi. *Ulasan internasional untuk Sosiologi Olahraga*. Vol. 53 (3) 335 -349.

- Komarudin. 2016. *Psikologi Olahraga*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya.
- KONI, 2000. *Gerakan Nasional Garuda Emas Pemanduan dan Pembinaan Bakat Usia Dini*. Jakarta: KONI.
- Lexy.J. Moleong. 2002. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- _____. 2008. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- _____. 2011. *Metode Penelitian Kualitatif*. Bandung : PT Remaja Rosdakarya.
- Linda Agnes M. R. "Pembinaan Prestasi Bola Voli Di Klub Ivolta Kecamatan Saronggi Kabupaten Sumenep". *Jurnal Kesehatan Olahraga*. Vol. 06/No. 02/Oktober, 2016:426-432.
- Liska Sukiyandari dan Kardiyono. "Keadaan Sarana dan Prasarana Pendidikan Jasmani Di SD se UPTD Kecamatan Semarang Barat Kota Semarang Tahun 2015". *Jurnal Ilmiah SPIRIT*. Vol. 16/No. 02/-, 2016: 1-12.
- Maximilian D. Muhlberger and Eva Trauth-Mattausch (2015) Leading to Effectiveness: Comparing Dyadic Coaching and Group Coaching. *Journal of Applied Behavioral Science* 51(2):198-230.
- Menpora, 1984, *Pola Dasar Pembangunan Olah Raga*. Jakarta : Kantor Menteri Negara Pemuda dan Olah Raga.
- Mira Fuzita dan Iskandar. "Pembinaan Bola Voli Di Klub IKIP PGRI Pontianak". *Jurnal Pendidikan Olahraga*. Vol. 06/No. 02/Desember, 2017: 119-128.
- M. Sajoto, 1998. *Pembinaan Kondisi Fisik Dalam Olahraga*. Jakarta : Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.
- Mills JP and Denison J (2018) How power moves: A Foucauldian analysis of (in)effective coaching. *International Review for the Sociology of Sport* 53(3): 296–312.
- M. Yunus, 1992. *Olahraga Pilihan Bolavoli*. Jakarta: DEPDIKNAS.
- Nuril Ahmad. 2007. *Panduan Olahraga Bola Voli*. Jakarta : Era Pustaka Utama.
- Pusat Bahasa Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia*.
- Ramdan Pelana. "Persepsi Atlet Terhadap SDM PPLM Tentang Prestasi Atlet". *Gladi Jurnal Ilmu Keolahragaan*. Vol. 07/No. 02/Oktober, 2013: 765-779.
- Rosbin Pakaya, Tandiyo Rahayu, dan Soegiyanto K. S. "Evaluasi Program Pada Klub Bola Voli Kijang Di Kota Gorontalo". *Journal of Physical Education and Sports*. Vol. 01/No. 2/November, 2012: 140-145.
- Rumpis Agus Sudarko. "Peningkatan Kualitas Prosedur dan Evaluasi Olahraga Unggulan Propinsi Kalimantan Timur". *Jurnal Olahraga Prestasi*. Vol. 05/No. 01/Januari, 2009: 1-18.
- Rusli Lutan 2000. *Dasar – Dasar Kepelatihan*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral Pendidikan Dasar dan Menengah bagian proyek penataran guru SLTP setara D-III tahun 1999/2000.
- Said Junaidi. 2003. *Pembinaan Olahraga Usia Dini*. Semarang: Unnes.

- Sanusi Hasibuan, I. Akhmad dan E. Hariyanto. 2009. *Evaluasi Program Pembinaan dan Latihan Olahraga Pelajar di Kalimantan Timur, Riau dan Sumatera Barat Tahun 2009*. Jakarta: Asisten Deputi IPTEK Olahraga, Deputi Peningkatan Prestasi dan IPTEK Olahraga, Kemenpora R.I.
- Setiyawan. "Kepribadian Atlet dan Non Atlet". *Jurnal Olahraga*. Vol. 02/No. 01/Januari, 2013: 110-119.
- Soepartono. 2000. *Sarana dan Prasarana Olahraga*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jendral pendidikan dasar dan menengah bagian proyek penataran guru SLTP setara D-III tahun 1999/2000.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Suharno. 1981. *Metodik Melatih Permainan Bolavoli*. Yogyakarta: IKIP Yogyakarta.
- Suharsimi, Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: PT. Rineka Cipta.
- _____. 2013. *Prosedur Penelitian Kualitatif*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Suharto, 1999. *Pola Umum Pembinaan dan Pengembangan kesegaran Jasmani dan Kebudayaan*. Pusat Kesegaran Jasmani dan Rekreasi.
- Salchan Y. 1995. *Kamus Pintar Bahasa Indonesia*. Surabaya : Amanah
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005. 2006. *Sistem Keolahragaan Nasional*. Yogyakarta: Pustaka Yustisia.
- Untung Febrisius Soan. "Kebijakan dan Strategi Pembinaan Olahraga Prestasi Daerah". *Jurnal Sains Keolahragaan & Kesehatan*. Vol. 02/No. 01/Juni, 2017: 20-23.
- Viera, Barbara L. 2004. *Bola Voli (Tingkat Pemula)* diterjemahkan oleh Monti. Jakarta: Raja Grafindo Persada.