

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial. Ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan : a) olahraga pendidikan, b) olahraga rekreasi, dan c) olahraga prestasi. Sedangkan olahraga menurut Bennet dkk.(1983:3), "olahraga (*sport*) adalah aktifitas jasmani yang dilembagakan yang peraturannya ditetapkan bukan oleh pelakunya atau secara eksternal dan sebelum melakukan aktifitas tersebut.

Olahraga merupakan suatu fenomena yang mendunia dan menjadi bagian yang tak terpisahkan dalam kehidupan sehari-hari. Sehingga olahraga menjadi sarana strategis untuk membangun kepercayaan diri, identitas bangsa, dan kebanggaan nasional. Hakekat pembangunan olahraga nasional adalah merupakan bagian upaya meningkatkan kualitas sumberdaya manusia yang utama untuk pembentukan watak dan kepribadian termasuk sifat-sifat disiplin, Sportifitas, etos kerja yang tinggi, serta masyarakat yang sehat dan kuat. Sebab, bagaimanapun juga bangsa yang maju bisa terwujud salah satu faktornya karna masyarakat yang sehat. Begitu juga dalam bidang olahraga, peningkatan prestasi olahraga didapat karena salah satu penunjangnya ialah atlet yang sehat sehingga dapat membangkitkan kebanggaan nasional dan membawa harum nama bangsa melalui pembinaan yang baik.

Pembinaan olahraga yang sistematis, kualitas SDM dapat diarahkan pada peningkatan pengendalian diri, tanggung jawab, disiplin, sportifitas yang tinggi mengandung nilai transfer bagi bidang lainnya. Oleh sebab itu, pembangunan olahraga perlu mendapat perhatian lebih proporsional melalui manajemen yang sistematis dalam pembangunan nasional. Melalui kerjasama dan pembinaan dibidang olahraga harus terus ditingkatkan, baik kualitas maupun kuantitasnya, khususnya dalam membina atlet agar berprestasi di berbagai event baik nasional maupun internasional. Dalam upaya peningkatan prestasi, manajemen dalam proses pembinaan adalah salah satu proses yang harus dilakukan. Pembinaan secara sistematis dengan merubah persepsi pola instan dalam sistem pembinaan. Hal ini berkaitan dengan persepsi yang dianut oleh beberapa kalangan olahraga yang berupaya menggapai prestasi secara instan.

Pembinaan harus dilakukan dengan secara bertahap mulai dari usia dini dengan klub-klub sebagai fasilitator dalam pembinaan. Manajemen pembinaan yang baik dari sebuah klub menjadi peran penting dalam upaya peningkatan prestasi atlet. Fungsi utama manajemen disini adalah untuk mengoptimalkan efisiensi sekaligus efektivitas pembinaan.

Prestasi puncak dalam suatu cabang olahraga hanya akan dapat dicapai oleh seseorang dengan latihan dan pembinaan yang berpotensi sejak usia muda dan mampu memenuhi tuntutan cabang yang bersangkutan melalui proses pembinaan yang sistematis dan berjangka panjang, pelatihan berjangka panjang yang dirancang secara sistematis, berisi kombinasi secara tepat antara beban latihan dan istirahat.

Pelatihan berjangka panjang itu dibagi menjadi beberapa tahap sesuai dengan model pembinaan yang dianut suatu cabang olahraga, seperti pemula, media, dan tahap mahir meliputi junior dan senior. Pelatihan pembebanan latihan itu bertujuan untuk meningkatkan kapasitas fisik, teknik, dan mental. Ini berarti, proses pelatihan berangkat dari suatu tujuan dan perencanaan.

Persaingan olahraga prestasi dewasa ini semakin ketat. Prestasi bukan lagi milik perorangan, tetapi sudah menyangkut harkat dan martabat suatu bangsa. Itulah sebabnya berbagai daya dan upaya dilakukan oleh suatu sekolah, klub, daerah, maupun negara untuk menempatkan atletnya sebagai juara di kegiatan olahraga besar. Pembinaan olahraga merupakan sebuah tahap penting dalam mencapai prestasi olahraga. Namun banyak klub-klub olahraga yang kurang memperhatikan hal ini, sehingga tidak dapat bersaing dalam hal prestasi maupun keberlangsungan latihan tidak sistematis dan bertahan lama

Bola voli adalah salah satu cabang olahraga yang populer. Dalam perkembangan di zaman ini bola voli semakin dapat diterima dan digemari oleh banyak masyarakat. Saat ini olahraga bola voli dimainkan hampir di seluruh dunia, bahkan dalam pertandingan *Sea Games*, *Olimpiade*, bola voli termasuk salah satu cabang olahraga yang dipertandingkan di dalamnya. Hal ini menunjukkan bahwa bola voli bukan hanya sekedar permainan namun juga menjadi olahraga prestasi yang dapat membangun, mengangkat harkat dan martabat suatu bangsa.

Prestasi dapat dicapai melalui pembinaan seperti yang terdapat dalam UU RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional pada pasal 1 ayat 23

” Pembinaan dan pengembangan olahraga adalah usaha sadar yang dilakukan secara sistematis untuk mencapai tujuan keolahragaan”.

Salah satu klub yang bertujuan mencapai prestasi tersebut adalah Klub Bola Voli BinaRemaja Putri Deli Serdang. Klub bola voli ini merupakan salah satu klub bola voli yang ada diDeli Serdang, terdapat di daerahperumahan dinas pemerintah kabupatenDeli Serdang. Berdiri pada tahun 2007 dan ditetapkan menjadiKlub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang dibawah naungan PBVSI Sumut. Klub ini memiliki organisasi formal yang terdiri dari ketua, sekretaris, bendahara, pengurus bagian dan anggota. Dan perekrutan atlet dengan mengambil dari daerah-daerah yaitu atlet yang memiliki bakat dalam bola voli kalau memang tidak berprestasi tapi tinggi badan memadai untuk dapat di bina dimasukkan dalam klub dan tinggal di mess untuk latihan rutin.

Klub ini hanya memiliki satu lapangan, sebagai tempat latihan rutin dengan lahan yang cukup luas , mempunyai 20 buah bola voli, 3 jenis buah *barbel* untuk latihan beban, dan 8 pasang sepatu dan gawang modifikasi sebagai alat latihan untuk meningkatkan kekuatan otot tungkai, serta 1 net. Klub bola voli bina remaja putriDeli Serdang latihan dengan 3 kategori yaitu (1) kategori junior (umur 6-14 tahun), (2) kategori remaja (umur 15-18 tahun) (3) kategori senior(umur 19-21). Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang latihan tiga kali seminggu yaitu hari Selasa, Kamis, dan Sabtu pada jam 16.00 s/d 21.00, dengan mencakup beberapa komponen latihan yaitu dua jam latihan fisik umum individual dan tim. Kemudian dua jam latihan fisik khusus individual dan tim. Kemudian dua jam latihan teknik,taktik dan mental, dan game sekitar 5-10 menit.

Dengan latihan seperti inilah yang dilakukan di klub bina remaja putri Deli Serdang dapat memiliki atlet yang berprestasi.

Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang ini termasuk salah satu klub yang sukses dalam pencapaian prestasi di bidang olahraga voli. Hal ini dapat dilihat dari banyaknya pemain-pemain voli handal dan berprestasi yang dilahirkan, misalnya saja untuk tim bola voli Kabupaten Deli Serdang, Sumatera Utara, bahkan ada yang menjadi pemain Nasional. Klub ini juga telah banyak memperoleh prestasi dalam berbagai turnamen baik tingkat daerah maupun Nasional. Berikut ini adalah daftar prestasi yang telah dicapai Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang:

Tabel 1
Prestasi Individu

NO	Nama Atlet	Prestasi
1	Heria Rizki	KEJURNAS JUNIOR 2009 PRAPON 2011 PON 2012
2	Dina Ayunita	POPNAS 2013 PRAPON 2015 PON 2016
3	Irma Utari	POPNAS 2013 POPWIL 2014 PRAPON 2015 PON 2016
4	Elvira Riski Putri	KEJURNAS PPLP 2014 KEJURNAS JUNIOR 2015 POPNAS 2015

5	Pina Kumalasari	KEJURNAS PPLP 2014 KEJURNAS JUNIOR 2015
6	Yunda Miranda	KEJURNAS JUNIOR 2015 POPDA 2016
7	Sekar Dewi Wulandari	KEJURNAS JUNIOR 2015 POPDA 2016
8	Ria Junita Pra Yulianti	PRAPON 2015 PON 2016
9	Dinda Ayu Lestari	LIGA BOLA VOLI PELAJAR PON 2016
10	Indah Diah Lestari	KEJURNAS PPLP 2014 POPWIL 2014 KEJURNAS JUNIOR 2015 POPNAS 2015

Sumber : Hasil wawancara dengan pelatih

Tabel 2
Prestasi Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang

TAHUN	KEJUARAAN	PRESTASI
2007	Kejurda Remaja	Juara I
2009	Iplay Cup I dan II	Juara I
2010	Popdasu	Juara I
2011	Mulia Cup I	Juara II
2012	Kejurda Junior	Juara II
2013	Liga Pelajar	Juara I
2014	Piala Walikota Pekanbaru	Juara II
2015	Liga Sumatera Cup I	Juara I
2016	Antar Club Medan Devisi Utama	Juara II
2016	Popdasu	Juara III

(Sumber : Hasil wawancara dengan pelatih)

Prestasi akan dapat diperoleh karena adanya pembinaan dan latihan olahraga yang baik dan latihan merupakan faktor penunjang di dalam klub itu. Seperti yang dikemukakan oleh Desensi, Kelly, Blanton dkk. (dalam Harsuki, 2012:63) bahwa, Setiap kombinasi keterampilan yang berkaitan dengan Perencanaan (*Planing*), Pengorganisasian (*Organizing*), Pengarahan (*Directing*), Penganggaran (*Budgeting*), Kepemimpinan (*Leading*), dan penilaian (*Evaluating*), didalam konteks dari suatu organisasi atau departemen yang produk utamanya atau servisnya dikaitkan dengan olahraga atau kegiatan fisik.

Melalui fungsi-fungsi latihan tersebut Klub Bola Voli Bina remaja putri Deli Serdang bertujuan membina atlet untuk dapat berprestasi. Dari hasil observasi yang penulis lakukan di Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang diketahui bahwa sarana dan prasarana bukan menjadi satu-satunya faktor yang menjamin ketercapaian prestasi tersebut

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada Klub Bola Voli Bina remaja Putri Deli Serdang, agar penelitian ini terarah dan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai, maka penulis membuat penelitian ini dengan judul. **“Pola Latihan Olahraga Bola Voli Pada Klub Bina Remaja Putri Deli Serdang Tahun 2016”**.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang dikemukakan dalam latar belakang masalah di atas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :Bagaimana pola latihan olahraga pada Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang? Bagaimana perencanaan yang dimiliki Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang?, Bagaimana pergerakan di Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang? Bagaimana evaluasi yang dilakukan Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang? Bagaimana yang diraih Klub Bina Remaja Putri Deli Serdang ?

C. Pembatasan Masalah

Agar pembahasan tidak meluas dan menghindari terjadinya salah penafsiran, penulis membatasi permasalahan yang akan diteliti yaitu : Membahas pola latihan olahraga pada Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi dan pembatasan masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah **Bagaimana pola latihan olahraga pada Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang Tahun 2016?**

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pola latihan olahraga pada Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdang.

F. Manfaat Penelitian

Dengan dilaksanakannya penelitian ini, maka diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai berikut :

1. Sebagai bekal untuk menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai pola latihan olahraga.
2. Sebagai bahan masukan bagi pembaca, pengurus, dan pelatih Klub Bola Voli Bina Remaja Putri Deli Serdangdalam upaya meningkatkan prestasi olahraga Indonesia.
3. Sebagai bahan masukan bagi civitas akademik Universitas Negeri Medan khususnya pada prodi Pendidikan Kepelatihan Olahraga.
4. Sebagai bahan referensi bagi peneliti lain yang akan meneliti ulang tentang kajian sejenis.
5. Sebagai barometer bagi klub-klub olahraga lain.



THE
Character Building
UNIVERSITY