

## Pencapaian Prestasi Olahraga Bola Voli Melalui Pembinaan

**Balkis Ratu NL Esser**  
Universitas Pendidikan Mandalika  
[balkisesser@ikipmataram.ac.id](mailto:balkisesser@ikipmataram.ac.id)

### Abstract

Regarding to the system of national sport legislation, the development of sport begins to be taken seriously. The club style development is applied in European countries, while the United States of America applies the school style development. Volleyball has different characteristics and problems, so it takes a special treatment in order to improve the development of volleyball optimally. Based on the statement that all systems will not be perfect, the two lines of development above will be a challenge to choose which one is appropriate to apply. The development of volleyball in Indonesia generally divided into clubs and education. Adapting the two types of sport development will make the existence of volleyball development system better.

**Keywords :** *Development, Sport, Volleyball*

### Abstrak

Mengenai sistem legislasi olahraga nasional, pengembangan olahraga mulai ditanggapi dengan serius. Pengembangan gaya klub diterapkan di negara-negara Eropa, sedangkan Amerika Serikat menerapkan pengembangan gaya sekolah. Bola voli memiliki karakteristik dan masalah yang berbeda, sehingga dibutuhkan perlakuan khusus agar dapat meningkatkan perkembangan bola voli secara optimal. Berdasarkan pernyataan bahwa semua sistem tidak akan sempurna, dua jalur pengembangan di atas akan menjadi tantangan untuk memilih mana yang tepat untuk diterapkan. Perkembangan bola voli di Indonesia umumnya dibagi menjadi klub dan pendidikan. Mengadaptasi dua jenis pengembangan olahraga akan membuat keberadaan sistem pengembangan bola voli menjadi lebih baik.

**Keywords :** *development, sport, volleyball*

### PENDAHULUAN

Pencapaian prestasi olahraga maupun partisipasi olahraga mengalami penurunan di even-even international. Prestasi Indonesia dari sea-game, asian game hingga olimpiade masih belum mengembirakan. Cabang-cabang unggulan Indonesia seperti bulutangkis mulai merosot prestasinya. Indonesia sepuluh sampai dengan duapuluh tahun yang lalu, merupakan negara yang tergolong kuat prestasi olahraganya, terbukti pada olahraga permainan bulutangkis dengan legenda para juaranya dari Susi Susanti, Joko Supriyanto, Alan Budikusuma, Haryanto Arbi, Liem Swie King hingga sang legenda bulutangkis Indonesia Rudy Hartono Kurniawan. Pemerintah perlu

meningkatkan pembinaan olahraga, hal ini senada dengan Tujuan Keolahragaan Nasional. Tujuan Keolahragaan Nasional adalah memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkokoh pertahanan nasional serta mengangkat harkat, martabat dan kehormatan bangsa (psl. 4 UU.No.3/2005/SKN). Permasalahan apa yang menyebabkan olahraga di Indonesia belum dapat seperti yang diharapkan. Penyebab prestasi olahraga Indonesia belum memuaskan tentunya menyangkut beberapa faktor yang dominan dalam olahraga, seperti pada

pembinaan, regenerasi, pemanduan bakat dan lain-lain. Permasalahan utama pembinaan olahraga disebabkan oleh kurang seriusnya pembinaan olahraga itu sendiri. Agar tidak mengkhianatkan salah satu pihak maka harus dimulai dengan memperbaiki proses pembinaan yang ada. Menurut Sulistiono (2010) prestasi puncak seorang olahragawan akan dicapai dengan melakukan latihan jangka panjang secara bertahap, kontinyu, meningkat dan berkesinambungan. Prestasi olahraga bukanlah hal yang instan sehingga perlu sebuah

Perencanaan yang matang dan terprogram. Seseorang atlet harus benar-benar terlatih dengan baik supaya dapat memaksimalkan prestasinya. Pertanyaan yang muncul, apakah pembinaan olahraga selama dijalankan sudah dapat memberikan kesempatan pada atlet untuk mengembangkan diri. Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) sebagai ujung tombak dalam sektor olahraga mulai dari membudayakan olahraga, pemasaran olahraga, dan pembinaan olahraga prestasi. KONI merupakan wadah dalam memelihara dan meningkatkan prestasi olahraga nasional. Pemerintah pusat maupun pemerintah daerah dalam mengembangkan sektor olahraga akan berkoordinasi dengan KONI. KONI membawahi cabang olahraga yang ada. Semua organisasi cabang olahraga yang ada di Indonesia bermuaranya pada KONI. Koni memiliki tugas-tugas, diantaranya ialah membantu pemerintah membuat kebijaksanaan nasional dalam bidang pengelolaan, pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi pada tingkat nasional. Pembinaan olahraga di Indonesia secara umum akan terbagi kedalam dua jalur pembinaan. Jalur yang pertama adalah pembinaan lewat organisasi olahraga atau lebih dikenal dengan sebutan klub. Setiap cabang olahraga di Indonesia memiliki organisasi sendiri sebagai contoh Persatuan Sepak Bola Seluruh Indonesia (PSSI), Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI), dan yang lain. Induk organisasi ini akan membawahi kepengurusan dari tingkat yang paling rendah hingga sampai tingkat

nasional. PBVSI memiliki pengurus PBVSI dari tingkat kecamatan, kabupaten, Propinsi. PBVSI baik ditingkat rendah maupun tinggi tentunya akan membawahi klub bolavoli, tentunya bagi daerah yang organisasi bolavolinya berjalan. Pembinaan olahraga diberbagai negara eropa kebanyakan melalui klub-klub olahraga. Klub-klub olahraga dijadikan tempat untuk mengembangkan bakat-bakat yang ada. Pembinaan olahraga secara umum di Indonesia juga menggunakan sistem ini, tidak terkecuali pada permainan bolavoli. Pembinaan olahraga bolavoli sampai saat ini juga masih sangat bergantung akan klub. Pemain-pemain bolavoli yang handal rata-rata muncul dari pembinaan di klub. Klub bolavoli menjadi nyawa dalam pembinaan bolavoli. Pemain-pemain seperti Andri Widiatmoko, Marjoko sigit, Hadi Ismanto, Laudry, mereka memiliki klub bolavoli, itu terbukti dari kejuaraan-kejuaraan antar klub yang diikuti. Kejuaraan bolavoli antar klub resmi diselenggarakan oleh PBVSI sesuai dengan tingkatannya. Pertandingan bolavoli lewat jalur klub yang ada di Indonesia adalah: Kejuaraan di tingkat kabupaten atau kota, Kejuaraan di tingkat propinsi, hingga Kejuaraan di tingkat nasional. Kategori kejuaraan yang ada dari kelas remaja, junior dan senior. Kelas remaja dan junior ada batasan usianya sementara untuk senior tidak ada batasan usia. Kejuaraan bolavoli tidak hanya pada level klub, kejuaraan bolavoli yang berdasarkan tempat tinggal juga ada. Sebagai contoh kejuaraan bolavoli yang dipertandingkan

Berdasarkan tempat tinggal adalah Pekan Olahraga Nasional (PON) dan Pekan Olahraga Daerah (PORDA). PON merupakan even akbar tingkat nasional yang didalamnya akan mempertandingkan beberapa cabang olahraga tidak terkecuali bolavoli. Tim yang bertanding dalam PON mewakili propinsi masing-masing. Dalam PORDA atlet-atlet bertanding mewakili kabupaten masing-masing. Pembinaan olahraga melalui sekolah juga memiliki hierarki tersendiri. Dilingkup sekolah disana akan ada kegiatan ekstrakurikuler.

Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan wadah pengembangan minat dan bakat peserta didik disuatu sekolah dalam hal olahraga. Pertandingan olahraga tertentu antar sekolah biasanya akan diwakili oleh peserta didik yang mengikuti ekstrakurikuler olahraga. Peserta didik yang memiliki prestasi bagus baik tingkat SD, SMP, maupun SMA, akan terpanggil untuk mewakili pertandingan yang lebih tinggi. Mewakili kecamatan, Kabupaten, hingga Provinsi. Tingkat SD dan SMP akan ada (Olimpiade Olahraga Siswa Nasional) O2SN dari tingkat terendah dugi tingkat nasional. Tingkat SMA akan ada (Pekan Olahraga Pelajar Daerah) POPDA dan (Pekan Olahraga Pelajar Nasional) POPNAS. Permainan bolavoli juga termasuk olahraga yang dipertandingkan pada even-even olahraga di atas. Mempersiapkan tim bolavoli yang handal tentunya tidak akan lepas dari proses latihan. Pertandingan antar sekolah akan membuat sekolah tertentu melakukan latihan. Proses latihan akan juga memuat program latihan yang dijalani. Sebelum mengikuti O2SN, POPDA, POPNAS, tim bolavoli yang disipkan tentunya akan melakukan latihan untuk mengikuti even tersebut. Level sekolah juga memiliki Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar (PPLP), Pembinaan Atlet Berbakat (PAB). Program PAB maupun PPLP merupakan program pemusatan latihan ditingkat pelajar. Fungsi dari program PAB dan PPLP adalah untuk pembinaan. Daerah Istimewa Yogyakarta merupakan salah satu propinsi yang menjalankan program PAB dan PPLP pada cabang olahraga bolavoli. Proses latihan yang baik harus tersusun sesuai dengan kaidah-kaidah latihan yang ada. Latihan yang baik akan mengoptimalkan bakat yang ada. Proses latihan yang baik tentunya membutuhkan perencanaan yang baik pula. Hasil maksimal akan diperoleh oleh seorang atlet apabila program latihan yang dijalankan tepat dan sesuai. Untuk dapat mencapai puncak prestasi seorang atlet harus berlatih secara bertahap dan berkesinambungan. Bagaimana bila atlet berlatih dengan dua atau tiga program latihan

sekaligus. Benturan program latihan menjadi salah satu masalah yang ada pada dunia pembinaan olahraga bolavoli. Masalah yang utama adalah atlet bolavoli itu ikut program latihan di sekolah dan di klub, sehingga atlet tersebut bertanding juga dalam beberapa jenis kejuaraan. Andri Widiatmoko pemain Indonesia yang terkenal itu mengemukakan bahwa dia dalam waktu yang bersamaan pernah mengikuti lebih dari dua program latihan, sehingga mengikuti tiga kejuaraan berturut-turut yakni kejuaraan pelajar, kejuaraan junior, dan kejuaraan senior.

Sebaliknya bila menjalani latihan tanpa program latihan tentunya juga akan berakibat kurang baik, misal seseorang yang akan menghadapi pertandingan dia masih berlatih teknik dan kondisi fisik tentunya tidak akan siap dalam menghadapi sebuah pertandingan. Selain benturan program masalah cedera juga menjadi kendala dalam pembinaan olahraga bolavoli. Atlet mengalami cedera bisa karena salah dalam latihannya. Bempa (2000: 100) Kurangnya pengetahuan tentang latihan dan penambahan beban secara tepat, sikap tubuh yang salah pada waktu mengangkat, dan lemahnya otot perut merupakan biang keladi terjadinya cedera pada anak-anak.

#### **KAJIAN PUSTAKA**

Permainan Bolavoli Berbicara akan permainan tentunya tidak akan lepas dari bermain. Permainan sendiri sering disebut sebagai bermain dengan peraturan. Bermain tidak membutuhkan aturan yang baku, sementara permainan selalu ada aturan yang mengikatnya. Bermain sendiri menurut Sukintaka (1997: 9) bermain dapat dirumuskan sebagai aktivitas jasmani yang dilakukan dengan sukarela dan bersungguh-sungguh untuk memperoleh rasa senang dari melakukan aktivitas tersebut. Bermain, jika ditinjau dari sumber kegembiraannya di bagi menjadi dua, yaitu bermain aktif dan bermain pasif. Sedangkan jika ditinjau dari aktivitasnya, bermain dapat dibagi menjadi empat, yaitu bermain fisik, bermain kreatif, bermain imajinatif, dan bermain manipulatif. Sementara

permainan menurut Subarjah (2007: 16) adalah bermain yang menggunakan aturan-aturan tertentu yang disepakati oleh dirinya sendiri atau dengan orang lain untuk memainkannya. Permainan bolavoli pada hakikatnya ialah permainan memvoli bola secara sah sesuai dengan peraturan yang ada, dengan menggunakan bagian dari seluruh anggota badan untuk diseberangkan melewati net dan jatuh di lapangan lawan. Permainan bolavoli termasuk permainan beregu dengan jumlah pemain enam orang untuk satu timnya, permainan bolavoli ini bertujuan mendapatkan poin dengan jalan melewatkan bola melewati atas net dan jatuh di lapangan lawan serta mencegah bola agar supaya tidak jatuh ke bidang lapangan permainan sendiri. Permainan bolavoli membolehkan memvoli bola sebanyak tiga kali, namun tidak diperkenankan melakukan sentuhan dua kali berturut-turut kecuali ketika melakukan bendungan.

Permainan bolavoli memiliki beberapa teknik dasar untuk memvoli, memukul maupun membendung bola, permainan bolavoli komponen terbanyaknya adalah memvoli bola. Untuk dapat memvoli bola tidak semudah yang dilihat, butuh latihan terlebih dahulu. Senada dengan hal di atas Nuril Ahmadi (2007: 19) menyatakan bahwa permainan bolavoli merupakan suatu permainan yang kompleks yang tidak mudah untuk dilakukan oleh setiap orang.

Pembinaan prestasi olahraga bolavoli tidak akan lepas dari program latihan. Program latihan sendiri berfungsi sebagai kontrol terhadap peningkatan prestasi yang dicapai oleh atlet. Latihan olahraga dalam cabang apapun akan memiliki prinsip-prinsip latihan tidak terkecuali permainan bolavoli. Prinsip-prinsip latihan secara yang dibutuhkan untuk menyusun sebuah program latihan menurut Bumpa (1994: 29-44): (1) prinsip partisipasi atlet, (2) prinsip pengembangan multilateral, (3) prinsip spesialisasi, (4) prinsip individualisasi, (5) prinsip keragaman latihan, (6) prinsip keteraturan di dalam proses latihan, dan (7) Prinsip kenaikan dalam pembebanan latihan.

Pembinaan Olahraga Bolavoli melalui Jalur Klub Seiring dengan perjalanan waktu, pembinaan melewati jalur klub mengalami perubahan yang tidak menentu. Penyebab mengapa pembinaan lewat jalur klub tidak menentu ialah, karena pembinaan melalui jalur klub ini diurus oleh pihak swasta, pemerintah, serta masyarakat. Bila pembinaan mengalami perubahan yang tidak menentu tentunya prestasinya juga akan mengikuti perubahan yang ada. kompetisi olahraga akan menopang munculnya pembinaan. Pembinaan olahraga bolavoli melalui jalur klub merupakan totalitas pihak swasta dimana pembinaan ada pada KONI dan pengurus besar induk organisasi (PB). Jalur pembinaan klub peran dari Kemenegpora tergolong sedikit. Campur tangan kemenegpora yang sedikit dalam pembinaan prestasi olahraga menjadi salah satu hal yang membuat keawatiran berkaitan dengan dana. Klub olahraga tidak terkecuali bolavoli untuk tetap dapat melakukan pembinaan tidak terlepas dari dana, bila dari pemerintah tidak ada campur tangan maka adanya pasang surut prestasi dilevel klub menjadi taruhannya. Ekstrimnya keberadaan suatu klub olahraga tidak bisa dijanjikan, klub yang tidak lagi memiliki dana tentunya akan menghentikan pembinaan, hal ini lah yang menjadi kelemahan pada jalur klub. Perubahan prestasi olahraga dapat juga disebabkan oleh fasilitas olahraga yang jumlahnya semakin berkurang, selain itu banyaknya cabang olahraga membuat masyarakat memiliki keinginan terhadap cabang olahraga yang lain. Hal ini terbukti dengan semakin sedikitnya lapangan olahraga seperti sepak bola, bolavoli, bulutangkis yang berbanding terbalik dengan lapangan basket, lapangan tenis serta kolam renang yang terdapat di kota kota besar (BPS: 2002: 9-16). Secara tidak langsung pergeseran animo masyarakat akan berpengaruh terhadap pembinaan olahraga prestasi pada jalur klub. Pembinaan Olahraga Bolavoli melalui Jalur Sekolah Pembinaan olahraga yang cukup potensial sebenarnya ada pada jalur pembinaan di sekolah. Sekolah memiliki wadah pembinaan

olahraga yakni ekstrakurikuler. Menurut depdiknas (2003: 16) ekstrakurikuler adalah kegiatan yang diselenggarakan untuk memenuhi tuntutan penguasaan bahan kajian dan pelajaran dengan lokasi waktu yang diatur secara tersendiri berdasar pada kebutuhan. Secara umum tonggak pembinaan olahraga prestasi jalur sekolah ada pada sekolahsekolah yang memiliki kelas olahraga, keberadaan PPLP. Pembinaan lewat jalur sekolah ini memiliki keunggulan pada lebih terukur dan terarahnya untuk menuju pada kearah jalur prestasi. Pembinaan jalur sekolah memulai alur pembinaan mulai dari seleksi ditingkat sekolah masing-masing mulai dari SD, SMP, dan SMA. Seleksi dilanjutkan dengan kejuaraan yang berjenjang, seperti PORSENI, POPDA, POPWIL, POPNAS. Sedangkan pada level mahasiswa memiliki POMDA, POMNAS, ASEAN, ASIA, UNIV.ADE.(Deputi Binpres & Iptek Kemenegpora 2006: 12) PEMBAHASAN Permasalahan pembinaan olahraga bolavoli ada pada bagaimana membuat atlet bisa mengembangkan fisik, teknik, taktik dan mental. Mengembangkan teknik, taktik, fisik dan mental atlet membutuhkan sebuah proses yang tidak sebentar. Program latihan yang disusun harus mengakomodir semua aspek yang akan dikembangkan. Latihan akan membuat atlet dapat mencapai puncak prestasinya. Prestasi puncak seorang atlet akan dicapai dengan melakukan latihan jangka panjang secara bertahap, kontinyu, meningkat dan berkesinambungan, bila latihan dari usia dini maka bisa memakan waktu 8-10 tahun untuk berlatih cabang olahraga bolavoli. Pembinaan olahraga bolavoli di Indonesia pada dasarnya terdapat dua jalur utama. Kedua jalur pembinaan ini sama-sama dengan mengusung tujuan mulia yakni mengoptimalkan bakat atlet. Kadang sering terjadi tujuan mulia yang diusung pelatih menjadikan hambatan bagi atlet yang akan berkembang. Sebagai contoh seorang pelajar yang mengikuti klub bolavoli tertentu, secara tidak langsung dia juga mengikuti pembinaan disekolahnya. Kejuaraan berlangsung biasanya dalam jangka waktu yang

tidak sama, sehingga dimungkinkan pada waktu yang bersamaan atlet tersebut mengalami dua periodisasi latihan yang bersamaan. Di klub baru pada periodisasi persiapan umum dimana didalamnya baru diberikan persiapan fisik dengan persentase tinggi, sedangkan untuk di sekolah sedang persiapan menghadapi pertandingan. Situasi seperti inilah yang sering membuat atlet akan terhambat perkembangannya.

Pembinaan prestasi olahraga jalur sekolah memiliki potensi yang sangat besar. Potensi dana yang dimiliki tentunya lebih baik daripada klub olahraga yang ditangani secara amatir. Selain dari segi dana sekolah memiliki kelebihan untuk membuat siswanya aktif berlatih dikegiatan ekstrakurikuler, kondisi ini lebih baik daripada di klub yang berdasarkan kesadaran individu. Secara umum jalur sekolah untuk pembinaan olahraga lebih memberikan banyak keuntungan. Penyelarasan jalur pembinaan ini akan menjadi solusi yang paling tepat untuk bisa mengoptimalkan potensi dari atlet. Atlet perlu berlatih untuk mengoptimalkan bakat yang dimiliki, sehingga harus ada periodisasi latihan yang kongkret agar kemampuan atlet dapat mencapai puncak prestasinya. Kekurangan dalam segi teknik, taktik maupun fisik pada seorang atlet lebih banyak disebabkan karena atlet yang bersangkutan dalam berlatih hal itu belum tuntas, bahkan dimungkinkan belum pernah dilatihkan. Penyelarasan pembinaan ini perlu ada, sebab dengan penyelarasan program dimungkinkan atlet akan berlatih sesuai dengan tahapan yang tepat untuk atlet tersebut. Dengan adanya program latihan yang berjenjang, terprogram dan terarah akan membuat atlet meningkat secara prestasi.

#### **KESIMPULAN**

Pembinaan prestasi olahraga bolavoli akan menjadi lebih baik apabila semua komponen dari pembinaan olahraga bolavoli ini menjalankan dengan baik apa yang menjadi tugas dan kewajibannya serta bersedia menyelaraskan program latihan. Penyelarasan program latihan di level sekolah dan klub

menjadi salah satu solusinya. Melihat besarnya potensi pada pembinaan prestasi olahraga bolavoli melalui jalur sekolah, hendaknya pembinaan prestasi olahraga bolavoli melalui jalur sekolah dapat dioptimalkan.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Badan Pusat Statistik. (2002). Indikator Olahraga Indonesia. Jakarta: BPS dan Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Depdiknas. (2003). Kurikulum Berbasis Kompetensi. Jakarta: Depdiknas
- Deputi Binpres & IPTEK Kemenegpora. (2006). Struktur Pembinaan Prestasi Olahraga Indonesia. Jakarta: Kemenegpora.
- Nuril Ahmadi. (2007). Panduan Olahraga Bolavoli. Solo: Era Pustaka Utama
- Sri Mawarti. (2009). Permainan Bolavoli Mini untuk Anak Sekolah Dasar. Yogyakarta. Jurnal Pendidikan Jasmani Indonesia.
- Subarjah (2007:16) Permainan Kecil di Sekolah Dasar. Universitas Terbuka.
- Sulistiyono (2010). Pembinaan pemain usia muda landasan membangun industri sepakbola dan prestasi tim nasional Indonesia. Proceeding. Hlm. 381-389.