

**PEMBINAAN OLAHRAGA BOLAVOLI DI KECAMATAN LEMBAH
MELINTANG KABUPATEN PASAMAN BARAT**

SKRIPSI

Diajukan Kepada Tim Penguji Skripsi Jurusan Pendidikan Olahraga Sebagai
Salah Satu Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan



Oleh

**Arja Mulia
NIM. 78416**

**PRODI PENDIDIKAN JASMANI KESEHATAN DAN REKREASI
JURUSAN PENDIDIKAN OLAHRAGA
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2011**

PERSETUJUAN SKRIPSI

PEMBINAAN OLAHRAGA BOLAVOLI DI KECAMATAN LEMBAH MELINTANG KABUPATEN PASAMAN BARAT

Nama : Arja Mulia
NIM : 78416
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Disetujui Oleh:

Pembimbing I

Pembimbing II

Drs. Arsil, M.Pd
NIP. 196003171986021002

Drs. Syafrizar, M.Pd
NIP. 196009191987031003

Mengetahui:
Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga

Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO
NIP. 196205021987231002

PENGESAHAN

**Dinyatakan lulus setelah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang**

**Judul : Pembinaan Olahraga Bolavoli Di Kecamatan
Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat**
Nama : Arja Mulia
NIM : 78416
Program Studi : Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi
Jurusan : Pendidikan Olahraga
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Januari 2011

Tim Penguji

	Nama	Tanda Tangan
1. Ketua	Drs. Arsil, M.Pd	1. _____
2. Sekretaris	Drs. Syafrizar, M.Pd	2. _____
3. Anggota	Drs. Madri, M. M.Kes	3. _____
4. Anggota	Drs. Jonni, M.Pd	4. _____
5. Anggota	Dra. Erianti, M.Pd	5. _____

ABSTRAK

Arja Mulia, 78416 : Pembinaan Olahraga Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat

Berdasarkan observasi yang penulis lakukan di lapangan, bahwa pembinaan bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang belum terlaksana dengan baik seperti yang diharapkan. Banyak faktor yang mempengaruhi pembinaan bolavoli tersebut, diantaranya kualitas pelatih, atlet, sarana dan prasarana. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kualitas pelatih, atlet, sarana dan prasarana di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.

Jenis penelitian adalah *deskriptive*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh atlet bolavoli Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, yang berjumlah sebanyak 20 orang. Sampel diambil dengan teknik *total sampling*, dengan demikian jumlah sampel adalah sebanyak 20 orang. Jenis data dalam penelitian yaitu data primer, data yang dikumpulkan langsung oleh peneliti dengan mengajukan angket kepada atlet. Data dianalisis dengan tabulasi frekuensi .

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa variabel kualitas pelatih diperoleh tingkat capaian sebesar 88,75% berada pada kategori “Baik. Variabel atlet diperoleh tingkat capaian sebesar 82,44% berada pada kategori “Baik”. Sedangkan untuk variabel sarana dan prasarana diperoleh tingkat capaian sebesar 87,70%, berada pada kategori “Baik”. Artinya pelatih bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang memiliki kualitas yang baik, variabel atlet memiliki kriteria yang baik untuk dilatih dan dibina dan variabel sarana dan prasarana dalam pembinaan bolavoli tersedia dengan baik sesuai yang kebutuhan.

KATA PENGANTAR

Puji dan Syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Pembinaan Olahraga Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat”.

Penulisan skripsi ini adalah sebagai salah satu syarat untuk melengkapi tugas-tugas dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Fakultas Ilmu Keolahragaan di Universitas Negeri Padang. Di dalam penulisan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak baik secara moril maupun materil, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Sebagai tanda hormat penulis pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terimakasih yang tidak terhingga kepada:

1. Drs. Arsil, M.Pd dan Drs. Syafrizar, M.Pd selaku pembimbing I dan pembimbing II, yang telah memberikan bimbingan, pemikiran dan pengarahan yang sangat berarti dalam penulisan skripsi ini.
2. Drs. Madri, M.M.Kes, Drs. Jonni, M.Pd dan Dra. Erianti, M.Pd selaku tim penguji yang telah memberikan saran dan masukan dalam penyusunan skripsi ini.
3. Drs. H. Syahrial Bachtiar, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang dan pembimbing I.
4. Drs. Hendri Neldi, M.Kes, AIFO selaku Ketua Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.

5. Seluruh staf pengajar dan karyawan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang.
6. Kedua orang tuaku yang telah memberikan bantuan secara moril maupun materil kepada penulis di dalam penyelesaian skripsi ini.
7. Buat teman-teman yang senasib seperjuangan yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah memberikan dorongan moril dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, untuk itu diharapkan saran dan kritikan dari pembaca demi kesempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis do'akan semoga semua amal yang diberikan mendapat imbalan yang setimpal dan bermanfaat bagi kita semua. Amin Ya Robal Alamin.

Padang, Januari 2011

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
ABSTRAK	i
KATA PENGANTAR	ii
DAFTAR ISI	iv
DAFTAR TABEL	vi
DAFTAR GAMBAR	vii
DAFTAR LAMPIRAN	viii

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Rumusan Masalah	6
E. Tujuan Penelitian	6
F. Manfaat Penelitian	6

BAB II KAJIAN PUSTAKA

A. Kajian Teori	
1. Pembinaan Bolavoli	8
2. Kualitas Pelatih	9
3. Atlet	15
4. Sarana dan Prasarana	18
B. Kerangka Konseptual	22
C. Pertanyaan Penelitian	24

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

A. Jenis dan Metode Penelitian	25
B. Tempat dan Waktu Penelitian	25
C. Populasi dan Sampel	26

D. Jenis dan Sumber Data	27
E. Teknik dan Alat Pengumpulan Data.....	28
F. Teknik Analisis Data	29

BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Deskripsi	
1. Variabel Kualitas Pelati	31
2. Variabel Atlet	35
3. Variabel Sarana dan Prasaran.....	39
B. Pembahasan.....	42

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan	46
B. Saran	46

DAFTAR PUSTAKA

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga permainan bolavoli merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan, mulai dari tingkat anak Sekolah Dasar sampai ke tingkat Perguruan Tinggi serta dalam lingkungan masyarakat dan dipertandingkan di seluruh wilayah Indonesia, mulai dari di Kecamatan, kabupaten/kota dan Indonesia, bahkan olahraga ini menjadi suatu cabang yang populer didunia. Olahraga bolavoli menurut Erianti (2005:5) adalah “olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing tim terdiri dari 6 orang pemain dalam satu lapangn yang dibatasi oleh net.

Di Indonesia pengembangan dan pembinaanbolavoli terus dilaksanakan, melalui perkumpulan olahraga yang ada di masyarakat dan melalui pendidikan di sekolah yakni dalam pengembangan diri dengan tujuan untuk mengembangkan potensi peserta didik yang memiliki bakat dan minat dalam cabang olahraga untuk menjadi atlet yang berprestasi. Di masyarakat pengembangan dan pembinaan permainan olahraga bolavoli dilakukan melalui klub-klub yang ada di kecamatan, di kabupaten/kota.

Di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman cukup banyak berdiri klub-klub bolavoli, diantaranya adalah klub Produser, klub Gask, klub BBC dan klub Rajawali. Berawal dari beberapa klub ini, maka di Kecamatan Lembah melintang dilaksanakan pembinaan

terhadap atlet bolavoli agar mereka berprestasi dan klub ini beri nama dengan klub bolavoli Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat. Dalam undang-undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan pasal 21 ayat 3 menjelaskan bahwa “pembinaan dan pengembangan keolahragaan dilaksanakan melalui tahap pengenalan olahraga, pemantauan, pemanduan serta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi”.

Pembinaan olahraga bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat pada tahun 2000 s/d 2004 cukup dikatakan berjalan dengan baik dan pernah mengalami kemajuan atau keberhasilan, sehingga atlet mampu meningkatkan prestasinya dalam cabang olahraga bolavoli tersebut. Bukti keberhasilan dalam pembinaan olahraga bolavoli ini dengan terpilihnya atlet-atlet dari Kecamatan Lembah Melintang untuk mengikuti pertandingan pada PORDA/PORPROP yang pada waktu itu Pasaman Barat masih Kabupaten Pasaman yang berpusat di Lubuk Sikaping.

Dari uraian di atas, terlihat bahwa keberhasilan prestasi atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang menurun, sejak pemekaran Kabupaten Pasaman Barat pada tahun 2005, Sampai sekarang belum satu pun atlet-atlet dari kecamatan ini ambil bagian dalam ajang pertandingan PORDA/PORPROV. Hal ini sangat erat kaitannya dengan pembinaan, karena kalau pembinaan dapat berjalan dengan baik, prestasi atlet mungkin dapat ditingkatkan, begitu juga prestasi

atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.

Keberhasilan yang telah didapat seharusnya menjadi catatan terpenting untuk lebih meningkatkan prestasi, namun belakangan ini semakin berkembangnya pembinaan Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang, malah semakin merosotnya prestasi atlet di Kecamatan ini, semua dapat dilihat dengan banyaknya club-club bolavoli yang berdiri dan melakukan pembinaan terhadap atlet-atletnya, kemudian untuk mengasah kemampuan para atlet-atlet, diadakan turnamen antar Club di kecamatan ini dengan melibatkan Club dari kecamatan lain se Kabupaten Pasaman Barat. Disamping itu tiap-tiap club diperoleh mentransfer pemain atau atlet-atlet profesional seperti atlet PORDA/PORPROP, PROLIGA, PON, terutama atlet-atlet Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP selalu ikut ambil bagian dalam turnamen ini. Semua itu dilakukan untuk memberikan motivasi pada atlet daerah agar prestasi atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat dapat ditinggi.

Pembinaan olahraga bolavoli dapat berjalan dengan baik, banyak faktor yang mempengaruhinya, diantara faktor tersebut adalah kualitas pelatih, baik dari pengetahuannya yang berkaitan dengan ilmu melatih, maupun pengalaman dan bagaimana dia membuat program-program latihanserta menjalankan program latihan tersebut dengan baik, sarana dan prasaran yang dibutuhkan, baik secara kuantitatif atau jumlah maupun secara kualitatif atau kualitasnya. Di samping itu

pembinaan juga akan terlaksana dengan baik tentu didukung oleh faktor organisasi, apakah organisasi telah bekerja dengan baik sesuai dengan fungsinya masing-masing, dan dukungan masyarakat dan pemerintah daerah, serta keberadaan atlet, bagaimanapun atlet yang dilatih tentu mempunyai bakat, minat, postur tubuh dan memiliki motivasi yang tinggi dalam berlatih.

Berdasarkan hasil dari pengamatan penulis di lapangan, terhadap pembinaan olahraga Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang, penulis beranggapan pembinaan bolavoli tersebut belum terlaksana dengan baik seperti yang diharapkan. Belum terlaksananya dengan baik pembinaan bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang ini, mungkin disebabkan oleh banyak faktor antara lain: pelatih bolavoli yang ada sekarang belum berkualitas, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam latihan belum memadai, atlet yang kurang memenuhi persyaratan dan kurang memiliki motivasi yang tinggi dalam berlatih, organisasi yang tidak bekerja menurut fungsinya, kurangnya dukungan masyarakat dan pemerintah daerah terhadap pembinaan bolavoli.

Dari uraian di atas, maka pada kesempatan ini penulis berkeinginan untuk melakukan suatu penelitian tentang pembinaan olahraga bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat. Dari penelitian ini penulis berharap dapat mencari solusi yang terbaik, sehingga pembinaan bolavoli tersebut dapat berjalan sebagaimana mestinya. Dengan demikian judul penelitian ini

adalah “pembinaan olahraga bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Atlet
2. Organisasi
3. Sarana dan prasarana
4. Kualitas pelatih
5. Dukungan Pemerintah Daerah
6. Dukungan masyarakat

C. Pembatasan Masalah

Mengingat banyaknya faktor yang mempengaruhi pembinaan bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, keterbatasan waktu dana dan referensi yang penulis miliki, maka penulis membatasi variabel penelitian ini atas beberapa variabel yaitu:

1. Kualitas pelatih
2. Atlet
3. Sarana dan prasarana

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah yang telah ditetapkan tersebut, maka masalah penelitian dapat dirumuskan ke dalam bentuk, yaitu:

1. Apakah pelatih bolavoli berkualitas di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.
2. Apakah atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat berkualitas baik.
3. Apakah kelengkapan sarana dan prasarana bolavoli berkualitas baik di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.

E. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui :

1. Kualitas pelatih bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.
2. Atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat .
3. Kelengkapan sarana dan prasarana bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi:

1. Penulis sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan
2. Pengurus cabang Persatuan Bola Voli Seluruh Indonesia (PBVSI) di Kecamatan Lembah Melintang sebagai masukan dalam meningkatkan pembinaan olahraga bolavoli

3. Pelatih bolavoli Kecamatan Lembah Melintang sebagai gambaran dalam suatu pembinaan dapat mempengaruhi prestasi atlet.
4. Atlet bolavoli Kecamatan Lembah Melintang dalam meningkatkan motivasi dalam berlatih
5. Mahasiswa Jurusan Pendidikan Olahraga pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang sebagai bahan bacaan di Perpustakaan
6. Peneliti selanjutnya sebagai bahan masukan dalam meneliti kajian yang sama secara lebih mendalam

BAB II

KAJIAN KEPUSTAKAAN

A. Kajian Teori

1. Pembinaan Bolavoli

Menurut kamus bahasa indonesia pembinaan adalah “usaha tindakan dan kegiatan yang dilakukan secara berdaya untuk meraih suatu prestasi yang lebih tinggi”. Menurut Zalpendi dalam Murni (2008 : 8) mengartikan pembinaan adalah: “Suatu usaha yang dijalankan secara teratur dan terus menerus untuk meningkatkan prestasi olahraga”. Hal senada juga dikemukakan oleh Syafruddin (1991 : 3) bahwa “Pembinaan prestasi tinggi adalah pembinaan olahraga yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih prestasi yang tinggi”

Berdasarkan beberapa pendapat di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa untuk pencapaian prestasi yang tinggi diperlukan usaha dan upaya yang harus dilakukan secara berkesinambungan melalui suatu pembinaan. Artinya pembinaan membutuhkan suatu proses harus dilalui dengan tahapan-tahapan tertentu, dan dijalankan secara continiu agar mendapatkan hasil yang baik. Kemudian dalam proses pembinaan terkait dengan beberapa unsur yakni meliputi, orang yang dibina (atlet), orang yang membina (pelatih), organisasi yang mengaturnya, sarana dan prasarana pendukungnya.

Selanjutnya olahraga bolavoli adalah permainan beregu atau kelompok dan masing-masing regu terdiri dari enam orang pemain. Ide dasar permainan bolavoli menurut Yunus (1992:5) adalah “memasukkan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola dipetak lawan. Sedangkan memvoli artinya adalah memainkan/memantulkan bola sebelum bola menyentuh lantai”.

Seseorang dapat bermain bolavoli dengan baik, harus menguasai teknik dasar permainan bolavli tersebut. Menurut Bachtiar dkk (2001:29) teknik adalah “proses melahirkan kegiatan jasmani yang ditampilkan dalam bentuk gerakan untuk mencapai sesuatu secara efisien dan efektif untuk mencapai tujuan yang diinginkan serta sesuai dengan peraturan yang berlaku”. Adapun teknik-teknik dasar dalam permainan adalah: “servis, *passing* atas, *passing* bawah, *smash* dan block” (PBVSI, 2005:7). Sedangkan peraturan yang dipakai adalah peraturan resmi dari Persatuan Bolavoli Seluruh Indonesia (PBVSI), baik peraturan perwasitan maupun peraturan pertandingan yang berlaku.

2. Kualitas Pelatih

Seorang pelatih dalam suatu pembinaan haruslah yang memiliki pengalaman, berpendidikan dan berkualitas serta menguasai teknologi. Hal ini dinyatakan dalam Undang Undang

Sistem Keolahragaan No. 3 Tahun 2005 pasal 27 ayat 1 bahwa :“Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi di lakukan oleh pelatih yang memiliki kualifikasi dan setifikasi kompetensi yang dapat dibantu oleh tenaga keolahragan dengan pendekatan ilmu pengetahuan dan teknologi”. Kemudian Safruddin (2006 : 2) juga menjelaskan bahwa:

“Pelatih yang berkualitas adalah pelatih yang memiliki kemampuan melatih yang ditentukan oleh tingkat pengetahuan dan keterampilan yang dimilikinya sesuai dengan cabang olahraga yang dibinanya. Melatih tidak hanya cukup dengan mengandalkan keterampilan saja, akan tetapi didukung oleh pengetahuan kepelatihan dan begitu sebaliknya. Oleh karena itu idealnya menggabungkan keduanya”.

Berdasarkan kutipan di atas, jelaslah bahwa seorang pelatih yang berkualitas itu adalah seseorang memiliki pengetahuan yang berhubungan ilmu-ilmu melatih dan memiliki kemampuan untuk melatih sesuai dengan cabang olahraga yang dilatihnya. Di samping itu seorang pelatih harus menguasai dan memiliki keterampilan yang baik, khususnya dalam penelitian ini yaitu keterampilan dalam olahraga bolavoli.

Selanjutnya seorang pelatih yang berkualitas harus memiliki beerapa persyaratan seperti yang dikemukakan oleh Suharno Hp dalam Akhtar (2006 : 13) adalah sebagai berikut :

“1. Kemampuan fisik yang baik, 2. Menguasai ilmu sesuai dengan bidangnya secara teoritis dan praktis, 3. Kemampuan fsikis yang baik, 4. Berkepribadian yang baik sesuai dengan norma-norma, 5. Kemampuan penyerapan ilmu dalam masyarakat untuk memperlihatkan hasil prestasi kerja

sebaiknya, 6. Ahli dalam memberikan informasi atau penjelasan, 7. Memiliki sikap kepemimpinan yang baik.”

Dari uraian di atas, maka dapat di simpulkan bahwa menjadi seorang pelatih itu tidaklah mudah, karena banyak persyaratan yang harus dimiliki. Diantara persyaratan tersebut adalah mempunyai kemampuan dalam berbagai ilmu , baik secara teori maupun secara praktek dan mampu memberikan penjelasan serta informasi yang berkaitan dengan cabang olahraga yang dilatihnya. Di samping itu juga harus memiliki sikap kepemimpinan dan mempunyai kepribadian yang baik, sehingga hal ini dapat menjadi contoh atau teladan bagi atlet.

Kemudian seorang pelatih tentunya juga punya motivasi yang tinggi dalam melatih, karena hal ini akan menjadi pendorong bagi atlet untuk berlatih, pelatih bukan hanya memberikan instruksi saja dipinggir lapangan sehingga akan timbul rasa jengkel dan bosan, yang akan menyebabkan mempengaruhi motivasi atlet dalam mengikuti latihan, alangkah baiknya pelatih berpartisipasi langsung bersama atletnya dalam latihan. Dapat diartikan menjadi pelatih harus mampu menjalankan tugas sebagai pelatih seperti pelatih bolavoli. Suharno, HP (1988:18) menyatakan bahwa tugas utama seorang pelatih adalah.

“Tugas seseorang pelatih adalah membina dan mengembangkan atlet kesuatu prestasi yang maksimal dalam waktu yang sesingkat-singkatnya. Kemudian dalam hal ini ditegaskan pula bahwa kewibawaan dan tanggung jawab pelatih merupakan syarat mutlak untuk keberhasilan proses kepelatihan.

Berpedoman pada kutipan di atas, jelaslah bahwa dalam suatu pembinaan olahraga yang bertujuan untuk mengembangkan prestasi atlet, merupakan tanggung jawab pelatih. Maju mundurnya prestasi atlet terletak bagaimana seorang pelatih berusaha dan berupaya dengan berbagai cara untuk meningkatkan prestasi atlet, misalnya saja prestasi atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat. Setiap usaha yang dilakukan oleh seorang pelatih erat kaitannya dengan berbagai faktor seperti pengalaman, pendidikan dan penguasaan teknologi serta program latihan yang telah direncanakan.

Pengalaman pelatih waktu menjadi atlet merupakan salah satu aspek penting dalam melatih, tanpa pengalaman pelatih akan merasa kaku disaat dia melatih. Seseorang pelatih yang memiliki pengalaman menjadi atlet akan lebih mudah menerangkan teori ataupun praktek tentang cara-cara melatih, karena sebelum menjadi seorang pelatih, pelatih sudah mengetahui ilmu-ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan melatih, program latihan yang telah dia peroleh ketika masih menjadi atlet dan kematangan mental serta emosional juga akan dapat mempermudah mengaplikasikan sesuatu kepada atletnya.

Selanjutnya seorang pelatih bolavoli hendaknya mempunyai latar belakang pendidikan yang baik, karena untuk memiliki ide-ide cemerlang dalam melatih tidak cukup hanya didapat dari

pengalaman maupun dari buku-buku saja, akan tetapi pelatih juga harus mempunyai pendidikan ilmu kepelatihan yang sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuninya. Sehingga hal ini akan tercermin dari sikap dan tingkah laku, sebagaimana layaknya orang yang berpendidikan memberikan arahan atau bimbingan dalam melatih. Begitu juga dengan latar belakang berpendidikan Sarjana Kevelatihan tentunya sudah mendapat bekal ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan melatih, misalnya saja bagai cara dalam membuat suatu program latihan, karena ini penting dalam suatu pembinaan.

Program latihan adalah suatu petunjuk atau pedoman dalam melakukan bentuk latihan yang dituangkan dalam bentuk tulisan yang berisikan tentang cara-cara yang akan dijalankan dalam latihan. Di dalam program latihan mencakup berbagai metode latihan yang akan diterapkan pada atlet oleh pelatih, sehingga pelatih akan mudah mengontrol atletnya dalam menjalankan bentuk-bentuk latihan karena adanya materi yang telah disusun secara berkala.

Menurut Suharno, HP (1986 :80) mengartikan program latihan adalah “Suatu acara yang meliputi proses persiapan, saat pelaksanaan dan saat akhir penyelesaian laporan yang berguna untuk menunjang pelaksanaan rencana latihan. Tegasnya program latihan merupakan pelaksanaan langsung suatu rencana latihan untuk mencapai suatu tujuan”. Artinya seorang pelatih mempunyai

program latihan, mulai dari mempersiapkan, melaksanakan dan sekaligus melakukan evaluasi terhadap perkembangan prestasi atlet. Mencapai prestasi dalam pembinaan olahraga tidaklah mudah, misalnya saja diperlukan keseriusan dalam membuat program latihan. Hal ini dipertegas oleh Syafruddin (1991:1) yaitu:

“Untuk meraih suatu prestasi yang terbaik dalam pembinaan prestasi olahraga di perlukan suatu proses persiapan yang terencana secara bertahap, terarah dan berkesinambungan dengan kata lain bahwa proses bahwa proses yang dimulai dari penyusunan program latihan, implementasi, program latihan, dan sampai pada evaluasi program latihan secara bertahap dengan tujuan yang ingin di capai.”

Dari uraian di atas, maka dapat diambil suatu kesimpulan bahwa, untuk mencapai prestasi yang maksimal di perlukan suatu proses. Proses tersebut dimulai dari seorang pelatih agar membuat suatu program latihan yang dibuat secara sistematis serta melakukan pertandingan untuk mengevaluasi kemajuan dicapai oleh atlet. Sehingga akan terlihat dimana letak kekurangan atau kesalahan yang mungkin tanpa disadari dalam melakukan latihan. Pelatih dapat membuat program latihan jangka panjang (atau tahunan), jangka menengah (bulanan), jangka pendek (mingguan). Dengan demikian dapat diartikan program adalah suatu petunjuk yang mengikat secara tertulis berupa cara-cara yang akan ditempuh untuk mencapai tujuan masa mendatang yang telah ditetapkan.

Menurut Suharno, Hp (1986:80) ada beberapa bentuk program latihan yaitu. “1) Program latihan satu tahun, 2) Program

latihan bulanan, dan 3) Program latihan mingguan". Untuk membuat program latihan tahunan, biasanya klimak pertandingan yang telah ditetapkan waktu dan bulan sebelumnya oleh organisasi bersangkutan, menjadi dasar dan titik tolak pembuatan program latihan. Kemudian untuk program latihan bulanan, menentukan sasaran latihan dan penyebarannya tiap bulan, pelatih harus menginventarisasi bahan sasaran latihan dalam masalah unsur gerak fisik, macam-macam teknik, permasalahan taktik dan mental. Selanjutnya program latihan mingguan, tujuan latihan pada program mingguan adalah lebih kognitif dan merupakan bagian-bagian tujuan pada program bulanan, dalam satu bulan dibuat 4 program latihan dimana sasaran harus tergantung pada program latihan.

3. Atlet

Dalam sistem pembinaan prestasi olahraga seorang atlet (calon atlet) merupakan masukan (input) yang akan diolah atau diproses melalui suatu training yang terencana secara kontiniu, sistematis dan terarah sehingga menghasilkan suatu prestasi terbaik. Dengan demikian berarti bahwa calon atlet merupakan orang yang mendapat perlakuan atau pelaku utama dalam proses pembinaan, oleh karena itu sebelum proses pembinaan dilaksanakan perlu terlebih dahulu memahami kemampuan setiap atlet yang akan dibina. Hal ini sangat penting untuk menghindari terjadinya efek pembinaan yang tidak diinginkan.

Begitu juga halnya dalam pembinaan olahraga Bolavoli membicarakan atlet berarti kita membicarakan keberadaan atlet sebagai seorang individu, dengan segala kerekteriatiknya, sebagai manusia biasa. Atlet memiliki potensi yang beraneka ragam. Syafruddin (1999 :10) mengemukakan keanekaragaman potensi atlet tersebut dapat di kelompokkan atas :

“Potensi fisik (jasmani) dan potensi fisikis (rohani). Potensi fisik adalah potensi yang bersifat jasmaniah dan lahiriah (nyata), sedangkan yang dimaksud dengan potensi psikis adalah segala potensi yang berhubungan dengan aspek kejiwaan (mental) yang mencakup aspek kognitif dan efektif”.

Berdasarkan kutipan di atas atlet memiliki potensi yang beraneka ragam yang dikelompokkan atas potensi fisik dan fisikis, maka sangat diperlukan kerjasama yang baik antara atlet dengan pelatih serta dengan pengurus-pengurus organisasinya (PBVSI). Apabila hal ini tidak diperhatikan akan sulit untuk menggali dan meraih, keanekaragaman potensi atlet tersebut menuju puncak prestasi, karena kesemuanya itu saling berkaitan antara satu sama lainnya, pelatih yang berkualitas, atlet yang berpotensi dan memiliki motivasi yang tinggi untuk berlatih, organisasi bekerja dengan baik sesuai dengan fungsinya, maka tujuan dalam suatu pembinaan dapat dicapai dengan baik yakni prestasi atlet dapat ditingkatkan.

Seorang atlet dalam mencapai prestasi juga tidak terlepas dari motivasi dalam dirinya untuk berlatih. Artinya dengan adanya motivasi atau keinginan yang kuat dalam diri atlet untuk berlatih,

berkemungkinan semua bentuk-bentuk latihan yang diberikan dapat diterima dengan baik. Motivasi menurut Sofvan (2008 :2) adalah “daya pendorong dari keinginan kita agar terwujud, motivasi erat sekali hubungannya dengan keinginan atau ambisi, bila salah satu tidak ada, motivasipun tidak timbul”. Dengan demikian bila dihubungkan dengan motivasi atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, maka motivasi dapat diartikan sebagai daya pendorong yang akan memperkuat ambisi, serta meningkatkan inisiatif dan akan membantu dalam mengarahkan energi dalam diri atlet untuk mencapai apa yang kita inginkan.

Kemudian ada dua jenis motivasi yang ada dalam diri seseorang yaitu seperti yang dikemukakan oleh Nasution dalam Murni (2008:11) yakni: “1) Motivasi intrinsik yaitu berupa dorongan dari dalam diri untuk berbuat demi tujuan yang tercapai. 2) Motivasi ekstrinsik yaitu dorongan dari luar diri pribadi untuk berbuat demi tujuan yang dicapai”. Motivasi intrinsik merupakan motivasi yang datang dari dalam diri individu, tanpa campur tangan faktor luar inilah yang disebut sebagai motivasi intrinsik.

Dari uraian di atas, maka dapat dicontohkan bahwa seorang atlet yang memiliki motivasi intrinsik, maka dia terpacu untuk menjadi yang terbaik dalam suatu cabang olahraga, mampu melakukan latihan dengan tekun dan sungguh dengan semangat juang yang tinggi dalam dirinya untuk selalu tampil secara

maksimal. Sedangkan motivasi ekstrinsik yang muncul karena disebabkan adanya pengaruh dari luar diri yang bersangkutan, misalnya saja ada dorongan orang-orang disekitar atlet, seperti : dorongan pelatih, orang tua, teman atau besar kecilnya hadiah yang ditawarkan.

4. Sarana dan Prasarana

Sarana dan prasarana merupakan faktor penunjang yang sangat penting dalam suatu pembinaan olahraga, termasuk pada cabang olahraga bolavoli. Kelengkapan sarana dan prasarana akan dapat memperlancar proses latihan, sehingga hal ini dapat mempercepat peningkatan teknik, sehingga tujuan pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga bolavol dapat dicapai dengan baik.

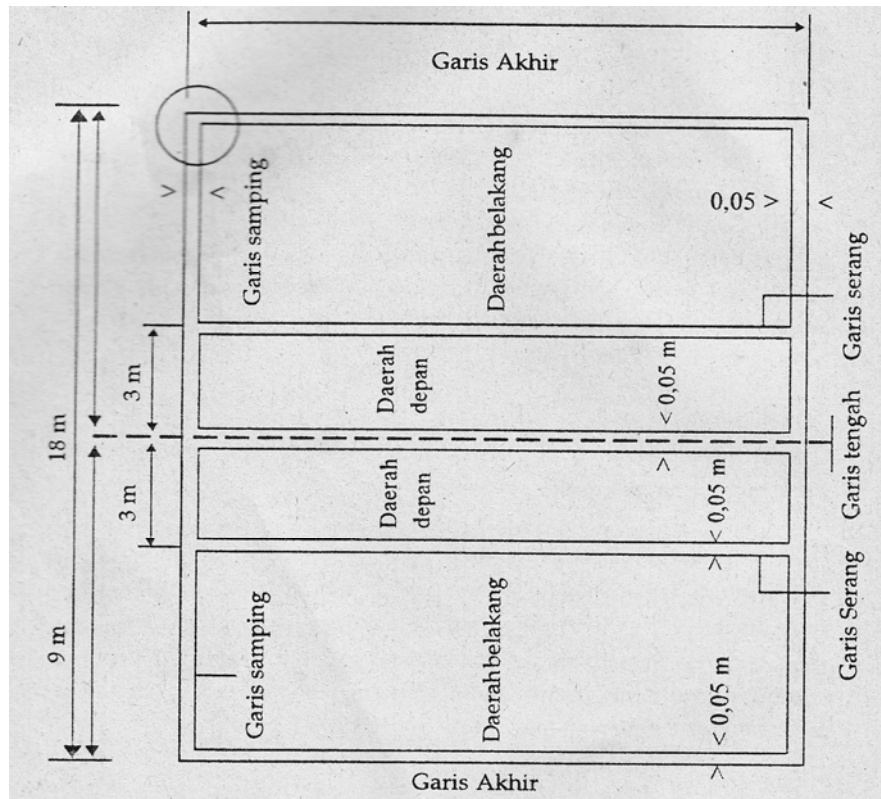
Menurut Suharno, HP dalam Dwi (2010:10) sarana dan prasarana adalah: "Sesuai dengan kemajuan teknologi di zaman modren perlu peningkatan kualitas sarana dan alat-alat olahraga sesuai dengan tuntutan olahraga yang diikuti, sarana dan alat olahraga yang memenuhi sarat mempunyai andil yang cukup berarti di dalam pencapaian prestasi maksimal olaharaga." Sementara Yanis dalam Nurhayati (2008:14) mengemukakan bahwa: "Kedudukan sarana dan prasarana dalam pendidikan olahraga dan kesehatan termasuk pelatihan olahraga".

Berdasarkan kutipan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa sarana dan prasarana sangat memegang peranan penting untuk

pencapaian prestasi dalam suatu pembinaan olahraga, seperti pencapaian prestasi bagi atlet bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat. Di samping itu sarana dan prasarana yang diperlukan hendaknya cukup memadai dan juga memenuhi persyaratan, baik dari segi jumlah maupun mutu alat yang dipakai, tanpa penyediaan sarana dan prasarana yang memadai baik dari segi kualitas maupun kuantitas dalam pembinaan olahraga, mustahil penguasaan teknik dapat ditingkatkan atau atlet berprestasi yang diinginkan sulit kita dapatkan seperti yang di harapkan.

Di dalam pembinaan olahraga permainan bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat membutuhkan sarana dan prasarana seperti lapangan tempat latihan dan bermain, bolavoli, net dan perlengkapan lainnya. Lapangan permainan bolavoli berbentuk empat persegi panjang dengan ukuran panjang 18 meter dan lebar 9 meter, dikelilingi oleh daerah bebas yang simetris dengan minimal 3 meter garis batas lapangan permainan sebelah luar dan ketinggian 7 meter di atas permukaan lapangan permainan harus bebas dari segala rintangan. Dalam setiap lapangan dibagi atas daerah depan dan daerah belakang yang dibatasi oleh garis yang sejajar dengan garis tengah dan garis akhir, yang berjarak 3 meter dari garis poros garis tengah dan poros garis serang tersebut. Semua garis lapangan permainan lebarnya 5 centimeter bewarna terang dan berbeda dengan warna

lantai lapangan permainan. Untuk lebih jelasnya lapangan bolavoli dapat dilihat pada gambar 1.



Gambar 1. Lapangan Permainan Bolavoli
Sumber: Bachtiar,dkk (2001:26)

Selanjutnya sarana atau alat yang diperlukan dalam olahraga permainan bolavoli adalah bola, semua bola yang dipergunakan dalam suatu pertandingan harus sesuai dengan ketentuan yaitu warna bola harus terang, keliling bola 65-67cm, berat 260-280 gram dengan tekanan angin 0,40-0,45 kg/cm². Sedangkan untuk net permainan bolavoli panjangnya adalah 9.30 meter dengan ketinggian 2,43 meter untuk putera dan 2,24 meter untuk puteri yang terpasang pada dua buah tiang dengan ketinggian 2,55 meter, sebaiknya dapat diatur naik turun dan

berbentuk bulat dan licin. Kemudian pada pinggir net terpasang dua buah antena (rod) yakni tongkat yang lentur, panjang 1,8 meter dengan garis tengah 10 mm terbuat dari *fiber glass*, terdapat garis-garis berwarna merah putih dengan tinggi antena di atas net yaitu 80 cm. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 2.

Gambar 2. Net

Berpedoman pada uraian tentang ketentuan sarana dan prasarana yang dibutuhkan dalam permainan bolavoli, tentunya dalam pembinaan yang dilaksanakan seperti di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat harus mengacu pada ketentuan tersebut. Karena hal ini akan mempengaruhi kemampuan atlet dalam berlatih untuk meningkatkan teknik-teknik yang ada dalam permainan bolavoli tersebut seperti teknik *smash*, passing dan umpan, servis dan *block*. Di samping itu kalau atlet sudah terbiasa menggunakan sarana dan prasarana menurut ukuran yang sebenarnya atau yang diizinkan oleh peraturan yang

berlaku, hal ini akan dapat membantu atlet apa bila ada masalah dalam menghadapi pertandingan.

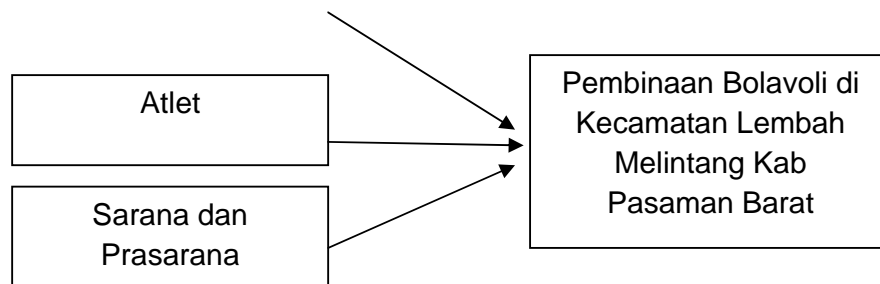
B. Kerangka Konseptual

Pembinaan merupakan suatu usaha yang dijalankan secara teratur dan terus menerus untuk meningkatkan prestasi olahraga. Keberhasilan dalam suatu pembinaan olahraga bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, dipengaruhi oleh banyak faktor diantaranya adalah kualitas pelatih, atlet dan sarana dan prasarana. Pelatih yang berkualitas adalah pelatih yang memiliki kemampuan melatih yang ditentukan oleh tingkat pengetahuan dan keterampilan yang dimilikinya sesuai dengan cabang olahraga yang dibinanya.

Atlet adalah seseorang merupakan masukan (input) yang akan diolah atau diproses melalui suatu training yang terencana secara kontiniu, sistematis dan terarah sehingga menghasilkan suatu prestasi terbaik. Dengan demikian berarti bahwa calon atlet merupakan orang yang mendapat perlakuan atau pelaku utama dalam proses pembinaan, oleh karena itu sebelum proses pembinaan dilaksanakan perlu terlebih dahulu memahami kemampuan setiap atlet yang akan dibina.

Selanjutnya sarana dan prasaran merupakan alat atau media yang dapat memperlancar proses latihan, sehingga hal ini dapat mempercepat peningkatan teknik, sehingga tujuan pembinaan dan peningkatan prestasi olahraga bolavoli dapat dicapai dengan baik.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa kualitas pelatih, atlet dan kelengkapan sarana dan prasarana merupakan hal penting dalam suatu pembinaan olahraga bolavoli, satu sama lain saling mempunyai hubungan, untuk lebih jelasnya keterkaitan atau hubungan tersebut dapat dilihat pada gambar 3 kerangka konseptual berikut ini.



Gambar. 3 Kerangka Konseptual

C. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimanakah kualitas pelatih Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat ?
2. Bagaimanakah atlet Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang, Kabupaten Pasaman Barat ?
3. Bagaimanakah ketersediaan sarana dan prasarana Bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang?

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

Berpedoman pada temuan hasil penelitian tentang Pembinaan bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang Kabupaten Pasaman Barat, maka dapat ditarik kesimpulan dan saran yakni sebagai berikut:

A. Kesimpulan

1. Variabel kualitas pelatih diperoleh tingkat capaian sebesar 88,75%. berada pada kategorik “Baik. Artinya pelatih bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang memiliki kualitas baik.
2. Variabel atlet diperoleh tingkat capaian sebesar 82,44%. Menurut berada pada kategorik “Baik”. Artinya atlet memiliki kriteria yang baik untuk dilatih dan dibina.
3. Variabel sarana dan prasarana diperoleh tingkat capaian sebesar 87,70%. berada pada kategorik “Baik”. Artinya sarana dan prasarana dalam pembinaan bolavoli tersedia dengan baik sesuai yang kebutuhan.

B. Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dikemukakan di atas , maka saran-saran yang dapat ditujukan kepada:

1. Pelatih, agar dapat memberikan bentuk – bentuk latihan kondisi fisik dan latihan teknik secara bervariasi.
2. Atlet, agar lebih giat lagi dalam berlatih, terutama dalam berlatih fisik dan teknik.

3. Pengurus cabang olahraga bolavoli di Kecamatan Lembah Melintang, agar lebih memperhatikan perkembangan prestasi atlet.
4. Masyarakat yang ada di Kecamatan Lembah Melintang secara bersama-sama memberikan perhatian dan dukungan, baik moril maupun materil demi perkembangan dan prestasi bolavoli.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan dan Praktek*. Edisi Revisi. Jakarta: Rineke Cipta.
- Bachtiar. Dkk. 2001. *Permainan Besar II Bolavoli dan Bola Tangan*. Padang: FIK UNP.
- Erianti. 2005. *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: FIK UNP.
- Hadi, soetrisno, 1993. *Metodologi Research*. Jogjakarta: Andi Offset.
- Kementerian Pemuda dan Olahraga. 2005. *Undang-Undang RI No. 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional*. Jakarta: Kementerian Pemuda dan Olahraga.
- Murni, Quinda Oktaviana. 2008. *Pembinaan Olahraga Tennis Meja di Kabupaten Pesisir Selatan*. Padang: FIK-UNP.
- Nurhayati. 2008. *Pembinaan Olahraga Bulu Tangkis di Kota Padang Panjang*. Padang: FIK-UNP.
- PBVS. 2007. *Peraturan Permainan Bolavolli*. Jakarta : Sekretaris Umum PBVS.
- Sofvan.2008. [Http://www.sinarharapan.co.id/Ekonomi/Mandiri/2002/01/04/man01htm](http://www.sinarharapan.co.id/Ekonomi/Mandiri/2002/01/04/man01htm).
- Sudjana, Nana, 1989. *Metode Statistik*. Bandung: Transito.
- Sugiyono, 2008. *Metode Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta.
- Sugiyono. 2002. *Metode Penelitian Administrasi*. Bandung : Alfabeta.
- Suharno. 1986. *Ilmu Pelatihan Olahraga*. Yogyakarta.
- Suharno. 1988. *Ilmu Pelatihan Olahraga*. Yogyakarta.
- Syafruddin. (1999). *Dasar-Dasar Kepelatihan Olahraga*. Padang: FIK-UNP.
- Syafruddin. (2006). *Ilmu Melatih*. Padang: FIK-UNP.
- Syafruddin. 1999. *Buku Ajar Bolavoli*. Padang: FPOK IKIP.