

ABSTRAK

POLA LATIHAN BOLA VOLI DI CLUB OTORITAS JASA KEUANGAN KUPANG

Nongki Armando Tunmuni^{1*}, David Loba,² Yahya J. Palinata³

^{1,2,3}Program Studi Pendidikan Jasmani, Kesehatan, dan Rekreasi, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Kristen Artha Wacana, Kupang, Indonesia

email. armandootunmuni@gmail.com

Latar belakang: Olahraga merupakan bagian dari aktivitas sehari-hari manusia yang berguna untuk membentuk jasmani dan rohani yang sehat. Pencapaian puncak dalam olahraga hanya dapat dicapai melalui proses pembinaan yang sistematis, terencana, teratur, dan berkesinambungan. Merupakan tolak ukur dimana akan tumbuh dan berkembang bibit-bibit yang berprestasi dan dapat menjuarai event olahraga. Pendidikan jasmani merupakan usaha pendidikan dengan menggunakan jasmani sebagai alat perantaranya. Pendidikan jasmani tidak lepas dari usaha pendidikan pada umumnya. Usaha mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak kearah kehidupan jasmani atau fisik yang di program secara ilmiah terarah dan sistematis yang disusun oleh lembaga pendidikan yang berkompeten. Kegiatan olahraga juga merupakan salah satu bentuk dari kependidikan. Pendidikan jasmani merupakan rangkaian aktivitas jasmani bermain dan berolahraga, untuk membangun peserta didik yang sehat dan kuat sehingga dapat menghasilkan prestasi akademik yang tinggi.

Tujuan penelitian: Adapun tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Pola latihan bola voli di Club OJK Kupang.

Metode penelitian: Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi, wawancara, dan dokumentasi serta teknik analisis data dalam penelitian ini yaitu reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Sampel pada penelitian ini pelatih, dan atlet Club bola voli OJK Kupang.

Hasil dan pembahasan: sudah menjadi tanggung jawab pelatih dalam memberikan arahan dan bimbingan bagi atlet dalam melanjutkan pola latihan (fisik, taktik, teknik, dan mental) walaupun dibatasi oleh sarana dan prasarana yang kurang memadai.

Simpulan: Dari hasil penelitian disimpulkan bahwa pelatih memiliki peran yang sangat penting dalam keberhasilan latihan fisik, taktik, teknik dan mental serta menyediakan fasilitas latihan atlet yang baik.

Kata kunci: Kompotensi pelatih, Dalam Pola latihan bola voli.

ABSTRACT

POLA LATIHAN BOLA VOLI DI CLUB OTORITAS JASA KEUANGAN KUPANG

Nongki Armando Tunmuni ^{1*}, David Loba, ., Yahya J. Palinata³

¹²³Physical Education, Health, and Recreation Study Program, Faculty of Teacher Training and Education, Artha Wacana Christian University, Kupang, Indonesia

email. armandootunmuni@gmail.com

Background: Sport is part of human daily activities which is useful for forming a healthy body and spirit. Peak achievement in sports can only be achieved through a systematic, planned, regular and continuous coaching process. It is a benchmark where the seeds that excel and can win sporting events will grow and develop. Physical education is an educational effort using the physical as an intermediary tool. Physical education cannot be separated from educational efforts in general. Efforts to influence the growth and development of children towards physical or physical life which are scientifically directed and systematic programs compiled by competent educational institutions. Sports activities are also a form of education. Physical education is a series of physical activities of playing and exercising, to build students who are healthy and strong so that they can produce high academic achievements.

Research objectives: The purpose of this research is to descriptive qualitative with data collection techniques used namely observation, interviews, and

Research method: The method used in this study is descriptive qualitative with data collection techniques used namely observation, interviews, and documentation as well as data analysis techniques in this study, namely data reduction, data presentation and drawing conclusions. The sample in this study was coaches and athletes at the OJK Kupang Volleyball Club.

Results and discussion: it is the coach's responsibility to provide direction and guidance for athletes in continuing their training patterns (physical, tactical, technical, and mental) even though they are limited by inadequate facilities and infrastructure.

Conclusion: From the results of the study it was concluded that coaches have a very important role in physical, tactical, technical and mental training as well as providing good athlete training facilities.

Keywords: Trainer's competence, in volleyball training pattern.