

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola voli merupakan salah satu cabang olahraga permainan beregu bola besar yang sangat digemari oleh masyarakat luas, termasuk oleh masyarakat Indonesia. Daya tarik permainan bola voli sebenarnya tidak hanya karena olahraga ini mudah dimainkan, tapi juga karena beragam manfaat yang ada di dalamnya. Menurut Beutelstahl (2018:8), melalui kegiatan bermain bola voli, seseorang akan memperoleh berbagai manfaat, khususnya dalam hal pertumbuhan fisik, mental dan sosial yang baik. Tujuan orang bermain bola voli pada dasarnya sama, yaitu untuk mendapatkan kesenangan, meningkatkan kebugaran jasmani, serta lebih jauh lagi yaitu untuk mencapai prestasi yang optimal.

Olahraga bola voli dewasa ini tidak hanya merupakan olahraga rekreasi, melainkan sudah merupakan olahraga prestasi sehingga banyak orang yang berminat untuk mengikuti olahraga bola voli. Bagi olahragawan, untuk mencapai prestasi yang tinggi, teknik-teknik dalam olahraga tersebut harus dikuasai dengan baik, sehingga penguasaan teknik dasar permainan bola voli yang sempurna adalah menjadi dasar untuk mengembangkan kualitas yang tinggi dalam permainan (Irfandi dan Rahmat, 2022:102). Namun demikian, pada dasarnya seseorang melakukan aktivitas, kegiatan atau tingkah laku selalu didasari oleh adanya motivasi dalam dirinya untuk melakukan kegiatan

tersebut. Semakin besar motivasi seseorang dalam melakukan suatu kegiatan maka semakin besar pula kemungkinan orang tersebut mencapai keberhasilan. Sebaliknya, semakin kecil motivasinya dalam melakukan kegiatan maka semakin kecil pula kemungkinan untuk meraih keberhasilan. Jadi, motivasi merupakan landasan yang sangat diperlukan untuk mencapai keberhasilan dan kesuksesan

Pola latihan adalah cara dalam mendidik, memberi bimbingan dan pengalaman, serta memberikan pengawasan kepada individu atau sekelompok individu agar kelak menjadi orang yang berguna (Setiawan, 2022:133). Menurut Utomo (2021:174), pola berfungsi mempertahankan dan mengembangkan potensi yang ada di dalam diri individu sehingga ia bisa berperilaku baik, terutama dalam rangka menumbuhkembangkan aspek kognitif, efektif, maupun psikomotoriknya.

Dari paparan para ahli di atas, maka bisa dipahami pola latihan adalah suatu usaha atau kegiatan dilakukan untuk meningkatkan apa yang sudah ada kepada yang lebih baik (sempurna), baik melalui pemeliharaan dan bimbingan terhadap apa yang sudah ada (yang sudah dimiliki), serta juga mendapatkan hal yang belum dimilikinya yaitu pengetahuan dan kecakapan yang baru dalam berbagai aspek (kognitif, efektif, psikomotorik).

Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia, kata 'pola' berarti 'gambar', 'contoh' dan 'model' (Widoyoko, 2018:60). Sementara itu, menurut Erdiyanti dan Febriyanto (2019:20) pola latihan adalah usaha atau tindakan dan

kegiatan yang dilakukan secara berdaya guna untuk memperoleh hasil yang baik.

Pola latihan yaitu usaha manusia secara sadar untuk membimbing dan mengarahkan kepribadian serta kemampuan individu, baik dalam pendidikan formal maupun non formal (Candrawati, dkk., 2018:45). Menurut Alisman, dkk. (2022:4), pola latihan adalah usaha yang dilakukan secara terus-menerus (berkesinambungan), dilakukan secara sadar oleh lembaga dalam rangka menumbuhkembangkan aspek kognitif, efektif maupun psikomotorik individu disertai spiritual yang Pola latihan.

Salah satu club bola voli di Indonesia yang sejak tahun 2019 berkomitmen untuk mencetak bibit-bibit atlet bola voli dan aktif mengikuti berbagai ajang atau kompetisi bola voli, khususnya di wilayah Kota Kupang yaitu club bola voli OJK Kupang. Club bola voli OJK Kupang berdiri pada tahun 2019 dan telah mengikuti beragam kompetisi bola voli di Kota Kupang. Meskipun didukung oleh fasilitas yang cukup memadai, antara lain memiliki lapangan bola voli sendiri, waktu latihan yang terjadwal dan dilakukan secara rutin yakni tiga kali dalam seminggu, serta didukung oleh manajemen (dewan direksi Club) dan pelatih yang cukup berpengalaman, namun sejauh ini belum ada prestasi yang dapat dikatakan ‘membanggakan’. Hal ini karena sejak tahun 2019 hingga tahun 2022, dari berbagai kompetisi bola voli di Kota Kupang yang pernah diikuti belum sekalipun membuahkan tropi juara bagi Club bola voli OJK Kupang. Bahkan, dalam keikutsertaannya dalam berbagai kompetisi bola voli di Kota Kupang selama ini, hampir selalu langkah Club bola voli OJK

Kupang terhenti di babak delapan besar. Peneliti memprediksi bahwa ada permasalahan dalam hal pembinaan bagi para atletnya yang mungkin menjadi penyebab Club bola voli OJK Kupang belum dapat meraih prestasi maksimal selama ini.

Peneliti melihat bahwa Pola latihan yang di lakukan Tim OJK yaitu : latihan fisik, teknik, taktik dan mental teori ini menurut (Widoyoko, 2018: 60). hal tersebut merupakan sasaran utama dan menjadi satu kesatuan yang tidak terpisahkan dalam merencanakan dan melaksanakan program latihan yang berkesinambungan. Latar belakang masalah yang penulis paparkan diatas mendasari penulis mengadakan penelitian dengan judul “Pola latihan bola voli di Club OJK kupang, maka Peneliti menganggap sangat pentingnya dilakukan penelitian ini, karena hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi informasi yang sangat berharga bagi manajemen Club bola voli OJK Kupang, terutama bagi staf pelatihnya dalam rangka mengevaluasi pola latih yang selama ini telah dilakukan kepada para atlet atau pemainnya. hal ini karena pelatih memiliki peranan yang sangat penting dalam membina atlet dengan tujuan untuk mendukung keberhasilan dan keseluruhan peningkatan potensi atlet, yang tentu juga sangat besar peranannya dalam mencapai prestasi-prestasi dalam club ini mengetahui pola latihan bagi atlet bola voli, jika hasil menunjukkan pola latihan yang diterapkan pelatih belum maksimal maka pelatih dapat merancang pola latihan yang lebih baik lagi untuk meningkatkannya, yang diharapkan dapat memberikan kontribusi prestasi, baik bagi atlet sendiri maupun bagi prestasi klub di masa depan. maka peneliti

sangat tertarik melakukan penelitian yang berjudul “**Pola Latihan Bola Voli di Club OJK Kupang**”.

B. Identifikasi Masalah

Rumusan masalah yang hendak dikaji atau dianalisis dalam penelitian ini meliputi, sebagai berikut:

1. Belum diketahui Pola Latihan Bola Voli di B Club OJK Kupang.
2. Belum diketahui Program Latihan Bola Voli Club OJK Kupang.

C. Batasan Masalah

Agar penelitian ini terarah dan terfokus pada pokok permasalahan yang akan dibahas, maka ruang lingkup masalah penelitian ini dibatasi pada Pola Latihan Bola Voli di Club OJK Kupang.

D. Rumusan Masalah

Sesuai dengan batasan masalah penulis dapat merumuskan rumusan masalah sebagai berikut: Bagaimana Pola Latihan Bola Voli di Club OJK Kupang ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui Pola Latihan Bola Voli di Club OJK Kupang

F. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Praktis
 - a. Sebagai salah satu persyaratan penulis untuk memperoleh gelar sarjana kependidikan olahraga.

- b. Kiranya hasil penelitian ini dapat menambah ilmu, wawasan, dan pengalaman penulis tentang bagaimana cara melakukan Pola pembinaan pelatihan yang sesuai dengan kemajuan ilmu pengetahuan.
- c. Kiranya hasil penelitian ini dapat dijadikan masukan untuk para pelatih bola voli OJK Kupang.
- d. Kiranya hasil penelitian ini dapat menambah wawasan bagi masyarakat, khususnya para pencinta bola voli.

2. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi perkembangan, disiplin dan ilmu dijadikan objek pengetahuan.
- b. Sebagai bahan perbandingan maupun referensi untuk penelitian yang relevan.