



PEMBINAAN PRESTASI CLUB ISPRI PALEMBANG

ISPRI PALEMBANG CLUB ACHIEVEMENT DEVELOPMENT

Bayu Agung Wahyudi¹, Endie Riyoko², Mutiara Fajar³

^{1,2,3} Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan,
Universitas Persatuan Guru Republik Indonesia Palembang

Alamat : Alamat: Jln. Jend. A. Yani, Lr Gotong royong 9/10 Ulu, Palembang, Indonesia

Email: Bagung548@gmail.com, mutiarafajar89@gmail.com, endieriyoko@univpgri-palembang.ac.id

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pembinaan prestasi Club Ispri Palembang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif. Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari pelatih, atlet, dan manajemen. Teknik pengumpulan data penelitian ini yaitu observasi, wawancara, dokumentasi, dan angket. Teknik analisis data terdiri dari reduksi data (*data reduction*), penyajian data (*data display*), dan penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*). Hasil penelitian menyatakan bahwa program pemasaran Club Ispri Palembang dilakukan dengan cara berkeliling kampung dan melihat anak-anak yang berminat bermain voli serta peran pelatih dalam melaksanakan program pemasaran adalah sebagai pembimbing dan aktivitas olahraga yang dilakukan dengan melakukan serangkaian kegiatan-kegiatan olahraga. Pengenalan aktivitas fisik Club Ispri Palembang kepada atlet dilakukan dengan menyesuaikan tingkatan beban maupun intensitas latihan dan kriteria kesehatan yang harus dipenuhi atlet adalah sehat jasmani dan rohani, postur badan tinggi, dan yang jelas harus punya kemauan. Pengujian kemampuan fisik agar atlet dilakukan dengan cara kebugaran jasmani. Lama latihan untuk membina prestasi atlet di Club Ispri Palembang yaitu 4 kali dalam satu minggu dengan durasi waktu selama 2 jam dalam setiap latihan. Penerapan latihan disesuaikan dengan usia atlet, sedangkan kriteria perkembangan dilihat dari banyaknya latihan dan peningkatan prestasi serta kualitas latihan. Proses latihan di Club Ispri Palembang dilakukan sejak usia dini dan adanya hambatan waktu pelaksanaan latihan sebabkan anak ada yang sekolah siang. Tahapan latihan disesuaikan dengan tingkatan yang diterapkan yaitu secara bertahap terutama latihan teknik dasar hingga ke permainan.

Kata kunci: Pembinaan, Prestasi, Atlet, Bola Voli, Club

ABSTRACT

The purpose of this research is to provide guidance on the achievements of Club Ispri Palembang. The research method used in this research is a qualitative descriptive method. The data source in this research is primary data, namely data obtained directly from coaches, athletes and management. The data collection techniques for this research are observation, interviews, documentation and questionnaires. Data analysis techniques consist of data reduction, data display and conclusion drawing. The results of the research stated that the Club Ispri Palembang marketing program was carried out by going around the village and seeing children who were interested in playing volleyball and the role of the coach in implementing the marketing program was as a mentor and sports activities were carried out by carrying out a series of sports activities. The introduction of Club Ispri





Palembang's physical activity to athletes is carried out by adjusting the level of load and intensity of training and the health criteria that athletes must meet are physically and mentally healthy, tall body posture, and clearly must have the will. Testing of physical abilities for athletes is carried out by means of physical fitness. The duration of training to develop athlete performance at Club Ispri Palembang is 4 times a week with a duration of 2 hours for each training. The implementation of training is adjusted to the athlete's age, while the development criteria are seen from the amount of training and improving performance and quality of training. The training process at Club Ispri Palembang is carried out from an early age and there are obstacles in the time for carrying out the training because some of the children have school during the day. The training stages are adjusted to the level applied, namely in stages, especially basic technique training up to the game.

Keywords: Coaching, Achievement, Athletes, Volleyball, Clubs

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan proses sistematis berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniah seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat dalam bentuk permainan, perlombaan/ pertandingan, dan kegiatan jasmani yang intensif untuk memperoleh rekreasi, kemenangan, dan prestasi puncak dalam rangka pembentukan manusia Indonesia seutuhnya (Paturusi, 2020:4).

Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menyatakan bahwa olahraga berdasarkan jenisnya terbagi menjadi olahraga pendidikan, olahraga prestasi, dan olahraga rekreasi. Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan Olahragawan secara terencana, sistematis, terpadu, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi

dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi Keolahragaan.

Selanjutnya, prestasi olahraga merupakan sesuatu yang tampak dan terukur, bahwa artinya olahraga dilakukan dengan pendekatan secara ilmiah mulai dari pemanduan bakat hingga tahapan pembinaan. Prestasi olahraga tercapai melalui berbagai cara atau usaha yang terencana dan didukung dengan pengetahuan serta olahraga teknologi. Olahraga prestasi melalui pengelolaan disebut juga manajemen olahraga prestasi. Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 11 Tahun 2022 Tentang Keolahragaan menjelaskan bahwa pembangunan keolahragaan harus mampu menjamin pemerataan kesempatan Olahraga, peningkatan mutu serta relevansi dan efisiensi manajemen Olahraga untuk menghadapi tantangan sesuai dengan tuntutan dan dinamika perubahan dalam Keolahragaan, termasuk perubahan tantangan global yang lebih dinamis dan disesuaikan dengan era industri digital.





Pembinaan dan pembibitan olahraga merupakan permasalahan penting yang harus mendapat perhatian. Pembinaan dan pengembangan olahraga yang merupakan bagian upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia diarahkan pada peningkatan jasmani, mental dan rohani masyarakat, serta ditujukan untuk pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportifitas tinggi serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional (Fajar, 2022:106).

Dalam melakukan pembinaan olahraga prestasi tentu melalui proses yang panjang, sistematis dan terukur. Hal tersebut mengingat prestasi tidak dapat dicapai secara instan. Menurut Paturusi (2020:3), prestasi dalam olahraga harus dikelola secara efisien dan efektif. Selanjutnya, Menurut Dewi & Hafidz (2021, p. 18), pencapaian prestasi atlet tergantung seberapa besar peran pembinaan olahraga. Pembinaan prestasi didalam klub sangat berperan penting untuk pencapaian prestasi. Prestasi olahraga juga perpaduan dari ilmu manajemen dan ilmu olahraga, dengan semakin berkembangnya olahraga yang telah menjadi ilmu tersendiri. Prestasi yang meliputi sesuatu hal yang disebut pembinaan dilakukan dengan prestasi yang optimal.

Klub Ispri Palembang merupakan salah satu klub bola voli yang terdapat di Palembang provinsi Sumatera Selatan,

tepatnya terletak di Kertapati. Dari hasil wawancara yang penulis lakukan dengan pelatih klub Ispri Kertapati Palembang bernama Butet Tarigan menyatakan bahwa klub ispri pertama kali juara antar club se-kota Palembang pada tahun 1989 hingga tahun 1995, serta pernah mewakili Sumatera Selatan untuk mengikuti pertandingan LIVOTAMA (Liga Voli Utama) antar club di Jakarta pada tahun 1990. Namun, setelah itu, prestasi club ispri terus menurun dan minim prestasi dan telah lama tidak mendapatkan juara. Pada 3 tahun terakhir ini yaitu tahun 2019, 2020, dan 2021, dikarenakan adanya pandemi. Pada akhir tahun 2019 membuat pihak klub memberikan batasan untuk tidak latihan selama pandemi, karena untuk menghindari kerumunan. Latihan dilanjutkan pada bulan September 2020. Selama masa pandemi, atlet hanya melatih diri sendiri dengan untuk menjaga kondisi fisik. Atlet juga tidak diperbolehkan latihan di klub lain tanpa adanya izin dari pihak klub Ispri Kertapati Palembang. Selanjutnya, berdasarkan hasil observasi yang peneliti lakukan di klub ISPRI Kertapati Palembang diperoleh kegiatan bola voli telah dilaksanakan. Dari hasil wawancara yang peneliti lakukan dengan atlet juga menyatakan bahwa atlet dituntut untuk memenangkan pertandingan serta dituntut untuk melakukan yang terbaik, dan harus memiliki keterampilan dalam bermain.



Atlet menyatakan bahwa untuk bermain bagus tersebut membutuhkan proses dan pembinaan yang cukup. Oleh sebab itu, belum diketahui secara pasti mengenai pembinaan prestasi club Ispri Palembang.

METODE PENELITIAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pembinaan prestasi Club Ispri Palembang. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif kualitatif yang bertujuan untuk mendeskripsikan pembinaan prestasi club Ispri Palembang.. Sumber data dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang langsung diperoleh dari pelatih, atlet, dan manajemen.

Teknik pengumpulan data penelitian ini yaitu 1: observasi, observasi dilakukan untuk pengamatan secara langsung mengenai pembinaan prestasi Club Ispri Palembang, 2: wawancara, wawancara dalam penelitian ini dilakukan dengan cara menanyakan kepada pelatih dan atlet mengenai Pembinaan Prestasi Club Ispri Palembang 3: dokumentasi, dokumentasi yang digunakan meliputi foto penelitian, program clup, dan sarana dan prasarana bolavoli di Club Ispri Palembang.

Teknik analisis data terdiri dari 1: reduksi data (*data reduction*), reduksi data (*data reduction*) yang dimaksud adalah data kasar atau data mentah dari hasil wawancara yang telah peneliti lakukan. Data tersebut dicatat sesuai dengan hasil

wawancara sebenarnya. 2: penyajian data (*data display*), Penyajian data dalam hal ini adalah hasil wawancara yang telah dilakukan disajikan dalam bentuk deskripsi maupun dalam bentuk tabulasi. Dalam penelitian ini, data disajikan sesuai aspek evaluasi yang diteliti dari hasil penelitian. 3: penarikan kesimpulan (*conclusion drawing*), setelah data disajikan, kemudian dilakukan evaluasi atau analisis untuk menarik kesimpulan dari hasil penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Pembinaan Prestasi Club Ispri Palembang.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pembinaan prestasi Club Ispri Palembang. Hasil penelitian didapatkan bahwa program pemasalan yang dilakukan Club Ispri Palembang dilakukan dengan cara keliling ke kampung-kampung dan melihat anak-anak yang berminat bermain voli serta peran pelatih dalam melaksanakan program pemasalan adalah sebagai pembimbing dan aktivitas olahraga yang dilakukan dengan melakukan serangkaian kegiatan-kegiatan olahraga serta aktivitas seperti lari pagi, jalan jalan, hibur-hiburannya, rekreasi, dan renang.

Hasil penelitian didapatkan bahwa hambatan dalam melaksanakan aktivitas olahraga apa di Club Ispri Palembang terkadang pada faktor alam seperti hujan disebabkan karena latihan dilakukan di lapangan terbuka, serta pada kondisi latihan



yang tidak dapat dihadiri oleh peserta disebabkan karena adanya ujian atau ulangan disekolah. Dalam membina fisik dilakukan penjelasan terlebih dulu, khususnya mengenai aspek kecepatan, pertahanan, kelenturan, dan daya tahan, serta melakukan pembinaan latihan fisik kelenturan dengan melakukan *sit up* dan *back up*, daya tahan, lari, dan kekuatan.

Pengenalan aktivitas fisik Club Ispri Palembang kepada atlet dilakukan dengan menyesuaikan tingkatan beban maupun intensitas latihannya, seperti latihan angkat besi di bedakan beratnya, lari juga untuk anak-anak baru waktu larinya dikurangi. Kriteria kesehatan yang harus dipenuhi atlet agar menjadi anggota Club Ispri Palembang adalah sehat, postur badannya tinggi, dan yang jelas harus punya kemauan. Anthropolometri atau dimensi tubuh atlet agar dapat menjadi anggota Club Ispri Palembang yaitu tubuh tidak harus tinggi, yang dibutuhkan kemauan dari anak-anak, karena di voli ini kalau tidak tinggi bisa jadi libero. Pengujian kemampuan fisik agar atlet menjadi anggota Club Ispri Palembang dilakukan dengan cara lari dulu, lari beberapa menit, terus sprint, dari situ kita kelihatan anak-anak tidak tahan biasanya ada yang muntah ada yang mual dan ada yang berhenti sebelum selesai. Hasil wawancara menyatakan bahwa pengujian kemampuan psikologis agar atlet menjadi anggota Club

Ispri Palembang yaitu dilakukan pengujian IQnya tentang permainan bola voli, dan kalau dari segi mental kami biasanya melihatnya di saat separing melawan club lain. Hasil wawancara juga menyatakan bahwa faktor keturunan dapat dijadikan penentu agar atlet menjadi anggota Club Ispri Palembang.

Hasil penelitian menyatakan bahwa lama latihan yang diterapkan Club Ispri Palembang untuk membina prestasi atlet yaitu seminggu 4 kali, Selasa, Kamis, Sabtu, Minggu. Untuk waktunya dari jam 4 sampai jam 6, dua jam dalam satu hari. Kalau persiapan turnamen waktunya ditambah setiap hari latihannya. Maturasi atau efek waktu dalam melakukan latihan agar dapat membina prestasi atlet di Club Ispri Palembang yaitu dilakukan sebaiknya latihan pagi sore, pagi latihan fisik dan sore latihan teknik, untuk idealnya latihannya 2 kali dalam 1 hari. Hasil wawancara juga menyatakan bahwa penerapan latihan yang disesuaikan dengan usia atlet di Club Ispri Palembang kalau yang muda muda latihannya, ada yang baru bisa main, kita latihkan passing dulu, dan kalau sudah bisa kita latihkan smash. Kalau untuk atlet baru kita suruh bermain game, kita suruh latihan dasar-dasar dulu. Kriteria pertumbuhan dalam pembinaan prestasi di Club Ispri Palembang yaitu disesuaikan pemasukan dan pengeluarannya gizi anak-



anak, semakin berat latihan gizinya harus semakin banyak.

Hasil penelitian didapatkan bahwa untuk kriteria perkembangannya yang jelas waktu latihan, karena semakin banyak waktu latihan akan semakin cepat meningkat kan prestasi dan kualitas latihan. Hasil penelitian didapatkan bahwa penilaian terhadap proses latihan dengan cara melihat semangat saat berlatih, terutama ada anak anak yang menjalankan program latihan dan ada yang tidak mampu untuk menjalan kan program latihan. Biasanya yang mampu dengan program latihan yang sudah diterapkan akan cepat prestasinya meningkat.

Hasil penelitian didapatkan bahwa proses latihan di Club Ispri Palembang dilakukan sejak usia dini, rata-rata ada yang mulai dari SD, terutama yang putri dan ada juga yang SMP. Hasil wawancara juga menyatakan bahwa untuk hambatannya anak-anak usia dini itu rata-rata anak sekolah, waktu latihannya kadang kadang terhambat, ada yang sekolah siang, ada yang sekolah pagi. Untuk anak yang sekolah siang tidak bisa latihan, rata-rata latihannya hari libur yang lebih lengkap, untuk anak usia dini hadir semua biasanya waktu hari libur. Selanjutnya, hasil wawancara menyatakan bahwa tahapan latihan disesuaikan dengan tingkatan yang diterapkan Club Ispri Palembang yaitu secara bertahap terutama latihan passing,

latihan smash, baru ke game. Terutama dalam latihan voli ini passing dulu..

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini membuktikan bahwa program pemasangan Club Ispri Palembang dilakukan dengan cara berkeliling kampung dan melihat anak-anak yang berminat bermain voli serta peran pelatih dalam melaksanakan program pemasangan adalah sebagai pembimbing dan aktivitas olahraga yang dilakukan dengan melakukan serangkaian kegiatan-kegiatan olahraga. Pengenalan aktivitas fisik Club Ispri Palembang kepada atlet dilakukan dengan menyesuaikan tingkatan beban maupun intensitas latihan dan kriteria kesehatan yang harus dipenuhi atlet adalah sehat jasmani dan rohani, postur badan tinggi, dan yang jelas harus punya kemauan. Pengujian kemampuan fisik agar atlet dilakukan dengan cara kebugaran jasmani. Lama latihan untuk membina prestasi atlet di Club Ispri Palembang yaitu 4 kali dalam satu minggu dengan durasi waktu selama 2 jam dalam setiap latihan. Penerapan latihan disesuaikan dengan usia atlet, sedangkan kriteria perkembangan dilihat dari banyaknya latihan dan peningkatan prestasi serta kualitas latihan. Proses latihan di Club Ispri Palembang dilakukan sejak usia dini dan adanya hambatan waktu pelaksanaan latihan sebabkan anak ada yang sekolah siang. Tahapan latihan disesuaikan dengan tingkatan yang diterapkan yaitu secara





bertahap terutama latihan teknik dasar hingga ke permainan.

DAFTAR PUSTAKA

- Adi, P. (2017). *Manajemen Pembinaan Olahraga Sepakbola di SSB Putra Mayong Jepara Kabupaten Jepara*. Seminar Nasional KeIndonesiaan IV Tahun 2017 “Multikulturalisme Dalam Bingkai Ke-Indonesiaan Kontemporer.
- Abadi, A. K. (2016). Pembinaan Cabang Olahraga Panjat Tebing Indonesia Kota Surabaya. *Journal Kesehatan Olahraga* , 535-544.
- Arini Permatasari, R. B. (2017). Pembinaan Olahraga Senam Artistik di Kota Semarang Tahun 2017. *Journal of Physical Education and sport*.1-8.
- Agus Trihartanto, A. S. (2020). Analisis Pembinaan Cabang Olahraga Bola voli U -16 Klub KusumaBhirawa Kabupaten Ponorogo tahun 2019. Surakarta. *Journal of Physical Education and sport*.2(1).
- Alim, A. (2020). *Studi Manajemen Pelatih dan Atlet Pada Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Tenis Lapangan*. JORPRES (Jurnal Olahraga Prestasi), 16 (1), 2020, 19-28, <https://journal.uny.ac.id/index.php/jorpres>.
- Arikunto, Suharsimi. (2019). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Dian Ratna Sari, J. T. (2018). evaluasi program pemusatan latihan daerah (PELATDA) Bola voli pasir putri DKI Jakarta. *Jurnal Ilmiah Sport Coaching and Education*, 8-16.
- Eri Vandiyanto, A. W. (2018). Pembinaan Klub Bolavoli di Kabupaten Purworejo Tahun 2018. *Journal of Physical Education, Sport, Health and Recreations*, 1-7.
- Fajar, M. (2022). *Manajemen Pembinaan Club Eximble FC Jakabaring Palembang*. UPT Publikasi dan Pengelolaan Jurnal, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al-Banjari Banjarmasin.
- Helen Purnama Sari, O. W. (2017). evaluasi program pembinaan atlet Pekan Olahraga Nasional Cabang Olahraga Bulu Tangkis Provinsi Sumatera Selatan. *Journal Of Physical Education and Sport*,261-265.
- Irawan, R. (2017). Studi Kelayakan Fasilitas Sarpras Olahraga Indoor Di FIK UNNES. *Jurnal Penjakora*,4(1), 90-102.
- Irwanto, E. (2017). Pengaruh Metode Resiprokal Dan Latihan Drill Terhadap Peningkatan Keterampilan Teknik Dasar Bolavoli. *Jurnal Pendidikan Olahraga*,10-20.
- Khoirul Zainal Abidin, C. Y. (2021). Pembinaan Prestasi Atlet Paralympic National ParalympicCommitte of Indonesia di Surakarta. *Journal of Physical Education and sport*.2(1).
- Kusbani, H. S. (2018). The Analysis of Volleyball Coaching Achievement Obstacles in Lampung Province Indonesia. *Jurnal Advances in sosial science, Education and Humanites Research*, 589-591.
- Muhammad Misbakhudin, M. A. (2020). Pembinaan Prestasi Olahraga Sepak Bola pada SBB Barca Temanggung di Kabupaten Temanggung. *Journal of Physical Education and Sport*, 33-40.
- Prasetya, R., & Argantos. (2019). *Pembinaan Prestasi Sepakbola*. *Jurnal Patriot*. Vol 1 No 2 (2019).





- Rangga, A.P. (2016). Analisis Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Sepakbola di Akademi Triple's U-17 Kabupaten Kediri. *Jurnal Kesehatan Olahraga* Vol. 06 NO. (2 Edisi Oktober 2016 hal 433 – 440.
- Rasyono. (2018). *Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar*. PEHS 3 (1) (2016), Journal of Physical Education, Health and Sport <http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/jpehs>.
- Sardiman. (2018). *Interaksi & Motivasi Belajar Mengajar*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Sudjana, N. (2013). *Dasar-Dasar Proses Belajar Mengajar*. Bandung: Sinar Baru.
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Pendidikan (Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif R dan D)*. Bandung: Alfabeta.
- Suryana, S. (2019). *Model Pemberdayaan Pendidikan Non Formal (Pnf) Dalam Kajian Kebijakan Pendidikan*. Jurnal Edukasi Fakultas Ilmu Pendidikan Universitas Negeri Semarang, Vol 13, No 2 (2019).
- R, L. A. (2016). Pembinaan Prestasi Bola Voli Klub IVOLTA Kecamatan Saronggi Kabupaten Sumenep. *Journal Kesehatan Olahraga* , 426-432. Ronang Fandy
- Rumini, R. D. (2020). Pembinaan Prestasi Cabang Olahraga Atletik Kabupaten Pati. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 538-546.
- Subagya, D. (2017). peran pembinaan oleh dinas pemuda, olahraga, kebudayaan dan pariwisata (DISPORABUDPAR) dalam meningkatkan prestasi bidang olahraga di kabupaten tangerang. *Jurnal mozaik*, 101-105.
- Sugiyanto, A. F. (2013). Evaluasi Program pembinaan renang di klub Tirta Serayu, TCS, Bumi Pala, Dezender, Spectrum di Provinsi Jawa Tengah. *Jurnal keolahragaan* , 13-25.
- Syarif Hidayat, P. R. (2018). Pengaruh Metode Bermain Terhadap Peningkatan Passing Bawah Dalam Permainan Bola Voli Siswa Ekstrakurikuler Smk Negeri 1 Subang. *Jurnal Ilmiah FKIP Universitas Subang*.