

## Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Di Klub Satria Sejati Kota Semarang Tahun 2024

Azzariru Rizqi Maula<sup>1</sup>, Aziz Amrulloh<sup>2</sup>,

<sup>1,2</sup> Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang

### Abstrak

Pencapaian prestasi yang optimal merupakan salah satu hasil dari program pembinaan dengan sistem pembinaan yang sistematis dan jelas. Prestasi yang diraih klub bola voli Satria Sejati Kota Semarang sejauh ini masih belum mencapai target yang diharapkan. Maka dari penelitian ini terdapat permasalahan mengenai pembinaan prestasi bola voli di klub Satria Sejati. Tujuan dari penelitian ini untuk: Bagaimana sistem pembinaan prestasi (pemasalan, pembibitan, prestasi). Pendekatan penelitian menggunakan metode kualitatif dengan analisis data deskriptif yang melibatkan deskripsi uraian rinci. Subjek penelitian adalah pengurus, pelatih, dan atlet klub bola voli Satria Sejati Kota Semarang. Instrumen yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Hasil penelitian ini adalah 1) Sistem pembinaan yang dilakukan pengurus diusahakan untuk menjangkir bibit-bibit baru dan mencapai prestasi, 2) Sumber daya manusia atlet dalam klub harus terus mendapat perhatian lebih, 3) Program latihan yang diberikan sudah cukup baik, 4) Sarana dan Prasarana yang disediakan sudah memenuhi kebutuhan latihan oleh klub. Kesimpulan dari hasil penelitian ini adalah program pembinaan yang dilakukan oleh klub Satria Sejati kota semarang masih dikatakan belum maksimal dalam program pembinaan dengan prestasi pembinaan yang masih kurang memuaskan, namun pihak Satria Manajemen klub Sejati akan tetap mengupayakan program pembinaan yang memadai dengan terus berusaha.

**Kata Kunci:** Pembinaan Prestasi, Bola Voli, Manajemen

### Abstract

*Achieving optimal performance is one of the results of a coaching program with a systematic and clear coaching system. The achievements achieved by the Semarang City Satria Sejati volleyball club so far have not yet reached the expected targets. So from this research there are problems regarding the development of volleyball achievements at the Satria Sejati club, the aim of this research is: What is the achievement development system development, breeding, achievement. The research approach uses qualitative methods with descriptive data analysis involving detailed descriptions. The research subjects were the administrators, coaches and athletes of the Satria Sejati volleyball club, Semarang City. The instruments used are observation, interviews and documentation. The results of this research are 1) The coaching system carried out by the management is attempted to attract new seeds and achieve achievements, 2) The human resources of athletes in the team must continue to receive more attention, 3) The*

Correspondence author: Azzariru Rizqi Maula, Universitas Negeri Semarang, Indonesia.

Email: [azzarirum050601@gmail.com](mailto:azzarirum050601@gmail.com)



*training program provided is quite good, 4) The facilities and infrastructure provided meet the club's training needs. The conclusion from the results of this research is that the coaching program carried out by the Satria Sejati club in the city of Semarang is still said to be not optimal in the coaching program with coaching achievements that are still unsatisfactory, but the Satria Sejati club management will continue to strive for an adequate coaching program by continuing to try.*

**Keywords:** *Achievement Development, Volleyball, Management*

## **PENDAHULUAN**

Sejak memasuki era modern ini, terdapat banyak kemajuan dalam ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah mulai berkembang. Dalam konteks ini, perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi harus sejalan dengan kemajuan dalam bidang olahraga dan peningkatan potensi manusia. Melalui usaha pembinaan dan pengembangan olahraga, dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam menciptakan individu yang berkualitas. Oleh karena itu, peran olahraga dalam pembangunan nasional perlu mendapatkan perhatian dan peningkatan yang serius.

Peran olahraga dalam kehidupan manusia sangat penting. Saat ini, dalam kehidupan modern, olahraga telah menjadi bagian tak terpisahkan dari aktivitas manusia. Hal ini berkaitan baik dengan upaya meningkatkan prestasi maupun menjaga kesehatan tubuh. Salah satu jenis olahraga yang populer di era modern ini salah satunya adalah bola voli, karena dapat dinikmati oleh semua kalangan, termasuk pria dan wanita (Suharno 1985 2017).

Pembinaan olahraga adalah bagian penting dari upaya untuk meningkatkan kualitas di negara ini. Hal ini mencakup upaya untuk meningkatkan kesehatan jasmani dan rohani semua orang, serta mengembangkan prestasi olahraga yang dapat memicu kebanggaan nasional. Saat ini, perhatian terhadap pembinaan olahraga masih kurang, sehingga perlu untuk meningkatkan pendidikan jasmani dan program pembinaan olahraga di sekolah dan masyarakat agar mencapai prestasi sesuai dengan target yang ditetapkan. Proses ini melibatkan sejumlah tahapan yang dirancang secara sistematis untuk menghasilkan atlet- atlet

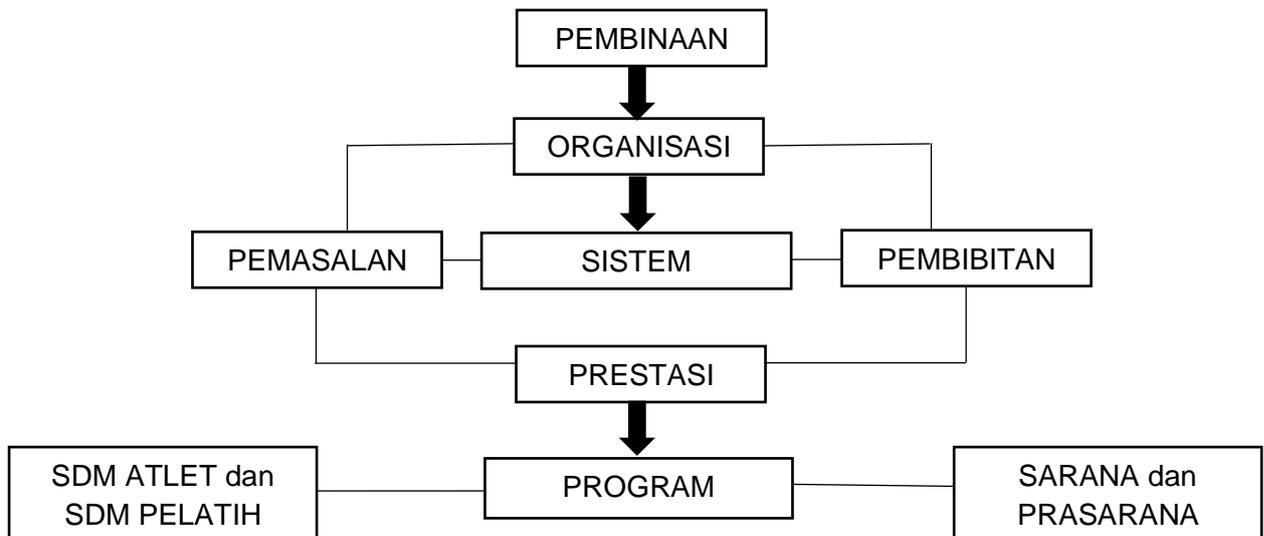
yang kompetitif. Tahapan umum dalam pembinaan olahraga yang mencakup antara lain pemassalan, pembibitan, dan pencapaian prestasi. Tugas utama dalam pembinaan prestasi olahraga ada pada Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). KONI adalah badan organisasi olahraga nasional (Umam 2020).

Pembinaan olahraga yang berkelanjutan harus dilakukan sejak dini melalui program-program yang terstruktur dan berkeeseimbangan. Pendekatan ini memerlukan konsep yang baik dan berlandaskan pada prinsip-prinsip pembinaan olahraga jangka panjang. Dengan mengelola pembinaan olahraga secara profesional dan terencana sejak awal, kita dapat meningkatkan peluang untuk mencapai prestasi olahraga yang tinggi di tingkat nasional maupun internasional (Rasyono 2016).

Menurut Ria Lumintuarso (2013:15) perkembangan prestasi olahraga merupakan akumulasi dari kualitas fisik, teknik, taktik dan kematangan psikis olahragawan yang disiapkan secara sistematis melalului proses pembinaan yang benar. Prestasi olahraga merupakan sesuatu yang dapat diukur dan terlihat nyata. Ini berarti bahwa olahraga harus dijalankan dengan pendekatan ilmiah yang mencakup semua tahapan, mulai dari identifikasi bakat hingga pembinaan. Untuk mencapai prestasi olahraga, perlu dilakukan berbagai upaya yang terencana dan didukung oleh pengetahuan dan teknologi olahraga. Pengelolaan prestasi olahraga ini dikenal sebagai manajemen olahraga prestasi.

Pengembangan bakat bola voli tidak hanya terbatas pada lingkungan sekolah, melainkan juga dapat dilakukan di klub-klub yang beroperasi di masyarakat sekitar. Saat ini, baik di tingkat lokal maupun nasional, sering diadakan kompetisi bola voli dengan tujuan meningkatkan kualitas dan keterampilan para pemain. Selain itu, kompetisi ini juga bertujuan untuk mengidentifikasi dan mengembangkan potensi-potensi pemain yang berprestasi, terutama di klub-klub voli di Indonesia, terutama di Kota Semarang, terutama pada kelompok usia dini.

Mengembangkan prestasi dalam bidang olahraga memerlukan keseriusan didalamnya, mencapai prestasi puncak dalam mengembangkan prestasi olahraga, mengembangkan dan membina bakat pada atlet-atlet muda merupakan suatu hak yang harus didukung dari berbagai aspek, baik dari sumber daya manusia maupun ilmu pengetahuan yang menunjang sistematika latihan. Berdasarkan uraian diatas, dapat digambarkan kerangka berfikir yang dapat dilihat pada gambar berikut:



**Gambar 1 Kerangka Berfikir**

*Sumber: Peneliti*

Berdasarkan hasil observasi, klub Satria Sejati para pengurus organisasi induknya, bertanggung jawab menyediakan segala kebutuhan proses dalam program latihan, seperti tersedianya pelatih yang berkompeten dalam mengembangkan ilmu dari segala aspek yaitu pemahaman teknik permainan bola voli, kondisi fisik dan psikis atlet sehingga program latihan yang disesuaikan dengan masing-masing atlet yang dilatih dapat terstruktur dengan baik. Maka ketersediaan sarana dan prasarana menjadi salah satu hal penting dalam pelaksanaan program pembinaan atlet. Kelengkapan sarana dan prasarana akan menjadi salah satu faktor penyemangat berlatih para atlet yang dibina.

## METODE

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan teknik analisis data deskriptif, adalah suatu metode pendekatan penelitian kualitatif yang melibatkan pendeskripsian secara rinci. Menurut Imam Gunawan dalam (sugiyono 2018) menyatakan bahwa pendekatan dalam penelitian ini adalah kualitatif merupakan sebuah penelitian yang menekankan analisis proses dari berfikir secara induktif yang berkaitan dengan dinamika hubungan antar fenomena yang diamati. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pembinaan prestasi yang dijalankan di klub Satria Sejati Kota Semarang.

Penelitian ini dilakukan di klub Satria Sejati Kota Semarang, Jawa Tengah, pada bulan Januari 2024. Subjek penelitian meliputi Pengurus, pelatih dan atlet klub Satria Sejati Kota Semarang. Instrumen yang digunakan adalah observasi, wawancara, dan dokumentasi. Penelitian ini menggunakan teknik triangulasi data untuk membandingkan data dari sumber yang berbeda, metode yang berbeda.

## HASIL

Berikut merupakan hasil penelitian menggunakan metode triangulasi data yang dapat dilihat pada tabel 1 sebagai berikut:

**Tabel 1** Hasil Penelitian

No	Observasi	Wawancara	Dokumentasi
1	Meraih prestasi kejuaraan porwakos dan kejuaraan lainnya	Meraih beberapa prestasi pada kejuaraan kompetisi event tingkat daerah, hingga kejuaraan yang lain.	Prestasi yang diraih oleh klub Satria Sejati Kota Semarang
2	Mengikuti berbagai kejuaraan event daerah dan menambah prestasi	Mendapatkan beberapa kejuaraan tingkat daerah yaitu Porwakos dan menambah prestasi klub Satria Sejati	Kejuaraan prestasi berbagai event kejuaraan yang didapatkan Klub Satria Sejati
3	Ada pemasalan	Pemasalan dilakukan melalui pelatih kepada guru-guru olahraga di Semarang	Pelaksanaanya melalui media komunikasi mulut kemulut yang dilakukan pelatih

4	Pengurus dan pelatih melakukan pembibitan dan pengembangan bakat melalui program latihan	Pengurus tidak melakukan seleksi atlet menggunakan antropometri, melainkan pendaftaran secara terbuka. Pengembangan bakat atlet diterapkan pada program latihan yang diberikan pelatih	Penerapan program latihan yang diberikan oleh pelatih
5	Melakukan pertandingan uji coba dengan klub bola voli lain	Satria Sejati sering menjalani pertandingan uji coba dengan klub bola voli lain, guna meningkatkan kemampuan atlet.	Pertandingan uji coba dengan klub bola voli lain.
6	Tidak ada struktur kepengurusan	Struktur kepengurusan sederhana, tanpa ada perekrutan anggota.	Struktur kepengurusan sederhana
7	Terdapat visi dan misi	Memiliki visi dan misi untuk bisa menjadi seorang atlet bola voli profesional	Atlet pernah bergabung menjadi salah satu tim proliga
8	Tidak ada perekrutan pelatih	Pelatih diambil dari mantan atlet klub Satria Sejati sendiri	Tidak ada perekrutan pelatih
9	Terdapat sertifikat kepelatihan	Semua pelatih memiliki sertifikat kepelatihan	Terdapat beberapa sertifikat kepelatihan yang dimiliki oleh pelatih
10	Terdapat pembagian tugas pelatih	Pelatih menjalankan program latihan sesuai dengan tugas masing-masing	Pembagian tugas program latihan
11	Pelatih memiliki program latihan	Pelatih memiliki program latihan yang diberikan kepada atlet dengan 3 kali latihan dalam seminggu	Pelatih memberikan arahan program latihan kepada atlet
12	Pelatih berinteraksi dengan atlet saat berjalanya program latihan	Pelatih mampu menanggapi kendala yang dialami oleh atletnya saat latihan	Pelatih memberikan contoh secara langsung terkait kendala yang dialami atlet saat latihan
13	Pelatih memberikan evaluasi setelah latihan	Pelatih memberikan evaluasi tentang kedisiplinan dan pembenahan materi latihan	Pelatih memberikan evaluasi setelah selesai latihan
14	Tidak ada perekrutan atlet	Atlet dapat bergabung secara terbuka dengan bulanan yang terjangkau	Tidak ada perekrutan atlet

15	Atlet menerapkan materi latihan sesuai dengan yang pelatih berikan	Atlet memahami program latihan yang diberikan oleh pelatih	Pencapaian materi latihan yang diberikan oleh pelatih
16	Terdapat sarana dan prasarana baik dan masing kurang memadai	Sarana dan prasarana baik dan cukup layak untk digunakan latihan sehari-hari	Beberapa sarana dan prasarana di klub Satria Sejati
17	Peralatan latihan cukup lengkap dan terdapat lapangan untu latihan	Sarana dan prasarana untuk latihan klub Satria Sejati sudah cukup lengkap dan memadai	Beberapa sarana dan prasarana di klub Satria Sejati
18	Pengurus sekaligus pelatih datang mengawasi latihan secara langsung	Pengurus secara langsung mengamati kegiata latihan dan kompetisi, serta sarana dan prasarana	Pengamatan pengurus saat latihan berlangsung
19	Pengurus melakukan evaluasi setelah latihan	Pengurus rutin melakukan evaluasi mingguan setelah latihan dan kompetisi	Arahan dari pengurus setelah selesai latihan
20	Sumber Pendanaan	Pemasukan berasal dari uang iuran bersama, sponsor dan endors	Pengamatan dan pemasukan oleh klub satria sejati
21	Terdapat ketenagaan	Menerapkan sistem latihan terencana dan terstruktur	Latihan mingguan dan harian yang dirancang dengan konsisten
22	Struktur organisasi sederhana	Struktur orgnisasi yang terdiri dari ketua, pengurus, sekretaris, bendahara dan bidang kepelatihan	Setiap jabatan mempunyai peran masing-masing
23	Prestasi klub satria sejati	Mendapatkan Juara 3 kali di PORWAKOS fan kejuaraan yang lainnya	Dibuktikan dengan mendapatkan penghargaan

*Sumber: Peneliti*

**Tabel 2** Daftar Prestasi Klub Satria Sejati Kota Semarang

No	EVENT	RAIHAN PRESTASI	TAHUN	TIM
1.	PORWAKOS	Juara I	2019	Putra
2.	PORWAKOS	Juara II	2021	Putra
3	PORWAKOS	Juara II	2022	Putra
4	KPOLRES JEPARA	Juara III	2019	Putra
5	AHY CUP di Bahurejo Kendal	Juara II	2022	Putra

6	BTM CUP IV di Sekebrok	Juara III	2023	Putra
7	Arisan Bola Voli Se-Kota Semarang	Juara I	2021	Putra
8	KAREKA CUP I di Kab. Semarang	Juara IV	2023	Putra
9	NGALIAN CUP XIII di Pekalongan	Juara III	2018	Putra
10	AKHMAD MUQOWAM CUP I	Juara III	2018	Putra
11	VOKAN CUP KE 7	Juara III	2021	Putra
12	PAKEM CUP	Juara III	2022	Putra
13	AMPEL GADING CUP U-19	Juara I	2017	Putra
14	VOBA CUP 7	Juara III	2019	Putra
15	TURNAMEN KUCICA	Juara III	2023	Putra
16	CANDI SARI CUP I	Juara III	2011	Putra
17	MATADOR CUP IX	Juara I	2014	Putra
18	WIROGOMO CUP 5	Juara I	2021	Putra
19	PIALA GOGIK CUP	Juara III	2022	Putra
20	KANGURU CUP 2024	Juara I	2024	Putra

*Sumber: Klub Satria Sejati Kota Semarang*

**Tabel 3** Program latihan harian

Hari dan Program
<p>Senin</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengarahan</li> <li>2. Pemanasan</li> <li>3. Fisik                             <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Kekuatan</li> <li>➤ Kelentukan</li> <li>➤ Daya Ledak</li> <li>➤ Kecepatan gerak</li> <li>➤ Daya tahan keseluruhan</li> </ul> </li> <li>4. Teknik                             <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Servis</li> <li>➤ Passing</li> <li>➤ Smash</li> <li>➤ Block</li> </ul> </li> <li>5. Game</li> <li>6. Pendinginan</li> <li>7. Evaluasi</li> </ol>
<p>Selasa</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengarahan</li> <li>2. Pemanasan</li> <li>3. Teknik                             <ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Passing</li> <li>➤ Smash</li> <li>➤ Block</li> </ul> </li> </ol>

- Servis
- 4. Taktik
  - Menyerang
  - Bertahan
- 5. Game pemantapan kerja sama tim
- 6. Pendinginan
- 7. Evaluasi

Rabu

1. Pengarahan
  2. Pemanasan
  3. Fisik
    - Daya ledak
    - Kekuatan
    - Kelentukan
    - Kecepatan gerak
    - Daya tahan keseluruhan
  4. Teknik
    - Smash
    - Passing
    - Servis
    - Blok
  5. Game
  6. Pendinginan
- Evaluasi

Sabtu

Fisik setiap dua minggu sekali

Sumber : Klub Satria Sejati Kota Semarang

**Tabel 4** Program Latihan Fisik

Jenis latihan	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum
Kekuatan otot ( <i>Power of Muscles</i> )	<b>S</b>		<b>B</b>		
Kecepatan ( <i>Speed</i> )	<b>R</b>		<b>S</b>		
Daya ledak ( <i>Power/Jumping</i> )	<b>B</b>		<b>R</b>		
Daya tahan keseluruhan (Total <i>Endurance</i> )	<b>S</b>		<b>B</b>		
Kelentukan ( <i>Flexibility</i> ) Minutes (Menit)/Fitness	<b>S</b>		<b>R</b>		

Sumber : Klub Satria Sejati Kota Semarang

Keterangan: B = Berat, S = Sedang, R = Ringan

**Tabel 5** Program Latihan Teknik

Jenis latihan	Sen	Sel	Rab	Kam	Jum	Sab	Mingg
Memukul bola ( <i>Hitting Ball</i> )	<b>R</b>	<b>S</b>		<b>B</b>			
Smash/Spike	<b>S</b>	<b>B</b>		<b>R</b>			
Menerima ( <i>Receiving</i> )	<b>B</b>	<b>R</b>		<b>S</b>			
<i>Service/Serven</i>	<b>S</b>	<b>R</b>		<b>B</b>			
Bendungan ( <i>Blocking</i> )	<b>B</b>	<b>S</b>		<b>R</b>			
<i>Set Up</i>	<b>S</b>	<b>S</b>		<b>B</b>			

Sumber: Klub Satria Sejati Kota Semarang

Keterangan: B = Berat, S = Sedang, R = Ringan

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian diatas, terdapat pembahasan sebagai berikut:

### 1. Pembinaan Prestasi

Setelah peneliti selesai melakukan penelitian dan mengumpulkan data dengan menggunakan metode observasi, wawancara dan dokumentasi, maka peneliti berhasil memperoleh data-data yang diperlukan menyelesaikan penelitian ini. Berikut pembahasan hasil penelitian sebagai berikut:

Menurut Djoko Pekik Irianto (Jihad dan Annas 2021), menyatakan bahwa dalam upaya mencapai prestasi terbaik di bidang olahraga, penting untuk menjalani proses pembinaan yang terstruktur. Proses ini melibatkan penyusunan strategi dan perencanaan yang bertujuan untuk meningkatkan kualitas serta memiliki tujuan yang jelas. Pemasalan Pembinaan olahraga bola voli Klub Satria Sejati Kota Semarang melibatkan atlet dari berbagai kalangan umur, mulai dari anak-anak hingga dewasa, dengan tujuan untuk mengembangkan bibit-bibit unggul dan menghasilkan atlet-atlet profesional yang mampu meraih prestasi di tingkat daerah dan nasional.

Bola voli merupakan olahraga yang populer dan dikenal luas oleh masyarakat. Oleh karena itu, Klub Satria Sejati Kota Semarang masih

sangat membutuhkan tahapan pemasalan yang efektif untuk mengidentifikasi bibit-bibit potensial di Kota Semarang. Selanjutnya pada tahap pengembangan pembibitan, klub Satria Sejati Kota Semarang telah melakukan proses rekrutmen atlet dengan tujuan untuk menjaring atlet-atlet yang bertalenta dan mempunyai potensi untuk dikembangkan. Klub ini selalu menyeleksi atlet-atlet yang menunjukkan bakatnya melalui hasil kejuaraan terbuka, perlombaan di berbagai ajang event kejuaraan lainnya. Mereka juga mencari individu yang mempunyai keinginan kuat untuk mengembangkan bakat bola volinya menjadi atlet profesional.

Klub Satria Sejati Kota Semarang tidak melupakan proses pengembangan pencarian bakat dalam tahap pengembangan prestasi atlet. Atlet yang teridentifikasi mempunyai bakat dilatih dengan tekun, dan program latihan difokuskan pada pengembangan potensi yang dimilikinya sehingga mampu meraih prestasi setinggi-tingginya. Pendekatan pembinaan yang dilakukan klub Satria Sejati Kota Semarang sejalan dengan prinsip teori pembinaan dan pengembangan olahraga. Proses ini meliputi tahapan pengenalan olahraga, pelatihan, manajemen sumber daya manusia, organisasi, pendanaan, metode pelatihan, fasilitas, serta penghargaan dalam olahraga, pemantauan, bimbingan seta pengembangan bakat dan peningkatan prestasi (UU No 3 Tahun 2005, Bab VII Pasal 21 ayat 2 dan 3 ). Prestasi yang telah diraih oleh klub Satria Sejati Kota Semarang dapat dianggap sudah baik, seperti yang terbukti dari pencapaian mereka di tingkat daerah maupun nasional. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di klub Satria Sejati Kota Semarang prestasi yang diperoleh oleh klub Satria Sejati Kota Semarang sudah cukup baik.

Melalui tinjauan tabel prestasi Klub bola voli Satria Sejati Kota Semarang, tergambar bahwa perolehan prestasi masih belum mencapai tingkat maksimal, terutama pada klub putri yang belum pernah berpartisipasi dalam event atau kejuaraan. Hal ini disebabkan fokus utama klub pada tim putra. Meskipun tim putra telah menunjukkan raihan yang unggul dengan juara PORWAKOS, namun masih belum mencapai target juara pada ajang KEJUPROV dan KEJURNAS.

Fokus klub yang lebih condong ke tim putra bisa menjadi strategi yang perlu dipertimbangkan ulang, mengingat potensi yang dimiliki oleh tim putri juga patut dieksplorasi. Dengan memperluas peran dan dukungan untuk tim putri, klub dapat menciptakan keseimbangan yang lebih baik dalam prestasi kedua tim tersebut. Meski demikian, dari raihan tim putra dapat dilihat bahwa prestasi masih belum mencapai target dalam ajang KEJUPROV dan KEJURNAS, ini menunjukkan adanya potensi yang perlu diperkuat dan ditingkatkan. Klub Satria Sejati Kota Semarang, tengah mempersiapkan target jangka panjang dan dekat yang mencakup pencapaian hasil terbaik dari tahun sebelumnya. Perencanaan matang, perluasan fokus, dan peningkatan kualitas pembinaan dapat menjadi kunci kesuksesan dalam mencapai target yang telah ditetapkan.

Dengan demikian, program pembinaan prestasi di Satria Sejati telah berhasil dalam mengembangkan ateltnya bisa meraih ajang kejuaraan PORWAKOS dan kejuaraan lainnya, serta telah menjadikan salah satu atlet Satria Sejati bisa menjadi salah satu pemain proliga ajang tingkat nasional dan juga atlet dari klub Satria Sejati sudah menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan atlet secara keseluruhan. Prestasi yang diraih oleh Satria Sejati juga merupakan bukti keberhasilan dari program pembinaan mereka.

## 2. Manajemen Pengelolaan

Manajemen adalah proses pengorganisasian, pengarahan dan pengelolaan kegiatan untuk mencapai tujuan organisasi secara efektif dan efisien dengan memanfaatkan sumber daya dalam organisasi (Hanafi 2019). Perencanaan, pengorganisasian, pelaksanaan, dan pengelolaan adalah bagian dari proses manajemen, yang digunakan untuk mengidentifikasi dan mencapai tujuan yang ditetapkan dengan memanfaatkan orang dan sumber daya lainnya. Sebuah organisasi olahraga harus mempunyai manajemen yang baik, dimulai dari proses perencanaannya, agar dapat menumbuhkan kerja sama tim yang solid.

Dalam latihan olahraga, manajemen sangat diperlukan untuk mencapai tujuan latihan yang diinginkan.

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa pengurus klub Satria Sejati telah berhasil mencapai tujuan pengembangan kinerja melalui standar fungsi manajemen yang efektif namun belum menyeluruh, karena fungsi pengorganisasian manajemen kurang baik akibat tidak adanya perekrutan anggota dan adanya duplikat jabatan. Hal ini disebabkan karena kurangnya sumber daya manusia yang ada, serta pendanaan yang hanya mengandalkan uang pribadi, sponsor, endorser, sumbangan bulanan atlet, sumbangan sukarela dari pengurus dan orang tua atlet. Visi dan misi klub Satria Sejati yang fokus membantu dan membina atlet bola voli telah memberikan arah yang jelas dalam upaya mencapai prestasi yang baik. Walaupun struktur kepengurusan klub Satria Sejati cukup sederhana, hanya terdiri dari ketua, sekretaris, bendahara, pengurus dan bidang kepelatihan, namun manajemen telah berhasil mengelolanya secara efisien dan memberikan perhatian yang cukup terhadap pembinaan atlet. Ketua Satria Sejati juga berperan sebagai pelatih kepala, menunjukkan keterlibatan langsung dalam pengembangan atlet. Susunan kepengurusan Satria Sejati klub dapat dilihat sebagai berikut: Ketua: Tutut Sutejo, Sekretaris: Haris Dwi Prasetya, Bendahara: Yudi Priyono, Pengurus: Roy Wijanarto, Pelatih: Tutut Sutejo dan Haris Dwi Prasetyo

Pengorganisasian klub Satria Sejati Kota Semarang terbukti cukup efektif, dimana setiap anggota pengurus mempunyai peran masing-masing dan bertanggung jawab atas fungsi kepengurusan yang diberikan kepadanya. Dana bulanan yang diterima klub Satria Sejati digunakan secara bijak untuk membeli peralatan latihan bola voli dan memberikan gaji kepada pelatih, menunjukkan pengelolaan keuangan yang baik. Pencatatan keuangan juga dicatat dengan rapi oleh bendahara klub voli Satria Sejati. Rencana program latihan dan kompetisi yang selaras dengan tujuan dan visi klub, serta jadwal latihan dan metode yang diselenggarakan menjadi faktor penting dalam pengembangan bakat atlet di klub Satria Sejati. Manajemen klub bola voli Satria Sejati juga telah menunjukkan

kualitas pengawasan yang baik dengan melakukan evaluasi terhadap seluruh kegiatan untuk memastikan tujuan awal tercapai. Selain itu, para pelatih juga tidak diberikan target yang terlalu tinggi oleh pihak manajemen. Fokusnya adalah agar atlet mampu bermain bola voli dengan baik sesuai instruksi pelatih, dan meraih juara dianggap sebagai bonus dari hasil latihan rutin yang terus menerus.

### 3. Organisasi

Manajemen suatu organisasi mempunyai peranan penting dalam mengkoordinasikan kegiatan untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan. Organisasi harus mempunyai tujuan yang jelas yang dijalankan oleh setiap anggota dengan pembagian tugas sesuai kompetensi masing-masing. Struktur organisasi yang baik adalah yang disusun berdasarkan kemampuan dan keanggotaan masing-masing anggota pengurus, dengan penempatan orang-orang sesuai dengan keahliannya. Komunikasi, interaksi dan kerjasama antar anggota manajemen juga menjadi faktor kunci dalam berjalannya suatu organisasi.

Berdasarkan hasil penelitian terkait klub organisasi Satria Sejati Kota Semarang dapat disimpulkan bahwa struktur organisasi sudah terstruktur dengan baik. Pengurus klub ini terdiri dari Ketua sebagai penanggung jawab, Divisi Pengembangan yang meliputi Tim Kompetisi dan Tim Juri. Masing-masing jabatan mempunyai tugas dan wewenang yang jelas, dan evaluasi rutin dilakukan setiap tahun untuk mengukur kemajuan peningkatan prestasi atlet dan pelatih.

Meskipun terdapat kekurangan dalam proses rekrutmen untuk menyeleksi pengurus tanpa terkait secara khusus dengan kepengurusan, namun pemilihan pengurus dilakukan berdasarkan pengalaman dan pemahamannya di bidang manajemen olahraga bola voli dan olahraga. Sistem manajemen yang baik ini diharapkan dapat dipertahankan dan ditingkatkan untuk menunjang pengembangan prestasi olahraga bola voli di klub Satria Sejati Kota Semarang.

Secara keseluruhan kepengurusan yang dibentuk pada Klub Satria Sejati Kota Semarang memenuhi kriteria organisasi yang baik seperti yang diungkapkan oleh Harsuki (2012:108). Organisasi ini mempunyai tujuan yang jelas, kesatuan arah, pembagian tugas yang jelas, serta kesatuan wewenang dan tanggung jawab. Setiap anggota pengurus mempunyai tanggung jawab dan keahlian masing-masing yang menjadi kunci tercapainya tujuan pengembangan prestasi olahraga bola voli di Klub Satria Sejati Kota Semarang.

#### 4. Pelatih

Pelatih merupakan peran sebagai manusia model yang menjadi contoh dan panutan bagi anak-anak didiknya, terutama atlet-atlet yang masih berusia muda atau pemula. Tindakan dan perilaku pelatih menjadi perhatian atlet dan masyarakat umum. Oleh karena itu, seorang pelatih memiliki tuntutan untuk bersikap dan berperilaku secara positif sesuai dengan norma-norma yang berlaku dalam masyarakat. Pelatih diharapkan menjadi teladan yang menginspirasi para atletnya, memberikan contoh yang baik dan menciptakan lingkungan yang mendukung pengembangan karakter dan sikap positif (Hadi 2011).

Berdasarkan hasil penelitian, sistem perekrutan pelatih pada klub Satria Sejati terbuka bagi siapa saja yang bersedia dan siap berlatih dengan ikhlas guna menghasilkan atlet yang profesional. Tidak ada seleksi khusus atau persyaratan tertentu untuk menjadi pelatih di klub ini, sehingga individu yang memiliki minat dan kompetensi dalam pelatihan bola voli dapat bergabung dan berkontribusi dalam pelatihan atlet. Meskipun klub Satria Sejati hanya mempunyai dua orang pelatih, namun kedua pelatih tersebut merupakan mantan atlet bola voli sehingga memberikan keunggulan dalam memberikan program latihan kepada atlet. Semua pelatih memiliki lisensi kepelatihan yang merupakan hasil dari pentaran pelatih dan ditambah dengan pengetahuan pribadi dan keterampilannya sebagai mantan atlet bola voli yang cukup baik dalam melatih.

Para pelatih klub Satria Sejati memberikan program pelatihan berdasarkan pelatihan kepelatihan dan pengalaman pribadi mereka sebagai mantan atlet. Mereka menerapkan kedisiplinan dan keteguhan dalam latihan sehingga membentuk mental yang kuat pada diri atlet. Meski ada beberapa anak yang kesulitan mengatur saat latihan, namun pelatih tetap mampu memberikan teori dan praktik dengan jelas.

Secara keseluruhan, meski tidak ada proses seleksi khusus pelatih, namun kedua pelatih klub Satria Sejati yang merupakan mantan atlet bola voli ini akan mampu memberikan latihan yang baik dengan mengandalkan pengalaman dan ilmu yang dimilikinya. Namun demikian, perlu diperhatikan untuk terus meningkatkan kualifikasi pelatihan dan memperoleh lisensi yang relevan agar pembinaan pelatihan tetap optimal dan sesuai dengan standar kepelatihan yang berlaku.

## 5. Atlet

Atlet adalah individu yang harus menghadapi berbagai permasalahan, termasuk tantangan dalam mencapai prestasi, tekanan dari lawan dan penonton, serta potensi mengalami kegagalan, dan sebagainya. Atlet secara terus-menerus berhadapan dengan berbagai situasi dan hambatan yang dapat mempengaruhi performa dan kesejahteraan mereka. Ketereampilan atlet tidak hanya diukur dari kemampuan fisik dan teknis, tetapi juga dari kemampuan mereka untuk mengelola dan mengatasi tekanan serta permasalahan yang muncul selama perjalanan karier olahraga mereka (Hadi 2011).

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa klub Satria Sejati mempunyai sistem pembinaan prestasi olahraga yang meliputi pemasalan, pembibitan atlet, dan pengembangan bakat. Di kalangan pemain, pihak pengelola tidak mengadakan seleksi calon atlet, melainkan pendaftaran umum dengan biaya terjangkau, sehingga siapapun bisa mendaftar dan bergabung di klub Satria Sejati. Alasan tidak diadakannya seleksi adalah karena tujuan utama klub adalah memberikan wadah bagi mereka yang

ingin mengembangkan bakatnya di bidang olahraga bola voli. Berdasarkan hasil penelitian, jumlah atlet yang ada di klub Satria Sejati sekitar 30 anak.

Setelah bergabung dengan klub Satria Sejati, para atlet menjalani serangkaian kegiatan latihan yang diberikan oleh pelatih. Klub ini juga aktif mengikuti uji coba atau sparring dan kompetisi untuk meningkatkan kemampuan para atletnya. Para atlet mampu memahami materi latihan yang diberikan dan menerapkannya dengan baik, hal ini tercermin dari beberapa prestasi yang diraih dan beberapa mantan atlet klub Satria Sejati yang berhasil menjadi pemain yang profesional. Hal ini menunjukkan kualitas atlet di klub ini cukup baik.

Klub Satria Sejati telah berhasil melaksanakan pelatihan yang efektif dalam mengembangkan potensi atlet bola voli. Meski tidak melalui seleksi, namun kualitas atlet di klub ini terbukti bagus melalui prestasi yang diraih. Hal ini menunjukkan bahwa pendekatan yang diterapkan klub Satria Sejati mampu menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan atlet dengan baik.

## 6. Program Pembinaan

Menurut yang diungkapkan oleh Mangunhardjana dalam (Khoirul Zainal Abidin dan Yuwono 2021) pembinaan memerlukan penggunaan metode agar proses dan hasilnya dapat mencapai tingkat maksimal. Penggunaan metode dalam pembinaan harus disesuaikan dengan tujuan yang ingin dicapai dalam kegiatan pembinaan. Pembinaan olahraga adalah alat untuk mengoptimalkan potensi atlet untuk mencapai prestasi atlet yang maksimal, penting untuk memiliki program pembinaan yang terprogram, terarah, dan berkelanjutan, yang didukung oleh fasilitas yang memadai. Prestasi maksimal atlet juga memerlukan latihan intensif yang berkelanjutan. Upaya mencapai prestasi tinggi memerlukan perencanaan yang sistematis yang dilakukan secara bertahap dan berkelanjutan, proses ini dimulai dari tahap awal, termasuk identifikasi bakat dan pengembangan, dan berlanjut hingga mencapai puncak prestasi.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa program pembinaan prestasi di klub Satria Sejati telah berjalan dengan baik sesuai dengan tujuan awalnya. Program latihan yang dirancang khusus untuk memperkenalkan semua atlet pada olahraga bola voli dan mengembangkan dasar-dasar keterampilan bola voli telah berhasil membuat para atlet mampu memahami dan mempraktekkan teknik dasar bola voli dengan baik. Klub Satria Sejati juga mengambil pendekatan yang tepat dalam pembinaan atlet dengan tidak memberikan latihan fisik yang berlebihan. Hal ini dilakukan untuk menghindari trauma pada atlet dan memastikan program latihan disesuaikan dengan perkembangan fisik dan kognitif atlet. Dengan melibatkan pelatih yang fokus pada latihan teknik dasar bola voli dan materi sesuai umurnya, klub Satria Sejati berhasil menciptakan lingkungan yang mendukung perkembangan kemampuan atlet dengan baik. Latihan yang diberikan oleh pelatih yaitu 3 kali dalam seminggu dengan dosis latihan yang sedang setiap kelompok umur.

Dalam proses latihan, pelatih merancang program latihan yang terstruktur dan berorientasi pada tujuan pencapaian, yang kemudian diterapkan pada setiap atlet. Program latihan tersebut meliputi program mingguan dan harian yang telah dirancang dengan baik oleh para pelatih dan dilaksanakan secara konsisten di klub Satria Sejati Kota Semarang. Program latihan mingguan merupakan cara untuk melaksanakan latihan dengan efektif dan efisien sehingga harapannya bisa mencapai target yang telah ditetapkan. Berikut adalah program latihan mingguan yang sudah dirancang oleh pelatih klub Satria Sejati Kota Semarang antara lain:

- a. Sasaran latihan minggu pertama: (1) *Streng*, (2) *Endurance*, (3) Teknik dasar servise dan passing atas
- b. Sasaran latihan minggu ke dua: (1) Daya ledak, (2) *Endurance*, (3) Servis dan passing bawah, (4) Konsentrasi dan daya piker
- c. Sasaran latihan minggu ke tiga: (1) *Power endurance*, (2) *Special endurance*, (3) *Smash dan block*, (4) Kebenarian dan rasa kerja.

d. Sasaran latihan minggu ke empat: (1) *Strength power*, (2) *Endurance*, (3) Passing atas, passing bawah, service, smash dan block.

a) Program latihan harian

Program latihan harian merupakan pelaksanaan langsung dari program latihan mingguan yang telah direncanakan. Dalam satu minggu, terdapat tiga sesi latihan, dengan pembagian sebagai berikut:

b) Program latihan fisik

Beberapa komponen fisik yang perlu diperhatikan untuk dikembangkan dan yang utama harus dilatih antara lain: kekuatan otot (*Muscle of power*), kecepatan gerak (*Speed/moving Speed*), daya ledak (*Power/Jumping*), daya tahan keseluruhan (*Total endurance*), kelentukan (*Flexibility*), *Minutes* (menit) atau fitness.

c) Program Latihan Teknik

Latihan teknik adalah latihan yang khusus, yang berguna untuk membentuk dan mengembangkan kebiasaan-kebiasaan motorik. Program latihan teknik sebagai berikut:

Peran pelatih sangat penting dan dianggap sebagai unsur kunci dalam mencapai prestasi atlet. Pelatih mempunyai tanggung jawab yang besar dalam membimbing atlet agar mencapai prestasi yang optimal. Dalam proses latihan, seorang pelatih harus mempunyai keahlian dalam latihan serta kecerdasan strategis dalam mengelola permainan. Promosi dan degradasi pelatih dilakukan secara fleksibel sesuai kebutuhan. Penilaian dilakukan berdasarkan kemajuan yang dicapai pelatih dalam mengembangkan potensi atlet yang dilatihnya.

Ketika seorang atlet meraih kesuksesan, hal ini seringkali menjadi indikator kinerja yang baik bagi seorang pelatih. Namun jika terjadi kegagalan maka akan dilakukan evaluasi untuk mengetahui penyebabnya, apakah karena kemampuan atlet yang kurang atau karena kurangnya dukungan pelatih dalam mencapai prestasi. Evaluasi inilah yang kemudian

menjadi dasar proses promosi atau degradasi pelatih. Evaluasi terhadap kinerja pelatih dilakukan secara berkala untuk memastikan tetap memberikan kontribusi optimal dalam mencapai prestasi atlet. Hal ini juga memberikan peluang perbaikan dan koreksi dalam proses latihan atlet.

#### 4.2.7 Sarana dan prasarana

Berdasarkan hasil penelitian, perkembangan prestasi di bidang olahraga sangat bergantung pada ketersediaan sarana, termasuk sarana dan prasarana penunjang atlet dan pelatih. Penting untuk memastikan bahwa fasilitas yang tersedia tidak hanya mencukupi jumlahnya, namun juga kondisi dan peralatannya mampu mendukung proses pelatihan. Tanpa didukung sarana dan prasarana yang memadai maka pembinaan prestasi olahraga tidak akan maksimal, padahal peran pelatih besar dalam klub.

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa kelengkapan sarana dan prasarana yang dimiliki oleh klub Satria Sejati tergolong bercukupan. Mereka mempunyai fasilitas yang cukup baik antara lain dua lapangan voli (outdoor dan indoor) yang bisa disewa, dua buah jaring, 12 bola voli dan perlengkapan fisik. Selain itu, pihak klub juga menyelenggarakan latihan fisik bagi para atlet seminggu sekali di Taman Diponegoro. Meski perlu memperbanyak jumlah bola voli, namun biasanya atlet membawa bola voli sendiri saat latihan, agar proses latihan berjalan lancar tanpa kendala dengan sarana dan prasarana yang memadai. Selain penyediaan sarana, pemeliharaan rutin juga penting untuk menjaga sarana dan prasarana tetap dalam kondisi baik. Namun berdasarkan data yang ada, fasilitas yang dimiliki oleh klub Satria Sejati sudah cukup baik dan memenuhi standar yang dipersyaratkan.

#### 4.2.8 Dokumentasi

Pengumpulan data menggunakan dokumentasi menjadi penting karena mencakup berbagai catatan peristiwa selama masa karya monumental. Dokumentasi dapat berupa tekas, seperti catatan harian, sejarah kehidupan, cerita, biografi peraturan, dan kebijakan. Selain itu, dokumentasi dapat berbentuk gambar, seperti foto, gambar hidup, sketsa,

film, video, CD, DVD, dan kaset. Selain itu, dalam bentuk karya monumental, dokumentasi dapat berupa karya seni, lukisan, patung, naskah, prasasti, dan bentuk lainnya (Zaini et al., 2023).

Dalam konteks penelitian ini, dokumentasi yang digunakan bersifat resmi dan berfungsi sebagai bukti fisik dari kegiatan yang telah dilakukan. Dokumentasi penelitian mencakup catatan, biodata atlet, biodata pelatih, foto kegiatan, dan hasil prestasi yang telah diperoleh oleh atlet bola voli di klub Satria Sejati Kota Semarang. Pedoman dokumentasi saya telah divalidasi oleh para ahli dari Universitas Negeri Semarang, yaitu Dr. Said Junaidi, M.Kes., dan Erwin Nizar Priambodo, S.Pd., M.Pd..

## **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian dan pembahasan mengenai Klub Satria Sejati Kota Semarang, dapat disimpulkan beberapa hal dari program pembinaan prestasi di Satria Sejati telah berjalan dengan baik dan berhasil mencapai tujuan awal melalui pemasalan, pembibitan dan prestasi. Perekrutan atlet dilakukan secara terbuka tanpa seleksi dengan biaya terjangkau untuk memberikan kesempatan bagi anak-anak yang ingin mengembangkan bakatnya di bidang olahraga bola voli, Perekrutan pelatih juga dilakukan secara terbuka tanpa seleksi, dengan melibatkan 2 pelatih berpengalaman sebagai mantan atlet klub Satri Sejati yang memiliki lisensi kepelatihan. Para pelatih memberikan program latihan yang disesuaikan dengan usia dan kemampuan atlet, namun tetap berfokus pada pemahaman tentang teknik dasar bola voli hingga teknik cara bermainnya, dengan menekankan disiplin dan ketegasan. Klub Satria Sejati mengikuti uji coba dan kompetisi untuk meningkatkan kemampuan atletnya. Prestasi yang diraih oleh klub Satria Sejati Kota Semarang menunjukkan kualitas atlet yang baik meskipun tanpa seleksi, dan beberapa atlet telah menjadi atlet profesional. Program latihan dapat berjalan dengan baik meskipun menggunakan sarana dan prasarana. Sarana dan prasarana di klub Satria Sejati Kota Semarang tersedia dan memadai untuk berlatih, walaupun ada beberapa

fasilitas yang perlu diperbarui karena sudah lama digunakan. Namun fasilitas di klub ini memenuhi standar yang dipersyaratkan.

Manajemen klub Satria Sejati Kota Semarang telah berhasil mencapai tujuan pembinaan prestasi melalui penerapan fungsi manajemen yang efektif, meskipun terdapat kekurangan dalam fungsi pengorganisasian yang kurang baik diakrenakan merangkap 2 jabatan. Pendanaan klub Satria Sejati berasal dari iuran anggota, sumbangan dan sponsor. Dana tersebut dialokasikan untuk berbagai kebutuhan seperti akomodasi atlet, dan pelatih, makanan, perbaikan fasilitas, dan kebutuhan lainnya. Meski demikian, dana bulanan digunakan dengan bijak untuk membeli peralatan latihan yang sudah tidak layak digunakan dan memberikan upah kepada pelatih. Rencana program latihan dan kompetisi yang tepat, jadwal latihan yang terorganiser, serta evaluasi kegiatan menjadi faktor penting dalam pengembangan bakat atlet. Pengawasan yang baik dilakukan dengan evaluasi untuk memastikan pencapaian tujuan awal. Target yang realistis diberikan kepada pelatih dengan fokus agar para atlet mampu bermain bola voli dengan baik.

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada pengelola, pelatih, dan atlet Klub Satria Sejati karena telah berpartisipasi dalam serangkaian penelitian ini hingga selesai. Selain itu, peneliti berterima kasih kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Semarang, atas bantuan dan kemudahan dalam izin penelitian ini.

## **REFERENSI**

- 8 Fallis, A.G. 2019. "Definisi Olahraga." *Journal of Chemical Information and Modeling*: 13–33. [http://kemenpora.go.id/img\\_upload/files/Permenpora Nomor 9 Tahun 2015 tentang Kedudukan%2C Fungsi%2C Tugas%2C dan Susunan Organisasi Badan Olahraga Profesional Indonesia %28bn315-2015%29.pdf](http://kemenpora.go.id/img_upload/files/Permenpora Nomor 9 Tahun 2015 tentang Kedudukan%2C Fungsi%2C Tugas%2C dan Susunan Organisasi Badan Olahraga Profesional Indonesia %28bn315-2015%29.pdf).
- Anjasmoro, Muslimin Satrio, dan Tommy Soenyoto. 2023. "Survei Pembinaan Prestasi Atlet Renang di Pemalang Shark Swimming Club Tahun 2021." *Indonesian Journal for Physical Education and Sport* 4(1): 129–36.

- Arikunto suharsimi. 2006. "Metodologi Penelitian." : 50.
- Hadi, Rubianto. 2011. "Peran Pelatih dalam Membentuk Karakter Atlet." *Jurnal Media Ilmu Keolahragaan Indonesia* 1(1): 88–93.
- Hanafi, Mamduh. 2019. "Konsep Dasar dan Perkembangan Teori Manajemen." *Managemen* 1(1): 66.  
<http://repository.ut.ac.id/4533/1/EKMA4116-M1.pdf>.
- Hisbunnahar, Akhmad, dan Ari Wibowo Kurniawan. 2022. "JPO : Jurnal Prestasi Olahraga." 5: 136–44.
- Ismoko, Anung Probo, dan Pamuji Sukoco. 2013. "Pengaruh Metode Latihan Dan Koordinasi Terhadap Power Tungkai Atlet Bola Voli Junior Putri." *Jurnal Keolahragaan* 1(1): 1–12.
- James Tangkudung. 2006. "Pembinaan prestasi olahraga." *Cerdas jaya. Jakarta*.
- Jihad, Muhamad, dan Mohamad Annas. 2021. "Pembinaan Prestasi Olahraga Sepak Bola pada SSB 18 di Kabupaten Jepara Tahun 2021." *Indonesian Journal for Physical Education and Sport* 2(2): 46–53.
- Kabul, Lalu Muh. 2016. "Organisasi Pembelajaran: Teori Dan Realita." *Journal Ilmiah Rinjani* 3: 109–15.
- Keswando, Yusril, Vera Septi Sistiasih, dan Tulus Marsudiyanto. 2022. "Survei Keterampilan Teknik Dasar Atlet Bola Voli." *Jurnal Porkes* 5(1): 168–77.
- Khoirul Zainal Abidin, dan Cahyo Yuwono. 2021. "Pembinaan Prestasi Atlet Paracycling National Paralympic Committee of Indonesia di Surakarta." *Indonesian Journal for Physical Education and Sport* 2(1): 130–36.
- Latar, Idris Moh. 2015. "Meningkatkan Keterampilan Bolavoli Mahasiswa Penjas Dengan Metode Latihan." *Journal of Physical Education Health and Sport* 2(1): 1–10.
- Mekarisce, Arnild Augina. 2020. "Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat." *JURNAL ILMIAH KESEHATAN MASYARAKAT : Media Komunikasi Komunitas Kesehatan Masyarakat* 12(3): 145–51.
- Nurdiani, Nina. 2014. "Teknik Sampling Snowball dalam Penelitian Lapangan." *ComTech: Computer, Mathematics and Engineering Applications* 5(2): 1110.
- Rasyono. 2016. "Ekstrakurikuler Sebagai Dasar Pembinaan Olahraga Pelajar." *Journal of Physical Education Health and Sport* 3(1): 44–49.
- Sidik, Zafar. 2019. "Prinsip latihan Dalam Olahraga." *Wordpress.Com*.
- sugiyono. 2007. "BAB 3. Skripsi." *Journal of Chemical Information and Modeling* 53(9): 1689–99.

sugiyono (2018, P.13). 2018. "Bab III - Metode Penelitian Metode Penelitian." *Metode Penelitian*: 32–41.

Suharno 1985. 2017. "Suharno. H. P. 2000. Dasar-dasar Permainan Bola Voli. Yogyakarta: FPOK IKIP Yogyakarta. Sumadi." 01(09).

Tabroni, Imam et al. 2023. *Manajemen pendidikan*.

Tapo, Yohanes Bayo Ola. 2019. "Pengembangan Model Latihan Sirkuit Pasing Bawah T-Desain (Spbt-Desain) Bola Voli Sebagai Bentuk Aktivitas Belajar Siswa Dalam Pembelajaran Pjok Untuk Tingkat Sekolah Menengah." *IMEDTECH (Instructional Media, Design and Technology)* 3(2): 18.

Umam, Khotibul. 2020. "PEMBINAAN PRESTASI OLAHRAGA BOLA BASKET PADA KELAS KHUSUS ACHIEVEMENTS COACHING OF THE BASKETBALL SPORT IN THE SPECIAL SPORT CLASS ( KELAS KHUSUS OLAHRAGA IN BAHASA INDONESIA ABBREVIATED AS KKO ) IN THE STATE SENIOR HIGH SCHOOL OF 2 PENDAHULUAN Pembinaan." *Uny* 2: 1–6.

UU No 3 Tahun 2005. 2005. "Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan Nasional Dengan." *Presiden RI* (1): 1–53.

Widodo, Galih Adi, Nur Fajrie, dan Sri Surachmi W. 2023. "Pembinaan Prestasi Olahraga Bola Voli Klub Spensata SMP Negeri 1 Tayu Kabupaten Pati." 9(2): 186–96.

Zaini, Penerbit Muhammad et al. 2023. *Metodologi Penelitian Kualitatif*.