

Pelatihan Bola Voli Tingkat Desa

Dedi Iskandar¹, Gilang Ramadan²

^{1,2,3} Prodi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi, STKIP Muhammadiyah Kuningan, Jl. Syeh Maulana Akbar, Purwawinangun, Kec. Kuningan, Kabupaten Kuningan, Jawa Barat 45511, Indonesia
email: gilangramadan89.umku@gmail.com

Abstrak

Tujuan pengabdian kepada masyarakat ini untuk meningkatkan kemampuan mingkatkan kemampuan permainan pemain bola voli bagi para pemain bola voli di Desa Cimenga Kab. Kuningan Jawa Barat. Metode pelaksanaan dengan menggunakan pelatihan yang digabungkan antara teori dan praktik bagi para peserta. Hasil dari pengabdian ini pada dasarnya masyarakat Desa Cimenga sudah memiliki kemampuan teknik dasar permainan bola voli sangat baik 75% namun 15% di anantara masih katagori cukup dan 10% dibawah rata-rata pemain voli. Kesimpulan dari pengabdian ini adalah sangatlah penting untuk pemahaman para pemain untuk dapat meningkatkan kemampuan bermain bola volinya agar dapat meraih prestasi di bola voli.

Kata Kunci: Bola Voli; Teknik dasar; Permainan

Abstract

This community service aims to improve the ability to enhance the ability to play volleyball players for volleyball players in Cimenga Village, Kab. West Java Brass. The implementation method uses training that combines theory and practice for the participants. The results of this service the people of Cimenga Village already have the basic technical skills of playing volleyball very well 75% but 15% of them are still in the excellent category and 10% below the average volleyball player. This service concludes that it is essential for the understanding of players to improve their volleyball playing skills to achieve achievements in volleyball.

Keywords: Volleyball; Basic technique; Game

© 2019 Dedi Iskandar, Gilang Ramadan

Under the license CC BY-SA 4.0

Correspondence author: Gilang Ramadan, gilangramadan89.umku@gmail.com, Kuningan, and Jawa Barat

PENDAHULUAN

Paradigma olahraga kontemporer saat ini telah berusaha memanfaatkan nilai dan kekuatan olahraga yang sesungguhnya sebagai kendaraan untuk berbagai perkembangan pribadi dan sosial serta perubahan sosial yang positif sejak awal abad ke dua puluh satu. Pendekatan ini dikenal sebagai pengembangan melalui olahraga atau olahraga untuk pembangunan, fokus utama adalah peran olahraga dalam pembangunan sosial dan perubahan sosial. Ini bergema dalam penjelasan dan pembenaran Perserikatan Bangsa-Bangsa untuk pendekatan 'pembangunan melalui olahraga.

Pada dasarnya olahraga adalah tentang partisipasi. Ini tentang inklusi dan kewarganegaraan. Olahraga membawa individu dan komunitas bersama-sama, menyoroti kesamaan dan menjembatani perbedaan budaya atau etnis. Olahraga menyediakan forum untuk mempelajari keterampilan seperti disiplin, kepercayaan diri, dan kepemimpinan dan mengajarkan prinsip-prinsip inti seperti toleransi, kerja sama, dan rasa hormat. Olahraga mengajarkan nilai usaha dan bagaimana mengelola kemenangan serta kekalahan. Ketika aspek-aspek positif dari olahraga ditekankan, olahraga menjadi kendaraan yang kuat di mana Perserikatan Bangsa-Bangsa dapat bekerja untuk mencapai tujuannya.

Secara umum, pembangunan olahraga mengacu pada partisipasi olahraga itu sendiri dan mempromosikan peluang dan manfaat dari partisipasinya. Konsep pembangunan olahraga sebagian besar telah tercakup dalam bidang sosiologi olahraga dan manajemen olahraga. Dalam literatur, pembangunan olahraga telah dipelajari dari berbagai pendekatan, tetapi pendekatan utamanya adalah pembangunan olahraga dan pembangunan melalui olahraga. Sementara kedua

pendekatan mengasosiasikan dengan memfasilitasi partisipasi olahraga, ada perbedaan dalam tujuan dan hasil yang diinginkan. Selain itu, nilai-nilai yang bersaing ada di antara kedua pendekatan tersebut. Pertama, pembangunan olahraga dianggap sebagai pendekatan tradisional, yang mewakili penciptaan dan peningkatan olahraga (misalnya penyediaan pembinaan dan fasilitas olahraga) yang dimaksudkan untuk membangun kapasitas olahraga. Dengan kata lain, pembangunan olahraga mengacu pada pembangunan olahraga itu sendiri. Dengan demikian, ini berpusat pada 'kebutuhan organisasi olahraga untuk memastikan masa depan yang berkelanjutan dengan menarik dan memelihara peserta cenderung untuk maju melalui sistem dan mewakili olahraga di tingkat elit'. Secara tradisional, pembangunan olahraga telah didominasi oleh Model Piramida, yang menggambarkan hubungan antara basis yang luas dari peserta olahraga di tingkat terendah dan atlet elit di atas. Menurut Model Piramida (Gambar 1), tujuannya adalah untuk merekrut / menarik sejumlah besar orang (terutama anak-anak dan remaja) ke dalam olahraga dan kemudian mengembangkan mereka yang memiliki bakat menjadi pemain berkaliber tinggi. Dalam model piramida, ada dua perspektif: (a) efek *bottom-up* atau *trickle-down* dan (b) efek *top down* atau *trickle-up*. Perspektif sebelumnya adalah tentang menyuntikkan lebih banyak sumber daya di bagian bawah piramida (yaitu olahraga massal) mengharapkan bahwa basis yang luas akan menghasilkan banyak atlet elit yang sangat baik.



Gambar 1. Model piramida pembangunan olahraga

Pendekatan selanjutnya adalah pembangunan melalui olahraga, yang merupakan pendekatan kontemporer paradigma saat ini. Pendekatan ini memandang olahraga sebagai mesin yang kuat untuk mendorong berbagai skema pengembangan yang mencakup hal-hal berikut :

- Resolusi konflik antar kelompok (memfasilitasi diplomasi dalam hubungan internasional)
- Pengembangan manusia (manfaat fisik dan psikologis)
- Promosi pemahaman budaya
- Pembangunan infrastruktur (fisik, sosial, dan komunitas)
- Promosi kesehatan dan pencegahan penyakit
- Pemberdayaan (bagaimana olahraga dapat memberdayakan perempuan)
- Integrasi sosial dan pengembangan modal sosial
- Sebagai salah satu instrument pembangunan ekonomi (seperti yang terlihat melalui strategi pembangunan nasional dari beberapa negara berpenghasilan rendah yang bertujuan

untuk mendorong peningkatan investasi langsung wisatawan asing dan pariwisata melalui olahraga, misalnya, pementasan acara olahraga).

Sebagai soal fakta, misalnya, olahraga telah berhasil digunakan dalam meningkatkan hubungan diplomatik di antara berbagai negara sepanjang sejarah (yaitu resolusi konflik antar-kelompok). Dengan demikian, pembangunan melalui olahraga 'berfokus pada olahraga dapat berperan dalam meningkatkan kesejahteraan individu, masyarakat, dan partisipasi dalam olahraga dipahami secara inheren serta berkontribusi pada komunitas yang sehat baik secara fisik maupun sosial. Meskipun pendekatan ini relatif terkenal di kalangan pembuat kebijakan olahraga di masa lalu, gerakan *Sport for Development* (SFD) belum sepenuhnya diakui oleh banyak negara sampai *Millenium Development Goals* (MDGs) PBB didirikan pada tahun 2000. Memang, sejak saat itu, telah terjadi peningkatan jumlah yang cukup besar program dan inisiatif SFD di seluruh dunia untuk mengatasi masalah sosial yang teridentifikasi. Secara khusus, banyak program SFD telah 'dilaksanakan untuk memperbaiki diskriminasi dan mendorong rasa hormat terhadap' orang lain, menjembatani perbedaan sosial, budaya dan etnis; memerangi HIV / AIDS, menghilangkan penyakit tidak menular, berkontribusi pada kesetaraan jender, dan menyembuhkan luka psikologis di antara para korban bencana, kerusuhan sipil, atau perang yang traumatis. Hingga Juli 2014, ada total 572 organisasi yang terlibat dalam program SFD di seluruh dunia, mulai dari federasi olahraga, organisasi non-pemerintah lokal hingga lembaga pemerintah.

Berdasarkan penjelasan beberapa literatur dari para ahli tentang pembangunan melalui olahraga, kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) mengadopsi rujukan tersebut dengan melaksanakan Sosialisasi dan sekaligus pembinaan terhadap pelatih bola voli pada remaja di Desa Cimenga Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan dalam rangka menumbuhkan karakter, pengetahuan, fisik dan psikis masyarakat khususnya generasi muda

METODE PELAKSANAAN

Metode pelaksanaan kegiatan Sosialisasi dan pembinaan pelatihan bola voli di Desa Cimenga Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan yaitu diawali dengan pelaksanaan Sosialisasi yang esensinya memberikan pemahaman kepada masyarakat terkait dengan pembinaan Bola Voli bagi Pelatih muda, memberikan edukasi dalam rangka meningkatkan integritas sosial dan pengetahuan tentang olahraga Bola Voli yang sedang berkembang sampai ke berbagai lapisan masyarakat.

Langkah pelaksanaan program ini adalah:

1. Penyusunan Book Chapter Materi Pelatihan (dilakukan oleh TIM UKM Bola Voli STKIP Muhammadiyah Kuningan)
2. Pelaksanaan Program Inti
 - Memberikan Sosialisasi Bola Voli sebagai suatu kegiatan dalam rangka meningkatkan integritas sosial dan pengetahuan kaum muda dan anak-anak di Desa Cimenga Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan
 - Memberikan pembinaan dan pelatihan cabang olahraga Bola Voli terhadap kaum muda dalam rangka meningkatkan

integritas sosial dan pemahaman mereka di Desa Cimenga Kecamatan Darma Kabupaten Kuningan

3. Pelaksanaan Program Lanjutan

Pelaksanaan program lanjutan dilaksanakan secara bertahap dan berkesinambungan dari sisi teknik dasar, taktikal bermain, fisik yang dibutuhkan dalam Bola Voli, dan aspek psikologis yang perlu disentuh.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pelaksanaan kegiatan dilakukan di Desa Cimenga Kab. Kuningan Provinsi Jawa Barat, dimana desa Cimenga merupakan desa binaan kampus yang bertujuan menjadi desa olahraga di Kab. Kuningan.

Respon dari masyarakat di Desa Cimenga maupun dari Karang taruna desa cimenga yang mengikuti kegiatan Pelatihan sangatlah baik. Terbukti dari masyarakat sekitar lokasi yang mau membantu dalam kelancaran kegiatan Pelatihan dengan menawarkan bantuan berupa baik fasilitas, dan mobilitas masyarakat. Peserta kegiatan Pelatihan tersebut berjumlah 31 peserta yang karena pertimbangan tertentu, Namun hal ini juga tetap mendapat apresiasi dari peserta yang mengikuti kegiatan Pelatihan sehingga kegiatan dapat berjalan dengan baik sampai pada akhir kegiatan. Kemudian peserta dari kegiatan Pelatihan ini meminta kepada panitia untuk menyelenggarakan lagi kegiatan serupa secara rutin.

Adapun kendala dalam pelaksanaan kegiatan Pelatihan ini yaitu berkaitan dengan waktu pelaksanaan yang terbatas, fasilitas yang kurang memenuhi standard dan minimnya model yang digunakan. Namun hal ini dapat diatasi dengan kerja sama yang baik antara

panitia, masyarakat, karang taruna dan aparat desa yang mensupport kegiatan ini.

KESIMPULAN

Pelaksanaan kegiatan pengabdian telah dapat diselesaikan dengan baik dan lancar yang dapat ditunjukkan dengan semua kegiatan dapat terlaksana sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan dan ditetapkan sebelumnya. Pengabdian telah dapat dilakukan dapat terpenuhi sesuai target yaitu Masyarakat desa Cimenga telah memahami dan mampu bermain bola voli dan melakukan pelatihan bola voli sehingga dapat memaksimalkan potensi para peserta sebagai pelatih tingkat dasar.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada aparat Desa Cimenga dan Karang Taruna Desa Cimenga yang telah memberikan support dan memfasilitasi kegiatan pengabdian ini hingga selesai.

REFERENCES

- Arsani, N. L. K. A., Agustini, N. N. M., Wahyuni, P. D. S., & Artanayasa, I. W. 2019. "Tingkat Pengetahuan Para Praktisi Olahraga di Kabupaten Buleleng dalam Memberikan Pertolongan Pertama Terhadap Cedera Olahraga dengan Metode RICE". *MEDICINA* 50(3): 599-603
- Adrian,K. 2017. Gaya hidup sehat bisa anda mulai sekarang. didapat dari laman <https://www.alodokter.com/gaya-hidup-sehat-bisa-anda-mulai-sekarang>(diakses tanggal 20 Februari 2020)

Giriwijoyo, S. & Sidik, D. Z.. 2012. Ilmu faal olahraga (fisiologi olahraga).Bandung: PT Remaja Rosdakarya.