

B5
S E M I N A R

Membangkitkan kembali gairah dan prestasi olahraga bola voli di wilayah DKI Jakarta

MENARA PENINSULA
5 FEBRUARI 2005



SAMPOERNA

Hijau



MENGUBAH HOBI MENJADI PRESTASI

(Fakta Empirik pada PBV YUSO YOGYAKARTA)

Putut Marhaento, M. Or

Pada saat ini, sebagian besar orang tua yang memasukkan anaknya berlatih bola voli di perkumpulan-perkumpulan pada umumnya tidak untuk memperoleh prestasi yang tinggi tetapi sekedar untuk mengisi waktu luang anaknya dengan kegiatan yang positif. Paling tidak hal ini dialami oleh perkumpulan bola voli YUSO Yogyakarta, berdasarkan hasil wawancara dengan orang tua pada saat mendaftarkan anaknya untuk berlatih, lebih dari 90 % orang tua yang memasukkan anaknya diperkumpulan bola voli YUSO Yogyakarta bertujuan agar anaknya dapat mengisi waktu luangnya dengan kegiatan yang bermanfaat bagi perkembangan fisik psikis, sedangkan sisanya secara sadar dan sukarela mempersiapkan anaknya untuk menjadi atlet.

Keadaan tersebut tentu tidak mengherankan karena besarnya tantangan yang dihadapi oleh para orang tua saat ini dalam membesarkan dan mendidik putra putrinya. Berdasarkan data dari Polwitabes Yogyakarta terdapat lebih dari seribu remaja yang bermasalah, mereka berpotensi melakukan tindakan kejahatan. Sebenarnya remaja-remaja tersebut tidak hanya bermasalah dan nakal, tetapi telah menjurus menjadi remaja yang melakukan kejahatan. Remaja nakal hanya akan berkelahi satu lawan satu tanpa bersenjata, suka menyuili lawan jenis dan membolos sekolah. Remaja yang melakukan kegiatan menjurus ke kejahatan melakukan curat (Pencurian dengan pemberat), curas (pencurian dan kekerasan), curanmor (pencurian kendaraan bermotor) dan narkoba. Semua ini dapat terjadi Karena lingkungan pergaulan yang buruk, tidak diperhatikan orang tua, lingkungan sekolah, dan kurangnya sarana dan prasarana untuk menumpahkan aspirasi , kreativitas maupun bakat.

Dari paparan tersebut diatas perlu adanya usaha untuk mencari alternatif pemecahan atau penyaluran melalui kegiatan-kegiatan yang memberikan

Pada tahap pemasalan ini, keikutsertaan anak dalam latihan biasanya masih sebatas mengisi waktu luang, sehingga tempat latihan akan menjadi sangat ramai pada musim liburan dan kondisi sebaliknya tempat latihan menjadi sepi ketika memasuki saat ulangan umum atau ujian sekolah. Untuk mengatasi keadaan itu latihan-latihan pada tahap ini diusahakan untuk tidak selalu melelahkan serta menanamkan kedisiplinan anak, sehingga anak dapat membagi waktu antara latihan dan belajar.

Meskipun latihan telah diusahakan sebaik mungkin sesuai dengan kondisi yang dimiliki oleh perkumpulan tetapi masih ada calon-calon atlet yang berhenti berlatih yang disebabkan beberapa hal anatara lain : kurangnya motivasi, tuntutan pelatih terlalu tinggi, tuntutan orang tua terlalu tinggi, latihan-latihan yang diberikan membosankan, latihan-latihan yang diberikan kurang memberi tantangan, mengalami cedera, tertarik dengan aktifitas yang lain, kurangnya dukungan orang tua.

Pada tahap pemasalan ini monitoring terhadap perkembangan fisik maupun motorik anak-anak dilakukan dengan sungguh-sungguh, bagi anak-anak yang memiliki bakat memperoleh perhatian yang lebih dan pada akhirnya dijadikan satu dengan kelompok lain yang sudah terseleksi lebih dahulu untuk dilatih secara khusus. Bila pada tahap bermasalah semua anak diwajibkan untuk membayar iuran bulanan, maka bagi anak yang sudah terseleksi dibebaskan dari kewajiban membayar iuran dan selalu dilibatkan dalam kegiatan-kegiatan yang diselenggarakan oleh perkumpulan, misalnya menjadi ball boys, petugas scoring board, menjual tiket menata gedung tempat pertandingan, memasang spanduk dll dengan tujuan untuk membangkitkan motivasi berprestasi dan menanamkan rasa cinta serta rasa memiliki terhadap perkumpulan.

Pada kelompok ini , anak sering diajak berdiskusi untuk menyadarkan bahwa mereka memiliki bakat luar biasa yang tidak semua orang memilikinya sehingga bakat tersebut perlu dilatih dengan tekun dan terus menerus. Penyadaran juga diberikan kepada orang tua agar turut mendorong dan membantu anak dalam proses latihan. Ketidakhadiran anak dalam latihan pada

kesenangan, kegembiraan, kepuasan serta mempunyai nilai positif. Salah satunya yaitu melalui kegiatan olahraga bola voli. Atas dasar situasi tersebut perkumpulan bola voli YUSO Yogyakarta memberi kesempatan kepada anak-anak, remaja, dan pemuda tanpa memandang usia dan karakteristik fisik untuk berlatih bola voli dengan tujuan untuk belajar, berorganisasi, dan bila mungkin berprestasi. Dengan bermain bola voli banyak hal dapat dikembangkan, antara lain meningkatkan kerjasama, meningkatkan toleransi, meningkatkan rasa percaya diri, kreatif, disiplin, meningkatkan kebugaran, belajar berorganisasi dsb.

Dengan membuka kesempatan secara luas kepada anak-anak dan remaja untuk bergabung dengan perkumpulan tanpa adanya persyaratan khusus ini tugas pelatih dan pengurus perkumpulan menjadi lebih berat karena harus mengubah pola pikir anak dari kegiatan waktu luang menjadi kegiatan yang terencana dan terstruktur. Namun demikian disisi lain cara ini juga menguntungkan karena permasalahan bola voli dapat dilakukan sendiri oleh PBV YUSO untuk masyarakat Yogyakarta dan sekitarnya dengan harapan kemungkinan untuk menjaring atau memperoleh atlet yang berprestasi menjadi semakin besar dan latihan-latihan gerak dasar dapat diberikan dengan lebih tepat. Untuk itu pada tahap pemasalan ini tujuan yang ingin dicapai yaitu :

- a. Meningkatnya kesegaran jasmani dan rohani,
- b. Terbentuknya watak dan kepribadian secara utuh,
- c. Serta dasar-dasar keterampilan gerak untuk mencapai prestasi yang tinggi tertanam pada diri atlet secara baik.

Sedangkan bentuk-bentuk latihan yang diberikan pada dasarnya berupa gerak-gerak dasar yang dapat membuat anak memperoleh kegembiraan, mengungkapkan emosi, menetapkan keputusan, mendapatkan pengakuan dari orang lain, dapat memecahkan masalah, dapat berinteraksi dan dapat menemukan diri sendiri. Pada pelatih yang menangani kelompok ini tidak hanya dituntut memahami latihan-latihan fisik, teknik dan taktik saja tetapi juga harus memahami pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga mampu merancang latihan dengan benar sesuai tahap-tahap perkembangan motorik anak.

kelompok ini selalu ditanyakan penyebabnya kepada orang tua atau bahkan bila perlu dikunjungi kerumahnya untuk memperoleh kepastian dan apabila memiliki masalah, para pelatih atau pengurus berusaha untuk ikut membantu menyelesaikannya. Dengan cara ini, atlet-atlet yang berbakat dapat terhindar dari putus di tengah jalan.

Bila pada kelompok yunior atlet menunjukkan peningkatan yang signifikan, maka latihan segera dipindahkan untuk bergabung pada kelompok senior sehingga kualitas dan kuantitas latihan akan menjadi semakin meningkat. Pada posisi ini atlet sudah mampu menyadari bahwa bola voli sudah merupakan bagian dan jalan hidupnya yang harus dilalui dengan sepenuh hati. Berlatih bola voli bukan lagi merupakan aktifitas untuk mengisi waktu luang tetapi sudah merupakan kebutuhan untuk mengaktualisasikan dirinya.

Prestasi olahraga merupakan akumulasi kualitas fisik, teknik, taktik dan kematangan psikis atlet yang disiapkan secara sistematis melalui proses pembinaan yang benar. Keberhasilan pencapaian prestasi ditentukan oleh berbagai faktor diantaranya adalah kuantitas dan kualitas latihan. Pada tahap pemasalan latihan dilakukan empat kali seminggu dan latihan fisik tiga kali seminggu. Tempat latihan pada kelompok pemasalan dilaksanakan di luar gedung (Out door), kelompok yunior di luar dan di dalam gedung, sedangkan pada kelompok senior berlatih di dalam gedung.

Semoga sedikit pengalaman dalam membina anak-anak pada perkumpulan bola voli YUSO Yogyakarta ini dapat mengilhami pembinaan bola voli di Jakarta dalam rangka membangkitkan kembali gairah dan prestasi bola voli di DKI Jakarta.