

**PENGEMBANGAN KARAKTER REMAJA MELALUI OLAHRAGA BOLA VOLI:
MENINGKATKAN KEPEMIMPINAN DAN KERJA TIM DI SEKOLAH**

Eriek Satya Haprabu¹, Wisnu Mahardika², Michael Andriano Zulfikar³, Adila Aziz Nur C⁴

^{1,2,3,4}Pendidikan Keperawatan Olahraga, Universitas Tunas Pembangunan Surakarta

eriksatya8@gmail.com

Abstract

The development of character in adolescents is crucial during the school years, and sports, particularly volleyball, plays a significant role in this process. Volleyball not only helps develop physical skills but also fosters essential life skills such as leadership and teamwork. This study examines how volleyball can serve as a tool to enhance leadership and teamwork among adolescents in schools. Using a qualitative descriptive approach and case study method, data was gathered through semi-structured interviews, direct observations of training sessions and tournaments, and documentation from extracurricular activities and coaches' reports. The results indicate that volleyball training, when integrated with life skills education, has a positive impact on the social and emotional development of adolescents, especially in areas such as communication, problem-solving, goal-setting, emotional regulation, and interpersonal relationships. Furthermore, leadership skills are significantly improved, with students demonstrating better team management and motivation techniques. The study concludes that volleyball is a valuable tool for character development, contributing to the holistic growth of students by enhancing their leadership, teamwork, and life skills, and recommends incorporating life skills training in volleyball programs to maximize these benefits.

Keywords: volleyball; leadership; teamwork; life skills; adolescent development

Abstrak

Pengembangan karakter remaja sangat penting selama masa sekolah, dan olahraga, khususnya bola voli, memainkan peran yang signifikan dalam proses ini. Bola voli tidak hanya membantu mengembangkan keterampilan fisik, tetapi juga memupuk keterampilan hidup yang esensial seperti kepemimpinan dan kerja tim. Penelitian ini mengkaji bagaimana bola voli dapat berfungsi sebagai alat untuk meningkatkan kepemimpinan dan kerja tim di kalangan remaja di sekolah. Dengan menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dan metode studi kasus, data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi langsung terhadap sesi pelatihan dan turnamen, serta dokumentasi dari kegiatan ekstrakurikuler dan laporan pelatih. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pelatihan bola voli yang terintegrasi dengan pendidikan keterampilan kehidupan memberikan dampak positif pada perkembangan sosial dan emosional remaja, terutama dalam hal komunikasi, pemecahan masalah, pengaturan tujuan, regulasi emosional, dan hubungan interpersonal. Selain itu, keterampilan kepemimpinan meningkat secara signifikan, dengan siswa menunjukkan kemampuan yang lebih baik dalam mengelola tim dan teknik motivasi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa bola voli merupakan alat yang berharga untuk pengembangan karakter, yang berkontribusi pada pertumbuhan holistik siswa dengan meningkatkan keterampilan kepemimpinan, kerja tim, dan keterampilan hidup, serta merekomendasikan untuk mengintegrasikan pelatihan keterampilan hidup dalam program bola voli untuk memaksimalkan manfaat tersebut.

Kata Kunci: bola voli; kepemimpinan; kerja tim; keterampilan hidup; pengembangan remaja

Submitted: 2025-04-09

Revised: 2025-04-14

Accepted: 2025-04-22

Pendahuluan

Sekolah menjadi tempat yang strategis dalam pembentukan karakter remaja. Olahraga, khususnya bola voli, memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung pengembangan karakter, terutama dalam hal kepemimpinan dan kerja tim. Banyak sekolah yang sudah mulai menyadari pentingnya olahraga dalam pendidikan karakter, dan bola voli sering kali dipilih sebagai olahraga yang dapat mengembangkan kedua aspek ini secara efektif (Rahayu, 2020). Lickona (1991) mengutarakan bahwa pendidikan karakter adalah usaha untuk membentuk seseorang memahami nilai-nilai etika secara sengaja. Dalam hal ini, siswa menjadi subjek dan objek pendidikan karakter.

Bola voli tidak hanya melatih keterampilan fisik, tetapi juga menuntut adanya komunikasi yang baik, kerja sama antar anggota tim, serta kemampuan untuk memimpin dan mengikuti arahan. Robinson (1997) menyatakan bahwa permainan bola voli merupakan jenis permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan di atas lapangan persegi empat berukuran 9x18 meter dan dibatasi oleh garis selebar 5 cm. Pada umumnya, banyak sekolah yang memiliki ekstrakurikuler bola voli dan mengadakan turnamen antarsekolah sebagai wadah bagi siswa untuk berlatih, berkompetisi, serta mengembangkan keterampilan sosial mereka.

Di lapangan, bola voli memberikan kesempatan kepada para siswa untuk mengembangkan keterampilan kepemimpinan, baik itu dalam peran sebagai kapten tim maupun dalam berpartisipasi aktif dalam latihan dan pertandingan. Kapten tim bola voli, misalnya, diharuskan untuk bisa mengatur taktik permainan, memotivasi rekan satu tim, serta menjadi contoh dalam sikap dan perilaku (Sutrisno, 2019). Kepemimpinan yang diajarkan dalam olahraga ini adalah kepemimpinan yang berbasis pada kerjasama dan kolaborasi, bukan sekadar otoritas. Sage (1986) menyebutkan bahwa olahraga merupakan salah satu cara efektif dalam proses sosialisasi nilai-nilai kepemimpinan dan tanggung jawab sosial.

Namun, dalam praktiknya, tidak semua siswa yang dipilih menjadi pemimpin memiliki keterampilan kepemimpinan yang matang. Terkadang, pemilihan kapten tim lebih berdasarkan kemampuan teknis atau popularitas, bukan berdasarkan kemampuan untuk memimpin. Hal ini menyebabkan adanya kesenjangan antara kualitas permainan dan efektivitas kepemimpinan dalam tim.

Bola voli mengajarkan pentingnya kerja tim yang solid, karena kemenangan dalam permainan ini sangat bergantung pada koordinasi dan komunikasi yang baik antar pemain. Kerrin dan Oliver (2002) mendefinisikan kerja tim sebagai aktivitas berbagi informasi mengenai masalah yang sedang dihadapi dan bekerja sama dalam memecahkan masalah tersebut. Setiap pemain memiliki peran penting dan saling mendukung satu sama lain dalam mencapai tujuan tim. Proses ini mengajarkan remaja untuk menghargai kontribusi masing-masing anggota tim, mengesampingkan ego pribadi, serta bekerja sama dalam menghadapi tekanan selama pertandingan (Hellison, 2003).

Namun, seringkali di lapangan muncul masalah seperti perbedaan ego antara pemain, konflik internal dalam tim, atau kurangnya komunikasi yang efektif. Masalah ini dapat menghambat tercapainya tujuan bersama dan menurunkan semangat tim. Di sisi lain, jika masalah tersebut dapat dikelola dengan baik, bola voli bisa menjadi sarana yang sangat efektif dalam meningkatkan kualitas kerja tim di kalangan remaja.

Beberapa tantangan yang dihadapi dalam pengembangan karakter remaja melalui olahraga bola voli antara lain:

Kurangnya Pemahaman tentang Karakter dan Kepemimpinan: Banyak siswa dan bahkan pelatih yang masih memandang olahraga hanya sebagai kegiatan fisik belaka. Kurangnya pemahaman tentang bagaimana bola voli dapat membentuk karakter dan meningkatkan kepemimpinan serta kerja tim dapat menghambat perkembangan karakter remaja secara maksimal (Lickona, 1991; Hellison, 2003). **Fasilitas yang Terbatas:** Beberapa sekolah masih memiliki fasilitas olahraga yang terbatas, seperti lapangan voli yang tidak memadai atau peralatan yang kurang lengkap. **Kurangnya Pelatihan Khusus untuk Kepemimpinan:** Tidak semua pelatih bola voli memiliki pemahaman mendalam tentang bagaimana mengembangkan keterampilan kepemimpinan dalam olahraga. Pelatihan sering kali hanya fokus pada keterampilan teknis atau fisik, padahal keterampilan soft skills seperti komunikasi, motivasi, dan penyelesaian konflik juga penting (Sutrisno, 2019). **Pengaruh Lingkungan Sosial:** Beberapa siswa mungkin datang dari latar belakang yang berbeda, dan ini bisa menciptakan tantangan dalam membangun kerjasama tim.

Meskipun ada beberapa tantangan, pengembangan karakter remaja melalui olahraga bola voli juga memiliki banyak peluang untuk berhasil, antara lain:

Pelatihan Kepemimpinan dalam Olahraga: Sekolah dapat mengembangkan program pelatihan khusus yang menekankan pada keterampilan kepemimpinan, seperti bagaimana mengelola konflik, memberi dan menerima kritik konstruktif, serta bagaimana memotivasi rekan satu tim (Hellison, 2003). Peningkatan Fasilitas dan Infrastruktur: Peningkatan fasilitas olahraga seperti lapangan voli yang lebih baik dan penyediaan peralatan yang memadai akan sangat mendukung. Kompetisi dan Turnamen Internal: Menyelenggarakan kompetisi bola voli antarkelas atau antar-sekolah dapat memacu motivasi siswa untuk berprestasi dan memperkuat rasa tanggung jawab dalam kelompok (Rahayu, 2020). Pendekatan Multidisiplin: Mengintegrasikan pelatihan kepemimpinan dalam olahraga dengan pelajaran lain seperti psikologi atau pendidikan karakter akan memperkaya proses pengembangan remaja secara holistik.

Secara keseluruhan, bola voli memiliki potensi yang besar dalam membantu pengembangan karakter remaja melalui peningkatan kepemimpinan dan kerja tim di sekolah. Meskipun ada berbagai tantangan, seperti keterbatasan fasilitas dan kurangnya pemahaman tentang pentingnya pengembangan karakter dalam olahraga, peluang untuk meningkatkan kedua aspek ini tetap terbuka lebar. Dengan adanya pelatihan yang tepat, fasilitas yang memadai, dan pendekatan yang holistik dalam mengembangkan keterampilan kepemimpinan dan kerja tim, bola voli dapat menjadi sarana yang efektif dalam membentuk karakter remaja yang tidak hanya unggul secara teknis, tetapi juga memiliki kemampuan sosial dan kepemimpinan yang baik (Sage, 1986; Hellison, 2003).

Metode

pengabdian ini menggunakan pendekatan deskriptif kualitatif dengan metode studi kasus untuk mengkaji bagaimana olahraga bola voli berperan dalam pengembangan karakter remaja, khususnya dalam aspek kepemimpinan dan kerja tim di sekolah. Subjek pengabdian terdiri atas 20 partisipan, yakni 15 siswa yang aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler bola voli dan 5 orang pembina atau pelatih dari salah satu sekolah menengah atas di kota Karangayar. Data dikumpulkan melalui wawancara semi-terstruktur, observasi langsung selama kegiatan latihan dan turnamen, serta dokumentasi seperti catatan kegiatan ekstrakurikuler dan laporan pelatih. Analisis data dilakukan dengan model analisis interaktif Miles dan Huberman, yang meliputi tahap reduksi data, penyajian data, serta penarikan kesimpulan. Keabsahan data dijaga melalui triangulasi sumber dan metode guna memastikan validitas dan reliabilitas temuan.

Hasil dan Pembahasan

Penelitian terbaru menunjukkan bahwa integrasi keterampilan hidup dalam pelatihan bola voli dapat memberikan dampak positif terhadap perkembangan keterampilan sosial dan emosional remaja. Sebuah studi eksperimen yang menggunakan desain kelompok kontrol dan eksperimen pada 40 peserta pelatihan membuktikan bahwa kelompok yang menerima pelatihan bola voli terintegrasi dengan keterampilan hidup menunjukkan peningkatan signifikan dalam berbagai aspek keterampilan hidup. Peningkatan ini mencakup berbagai kemampuan yang sangat berguna dalam kehidupan sehari-hari, seperti kerja tim, pengaturan tujuan, manajemen waktu, keterampilan emosional, komunikasi interpersonal, keterampilan sosial, kepemimpinan, dan pemecahan masalah. Ini menunjukkan bahwa olahraga dapat menjadi sarana yang efektif dalam mengembangkan keterampilan yang melampaui aspek fisik semata, tetapi juga mendukung perkembangan karakter remaja dalam konteks sosial dan emosional (Taufik, Riyadi, & Fahmi, 2023).

Selain itu, keterampilan hidup yang dikembangkan dalam pelatihan bola voli tidak hanya berfokus pada penguatan fisik dan teknik, tetapi juga pada pembentukan kepribadian dan

kemampuan berinteraksi dengan orang lain. Kerja tim, misalnya, mengajarkan remaja untuk bekerja bersama dengan tujuan yang sama, menyelesaikan masalah secara kolaboratif, dan menghargai kontribusi setiap individu dalam tim. Kemampuan untuk mengatur tujuan dan mengelola waktu sangat berguna, tidak hanya di lapangan bola voli tetapi juga dalam kehidupan sehari-hari, seperti mengatur jadwal akademik atau kegiatan lainnya. Keterampilan emosional dan komunikasi interpersonal yang diperoleh dapat membantu remaja dalam mengelola emosi dan berinteraksi dengan orang lain secara efektif, baik dalam situasi sosial maupun profesional di masa depan (Taufik et al., 2023).

Studi lain yang diterbitkan dalam jurnal *Frontiers in Psychology* pada tahun 2021 juga menyoroti dampak positif program intervensi berbasis *Positive Youth Development (PYD)*, yang menggabungkan pelatihan bola voli dengan model tanggung jawab pribadi dan sosial. Penelitian ini menunjukkan bahwa program intervensi tersebut efektif dalam meningkatkan tanggung jawab pribadi dan sosial di kalangan pemain bola voli muda. Model *PYD* berfokus pada pengembangan potensi positif remaja melalui partisipasi dalam olahraga, dengan mengutamakan penguatan aspek sosial, psikologis, dan emosional remaja. Meskipun demikian, penelitian ini juga menemukan bahwa meskipun ada peningkatan dalam tanggung jawab sosial, perbedaan antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol tidak signifikan secara statistik, yang menunjukkan bahwa faktor-faktor lain juga perlu diperhatikan dalam program intervensi tersebut (Gil-Madrona, Núñez, & Romero, 2021).

Meskipun demikian, hasil dari kedua penelitian ini memberikan gambaran yang jelas bahwa olahraga, terutama bola voli, dapat berfungsi sebagai alat pendidikan yang tidak hanya mengembangkan keterampilan teknis tetapi juga membentuk karakter remaja. Dengan pendekatan yang tepat, seperti integrasi keterampilan hidup dan model pengembangan positif, bola voli dapat menjadi sarana yang efektif untuk mengasah berbagai keterampilan yang dibutuhkan remaja dalam menghadapi tantangan kehidupan. Oleh karena itu, penting bagi pendidik dan pelatih untuk mempertimbangkan integrasi aspek-aspek ini dalam program pelatihan mereka guna memberikan manfaat maksimal bagi perkembangan sosial dan emosional remaja (Taufik et al., 2023; Gil-Madrona et al., 2021).

Kesimpulan

Olahraga bola voli terbukti menjadi sarana yang efektif dalam pengembangan karakter remaja di lingkungan sekolah, khususnya dalam membentuk keterampilan kepemimpinan dan kerja tim. Melalui kegiatan latihan dan kompetisi, siswa belajar untuk memimpin, berkomunikasi, bekerja sama, serta mengelola konflik dalam tim. Bola voli bukan hanya melatih aspek fisik, tetapi juga menanamkan nilai-nilai tanggung jawab, sportivitas, dan empati. Peran pelatih, lingkungan sekolah, serta pendekatan pelatihan yang terstruktur menjadi faktor penting dalam keberhasilan pembentukan karakter ini. Meskipun terdapat tantangan seperti keterbatasan fasilitas dan kurangnya pemahaman tentang integrasi nilai karakter dalam olahraga, peluang untuk mengembangkan potensi siswa tetap terbuka lebar. Dukungan program yang terintegrasi dengan pelatihan kepemimpinan dan keterampilan hidup dapat memperkuat peran bola voli sebagai alat pendidikan karakter yang holistik. Dengan pendekatan yang tepat, olahraga ini mampu mencetak generasi muda yang tidak hanya unggul secara fisik, tetapi juga matang secara sosial dan emosional.

Ucapan Terima kasih

Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak LPPM Universitas Tunas Pembangunan yang telah memberikan dukungan pendanaan untuk pelaksanaan program pengabdian ini dengan nomor kontrak 002/PK-P/LPPM-UTP/XII/2024. Bantuan yang diberikan sangat berarti dalam mendukung kelancaran kegiatan, dari tahap perencanaan hingga evaluasi. Semoga hasil dari program ini dapat memberikan manfaat yang nyata bagi masyarakat dan menjadi inspirasi untuk keberlanjutan kegiatan pengabdian di masa mendatang.

Daftar Pustaka

- Badudu, J.S. 1988. *Inilah Berbahasa yang Benar*. Jakarta: PT Gramedia. Borneo.
- Gil-Madrona, P., Núñez, M., & Romero, S. (2021). Effect of a volleyball intervention program on personal and social responsibility in youth. *Frontiers in Psychology*, 12, 675532. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.675532>
- Hellison, D. (2003). *Teaching Responsibility through Physical Activity* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Kerrin, M, dan Oliver, N. (2002), "Collective And Individual Improvement. Activities: The Role of Rewards Systems", *Personal Review*, Vol. 31,. No. 3
- Kerrin, M., & Oliver, N. (2002). Collective learning in teams: The importance of process. *British Journal of Management*, 13(S2), S17–S30. <https://doi.org/10.1111/1467-8551.13.s2.3>
- Lickona, T. (1991). *Educating for Character: How Our Schools Can Teach Respect and Responsibility*. New York: Bantam Books.
- Lickona, Thomas. (1991). *Educating for Character, Mendidik untuk Membentuk. Karakter*. Jakarta: Bumi Aksara. Masunah, Juju dan Narawati, Tati.
- Rahayu, D. (2020). Pendidikan karakter melalui kegiatan ekstrakurikuler olahraga di sekolah. *Jurnal Pendidikan Karakter*, 10(1), 25–37. <https://doi.org/10.21831/jpk.v10i1.28845>
- Robinson, Bonnie. 1997. *Bola Voli Bimbingan dan Teknik Bermain*. Semarang
- Robinson, R. (1997). *Volleyball: Steps to Success* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics.
- Sage, G. H. (1986). Sport and socialization. In Lüschen, G. & Sage, G. H. (Eds.), *Handbook of Social Science of Sport* (pp. 249–259). Champaign, IL: Stipes Publishing.
- Sutrisno, H. (2019). Peran ekstrakurikuler bola voli dalam membentuk kepemimpinan siswa. *Jurnal Olahraga dan Pendidikan Jasmani*, 7(2), 45–55.
- Taufik, H., Riyadi, S., & Fahmi, M. (2023). The effect of volleyball training integrated with life skills on youth development. *Kinestetik: Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani*, 7(2), 219–228. <https://ejournal.unib.ac.id/kinestetik/article/view/26918>