

**ABSTRAK**  
**PROGRAM LATIHAN PERMAINAN BOLA**  
**VOLI PADA KLUB DI KABUPATEN CIAMIS**

*Adhi Muhammad Hisyam, Panuwun Joko Nurcahyo, Bayu Suko Wahono*

**Latar Belakang:** Banyak klub-klub bola voli yang ada di Kabupaten Ciamis dengan potensi yang baik dalam mengembangkan kemampuan atletnya. Klub-klub ini dirancang untuk meningkatkan kemampuan pada atletnya serta untuk meraih kemenangan dalam pertandingan. Setiap klub memiliki program latihan dalam permainan bola voli sebagai strategi dalam pertandingan. Program latihan ini biasanya diberikan oleh pelatih kepada atletnya sebagai variasi dalam pertandingan yang bertujuan untuk merobohkan pertahanan lawan dan memperkuat pertahanan tim.

**Metodologi:** Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan desain penelitian kualitatif dengan maksud untuk memahami dan menggali lebih dalam mengenai fenomena Program latihan pada permainan bola voli. Teknik pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah pengamatan (observasi), wawancara dan dokumentasi.

**Hasil Penelitian:** Program latihan permainan bola voli pada klub di Kabupaten Ciamis yaitu program latihan secara makro telah disusun dalam bentuk program tahunan dan program latihan bulanan dan secara mikro dalam bentuk program latihan mingguan dan harian. Kendala yang dihadapi oleh klub di Kabupaten Ciamis dalam menerapkan program latihan permainan bola voli ialah sarana dan prasarana yang dimiliki oleh klub bola voli kabupaten Ciamis kurang memadai. Hal ini dapat dilihat dari kurangnya lapangan bola voli dan prasarana yang sangat minim.

**Kata kunci:** Program Latihan, Bola Voli

<sup>1</sup>Mahasiswa Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

<sup>2</sup>Departemen Jurusan Pendidikan Jasmani FIKes Universitas Jenderal Soedirman

**ABSTRACT**  
**TRAINING PROGRAM FOR VOLLEYBALL AT THE CLUB IN**  
**CIAMIS REGENCY**

*Adhi Muhammad Hisyam, Panuwun Joko Nurcahyo, Bayu Suko Wahono*

**Background:** There are many volleyball clubs in Ciamis Regency with great potential for developing their athletes' skills. These clubs are designed to enhance their athletes' abilities and achieve victories in competitions. Each club has a training program for volleyball as a strategy for matches. This training program is usually provided by the coach to the athletes as a variation in gameplay, aiming to break through the opponent's defense and strengthen the team's defense.

**Methodology:** In this study, the researcher uses a qualitative research design with the aim of understanding and exploring more deeply the phenomenon of training programs in volleyball. The data collection techniques used in this research are observation, interviews, and documentation.

**Research Results:** The volleyball training program at clubs in Ciamis Regency is structured on a macro level as an annual program and a monthly training program, and on a micro level as weekly and daily training programs. The challenges faced by clubs in Ciamis Regency in implementing the volleyball training program include inadequate facilities and infrastructure. This is evident from the lack of volleyball courts and the very limited infrastructure available.

**Keywords:** Program, Training, Volleyball

<sup>1</sup>Mahasiswa Student of Physical Education FIKes Universitas Jenderal Soedirman

<sup>2</sup>Department of Physical Education Department FIKes Universitas Jenderal Soedirman