

Strategi Pelatih Dalam Membentuk Karakter Dan Disiplin Atlet Klub Bola Basket Technology Banda Aceh

Auza Risma Mulliani¹, Ibrahim², Hendri Fadly³

Auza Risma Mulliani, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

auzarisma31@gmail.com

Ibrahim, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

himsufi@gmail.com

Hendri Fadly, Universitas Serambi Mekkah, Aceh

hendrifadlypenjas@serambimekkah.ac.id

Abstrak

Penelitian ini bertujuan ini untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi pelatih dalam membentuk karakter dan disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis peneltiian deskriptif korelasional. Sampel dalam penelitian ini adalah 9 responden terdiri dari 1 pelatih dan 8 atlet. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan angket (kuesioner) tertutup. Penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut: (1) Strategi pelatih di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 90,96%. Hal ini menunjukkan bahwa pelatih telah mampu menerapkan strategi pembinaan yang baik melalui pemberian arahan, motivasi, evaluasi latihan, penerapan aturan, dan pemantauan perkembangan atlet secara konsisten. (2) Karakter atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 91,94%. Atlet menunjukkan sikap tanggung jawab, kerja keras, sportivitas, kerja sama, dan kepedulian terhadap rekan satu tim selama mengikuti latihan dan pertandingan. (3) Disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 90,16%. Atlet mampu mematuhi aturan latihan, hadir tepat waktu, mengikuti jadwal latihan secara rutin, menjaga komitmen sebagai atlet, serta mampu mengendalikan emosi selama kegiatan olahraga berlangsung. Strategi pelatih memiliki peranan penting dalam membentuk karakter dan disiplin atlet. Pembinaan yang dilakukan secara terarah, konsisten, dan komunikatif mampu membantu atlet memiliki sikap positif dan disiplin yang baik dalam kegiatan olahraga.

Kata Kunci: Strategi Pelatih, Karakter dan Disiplin

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Bola basket merupakan salah satu olahraga beregu yang populer di kalangan remaja dan menekankan pentingnya kerja sama, komunikasi, serta kepatuhan terhadap aturan permainan. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pembinaan olahraga beregu memberikan kontribusi positif terhadap perkembangan kepribadian, perilaku sosial, dan

nilai-nilai moral peserta didik (Camiré, 2021). Olahraga tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai sarana pendidikan karakter yang efektif dalam membentuk sikap sosial, tanggung jawab, kedisiplinan, dan kerja sama tim.

Sejalan dengan hal tersebut, Nicholas L. Holt et al. (2022) menjelaskan bahwa partisipasi dalam olahraga beregu dapat mengembangkan *life skills* seperti kepemimpinan, sportivitas, pengendalian emosi, serta kemampuan bekerja sama, yang sangat berkaitan dengan pembentukan karakter individu. Melalui aktivitas latihan dan pertandingan bola basket, atlet belajar menghadapi tantangan, menghargai perbedaan, serta mematuhi aturan yang berlaku.

Keberhasilan pembinaan atlet dalam sebuah klub sangat ditentukan oleh strategi pelatih. Strategi pelatih merupakan perencanaan dan pendekatan sistematis dalam membimbing, melatih, dan mengarahkan atlet untuk mencapai tujuan pembinaan. Strategi tersebut tidak hanya mencakup aspek teknis dan taktis, tetapi juga pembentukan nilai-nilai kepribadian, seperti karakter dan disiplin atlet (John Lyle, 2021). Dalam konteks klub bola basket, pelatih berperan sebagai pendidik, motivator, sekaligus *role model* bagi atlet. Lebih lanjut, Jean Côté dan Wade Gilbert (2022) menegaskan bahwa efektivitas strategi pelatih sangat bergantung pada kemampuan menerapkan pendekatan pedagogis, komunikasi yang efektif, serta kepemimpinan yang adaptif. Pelatih yang mampu mengintegrasikan nilai-nilai karakter dalam program latihan akan lebih berhasil dalam membentuk atlet yang berdisiplin dan bertanggung jawab.

Karakter atlet mengacu pada kualitas moral, etika, dan sikap mental yang tercermin dalam aktivitas olahraga maupun kehidupan sehari-hari. Bola basket sebagai permainan beregu menuntut sportivitas, kerja sama, tanggung jawab, dan sikap pantang menyerah. Penelitian terkini menunjukkan bahwa olahraga dapat menjadi sarana yang efektif dalam pembentukan karakter apabila didukung oleh strategi kepelatihan yang terencana dan berorientasi pada nilai (David L. Shields & Brenda J. Bredemeier, 2021).

Pembentukan karakter melalui olahraga tidak terjadi secara otomatis, melainkan memerlukan intervensi pendidikan yang tepat. Pelatih memiliki peran penting dalam menanamkan nilai-nilai karakter positif melalui keteladanan, penguatan positif, serta pembiasaan perilaku disiplin dalam latihan dan pertandingan (Sukadiyanto & Muluk, 2021). Selain karakter, disiplin merupakan aspek penting dalam pembinaan atlet. Disiplin diartikan sebagai sikap patuh, taat, dan konsisten dalam menjalankan aturan serta tanggung jawab.

Dalam olahraga bola basket, disiplin mencakup kepatuhan terhadap jadwal latihan, aturan klub, instruksi pelatih, serta etika bertanding. Disiplin menjadi salah satu faktor psikologis yang berpengaruh terhadap pencapaian prestasi atlet (Robert S. Weinberg & Daniel Gould, 2023). Disiplin atlet dapat dibentuk melalui aturan yang jelas, konsistensi penerapan konsekuensi, keteladanan pelatih, serta komunikasi yang berkelanjutan. Program latihan yang terstruktur, evaluasi rutin, dan dukungan motivasional juga berperan dalam memperkuat kedisiplinan atlet (Harsono, 2021).

Dalam Klub Bola Basket Technology, pelatih menghadapi tantangan dalam membina atlet usia remaja yang masih berada pada fase pembentukan kepribadian. Fenomena yang sering muncul antara lain kurangnya konsistensi mengikuti jadwal latihan, rendahnya tanggung jawab individu dalam tim, serta menurunnya motivasi ketika menghadapi tekanan latihan dan pertandingan. Kondisi tersebut menunjukkan perlunya strategi pelatih yang terencana, sistematis, dan berorientasi pada pembentukan karakter serta disiplin atlet.

Dengan demikian, penelitian mengenai strategi pelatih dalam membentuk karakter dan disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology sangat relevan untuk dilakukan. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang komprehensif mengenai peran pelatih dalam mendukung pengembangan kepribadian atlet, tidak hanya sebagai pemain yang berprestasi, tetapi juga sebagai individu yang berkarakter kuat dan berdisiplin tinggi.

Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan dalam penelitian ini adalah Bagaimana strategi pelatih dalam membentuk karakter atlet di Klub Bola Basket Technology? Dan Bagaimana strategi pelatih dalam membentuk disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology?

Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi pelatih dalam membentuk karakter atlet di Klub Bola Basket Technology dan untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi pelatih dalam membentuk disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology.

Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dalam penelitian ini yang diharapkan bisa tercapai adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis.

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan kajian ilmiah dalam bidang

pendidikan jasmani dan kepelatihan olahraga, khususnya mengenai strategi pelatih dalam membentuk karakter dan disiplin atlet melalui olahraga bola basket.

2. Manfaat Praktis.

- a. Bagi Pelatih. Sebagai bahan evaluasi dan referensi dalam menerapkan strategi pembinaan karakter dan disiplin atlet secara lebih efektif.
- b. Bagi Atlet. Dapat meningkatkan pemahaman atlet mengenai pentingnya karakter dan disiplin dalam proses latihan dan kehidupan sehari-hari.
- c. Bagi Klub Bola Basket. Sebagai bahan pertimbangan dalam menyusun program pembinaan yang berorientasi pada pengembangan karakter dan kedisiplinan atlet.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya. Sebagai referensi dan acuan dalam mengembangkan penelitian lanjutan yang berkaitan dengan strategi pelatih, karakter, dan disiplin atlet.

METODELOGI PENELITIAN

Pendekatan dan Jenis Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan jenis deskriptif korelasional. Menurut Sugiyono (2023), metode kuantitatif berlandaskan filsafat positivisme dan digunakan untuk meneliti populasi atau sampel tertentu dengan instrumen terukur.

Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi merupakan keseluruhan subjek penelitian yang memiliki karakteristik tertentu dan menjadi sasaran penelitian (Sugiyono, 2021). Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 1 pelatih dan 8 atlet.

Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan angket (kuesioner) tertutup sebagai instrumen utama.

Teknik Analisis Data

Penelitian ini menggunakan analisis statistik deskriptif kuantitatif, yaitu teknik analisis yang bertujuan menggambarkan secara sistematis mengenai strategi pelatih dalam membentuk karakter dan disiplin atlet Klub Bola Basket Technology Banda Aceh, dengan menggunakan rumus persentase.

Waktu dan Tempat Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di Klub Bola Basket Technology yang berlokasi Jl. Sultan Malikul Saleh, Lhong Raya, Kec. Banda Raya, Kota Banda Aceh, Aceh 23231. Adapun waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2026.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilaksanakan di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dan mendeskripsikan strategi pelatih dalam membentuk karakter dan disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh. Sampel dalam penelitian ini terdiri dari 9 responden yang terdiri atas 1 pelatih dan 8 atlet.

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan angket skala Likert yang terdiri dari tiga variabel, yaitu strategi pelatih (X), karakter atlet (Y_1), dan disiplin atlet (Y_2). Hasil penelitian diperoleh dari jawaban responden terhadap 30 butir pernyataan yang telah diberikan. dengan keterangan pada tabel adalah R1 = Pelatih, sedangkan R2 sampai R9 = Atlet, SS = Sangat Setuju, S = Setuju.

1. Hasil Angket Strategi Pelatih (X)

Variabel strategi pelatih merupakan variabel yang digunakan untuk mengetahui bagaimana strategi yang diterapkan pelatih dalam proses pembinaan atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh. Variabel strategi pelatih terdiri dari 15 pernyataan yang berkaitan dengan kemampuan pelatih dalam memberikan arahan, menyusun program latihan, memberikan motivasi, melakukan evaluasi, menerapkan aturan latihan, pembinaan atlet dan memantau perkembangan atlet selama proses latihan berlangsung.

Hasil pengisian angket pada variabel strategi pelatih dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 1. Data Hasil Angket Strategi Pelatih (X)

No	Pernyataan	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9
1	Pelatih menjelaskan tujuan latihan sebelum kegiatan dimulai	SS	S	SS	SS	SS	SS	SS	S	SS
2	Pelatih memberikan arahan yang jelas dan mudah dipahami	SS	SS	S	SS	S	SS	S	SS	S
3	Pelatih memahami kebutuhan setiap atlet	S	S	SS	S	S	SS	S	S	SS
4	Program latihan disusun secara terencana	SS	S	SS	SS	S	SS	S	SS	S
5	Metode latihan sesuai tujuan pembinaan	S	SS	S	SS	S	SS	S	SS	SS
6	Variasi latihan membuat saya lebih termotivasi	S	S	SS	S	SS	S	SS	S	S
7	Pelatih menetapkan aturan tim dengan jelas	SS	SS	S	SS	SS	SS	SS	S	SS
8	Aturan latihan diterapkan secara konsisten	SS	S	SS	S	SS	S	SS	SS	S
9	Pelatih memberikan sanksi secara adil	S	S	SS	SS	S	SS	S	S	SS

10	Pelatih selalu memberikan motivasi	SS	SS	S	SS	S	SS	S	SS	S
11	Pelatih memberikan pujian atas usaha atlet	S	SS	S	S	SS	S	SS	S	SS
12	Pelatih mendukung atlet ketika mengalami kesulitan	SS	S	SS	S	SS	S	SS	SS	SS
13	Pelatih melakukan evaluasi latihan/pertandingan	S	SS	S	SS	S	SS	S	SS	S
14	Pelatih memberikan umpan balik peningkatan kemampuan	SS	S	SS	SS	SS	S	SS	S	SS
15	Pelatih memantau perkembangan atlet secara berkala	S	SS	S	SS	S	SS	S	SS	SS

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memberikan jawaban “Sangat Setuju” dan “Setuju” terhadap seluruh pernyataan pada variabel strategi pelatih. Hal ini menunjukkan bahwa pelatih telah menerapkan strategi pembinaan yang baik dalam proses latihan, seperti memberikan arahan yang jelas, motivasi, evaluasi, arahan latihan, serta menerapkan aturan secara konsisten kepada atlet.

2. Hasil Angket Karakter Atlet (Y_1)

Variabel karakter atlet digunakan untuk mengetahui tingkat karakter yang dimiliki atlet dalam mengikuti kegiatan latihan dan pertandingan di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh. Variabel karakter atlet terdiri dari 8 pernyataan yang berkaitan dengan tanggung jawab, kerja keras, sportivitas, kerja sama, serta sikap pantang menyerah dalam menjalani latihan maupun pertandingan. Hasil pengisian angket pada variabel karakter atlet dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 2. Data Hasil Angket Karakter Atlet (Y_1)

No	Pernyataan	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9
16	Bertanggung jawab mengikuti program latihan	SS	S	SS	S	SS	SS	S	SS	S
17	Menjalankan tugas tim dengan sungguh-sungguh	SS	SS	S	SS	S	SS	SS	SS	SS
18	Berlatih dengan kerja keras	SS	S	SS	SS	S	SS	S	SS	SS
19	Tidak mudah menyerah menghadapi latihan berat	S	SS	S	SS	S	SS	S	S	SS
20	Menghormati lawan saat bertanding	SS	SS	S	SS	SS	SS	SS	S	SS
21	Menerima hasil pertandingan dengan sportif	S	SS	S	SS	S	SS	S	SS	S
22	Mampu bekerja sama dengan rekan satu tim	SS	S	SS	S	SS	S	SS	SS	SS
23	Bersedia membantu rekan tim	S	SS	S	SS	S	SS	S	SS	S

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memberikan jawaban “Sangat Setuju” dan “Setuju” pada seluruh indikator karakter atlet. Hal ini menunjukkan bahwa atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh memiliki karakter yang baik, seperti tanggung jawab dalam mengikuti latihan, kerja keras untuk meningkatkan kemampuan, sikap sportif, kemampuan bekerja sama, serta kepedulian terhadap rekan satu tim.

3. Hasil Angket Disiplin Atlet (Y₂)

Variabel disiplin atlet digunakan untuk mengetahui tingkat kedisiplinan atlet dalam mengikuti kegiatan latihan dan pertandingan di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh. Variabel disiplin atlet terdiri dari 7 pernyataan yang berkaitan dengan ketepatan waktu hadir latihan, kepatuhan terhadap jadwal dan instruksi pelatih, ketaatan terhadap tata tertib tim, serta kemampuan menjaga komitmen dan mengendalikan emosi selama kegiatan olahraga berlangsung. Hasil pengisian angket pada variabel disiplin atlet dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 3. Data Hasil Angket Disiplin Atlet (Y₂)

No	Pernyataan	R1	R2	R3	R4	R5	R6	R7	R8	R9
24	Hadir tepat waktu saat latihan	SS	S	SS	S	SS	SS	S	SS	S
25	Mengikuti jadwal latihan yang ditentukan	SS	SS	S	SS	S	SS	S	SS	S
26	Mematuhi instruksi pelatih selama latihan	SS	S	SS	SS	S	SS	S	SS	SS
27	Menaati tata tertib tim	SS	SS	S	SS	S	SS	S	S	SS
28	Mengikuti latihan rutin tanpa absen	SS	SS	S	SS	SS	S	SS	S	SS
29	Menjaga komitmen sebagai atlet	S	SS	S	S	S	SS	S	SS	S
30	Mampu mengendalikan emosi	SS	S	SS	S	SS	S	SS	SS	S

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memberikan jawaban “Sangat Setuju” dan “Setuju” terhadap seluruh indikator disiplin atlet. Hal ini menunjukkan bahwa atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh memiliki tingkat disiplin yang baik, seperti hadir tepat waktu saat latihan, mematuhi instruksi pelatih, mengikuti latihan secara rutin, menaati tata tertib tim, serta mampu menjaga komitmen dan mengendalikan emosi selama latihan maupun pertandingan berlangsung.

4. Rekapitulasi Skor Responden

Untuk mengetahui tingkat penilaian setiap responden terhadap seluruh variabel penelitian, dilakukan rekapitulasi skor total responden. Rekapitulasi skor responden

dilakukan untuk mengetahui hasil keseluruhan jawaban responden terhadap angket penelitian yang meliputi variabel strategi pelatih, karakter atlet, dan disiplin atlet. Skor diperoleh dari penjumlahan seluruh jawaban responden pada 30 butir pernyataan dengan menggunakan skala Likert lima tingkat. Hasil rekapitulasi skor responden dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 4. Rekapitulasi Skor Responden

Responden	Total Skor	Persentase	Kategori
R1	139	92,67%	Sangat Baik
R2	136	90,67%	Sangat Baik
R3	134	89,33%	Sangat Baik
R4	141	94,00%	Sangat Baik
R5	133	88,67%	Sangat Baik
R6	142	94,67%	Sangat Baik
R7	132	88,00%	Sangat Baik
R8	139	92,67%	Sangat Baik
R9	137	91,33%	Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa seluruh responden memperoleh kategori “Sangat Baik”. Persentase tertinggi diperoleh responden R6 sebesar 94,67%, sedangkan persentase terendah diperoleh responden R7 sebesar 88,00%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa strategi pelatih, karakter atlet, dan disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik.

5. Rekapitulasi Variabel Penelitian

Rekapitulasi variabel penelitian dilakukan untuk mengetahui tingkat pencapaian masing-masing variabel secara keseluruhan yang diteliti, yaitu strategi pelatih, karakter atlet, dan disiplin atlet. Perhitungan dilakukan dengan menjumlahkan seluruh skor jawaban responden pada setiap variabel, kemudian dibandingkan dengan skor maksimum untuk memperoleh persentase dan kategori penilaian. Hasil rekapitulasi variabel penelitian dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 5. Rekapitulasi Variabel Penelitian

Variabel	Jumlah Skor	Skor Maksimum	Persentase	Kategori
Strategi Pelatih (X)	614	675	90,96%	Sangat Baik
Karakter Atlet (Y_1)	331	360	91,94%	Sangat Baik
Disiplin Atlet (Y_2)	284	315	90,16%	Sangat Baik

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa seluruh variabel penelitian berada pada kategori “Sangat Baik”. Variabel karakter atlet memperoleh persentase tertinggi sebesar 91,94%, diikuti strategi pelatih sebesar 90,96%, dan disiplin atlet sebesar 90,16%.

Hasil tersebut menunjukkan bahwa strategi pelatih di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh telah berjalan dengan baik sehingga mampu membentuk karakter dan disiplin atlet secara positif..

KESIMPULAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai strategi pelatih dalam membentuk karakter dan disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Strategi pelatih di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 90,96%. Hal ini menunjukkan bahwa pelatih telah mampu menerapkan strategi pembinaan yang baik melalui pemberian arahan, motivasi, evaluasi latihan, penerapan aturan, dan pemantauan perkembangan atlet secara konsisten.
2. Karakter atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 91,94%. Atlet menunjukkan sikap tanggung jawab, kerja keras, sportivitas, kerja sama, dan kepedulian terhadap rekan satu tim selama mengikuti latihan dan pertandingan.
3. Disiplin atlet di Klub Bola Basket Technology Banda Aceh berada pada kategori sangat baik dengan persentase sebesar 90,16%. Atlet mampu mematuhi aturan latihan, hadir tepat waktu, mengikuti jadwal latihan secara rutin, menjaga komitmen sebagai atlet, serta mampu mengendalikan emosi selama kegiatan olahraga berlangsung.

Strategi pelatih memiliki peranan penting dalam membentuk karakter dan disiplin atlet. Pembinaan yang dilakukan secara terarah, konsisten, dan komunikatif mampu membantu atlet memiliki sikap positif dan disiplin yang baik dalam kegiatan olahraga.

DAFTAR PUSTAKA

- Camiré, M. (2021). Youth development in sport: Building life skills and character. *The Sport Psychologist*, 35(2), 111–123.
- Côté, J., & Gilbert, W. (2022). An integrative definition of coaching effectiveness and expertise. *International Sport Coaching Journal*, 9(3), 1–12.
- Harsono. (2021). *Kepelatihan olahraga: Teori dan metodologi*. PT Remaja Rosdakarya.
- Lyle, J., & Cushion, C. (2024). *Sports coaching professionalisation and practice*. Elsevier.
- Santos, F., Camiré, M., & Campos, H. (2022). Hard work and teamwork in youth sport development. *International Journal of Sport Psychology*, 53(2), 145–160.
- Shields, D. L., & Bredemeier, B. J. (2021). *True competition: A guide to pursuing*

excellence in sport and society. Human Kinetics.

Sugiyono. (2023). *Metode penelitian kuantitatif*. Alfabeta.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2023). *Foundations of sport and exercise psychology* (8th ed.). Human Kinetics.

Sukadiyanto, & Muluk, D. (2011). *Pengantar Teori dan Metodologi Melatih Fisik*. Bandung: CV. Lubuk Agung.