

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

(Drs. Marta Dinata, 2008) Permainan bola basket merupakan jenis olahraga modern yang begitu cepat perkembangannya dan banyak menarik perhatian dalam kehidupan manusia, khususnya anak muda. Bola basket dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk menghasilkan angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan menghasilkan angka. Permainan diawali dari tengah lapangan dan dua orang pemain saling berhadapan. Mereka berusaha menepis bola yang dilambungkan oleh wasit untuk kemudian diambil temannya. Tim yang menguasai bola menjadi penyerang, sementara yang satunya lagi disebut tim bertahan. Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang tumbuh dan berkembang sangat pesat di Indonesia, terbukti pada tahun 2003 diselenggarakan kompetisi profesional *Indonesia Basketball League (IBL)*, namun pada tahun 2010 berganti nama menjadi *National Basketball League (NBL)*, pada tahun 2010 juga diselenggarakan *Development Basketball League (DBL)* yang merupakan liga basket pelajar terbesar di Indonesia. Dalam permainan bola basket terdapat macam-macam teknik dasar yaitu *passing, catcing, dribbling, shooting, footwork, pivot*.

Mengoper dan menangkap dalam permainan basket adalah satu paket, tidak bisa dipisahkan. Karena dalam bermain basket ada saat mengoper bola dan suatu ketika harus menangkap bola. Jadi keduanya menjadi satu kesatuan. Mengoper adalah memindahkan bola dari seorang pemain kepada pemain yang lain ditempat atau sambil bergerak. (Djami, 2018)

(Wissel, 2000, p. 71) *Passing* ialah gerakan mendorong atau operan dalam bola basket ada beberapa macam antara lain, a) operan dada (*chest pass*), b) operan bawah (*bouncepass*), c) operan atas (*overhead pass*), d) operan samping (*sidearm pass*), e) operan *baseball*, dan f) operan kebelakang (*behind the back pass*). Namun dari semua macam cara *passing* dalam permainan bola basket operan dada (*chest pass*) yang menjadi sorotan penulis.

(Wissel, 2000, p. 74) Langkah melakukan *chest pass* atau operan dada dibagi menjadi 3 fase sebagai berikut: 1) fase persiapan, meliputi: a) lihat target, b) sikap berdiri yang seimbang, c) tangan sedikit dibelakang bola, d) posisi pergelangan tangan yang rileks, e) bola di depan dada, f) siku masuk/ rapat. 2) fase pelaksanaan, meliputi: a) lihat target, b) pandangan jauh atau mengecoh sebelum operan, c) melangkah pada arah operan, d) rentangkan lutut, punggung, dan lengan, e) perkuat pergelangan tangan dan jari melalui bola, f) perkuat tangan yang lemah melalui bola, g) lepaskan bola dari jari tangan pertama dan kedua beurutur. 3) fase *follow through* (lanjutan), antara lain: a) lihat target, b) lengan direntangkan, c) telapak tangan menghadap kebawah, dan d) jari menunjuk pada target.

Di dalam dunia pendidikan, kegiatan ekstrakurikuler yaitu kegiatan yang diselenggarakan khusus oleh pihak sekolah untuk mengembangkan kemampuan peserta didik di luar jam sekolah. Menurut (Prihatin, 2011, p. 180) kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan pendidikan di luar mata pelajaran dan pelayanan konseling untuk membantu pengembangan peserta didik sesuai dengan kebutuhan, potensi, bakat dan minat mereka melalui kegiatan yang secara khusus diselenggarakan oleh pendidik atau tenaga kependidikan yang berkemampuan dan ber-kewenangan di sekolah atau madrasah. Hal ini didukung oleh Permendikbud no. 62 tahun 2014, menjelaskan definisi kegiatan ekstrakurikuler adalah kegiatan yang dilaku-kan oleh peserta didik diluar jam belajar kegiatan intrakurikuler dan kegiatan kokurikuler, dibawah bimbingan dan pengawasan satuan pendidikan bertujuan untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerjasama, dan kemandirian peserta didik secara optimal untuk mendukung pencapaian tujuan pendidikan. Salah satu aktivitas olahraga yang diminati oleh peserta didik yaitu olahraga bola basket.

Anak usia SMP adalah anak-anak yang memasuki usia remaja, pada masa tersebut konsep diri mereka mengalami perkembangan yang kompleks dan melibatkan sejumlah aspek diri mereka. Ciri pokok perkembangan pada tahap ini adalah anak sudah mulai menggunakan aturan-aturan yang jelas dan logis, dan ditandai adanya reversible dan kekekalan. Anak telah memiliki kecakapan berpikir logis, akan tetapi hanya dengan benda-benda yang bersifat nyata atau benar-benar ada.

Namun sesungguhnya anak telah dapat melakukan pengklasifikasian, pengelompokan dan pengaturan masalah (*ordering problems*) ia tidak menyadari adanya prinsip-prinsip yang terkandung didalamnya. Untuk menghindari keterbatasan anak perlu diberi gambaran konkret, sehingga ia mampu menelan persoalan. Dan juga ada tiga aspek dalam karakteristik siswa SMP yaitu kognitif, psikomotor dan afektif.

Latihan adalah proses dimana atlet dipersiapkan untuk performa tertinggi. Dapat diartikan latihan merupakan proses dimana atlet dipersiapkan mulai dari persiapan fisik, teknik, taktik, nutrisi maupun psikologinya untuk performa tertingginya saat masa kompetisi.

Berdasarkan hasil observasi, peneliti menemukan latihan yang kurang baik pada teknik *chest pass* yang dilakukan oleh para siswa. Meskipun *chest pass* adalah teknik yang paling mudah dilakukan dalam bola basket, ternyata hal ini tidak sepenuhnya dapat dipraktikkan dengan baik oleh siswa. Banyak *passing chest* yang meleset serta penguasaan kemampuan *chest pass* belum tepat dan maksimal.

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan permasalahan di atas, mendorong peneliti untuk membuat sebuah penelitian yang berjudul “Model Latihan *Chest Pass* Bola Basket Untuk Ekstrakurikuler SMPN 3 Cikarang Utara” yang dapat dijadikan alternatif memperbaiki mutu pembelajaran pada materi *passing* bola basket.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan fokus penelitian, maka perumusan masalah muncul pada penelitian ini adalah “Bagaimana model latihan *chest pass* bola basket pada siswa ekstrakurikuler SMP Negeri 3 Cikarang Utara”?

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Kegunaan hasil dari penelitian yang dilakukan adalah untuk menghasilkan model latihan *chest pass* bola basket. Adanya penelitian ini dapat memberikan informasi kepada beberapa pihak akan manfaat dan kegunaan model latihan *chest pass* bola basket yang baik secara teori maupun praktek. Kegunaan tersebut adalah sebagai berikut :

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian model ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan diri dalam mempersiapkan profesi menjadi seorang pendidik.

2. Secara Praktis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan bagi pelatih tentang model latihan yang bervariasi sehingga dapat meningkatkan kualitas latihan.

- b. Bagi siswa, dengan adanya penelitian ini akan mempermudah siswa dapat meningkatkan kemampuan *chest pass*.

- c. Sebuah sumbangan salah satu referensi bagi perpustakaan Universitas Negeri Jakarta, sebagai rujukan bagi peneliti serupa.

