

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Dewasa ini permainan bola basket sangat berbeda jika dibandingkan dengan pada saat permulaan bola basket ini ditemukan. Permainan yang penuh dengan gaya, teknik, taktik, dan tempo permainan yang cepat, menjadi cabang olahraga yang berkembang begitu cepat, hal ini ditandai dengan seiringnya media cetak dan elektronik meliput pertandingan bola basket baik tingkat nasional seperti Kobatama maupun tingkat internasional seperti kompetensi NBA (*National Basketball League*), IBL (*Indonesian Basketball League*), dan tidak jarang pula diadakan pertunjukan atau kontes *slam dunk*, *three point shoot* maupun turnamen *three on three* yang kian menarik untuk diikuti banyak pelajar, mahasiswa dan tingkat umum.

Oleh karena itu tidak mengherankan jika permainan bola basket sekarang ini adalah olahraga tontonan terkenal yang telah banyak mempengaruhi dan mengundang ketertarikan banyak orang dalam hal ini remaja dan pemuda baik ditingkat sekolah maupun di perguruan tinggi. Hal ini tercermin pada jam-jam istirahat sekolah atau waktu kosong banyak siswa khususnya putra mengisinya dengan bermain bola basket atau sekedar melakukan pembelajaran *shooting*.

Cabang olahraga bola basket merupakan salah satu cabang yang masuk dalam struktur program pendidikan jasmani di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK), sebagai salah satu agen sosial yang sekaligus berfungsi sebagai tempat anak-anak belajar berbagai keterampilan motorik yang baik dan benar, harus dipelajari mengenai pembelajaran olahraga bola basket sesuai dengan tingkat pendidikannya.

Ekstrakurikuler di sekolah bertujuan untuk pembelajaran siswa dan mencapai prestasi tinggi, keberhasilan seorang siswa tergantung pada perkembangan dan perubahan untuk membentuk keterampilan, teknik, taktik, dan mental.

Cabang-cabang olahraga yang dipilih dalam penyelenggaraan pembelajaran diluar jam pelajaran sekolah sebaiknya telah ditentukan dalam kurikulum pendidikan jasmani. Tetapi pada pelaksanaannya, harus pula disesuaikan dengan keadaan dan kebutuhan dari sekolah itu sendiri.

Lingkungan maupun daerah yang bersangkutan berada. Sebagai contoh, di sekolah SMK Binakarya Mandiri mempunyai kegiatan pembelajaran diluar jam pelajaran sekolah olahraga yang beranekaragam dan dapat dipilih oleh siswa-siswi, antara lain : Futsal, Bola Basket, Taekwondo, Pencak Silat, dan lain-lain.

Ekstrakurikuler yang dipilih siswa dan diminati yaitu bola basket. Ekstrakurikuler bola basket di sekolah cukup diminati oleh murid-murid, ekstrakurikuler diadakan sebanyak dua kali dalam satu minggu. Kegiatan ekstrakurikuler di SMK Binakarya Mandiri memiliki ketersediaan sarana dan prasarana yang sudah cukup baik, program latihan juga dilaksanakan dengan rutin, namun SMK Binakarya Mandiri belum bisa memberi banyak untuk prestasi, karena sejak ekstrakurikuler bola basket diselenggarakan tim bola basket SMK Binakarya Mandiri minim terhadap prestasi.

Melihat pembelajaran bola basket pada SMK Binakarya Mandiri pada salah satu shooting (*free throw*) terlihat siswa masih banyak yang belum bisa melakukan gerakan dengan benar dan tepat sasaran. Teknik menembak banyak yang masih membutuhkan latihan agar dapat menembak dengan baik dan dapat memasukkan bola ke dalam ring. *Shooting free throw* merupakan salah satu dari teknik dalam permainan bola basket yang diperlukan dalam suatu pertandingan bola basket.

Metode latihan yang digunakan guru masih kurang efektif dalam memberikan dan menerapkan materi yang diberikan sehingga murid sulit untuk melakukan arahan yang diberikan oleh seorang pelatih.

Adanya kegiatan ekstrakurikuler yang diadakan di sekolah diharapkan guru harus mampu memilih pendekatan latihan yang tepat sehingga hasil latihan lebih optimal. Dalam kegiatan ekstrakurikuler bola

basket, dibutuhkan suatu pendekatan dimana guru atau pelatih dapat menerapkan latihan lebih menarik bagi siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket tersebut sehingga materi dapat tersampaikan dengan baik. Mengingat pentingnya *shooting free throw* dalam suatu permainan bola basket, maka semestinya teknik ini juga mendapatkan perhatian dalam suatu latihan. Untuk itu pula bagi guru mampu memberikan model latihan yang tepat agar latihan menjadi lebih efektif, efisien, dan tentunya mencapai keberhasilan dalam meningkatkan prestasi. Menggunakan suatu metode latihan yang baik akan memberikan hasil yang baik, hasil yang baik dapat dilihat dari keberhasilan murid dalam melakukan *shooting free throw* dengan baik dan juga keberhasilan memasukan bola ke dalam ring dengan tingkat keberhasilan yang tinggi.

Berdasarkan penjelasan tersebut bahwa kemampuan menembak yang baik dan benar merupakan kesuksesan dari seseorang yang melakukan tembakan, segala usaha meliputi teknik dan strategi telah dipikirkan untuk melakukan tembakan dengan baik, mulai dengan sikap awalan, posisi melempar, pelepasan bola, dan sikap akhir.

Disamping proses latihan yang insentif dan sistematis, proses latihan menembak diperlukan metode latihan yang memberikan kemudahan adaptasi atlet terhadap situasi pertandingan. Selain adaptasi, metode-

metode latihan merupakan salah satu pemecahan masalah dari teknik yang telah dikuasai.

Ada beberapa metode pembelajaran yang dapat digunakan dalam melatih teknik menembak *free throw* dalam permainan bola basket, diantaranya dengan menggunakan metode bagian dan metode keseluruhan. Apabila ditelaah lebih lanjut metode bagian merupakan bentuk latihan keterampilan yang dilakukan secara bagian perbagian dari keterampilan yang dipelajari dipilah-pilah ke dalam bentuk gerakan yang lebih mudah dan sederhana. Sedangkan metode keseluruhan merupakan bentuk latihan suatu keterampilan yang pelaksanaannya dilakukan secara lengkap dari keterampilan yang dipelajari.

Sehubungan dengan itu, penulis ingin meneliti dan membandingkan proses latihan dengan menggunakan metode bagian dan metode keseluruhan terhadap hasil *shooting free throw* bola basket pada kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMK Binakarya Mandiri.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penulis mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Metode apakah yang digunakan pelatih bola basket dalam meningkatkan hasil *shooting free throw* pada ekstrakurikuler bola basket di SMK Binakarya Mandiri?
2. Apakah penggunaan metode bagian dan keseluruhan dapat meningkatkan hasil *shooting free throw* pada ekstrakurikuler bola basket di SMK Binakarya Mandiri?
3. Metode manakah yang lebih baik dan tepat digunakan untuk meningkatkan hasil *shooting free throw* pada ekstrakurikuler bola basket di SMK Binakarya Mandiri?
4. Apakah penerapan kedua metode tersebut dapat merangsang siswa-siswi SMK Binakarya Mandiri untuk terlibat aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler bola basket?

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar tidak terjadi perluasan masalah dan salah interpretasi pada penelitian ini, maka dibatasi pada : Perbandingan Latihan Metode Bagian Dengan Metode Keseluruhan terhadap hasil *shooting free throw* pada kegiatan ekstrakurikuler bola basket SMK Binakarya Mandiri.

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :”Apakah metode bagian lebih efektif dibandingkan dengan metode keseluruhan terhadap hasil *shooting free throw* dalam permainan bola basket?”

#### **E. Kegunaan Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan untuk :

1. Dalam menentukan metode latihan yang tepat terhadap hasil permainan bola basket, khususnya untuk tembakan *free throw* dalam permainan bola basket di Sekolah Menengah Kejuruan. Hal tersebut juga dapat memperkaya wawasan dan pengetahuan pelatih basket tentang strategi pembelajaran yang baik sehingga tujuan yang ingin dicapai dapat terwujud secara optimal.
2. Para siswa, untuk lebih mengefektifkan penguasaan terhadap *shooting free throw* pada kegiatan bola basket.
3. Mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahragaan, untuk disajikan sebagai bahan dalam melakukan penelitian selanjutnya dan sebagai bahan pertimbangan kebijakan dalam menghasilkan sumber daya manusia olahraga yang berkualitas.