

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Bola basket merupakan cabang olahraga beregu yang populer dan menarik terutama di Amerika Serikat. Dalam pelaksanaannya setiap regu dituntut untuk melakukan kerja sama dan koordinasi yang baik antara seluruh pemain. Para pemain harus memiliki kelincahan, kekuatan, kecepatan, dan stamina yang diperlukan untuk melakukan permainan selama 4 x 10 menit atau lebih. Sebelum kerja sama yang baik terpenuhi, setiap pemain harus mempunyai kemampuan setiap aspek keterampilan permainan bola basket seperti *ball handling, dribbling, passing, shooting, rebounding, offending, dan defending*.

Pencipta olahraga bola basket adalah Dr. James Naismith.<sup>1</sup> Ketika ia menjadi dosen di Springfield college Massachusetts, ia melihat bahwa para siswa yang tergabung dalam team *football* memerlukan suatu permainan yang sanggup menjaga kebugarab mereka sewaktu tidak ada kompetisi. Olahraga tersebut harus mudah dipelajari, menarik, dapat dimainkan di dalam atau di luar ruangan, dan memberikan banyak kegiatan tanpa menimbulkan kekerasan seperti di *football*. Olahraga ini berkembang begitu pesat baik prestise maupun prestasi terutama di amerika serikat.

---

<sup>1</sup>Jon Oliver, *Basketball Fundamental*. (USA: Human Kinetic : 2004).h.10

Dengan banyak bermunculannya pemain-pemain top dunia dan klub-klub olahraga professional, maka bola basket menjadi olahraga professional.

Masuknya olahraga bolabasket ke Indonesia dibawa oleh para perantau cina pada masa penjajahan dan hanya diajarkan di sekolah-sekolah cina. Kemudian sesudah proklamasi kemerdekaan olahraga ini berkembang di dalam masyarakat luas. Tahun 1948 merupakan tahun yang bersejarah bagi dunia keolahragaan Indonesia khususnya olahraga bola basket, karena pada tahun tersebut diadakan pekan olahraga nasional yang pertama dan olahraga bola basket merupakan cabang olahraga yang dipertandingkan. Pada tanggal 23 oktober tahun 1951 dibentuk olahraga bola basket yang bertingkat nasional bernama “ Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia “ disingkat PERBASI, dan pada tahun 1955 nama itu diubah menjadi “ Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia “ dengan singkatan PERBASI. Setelah PERBASI terbentuk, organisasi ini menggabungkan diri dengan komite Olympiade Indonesia sebagai anggota. Pada tahun 1958 PERBASI diterima menjadi anggota *International Basketball Federation* ( FIBA ).

Setelah menjadi anggota FIBA, Indonesia mulai mengikuti pertandingan-pertandingan International. Prestasi tertinggi yang pernah diraih Indonesia terjadi pada tahun 1968 yaitu menduduki urutan keempat *free Olympic Tournament* di Mexico. Sesudah tahun 1968 prestasi bola basket Indonesia ditingkat international mengalami penurunan. Contohnya ialah

prestasi atlet bola basket Indonesia pada kejuaraan Asia 1993 di Jakarta masih jauh tertinggal jika dibandingkan dengan hasil prestasi Negara-negara lainnya. Namun daripada itu cabang olahraga bola basket sangat digemari oleh masyarakat terutama oleh kalangan pelajar dan mahasiswa melalui kegiatan olahraga bola basket ini para remaja banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental dan social. Permainan olahraga bola basket ini sangat pesat terbukti dengan munculnya club club tangguh di tanah air.

Atlet bola basket pelajar yang baik di tingkat sekolah maupun di tingkat perguruan tinggi dan kompetisi yang di tangani secara professional yaitu kompetisi kompetisi bola basket nasional antar club se Indonesia IBL (*Indonesian basketball league*). Berbagai kompetisi tersebut dengan sendirinya akan memunculkan bakat potensial di bidang olahraga bola basket. Olahraga bola basket juga di berikan pada bidang pendidikan disekolah pada pelajaran penjaskes. Hal inilah sebenarnya yang merupakan salah satu factor yang mempengaruhi para pelajar mengenal bola basket khususnya pada kegiatan ekstrakurikuler bola basket yang di adakan di sekolah akan menarik minat para pelajar menggemarinya. Pembinaan dan pembibitan olahraga prestasi. Pada pengembangan olahraga di masyarakat (termasuk sekolah) berpijak pada tiga orientasi, yaitu olahraga sebagai rekreasi, olahraga sebagai kesehatan, dan olahraga untuk prestasi.

SMP Negeri 3 Cikarang Utara kabupaten Bekasi sebagai lembaga formal sudah banyak menciptakan prestasi diberbagai bidang baik akademik maupun olahraga dan seni, sebagai lembaga formal merupakan sarana yang tepat dalam penyaluran bakat, minat dan potensi dalam bidang olahraga pada lingkungan sekolah. Sejak tahun pelajaran 2008/2009 SMP Negeri 3 Kabupaten Bekasi telah menyelenggarakan kelas olahraga. Hal ini sesuai dengan kebijakan pemerintah Kabupaten Bekasi melalui dinas pendidikan kabupaten Bekasi yang telah menunjuk SMP Negeri 3 Cikarang Utara Kabupaten Bekasi sebagai Kelas Olahraga. Pemerintah kabupaten Bekasi memilih SMP Negeri 3 Cikarang Utara karena yang mempunyai sarana dan prasarana olahraga yang dekat dengan sekolah.

Namun kendala dalam upaya peningkatan dan pengembangan bola basket ini sangat kompleks dimana sarana yang kurang memadai untuk melakukan pembinaan dikelas olah raga. Kelas olahraga ini kurikulum akademik yang dipakai adalah kurikulum umum. Kurikulum umum berarti pada saat KBM (kegiatan belajar mengajar) berlangsung para atlet masuk pada kelas umum untuk mengikuti kegiatan belajar mengajar dan pembinaan prestasi atau latihan dilakukan pada luar jam sekolah pada setiap sore hari sesuai kecabangan masing masing.

Kelas olahraga ini merupakan kelas olahraga satu-satunya yang ada di kab Bekasi, SMP Negeri 3 Cikarang Utara memberikan peluang bagi alumni

SD atau sederajatnya dari kabupaten Bekasi dan sekitarnya yang berbakat dan berprestasi dalam bidang olahraga untuk memperoleh layanan pendidikan yang lebih dalam rangka mengembangkan kemampuan, minat, bakat dan prestasinya. Semua siswa yang berbakat dapat masuk ke kelas olahraga. Kelas Olahraga SMPN 3 Cikarang Utara kabupaten Bekasi membina cabang olahraga wajib Atletik, sebagai cabang olahraga unggulan bola voli, bola basket dan bulutangkis.

Tujuan kelas olahraga SMPN 3 Cikarang Utara kabupaten Bekasi diantaranya mampu membawa nama Kabupaten Bekasi pada tingkat Jawa Barat dan nasional. Nomor bola basket merupakan cabang olahraga wajib diikuti siswa yang dilatihkan dengan baik, namun kemampuan bola basket belum begitu optimal karena factor-faktor yang mempengaruhi pencapaian kemampuan bola basket belum dikembangkan secara maksimal, keterbatasan dari perlengkapan lapangan juga jadi kendala dalam pelaksanaannya latihan, belum lagi sumber daya pelatih yang belum memadai minat siswa kelas olahraga terhadap bola basket sangat tinggi. berdasarkan kajian diatas maka perlu adanya kajian mendalam untuk optimalisasi kemampuan teknik dasar bola basket di kelas olahraga SMPN 3 Cikarang Utara Kabupaten Bekasi.

Lahirnya seorang juara sebagai contoh pembinaan atlet yang berhasil, dan merupakan suatu prestasi yang maksimal yang dapat dicapai oleh manusia. Sekalipun ada orang lain yang memiliki mutu potensi yang lebih

tinggi tetapi kurang terlatih maka prestasinya merupakan batas tertinggi yang ditentukan atas ruang dan waktu.

Menurut danny kosasih bola basket adalah olahraga yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dan kesigapan (keseluruhan gerak tubuh) dalam waktu yang tepat.<sup>2</sup> Permainan dilakukan oleh dua regu masing masing terdiri dari 5 pemain, setiap regu berusaha memasukan bola ke keranjang lawan dan menjaga(mencegah)keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin. setiap regu berusaha mencetak angka ke basket lawan dan mencegah regu lain mencetak angka.

Tekhnik dasar bola basket terdiri dari beberapa teknik dasar yakni

1. *Dribbling* 2. *Passing* 3. *Lay up* 4. *Shooting* 5. *Dan rebound*

Dari beberapa teknik bola basket yang di kemukakan di atas, bahwa tembakan atau shooting merupakan teknik sangat penting untuk dikuasai dengan baik. dalam permainan bola basket adalah untuk menciptakan tembakan yang tepat dan mendapat angka pada setiap kesempatan, yang merupakan syarat regu tersebut dinyatakan pemenang.

---

<sup>2</sup> Danykosasih,*pundamental basketbal* (firststeptowin bandung:karmedia),h.51

menurut Machfud irsyada bahwa sesuai dengan tujuan utama permainan bola basket itu sendiri yaitu memasukan bola sebanyak mungkin ke kekeranjang lawan dengan cara yang sportif sesuai dengan aturan yang telah di sepakati regu yang dapat mencatat atau mencetak angka (*score*) paling tinggi adalah pemenang. Dengan demikian keterampilan gerak dasar menembak (*shooting*) dalam permainan bola basket sangat penting dikuasai secara baik, tetapi tidak boleh mengesampingkan keterampilan gerak yang lain.

Tingkat keberhasilan seseorang memasukan bola ke dalam keranjang dapat dipengaruhi oleh kebiasaan dan penguasaan teknik menembak yang baik. menurut dedi sumiyarsono ada factor yang berpengaruh terhadap hasil menembak yaitu : 1. Jarak adalah jauh dekatnya shooter saat melakukan shooting pada ring. 2. Mobilitas adalah merupakan pengembangan dari fleksibilitas dimana gerakan shooting merupakan gerakan yang tidak terpisahkan baik lengan badan ataupun tungkai. 3. Sikap penembak merupakan kesiapan tubuh yang optimal untuk mendukung terlaksananya shooting dari awalan sampai selesai. 4. Ulangan tembakan atau repetisi merupakan satu keharusan untuk mencapai akurasi tembakan yang optimal. *Jump shoot* adalah jenis tembakan dengan menambahkan lompatan saat melakukan shooting, dimana bola di lepaskan pada saat titik tertinggi lompatan. ada yang perlu di perhatikan saat melakukan *jump shoot*, yakni

pemain harus mulai dari lantai (*quickstand*) lalu melompat dan menjaga *verticality*.

Prestasi bola basket kelas olahraga belum mencapai yang diharapkan. Salah satu penyebab rendahnya prestasi tersebut adalah sedikitnya perolehan angka melalui tembakan bebas. Menurut dugaan penulis, salah satu penyebabnya ialah kurang kuatnya tungkai kaki dan kelentukan pergelangan tangan saat melakukan *jump shoot*. Padahal pada saat perolehan angka seimbang, *shooting* memegang peranan yang menentukan. Di samping keterampilan teknis, faktor utama yang dibutuhkan dalam melakukan tembakan bebas adalah percaya diri. Banyak atlet yang tidak dapat melakukan tembakan bebas dengan baik karena rendahnya percaya diri. Banyak faktor yang dapat berpengaruh terhadap kemampuan percaya diri, Untuk meningkatkan prestasi olahraga, yang dianalisis tidak cukup hanya faktor Jasmani, Teknik, gizi, dan taktik saja, tetapi bidang percaya diri yang baik seorang atlet tidak mungkin akan dapat berprestasi baik pula.



## **B. Identifikasi masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara *power* tungkai dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket ?
2. Apakah terdapat hubungan Kekeuatan otot lengan dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket ?
3. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dengan Keterampilan *Jump shoot* bola basket ?
4. Apakah *power* tungkai,kekuatan otot lengan dan percaya diri secara bersama-sama mempunyai hubungan dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket ?

## **C. Pembatasan masalah**

Untuk menghindari luasnya ruang lingkup penelitian, maka penelitian membatasi penelitian ini pada hubungan *power* tungkai,kekuatan otott lengan dan percaya diri terhadap keterampilan *Jump shoot* bola basket pada siswa Kelas Olahraga SMPN 3 Cikarang Utara kabupaten Bekasi Jawa Barat.

#### D. Perumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dirumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan antara *power* tungkai, dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket pada siswa kelas olahraga SMPN 3 Cikarang utara Kabupaten Bekasi ?
2. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket pada siswa Kelas Olahraga SMPN 3 Cikarang Utara Kabupaten Bekasi ?
3. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket pada atlet kelas olahraga SMPN 3 Cikarang utara Kabupaten Bekasi ?
4. Apakah terdapat hubungan antara *power* tungkai, kekuatan lengan dan percaya diri secara bersama-sama dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket pada atlet kelas olahraga SMPN 3 Cikarang utara kabupaten Bekasi ?

### **E. Kegunaan penelitian**

1. Memberi gambaran kepada pelatih dan pembina untuk mengetahui sejauh mana pengaruh *power* tungkai, kekuatan otot lengan dan percaya diri dengan keterampilan jump shoot pada permainan olahraga bola basket
2. memberikan gambaran kepada para pelatih dan pembina dalam membuat program latihan *Jump shoot* khususnya *power* tungkai, kekuatan otot lengan dan percaya diri dengan keterampilan *Jump shoot* bola basket
3. Sebagai informasi bagi para pelatih untuk penelitian selanjutnya.
4. Sebagai bahan pertimbangan dalam mencari bibit pemain bola basket