

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Olahraga adalah segala kegiatan yang sistematis untuk mendorong, membina, serta mengembangkan potensi jasmani, rohani dan sosial (UU No 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 4). Ruang lingkup olahraga meliputi kegiatan: 1) olahraga pendidikan 2) olahraga kreasi, dan 3) olahraga prestasi (UU No 3 Tahun 2005 pasal 17).

Dalam UU No 3 Tahun 2005 pasal 1 ayat 11 dijelaskan bahwa olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, keterampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani. Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian proses pendidikan yang dilaksanakan pada setiap jenjang pendidikan mulai dari usia dini, SD, SMP, dan SMA. Pendidikan jasmani merupakan salah satu alat dalam usaha pencapaian tujuan pendidikan yang mempunyai peranan penting terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak untuk menjadi manusia Indonesia yang seutuhnya.

Pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran melalui aktivitas jasmani yang didesain untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, pengetahuan dan perilaku hidup sehat dan aktif, sikap sportif, dan kecerdasan emosi. Lingkungan belajar diatur secara seksama untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan seluruh ranah, jasmani, psikomotor, kognitif, dan afektif setiap siswa (Samsudin, 2008).

Pendidikan jasmani adalah proses penting dari pendidikan (Samsudin 2008:2). Melalui pendidikan jasmani yang dijalankan dengan baik, siswa akan mengembangkan keterampilan yang berguna bagi hidupnya, terlibat dalam setiap aktivitas yang kondusif untuk mengembangkan pola hidup sehat dan bugar, berkembang secara sosial, serta berpengaruh terhadap kesehatan fisik dan mentalnya.

Pendidikan jasmani adalah proses pembelajaran yang merupakan aktivitas secara sistematis bertujuan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, mengembangkan keterampilan motorik, fisik, kecerdasan intelektual, sikap, mental, emosional, spiritual, dan sosial. Pembelajaran pendidikan jasmani mendorong siswa untuk lebih inovatif, terampil, kreatif, dapat memahami dan menguasai materi serta mempraktikkan apa yang dipelajari.

Salah satu tujuan pendidikan jasmani di sekolah adalah memberikan keterampilan gerak pada peserta didik dengan harapan keterampilan gerak yang sudah dimilikinya dapat dikembangkan dan ditingkatkan kedalam pengembangan spesialisasi gerak cabang olahraga tertentu sesuai dengan potensi, kemampuan, minat dan bakat yang dimiliki peserta didik. Pendidikan jasmani dilakukan secara teratur, bertahap, dan berkesinambungan dengan memperhatikan taraf pertumbuhan dan perkembangan peserta didik (UU No 3 Tahun 2005 pasal 25 ayat 5).

Tujuan dari pembelajaran pendidikan jasmani adalah sebagai berikut:

- a. Perkembangan fisik. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan aktivitas-aktivitas yang melibatkan kekuatan-kekuatan fisik dari berbagai organ tubuh.
- b. Perkembangan gerak. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan melakukan gerak secara efektif, efisien, halus, indah, sempurna (*skillful*).
- c. Perkembangan mental. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan berfikir dan menginterpretasikan keseluruhan pengetahuan tentang pendidikan jasmani kedalam lingkungannya.
- d. Perkembangan sosial. Tujuan ini berhubungan dengan kemampuan siswa dalam menyesuaikan diri pada suatu kelompok atau masyarakat (Suherman, 2009).

Bola basket merupakan salah satu materi pelajaran pendidikan jasmani. Adapun teknik dasar dalam permainan bola basket yang harus dipahami oleh siswa agar siswa dapat memainkan permainan bola basket yaitu *Shooting* (menembak). Gerak dasar *shooting* merupakan teknik yang sangat dominan dalam permainan bola basket karena bertujuan untuk mencetak skor, dan memenangi suatu permainan atau pertandingan. Salah satu teknik *shooting* yaitu teknik *set shoot*. Untuk gerakan *shooting* dalam bola basket, teknik *set shoot* adalah gerakan yang paling dasar dalam gerakan *shooting*.

Proses pembelajaran teknik dasar *set shoot* bola basket yang berlangsung dari pengamatan peneliti di SMAN 1 Bobotsari terlihat cenderung monoton dalam proses pembelajarannya dan rentan murid terlihat menjadi jenuh dalam proses pembelajaran. Selain itu, dalam proses pembelajaran teknik dasar *set shoot* bola

basket belum menggunakan model pembelajaran sebagai variasi mengajar untuk menyampaikan materi pembelajaran yang menarik dan motivasi peserta didik dalam mengikuti pembelajaran permainan bola basket.

Model pembelajaran yang dapat mendorong siswa lebih aktif bergerak serta kerja sama sesama teman bisa melalui model pembelajaran dengan permainan. Model pembelajaran dalam bentuk permainan membuat murid lebih aktif bergerak, senang dan berpengaruh terhadap peningkatan kebugaran jasmani. Perilaku hidup sehat, sikap sportif, dan kecerdasan emosi dengan melakukan permainan.

Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk membuat model pembelajaran *set shoot* bola basket berbasis permainan mencoba menerapkan gaya mengajar berbasis permainan pada siswa SMAN 1 Bobotsari. Untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi. Penerapan gaya mengajar berbasis permainan ini diharapkan dapat menarik perhatian siswa dan dapat menciptakan suasana belajar menyenangkan sehingga gerak dasar *set shoot* dalam permainan bola basket siswa dapat meningkat sesuai dengan tujuan yang diharapkan.

## **B. Fokus Penelitian**

Fokus dalam penelitian ini dipilih agar permasalahan menjadi lebih optimal agar mendapatkan hasil yang efektif serta tidak terjadi salah penafsiran. Maka peneliti memfokuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Pengembangan Model Pembelajaran *Set Shoot* Bola Basket Berbasis Permainan pada Siswa Ekstrakurikuler Kelas X SMA”

### C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian, maka perumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Pengembangan Model Pembelajaran *Set Shoot* bola basket berbasis permainan pada siswa Ekstrakurikuler Kelas X SMA?.”

### D. Kegunaan Penelitian

Manfaat yang diharapkan penelitian ini akan memberikan kontribusi dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada materi *set shoot* dalam bola basket .

Adapun kegunaan hasil pada penelitian ini nantinya antara lain:

1. Bagi peneliti, peneliti mampu menerapkan model belajar yang sesuai dengan materi belajar *set shoot* bola basket, serta peneliti mempunyai pengetahuan dan wawasan mengenai materi dan model belajar yang sesuai.
2. Bagi Sekolah, untuk menjadi bahan referensi serta menambah variasi dan modifikasi dalam proses pembelajaran penjas.
3. Bagi Universitas Negeri Jakarta, sebagai bahan referensi untuk para mahasiswa yang sedang meneliti dan menambah wawasan serta menjadikannya referensi untuk penelitian lanjutan.
4. Untuk memberikan pemahaman baru khususnya bagi guru

penjaskes dan peserta didik agar dapat menggunakan gaya mengajar yang tepat sehingga mencapai tujuan yang diharapkan.

