

# BAB I

## PENDAHULUAN

### Latar Belakang Masalah

Bola basket adalah salah satu olahraga paling populer di dunia. Penggemarnya yang berasal dari segala usia merasakan bahwa bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Bentuk permainan lima lawan lima menjadi bentuk permainan bola basket yang paling populer. Dalam perkembangannya, bola basket memiliki berbagai permainan dan pertandingan menghibur untuk membantu penggemarnya mengembangkan keterampilan dan pengetahuan dasar mereka. (Sulaiman et al., 2021b)

Bola Basket merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang termasuk dalam cabang olahraga yang dipertandingkan pada ajang multi-event tertinggi di dunia dari mulai Olimpiade, Asian Games, SEA Games, dan kejuaraan-kejuaraan lainnya termasuk juga pada Pekan Olahraga Nasional (PON). Cabang olahraga bola basket di Indonesia mengalami perkembangan dan kemajuan serta digemari kalangan masyarakat. Terbukti dengan penambahan jumlah pengurus cabang (pengcab) dan perkumpulan (klub) anggota Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI). Perkembangan cabang olahraga Bola Basket di Indonesia juga dapat dilihat dari banyaknya kejuaraan yang dilaksanakan baik secara single event maupun multi event di kota dan kabupaten.

Bola basket adalah olahraga permainan berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket dapat di lapangan terbuka, walaupun pertandingan profesional pada umumnya dilakukan di ruang tertutup.

Sekarang dunia sudah mengenal pengembangan dari cabang bola basket ini menjadi bentuk permainan satu lapangan lebih kecil yang dimainkan 4 x 4 dan permainan setengah lapangan yang dimainkan oleh 3 x 3. (Sulaiman et al., 2021b)

Bola Basket terdapat 9 teknik dasar yaitu *Dribbling, Passing, Shooting, Ball Handling, Catching, Rebound, Tuck Position, Footwork, dan Pivot*. Setiap pemain

bola basket dituntut untuk dapat menguasai keterampilan bermain dan teknik dasar yang baik. Masing-masing teknik dasar mempunyai fungsi dan tujuan yang berbeda, seperti *passing* digunakan untuk mengumpan bola, *catching* digunakan untuk menerima atau menangkap bola, *dribbling* digunakan untuk menguasai dan menggiring bola, dan *shooting* untuk memasukkan bola ke ring lawan untuk mendapatkan angka, *ball handling* untuk mengendalikan *dribble* boalnya lebih baik, *Rebound* untuk mengambil dan merebut bola di udara untuk menyerang, *tuck position* untuk melindungi bola dengan kuda-kuda kuat agar bola tidak mudah diambil lawan, *footwork* untuk membuat pergerakan kita lebih lincah dan cepat untuk berindah arah, dan *pivot* untuk pergerakan dengan tumpuan 1 poros untuk mendapatkan *spacing* dari lawan yang bertahan. (Sulaiman & Fitrianto, 2013)

Setiap teknik yang dilakukan memiliki beberapa tahapan gerak, yaitu sikap awal, sikap pelaksanaan, dan sikap akhir yang saling berkesinambungan antar tahapan. Setiap rangkaian gerak tersebut jika dilakukan dengan baik dan benar mulai dari sikap kaki kuda-kuda, sikap tubuh, sikap tangan saat memegang bola dan arah pandangan maka teknik yang dilakukan pun akan baik, sehingga setiap gerakannya diharapkan bisa lebih efektif dan efisien.

Teknik *passing* merupakan salah satu keterampilan wajib yang harus dimiliki oleh seorang pemain bola basket. Dengan keterampilan teknik *passing* (mengoper) yang dimiliki oleh pemain, membuat jalannya permainan dalam pertandingan akan menjadi lebih mudah, membuat pertahanan lawan selalu bergerak sehingga akan ada cela untuk membuat penetrasi kedalam dan keterlambatan pergerakan pertahanannya, dan penyerangan akan lebih cepat sampai di titik serang lawan sehingga lawan terlambat untuk Kembali ke ring bertahannya.

*Teamwork* sangat diperlukan dalam setiap cabang olahraga beregu. Dalam olahraga permainan bola basket ini *teamwork* mutlak diperlukan agar mencapai kesuksesan, sebuah tim harus bermain dengan memadukan antara *teamwork* dengan *skill* individu para pemainnya. *Teamwork* yang baik dapat diciptakan melalui rangkaian latihan yang melibatkan seluruh anggota tim. Sedangkan *skill* individu mutlak harus dimiliki oleh setiap individu dengan cara melatih seluruh teknik dasar dalam permainan bola basket. (Fajrin, 2017)

*Teamwork* merupakan salah satu dari falsafah bola basket, jadi dimana pemain atau tim yang memiliki teknik *passing* akan terjadi kerjasama yang baik dengan timnya. Jika suatu tim melakukan Kerjasama dengan sesama pemain, saat pertandingan sistem akan lebih berjalan dengan baik dan efisien. Akan lebih mudah bermain kerjasama tim dibandingkan dengan bermain individu, karena bermain individu akan lebih lelah dan akan kesulitan jika lawan bertahan dengan kompak.

Maka dari itu sangat lah penting teknik *passing* dalam permainan bola basket. Untuk mencapai kemampuan *assist*, setiap pemain harus sangat mahir dalam semua bentuk operan dalam permainan bola basket seperti: operan dada (*chest pass*) - operan bawah (*bounce pass*) - operan atas kepala (*overhead pass*) - operan satu tangan (*baseball pass*) - Opera mengait - operan belakang badan (*behind the back pass*) - operan tidak melihat (*no look pass*) dan banyak lagi jenis operan yang tidak tercatat dalam buku teknik dasar permainan bola basket. Di mana biasanya nama disesuaikan dengan julukan gelar dari pemain terhebat di daerah permainan tersebut dimainkan.(Sulaiman et al., 2018) .

Peneliti melakukan observasi kecil dengan menonton seleksi Junior National Basketball League (Jr. NBA) yang diselenggarakan di Cilandak Sport Center Jakarta tahun 2022 yang diikuti 50 pemain terpilih dari seluruh Indonesia 25 pemain Putra, dan 25 pemain putri yang berusia 13 – 15 tahun. Tujuan dari seleksi Jr. NBA ini adalah akan memilih 6 pemain terbaik untuk diberangkatkan *camp* di Amerika. Maka dari itu semua pemain pasti akan menunjukan yang terbaik agar bisa terpilih jadi 6 pemain yang akan dibawa ke Amerika. Dalam observasi kecil ini peneliti berfokuskan dimana pemain melakukan *one hand pass*. Pada saat *scrimmage* 5 on 5, sangat jarang pemain melakukan *one hand pass* yang dimana selalu melakukan *passing* dengan 2 tangan yang membuat banyaknya *turnover* dan telat *passing* dimana ada momentum pemain kosong. Dalam setiap game rata-rata tim putri melakukan *turnover* atau salah *passing* sebanyak 45% - 50%, sedangkan tim yang putra melakukan *turnover* rata-rata 30% - 45%. Tim putra lebih sering menggunakan *one hand pass* sehingga lebih jarang *turnover*. Dikarenakan mudah terbaca oleh *defender* jika melakukan *passing* dengan 2 tangan. Dalam seleksi itu ada *drill* dimana pemain dilatih *one hand pass*, tetapi hampir jarang pemain

melakukannya saat bermain. Dikarenakan jaranganya pemain itu berlatih one hand pass tersebut.

Dengan ini peneliti tertarik ingin meneliti Latihan passing 1 tangan (one hand pass). Dengan judul penelitian “Model Latihan *one hand pass* dalam Permainan Bola Basket untuk usia 13 – 15 tahun” penelitian pada cabang olahraga permainan bola basket sendiri selama ini tidak banyak yang fokus mendetail ke teknik *passing (one hand pass)* dalam permainan bola basket. Di setiap penelitian dasar permainan bola basket selalu disebutkan *passing*, tetapi tidak banyak di buat penelitian fokus ke teknik *passing (one hand pass)* dalam permainan bola basket. Seperti penelitian yang dilakukan oleh (Abdul Malik & Rubiana, 2019) tentang kemampuan Teknik dasar bola basket. Lalu penelitian dari (Fajrin, 2017) mengenai Model Latihan menyerang permainan bola basket. Demikian juga penelitian dari (Amin, 2018) mengenai pembelajaran operan dada (chest pass) dalam permainan basket melalui metode mengajar penemuan terpimpin pada siswa kelas viii smp negeri 1 jonggol. Begitu pula penelitian dari (Kosasih, 2008) mengenai *Fundamental Basketball*. Dan ada juga penelitian dari (Iqbal et al., 2021) mengenai Pengaruh Latihan Lempar Tangkap Bola Menggunakan Sasaran terhadap Ketepatan Chest Pass Basket SMA.

Penelitian terdahulu tersebut menunjukkan bahwa belum terdapat penelitian yang komprehensif pada cabang olahraga permainan bola basket yang menyangkut pada studi teknik *passing (one hand pass)*, Dengan demikian maka penelitian ini memiliki keterbaruan menyangkut substansi yang meliputi analisis program pembinaan prestasi yang dilakukan dengan memfokuskan metode latihan *Passing (one hand pass)* pada cabang olahraga permainan bola basket itu sendiri.

### **Pembatasan Masalah**

Mengingat permasalahan yang akan dibahas dalam penelitian ini sangat luas dan kompleks, maka diperlukannya sebuah batasan demi fokusnya sebuah inti permasalahan yang akan diteliti. Penelitian ini hanya membahas masalah tentang, Model Latihan *one hand pass* dalam Permainan Bola Basket Untuk usia 13 – 15 tahun.

### **Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah peneliti kemukan di atas maka yang menjadi masalah pokok, adapun rumusalah masalahnya sebagai berikut:

1. Bagaimana model latihan *one hand pass* dalam permainan bola basket untuk usia 13 – 15 tahun?
2. Apakah model latihan *one hand pass* dalam permainan bola basket itu efektif untuk usia 13 – 15 tahun?

### **Tujuan Penelitian**

Berikut adalah manfaat tujuan penelitian:

- 1 Untuk meningkatkan ketepatan teknik *passing (one hand pass)* untuk usia 13 – 15 tahun.
- 2 Sebagai bahan referensi para pelatih untuk model latihan *passing (one hand pass)*.

### **State of The Art**

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan bola basket, belum ada yang secara rinci membahas mengenai teknik dasar *passing (one hand pass)* dalam olahraga permainan bola basket. Oleh karena itu, peneliti bermaksud untuk membahas model – model Latihan *passing (one hand pass)* dalam permainan bola basket untuk pemula.

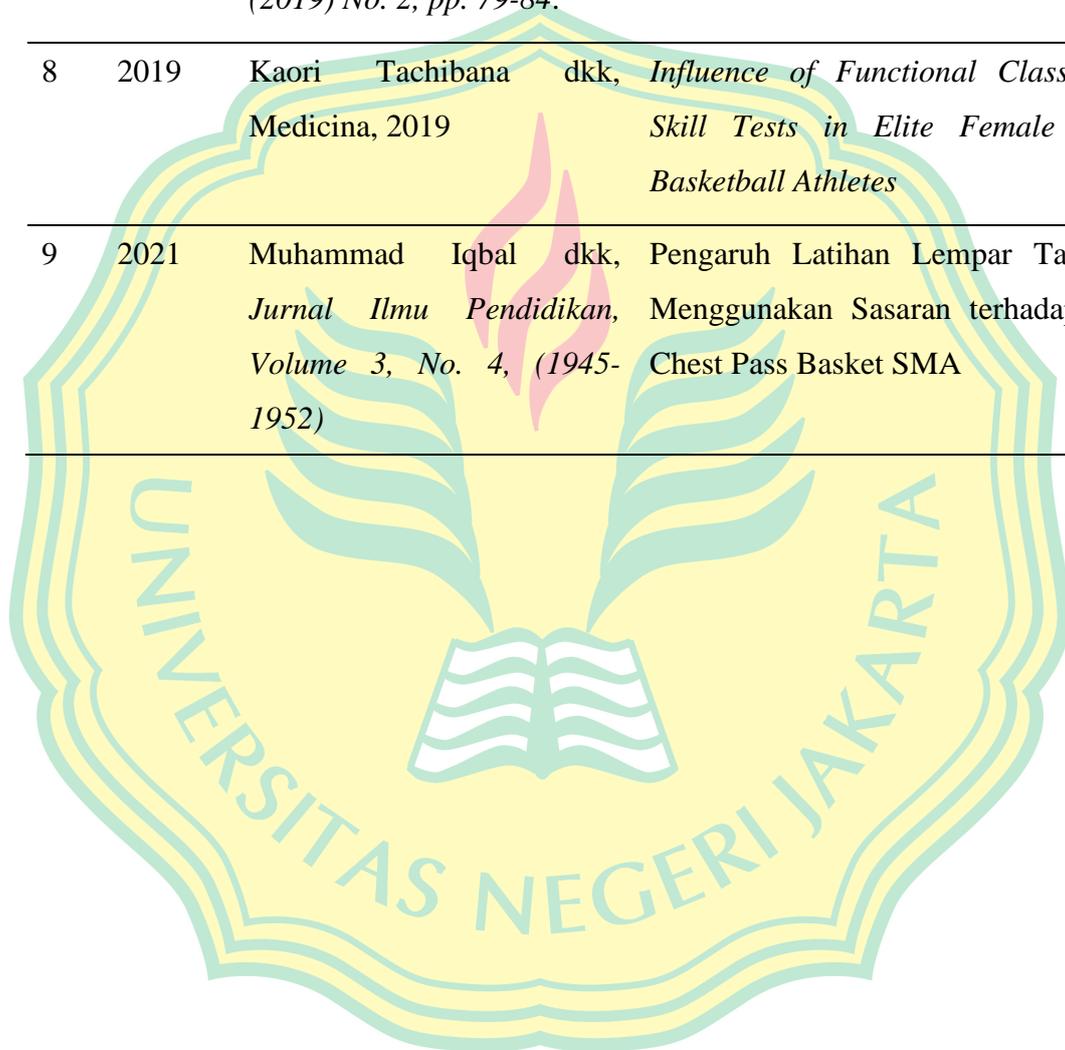
Berikut ini adalah penelusuran studi literatur untuk menemukan gap dari penelitian-penelitian sebelumnya, sehingga dapat ditentukan *state of the art* dari penelitian ini.

*Mencerdaskan &  
Memartabatkan Bangsa*

**MODEL LATIHAN ONE HAND PASS DALAM PERMAINAN BOLA BASKET UNTUK USIA 13 – 15 TAHUN**

No	Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Pembahasan
1	2010	Theoharopoulos, Antonios dkk, <i>Journal of Physical Education &amp; Sport / Citius Altius Fortius</i> . 2010, Vol. 26 Issue 1, p44-50. 7p. 4 Charts.	<i>A Comparative Study Relating Pass Between Male And Female Basketball Players.</i>
2	2011	Ricardo E. Izzo dkk, <i>Timișoara Physical Education and Rehabilitation Journal</i> , vol. 3, 2011	<i>Analysis of Biomechanical Structure and Passing Techniques in Basketball</i>
3	2012	Tino Stöckel dkk., <i>Journal of Sports Sciences</i> , June 2012; 30(10): 1037–1045	<i>Plasticity of human handedness: Decreased one-hand bias and inter-manual performance asymmetry in expert basketball players</i>
4	2013	I putu yudi Hendrawan, <i>Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga, dan Kesehatan Undiksha</i> vol 1, no. 2, 2013	Implementasi Model Kooperatif Gi Untuk Meningkatkan Aktivitas Dan Hasil Belajar Passing Bolabasket
5	2013	Anwar Mokoagow , <i>Jurnal health and sport</i> , Volume 6, No. 1, 2013	Pengaruh Latihan Overhead Pass Terhadap Kemampuan Tembakan Tiga Angka Dalam Permainan Bola Basket Di Pkr-Ikor Fik Unima
6	2018	Bazuri Fadhillah Amin, <i>Jurnal Ilmiah Sport Coaching And Education</i> Vol. 2 Januari 2018.	Pembelajaran Operan Dada (Chest Pass) Dalam Permainan Basket Melalui Metode Mengajar Penemuan Terpimpin Pada Siswa Kelas Viii Smp Negeri 1 Jonggol

No	Tahun	Nama Penulis dan Jurnal	Pembahasan
7	2019	Arief Abdul Malik, dkk., <i>Journal of S.P.O.R.T Vol. 3</i> (2019) No. 2, pp. 79-84.	Kemampuan Teknik Dasar Bola Basket: Studi Deskriptif Pada Mahasiswa
8	2019	Kaori Tachibana dkk, Medicina, 2019	<i>Influence of Functional Classification on Skill Tests in Elite Female Wheelchair Basketball Athletes</i>
9	2021	Muhammad Iqbal dkk, <i>Jurnal Ilmu Pendidikan,</i> Volume 3, No. 4, (1945- 1952)	Pengaruh Latihan Lempar Tangkap Bola Menggunakan Sasaran terhadap Ketepatan Chest Pass Basket SMA



*Mencerdaskan &  
Memartabatkan Bangsa*