

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola basket adalah olahraga bola 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 sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut.

Salah satu grup bola basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun yang merupakan klub bola basket tingkat sekolah yang secara efektif mempersiapkan para atlet muda dari usia dini. Grup Bola Basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun juga mengikuti beberapa kejuaraan yang diadakan di dalam kota atau di luar kota. Meski demikian, hingga saat ini kelompok bola Basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun itu belum meraih hasil yang memuaskan di setiap kejuaraan yang diikutinya.

Mengingat efek persepsi dan percakapan dengan pelatih utama, pesaing bola basket dalam mencetak Tiga Poin sebenarnya harus dipindahkan. Hal ini terlihat dari rekor sepanjang 2 tahun pertandingan grup bola basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun sebelumnya di wilayah Jakarta

Pusat yang digawangi oleh PERBASI. Saat melakukan *Three Point* pada beberapa event bahkan pemain tidak melakukan tembakan *Three Point* meskipun tidak ada penjaga dari lawannya. Dalam penentuan ini, beregu putra pada kelompok Bola Basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun baru saja meraih peringkat keempat.

Menurut para tim pengajar, salah satu penyebab masalah tersebut adalah tidak adanya kekuatan otot lengan oleh setiap pemain sehingga bola tidak bisa sampai ke ring. Para pemain/atlet wajib memiliki kekuatan otot lengan yang kuat, mengingat otot utama yang digunakan dalam permainan ini adalah otot lengan. Selain itu, dengan tidak jelasnya kekuatan otot lengan oleh pemain, maka setiap pemain akan menciptakan kekuatan otot lengan pemain SDI 13 Al – Azhar Rawamangun

Masalah berikut terjadi ketika pemain menumpahkan di mana mereka sering kehilangan bola atau melepaskan lemparan sepenuhnya, dan lebih jauh lagi ketika belum difasilitasi untuk mendapatkan bola. Para kelompok pelatih menduga bahwa kapasitas kekuatan otot tungkai dari setiap pemain sebenarnya harus ditingkatkan atau bisa dikatakan tidak cukup sehingga harus ditingkatkan sekali lagi. Dengan kapasitas kekuatan otot tungkai yang tidak jelas pada tim Bola Basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun, penelitian atau pengembangan tes diperlukan agar tim pelatih dapat menilai kapasitas kekuatan otot tungkai setiap pemain dalam keinginan untuk mengerjakan prosedur dasar setiap pemain sehingga akan ada peningkatan prestasi di tim basket SDI 13 Al – Azhar Rawamangun.

Dari permasalahan tersebut, sang pencipta berencana untuk membuat penelitian tentang kekuatan otot lengan dan kekuatan otot tungkai pada atlet SDI 13 Al – Azhar Rawamangun. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena mereka perlu mengetahui secara observasional apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan dengan *Three Point Shoot* di SDI 13 Al – Azhar Rawamangun. Maka saya selaku peneliti mengangkat masalah tersebut dalam perencanaan proposisi yang diberi nama "Hubungan Kekuatan Otot Tungkai dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Hasil *Three Point Shooting* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler SDI 13 Al – Azhar Rawamangun".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan sebagai berikut:

1. Kemampuan *shooting* atlet bola basket SDI Al-azhar Rawamangun masih kurang akurat terbukti dalam pertandingan banyak sekali peluang untuk menghasilkan *point* lewat *shooting* namun beberapa peluang ini kurang bisa dimanfaatkan sebaik mungkin.
2. Belum diketahui kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan pada siswa ekstrakurikuler bola basket SDI Al-azhar Rawamangun
3. Belum diketahui hubungan kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan dengan kemampuan *shooting* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SDI Al-azhar Rawamangun

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Kekuatan Otot Lengan Dengan Hasil *Three Point Shooting* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler SDI 13 Al – Azhar Rawamangun.

D. Perumusan Masalah

Atas dasar pembatasan masalah seperti tersebut di atas, permasalahan dalam skripsi ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dengan hasil *three point shooting* pada siswa ekstrakurikuler SDI Al-azhar Rawamangun?
2. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan hasil *three point shooting* pada siswa ekstrakurikuler SDI Al-azhar Rawamangun?
3. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan dengan hasil *three point shooting* pada siswa ekstrakurikuler SDI Al-azhar Rawamangun?

E. Manfaat Penelitian

Adapun kegunaan penelitian yang diharapkan penulis dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Sebagai sumbangan yang berarti bagi perkembangan olahraga terutama dalam peningkatan kekuatan otot tungkai dan kekuatan otot lengan

dengan hasil *three point shooting* pada siswa ekstrakurikuler SDI AI – Azhar Rawamangun

- b.** Bagi atlet, hasil penelitian ini dapat mengembangkan keterampilan dalam melakukan suatu pertandingan sehingga dapat memaksimalkan hasil yang diharapkan.
- c.** Menambah ilmu pengetahuan dalam perkembangan cabang olahraga bola basket.
- d.** Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

