

## BAB 1 PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga bola basket menjadi salah satu cabang olahraga yang ditetapkan dalam daftar tambahan cabang olahraga yang masuk kedalam DBON yang ditetapkan oleh pemerintah melalui Kementerian Pemuda dan Olahraga setelah pada awalnya hanya 12 cabang olahraga yang tercantum dalam DBON. Walaupun prestasi bola basket Indonesia belum mencapai pada prestasi olimpiade permainan bola basket di Indonesia berkembang cukup pesat dan sudah populer dikalangan masyarakat, hal itu terjadi karena banyaknya kegiatan kejuaraan baik di tingkat daerah hingga tingkat nasional. Dalam cabang olahraga bola basket banyak hasil penelitian juga teknologi terbaru untuk mempermudah dalam hal penguasaan teknik, taktik dan strategi bermain. Berkembangnya permainan bola basket ada signifikan juga terhadap perkembangan teknik permainan bola basket.

Permainan bola basket bertujuan mencetak angka sebanyak mungkin ke keranjang lawan dan mencegah lawan untuk mencetak angka ke keranjang kita (FIBA, 2018). Sebelum mencetak angka sebanyak mungkin setiap pemain perlu menguasai keterampilan teknik dasar baik secara individu dan secara tim diantaranya keterampilan *dribbling, passing dan shooting*. Permainan bola basket pada hakikatnya memiliki tujuan yaitu untuk menghasilkan angka sebanyak-banyaknya dengan jalan memasukkan bola ke ring lawan dan mencegah atau menghalangi permainan lawan untuk mencetak nilai. Selain merupakan permainan tim atau regu, perkembangan permainan bola basket juga menuntut kemampuan *skill* individu yang baik dari setiap pemainnya. (Wissel, 2012) juga menjelaskan bahwa *Basketball is a team game in which you can help your team by improving your individual skills. Basketball requires integration of individual talent into unselfish team play. It requires the sound execution of fundamental skills, which, once learned, can be connected to the entire game. Basketball drills instill confidence, transfer skills to game situations, and contribute to long-term enjoyment.*

Tercapainya tujuan tersebut bukanlah hal yang mudah, setiap pemain haruslah memiliki karakter.

Sebagaimana diatas setiap pemain dituntut memiliki *skill* individu dan pengembangan karakter yang baik, karena tim yang pemainnya kurang menguasai kemampuan tersebut, akan lebih sering kehilangan bola. Secara umum fundamental teknik bola basket terdiri dari *dribble*, *passing*, dan *shooting*. Kemampuan teknik permainan basket sendiri, diantara lainnya yang paling berpengaruh dalam menghasilkan angka dan sulit dalam melakukannya adalah kemampuan teknik *shooting*. Hal ini sama dengan pendapat (U. Canlı & Koçak, 2019), yaitu “*Among all the physical skills utilized in game, most difficult to develop and also most important one is the shooting ability*”. *Shooting* juga merupakan ketrampilan terpenting dalam permainan bola basket.

Teknik *shooting* adalah suatu ketrampilan dalam menyerang yang paling ampuh, dan yang memberikan hasil atau skor. Semua atlet yang memiliki akurasi *shooting*-nya baik, kemungkinan besar akan memenangkan tim-nya dalam sebuah pertandingan. “*Players’ shoot performances are required to be improved to win the match as well*”. (Savaş et al., 2018). Kemampuan teknik *shooting* menuntut atlet harus bisa menguasai semua area, dari yang jarak terdekat sampai yang jarak terjauh. Kemudian kemampuan berfikir secara cepat dalam mengambil keputusan melakukan *shooting* dalam pertandingan. Hal inilah yang akan selalu mengasah kemampuan seorang *shooter* dalam melatih teknik menembaknya baik dalam latihan maupun pertandingan. “*The greater the shooting distance the greater the spatial accuracy constraint the shooter must master*”. (F. F. Kurniawan et al., 2020). Teknik *shooting* sendiri terdapat berbagai prinsip mengenai komponen keberhasilan dalam melakukan *shooting*, yaitu: (1) *Establishing a solid base*; (2) *Moving to shooting position*; (3) *Allowing the shooting hand to do the work*; (4) *Holding the follow-through*. (Rose, 2013). Selain keempat prinsip tersebut, terdapat teori dalam teknik *shooting*, diantaranya: (1) BEEF (*Balance, Eyes, Elbow, Follow Through*); (2) ROBOT (*Range, Open, Balance, One Count, Teammate*); dan (3) BTSBRF (*Balance, Target, Shooting Hand, Balance Hand, Release, Follow Through*). (Krause et al., 2008). Teknik *shooting* merupakan suatu keterampilan menyerang

yang paling ampuh memberikan angka atau skor. Semua pemain yang mempunyai hasil *shooting*-nya bagus, mempunyai persentase besar akan memenangkan pertandingan.

Kemampuan teknik *shooting* membuat pemain harus dapat menguasai semua posisi, dari yang jarak dekat, jauh, kanan, kiri, serong, lurus dan mempunyai kemampuan berfikir cepat dalam mengambil keputusan untuk melakukan *shooting* dalam pertandingan. Hal ini harus dilakukan dalam latihan dan pertandingan untuk melatih hingga nanti akan muncul yang namanya otomatisasi.

Untuk mengetahui tingkatan pentingnya teknik *shooting* dalam permainan bola basket saat ini, peneliti melakukan observasi atau penelitian kecil dilapangan untuk melihat berapa persentase hasil *shooting* ketika dalam pertandingan yang sesungguhnya. Hasil review video dan nonton langsung secara online, terdapat beberapa temuan masalah yang dapat dilihat dalam data persentase *shooting* yang di peroleh pada kejuaraan nasional antar pengprov tahun 2020 dan IBL tahun 2021. Adapun datanya sebagai berikut:

Hasil observasi dapat kesimpulan bahwa persentase *attempt* menembak tim pelita jaya jumlahnya 60 kali percobaan dan yang berhasil hanya 18 kali kalau dipersentasekan hanya tiga puluh persen bola yang menjadi point. Sedangkan tim satria muda mampu melakukan *attempt* sebanyak 62 kali dan yang berhasil 22 kali kalau dipersentasekan mampu melakukan point tiga puluh lima persen.

Kemudian hasil observasi pertandingan final putri tim Jawa Barat Kejuaraan Nasional Kelompok Usia 16 pada tahun 2019 memberikan gambaran bahwa persentase *attempt* dengan keberhasilan tembakan dari total tembakan tembakan field goals dari 78 kali tembakan hanya masuk 17 kali kalau dalam hitungan persen yaitu hanya dua puluh satu persen tembakan dua point dari 61 kali percobaan hanya masuk 14 kali kalau hitungan persen yaitu hanya dua puluh tiga persen tembakan *therepoint* dari total percobaan 17 tembakan yang masuk hanya 3 kali dalam persentase tujuh belas persen dan *free throw* dari 17 tembakan berhasil 7 jika hitungan persen yaitu empat puluh dua persen.

Dari data diatas, peneliti menjelaskan bahwa masalah yang secara umum mempengaruhi hasil *shooting* terdapat beberapa faktor yaitu: 1) *timing* ketika melakukan *shooting*, kapan harus melakukan *shooting* dan teknik *shooting* apa yang harus digunakan; 2) kemampuan teknik *shooting* yang belum dikuasai secara keseluruhan sehingga berpengaruh terhadap akurasi dan keberhasilan; 3) kemampuan *shooting* disetiap posisi yang belum dikuasai secara optimal; 4) kondisi mental yang kurang memadai sehingga mempengaruhi tingkat konsentrasi ketika melakukan *shooting*; 5) kondisi mental saat melakukan *shooting* terutama dalam situasi tertentu; dan 6) tahapan latihan yang belum inovatif disesuaikan dengan pertumbuhan perkembangan atlet

Kondisi yang belum sesuai dengan harapan dan permasalahan keterampilan teknik *shooting* yang belum optimal, serta dituntut dalam intensitas pertandingan yang cepat dan memerlukan keputusan yang cepat juga, maka dibutuhkan solusi yang lebih baik untuk mengatasi permasalahan diatas, (Tangkudung, 2012) pelatih harus mampu untuk memvariasi latihan kedalam bentuk sesi-sesi latihan penggunaan contoh teknik serupa yang dipergunakan dalam dalam pertandingan. Dengan demikian, peneliti akan membuat solusi yaitu dengan memberikan model latihan teknik *shooting* seperti dalam pertandingan yang sesungguhnya dan digabungkan dengan pendekatan bermain. Implementasi model latihan *shooting* melalui pendekatan bermain untuk atlet usia 14-16 tahun sebagai intervensi yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *shooting* atlet kelompok usia 14-16 tahun dan langkah model latihan secara nyata, inovatif, efektif, efisien dan konsisten. Selain itu model latihan yang berbeda dapat memberikan respon yang lebih baik dari atlet sehingga dapat meningkatkan hasil teknik *shooting* bola basketnya.

Model latihan teknik *shooting bola basket* melalui pendekatan bermain artinya melengkapi yang sudah ada dengan cara mengembangkan, memodifikasi atau memperbanyak model latihan yang sudah ada. Pada penelitian sebelumnya menghasilkan produk (F. F. Kurniawan et al., 2020) Pengembangan model latihan *shooting* berbasis *multiple unit offense* untuk atlet bola basket kelompok usia 16-18 tahun, (Komarudin et al., 2018) Pengembangan *shooting* bola basket berbasis 3x3,

menghasilkan produk pengembangan model latihan menembak pada permainan bola basket yang menekankan tingkat keberhasilan *shooting* dengan 8 (delapan) komponen teknik *shooting* bola basket (Sulaiman, 2015).

Pendekatan bermain adalah model latihan yang menyerupai situasi pertandingan sesungguhnya maka dari itu latihan dan bertanding seyogyanya menyenangkan bagi siapapun salah satunya bagi atlet usia 14-16 tahun, maka dari itu perlu diterapkan implementasi latihan dengan konsep pendekatan bermain. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi kualitas latihan teknik *shooting* bola basket diantaranya adalah perlunya model yang menyenangkan. Kenapa demikian karena pada hari ini sepertinya atlet perlu penyesuaian cara atau metode yang sesuai dengan pertumbuhan dan perkembangan atlet serta sesuai juga dengan perkembangan zaman dan ilmu pengetahuan dan teknologi, artinya perlu suatu kebaruan dan penyesuaian cara latihan yang sesuai dengan karakteristik kebutuhan atlet dan perkembangan anak. Kemudian kemajuan teknologi digital harus dapat berkolaborasi dengan proses latihannya, pada hakikatnya tujuan latihan masih sama namun perlu cara baru agar proses latihan mendekati pada kesempurnaan hasil terbaik. Pada penelitian ini peneliti memfokuskan pada pengembangan model latihan bola basket melalui pendekatan bermain dimana akan dibuat tahapan latihan yang tepat bagi atlet usia 14-16 tahun dan diharapkan hasil penelitian ini betul-betul efisien, efektif dan dapat terus dikembangkan.

Atlet bola basket usia 14-16 tahun merupakan masih atlet junior kemudian kalau merujuk pada teori *Long Tern Athlet Development* (Balyi et al., 2013) berada pada *training to train stage* dimana pada tahap ini sudah mulai mengembangkan keterampilan secara spesifik dan mengembangkan fisik. artinya bagaimana kita memadukan antara perkembangan anak yang masih membutuhkan pendekatan bermain dengan tuntutan sebagai atlet harus sudah menguasai tahapan keterampilan secara khusus.

Berdasarkan dari uraian latar belakang masalah diatas, sehingga peneliti tertarik mencoba meningkatkan latihan *shooting* melalui pendekatan bermain juga menyesuaikan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi. Maka dari itu, perlu dilakukan penelitian dengan menggunakan model latihan teknik dasar *shooting* bola

basket melalui pendekatan bermain untuk atlet usia 14-16 tahun. Selain itu penelitian ini disesuaikan dengan konsep dan batasan penelitian tentang keinginan untuk mengembangkan model latihan *shooting* bola basket yang dirasa masih terdapat kekurangan dalam pelaksanaan latihan bola basket, sehingga dipandang perlu adanya model latihan bola basket terbaru.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, fokus penelitian, dan model yang dikembangkan maka dapat dirumuskan masalah pada penelitian ini sebagai berikut:

- a. Bagaimana model-model latihan *shooting* melalui pendekatan bermain untuk atlet bola basket usia 14-16?
- b. Apakah efektif model latihan *shooting* melalui pendekatan bermain untuk atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun?

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi untuk perbaikan kekurangan-kekurangan dalam perbaikan latihan *shooting* bola basket. Juga dapat memberikan manfaat secara teoritis dalam latihan *shooting* dan manfaat praktis bagi peneliti, lembaga, atlet, pelatih maupun pembaca pada umumnya.

Penelitian pengembangan model ini secara umum bertujuan untuk mengembangkan dan menginovasikan rancangan produk yang sudah ada ataupun yang belum ada, untuk menghasilkan pemecahan suatu permasalahan. Seperti halnya di dalam latihan bola basket menggunakan penelitian pengembangan *Research & Development* yang akan menghasilkan produk model latihan *shooting* dengan pendekatan bermain untuk atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun.

#### D. *State of The Art*

Pembaharuan produk ini adalah pembaharuan tipe II (*improvement*) yaitu model latihan *shooting dengan pendekatan bermain* untuk atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun. Atas dasar tersebut, maka *state of the art* (unsur pembaharuan) dalam penelitian ini dari hasil penelitian sebelumnya, adalah sebagai berikut:

- a. Produk model latihan *shooting* bola basket melalui pendekatan bermain disusun dan disesuaikan dengan karakteristik atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun yang di dalamnya terdapat konsep bermain, progress dan tantangan (*challenge*) yang banyak di sukai oleh atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun.
- b. Produk ini juga akan menghasilkan *handbook* yang di dalamnya terdapat panduan pelaksanaannya, dan dilengkapi dengan video model latihan *shooting* bola basket dengan pendekatan bermain untuk atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun, sehingga bagi para pembaca akan lebih mudah memahami dan mengikuti model latihan tersebut.
- c. Produk model latihan ini setiap gerakan teknik *shooting* bola basket dengan pendekatan bermain disusun secara sistematis, seperti dari gerakan yang termudah sampai yang tersulit dan terdapat spesifikasi gerakan, yaitu *warming up*, inti 1 (satu), inti 2 (dua), dan *cooling down*.
- d. Produk *handbook* model latihan *shooting* bola basket dengan pendekatan bermain untuk atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun disusun dan dikembangkan dengan memiliki kelebihan, diantaranya: (1) Mudah digunakan dan diikuti gerakannya oleh semua kalangan; (2) Penjelasan setiap model latihannya mudah dipahami dan dimengerti, serta dijelaskan cara meningkatkan latihannya; dan (3) Didukung juga video latihannya, sehingga mudah untuk dipahami dan diikuti.
- e. Tempat pengambilan video gerakan latihan *shooting* bola basket dengan pendekatan bermain untuk atlet bola basket kelompok usia 14-16 tahun berlokasi di lapangan basket GOR PUSDIKPOM dengan menggunakan atlet kelompok usia tim Bandung Barat.

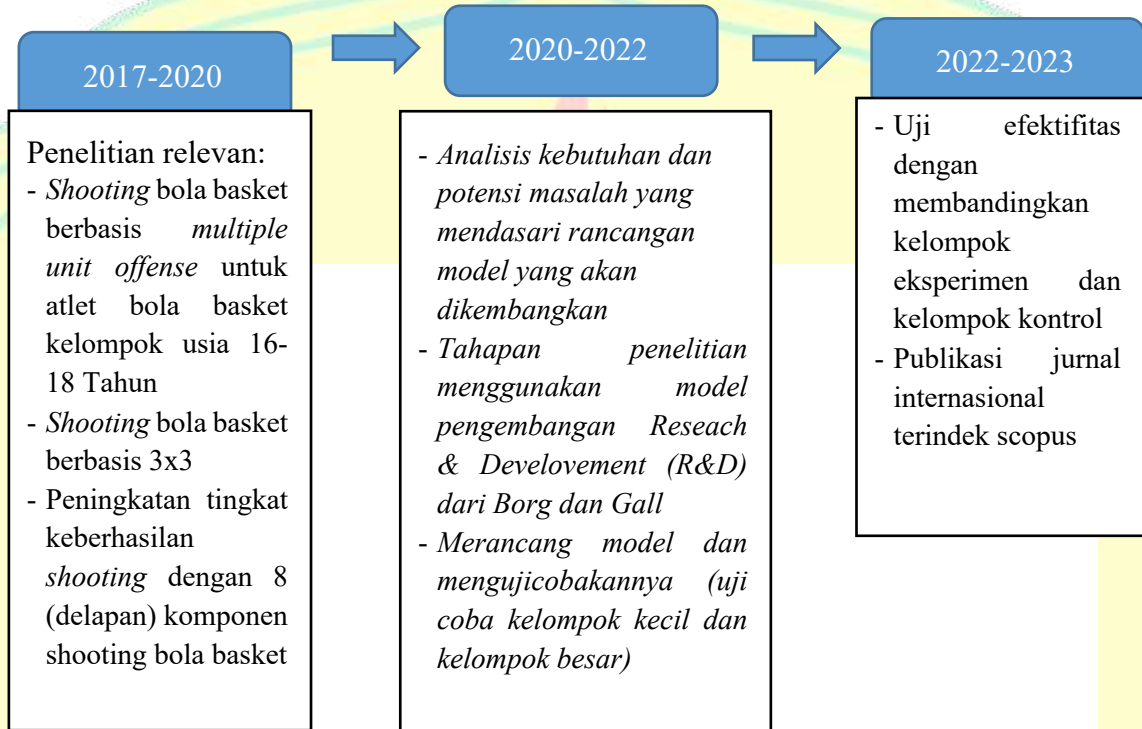






penelitian ini peneliti merencanakan, arah, dan target luaran dalam penelitian ini.

Adapun *road map* penelitian ini digambarkan sebagai berikut:



Gambar 1.3 *Road Map* Penelitian  
Sumber: Dokumen Pribadi