

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai arti yang penting dalam usaha untuk meningkatkan kualitas sumber daya manusia. Menurut UU RI No 11 Tahun 2022 Sistem Keolahragaan, yang menjadi ruang lingkup olahraga meliputi tiga kegiatan yaitu olahraga Pendidikan, olahraga masyarakat, dan olahraga prestasi. Olahraga masyarakat merupakan olahraga yang dilakukan berdasarkan kegemaran dan kemampuan yang tumbuh dan berkembang sesuai dengan kondisi dan nilai budaya masyarakat setempat yang dilakukan secara terus menerus untuk kesehatan, kebugaran dan kegembiraan. Sedangkan olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Adapun Olahraga Pendidikan atau Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan (PJOK), Menurut H.J.S Husdarta dalam (Ii et al., 2011) pendidikan jasmani adalah “proses pendidikan melalui aktivitas jasmani, permainan atau olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan Pendidikan”. Suryobroto dalam (Wardika, 2019) mengatakan tujuan pendidikan jasmani adalah untuk pembentukan anak, yaitu sikap atau nilai, kecerdasan, fisik, dan keterampilan (*psikomotorik*), sehingga siswa akan dewasa dan mandiri, yang nantinya dapat digunakan dalam kehidupan sehari-hari. Olahraga pendidikan diselenggarakan sebagai bagian dalam proses pendidikan yang dilaksanakan baik pada jalur pendidikan formal maupun nonformal melalui kegiatan intrakurikuler dan/atau ekstrakurikuler.

Secara keseluruhan, olahraga pendidikan dan ekstrakurikuler olahraga berperan penting dalam mendukung pengembangan holistik siswa, termasuk dalam aspek fisik, sosial, emosional, dan akademis. Keduanya saling melengkapi untuk menciptakan pengalaman pendidikan yang lebih kaya dan seimbang.

Menurut Suryosubroto dalam (Ii et al., 1997) Ekstrakurikuler adalah “kegiatan belajar yang dilakukan di luar jam pelajaran tatap muka, dilaksanakan di sekolah atau di luar sekolah untuk memperluas wawasan atau kemampuan yang telah dipelajari dari berbagai mata pelajaran dan kurikulum”. Kegiatan ekstrakurikuler juga dapat membentuk sikap mental dan dedikasi sehingga dapat meningkatkan prestasi salah satu cabang olahraga tertentu dalam waktu yang lebih lama. Dalam ekstrakurikuler ini Mencakup beberapa bidang di dalamnya terdapat beberapa hal didalamnya seperti seni, ilmu pengetahuan, bahasa dan sastra, olahraga. Dalam ekstrakurikuler olah raga terdapat macam-macam bidang olahraga di dalamnya seperti futsal, Bola Voli, Sepak Bola, Bola Basket serta bidang olahraga lainnya. Dalam penelitian ini, peneliti akan meneliti salah satu ekstrakurikuler olahraga yaitu cabang olahraga Bola Basket di SMPN 1 Cisaga.

Bola basket adalah salah satu olahraga populer yang dimainkan di seluruh dunia. Olahraga ini diciptakan oleh James Naismith pada tahun 1891 di Amerika Serikat sebagai alternatif untuk para siswa yang tidak dapat bermain olahraga luar ruangan selama musim dingin. Basket ini sendiri masuk ke Indonesia pada abad ke – 20 oleh para perantau tionghoa dan mereka pun memperkenalkannya dengan memainkannya disekolah – sekolah lalu setelah itu bola basket mulai semakin berkembang dan mulai disebar luas kan diberbagai pulau di Indonesia dan pada saat itu didirikan Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia. Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia, atau juga dikenal sebagai PERBASI, didirikan pada tanggal 23 Juni 1951 sebagai organisasi resmi untuk membantu, mengatur dan mengembangkan olahraga bola basket di Indonesia.

Salah satu upaya peningkatan perkembangan bola basket dapat dimulai dari lingkungan sekolah-sekolah atau di perguruan tinggi swasta dan negeri lewat kegiatan mahasiswa/siswa yang membentuk sebuah tim dalam lingkungan pendidikan. Baik dari SD, SMP, SMA maupun perguruan tinggi yang berada di daerah tingkat kota, kabupaten dan provinsi. Dalam kegiatan di sekolah biasanya disebut kegiatan ekstrakurikuler, dari kegiatan ini siswa dapat menyalurkan bakat dan minatnya dalam kegiatan olahraga khususnya bola basket. Lewat kegiatan ini siswa dapat menciptakan prestasi untuk sekolah, timnya dan individu dalam

berbagai turnamen olahraga bola basket misalnya pertandingan antar sekolah yang di adakan oleh swasta sampai yang di adakan oleh pemerintah daerah setempat dengan tujuan mencari bakat-bakat untuk mewakili daerah dalam ajang yang lebih tinggi lagi seperti O2SN, DBL, LIMA maupun kompetisi lainnya.

Berdasarkan pengamatan saya sebagai asisten pelatih di SMPN 1 CISAGA bahwa dari setiap Latihan, kualitas *dribble* dari beberapa anggota ekstrakurikuler bola basket kualitas nya dibawah rata – rata atau kurang baik, hal ini ditunjukkan pada saat latihan ataupun bermain terdapat beberapa dari atlet yang sering melakukan kesalahan dimana terjadinya bola lepas pada saat pengendalian atau *dribble* yang tidak dapat di kontrol. Pada saat melakukan *dribble*, bola yang dipantulkan kadang mengenai kaki. Selain itu, pada saat melaksanakan latihan terlihat sangat monoton dan terlihat kurangnya bentuk – bentuk latihan yang diberikan. Dengan meningkatkan keterampilan *dribble* dalam bola basket dapat membantu seorang pemain menjadi lebih efektif dalam permainannya secara keseluruhan, baik dari segi serangan, bertahan, maupun dalam menyediakan peluang untuk rekan satu timnya. Untuk mengatasi kesulitan dalam melakukan *dribble* penulis mencari solusi untuk mengatasinya menggunakan bentuk – bentuk latihan *ballhandling* terhadap peningkatan keterampilan *dribble* dalam bola basket. *Ballhandling* merupakan “teknik dasar keterampilan memainkan bola yang ditujukan agar pemain memiliki kemampuan mengenali bola, menguasai dan memainkan bola sehingga teknik dasar yang lain dapat dilakukan dengan baik” (menurut Mochamad Arifin dalam Setiawan, 2017) Latihan *ballhandling* sangat berguna untuk mendukung siswa dalam menguasai teknik- teknik dasar bola basket terutama *dribbling*. Sedangkan menurut Arifin dalam (Heru Wenaldi et al., 2022) mengemukakan bahwa *Ballhandling* merupakan salah satu teknik yang mempelajari keterampilan dalam memainkan bola supaya pemain mempunyai kemampuan memainkan bola, serta menguasai dan mengenali bola supaya meningkatkan teknik dasar yang lain dengan baik. Adapun bentuk – bentuk latihan *ballhandling* yang akan diterapkan yaitu diantaranya *Low Dribble*, *Hight Dribble*, *In and Out Dribble*, *V Dribble*, *Two Ball Dribble*, *Figure Eight Speed Dribble*.

Dengan adanya bentuk – bentuk latihan *dribbling* diharapkan anggota ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Cisaga dapat meningkatkan kemampuan *Dribble* nya untuk meraih prestasi yang lebih banyak lagi. Dari hal tersebut terungkap fakta bahwa proses mencapai jenjang prestasi puncak memerlukan waktu yang panjang dan perjuangan yang berat, sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuni untuk mencapai suatu standar yang telah ditentukan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Bentuk – Bentuk Latihan *Dribbling* terhadap Keterampilan *Dribble* pada Bola Basket.”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat Pengaruh Bentuk – Bentuk Latihan *Dribbling* terhadap Keterampilan *Dribble* pada Ekstrakurikuler Bola Basket SMP Negeri 1 Cisaga”.

1.3 Definisi Operasional

Untuk menggambarkan secara operasional variabel penelitian, dibawah ini penulis memberikan definisi operasional dari masing masing variabel diantaranya sebagai berikut:

1. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2001) “Pengaruh adalah daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang atau benda) yang ikut membentuk watak, kepercayaan, dan perbuatan seseorang”. Maka yang dimaksud dengan pengaruh dalam penelitian ini adalah suatu akibat atau hasil dari pembelajaran yang diperoleh dari kemampuan *dribble* dalam permainan bola basket dengan menggunakan bentuk – bentuk latihan *dribbling*.
2. Menurut Harsono dalam Yulidasari et al., (2015) “Latihan merupakan proses yang sistematis dari berlatih atau bekerja yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya”. Sedangkan yang dimaksud dengan latihan dalam penelitian ini yaitu proses berlatih dengan menggunakan bentuk – bentuk latihan

Dribbling pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 1 Cisaga, yang dilakukan secara sistematis dan berulang-ulang.

3. Keterampilan *dribble* bola basket adalah keterampilan dalam permainan basket di mana seorang pemain menggiring bola basket ke depan lapangan menggunakan tangan satu atau dua sambil menjaga kontrol penuh atas bola. Menurut Nuril Ahmadi (dalam Wilama & Utomo, 2018) menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai. Menggiring bola harus dengan satu tangan. *Dribble* atau menggiring bola dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari. Pelaksanaannya dapat dilakukan dengan tangan kanan atau tangan kiri.

1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh bentuk – bentuk latihan *dribbling* terhadap keterampilan *dribble* pada ekstrakurikuler bola basket di SMPN 1 Cisaga.

1.5 Kegunaan Penelitian

Penulis berharap hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang terkait, baik secara teoritis maupun praktis. Sebagai berikut:

a. Kegunaan Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan terhadap perkembangan pengetahuan, keterampilan, dan kreatifitas khususnya dalam pendidikan di bidang olahraga Bola Basket.

b. Kegunaan Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan beberapa manfaat praktis diantaranya sebagai berikut:

1. Bagi Sekolah

Dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan mengenai peningkatan keterampilan *dribbling* bola basket melalui bentuk – bentuk latihan *ballhandling*.

2. Bagi Guru

Dapat menambah masukan kepada guru olah raga/pelatih ekstrakurikuler bola basket dengan menerapkan bentuk – bentuk latihan *ballhandling* untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* bola basket.

3. Bagi Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket

Dapat meningkatkan keterampilan siswa dalam melakukan teknik *dribbling* bola basket dengan bentuk – bentuk latihan *dribbling* pada ekstrakurikuler bola basket di SMPN 1 Cisaga.

4. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengetahuan dan pengalaman dalam merancang strategi pembelajaran yang efektif untuk meningkatkan keterampilan *dribble* bola basket menggunakan bentuk – bentuk latihan *dribbling*. Sehingga hal tersebut akan menjadi bekal yang berguna dimasa depan untuk menjadi seorang guru yang profesional.