

BAB 1 PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Permainan bola basket ditemukan pada tahun 1891 oleh Dr. James Naismith, seorang anggota sekolah pelatihan YMCA di Springfield, Massachusetts (sekarang dikenal dengan Springfield College). Beliau merancang bola basket sebagai jawaban atas tugas yang diberikan oleh Dr. Luther Gulick, Direktur Departemen Pendidikan Fisik, yang menugaskan untuk membentuk suatu permainan seperti sepak bola atau *lacrosse* yang dapat dimainkan dalam ruangan selama musim dingin. Di Indonesia, bola basket mulai mendapat perhatian yang baik dengan lahirnya induk cabang olahraga basket dengan nama Persatuan Basket Ball Seluruh Indonesia (Perbasi), tanggal 23 Oktober 1952. Tahun 1955, nama Perbasi, kepanjangannya berubah menjadi Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia.

Menurut Khoeron dalam (Akhmady, 2024 p . 1) *Basketball* adalah: “Sebuah cabang olahraga yang dimana bola menjadi media utama dalam berjalannya sebuah permainan.” Ada beberapa teknik dasar dalam melakukan permainan bola basket. Teknik dasar dalam permainan bola basket Khoeron, Nidhom (2017,p. 41) terdiri dari: “*Dribble* (menggiring bola), *Passing* (operan), *Shooting* (menembak).

Bola basket merupakan olahraga yang terus berkembang setiap waktu seiring perkembangan teknologi pada saat ini. semakin ke depan peraturan bola basket juga mengalami perubahan yang semakin kompleks. Permainan bola basket juga merupakan jenis olahraga modern yang begitu cepat perkembangannya dan banyak menarik perhatian, Permainan bola basket adalah salah satu permainan yang cukup banyak dimainkan dan dipertandingkan, Permainan bola basket tumbuh dan berkembang secara cepat bahkan juga berkembang pada masyarakat, hanya saja ada beberapa hal yang masih kurang dipahami dan kurang dimengerti cara, aturan, atau teknik dari permainan tersebut, hingga saat ini.

Menurut Permadi dalam (Selan et al., 2023,p. 75) Permainan bola basket salah satu olahraga yang berkembang sangat pesat. *Basketball is one of the fastest*

growing sports in the country. Tujuan utama permainan bola basket adalah membuat nilai sebanyak mungkin dengan memasukkan bola basket ke ring (keranjang) lawan, serta mencegah lawan membalas keunggulan nilai. Permainan bola basket ini dimainkan oleh 2 tim, dengan tujuan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan sebanyak mungkin, serta menahan serangan lawan agar tidak memasukkan bola ke dalam keranjangnya. Menurut Morrow dalam (Selan et al., 2023 ,p. 75) Gerakan teknik dasar permainan bola basket ialah gerakan yang paling mendasar untuk mencapai keterampilan bermain bola basket. Menurut Sarumpaet dalam (Selan et al., 2023 ,p. 75) Keterampilan bermain bola basket akan tercapai apabila menguasai teknik gerakan yang efektif dan efisien. Menguasai keterampilan dasar ialah modal yang paling penting untuk memperoleh kemenangan di suatu pertandingan. Diantara keterampilan dalam permainan bola basket, hal yang paling penting dalam mengembangkan seorang pemain bola basket ialah *dribble*. “*dribble* merupakan teknik yang pertama kali harus diperkenalkan kepada para pemain, karena *dribble* merupakan keterampilan yang penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam bola basket”. Cara menggiring yang benar adalah dengan menggunakan satu tangan (kiri atau kanan) atau keduanya secara bergantian”.

Dalam permainan bola basket fungsi utama menggiring bola basket adalah sebagai upaya untuk menyerang, baik bertahan atau menghindari hadangan lawan, sehingga gerak yang gesit dan berubah-ubah arah sambil tetap membawa bola tanpa kehilangan kontrol terhadap bola hanya dapat dilakukan oleh pemain yang memiliki kelincahan yang tinggi. Apabila pemain tidak lincah maka gerakannya juga cenderung lambat, tidak gesit dan dapat hilang keseimbangan yang mengakibatkan kurangnya kemampuan untuk mengontrol bola sehingga bola mudah lepas dan mudah direbut lawan atau dengan kata lain *dribbling* tidak sempurna. Hampir semua pemain atau atlet bola basket beranggapan bahwa teknik tersebut hanya sekedar berlari dan memantulkan bola basket. Akan tetapi *Dribble* juga memerlukan cara dan teknik yang baik dan benar.

Menurut (Kurnia,p. 55 2019) Dalam olahraga percaya diri sudah pasti menjadi salah satu faktor penentu suksesnya seorang atlet, percaya diri adalah elemen terpenting dalam pertandingan. Sebaliknya kehilangan kepercayaan diri

akan langsung berakibat buruk pada prestasi. Menurut Setyobroto dalam (Kurnia ,p. 55 2019) menegaskan bahwa percaya diri atau “*self-confidence*” merupakan modal utama seorang atlet untuk dapat maju, karena pencapaian prestasi yang tinggi dan pemecahan rekor atlet itu sendiri harus dimulai dengan percaya bahwa ia dapat dan sanggup melampaui prestasi yang pernah dicapainya.

Dalam melakukan gerakan *dribble* faktor psikologis individu mempengaruhi baik tidaknya gerakan *dribble* tersebut, salah satunya adalah faktor percaya diri karena faktor percaya diri dapat menjadi *moodboster* untuk pemain itu sendiri. Masalah kurang atau hilangnya rasa percaya diri terhadap kemampuan diri sendiri akan mengakibatkan atlet tampil dibawah kemampuannya. Percaya diri merupakan keyakinan dalam jiwa bahwa kesulitan haruslah dihadapi dengan berbuat sesuatu.

Atlet dengan percaya diri positif akan menafsirkan kesulitan dan perasaan sedih sesaat menjelang suatu pertandingan sebagai suatu kegembiraan yang berarti bahwa mereka akan tampil dengan baik. Mereka menafsirkan emosinya dengan cara yang positif dan meningkatkan diri. Sebaliknya percaya diri kurang, tingkat kebangkitan yang sama di tafsirkan sebagai ketakutan. Dengan percaya diri dapat membantu pemain mengambil keputusan lebih cepat. Dengan percaya diri, pemain dapat lebih berani melakukan gerakan yang mungkin beresiko atau menantang, seperti melewati lawan dengan *dribble* yang kompleks.

Selain kemampuan psikis/psikologis/mental yang berpengaruh terhadap kemampuan *dribble* atlet, faktor fisik sangat penting diperhatikan agar kemampuan *dribble* nya bisa lebih baik. Beberapa kondisi fisik yang berperan pada saat melakukan *dribble* diantaranya adalah fleksibilitas, keseimbangan, koordinasi, kecepatan, kelincahan, dan *power*. Salah satu kondisi fisik yang menjadi fokus dalam penelitian ini adalah kecepatan. Dengan kecepatan, pemain bisa lebih cepat dalam melakukan *dribble* dan mempercepat pergerakan, sehingga lebih sulit bagi lawan untuk menghadang atau memblock *dribble* tersebut.

Menurut Ismaryati dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) “kelincahan juga merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktifitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-

bagiannya”. Disamping itu kelincahan merupakan persyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga, terutama gerak-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Lebih lanjut, kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

Kelincahan menurut Sajoto dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) adalah kemampuan merubah arah dengan cepat dan tepat, selagi tubuh bergerak dari satu tempat ketempat lain. Yaitu suatu kemampuan untuk merubah posisi badan secara cepat dan tepat, seperti gerak menghindari lawan dalam permainan bola basket dan lain-lain.

Kegiatan ekstrakurikuler yaitu penambahan waktu diluar jam pelajaran, baik bimbingan langsung oleh guru pendidikan jasmani, pelatih, ataupun kreativitas dari siswa sendiri (Gumantan et al., 2020). Melalui kegiatan ekstrakurikuler bola basket diharapkan siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan mata pelajaran olahraga serta dapat meningkatkan bakat, minat dan keterampilan (Nugroho et al., 2021).

Berdasarkan fenomena ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis yang merupakan salah satu ekstrakurikuler unggulan dari sekian banyak nya ekstrakurikuler yang ada di SMA Negeri 2 Ciamis karena tim bola basket berhasil menjuarai beberapa pertandingan salah satu nya untuk tahun 2024 adalah untuk tim putra berhasil menjadi juara 2 SFC dan Bupati cup sedangkan untuk tim putri berhasil menjadi juara 3 SFC dan bupati cup, terlepas dari hal itu berdasarkan pengamatan yang dilakukan peneliti dan pelatih bola basket SMA Negeri 2 Ciamis, Ketika para siswa melakukan gerakan *dribble* banyak yang tidak di sertai dengan percaya diri dan kelincahan jadi momentum untuk melakukan serangan dengan cepat akan terhambat karena para siswa masih ragu dalam melakukan *dribble*, karena *dribble* merupakan gerakan awal untuk memulai serangan yang menghasilkan point dan juga dengan *dribble* disertai percaya para siswa tidak akan mudah direbut oleh lawan, jadi para siswa harus bisa mengatur tempo *dribble* kapan harus cepat, kapan harus mendelay *dribble*, tidak cukup kemampuan *dribble* saja tetapi harus dengan percaya diri yang bagus juga.

Berdasarkan permasalahan tersebut peneliti ingin mencoba mengamati hubungan yang terjadi dalam kepercayaan diri dan kelincahan dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA, karena usia ini merupakan usia pertumbuhan dan perkembangan. Diharapkan dengan mengetahui hubungan kepercayaan diri dan kelincahan bisa memberi pengetahuan kepada mereka hal-hal apa saja yang berpengaruh terhadap prestasi mereka dan bagi peneliti bisa mengetahui bakat mereka dalam permainan bola basket, akan tetapi di ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis sampai saat ini belum ada data tertulis tentang hubungan mental dalam hal ini percaya diri dan kondisi fisik kelincahan dengan kemampuan *dribble* pemain. Peneliti tertarik mengambil sampel di SMA Negeri 2 Ciamis yang memiliki kegiatan ekstrakurikuler bola basket.

Untuk mengetahui bukti nyata apakah ada hubungan antara percaya diri dengan kelincahan terhadap kemampuan *dribble*. Maka peneliti tertarik mengadakan penelitian tentang hubungan percaya diri dan kelincahan dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis?
2. Apakah terdapat hubungan antara kelincahan dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis?
3. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dan kelincahan secara bersama-sama dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis?

1.3 Definisi Operasional

Untuk menghindari salah arti terhadap istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis jelaskan istilah yang digunakan dalam penelitian ini agar lebih operasional. Istilah tersebut yaitu:

a. Kemampuan *dribble*

Menurut Aguss, Fahrizqi, & Wicaksono, dalam (Nickevin, 2021) Menggiring bola basket adalah salah satu cara untuk membawa bola. *Dribbling* digunakan untuk pemain berjalan dengan bola dan untuk memastikan amannya bola dari usaha lawan yang ingin merebutnya. Jadi, seorang pemain dalam menerobos pertahanan lawan dibutuhkan kemampuan *dribbling* bola yang baik. Agar tetap menguasai bola sambil bergerak, bola harus memantulkannya kepada lantai. *Dribbling* bola basket merupakan bagian yang tidak dapat dipisahkan dari permainan bola basket.

b. Kelincahan

Menurut Ismaryati dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) “kelincahan juga merupakan salah satu komponen kesegaran jasmani yang sangat diperlukan pada semua aktifitas yang membutuhkan kecepatan perubahan posisi tubuh dan bagian-bagiannya”. Disamping itu kelincahan merupakan prasyarat untuk mempelajari dan memperbaiki keterampilan gerak dan teknik olahraga, terutama gerak-gerakan yang membutuhkan koordinasi gerak. Lebih lanjut, kelincahan sangat penting untuk jenis olahraga yang membutuhkan kemampuan adaptasi yang tinggi terhadap perubahan-perubahan situasi dalam pertandingan.

Kelincahan menurut Sajoto dalam (Saputra dan Yenes 2019,p. 75) adalah kemampuan merubah arah dengan cepat dan tepat, selagi tubuh bergerak dari satu tempat ketempat lain. Yaitu suatu kemampuan untuk merubah posisi badan secara cepat dan tepat, seperti gerak menghindari lawan dalam permainan bola basket dan lain-lain.

c. Percaya diri

Percaya diri berasal dari bahasa Inggris yakni *self confidence* yang artinya percaya pada kemampuan, kekuatan dan penilaian diri sendiri. Jadi dapat dikatakan

bahwa penilaian tentang diri sendiri adalah berupa penilaian yang positif. Individu akan termotivasi dan lebih mau menghargai dirinya jika individu tersebut memiliki penilaian positif terhadap dirinya. Menurut Hakim dalam (Rais 2022,p. 42) Pengertian secara sederhana dapat dikatakan sebagai suatu keyakinan seseorang terhadap gejala aspek kelebihan yang dimiliki oleh individu dan keyakinan tersebut membuatnya merasa mampu untuk bisa mencapai berbagai tujuan hidupnya

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan penelitian di atas, maka tujuan penelitian adalah:

- 1) Untuk mengetahui hubungan percaya diri dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis
- 2) Untuk mengetahui hubungan kelincahan dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis
- 3) Untuk mengetahui hubungan percaya diri dan kelincahan secara bersama-sama dengan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 2 Ciamis

1.5 Manfaat Penelitian

Hasil penelitian yang diperoleh diharapkan bisa bermanfaat bagi pihak terkait, baik itu secara teoritis maupun secara praktis.

a. Manfaat Teoritis

Dapat digunakan oleh Universitas Siliwangi sebagai pedoman untuk melaksanakan penelitian percaya diri dan kelincahan *dribble* bola basket dan dapat digunakan sebagai referensi penelitian bagi penulis selanjutnya.

b. Manfaat Praktis

Dapat digunakan sebagai masukan dan referensi bagi para pelatih bola basket untuk lebih teliti, kreatif, dan selektif dalam menentukan model latihan yang digunakan untuk meningkatkan teknik dasar permainan bola basket khususnya *dribble*.