

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan media untuk meraih tujuan pendidikan yang bersifat internal ke dalam aktivitas fisik. Makna yang terkandung dalam pendidikan jasmani tidak sekedar pendidikan yang bersifat fisik atau aktivitas fisik tetapi lebih luas lagi keterkaitannya dengan tujuan pendidikan secara menyeluruh serta memberikan kontribusi terhadap kehidupan individu. Melalui pendidikan jasmani, diharapkan agar siswa memiliki kebugaran jasmani, kesenangan dalam melakukan aktivitas fisik olahraga, memiliki prestasi olahraga yang sesuai dengan tahapnya, dan memperoleh nilai-nilai pendidikan yang di perlukan bagi anak untuk bekal kehidupan sekarang maupun di masa yang akan datang (Husdarta, 2010, hal. 143). Pendidikan jasmani tidak bisa dipisahkan dari olahraga karena merupakan bagian dan saling mempengaruhi satu sama lainnya. Karena olahraga digunakan untuk segala jenis kegiatan fisik, yang dapat dilakukan di darat, air, maupun di udara.

Permainan bola basket sangat menarik, oleh karena dapat di mainkan oleh semua golongan umur. Di samping itu juga karena dari para pemain dituntut keterampilan bermain, kesegaran fisik dan kekuatan daya tahan tubuh yang tinggi. Dalam permainan ini dapat dikatakan hampir tidak begitu banyak kontak tubuh yang terjadi kalau di bandingkan aneka permainan lain. Kecelakaan hampir tidak pernah terjadi di arena bola basket. Karena itulah olahraga ini akan memberikan

kepuasan yang sangat pada pemainnya (Amber, 2013, hal. 5). Di samping tidak membutuhkan lapangan yang terlampau luas dan peralatannya tidak terlampau mahal.

Pada prinsipnya permainan bolabasket dapat di mainkan oleh setiap orang, baik anak-anak, remaja, orang dewasa maupun orang tua yang usianya di atas lima puluh tahun. Tempat permainan bisa di lakukan di dalam gedung maupun di luar gedung, dengan lantai keras dan ada keranjang (basket) yang di sertai dengan papan pantul sebagai sasaran akhir dalam permainan ini. Bola yang di pakai dalam permainan ini ialah berbentuk bulat yang terbuat dari kulit atau karet dengan ukuran yang di sesuaikan dengan tingkat usia para pemain. Mengingat permainan bolabasket merupakan permainan tim atau permainan beregu, maka sangat di butuhkan kerjasama yang baik dari para pemain yang tergabung dalam regu tersebut. Pada awalnya masing-masing regu terdiri 9 orang yaitu 3 orang sebagai pemain depan, 3 orang sebagai pemain tengah dan 3 orang sebagai pemain belakang. Aturan main dalam permainan ini ialah bola tidak boleh di bawa lari, dengan kata lain bola harus dipantulkan sambil berlari atau berjalan, atau di operkan teman seregunya, dengan sasaran akhir yaitu keranjang (basket) lawan (Agus, 2010, hal. 7). Adapun tujuan dari permainan bolabasket ialah berusaha untuk memasukan bola ke basket lawan sebanyak-banyaknya dengan cara yang sportif sesuai dengan aturan yang telah di sepakati.

Perkembangan dalam jurusan olahraga merupakan perinsip dalam Pembangunan yang tidak kalah pentingnya dari lain sisi aspek kehidupan lainnya.

Hal inilah yang harus disadari bahwasanya melakukan dari olahraga akan dapat meningkatkan sepegaran jasmani dan rohani serta membentuk sikap didalam kepribadian yang :

- a) Bersama
- b) Bertujuan
- c) Berkeseimbangan

Sesuai dengan kebenarannya menjadikan pembangunan manusia Indonesia seutuhnya. Indonesia merupakan salah satu dari sekian banyaknya negara yang berkembang di dunia yang sedang menjalankan melaksanakan pembangunan di segala bidang. Pembangunan ini lebih diarahkan pada peningkatan dan pembentukan manusia yang :

- a) Terampil
- b) Cerdas
- c) Berkepribadian
- d) Sehat Jasmani dan Rohani

Sumer daya Manusia (SDM) yang berkualitas diantaranya ditandai dengan :

- a) Peningkatan kesehatan jasmani dan Rohani
- b) Yang memiliki tingkah laku yang baik
- c) Berkepribadian disiplin dan sportifitas yang menjunjung tinggi
- d) Sehingga dapat tertanam rasa kebangsaan nasional.

Olahraga merupakan aktivitas yang sudah menjadi kebutuhan manusia karena dengan tingkah laku atau aktivitas olahraga yang teratur, terukur dan terarah maka akan menjadi jiwa dan raga manusia lebih baik. Selain olahraga berfungsi untuk

meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, olahraga juga berfungsi untuk meraih prestasi dalam kejuaraan-kejuaraan baik tingkat provinsi, nasional maupun internasional. Salah satu cabang olahraga untuk prestasi adalah bolabasket.

Bolabasket adalah olahraga yang dimainkan 5 orang untuk setiap regunya dan bola harus dipantulkan sambil berlari atau berjalan, atau dapat dioperkan teman seregunya dengan sasaran akhir yaitu memasukkan bola ke keranjang basket lawan. Di samping itu harus berusaha dan menjaga agar keranjang basket tidak kemasukan bola, serta regu yang mencetak angka sekor terbanyak adalah sebagai pemenang (Irsyada, 2000, hal. 15)

Menurut (Nidhom Khoeron, 2017, hal. 39), cara *dribbling* yang benar ialah menjatuhkan bola ke arah bawah dengasedikit dorongan. Jari tangan terbuka lebar kala melakukan teknik ini. Pengerakan difokuskan kepada tangan yang mengatur besar-kecilnya tenaga yang keluar kala mendorong bola ke bawah. Ada beberapa teknik dasar yang terdapat dalam olahraga bolabasket. mengemukakan teknik dasar dalam permainan bolabasket adalah sebagai berikut :

- 1) Memegang
- 2) Menangkap
- 3) *Dribbling*
 - (a) *Change of pace dribbling*
 - (b) *Low or control dribbling*
 - (c) *High or speed dribbling*
 - (d) *Crossover dribbling*
 - (e) *Behind the back dribbling*

- (f) *Between the legs dribbling*
- (g) *Reverse dribbling*
- 4) *Passing*
 - (a) *Two handed chest pass*
 - (b) *Two handed bounce pass*
 - (c) *Two handed overhad pass*
 - (d) *One hand baseball pass*
 - (e) *One hand push pass*
 - (f) *Behind the back pass*
- 5) *Shooting*
 - (a) *Set shoot*
 - (b) *Lay-Up*
 - (c) *Underhead shoot*
 - (d) *Jump shot*
 - (e) *Hook shoot*
 - (f) *Dunking shoot*
 - (g) *Reverse Lay-Up shoot*
- 6) *Pivot*
- 7) *Jumping stop*
- 8) *Rebound.*

Sebelum mempelajari teknik-teknik dasar bermain bola basket yang baik yang mempengaruhi permainan, sangat penting untuk menguasai teknik-teknik dasar penguasaan bola, seperti teknik *ball handling* yang sering digunakan pemain

dalam permainan bolabasket. Penanganan bola adalah kemampuan pemain dalam mengontrol bola dengan senyaman mungkin dalam latihan, yang Dimana cara menentukan seberapa baik teknik *passing*, *catch*, *dribbling*, dan *shooting* dari seorang pemain dilakukan. (Kosasih, 2008).

Dalam keterampilan *dribbling*, *passing*, dan *shooting* juga penting dari sudut pandang perkembangan pemain bolabasket. Ini adalah keterampilan mendasar yang harus dikembangkan dan dikuasai pemain serta disediakan dalam situasi pelatihan. Berdasarkan pendapat di atas dapat disimpulkan bahwa latihan *ballhandling* sangat bermanfaat untuk meningkatkan latihan mahasiswa KOP basket menguasai teknik dasar bolabasket untuk melatih keterampilan *dribbling*, *passing* dan *shooting* dalam permainan. Karena *fundamental* basket terdiri dari teknik dasar dalam permainan bolabasket.

Kegiatan bolabasket yang ada di KOP (Kegiatan Olahraga Prestasi) Universitas PGRI Palembang, merupakan bagaimana cara mahasiswa untuk mengembangkan keahlian keterampilan gerak serta berkompetisi dalam ajang perlombaan dalam bidang olahraga permainan bolabasket. Hanya saja pada umumnya para mahasiswa KOP (Kegiatan Olahraga Prestasi) Universitas PGRI Palembang mengalami sedikit kesulitan dalam melakukan teknik *dribbling* dalam permainan bolabasket. Dalam latihan di KOP bolabasket Universitas PGRI Palembang, memaksimalkan kegiatan kemampuan olahraga selama latihan bolabasket, prestasi yang dicapai selama ini sebenarnya masih bertahap proses dikarenakan membutuhkan usaha yang lebih karena kompetensi sudah ditingkatkan mahasiswa.

Berdasarkan temuan yang dikonfirmasi oleh peneliti di lapangan dengan observasi mahasiswa, diketahui bahwa terdapat permasalahan yaitu: kemampuan *dribbling* mahasiswa yang kurang baik diduga karena ketidaktepatan latihan dengan mahasiswa yang diberikan dalam setiap latihan dikarenakan KOP basket merupakan perwakilan di setiap prodi bukan hanya prodi penjas saja yang boleh mengikuti latihan bolabasket di KOP basket Universitas PGRI Palembang. Penyebabnya karena pelatih kurang memperhatikan mahasiswa yang masih mengenal bolabasket untuk melatih mendasar lagi dan metode latihan yang masih belum diterima, Untuk dapat melakukan *dribbling* bolabasket bagi para mahasiswa baru pertama kali mengenal permainan bolabasket tidaklah mudah, butuh waktu dan proses yang panjang agar kemampuan dan ketepatan dalam melakukan *dribbling* dapat dikuasai dengan baik. Hal ini dikarenakan *dribbling* bolabasket merupakan permainan yang menuntut adanya kelincihan, kelentukan, dan kecepatan, banyak bentuk latihan yang bisa diterapkan untuk meningkatkan hasil *dribbling* yang akurat salah satunya adalah dengan metode latihan yang sudah terbukti kebenarannya yaitu latihan *ballhandling*. Latihan *ballhandling* termasuk salah satu latihan keterampilan yang dapat menjaga dan meningkatkan kemampuan *dribbling*.

Tujuan yang ingin disampaikan peneliti dengan melakukan informasi yang bersangkutan yaitu pelatih KOP bolabasket Universitas PGRI Palembang. Masih ditemukannya beberapa mahasiswa yang kurang ahli melakukan gerakan dasar *dribbling*. Terkadang juga mahasiswa kurangnya kontrol dan lambat saat *dribbling* bola. Cara pengajaran yang memfokuskan latihan fisik dan pola

permainan tidak mengulang teknik dasar lagi sehingga mahasiswa yang terbilang baru mengenal mengikuti kegiatan olahraga basket Universitas PGRI Palembang merasa tertinggal jauh sedangkan yang sudah mahir melakukan teknik *dribbling* menjadikan peningkatan untuk latihan dan lapangan yang digunakan serbaguna bisa dilakukan olahraga lainnya menjadikan butuh izin untuk penelitian ini supaya tidak terganggu sampai izin tersebut selesai. Terdapat kurangnya jam latihan untuk mahasiswa melakukan kegiatan basket di saat mahasiswa jam pulang sore. Untuk mengatasi hal tersebut peneliti melakukan penelitian latihan *ballhandling* untuk membantu meningkatkan kemampuan *dribbling* bolabasket yang sudah digunakan oleh penelitian sebelumnya dan menjadikan salah satu solusi latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* bola yaitu menggunakan latihan *ballhandling* di KOP bolabasket Universitas PGRI Palembang.

Berdasarkan permasalahan diatas peneliti melakukan observasi terhadap KOP basket Universitas PGRI Palembang yang telah dikemukakan maka harus adanya pembuktian ilmiah yang relevan melalui penelitian, maka dari itu peneliti akan melakukan penelitian dengan judul **"Pengaruh Latihan *Ballhandling* Terhadap Kemampuan *Dribbling* Bolabasket Pada Mahasiswa Kegiatan Olahraga Prestasi Bolabasket Universitas PGRI Palembang"**.

1.2. Identifikas Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan penulis diatas maka masalah penelitian di KOP bolabasket Universitas PGRI Palembang antara lain:

1. Kurangnya kemampuan *dribbling* pada mahasiswa yang diduga kurangnya latihan teknik dasar yang diberikan pada mahasiswa.
2. Program latihan yang kurang memfokuskan pada kemampuan teknik *dribbling* dan kurangnya variasi metode latihan teknik *dribbling*.
3. Jadwal latihan di kampus yang saat ini masih berdampak saat mahasiswa yang jam kuliahnya sama dengan jam latihan bolabasket.

1.3. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah, penulis memutuskan untuk membatasi ruang lingkup permasalahan guna menyajikan fokus yang lebih terperinci dan terukur dalam penelitian atau karya tulisnya. Pembatasan ruang lingkup ini menjadi suatu keputusan strategis yang bertujuan agar penelitian atau karya tulis tidak menjadi terlalu luas atau kabur. Dengan membatasi ruang lingkup, penulis dapat lebih tajam dan jelas dalam merinci aspek-aspek yang relevan dengan permasalahan yang ingin diteliti atau diangkat. Pembatasan tersebut juga dapat membantu penulis dalam mengelola sumber daya yang terbatas, seperti waktu dan data, untuk memperoleh hasil yang lebih mendalam dan signifikan. Dengan demikian, membatasi ruang lingkup permasalahan bukanlah upaya untuk mengurangi kompleksitas tetapi merupakan langkah bijaksana untuk mencapai pemahaman yang lebih mendalam dan solusi yang lebih konkret terhadap permasalahan yang diidentifikasi. Berdasarkan identifikasi masalah penulis membatasi ruang lingkup permasalahan, bertujuan agar penelitian tidak menyimpang dari pokok permasalahan, yaitu pengaruh latihan *ballhandling*

terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket pada mahasiswa KOP Universitas PGRI Palembang dengan menggunakan metode eksperimen *pretest-posttest*.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi latar belakang maka rumusan masalah dalam penelitian ini, maka dirumuskan suatu masalah adalah “Apakah ada pengaruh dari latihan *ballhandling* terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket pada mahasiswa KOP Universitas PGRI Palembang?”

1.5. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah pengaruh latihan *ballhandling* terhadap kemampuan *dribbling* dalam permainan bolabasket pada mahasiswa KOP Universitas PGRI Palembang.

1.6. Manfaat Penelitian

Secara khusus manfaat yang dapat diambil dari hasil pelaksanaan penelitian ini adalah memperbanyak dan terus belajar dalam ilmu pengetahuan peneliti tentang olahraga bolabasket dan secara praktis. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai referensi bagi peneliti penelitian yang berkaitan dengan latihan *ballhandling* yang digunakan dalam cabang olahraga bolabasket.

Yang diharapkan tujuan penelitian, diharapkan dapat bermanfaat dan berguna bagi Pelatih, Pemain, dan bagi Peneliti tersendiri.

- a) Manfaat Teoritis, diharapkan dengan adanya penelitian ini dapat menginspirasi dalam melakukan kajian yang lebih mendalam mengenai

latihan *ballhandling* terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket pada mahasiswa KOP Universitas PGRI Palembang.

b) Manfaat Praktis

1. Bagi Pelatih, diharapkan pelatih dapat membina dan meningkatkan kinerja pelatih dalam menyusun program latihan.
2. Bagi Pemain, diharapkan dapat melakukan teknik dasar *dribbling* lebih baik lagi.
3. Bagi Peneliti, diharapkan menambah pengetahuan tentang teknik dasar mengiring bolabasket dan dapat menjadi sumber penelitian selanjutnya untuk mengetahui pengaruh *ballhandling*.
4. Bagi Almamater/Universitas PGRI Palembang diharapkan dapat dijadikan bahan acuan untuk penelitian kedepannya dengan lebih dikembangkan dan lebih di perluas.