

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang dan Masalah

Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan yaitu sebagai usaha memajukan manusia Indonesia berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan dibidang olahraga. Pembinaan olahraga yang dilakukan melalui jalur pendidikan yaitu kegiatan ekstrakurikuler olahraga di tingkat sekolah dasar sampai sekolah menengah atas.

Undang-undang Nomor 3 pasal 4 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional menyatakan bahwa, Olahraga pendidikan adalah pendidikan jasmani dan olahraga yang dilaksanakan sebagai bagian proses pendidikan yang teratur dan berkelanjutan untuk memperoleh pengetahuan, kepribadian, ketrampilan, kesehatan, dan kebugaran jasmani.

Salah satunya olahraga menjadi bagian pembelajaran di sekolah melalui kegiatan ekstrakurikuler adalah olahraga Bolabasket. Permainan Bolabasket di tuntut adanya keterampilan- keterampilan yang bersifat fisik dalam permainan Bolabasket juga terkandung nilai-nilai yang bersifat psikis dan sosial, seperti daya juang, sportifitas, kerjasama, *fairplay*, dan lain sebagainya.

Bolabasket adalah suatu permainan yang di mainkan oleh dua regu yang masing-masing regu terdiri dari 5 orang pemain. Jenis permainan ini bertujuan untuk mencari nilai atau angka sebanyak-banyaknya dengan cara memasukkan bola ke ring lawan dan mencegah lawan untuk memasukkan bola ke ring kita sehingga tidak mendapatkan nilai. Dalam permainan Bolabasket, pemain dapat

mendorong bola, memukul bola dengan telapak tangan terbuka, melemparkan atau menggiring bola ke segala penjuru dalam lapangan permainan.

Keterampilan bermain Bolabasket sangat di tentukan oleh penguasaan teknik dasar yaitu melempar dan menangkap bola (*passing*), menggiring bola atau memantulkan bola (*dribbling*) serta menembak bola ke ring (*shooting*). Pemain harus memiliki kondisi fisik prima yang tergambar melalui komponen-komponen kondisi fisik seperti kelincahan, ketepatan, koordinasi, kelenturan, daya tahan tubuh dan kekuatan. Strategi bermain dan mental tanding merupakan komponen penentu bagi pemain untuk bermain dengan baik agar dapat memenangkan permainan.

Salah satu teknik dasar permainan Bolabasket adalah menembak bola ke ring (*shooting*). *Shooting* merupakan suatu teknik dasar dalam bolabasket dengan memasukkan bola kedalam ring lawan guna untuk mendapatkan poin. *Shooting* juga digunakan untuk menghindari terjadinya pelanggaran yaitu 24 detik. Seorang pemain bolabasket memiliki kemampuan *shooting* yang sangat baik ditentukan oleh *power* otot lengannya. *Power* otot lengan adalah tenaga maksimal yang dapat dikerahkan sebuah otot atau kelompok otot dalam waktu yang sesingkat mungkin.

Permainan bolabasket khususnya teknik dasar *shooting* sangat ditentukan oleh *power* otot lengan. Karena pada dasarnya dalam pelaksanaan *shooting* seorang atlet harus memiliki kemampuan kekuatan dan kecepatan yang maksimal, dengan demikian apabila *power* otot lengan yang dimiliki atlet maksimal maka hasil *shooting* yang dihasilkan akan baik, sebaiknya apabila *power* *power* otot lengan tidak maksimal maka hasilnya tidak maksimal.

Berdasarkan observasi peneliti pada SMA Negeri 1 Rengat, terlihat masih terdapat kelemahan siswa dalam bermain bolabasket, salah satunya pada teknik *shooting* bola. Dimana kemampuan *shooting* bola perlu ditingkatkan. Hal ini terlihat pada saat siswa melakukan pembelajaran *shooting* di sekolah, masih banyak hasil *shooting* yang dihasilkan siswa tidak akurat, melenceng dari ring, melebihi papan pantul bahkan tidak sampai ring, pada saat *shooting* siswa terlihat kesulitan dalam melempar bola, pada saat melakukan *shooting* siswa terlihat kaku, sebagian siswa kurang memiliki keseimbangan pada saat *shooting* terlihat pada saat melakukan *lay up*, serta kurangnya koordinasi gerakan siswa pada saat *shooting* hal ini terlihat pada saat siswa melakukan *shooting* di luar setengah lingkaran. Berdasarkan analisis ini faktor kondisi fisik siswa masih kurang seperti kekuatan, kecepatan, keseimbangan, koordinasi serta power siswa dalam melakukan *shooting*.

Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul, “ **Kontribusi Power Otot Lengan Terhadap Hasil Shooting Under Ring Bolabasket Siswa Ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat.**

B. Identifikasi Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

1. Masih banyaknya hasil *shooting* siswa tidak akurat dan melenceng dari ring!
2. Masih adanya siswa yang melebihi papan pantul bahkan tidak sampai ringpada saat *shooting*!

3. Masih banyak siswa kaku dalam mealukan *shooting* sehingga kesulitan dalam memasukkan bola ke ring!
4. Masih kurang keseimbangan terhadap hasil *shooting under ring* bolabasket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat!
5. Masih kurang koordinasi gerakan terhadap hasil *shooting under ring* bolabasket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat!

C. Pembatasan Masalah Penelitian

Berdasarkan identifikasi masalah dan terbatasnya waktu, tenaga, serta dana. Maka permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *shooting under ring* bolabasket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat.

D. Perumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan pembatasan masalah, maka masalah dirumuskan sebagai berikut apakah terdapat kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *shooting under ring* bolabasket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan permasalahan diatas, maka tujuan penelitian yang hendak dicapai yaitu untuk mengetahui kontribusi *power* otot lengan terhadap hasil *shooting under ring* bolabasket siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 1 Rengat.

F. Manfaat penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah:

1. Siswa sebagai bahan masukkan untuk lebih meningkatkan kemampuan *shooting under ring* dalam permainan Bola Basket.

2. Pelatih sebagai masukan untuk dapat melakukan pembinaan yang terarah dengan baik khususnya *shooting under ring*.
3. Sekolah, sebagai bahan informasi mengenai kemampuan siswa dalam permainan Bolabasket sehingga dapat memperhatikan kebutuhan siswa dalam mengembangkan bakat dan minat terhadap kegiatan olahraga terutama Bolabasket.
4. Jurusan / Fakultas sebagai bahan bacaan oleh mahasiswa di perpustakaan.
5. Peneliti, sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar strata satu (S1) Sarjana Pendidikan olahraga di FKIP UIR Pekanbaru.
6. Peneliti berikutnya, sebagai bahan rujukan dan referensi untuk melakukan penelitian dibidang yang sama yaitu permainan Bolabasket.



Dokumen ini adalah Arsip Miik :

Perpustakaan Universitas Islam Riau