

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Mata pelajaran Pendidikan Jasmani, olahraga, dan Kesehatan merupakan media untuk mendorong perkembangan keterampilan motorik, kemampuan fisik, pengetahuan, penalaran dan pembiasaan pola hidup sehat yang bermuara untuk merangsang pertumbuhan serta perkembangan yang seimbang. Sehingga dengan Pendidikan jasmani ini siswa akan memperoleh berbagai ungkapan yang erat kaitannya dengan kesan pribadi yang menyenangkan serta berbagai ungkapan yang kreatif, inovatif, terampil, memiliki kebugaran jasmani, kebiasaan hidup sehat dan memiliki pengetahuan serta pemahaman terhadap gerak manusia.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ini pada dasarnya merupakan bagian dari pendidikan yang bertujuan untuk mengembangkan aspek kesehatan, kebugaran jasmani, keterampilan berfikir kritis, Stabilitas emosional, penalaran dan tindakan moral. Di dalam penyelenggaraan pendidikan yang berkesinambungan merupakan suatu proses pembinaan manusia yang berlangsung seumur hidup. Peran Pendidikan jasmani, olahraga, dan kesehatan adalah sangat penting, yang memberikan kesempatan kepada siswa untuk terlibat langsung dalam berbagai pengalaman belajar melalui aktivitas jasmani, bermain, dan olahraga yang dilakukan secara sistematis. Pembekalan pengalaman belajar itu diarahkan untuk membina, sekaligus membentuk gaya hidup sehat dan aktif sepanjang hayat.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan memiliki peran yang sangat penting dalam meningkatkan mutu pendidikan khususnya di bidang olahraga. Pendidikan olahraga dapat dikembangkan melalui ekstrakurikuler yakni pendidikan yang dilaksanakan diluar jam sekolah. Karena melalui pendidikan ini siswa mampu mengembangkan bakat yang mereka miliki.

Demikian juga dengan pendidikan olahraga khususnya permainan bola basket dapat dibina di jam pelajaran dan dikembangkan dalam kegiatan luar sekolah. Bola basket adalah suatu permainan beregu yang dimainkan oleh dua regu, baik putra maupun Putri. Tiap regu terdiri atas 5 orang pemain. Tujuan dari permainan bola basket ini adalah untuk memasukkan bola kedalam ring basket yang tingginya 3,05 m. Dalam permainan bola basket, banyak tehnik dan taktik untuk melakukan serangan dan mencari point salah satunya adalah dengan melakukan *shooting*.

Dari pengamatan di lapangan baik pada saat latihan maupun pertandingan, jelas terlihat bahwa siswa SMP Negeri 3 Gorontalo belum menguasai tehnik *shooting* dengan baik. Sedangkan, kegunaan dari *shooting* ini sangat efektif dilakukan untuk mencetak point. Oleh sebab itu, *shooting* merupakan salah satu faktor terpenting dalam permainan bola basket.

Hal inilah yang menyebabkan belum maksimalnya permainan bola basket di sekolah SMP Negeri 3 Gorontalo, sehingga siswa yang memiliki potensi diperhadapkan dengan berbagai kendala dalam mencapai hasil yang maksimal. Oleh karena itu, untuk menangani hal tersebut perlu adanya bimbingan dari guru mata pelajaran penjaskes secara serius dan kerjasama dari pihak yang terkait di dalamnya.

Dari berbagai permasalahan di atas, penulis ingin mengetahui apakah kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai ada hubungan dengan kemampuan melakukan *shooting*. Dengan demikian, diperlukan adanya penelitian untuk menguji kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai memiliki hubungan dalam kemampuan melakukan *shooting*. Oleh karena itu, penelitian ini dapat disimpulkan dengan judul “ **Hubungan antara kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan melakukan *Shooting* pada permainan bola basket pada siswa putra SMP Negeri 3 kota Gorontalo**”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang permasalahan diatas, maka ada beberapa hal yang dapat diidentifikasi sebagai suatu permasalahan dalam penelitian ini yaitu:

1. Bagaimana kemampuan siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Gorontalo dalam melakukan *shooting* dalam permainan bola basket?
2. Apakah yang menjadi penyebab sehingga para siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Gorontalo kurang mampu melakukan *shooting* ?
3. Apakah terdapat hubungan antara latihan kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai dalam melakukan *shooting*?

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Karena banyaknya masalah-masalah yang timbul sebagaimana yang dikemukakan pada latar belakang masalah dan masing-masing memerlukan penelitian tersendiri, maka penelitian ini hanya dibatasi pada:

1. Variabel penelitian
  - a. Variabel bebas adalah kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai
  - b. Variabel terikat adalah kemampuan *shooting* (Y)
2. Objek penelitian pada siswa kelas VIII SMP Negeri 3 Kota Gorontalo.

#### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi masalah di atas peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan melakukan *shooting* pada permainan bola basket?
2. Apakah terdapat hubungan antara daya ledak otot tungkai dengan kemampuan melakukan *shooting* pada permainan bola basket?

#### **1.5 Tujuan penelitian**

Adapun yang menjadi tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui gambaran tentang hubungan antara kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan melakukan *Shooting* pada siswa SMP Negeri 3 Gorontalo.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

1. Bagi siswa dapat mengetahui langkah-langkah melakukan *Shooting* dalam permainan bola basket.
2. Menguji hubungan antara kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting*.

3. Memberikan informasi tentang hubungan antara kekuatan otot lengan dan daya ledak otot tungkai terhadap kemampuan *shooting*.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan siswa pada permainan bola basket serta dapat menimbulkan motivasi melakukan pelatihan lebih baik di sekolah masing-masing sehingga terciptanya perubahan dalam suatu permainan.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Memberikan masukan bagi guru penjas sebagai sumbangan pembinaan dalam rangka melakukan *shooting* dalam permainan bola basket dengan menggunakan bentuk latihan yang tepat bagi para siswa sebagai pemula.
2. Menjadi masukan kepada para guru mata pelajaran penjaskes, Dosen, kalangan pendidik olahraga bahkan masyarakat yang ingin menambah pengetahuan dan meningkatkan skill permainan basketnya.
3. Memberi pengalaman berharga bagi dalam melakukan kegiatan penelitian ilmiah sebagai bentuk aplikasi dari darma penelitian.