

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dewasa ini olahraga bola basket merupakan salah satu olahraga permainan yang digemari oleh masyarakat, baik dari kalangan anak-anak sampai orang dewasa. Hal ini ditandai dengan banyaknya pertandingan yang digelar baik pertandingan antar pelajar maupun pertandingan antar klub baik ditingkat daerah sampai ditingkat internasional yang menjadikan olahraga bola basket menjadi lebih populer. Juga semakin bervariasinya pertandingan yang ditambah dengan unsur hiburan seperti *three on three*, *two on two*, *one on one*, dan *streetball* yang menjadikan olahraga bola basket dikalangan anak muda menjadi olahraga yang cukup bergengsi.

Permainan bola basket adalah salah satu cabang olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima orang. Tujuan dari masing-masing tim adalah mencetak angka ke keranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka. Pertandingan dikontrol oleh wasit, petugas meja dan seorang *commissioner*. (PERBASI dalam Purnawan dkk, 2012:2)

Gerakan dalam permainan bola basket sangat kompleks yaitu gabungan dari jalan, lari, lompat, loncat, dan unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelenturan, dan lain-lain dimana unsur-unsur gerak tersebut terkoordinasi secara rapi sehingga memerlukan waktu yang cukup lama untuk menguasai teknik dasar. Apabila

teknik dasar dalam permainan bola basket dikuasai dengan mahir, maka akan menunjang keterampilan bermain selanjutnya. Untuk mencapai prestasi tinggi, setiap pemain harus menguasai teknik dan taktik sehingga dapat dibentuk satu regu yang kuat dan dapat bermain dengan baik. Penguasaan teknik dan taktik pada akhirnya bermuara pada kemampuan menembak bola (*shooting*) ke ring basket. Menurut Dinata (2008:29), dalam latihan menembak, faktor mendorong bola ke atas adalah penting (banyak anak, terutama putri, menembak hampir sama dengan mengoper, yaitu parabolnya kurang tinggi).

Bekaitan dengan uraian di atas, keberhasilan suatu regu dalam permainan bola basket ditentukan oleh keberhasilan dalam *shooting* bola ke dalam ring. Untuk dapat berhasil dalam *shooting* diperlukan teknik yang benar. Teknik yang baik menimbulkan efisiensi kerja dan berkat latihan yang teratur mendapatkan efektifitas yang baik pula. Pada dasarnya gerakan yang efisien adalah gerakan yang benar tanpa adanya kehilangan tenaga yang sia-sia.

Keberhasilan regu dalam permainan selalu ditentukan oleh keberhasilannya dalam *shooting*. Untuk dapat berhasil dalam *shooting* perlu dilakukan teknik-teknik yang benar. Keterampilan *shooting* perlu dilatih secara terus menerus karena *shooting* merupakan suatu keterampilan yang sangat penting. Latihan *shooting* harus meliputi semua jenis tipe *shooting* dari posisi yang berbeda dan dalam pola yang pemain sukai. Latihan *shooting* direncanakan secara sistematis sehingga setiap pemain akan bisa mempraktekkan yang paling disukai dalam pertandingan. Agar berhasil dengan baik maka setiap *shooting* perlu dilatih secara teratur dengan memperhatikan teknik *shooting* yang benar.

Dalam hal ini, setiap pemain bola basket harus berlatih mengarahkan dan menembak bola, sehingga bola mengarah ke ring dan jatuh tepat ke dalam keranjang.

Setiap pemain bola basket seperti yang sering ditampilkan dalam media utamanya media televisi umumnya memiliki kemampuan yang hampir sama antara satu dengan lainnya. Dalam olahraga bola basket setiap pemain harus menguasai *shooting* untuk dapat memperoleh kemenangan. Setiap pemain mempunyai fungsi yang sama yaitu sebagai penyerang maupun sebagai pemain bertahan. Pemain yang baik harus mengetahui waktu yang tepat untuk melakukan *shooting*, serta mempunyai keyakinan bahwa *shooting* yang dilakukannya akan berhasil. Seorang pemain juga harus bisa mengetahui posisi dimana saat ia harus melakukan *shooting* dan apakah dalam posisi penjagaan atau tidak, apakah pada saat diam ataupun melayang.

Uraian di atas menunjukkan bahwa ketepatan *shooting* pada permainan bola basket merupakan hal yang urgen, karena merupakan penentu kemenangan dari satu regu basket atas regu lainnya. Pada waktu melakukan *shooting* seorang pemain harus dapat memutuskan, apakah melakukan *shooting* pada saat diam ataupun melayang, serta memiliki keyakinan bola akan masuk ke dalam keranjang basket. Hal ini tentu saja memerlukan latihan-latihan yang intensif dan terjadwal.

Teknik *shooting* yang sering digunakan oleh para pemain bola basket dalam pertandingan bola basket adalah teknik *set-shoot* dan *jump-shoot*. Teknik ini digunakan karena kondisi pertandingan yang mengharuskan pemain melakukan hal tersebut. *Set-shoot*, dan *jump-shoot* adalah teknik *shooting* yang

dilakukan dengan diam di tempat, dan melompat. *Set-shoot* dan *jump-shoot* dapat dilakukan pada *free-throw*, *three-point*, *two-poin*.

Begitu fenomenalnya permainan bola basket, sehingga peneliti tertarik melakukan pengamatan terhadap permainan bola basket yang dilakukan oleh siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo. Dari kegiatan pengamatan ini terlihat adanya kecenderungan–kecenderungan ketidaktepatan melakukan *shooting*. Dari sekian puluh siswa yang melakukan *shooting* hanya beberapa orang saja yang mampu mengarahkan bolanya ke ring basket dan memasukkan bola ke dalam keranjang, sedangkan yang lain relatif tidak mampu mengarahkan bolanya ke ring, apalagi masuk ke dalam keranjang basket.

Kondisi seperti diuraikan di atas patut mendapatkan perhatian, terutama dari guru pendidikan jasmani dan kesehatan di sekolah tersebut. Perhatian diperlukan mengingat bahwa olahraga basket merupakan olahraga fenomenal, disamping menjadi salah satu topik pembelajaran yang diberikan kepada siswa. Dari topik yang dibelajarkan pada permainan bola basket, salah satu kompetensinya adalah kemampuan melakukan *shooting* atau menembak bola basket ke ring atau keranjang basket.

Bertolak dari hal tersebut peneliti melakukan identifikasi awal guna mengetahui penyebab ketidakmampuan *shooting* pada permainan basket oleh siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo. Dari kegiatan ini diperoleh data awal bahwa diduga salah satu penyebab ketidakmampuan siswa melakukan *shooting* tersebut adalah minimnya latihan-latihan menembakkan bola yang dilakukan oleh siswa. Dugaan lainnya, latihan menembak bola atau *shooting*, baik *shooting* pada

saat diam (*set-shoot*) maupun melompat atau melayang (*jump-shoot*) belum terprogram dengan baik oleh guru melalui melalui kegiatan pembelajaran, maupun oleh siswa melalui kegiatan ekstrakurikuler. Yang tampak selama ini kegiatan latihan *shooting* bola basket hanya dilakukan oleh siswa-siswa tertentu saja. Akibatnya, hanya siswa-siswa tertentu saja yang mampu melakukan *shooting* bola basket dengan sempurna, sedangkan siswa lainnya relatif tidak mampu.

Hal lain yang juga merupakan temuan adalah durasi siswa berlatih *shooting* atau menembak bola ke ring basket dengan menggunakan teknik *jump-shoot* lebih dominan dari pada teknik *set-shoot* pada setiap permainan bola basket yang dilakukan oleh siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo. Alasan siswa tersebut bahwa menembak bola dengan melompat (*jump-shoot*) bola tidak mudah dihalangi oleh lawan. Hal ini mengakibatkan kemampuan siswa menembak bola (*shooting*) dengan teknik *jump-shoot* relatif lebih baik dibandingkan dengan teknik *set-shoot*. Dalam hal ini, bola yang ditembakkan dengan posisi melayang atau melompat lebih banyak masuk ke dalam keranjang bola daripada posisi diam ketika menembakkan bola. Dengan kata lain, latihan dengan menggunakan teknik, baik teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* ikut berpengaruh terhadap ketepatan bola basket yang ditembakkan oleh siswa.

Identifikasi awal yang memunculkan dugaan sementara peneliti sebagaimana diuraikan di atas tentu saja belum dapat diterima, tanpa diawali dengan kajian yang mendalam mengenai permasalahan tersebut. Bertolak dari hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan memformulasikan judul:

Perbedaan Latihan *Set-shoot* dan *Jump-shoot* Terhadap Ketepatan *Shooting* pada Permainan Bola Basket Siswa Kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang diuraikan di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan pada permainan bola basket di kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo, sebagai berikut.

1. Latihan teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* diperlukan guna melatih ketepatan *shooting* pada permainan bola basket.
2. Latihan teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* pada permainan bola basket belum terprogram dengan baik, sehingga belum berpengaruh terhadap ketepatan *shooting*.
3. Teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* yang diterapkan pada permainan bola basket memberikan hasil yang berbeda dalam ketepatan *shooting*.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan pada penelitian ini sebagai berikut:

1. Apakah latihan teknik *set-shoot* berpengaruh terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket?
2. Apakah latihan teknik *jump-shoot* berpengaruh terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket?
3. Apakah ada perbedaan antara latihan teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket?

1.4 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan latihan teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket siswa kelas VIII SMP Negeri 8 Gorontalo, yang dapat diuraikan sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan teknik *set-shoot* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan teknik *jump-shoot* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket.
3. Untuk mengetahui perbedaan antara latihan teknik *set-shoot* dan *jump-shoot* terhadap ketepatan *shooting* pada permainan bola basket.

1.5 Manfaat Penelitian

Pelaksanaan penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik manfaat teoritis maupun praktis, sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi siswa

Pelaksanaan penelitian ini kiranya dapat memotivasi siswa untuk meningkatkan kualitas permainan olahraga basket khususnya menyangkut teknik *shooting*.

2. Bagi guru

Pelaksanaan penelitian ini hendaknya dapat memacu guru melatih siswanya dalam permainan olahraga bola basket, khususnya latihan melakukan *shooting*.

3. Bagi sekolah

Pelaksanaan penelitian ini hendaknya dapat dijadikan momentum oleh pihak sekolah dalam meningkatkan kualitas siswa pada permainan olahraga basket.

4. Bagi peneliti

Pelaksanaan penelitiian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa, khususnya dalam latihan melakukan *shooting*.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi siswa

Hasil penelitian ini hendaknya memacu siswa berlatih melakukan *shooting* pada permainan olahraga basket, baik dengan menggunakan teknik *set-shoot* maupun *jump-shoot*.

2. Bagi guru

Hasil penelitian ini hendaknya dijadikan titik awal guru dalam melahirkan siswa-siswa yang berprestasi dalam olahraga basket.

3. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan oleh para guru olahraga mengenai pemberdayaan kemampuan teknik *shooting* para siswa yang lebih efektif, baik melalui teknik *set-shoot* maupun *jump-shoot*.

4. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi siswa untuk melakukan teknik *shooting*, baik dengan menggunakan teknik *set-shoot* maupun *jump-shoot*.