

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **I.I Latar Belakang**

Pendidikan merupakan hal mutlak dan esensial dalam perkembangan hidup suatu bangsa untuk mencapai kemajuan dalam ilmu pengetahuan dan teknologi. Usaha memajukan pendidikan tersebut perlu direalisasikan dalam kegiatan yang berbentuk seperti pengadaan sarana dan prasarana, tenaga akademisi yang terampil, sistem dan pengajaran, dan revisi kurikulum yang sesuai dengan kebutuhan pasar kerja. Semua kegiatan di atas ini sangat membutuhkan perencanaan yang matang dari pemerintah dan penyelenggara pendidikan yang bertanggung jawab dalam kemajuan bangsa.

Guru adalah sebagai penyelenggara pendidikan sekaligus sebagai motivator utama dalam proses pembelajaran dan mempunyai peranan yang sangat penting dalam rangka pencapaian tujuan. Disamping itu kualitas guru sangat berpengaruh terhadap kualitas anak didik. Suatu kegiatan belajar mengajar akan lebih baik bila ditunjang oleh kemampuan guru dalam menciptakan suatu interaksi yang bertujuan

Sekolah adalah sebagai wadah pendidikan dimana guru memberikan pelayanan berupa pengajaran. Berbagai macam pengajaran yang salah satunya adalah pengajaran tentang olahraga atau yang lebih dikenal dengan pendidikan jasmani dan kesehatan .

Kegiatan olahraga di sekolah perlu mendapat perhatian yang lebih khusus karena begitu pentingnya kegiatan olahraga, maka pemerintah memasukan

kegiatan tersebut dalam program pendidikan, mulai dari taman kanak-kanak sampai pada perguruan tinggi.

Salah satu diajarkan dalam olahraga atau pendidikan jasmani dan kesehatan adalah permainan bola basket. Permainan bola basket merupakan permainan bola besar yang mana sangat menguras tenaga, untuk setiap pemain atau siswa diharapkan dapat melakukan aktivitas secara berkala dan harus di tunjang oleh kondisi fisik yang baik. Didalam permainan bola basket terdapat beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh setiap pemain atau siswa. Diantaranya mengoper bola, menerima bola, dan memasukan bola keranjang (*ring*). Cara dan teknik memasukan bola keranjang (*ring*) diantaranya melakukan tembakan melompat sambil mendekati ring atau *lay up shoot*. Kurang yang dialami berupa kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar tembakan melompat sambil mendekati keranjang (*lay up shoot*) antara lain disebabkan oleh kurangnya keterampilan tentang teknik dasar dalam melakukan *lay up shoot*.

Hal ini dilihat oleh peneliti di sekolah tempat pelaksanaan PPL, dalam proses pembelajaran mengenai teknik dasar bola basket khususnya teknik dasar tembakan melompat sambil mendekati keranjang (*lay up shoot*) hanya ada 7-8 orang siswa yang dapat melaksanakannya. Hal ini bila dibiarkan berlarut-larut tanpa ada pemecahannya akan mengakibatkan rendahnya kemampuan siswa dimasa yang akan datang. Oleh karena itu untuk meningkatkan prestasi bola basket ini perlu adanya perhatian dari guru mata pelajaran dan juga pembinaan yang baik serta mengerti tentang kelemahan yang di alami oleh siswa.

Mengacu pada permasalahan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian tindakan dengan judul “ pengaruh pelatihan *pliometrik* dengan *multiple jump* terhadap kemampuan melakukan *lay up shoot* pada permainan bola basket siswa SMA N 2 Limboto”.

## 1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Apakah pengaruh pelatihan *plyometrik* dengan *multiple jump* berpengaruh terhadap kemampuan melakukan *lay up shoot*?
2. Bagaimana pelatihan *plyometrik* dengan *multiple jump* berpengaruh pada kemampuan melakukan *lay up shoot*?
3. Adakah korelasi pelatihan *plyometrik multiple jump* dengan kemampuan *lay up shoot*?

## 1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut : apakah dengan latihan *pliometrik* dapat berpengaruh pada kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket?, bagaimana seorang siswa melakukan *lay up shoot* yang baik?, apakah dengan pelatihan pliometrik *multiple jump* dapat berpengaruh terhadap kemampuan melakukan *lay up shoot* pada permainan bola basket siswa SMAN 2 Limboto?

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan permasalahan diatas, maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah untuk menguji dan mendapatkan gambaran tentang pengaruh latihan *plyometrik* dengan *multiple jump* terhadap kemampuan *lay up shoot* pada permainan bola basket.

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoretis

Hasil dari penelitian ini bermanfaat sebagai tambahan ilmu dan informasi bagi siswa SMAN 2 Limboto tentang perlunya latihan *plyometrik multiple jump* terhadap kemampuan *lay up shoot* pada permainan bola basket dan sebagai tambahan pengetahuan bagi guru Pendidikan Jasmani dan Kesehatan, pelatih, dan pembina olahraga bola basket mengenai bentuk latihan yang dapat di terapkan untuk meningkatkan kemampuan melakukan *lay up shoot* pada permainan bola basket

##### 2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dan sebagai petunjuk bagi pembaca dan peneliti selanjutnya dan merupakan sebuah pengalaman berharga bagi peneliti dalam rangka pengembangan ilmu pengetahuan dan aplikasi di sekolah.