

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Bagi suatu bangsa pendidikan merupakan sarana untuk menumbuh kembangkan manusia - manusia yang mempunyai pengetahuan dan ilmu yang bermacam - macam baik dilingkungan pendidikan maupun luar pendidikan yang disusun secara ilmiah sehingga menjadi suatu pegangan bagi tiap - tiap individu baik yang menyelenggarakan maupun tidak menyelenggarakan yang dilaksanakan sesuai dengan kebudayaan bangsa itu sendiri.

sebagai system pendidikan nasional yang orientasinya sangat jelas dalam tujuan pendidikan nasional yang ingin dicapai yaitu sehat jasmani dan rohani. Dengan demikian peran pendidikan jasmani dalam rangka peningkatan kualitas sumber daya manusia memegang peranan yang sangat penting dan strategis dalam pengembangan pembelajaran maupun pengembangan kearah olahraga prestasi (atlet). Pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan merupakan suatu proses pendidikan yang dilaksanakan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh kemampuan dan ketrampilan sesuai pembahan fisik dan mental. Aktivitas jasmani yang dimaksud di atas merupakan kegiatan yang dilakukan oleh mahasiswa untuk meningkatkan ketrampilan - ketrampilan motorik serta kemampuan yang mencakup aspek kognitif, afektif dan psikomotor.

Peningkatan kualitas pembelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan di jurusan kepelatihan perlu dilakukan secara terpadu, sistematis, bertahap dan

berkesinambungan. Sebagian besar masyarakat menganggap olahraga sebagai sebuah kebutuhan yang harus dipenuhi, anggapan tersebut merupakan sesuatu yang dapat membangkitkan semangat olahraga dimasa yang akan datang. Pendidikan jasmani dan olahraga terdiri dan beberapa macam cabang olahraga yang diharapkan mampu mengembangkan siswa sesuai dengan tujuan pendidikan yang ingin dicapai sesuai dengan kemampuan yang dimilikinya. akan tetapi cabang olahraga yang dimaksud adalah cabang olahraga bola basket.

Olahraga yang ada di negara Indonesia adalah usaha pembinaan olahraga yang tidak terpisahkan dan usaha pendidikan nasional. Pembinaan olahraga yang dimaksud merupakan suatu tugas pendidikan, karena itu perlu dilaksanakan oleh semua jenjang pendidikan di universitas atau sekolah. Melalui aktivitas olahraga yang ada akan tetapi keseimbangan dan kesegaran jasmani mahasiswa disamping memperoleh ilmu pengetahuan.

Pengembangan dan pembinaan cabang olahraga bola basket seperti halnya dengan cabang olahraga lainnya, ditentukan oleh berbagai faktor yang terkait seperti faktor atlet itu sendiri maupun faktor pelatih yang berkualitas, sarana dan prasarana, organisasi olahraga yang baik dan efektif serta adanya suasana dorongan dan masyarakat dan pemerintah, maupun ditunjang dengan dana yang memadai.

Prestasi olahrag bola basket dalam dekade ini boleh dikatakan sedikit demi sedikit mengalami kemajuan. ini dapat dilihat pada beberapa cabang olahraga yang mengukir prestasi, baik. Pada tingkat nasional maupun di tingkat internasional, Prestasi yang telah dicapai perlu terus di kembangkan secara optimal untuk

mengharumkan dan meningkatkan derajat bangsa. Oleh karena itu ada usaha yang berkesinambungan untuk meningkatkan prestasi olahraga khususnya pada cabang olahraga bola basket.

Berdasarkan pengamatan secara langsung maupun melalui media-media pada setiap perlombaan pada kejuaraan bola basket baik tingkat daerah, nasional, regional, maupun pada tingkat internasional, terlihat cabang olahraga bola basket memiliki peluang yang sangat baik, ini disebabkan karena cabang olahraga bola basket pada setiap perlombaan sering mendapat penghargaan atau medali. Dalam kerangka tersebut di atas pembinaan cabang olahraga bola basket harus dilakukan agar nantinya mampu berbicara perestasi pada tingkat Asean atau dunia nantinya, lebih khususnya para siswa bisa mengharumkan nama baik sekolah ditingkat nasional melalui kejuaran-kejuaran antar pelajar atau provinsi se - Indonesia nantinya.

Cabang olahraga bola basket, pada siswa di SMA negeri 2 buladu masih sangat kurang atau masih rendahnya prestasi. Hal ini bisa dilihat kurangnya kemampuan siswa terhadap teknik dasar pada permainan bola basket selain itu ada beberapa faktor-faktor diantaranya: a). kurangnya event - event yang diikuti oleh siswa khususnya bola basket, sehingga hasilnya belum memuaskan atau belum seperti apa yang diharapkan. b). kurangnya pelatih, adanya tugas rangkap dan pelatih atau guru olahraga. c). kurangnya kompetisi ataupun perlombaan bola basket antar siswa, d). kurangnya motivasi dan siswa untuk berprestasi di bidang olahraga khususnya pada permainan bola basket. Dari beberapa faktor yang telah disebutkan di atas ada dua hal yang harus untuk peningkatan prestasi siswa khususnya bola basket yaitu

memberikan pemahaman tentang dasar yang baik dan benar dalam melakukan bola basket serta mengubah metode ataupun strategi pembelajaran yang tepat serta sesuai dengan karakteristik siswa. Dengan diterapkan strategi pembelajaran yang tepat maka akan sangat terlihat hasil peningkatan dari bola basket itu sendiri.

Sangat banyak strategi pembelajaran yang telah ada, tetapi peneliti akan menerapkan strategi pembelajaran yaitu *isolation training* yang diharapkan dapat memberikan peningkatan pada siswa dalam prestasi bola basket. Pengembangan dan peningkatan olahraga prestasi khususnya untuk bola basket, tidaklah berbeda dengan peningkatan prestasi pada cabang olahraga yang lainya yakni senantiasa difokuskan pada pelaksanaan latihan kondisi fisik antara lain adalah latihan *box jump* pada *power* tungkai. Sehubungan dengan hal tersebut, maka faktor penunjang prestasi yang harus dimiliki oleh seorang siswa sangat tergantung pada kekuatan atau *power*. Demikian pula untuk mencapai prestasi yang diharapkan memerlukan pembinaan yang teratur, terarah, sistematis, dan harus melakukan latihan yang cukup berat dan terprogram, dengan teknik-teknik yang benar.

Mengingat keberhasilan siswa sangat ditentukan antara lain oleh latihan *box jump*, maka hal tersebut yang mendorong peneliti untuk mengadakan penelitian secara ilmiah, dengan formulasi judul sebagai berikut : **“Pengaruh Latihan *Box Jump* Terhadap *Hook Shoot* Dalam Cabang Olahraga Bola Basket Pada Siswa SMA Negeri 2 Buladu”**

## **1.2. Indetifikasi Masalah**

Dari latar belakang masalah di atas, maka penulis dapat mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

“apakah terdapat pengaruh latihan *box jump* terhadap *hook shot*”?,

## **1.3 Perumusan Masalah**

Berdasarkan masalah yang telah dikemukakan sebelumnya. maka masalah dan penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. apakah terdapat pengaruh latihan *box jump* terhadap *hook shot*”?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui :

- 1). Mengetahui pengaruh latihan *box jump* terhadap *hook shot* dalam cabang olahraga bola basket pada siswa SMA Negeri 2 Buladu”.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Praktis**

1. Manfaat bagi Siswa

Siswa mampu melakukan sendiri bentuk latihan tersebut agar kemampuan untuk melakukan *hook shoot* lebih baik dalam cabang olah raga bola basket.

2. Manfaat bagi Guru

Dapat dijadikan pedoman untuk melatih siswa khususnya dalam cabang olahraga bola basket serta dalam pembuatan program latihan.

3. Manfaat bagi Sekolah

Manfaat untuk sekolah adalah hasil dari kemampuan siswa meningkat sehingga menunjang prestasi olahraga di sekolah itu sendiri.

#### 4. Manfaat bagi Peneliti

Mendapat satu pengalaman yang sangat berharga, berupa metode melatih dan membuat program latihan yang tepat untuk sebuah pelatihan olahraga terhadap siswa.

### 1.5.2 Manfaat teoritis

#### 1. Siswa

Menambah pengetahuan bagi siswa dalam meningkatkan kemampuan *hook shoot* dalam cabang olahraga bola basket melalui latihan *Box Jump* yang dilakukan secara teratur, terarah, dan berkesinambungan.

#### 2. Guru

Sebagai tambahan ilmu pengetahuan bagi guru dalam meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *hook shoot*.

#### 3. Sekolah

Sebagai nilai tambah untuk sekolah didalam untuk peningkatan kemampuan siswa melalui penerapan pelatihan yang dilakukan peneliti.

#### 4. Peneliti

Penelitian ini menambah wawasan pengetahuan peneliti, sehingga memiliki tambahan bekal ilmu untuk melatih siswa di kemudian hari.