

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 LatarBelakang

Pendidikan merupakan suatu upaya untuk membangun sumberdaya manusia. Mutu sumberdaya manusia dapat ditingkatkan dengan meningkatkan mutu pendidikan. Mutu pendidikan dapat ditingkatkan secara efektif apabila kegiatan atau proses pembelajaran ditingkatkan sekolah diharapkan mampu mencari inovasi dan cara baru untuk membuat para siswa dapat memperoleh pengetahuan dan pemahaman terhadap pelajaran dengan sebaik-baiknya, baik dengan berbagai macam metode pendekatan, maupun melalui latihan-latihan yang mencakup seluruh cara untuk memperoleh kualitas pendidikan seperti yang diharapkan. Untuk menunjang hal tersebut, maka kesehatan sangatlah utama agar kegiatan pembelajaran yang ada disekolah berjalan sesuai harapan kita bersama.

Olahraga tentu sangat penting untuk kelangsungan hidup masyarakat. Dewasa ini olahraga mempunyai peranan yang sangat serius untuk membentuk manusia yang sehat fisik dan mental, serta mempunyai kemampuan untuk berfungsi lebih baik dalam pembangunan. Hal ini sesuai dengan panji olahraga yaitu memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat. Saat ini olahraga telah menunjukkan kemajuan yang lebih baik dalam meningkatkan prestasi olahraga ditanah air. Salah satunya adalah pada cabang olahraga bola basket, yang sekarang telah menjadi populer dikalangan masyarakat.

Pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi di laksanakan dan di arahkan untuk mencapai prestasi olahraga pada tingkat daerah, nasional, dan internasional. Pembinaan di lakukan oleh induk organisasi cabang olahraga Basket dengan memperdayakan perkumpulan olahraga untuk menumbuh kembangkan serta pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah dalam menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Upaya peningkatan prestasi olahraga, perlu terus di laksanakan pembinaan olahragawan sendiri. mungkin melalui pencarian dan pemantauan bakat, pembibitan, pendidikan dan pelatihan olahraga prestasi yang di dasarkan pada

ilmu pengetahuan dan teknologi secara efektif serta peningkatan kualitas organisasi olahraga baik tingkat daerah, tingkat nasional maupun tingkat internasional. Untuk membina atau melahirkan seorang atlet yang berprestasi diperlukan suatu proses pembinaan jangka panjang yang memerlukan penanganan secara sistematis, terarah, berencana, konsisten, dan dilakukan sejak dini atau usia anak sekolah dasar.

Patut kita ketahui bersama bahwa olahraga saat ini menjadi gejala sosial yang tersebar luas diseluruh dunia. Olahraga dapat digunakan dan diarahkan dalam berbagai tujuan sehingga pengertian olahraga tersebut belum terdapat kesatuan yang serasi dengan majunya ilmu pengetahuan dan teknologi, olahraga disetiap negara-negara maju, termasuk indonesia meghadapi tantangan untuk meningkatkan dan memelihara kesegaran jasmani maupun rohani. Apabila kesegaran jasmani di indonesia sudah baik maka prestasi para atlet disemua cabang olahraga akan jauh lebih baik dan akan banyak melahirkan atlet-atlet yang berprestasi termasuk pada cabang olahraga bola basket.

Permainan Bola basket merupakan olahraga permainan bola besar, yang dimainkan oleh dua tim. Masing-masing tim beranggotakan lima orang pemain dengan tujuan untuk mendapatkan poin, dengan memasukan bola ke keranjang atau kering basket lawan. Permainan bola basket ini juga merupakan salah satu cabang olahraga yang ada didalam program pendidikan jasmani yang dilaksanakan diperguruan tinggi dan disekolah-sekolah. Melalui pembelajaran bola basket maka diharapkan akan dapat meningkatkan kebugaran jasmani dan rohani, watak disiplin, kesehatan, semangat bermain, serta meningkatkan prestasi dalam cabang olahraga bola basket.

Perkembangan prestasi cabang olahraga basket, khususnya di sekolah saat ini sangat memprihatinkan karena kurangnya sarana dan prasarana yang memadai untuk mendukung proses pembelajaran. Maka dari itu pemerintah dan pihak sekolah harus bertindak cepat dan memperhatikan hal-hal apa yang dibutuhkan untuk menunjang proses pembelajaran yang ada disekolah tersebut, guna meningkatkan minat dan bakat para siswa khususnya pada cabang olahraga bola basket. pihak sekolah harus menyiapkan fasilitas-fasilitas olahraga yang memadai

dan membuat program-program latihan seperti ekstra kulikuler agar supaya prestasi para siswa dapat meningkat. Banyak faktor-faktor yang dapat meningkatkan prestasi para atlet yaitu latihan secara rutin, latihan fisik, serta taktik dan koordinasi dalam suatu tim harus diperkuat. Komponen-komponen ini merupakan satu kesatuan yang tidak dapat dipisahkan, maka dari itu penguasaan kemampuan dalam melakukan *passing* dalam permainan bola basket yaitu teknik dasar Chest pass, Bounce Pass, dan Overhead pass harus dilatih setiap saat.

Dikalangan para siswa bahwa teknik dasar *passing* dalam permainan bola basket mudah untuk dilakukan. Maka sama halnya dengan hasil observasi yang dilakukan oleh peneliti pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango, dimana pada saat Siswa melakukan *passing* yang terdiri dari teknik dasar *chest pass*, *Bounce pass* dan *Overhead pass* sesuka mereka tanpa memperhatikan tekni-teknik dasar *passing* dengan baik dan benar. Maka dari itu teknik dasar *passing* yang dihasilkan tidak maksimal, salah satu penyebab tidak maksimalnya *passing* yang dilakukan oleh para siswa karena kurangnya kemampuan otot lengan siswa saat melakukan *passing* tersebut.

Agar dapat melakukan teknik dasar *passing* dengan maksimal pada permainan bola basket maka komponen-komponen seperti, daya ledak otot lengan, latihan saat melepar atau melepaskan bola dengan tepat pada sasaran sangat menentukan. Oleh karena itu perlu adanya suatu metode latihan yang terdapat kekuatan otot-otot tersebut khususnya otot lengan, dimana sangat berperan penting otot lengan pada saat melakukan *passing* dengan baik dan benar. Maka hal yang paling penting latihan yang berkaitan erat dengan kemampuan pada saat melakukan *passing* dan untuk meningkatkan daya ledak otot lengan adalah latihan *push up* secara teratur.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latarbelakang masalah tersebut diatas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat di identifikasi sebagai berikut:

Kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan teknik dasar *passing*, kurangnya kekuatan otot lengan siswa untuk dapat melakukan teknik dasar *passing*. Sarana dan prasarana kurang memadai

1.3 Pembatasan Masalah

Seperti yang telah dijelaskan sebelumnya bahwa untuk memenuhi ketentuan dalam suatu penelitian perlu diadakan masalah. Hal ini dilakukan agar permasalahan jelas sehingga memungkinkan peneliti untuk mengidentifikasi faktor-faktor apa saja yang termasuk dalam ruang lingkup permasalahan dan faktor mana tidak berpengaruh.

Dari sekian banyak masalah yang telah diidentifikasi maka ruang lingkup penelitian ini dibatasi pada masalah yang berhubungan dengan penelitian yaitu latihan *push up* sebagai variabel bebas dan kemampuan *passing* sebagai variabel terikat.

Latihan yang diterapkan dalam penelitian ini adalah latihan *push up*. Latihan *push up* yaitu suatu cara yang digunakan dalam meningkatkan kemampuan otot lengan. Kondisi ini secara tidak langsung membawa siswa pada saat melakukan *passing* yang sesungguhnya dengan kemampuan otot lengan, siswa dapat melakukan *passing* secara maksimal. Oleh karena itu penerapan latihan *push up* merupakan hal yang sangat penting guna meningkatkan kemampuan *passing* pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango.

1.4 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan batasan masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : **“Apakah Ada Pengaruh Latihan *Push up* Terhadap Kemampuan *Passing* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Putra Kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango?”**

1.5 Kegunaan Hasil Penelitian

Manfaat dalam penelitian ini terdiri dari manfaat secara teoritis dan manfaat secara praktis:

1.5.1 Manfaat Teoritis.

Penelitian ini diharapkan memberikan sumbangan pemikiran tentang efektifitas latihan *push up*, khususnya guru olahraga dan untuk memberikan data yang empiris dengan dukungan teori latihan.

1.5.2 Manfaat Praktis.

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat Meningkatkan kemampuan *Passing* dalam permainan bola basket, khususnya pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai acuan dan informasi bagi guru dalam meningkatkan kemampuan *passing*.

c. Bagi sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan khususnya materi tentang *Passing* dalam permainan bola basket . Selain itu juga sebagai bahan masukan bagi SMP Negeri 1 Kabila Kabupaten Bone Bolango

d. Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga bagi peneliti khususnya tentang *Passing* agar nantinya peneliti bisa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.