

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Dalam pendidikan jasmani pada hakekatnya proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas fisik yang menghasilkan perubahan aktifitas perubahan kualitas hidup individu tersebut, baik dalam hal fisik, mental, dan emosional. Pendidikan jasmani merupakan bagian penting dari proses pendidikan, karena melalui pendidikan jasmani yang di arahkan dengan baik anak akan mengembangkan keterampilan yang berguna untuk pengisian waktu senggang, terlibat dalam aktifitas yang kondusif untuk mengembangkan hidup sehat, berkembang secara sosial dan memberikan sumbangsi pada kesehatan fisik dan mentalnya, pendidikan olahraga yang biasanya di dapat oleh siswa bukan saat pada jam pembelajaran pendidikan jasmani melainkan di dapatkan dari kegiatan ekstrakurikuler yang di laksanakan oleh sekolah tersebut, karena pendidikan jasmani siswa tidak dapat berbuah pembelajaran lebih mendalam berbeda dengan kegiatan ekstrakurikuler

Keberhasilan meningkatkan pendidikan jasmani di sekolah sangat di tentukan oleh guru, guru memberikan peran penting dari pengarahan atau materi ajar kepada siswa, atau materi tersebut terlalu susah sehingga sukar untuk di mengerti oleh siswa, tujuan proses belajar mengajar adalah perubahan perilaku siswa efektif, kognitif dan psikomotor yang di harapkan menjadi pembelajaran setelah proses belajar mengajar berakhir, untuk dapat mencapai tujuan tersebut, guru harus dapat memiliki bahan metode pembelajaran, model pembelajaran yang di gunakan serta alat pembelajaran yang sesuai dengan karakteristik materi pembelajaran.

Permainan Bola Basket dimainkan oleh dua regu yang berlawanan, tiap-tiap regu yang melakukan permainan di lapangan terdiri dari 5 orang, sedangkan pemain pengganti sebanyak-banyaknya 7 orang, sehingga tiap regu paling banyak terdiri dari 12 orang. Secara garis besar permainan Bola Basket di lakukan dengan mempergunakan tiga unsur tehnik yang menjadi pokok permainan, yakni

:mengoper dan menangkap Bola(passing),menggiring Bola(dribbling),serta menembak(shooting),dari beberapa tehnik dasar di atas,tehnik passing merupakan tehnik terpenting dalam setiap permainan Bola Basket,ketika satu tim memiliki kemampuan passing yang baik.sehingga permainan itu akan terlihat lebih hidup,dan akan terlihat kekompakan sebuah tim dalam bermain.salah satu tehnik passing dalam permainan Bola Basket yakni *chest pass* atau lemparan dada.passing ini paling banyak di gunakan dalam permainan Basket,passing ini di gunakan dalam jarak jangkauan dekat dengan teman setim, sehingga seorang pemain Basket harus menguasai betul tehnik passing ini.

Berdasarkan observasi di lapangan, yakni dengan melakukan tinjauan langsung di sekolah yang ada di kabupaten Bone Bolango, yakni di SMP NEGERI 1 TAPA, prestasi olahraga khususnya di cabang Bola Basket itu masih kurang memuaskan dari apa yang di harapkan. Karena hanya mengarah pada minat dan bakat dan tidak mengarah pada pengembangan diri karena dengan pengembangan diri siswa dapat menguasai satu cabang olahraga yang mereka minati. Selain itu, faktor penyebab lainnya yakni pada praktek lapangan dimana kurang prestasinya siswa dalam permainan Bola Basket, lemahnya siswa melakukan gerakan *chest pass* dan tidak adanya kekuatan dalam melakukan *chest pass* pada permainan Bola Basket, untuk itu perlu adanya latihan yang dilakukan guru untuk menunjang efektifnya gerakan *chest pass* di SMP NEGERI 1 TAPA.

Berdasarkan hal di atas, kekurangan mereka pada *chest pass* Bola lebih mudah di rebut oleh lawan, sehingga peluang untuk mengatur pola permainan itu masih kurang, karena bola lebih banyak di kuasai oleh lawan, sehingga peluang untuk mendapatkan kemenangan itu masih sulit.Selah satu alternatif yang dapat di gunakan adalah dengan gerakan *push up*, karena tujuan latihan *push up* untuk mengukur daya tahan lengan dan bahu, latihan *push up* memiliki daya tahan dan kekuatan otot tangan menghasilkan kekuatan dalam melakukan gerakan *Chest pass* agar menghasilkan dorongan yang kuat, dengan latihan *push up* kita dapat melibatkan komponen gaya jarak dan waktu, kurangnya kekuatan otot lengan yang mereka miliki, keberhasilan melakukan *Chest pass* pada saat bola di pegang

dengan kuat oleh kedua tangan saat melakukan dorongan dari depan dada dengan bantuan otot lengan.

Sehingga ini yang menjadi landasan oleh peneliti, untuk melakukan penelitian secara ilmiah di SMP NEGERI 1 TAPA, penelitian bertujuan untuk melihat apakah latihan *push up* dapat berpengaruh pada kemampuan siswa dalam melakukan *chest pass*, sehingga penelitian ini di formulasikan dengan judul : “pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *chest pass* dalam permainan Bola Basket pada siswa putra kelas VIII SMP NEGERI 1 TAPA”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang permasalahan di atas, maka penulis mengidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Apa yang menyebabkan prestasi olahraga Basket di SMP NEGERI 1 TAPA kurang berkembang?
2. Apakah penyebab dari kurangnya keterampilan mereka saat melakukan *chest pass*?
3. Apakah dengan latihan *push up* dapat menambah kemampuan mereka dalam melakukan *chest pass*?

## **1.3 Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : **“Apakah ada pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *chest pass* dalam permainan Bola Basket pada siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 TAPA?”**

## **1.4 Kegunaan Hasil Penelitian**

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

### **1.4.1 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.

#### **1.4.2 Manfaat Praktis.**

1) Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat Meningkatkan kemampuan *chest pass* dalam permainan bola basket, khususnya pada siswa putrakelas VIII SMP Negeri 1 TAPA.

2) Bagi guru

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

3) Bagi sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan khususnya materi tentang *chest pass* dalam permainan bola basket . Selain itu juga sebagai bahan masukan bagi SMP Negeri 1 TAPA.

4) Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga bagi penelitikhususnya tentang *chest pass* nantinya peneliti bisa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.