

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pendidikan jasmani merupakan bagian penting bagi perkembangan manusia untuk mencapai tujuan pendidikan secara menyeluruh. Oleh karena itu, pendidikan jasmani bukan hanya merupakan sarana penunjang pendidikan, melainkan juga mewujudkan pembangunan bangsa. Dalam kurikulum pendidikan jasmani olahraga cukup mendominasi materi pembelajaran padahal olahraga ini merupakan fisik yang kompleks termasuk di dalamnya “Close Skill, Open Skill dan kombinasi skill” dan bahkan tidak semua anak siap untuk menerimanya, untuk itu perkembangan dan modifikasi sangat penting .

Pendidikan jasmani merupakan komponen pendidikan secara keseluruhan. Perkembangan olahraga di Indonesia pada akhir-akhir ini nampaknya semakin meningkat. Dari berbagai usaha pemerintah untuk mengadakan kegiatan olahraga pada masyarakat sudah dapat di lihat dari berbagai hasil kejuaraan. Selain itu juga olahraga di masyarakat sudah semakin terlihat kegiatan ini terlihat dengan adanya gerak jasmani yang semakin dilakukan oleh masyarakat. Olahraga merupakan alat pemersatu dalam perjuangan bangsa oleh sebab itu pemerintah menganggap penting untuk mengajak masyarakat berolahraga penting untuk mengajak masyarakat berolahraga sehingga akan berkembang menjadi gerakan keolahragaan dengan moto “Tiada Hari Tanpa Olahraga”

Olahraga merupakan, suatu kegiatan jasmani yang dilakukan dengan maksud untuk memelihara kesehatan dan memperkuat otot tubuh. Kegiatan ini dalam perkembangannya dapat dilakukan sebagai kegiatan yang menghibur, menyenangkan atau juga dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan prestasi. Melalui pendidikan olahraga di harapkan akan tercipta bentuk manusia Indonesia yang tegap, sehat, kuat dan berjiwa sportif. Oleh karena itu olahraga bukan hanya sekedar mendidik sikap manusia untuk menyediakan sumber daya manusia yang kreatif dan dinamis.

Di dalam olahraga terdapat cabang-cabang olahraga yang dapat di mainkan oleh masyarakat baik di desa maupun di kota bahkan di perguruan tinggi. Permainan bola basket saat ini mulai di gemari oleh masyarakat Indonesia, dengan adanya kejuaraan basket seperti DBL,Campus league,WNBL,NBL, dll menambah minat mahasiswa untuk mempelajari olahraga basket dan mengikuti kejuaraan-kejuaraan tersebut, hampir seluruh dunia mengenal dan memainkan.

Olahraga basket ini, terutama di Amerika utara,China dan juga benua Eropa. Tidak boleh di lupakan juga, kaum wanita pun tidak mau ketinggalan di bidang bola basket ini. Dengan demikian olahraga basket bisa di mainkan oleh siapa saja termasuk anak-anak, permainan bola basket ini sangat menarik oleh karena dapat di mainkan oleh semua golongan umur. Permainan bola basket merupakan permainan yang di mainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari 5 pemain.

Dalam permainan bola basket sering kita pemain-pemain yang mempunyai kemampuan *shooting* yang baik dan dorongan bola dengan kekuatan tangan yang baik, tes dan pengukuran untuk mengetahui sebarapa besar kekuatan daya ledak otot lengan kita yang baik, dengan menggunakan tes yaitu *Push Up dan Dumbbell Press*. Tidak lupa latihan *shooting*, sehingga dalam melakukan *shooting* maka hasilnya akan memuaskan. Berdasarkan deskripsi mengenai harapan dan kenyataan di atas maka masalah yang timbul dari uraian tersebut adalah latihan apa yang dapat di andalkan untuk meningkatkan permainan bola basket.

Melihat perkembangan prestasi olahraga khususnya bola basket masih memprihatinkan, karena olahraga yang di kenal di tanah Gorontalo setelah sepak takraw dan sepak bola ternyata prestasi kurang memuaskan.Oleh karena itu agar dapat mencapai prestasi yang baik,mengajarkan atau melatih bermain bola basket yang baik dan benar dengan menekankan pada penguasaan teknik dasar bola basket dengan gerakan-gerakan teknik dasar yang beraneka ragam.

Teknik-teknik dasar tersebut yaitu *shooting, passing, lay up, jump shut*, dari teknik-teknik dasar yang ada terdapat salah satu teknik yang sering dianggap tidak penting untuk diberikan dalam latihan yaitu *shooting* bola basket.

Shooting permainan bola basket banyak orang memandang teknik ini cukup mudah untuk dilakukan sama halnya dengan hasil observasi saya di SMP Negeri 1 Kabila. Dimana para siswa biasanya melakukan *shooting* bola basket sesuka hati mereka yang membuat siswa setiap melakukan *shooting* bola basket tidak maksimal. Salah satu faktor yang menyebabkan siswa melakukan *shooting* bola basket tidak maksimal adalah kurangnya kekuatan daya ledak otot lengan siswa sehingga melakukan *shooting* bola basket tidak sesuai dengan tujuan dari *shooting* bola basket tersebut.

Agar dapat melakukan *shooting* bola basket dengan maksimal maka komponen-komponen seperti : Kekuatan daya ledak otot lengan yang menentukan. Oleh karena itu perlu adanya suatu latihan yang tepat untuk meningkatkan kekuatan otot tersebut.

Dimana kekuatan otot sangat berperan penting dalam melakukan *shooting* bola basket.

Latihan yang berkaitan erat dengan daya ledak otot lengan yaitu latihan *Push Up* dan *Dumbbell Press* untuk meningkatkan kemampuan *shooting* bola basket.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut di atas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut. Kurangnya kemampuan siswa dalam melakukan *shooting* bola basket, dan kurangnya kemampuan siswa dalam bermain bola basket.

1.3 Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan batasan masalah, maka permasalahan dalam penelitian ini dapat di rumuskan sebagai berikut :

“Apakah ada pengaruh latihan daya ledak otot lengan terhadap kemampuan *Shooting* pada permainan bola basket siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila?”

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan yang hendak dicapai pada penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting* pada permainan bola basket siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila .

. 1.5 Manfaat penelitian

Manfaat dalam Penelitian ini terdiri dari manfaat secara teoritis dan manfaat secara Praktis .

1.5.1 Manfaat Teoritis :

Penelitian ini di harapkan memberikan sumbangan pemikiran tentang efektifitas latihan daya ledak otot lengan yaitu *Push Up* dan *Dumbbell Press* terhadap *shooting* bola basket, khususnya peneliti sendiri sebagai guru olahraga nanti.

1.5.2 Manfaat Praktis :

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini di harapkan meningkatkan kemampuan *shooting* bola basket pada siswa sekolah menengah pertama khususnya siswa putra kelas VIII SMP Negeri 1 Kabila.

b. Bagi guru

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan acuan dan informasi bagi guru dalam meningkatkan kemampuan *shooting* bola basket.

c. Bagi sekolah

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran pendidikan jasmani olahraga kesehatan khususnya materi tentang *shooting* bola basket. Selain itu sebagai bahan masukan bagi siswa SMP Negeri 1 Kabila untuk meningkatkan kualitas pembelajaran.

d. Bagi peneliti

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