

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Bola Basket adalah salah satu pelajaran dalam pendidikan jasmani, untuk dapat bermain Bola Basket pemain harus menguasai teknik dasar dalam permainan Bola Basket, menurut Sumaryoto dan Soni Nopembri (2014 : 13) mengatakan keterampilan gerak dalam permainan Bola Basket adalah mengoper/*passing*, menggiring/*dribbling*, menembak ke ring/*shooting*. menempu satu kaki/*pivot*. Beberapa teknik dasar tersebut harus benar-benar di kuasai dalam bermain Bola Basket dan ketiga teknik tersebut memiliki peran fungsinya masing-masing. Dalam permainan Bola Basket di butuhkan beberapa teknik dasar dalam permainan Bola Basket salah satunya adalah teknik dasar *passing* yang terdiri dari *chest pass*, *bounce pass*, dan *overhead pass*. Masalah utama Pendidikan Jamani di Indonesia belum efektifnya pendidikan jasmani di sekolah sekolah, kondisi ini disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya terbatasnya kemampuan guru, prestasi yang di capai akhir-akhir ini kurang baik terutama di dalam cabang olahraga Bola Basket, seperti yang di sampaikan oleh guru olahraga cabang olahraga Bola Basket ini perlu mendapatkan perhatian, secara fisik peneliti meninjau masih banyak kekurangan dalam mencapai prestasi belajar khususnya di cabang olahraga Bola Basket, karena itu kurangnya pelatih atau guru yang mengerti tentang permainan Bola Basket.

Dari peng amatan peneliti dan berdasarkan penyampaian guru bidang studi pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan, persoalan yang di hadapi siswa SMA Negeri 1 Limboto barat pada saat sekarang ini banyaknya siswa yang masih rendah dalam melakukan gerakan teknik *passing bounce pass* dalam permainan Bola Basket akurasi yang baik. yaitu menggunakan dorongan tangan antara otot bahu dengan otot lengan. Berdasarkan keterangan yang ada diharapkan metode penelitian eksperimen ini meningkatkan kemampuan kekuatan dan prestasi pada siswa SMA Negeri

1 Limboto barat. Maka peneliti tertarik untuk meneliti Pengaruh latihan *Push up* terhadap kemampuan *bounce pass* dalam permainan Bola Basket Siswa kelas X SMA Negeri 1 limboto barat . Hasil penelitian ini akan membantu guru atau pelatih menemukan solusi yang tepat dalam bentuk latihan yang sederhana dan mudah dilaksanakan.

Berdasarkan penyampaian guru bidang studi pendidikan jasmani di SMA Negeri 1 Limboto barat, prestasi yang dicapai akhir-akhir ini kurang baik terutama di dalam pertandingan Bola Basket. Pembelajaran pendidikan jasmani Negeri 1 Limboto barat tidak terlepas dengan kendala yang di atas, yakni kendalanya pada praktek dilapangan, dimana kurang prestasinya siswa dalam permainan Bola Basket, lemahnya siswa dalam melakukan gerakan *passing bounce pass* dan tidak adanya kekuatan dalam melakukan *passing bounce pass* dalam permainan Bola Basket. Untuk itu perlu adanya latihan yang digunakan oleh guru untuk menunjang prestasi olahraga basket terutama dalam melakukan *passing bounce pass* dalam permainan Bola Basket pada siswa SMA Negeri 1 Limboto barat.

Salah satu alternatif yang dapat digunakan 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 untuk menghasilkan kekuatan dalam melakukan gerakan *passing bounce pass* agar menghasilkan dorongan yang kuat, dengan latihan *push up* kita dapat melibatkan komponen gaya, jarak dan waktu. Kurangnya kemampuan kekuatan otot lengan yang mereka miliki menyebabkan kejadian tersebut di atas. Keberhasilan melakukan *passing bounce pass*, pada saat ketika bola digenggam dengan kuat oleh kedua tangan, saat melakukan dorongan dari depan dada dengan bantuan otot lengan serta berlanjut kedepan untuk melepas pergelangan

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka permasalahan dalam penelitian ini diidentifikasi sebagai berikut : Apakah program latihan kurang tepat untuk meningkatkan kemampuan *bounce pass* dalam permainan Bola Basket?. Apakah peran guru dapat berpengaruh terhadap kemampuan *bounce pass* dalam permainan Bola Basket?. Apakah factor fisik siswa berpengaruh terhadap kemampuan melakukan gerakan *passing bounce pass* dengan akurat?. Adakah pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *bounce pass* dalam permainan Bola Basket?

1.3. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut : Adakah pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *bounce pass* dalam permainan Bola Basket pada siswa kelas X SMA Negeri 1 Limboto barat?

1.4. Tujuan penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas penelitian ini di harapkan dapat mengubah pengaruh latihan *push up* terhadap kemampuan *bounce pass* dalam permainan Bola Basket pada siswa SMA Negeri 1 limboto barat. Dengan demikian hal ini di jadikan pegangan bagi guru, pelatih olahraga guna pelaksanaan penelitian dan pembelajaran secara efisien dan efektif.

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun mamfaat yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut :

1.5.1. Secara teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dalam pengembangan ilmu tentang pembelajaran mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan.

1.5.2. Secara Praktis

Hasil penelitian dapat bermanfaat bagi pihak yang berikut:

a. Bagi siswa

Hasil penelitian ini di harapkan dapat meningkatkan kemampuan siswa dalam melakukan *passing bounce pass* dalam permainan Bola Basket.

b. Bagi guru mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan

Hasil penelitian ini di harapkan dapat dijadikan salah satu alternatif dalam pembelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya dalam permainan Bola Basket.

c. Bagi sekolah

Hasil penelitian ini di harapkan dapat di manfaatkan sebagai masukan untuk memperbanyak program pengembangan prestasi mata pelajaran pendidikan jasmani olahraga dan kesehatan khususnya permainan Bola Basket.

d. Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga bagi peneliti khususnya tentang permainan Bola Basket agar nantinya peneliti biasa mengimplementasikan ilmu pengetahuan untuk meningkatkan prestasi belajar siswa.