

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Kegiatan olahraga mencakup berbagai macam cabang seperti atletik, permainan, olahraga air, dan olahraga beladiri. Olahraga permainan yang dilakukan dalam proses pendidikan salah satunya adalah olahraga bola basket.

Bola basket adalah cabang olahraga permainan yang sangat digemari oleh banyak kalangan dewasa ini. Dari anak-anak, remaja, pelajar dan mahasiswa, sampai orang dewasa gemar akan olahraga ini. Hal ini ditandai dengan semakin merebaknya perkumpulan-perkumpulan bola basket di berbagai daerah, dan sering pula diselenggarakan pertandingan-pertandingan bola basket antar wilayah atau daerah baik yang bersifat umum maupun pelajar atau mahasiswa. Melalui olahraga ini dapat diperoleh beberapa manfaat antara lain adalah persendian menjadi baik, otot-otot menjadi kuat, peredaran darah menjadi lancar, pernafasan tidak terhambat dan pemikiran dilatih untuk dapat memecahkan masalah dengan cepat dan tepat.

Dalam perkembangannya, olahraga telah menjadi kebutuhan bagi masyarakat untuk menjaga serta meningkatkan kondisi fisik tubuh agar tetap bersemangat dalam melakukan kegiatan sehari-hari serta berkemampuan untuk berprestasi dengan baik.

Prestasi semata-mata tidak ditentukan oleh kemahiran dalam penguasaan teknik, namun juga ditentukan oleh persiapan melalui latihan maksimal secara sistematis dan berkelanjutan. Seperti yang berada di provinsi Gorontalo tepatnya di kabupaten gorontalo.

Di SMA NEGERI 2 LIMBOTO banyak siswi yang meminati olahraga Bola Basket karena di buktikan dengan observasi yang saya lakukan di sekolah tersebut beberapa kali mengikuti kejuaraan 02SN cabang Olahraga Bola Basket reguputeri, Namun belum mendapatkan hasil yang maksimal di setiap pertandingannya. Di karenakan para atlit bola basket puteri masih banyak kekurangan atau kelemahan dalam penguasaan bola. Karena pada saat pertandingan sedang berlangsung tim puteri dari SMA NEGERI 2 LIMBOTO mudah kehilangan bola. hal itu di sebabkan banyak pemainnya yang kurang dengan penguasaan bola.

Menurut pengamatan penulis kegiatan ekstrakurikuler yang ada memiliki daya tank yang sangat baik, terutama kegiatan ekstrakurikuler olahraga bola basket. Kegiatan ekstrakurikuler bola basket sangat disenangi siswa karena olahraga ini merupakan salah satu olahraga yang dapat membawa nama baik sekolah. Kegiatan ekstrakurikuler ini sudah berjalan dengan baik namun masih banyak memiliki kendala yang sering terjadi pada saat bertanding seperti seringnya kehilangan bola pada saat melakukan penyerangan kedaerah lawan, kemampuan dribbling, passing dan shooting yang tidak akurat, seta postur tubuh yang beradajauh dibawah pemain lain.

Sebelum mempelajari teknik-teknik dasar permainan bola basket yang baik sehingga akan berpengaruh pada permainan, sangat dibutuhkan teknik dasar penguasaan bola (Ballhandling). Ballhandling merupakan teknik dasar keterampilan memainkan bola yang ditujukan agar pemain memiliki kemampuan mengenali bola, menguasai dan memainkan bola sehingga teknik dasar yang lain dapat dilakukan dengan baik (Mochamad Arifin, 2004: 39). Setelah seorang pemain dapat menjiwai olahraga tersebut dengan keahlian penguasaan bola juga dibutuhkan penguasaan teknik bermain yang baik, karena kemampuan teknik dalam bermain sangat mendukung dalam meningkatkan keterampilan. Diantara keterampilan dalam permainan bola basket, kemampuan dribbling, passing, dan shooting juga merupakan hal penting dalam mengembangkan seorang pemain basket. ini merupakan keterampilan dasar yang harus dikembangkan dan dimiliki oleh pemain serta diberikan dalam situasi latihan yang dinyatakan oleh (Fardi dalam Indra, 2009: 3). Dengan adanya pendapat-pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa latihan Ballhandling sangat berguna untuk mendukung siswa dalam menguasai teknik-teknik dasar bola basket dalam melatih kemampuan dribbling, passing, dan shooting dalam bermain. Karena dribbling, passing, dan shooting merupakan teknik dasar bermain bola basket.

Berdasarkan uraian tersebut diatas yang menjadi fenomena dan permasalahan mendasar yang dibahas dalam penelitian ini, sehingga peneliti ingin melaksanakan suatu penelitian yang berjudul "Pengaruh Latihan Ballhandling terhadap kemampuan menggiring Bola dalam Permainan Bola Basket pada Siswa Ekstrakurikuler Putri pada kelas X SMA Negeri 2 Limboto".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah ditulis pada latar belakang masalah di atas, maka masalah yang dapat diidentifikasi antara lain:

1. Rendahnya atlit ekstrakurikuler SMA Negeri 2 Limboto dalam menguasai BALLHANDLING pada olahraga bola basket
2. Seringnya kehilangan bola pada saat melakukan penyerangan ke daerah lawan, kemampuan dribbling, passing dan shooting yang tidak akurat, serta postur tubuh yang berada jauh dibawah pemain lain.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas maka disusun rumusan masalah dalam penelitian ini yakni : Apakah terdapat pengaruh latihan Ballhandling terhadap kemampuan mengiring bola dalam permainan bola basket di SMA Negeri 2 Limboto?

1.4 Tujuan penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dari penelitian ini adalah: Untuk mengetahui pengaruh latihan Ballhandling terhadap kemampuan mengiring bola dalam permainan bola basket di SMA Negeri 2 Limboto

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Metode latihan Ballhandling dengan menggunakan bola basket ukuran 7 dapat dibuktikan secara ilmiah untuk meningkatkan kemampuan dribble atlet bola basket.

2. Secara praktis

- a. Sebagai masukan dan referensi bagi para pelatih bola basket lebih teliti, kreatif dan selektif dalam menentukan bentuk-bentuk latihan yang digunakan untuk meningkatkan kemampan bermain bola basket.
- b. Agar pemain mengerti bahwa latihan ba//handling merupakan suatu bentuk latihan yang bisa menunjang kemampuan teknik dasar dribbling dalam permainan bola basket.
- c. Bagi penulis, sebagai pengembangan ilmu, wawasan, pengetahuan dan bahan referensi tambahan dalam penulisan karya ilmiah khususnya pada cabang olahraga bola basket.