

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga adalah salah satu cara yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kualitas manusia. Sebagaimana yang tertuang dalam Undang-Undang Republik Indonesia No. 3 tahun 2005 pasal 4 tentang Sistem Keolahragaan Nasional bahwa: "Keolahragaan nasional bertujuan memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran, prestasi, kualitas manusia, menanamkan nilai moral dan akhlak mulia, sportivitas, disiplin, mempererat dan membina persatuan dan kesatuan bangsa, memperkuat ketahanan nasional, serta mengangkat harkat, martabat, dan kehormatan bangsa"

Pendidikan Jasmani dan Olahraga di Lembaga Pendidikan harus ditekankan pada olahraga prestasi dan latihan jasmani untuk meningkatkan derajat sehat dinamis dan kemampuan motorik dan koordinasi yang lebih baik. Agar para siswa selama masa belajar memiliki kualitas hidup yang lebih baik, serta dapat diharapkan dapat berprestasi di bidang akademik dan olahraga sehingga menjadi sumber daya manusia yang bermutu dan mandiri di masa depan. Tulisan ini adalah sebagai referensi awal peran Peran Pendidikan Jasmani dan Olahraga di lembaga pendidikan Indonesia, dengan pemikiran Bersama untuk kemajuan bangsa Indonesia.

Tentunya dalam kerangka membangun kembali pendidikan di Indonesia yang semakin lama semakin terpuruk dari segi pengelolaan. Pemanfaatan ilmu

pengetahuan dan teknologi serta konsep pendidikan yang kurang jelas kontribusinya pada kualitas sumber daya manusia dalam pembangunan Indonesia, dalam hal ini kaitannya dengan program-program yang selama ini telah berjalan. Pemerintahan Indonesia harus berbenah diri dulu dengan menjadikan pendidikan jasmani dan olahraga sebagai kebutuhan dan pemerintah tertinggi harus memiliki komitmen yang kuat dan focus dalam memajukan pendidikan jasmani dan olahraga di tanah air.

Permainan bola basket masuk ke Indonesia melalui para perantau Cina pada sekitar tahun 1930-an. Permainan ini berkembang pada awalnya di Indonesia yaitu di sekolah-sekolah Tionghowa: sehingga banyak pemain berprestasi dari kalangan masyarakat. Pada masa itu, bolabasket adalah olahraga yang selalu diajarkan kepada siswa di sekolah Tionghowa. Karena hanya di sekolah – sekolah Tionghowalah yang terdapat lapangan basket (Djami, 2018).

Beragamnya keterampilan dalam permainan bolabasket memberikan banyak pilihan bagi pelatih untuk menentukan keterampilan mana yang akan dicapai. Keterampilan dasar biasanya diterapkan dalam latihan untuk pemula. Seperti keterampilan menggring (*dribbling*), mengoper (*passing*) dan menangkap bola (*catching*) keterampilan menembak (*Shooting*). Keterampilan tersebut dapat menjadi pondasi utama agar terlaksananya permainan dengan baik.

Keterampilan menggring bola (*dribbling*) adalah keterampilan yang menyenangkan dan mengagumkan, tetapi akan menjadi sesuatu yang menakutkan jika dipakai untuk menunjukkan kemampuan personal. Maksudnya bila seorang atlet sudah menguasai keterampilan *dribbling* dengan baik, kemudian ingin

menunjukkan kemampuan personal, maka atlet tersebut akan menghiraukan teman yang lainnya dan akan menghiraukan nilai kerjasama dalam permainan bolabasket.

Dribble atau menggiring adalah salah satu cara membawa bola ke segala arah dengan memantulkannya terus menerus ke lantai menggunakan satu tangan secara bergantian bila diperlukan titik dapat juga dilakukan di tempat untuk mencari peluang sebelum menerobos. Maksimum pantulan bola adalah setinggi bahu orang yang melakukannya titik Bila lebih dari bahu akan dikenai pelanggaran yaitu disebut double dribble (Djami, 2018).

Pengembangan model latihan merupakan salah satu bentuk dari penerapan pendekatan sistem dalam kegiatan latihan yang berdasarkan suatu proses sistematis yang menghasilkan suatu sistem latihan yang siap untuk digunakan dengan tepat. Produk latihan dengan pengembangan model harus dilakukan secara bertahap, menyeluruh dan komperhesif dengan tujuan untuk meningkatkan kompetensi atau hasil latihan pemain.

Pertimbangan model latihan ini harus masuk keranah tujuan latihan yang mengisyaratkan pemain sebagai subyek latihan, pengorganisasian latihan, peyampaian latihan, pengelolaan latihan dengan memperhatikan faktor tujuan latihan dan hambatan latihan dengan tujuan untuk memperoleh latihan yang efektif dan efisien.

Berdasarkan hal tersebut maka model merupakan suatu bentuk tiruan dari aslinya dengan tujuan memperoleh sesuatu yang ideal dengan memperhatikan faktor fisiologis, fasilitas, dan lingkungan sosial atlet. Melalui

model-model latihan ini atlet diberikan kebebasan dalam memilih model latihan yang dapat membantu dalam kegiatan latihan *dribble* bolabasket.

Melihat konsep yang ada dengan demikian model latihan merupakan cara atau variasi yang dilakukan guna mencapai tujuan perbaikan sistem organisasi dan fungsinya untuk mengoptimalkan prestasi atau penampilan olahraga. Adapun tujuan dari penelitian dan pengembangan terhadap Model latihan teknik *dribble* olahraga bolabasket untuk pemula usia sekolah menengah pertama adalah sebagai untuk mengembangkan model latihan teknik *dribble* olahraga bolabasket pada pemula dan untuk menguji keefektifan model latihan teknik *dribble* cabang olahraga bolabasket pada pemula usia sekolah menengah pertama.

Dengan demikian untuk meningkatkan teknik *dribbling* bola basket perlu model latihan yang efektif dan kreatif yaitu menggunakan variasi model latihan *dribble* di tembok, variasi model latihan menebak angka, variasi model latihan dengan memindahkan cone, variasi model latihan membentuk segitiga, variasi model latihan menangkap bola tenis. model latihan ini bertujuan untuk memperbaiki *dribble* atlet yang masih kurang baik.

Berdasarkan uraian di atas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “pengembangan model latihan teknik *dribbling* olahraga bola basket untuk pemula usia sekolah menengah pertama”.

## **B. Batasan dan Rumusan Masalah**

### **1. Batasan Masalah**

Agar permasalahan ini tidak terlalu luas dan dapat dipahami dengan baik serta mengingat terbatasnya kemampuan dan waktu yang tersedia, maka penulis perlu untuk membatasi permasalahan, terbatas pada:

- a. Fokus penelitian ini hanya Pengembangan Model latihan teknik dribbling olahraga bola basket untuk pemula usia sekolah menengah pertama.
- b. Metode penelitian ini menggunakan metode *Research and Development* yaitu metode penelitian yang digunakan untuk mengembangkan atau memvalidasi produk-produk yang digunakan.
- c. Subjek penelitian ini dikhususkan untuk atlet pemula bola basket usia sekolah menengah pertama.

### **2. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, maka rumusan masalah yang digunakan adalah “Apakah melalui pengembangan model latihan dribbling dapat meningkatkan gerak dribble serta meningkatkan hasil latihan dribble untuk atlet pemula usia sekolah menengah pertama?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah : “Untuk mengetahui apakah pengembangan model dribbling dapat meningkatkan gerak dribble serta meningkatkan hasil latihan dribble untuk atlet pemula usia sekolah menengah pertama”.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Setelah penelitian ini selesai, diharapkan ada manfaat yang diperoleh dengan penggunaan model latihan *teknik* dribbling dengan variasi model latihan olahraga bola basket sebagai berikut :

1. Untuk Peneliti

Meningkatkan dan menambah pengalaman dan kekreatifan dalam proses pembelajaran.

2. Untuk Pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan dan masukan dalam menyampaikan materi teknik dribbling olahraga bola basket.

3. Untuk Atlet

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi atlet dalam meningkatkan gerak dribbling dan meningkatkan hasil latihan dribbling.

4. Untuk Sekolah atau club

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi sekolah atau club dalam meningkatkan kualitas latihan dan pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan khususnya pada materi dribbling bola basket.

#### **E. Spesifikasi Produk**

Produk yang akan di hasilkan melalui penelitian pengembangan ini mempunyai spesifikasi sebagai berikut:

1. Hasil produk dalam penelitian ini berupa pengembangan model latihan teknik dribbling bola basket.
2. Pengembangan model latihan teknik dribbling olahraga bola basket ini memiliki tujuan memperbaiki teknik dribbling atlet pemula sehingga pada akhirnya dapat meningkatkan hasil latihan atlet
3. Pengembangan model latihan dribbling bola basket berisi tentang variasi dribbling 1 sampai 10 gerakan.
4. Pengembangan model latihan bola basket menggunakan media bola basket, cont, dan bola tenis sebagai alat bantu pembelajaran latihan.