

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga bersifat *universal* dimana olahraga dapat dilakukan oleh seluruh lapisan masyarakat tanpa memandang perbedaan suku, ras, agama, latar belakang pendidikan, status ekonomi maupun gender. Begitu besar peran olahraga terhadap kehidupan manusia, sehingga olahraga dapat dijadikan sebagai sarana atau media untuk berekreasi, mata pencaharian, pendidikan, kesehatan, kebudayaan bahkan sebagai sarana untuk mencapai prestasi. Tidak dapat dipungkiri bahwa olahraga telah banyak memberikan sumbangannya untuk kebahagiaan umat manusia. Ini berarti olahraga sebagai aktivitas fisik dapat memberikan kepuasan kepada para pelakunya.

Ekstrakurikuler adalah kegiatan di luar materi pelajaran yang biasa diberikan di luar jam pelajaran. Kegiatan ekstrakurikuler ini bertujuan untuk menyalurkan bakat dan minat yang dimiliki oleh seluruh siswa dengan maksud menjaring siswa-siswi yang kompeten sejak dini, sehingga dapat dilakukan secara berjenjang dan juga kemungkinan memberikan perkembangan sosial, kultural, dan keterampilan yang dapat dimanfaatkan sebagai anggota masyarakat untuk mengembangkan dirinya dan lingkungan masyarakat .

SMA Negeri 6 Garut salah satu sekolah favorit yang mempunyai beberapa kegiatan ekstrakurikuler yang cukup banyak. Salah satu ekstrakurikuler yaitu bola basket. Dalam beberapa pertemuan banyak sekali peserta dalam mengikuti latihan tetapi peneliti melihat semangat mereka yang kurang sehingga menyebabkan ketidakseriusan peserta dalam melakukan gerakan. Setelah peneliti mencoba untuk berkomunikasi dengan salah satu peserta ekstrakurikuler ternyata hambatannya mereka jarang diikuti kompetisi. Dari pemaparan tersebut peneliti ingin mengetahui mengapa ekstrakurikuler di SMA Negeri 6 Garut ini jarang diikuti kompetisi dan disini tadi ada salah satu guru PJOK sekaligus Pembina ekstrakurikuler bola

basket yang menjelaskan bahwa paska pandemi tidak pernah mendapatkan gelar juara sampai saat ini.

Berdasarkan pernyataan tersebut pada waktu berkunjung sebagai alumni dan ikut bergabung mengikuti ekstrakurikuler bola basket di SMA Negeri 6 Garut. Hal tersebut dikarenakan peserta ekstrakurikuler mengalami kesulitan dalam penguasaan teknik dasar *dribble* sehingga para siswa kurang menguasai dalam setiap permainan bola basket. Selain itu bentuk latihan ini dilakukan dalam suasana yang kaku dan kurang bervariasi, sehingga sebagian besar siswa kurang antusias dalam melakukan latihan *dribble*.

Berdasarkan observasi yang penulis amati bahwa banyaknya siswa ekstrakurikuler bola basket tidak bersemangat saat sesi latihan, banyak yang masih kesulitan saat melakukan *dribble* yaitu pemain masih terlihat kaku pada saat *dribble*, masih banyak siswa yang melakukan *dribble* perkenaan telapak tangan dengan bola masih banyak yang dipukul-pukul dan pandangan mata masih banyak tertuju pada bola serta tidak memperhatikan keadaan situasi permainan. Menurut Ahmadi (2007, hlm. 26-30) untuk meningkatkan latihan teknik *dribble* dalam permainan bola basket ada bermacam-macam yakni,

1. *dribble* dalam segi empat
2. *dribble* sambil melingkar
3. *dribble* dengan pola slalom
4. *dribble* melawan operan
5. *dribble* beranting/estafet
6. *dribble* sambil menepis bola lawan

Permasalahan diatas menunjukkan bahwa peneliti bermaksud memberikan metode latihan yang dapat meningkatkan kemampuan dalam melakukan *dribble*, model latihan *dribble* yang akan peneliti berikan kepada para siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Garut adalah *dribble* dalam segi empat, *dribble* sambil melingkar, *dribble* dengan pola slalom, *dribble* melawan operan, *dribble* beranting (estafet), dan *dribble* sambil menepis bola lawan, menjadikan latihan lebih bervariasi. Latihan variasi *dribble* yang dilatihkan untuk menjadikan pemain sebagai pengiring bola yang baik dengan adanya latihan variasi *dribble*, melalui penelitian yang berjudul **“Pengaruh variasi latihan *dribble* terhadap keterampilan *dribble* dalam permainan bola basket** (eksperimen terhadap siswa

ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Garut tahun ajaran 2023/2024)”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang masalah diatas, penulis merumuskan permasalahan dalam penelitian ini sebagai berikut, “Apakah latihan *dribble* menggunakan variasi latihan berpengaruh terhadap keterampilan *dribble* dalam permainan bola basket pada siswa ekstrakurikuler SMA Negeri 6 Garut tahun ajaran 2023/2024”.

1.3 Definisi Operasional

Agar tidak terjadi salah penafsiran, kata atau istilah-istilah tersebut, penulis uraikan sebagai berikut.

- 1) Pengaruh menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (2008) adalah “Daya yang ada atau timbul dari sesuatu (orang, benda) yang ikut membentuk watak kepercayaan atau perbuatan seseorang” (hlm. 849). Yang dimaksud pengaruh dalam penelitian ini adalah daya yang timbul dari pengaruh latihan menggunakan variasi latihan terhadap keterampilan *dribble* dalam permainan bola basket.
- 2) Variasi Latihan Menurut Johansyah (2013) menyatakan bahwa “Variasi merupakan gabungan beberapa hal (teknik dasar) yang di lakukan dalam suatu rangkaian gerak, yang bertujuan agar atlet dapat menguasai teknik dasar dengan baik (hlm. 19-20). Yang dimaksud variasi latihan dalam penelitian ini adalah model variasi latihan yang diterapkan dalam latihan *dribble*.
- 3) *Dribble* menurut Kosasih (2008) adalah “Gerakan yang harus mengarah pada ring, namun *dribble* juga dapat menjadi cara untuk membuka peluang bagi pemain lain agar mendapat ruang untuk mencetak skor” (hlm. 38). *Dribble* dalam penelitian ini adalah gerakan yang dilakukan oleh siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Garut tahun ajaran 2022/2023.
- 4) Permainan bola basket menurut Indrawan, Budi (2015) "salah satu cabang olahraga permainan yang dilaksanakan secara beregu (tim), dimana tiap tim terdiri dari 5 orang, baik putra maupun putri". (hlm. 7). Bola basket dalam penelitian ini adalah permainan yang dilakukan oleh siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Garut tahun ajaran 2023/2024 dengan melalui proses

latihan yang disiplin dalam rangka pembentukan kerja sama tim setelah penelitian ini selesai.

1.4 Tinjauan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini bertujuan “Untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *dribble* terhadap peningkatan kemampuan *dribble* bola basket terhadap siswa ekstrakurikuler bola basket SMA Negeri 6 Garut tahun ajaran 2023/2024 “.

1.5 Manfaat Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, penelitian ini diharapkan memperoleh manfaat penelitian sebagai berikut.

1) Secara Teoritis

Dapat digunakan oleh Universitas Siliwangi sebagai pedoman untuk melaksanakan penelitian tingkat ketepatan dribbling dalam permainan bola basket dan dapat digunakan sebagai referensi penelitian pengaruh variasi latihan terhadap keterampilan menggiring permainan bola basket.

2) Secara Praktis

Dapat digunakan sebagai masukan dan referensi bagi para pelatih bola basket untuk lebih teliti, kreatif dan selektif dalam menentukan model latihan yang digunakan untuk meningkatkan teknik dasar pemain bola basket khususnya *dribble*.