

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pendidikan jasmani merupakan salah satu dari mata pelajaran yang diberikan dari pendidikan Sekolah Dasar (SD) sampai dengan Sekolah Menengah Atas (SMA) atau Sekolah Menengah Kejurusan (SMK). Adanya pendidikan jasmani disekolah diharapkan dapat mendorong perkembangan dan pemeliharaan kesegaran jasmani serta pola hidup sehat, aktif bagi anak dan remaja. Pendidikan jasmani disekolah selalu dikaitkan dengan metode pembelajaran serta evaluasi pembelajaran karena disekolah berkenaan dengan hasil belajar dan peningkatan belajar. Perubahan yang terjadi dapat ditinjau dari beberapa aspek, yaitu kognitif, afektif dan psikomotor.

Namun dengan melihat kenyataan yang ada, waktu yang dialokasikan untuk mata pelajaran pendidikan jasmani di SMP sangat terbatas. jumlah jam pendidikan jasmani hanya 2 jam pelajaran perminggu (2 x 45 menit/minggu) diperkirakan belum memenuhi apa yang diinginkan dalam tujuan pendidikan jasmani. Oleh karena itu, pada kurikulum sudah diberikan jalan keluar untuk mengatasi kekurangan dalam pembelajaran pendidikan jasmani, yaitu dengan program ekstrakurikuler yang mempunyai tujuan untuk mendukung pembinaan bakat siswa sesuai dengan minatnya. Selain itu juga untuk membawa waktu luang anak pada kegiatan yang positif dan dapat meningkatkan kesegaran jasmani siswa.

Dengan kesegaran jasmani yang baik diharapkan memberikan pengaruh yang baik untuk dapat meningkatkan belajarnya.

Di bidang pendidikan jasmani, program ekstrakurikuler merupakan salah satu upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan siswa, melalui kegiatan ekstrakurikuler ini siswa dapat memperdalam dan memperluas pengetahuan yang berkaitan dengan kemampuan masing-masing cabang olahraga, pembentukan nilai-nilai kepribadian siswa serta memunculkan bakat siswa yang berprestasi dalam bidangnya. Hal ini sangat penting agar pembinaan dan pembibitan dikalangan pelajar akan meningkat terus sejalan dengan harapan untuk dapat mencapai prestasi yang optimal. Dengan demikian, program ekstrakurikuler akan menambah pengetahuan dan kesempatan bagi siswa untuk mengembangkan bakat yang dimilikinya. Sehingga seorang guru harus dapat memperhatikan dan mengarahkan siswa yang memiliki kemampuan yang menonjol pada diri siswa agar bisa lebih baik dan menjadi suatu prestasi yang membanggakan.

Hampir setiap sekolah menengah di Kabupaten Sleman menyelenggarakan ekstrakurikuler bolabasket. Minat para siswa untuk mengikuti ekstrakurikuler bolabasket juga cukup tinggi, baik siswa putra maupun putri. Peserta ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman pesertanya cukup banyak. Mereka dilatih berbagai hal tentang bolabasket, dari mulai teknik dasar, taktik dan mental.

Ekstrakurikuler di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman adalah bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam kegiatan proses pendidikan secara keseluruhan, artinya kegiatan tersebut tidak dipisahkan dalam proses pembelajaran bertujuan mengembangkan intelektual sikap atau ketrampilan secara optimal. Tujuan lain dari ekstrakurikuler bolabasket adalah untuk memberikan kegiatan fisik terhadap siswa agar dapat menyalurkan minat dan bakatnya terhadap permainan tersebut. Namun yang paling utama dalam kegiatan tersebut adalah upaya sistematis terencana dalam pembinaan dan melatih siswa menjadi pemain yang trampil dalam suatu permainan bolabasket. Salah satu proses pembelajaran bolabasket yang diberikan dalam kegiatan diatas adalah *dribbling* (menggiring bola), teknik gerakan tersebut tujuan utamanya adalah untuk membawa bola dalam upaya mendekatkan bola ke ring atau salah satunya teknik untuk melakukan penyerangan kedaerah lawan dalam upaya memasukan bola ke ring lawan.

Berdasarkan dari hasil wawancara dengan Bapak Rahmad selaku pelatih ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman yang dilakukan tanggal 9 Februari 2012, kegiatan ekstrakurikuler olahraga bolabasket merupakan kegiatan yang banyak diminati para siswa. Keseluruhan yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket berjumlah 40 siswa yang terdiri dari 20 putra dan 20 putri. Pelaksanaan kegiatan ekstrakurikuler bolabasket dilaksanakan dua kali seminggu pada hari

Senin dan Kamis yang dilakukan pada sore hari dimulai pukul 15.30-17.00 WIB.

Dalam permainan bolabasket, setiap pemain dituntut memiliki keterampilan dasar bermain yang baik agar dapat melakukan gerakan yang efektif dan efisien. Permainan bolabasket merupakan permainan cepat yang melibatkan gerakan-gerakan kompleks, yaitu gabungan dari jalan, lari dan lompat serta terdapat unsur kekuatan, kecepatan, ketepatan, kelincahan, keseimbangan, kelentukan, koordiansi dan daya tahan. Sehingga dalam permainan bolabasket tidak cukup dengan hanya menguasai teknik dasarnya saja, tetapi setiap pemain harus mempunyai kondisi fisik yang baik. Dengan memiliki kondisi fisik yang baik pemain dapat menguasai teknik dasar dengan baik, dapat menerapkan strategi dan taktik dalam bermain.

Tinggi badan sangat berperan penting dalam permainan bolabasket. Sebagian besar pemain yang ada dalam permainan bolabasket mempunyai bentuk tubuh yang relatif tinggi dikarenakan untuk mempermudah melakukan gerakan-gerakan yang ada dalam permainan bolabasket. Namun di SMP N 1 Brebah, siswa yang mengikuti ekskul bolabasket pada saat melakukan permainan bolabasket terlihat siswa yang bentuk tubuhnya relatif tinggi dengan siswa yang tubuhnya pendek kemampuan *dribbling*-nya sama.

Kecepatan lari juga penting dalam permainan bolabasket terutama dalam melakukan *dribbling*. Pemain yang memiliki kecepatan lari dalam

dribbling mempunyai banyak keuntungan diantaranya yaitu untuk menerobos pertahanan lawan, membawa bola ke daerah yang kosong, mencapai keranjang, dan sebagainya. Sehingga tingkat kecepatan lari seseorang akan mempengaruhi kemampuan penguasaan teknik *dribbling* bolabasket dalam permainan bolabasket.

Selain tinggi badan dan kecepatan lari, Kelincahan adalah salah satu komponen kondisi fisik yang berperan penting dalam permainan bolabasket terutama dalam menghindari sergapan lawan pada saat melakukan *dribbling*. Kemampuan tubuh untuk meliuk-liuk menghindari sergapan lawan sangat diperlukan olah pemain basket, karena basket adalah salah satu permainan cepat. Dengan demikian gerakan yang kelincahan akan sangat memungkinkan seorang pemain basket untuk menguasai bola dan mampu melewati hadangan lawan, maupun untuk menerobos ketatnya pertahanan lawan. Namun yang terjadi di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman pada saat melakukan permainan bolabasket masih banyak pemain yang lambat dalam menggiring bola untuk menghindari sergapan lawan. Terlihat ketika pemain sedang menggiring bola, pemain lawan dapat dengan mudah mengambil bola tersebut.

Banyaknya siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman yang mencapai 40 siswa ini, mempunyai hambatan pada saat proses pelaksanaan ekstrakurikuler. Permasalahan yang muncul adalah kurangnya alat olahraga dari sekolah yaitu hanya tersedia 4 bolabasket yang layak dipakai. Dengan banyaknya

siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket menjadikan pelaksanaan ekstrakurikuler bolabasket tidak efektif. Hal ini sangat berpengaruh terhadap prestasi bolabasket di SMP N 1 Berbah, yang pada 3 tahun terakhir ini prestasi tim basket SMP N 1 Berbah mengalami penurunan. Dimana tim basket putra maupun putri tidak pernah mendapatkan juara diberbagai ajang pertandingan. Prestasi terbaik terjadi pada tahun 2008 dimana tim basket putra SMP N 1 berbah berhasil menjadi juara pertama dan tim basket putri menjadi juara kedua dalam kejuaraan basket antar pelajar SMP se-Kabupaten Sleman.

Berdasarkan uraian di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler di SMP N 1 Berbah, Sleman.

B. Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut :

1. Masih kurangnya alat olahraga dari sekolah yaitu hanya tersedia 4 bolabasket yang layak dipakai.
2. Belum diketahuinya tinggi badan para siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman.
3. Menurunnya prestasi bolabasket di SMP N 1 Berbah.

4. Kurangnya kecepatan lari para siswa yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman pada saat melakukan *dribbling* bolabasket.
5. Kurangnya kelincahan para siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman pada saat melakukan *dribbling* bolabasket.
6. Belum diketahuinya tingkat Tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan serta kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman.
7. Belum diketahui hubungan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang diuraikan di atas maka batasan masalah dalam penelitian ini adalah hubungan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman.

D. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman?
2. Adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman?
3. Adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah, Sleman?
4. Adakah hubungan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah, Sleman?

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah tersebut tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah?
2. Untuk mengetahui adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah?

3. Untuk mengetahui adakah hubungan antara tinggi badan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti ekstrakurikuler bolabasket di SMP Negeri 1 Berbah?
4. Untuk mengetahui adakah hubungan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan dengan kemampuan *dribbling* bolabasket siswa putra yang mengikuti Ekstrakurikuler bolabasket di SMP N 1 Berbah?

F. Manfaat Penelitian

Dengan tercapainya penelitian di atas, maka hasil penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Secara teoritis
 - a. Bagi pembaca untuk mengetahui bahwa ada sumbangan untuk tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* basket.
 - b. Dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti lain sejenis untuk mengupas lebih jauh tentang hubungan antara tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan terhadap kemampuan *dribbling* basket.
2. Secara Praktis
 - a. Bagi guru olahraga atau pelatih dapat digunakan sebagai salah satu pedoman untuk mengetahui dan menyusun program latihan sehingga waktu latihan akan lebih efektif dan efisien sehingga pencapaian prestasi akan lebih baik.

- b. Bagi siswa dapat digunakan untuk mengukur dan mengetahui seberapa tinggi badan, kecepatan lari dan kelincahan mereka.
- c. Bagi lembaga atau instansi yaitu untuk khasanah pengetahuan ilmu dan teori sehingga dapat menembah kelengkapan ilmu dan teori yang telah ada sebelumnya.
- d. Peneliti sendiri, dijadikan tambahan referensi serta untuk meningkatkan SDM dalam menjalani kehidupan selanjutnya.