

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kemampuan fisik adalah prasyarat yang sangat diperlukan dalam usaha peningkatan prestasi seorang atlet, bahkan dapat dikatakan sebagai keperluan dasar yang tidak dapat ditunda atau ditawar-tawar lagi. Apabila tidak didukung dengan kondisi fisik yang prima, seorang atlet tidak akan mampu melakukan latihan sesuai dengan program latihannya. Salah satu cabang olahraga yang memerlukan kemampuan fisik yang baik adalah bola basket.

Didalam permainan bola basket, kemampuan fisik sangat diperlukan ketika bermain. Selain kecepatan (*speed*), kekuatan (*strenght*), akurasi (*acuration*), *power* faktor kemampuan fisik seperti kelincahan (*agility*) sangat dibutuhkan dalam permainan bola basket. Karena dengan memiliki kelincahan yang baik, maka seorang atlet bola basket akan lebih mudah bermain bola basket dan juga mudah saat melewati atau mengecoh lawan. Keterampilan dalam bola basket banyak sekali menggunakan kelincahan dan hampir semua gerakan memerlukan kelincahan.

Salah satu *club* bola basket yang menjadi sorotan di Kota Medan ini adalah *club* bola basket Angsapura. Dimana *club* ini sudah ada sejak tahun 1996 yang di pimpin oleh Wilson sebagai *Coach* di Angsapura tersebut. Melihat prestasi yang sudah dicapai *club* Angsapura ini dalam berbagai

turnamen bola basket di Medan seperti : *Evergreen Cup*, *Cheng Hoo Cup* 2015, dan *PERBASI Cup* 2016.

Dari hasil wawancara pada tanggal 20 Juni 2016 dengan pelatih dan hasil observasi peneliti pada saat latihan maupun pertandingan, para atlet tersebut masih sering melakukan kesalahan seperti : ketinggalan saat menjaga lawan, mudah dilewati oleh lawan, sulit merubah arah jika sudah dijaga oleh pemain lawan, bola sering terlepas saat di *dribble* dan bola masih mudah direbut oleh lawan saat menerobos pertahanan (*drive in*) sehingga pemain menjadi kurang percaya diri saat ingin melewati lawan ataupun membawa bola (*dribble*), padahal para pemain tersebut ada yang sudah berlatih selama satu tahun lebih. Pendapat ini dipertegas dengan pernyataan pelatih junior angsapura medan bahwa pelatih kurang memberi latihan *drill-drill* untuk melatih teknik dasar dan fisik. Pelatih hanya menekankan pada *game* dan *sparing* saja. Dari fakta tersebut ternyata para pemain belum sepenuhnya menguasai teknik *dribbling* dengan baik dan benar dan kurang memiliki kelincahan dalam bermain bola basket. Untuk mempertegas dugaan tersebut peneliti melakukan tes kelincahan dan kemampuan *dribbling* pada setiap atlet putra junior Angsapura Medan. Sesuai dengan pendapat Nurhasan,

Nurhasan (2001:12) mengemukakan bahwa “Tes merupakan alat ukur untuk memperoleh data atau informasi, sedangkan pengukuran merupakan proses untuk memperoleh data atau informasi dari individu atau objek. Mengenai evaluasi menekankan kepada proses pemberian nilai atau makna terhadap data atau informasi yang diperoleh dari hasil pengukuran berdasarkan kriteria.”

Berdasarkan hasil tes kelincahan dan kemampuan *dribbling* tanggal 27 Juni 2016, dapat disimpulkan bahwa kelincahan dan kemampuan *dribbling*

atlet junior Angsapura ini memang masih dikategorikan kurang baik, karena dari 14 sampel tidak ada yang mendapatkan kategori baik. Banyak cara atau metode untuk meningkatkan kelincahan dan kemampuan *dribbling*, salah satunya dengan metode latihan variasi *pattern*. Maka peneliti berkeinginan untuk mengetahui “pengaruh latihan variasi *pattern* terhadap kelincahan dan kemampuan *dribbling* pada atlet bola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian yang telah dikemukakan pada latar belakang masalah, dapat diidentifikasi berupa masalah sebagai berikut : Faktor - faktor apa saja yang mempengaruhi kelincahan dalam permainan bola basket? Faktor - faktor apa saja yang mempengaruhi kemampuan *dribbling* dalam permainan bola basket? Latihan apa yang dapat membantu meningkatkan kelincahan dan kemampuan *dribbling* dalam permainan bola basket? Apakah latihan variasi *pattern* memberikan pengaruh terhadap kelincahan dan kemampuan *dribbling* pada atlet *club* bola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016?

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari penafsiran yang berbeda maka dalam penelitian ini perlu kiranya menentukan pembatasan masalah pada hal - hal pokok saja dengan tujuan mempertegas sasaran yang dicapai yaitu: “pengaruh latihan variasi *pattern* terhadap kelincahan dan kemampuan *dribbling* pada atletbola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, diidentifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan masalah yang akan diteliti sebagai berikut :

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan variasi *pattern* terhadap kelincahan pada atlet bola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan latihan variasi *pattern* terhadap kemampuan *dribbling* pada atlet bola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *pattern* terhadap kelincahan pada atlet bola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan variasi *pattern* terhadap kemampuan *dribbling* terhadap kelincahan pada atlet bola basket putra junior Angsapura Medan Tahun 2016.

F. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian yang diharapkan adalah sebagai berikut :

1. Bagi peneliti hasil ini sebagai masukan dan dapat memperkaya ilmu pengetahuan olahraga khususnya bagi mahasiswa Fakultas Ilmu Keolahrgaan.
2. Sebagai sumbangan kepada Pelatih dan Guru khususnya guru olahraga

3. Sebagai bahan masukan untuk peneliti dalam menyusun karya ilmiah bagi mahasiswa umumnya Universitas Negeri Medan dan khususnya Fakultas Ilmu Keolahrgaan jurusan pendidikan kepelatihan olahraga
4. Untuk memperkaya ilmu pengetahuan dan ilmu cabang olahraga lain dalam permainan bola basket bagi mahasiswa fakultas ilmu keolahrgaan.



THE
Character Building
UNIVERSITY