

BAB 1

PEDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola basket adalah salah satu jenis permainan yang menggunakan bola besar. Sampai saat ini permainan bola basket mulai berkembang kearah yang lebih baik. belakangan ini olahraga bola basket diajarkan pada kegiatan ekstrakurikuler yang sudah banyak dilaksanakan di sekolah-sekolah, tetapi pelaksanaannya masih belum bisa maksimal. Hal itu disebabkan karena tidak banyak siswa yang berminat untuk meraih berprestasi pada permainan bola basket yang pada akhirnya kegiatan positif tersebut tidak berpengaruh besar dalam mengembangkan kemampuan siswa.

Sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan JL.Williem Iskandar No.7B Medan memiliki beberapa kegiatan ekstrakurikuler, yaitu komputer, seni dan olahraga. Adapun kegiatan ekstrakurikuler olahraga yang ada di sekolah tersebut adalah bola voli, bulutangkis, futsal dan bola basket. Sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan memiliki ekstrakurikuler cabang olahraga bola basket dengan jumlah siswa yang berlatih sebanyak 11 (sebelas) orang pelatihnya adalah Anas.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada siswa ekstrakurikuler Bola basket Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan. Karena tim bola basket Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan bukan tim bola basket unggulan. Untuk itu peneliti tertarik menelusuri masalah yang ada pada tim bola basket sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan.

Pada saat peneliti melakukan observasi 21 Januari 2014 - 4 Februari 2014. Peneliti menemukan permasalahan dalam permainan bola basket pada kegiatan siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan, baik itu pada saat latihan, maupun saat *sparing* (laga uji coba). Masalah yang ditemukan oleh peneliti ada pada *lay up shoot*. Ketika peneliti melihat siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan melakukan teknik *lay up shoot* kurang memiliki koordinasi langkah yang baik, padahal mereka memiliki ruang dan waktu yang tepat untuk melakukan *lay up shoot* tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan pelatih, pada tanggal 30 Januari 2014 pukul 17.00 WIB hari jumat. Pelatih mengatakan teknik – teknik dasar yang ada dalam permainan bola basket sudah diajarkan pada siswa yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket seperti teknik *jump shoot*, *free throw*, *bounce pass*, *cest pass*, *over head pass*, *dribble* dan juga teknik *lay up shoot* sudah dilatih namun peneliti melihat hampir semua siswa ekstrakurikuler melakukan mengalami kegagalan saat melakukan langkah awal yang masih melihat ke arah garis akibatnya konsentrasi terhadap tembakan jadi berkurang saat melakukan *lay up shoot* . saat *game* para siswa masih ragu-ragu dan kurang percaya diri dalam melakukan *lay up shoot*. Hal ini jelas bisa merugikan pada saat situasi pertandingan. Mengingat *lay up shoot* adalah gerakan yang memberikan kontribusi dalam permainan bola basket. Dari pengamatan yang dilakukan diperoleh hasil yaitu banyak siswa kesulitan dalam melakukan *lay up shoot*. Terbukti dari *lay up shoot* yang telah mereka lakukan. Dapat dilihat pada data test awal hasil kemampuan dimana siswa

Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan yang mengikuti kegiatan ekstrakurikuler bola basket melakukan gerakan *lay up shoot* masih kurang dari apa yang diharapkan.

Tabel 1.1 : Data Awal Observasi Hasil *Lay Up Shoot* Siswa Ektrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan JL.Williem Iskandar No.7B Medan

NO	Nama	Jumlah <i>Lay up</i>	Masuk	Keterangan
1	Ahmad Iqbal Rananda	8	3	Kurang
2	Ambri Qadri Lubis	8	2	Kurang
3	Arinal Haqqa	8	1	Kurang Sekali
4	Fahrul Rozi	8	2	Kurang
5	Hadi Pratama	8	1	Kurang Sekali
6	M.Fahmi Hawari	8	1	Kurang Sekali
7	M.Iksan Maulana	8	4	Sedang
8	M.Ridwan	8	1	Kurang Sekali
9	Niko Susilo	8	3	Kurang
10	Noval Arifandi	8	2	Kurang
11	Tomy Gunawan	8	1	Kurang Sekali

Tabel 1.2 : Norma Hasil Tes *Lay Up Shoot* Bola Basket

Hasil tes	Nilai	Kategori
8	85	Sangat baik
6-7	80	Baik
4-5	75	Sedang
2-3	70	Kurang
0-1	65	Kurang Sekali

(<http://jurnal.fkip.uns.ac.id/index.php/penjaskesrek/article/download/938/59>)

(<http://sunarnosbloq.blonqspot.com/2010/06/normatestdanpengukuran.htm>)

Dari data hasil tes *lay up shoot* bola basket tersebut dapat diketahui bahwa kemampuan *lay up shoot* siswa kurang baik. Dapat dilihat dari 8 kali kesempatan rata-rata siswa hanya bisa 1 kali berhasil melakukan *lay up shoot* dengan benar yaitu melakukan *lay up shoot* dengan langkah awal yang baik dan dihiri dengan melecutkan bola ke arah basket ketika sudah mendekati sasaran. Dari sebelas orang pemain 1 kali berhasil melakukan *lay up shoot* dengan benar berjumlah 5 orang, yang 2 kali berhasil melakukan *lay up shoot* dengan benar berjumlah 3 orang dan yang berhasil 3 kali melakukan *lay up shoot* dengan benar berjumlah 2 orang. Hanya satu orang saja yang berhasil melakukan *lay up shoot* dengan benar sebanyak 4 kali dalam 8 kali kesempatan.

Hal-hal yang kurang baik sering terjadi saat melakukan *lay up shoot* seperti bola tidak terkontrol bahkan lepas dari pegangan ketika sedang melompat untuk *shoot* ke ring basket dan gerakan dua irama langkah sering salah. Oleh karena itu peneliti ingin memberikan bantuan berupa masukan ilmu yang berkaitan untuk meningkatkan kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan JL.Williem Iskandar No.7B Medan, yaitu berupa bentuk latihan *Alternate leg bound* dengan latihan *Shoot under* basket yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *lay up shoot* bola basket pada siswa ekstrakurikuler bola basket di Sekolah Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan JL.Williem Iskandar No.7B Medan 2014. Peneliti tertarik mengadakan penelitian untuk melihat keefektifan dari bentuk latihan tersebut dan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *lay up*

shoot dalam bermain bola basket. Dari hasil pengamatan observasi, peneliti tertarik menjadikan suatu judul yaitu : Kontribusi Latihan *Alternate Leg bound* Dengan Latihan *Shoot Under* basket Terhadap kemampuan *Lay up Shoot* Pada Siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan Tahun 2014/2015.

B. Identifikasi masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang dikemukakan pada latar belakang juga dari hasil pengamatan di lapangan serta hasil wawancara dengan pelatih maka peneliti mengidentifikasi beberapa permasalahan yang dihadapi siswa saat melakukan teknik *lay up shoot* dalam permainan bola basket. Faktor apa saja yang dapat mempengaruhi kemampuan melakukan *lay up shoot* dalam permainan bola basket? Dari berbagai aspek yang ada seperti kemampuan fisik. Komponen fisik mana saja yang mungkin dapat mempengaruhi kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket? Apakah koordinasi langkah kaki dapat mempengaruhi kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket? Apakah kemampuan menembak dengan lecutan pergelangan tangan dari bawah basket dapat mempengaruhi kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket ? Apakah latihan *alternate leg bound* yang dapat melatih irama dalam melakukan gerakan melangkah, dapat memberikan pengaruh dalam kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket? Apakah latihan *shoot under* basket dapat memberikan pengaruh yang cukup signifikan dalam meningkatkan kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket?

C. Pembatasan Masalah

Mengingat luasnya ruang lingkup masalah yang akan diteliti, maka untuk itu perlu adanya pembatasan masalah supaya hal-hal yang akan diteliti lebih mudah dipahami oleh si peneliti, maupun bagi pihak-pihak yang ingin menambah pengetahuan dari penelitian ini. Adapun masalah yang akan diteliti adalah “Kontribusi Latihan *Alternate Leg Bound* dengan latihan *Shoot Under Basket* terhadap kemampuan *Lay Up Shoot* Pada Siswa Ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan Tahun Ajaran 2014/2015 ”.

D. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti yakni:

1. Apakah ada kontribusi latihan *alternate leg bound* terhadap kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tahun ajaran 2014/2015 ?
2. Apakah ada kontribusi latihan *shoot under basket* terhadap kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tahun ajaran 2014/2015 ?
3. Apakah ada kontribusi yang signifikan secara bersama-sama latihan *alternate leg bound* dan latihan *shoot under basket* terhadap kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tahun ajaran 2014/2015 ?

E. Tujuan penelitian

1. Untuk mengetahui kontribusi latihan *alternate leg bound* terhadap kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tahun ajaran 2014/2015 ?
2. Untuk mengetahui kontribusi latihan *shoot under* basket terhadap kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tahun ajaran 2014/2015 ?
3. Untuk mengetahui kontribusi secara bersama-sama latihan *alternate leg bound* dan latihan *shoot under* basket terhadap kemampuan *lay up shoot* pada siswa ekstrakurikuler Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan tahun ajaran 2014/2015 ?

F. Mamfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti: Untuk menambah dan memperluas pengetahuan. Serta mengetahui kontribusi latihan *Alternate leg bound* dan latihan *Shoot under* basket terhadap kemampuan *lay up shoot* dalam permainan bola basket.
2. Bagi pelatih: Sebagai bahan masukan dalam melatih dengan menjadikan latihan *Alternate leg bound* dan latihan *Shoot under* basket sebagai bagian dari program latihan dalam meningkatkan kemampuan melakukan *Lay up shoot* dalam permainan bola basket.
3. Bagi siswa : Sebagai masukan latihan tambahan dalam berlatih meningkatkan kemampuan melakukan gerakan *lay up shoot* dalam permainan bola basket.