

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah aktivitas gerak manusia menurut teknik tertentu, dalam pelaksanaannya terdapat unsur bermain, ada rasa senang, dilakukan pada waktu luang, dan kepuasan tersendiri. Bentuk-bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan, perlombaan dan kegiatan jasmani yang intensif dalam memperoleh rekreasi, kemenangan dan prestasi optimal (Giriwijoyo, 2007) berpendapat bahwa "olahraga adalah serangkaian gerak raga yang teratur dan terencana untuk memelihara hidup, meningkatkan kualitas hidup, dan mencapai tingkat kemampuan jasmani yang sesuai dengan tujuan".

Pembinaan-pembinaan olahraga prestasi terus dilakukan pada jenjang pendidikan formal maupun nonformal. Pemerintah memasukkan tentang pembinaan olahraga prestasi kedalam undang-undang keolahragaan. Pada Undang-Undang Nomor 3 Tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional pada pasal 1 ayat 13 yang berbunyi “Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan”.

Berdasarkan undang-undang di atas bahwa untuk meningkatkan prestasi olahraga dapat dilakukan disetiap jenjang pendidikan formal maupun yang informal sehingga prestasi yang diinginkan dapat dicapai dengan mengikuti

kompetisi-kompetisi olahraga yang diselenggarakan. Salah satu bentuk kegiatan kompetisi olahraga adalah olahraga bola basket. Permainan bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan menyehatkan. Basket diartikan dengan permainan bola yang dilakukan oleh dua regu, masing-masing terdiri atas lima orang, yang berusaha mengumpulkan angka dengan memasukkan bola ke dalam basket. Dalam permainan bola basket kemampuan dasar bermain bola basket terdiri dari kemampuan melakukan *passing*, *dribbling*, *shooting*, *pivot* (cara berputar) dan *rebound*.

Dribbling adalah salah satu dasar bola basket yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, *dribbling* banyak macamnya salah satunya adalah *dribbling crossover* yaitu merupakan *dribbling* dengan satu tangan, yang kemudian saat mendekati pemain bertahan akan mendorong bola melewati tubuhnya ke arah tangan yang lain agar pemain bertahan kehilangan keseimbangannya. Keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam pertandingan bola basket. Pada permainan bola basket, agar dapat menguasai teknik-teknik dasar permainan bola basket dimana dalam hal ini adalah keterampilan teknik dasar *dribbling*, diperlukan suatu bentuk latihan yang tepat. Dimana salah satu latihan kelincahan adalah salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan keterampilan *dribbling* bola basket.

Darul Mursyid (DM) basket *club* adalah salah satu *club* bola basket yang berada di Kabupaten Tapanuli Selatan yang bertempat Desa Simanosor Julu, Kec. Saipar Dolok Hole, Sumatera Utara 20217. Darul Mursyid basket *club* melakukan latihan 3x seminggu yaitu pada hari Senin, Rabu dan Jum'at jam 15:00- 17.00 WIB. *Club* ini Sudah banyak mengikuti Tournament pada *event* Bola Basket

mulai dari kejuaraan Turnamen Bola Basket Piala SMA Kusuma *Cup* 1 dan 2, Sidimpuan *Basketball Cup* 2022, UM Tapsel Champion 2024. Tetapi belum pernah meraih juara.

Berdasarkan observasi dan wawancara yang telah penulis lakukan pada hari Jum'at tanggal 14 Februari, 2025 bersama pelatih yaitu bapak Sutarno, S. Pd dan atlet putra *club* Darul Mursyid basket di lapangan bola basket Darul Mursyid. Dari hasil observasi dan wawancara tersebut peneliti menemukan masalah pada atlet dalam melakukan *dribble* seperti kemampuan atlet dalam melakukan *dribble* masih kurang baik, pemain masih terlihat kaku dan pandangan juga masih tertuju pada bola, kebanyakan cara melakukan *dribble* masih terlihat lambat bolanya masih tidak terarah, pada saat bermain permainan masih terlihat monoton, Koordinasi pada saat atlet menggiring bola basket masih kurang baik sehingga atlet tidak dapat menghindari lawan sewaktu menggiring bola basket, bola sering lepas dan bola tidak terkontrol dengan baik, Selain itu kelincahan atlet sewaktu menggiring bola juga masih lambat sehingga dapat dengan mudah dikejar dan direbut oleh lawan.

Dari permasalahan diatas tersebut peneliti berinisiatif untuk pengambilan data tes pendahuluan menggiring bola basket untuk memperkuat dugaan peneliti terkait permasalahan diatas. Peneliti melakukan tes pendahuluan pada hari Rabu tanggal 27 Februari, 2025 dari 12 atlet yang di tes semua atlet tergolong kategori jelek. Kemudian peneliti berkesimpulan perlunya diberikan latihan yang mengarah pada keterampilan menggiring bola basket. salah satu bentuk latihan yang dapat meningkatkan keterampilan menggiring bola basket adalah latihan *figure eight wraps around* dan latihan *figure eight dribble* sebagai metode latihan

yang diharapkan mampu meningkatkan kemampuan *dribble* bola basket pada atlet putra DM Basket *Club*. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang **“Perbedaan Pengaruh Latihan *Figure Eight Wraps Around* Dan *Figure Eight Dribble* Terhadap Keterampilan *Dribble* Pemain Bola Basket DM Basket *Club* Tahun 2025.**

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka masalah yang diteliti dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Kemampuan *dribble* bola basket atlet masih rendah.
2. Masih ada atlet yang belum menguasai teknik *dribble* bola basket dengan baik.
3. Bola sering lepas dan bola tidak terkontrol dengan baik.
4. Koordinasi pada saat atlet melakukan menggiring bola basket masih kurang baik sehingga atlet tidak dapat menghindari lawan sewaktu *dribble* bola basket.
5. Kemampuan *dribble* yang tidak berirama dan monoton sehingga mudah untuk dibaca lawan gerakan yang akan dilakukan.
6. Pandangan terlalu fokus terhadap bola yang di *dribble*.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan diatas dan mengingat keterbatasan kemampuan yang dimiliki penulis serta untuk menghindari penyimpangan, maka peneliti membatasi masalah yaitu **“Perbedaan pengaruh latihan *figure eight wraps around* dan *figure eight dribble* keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket *Club* Tahun 2025”.**

1.4 Rumusan Masalah

Dalam penelitian ini terdapat permasalahan yang perlu diteliti, dipelajari, dianalisis dan diusahakan pemecahannya. Setelah mempertimbangkan latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah di atas, maka dengan itu penulis merumuskan masalah penelitian. Adapun beberapa rumusan masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *figure eight wraps around* terhadap keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket Club Tahun 2025?
2. Apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *figure eight dribble* terhadap keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket Club Tahun 2025?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh latihan *figure eight wraps around* dan *figure eight dribble* terhadap keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket Club Tahun 2025?

1.5 Tujuan penelitian

Berdasarkan masalah yang telah dirumuskan diatas, penelitian ini mempunyai tujuan untuk:

1. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *figure eight wraps around* terhadap keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket Club Tahun 2025
2. Untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *figure eight dribble* terhadap keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket Club Tahun 2025

3. Untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan *figure eight wraps around* dan *figure eight dribble* terhadap keterampilan *dribble* pemain bola basket DM Basket Club Tahun 2025?

1.6 Kegunaan Hasil Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian adalah sebagai berikut:

1. Secara Teoritis

- a. Bagi peneliti sebagai manfaat ilmu dan acuan serta mampu menginovasikan ketika menjadi pelatih.
- b. Bagi mahasiswa dapat menambah wawasan tentang latihan untuk meningkatkan keterampilan *dribble* bola basket.

2. Secara Praktis

- a. Bagi Atlet DM Bola Basket Club Memberikan pengetahuan tentang pentingnya latihan *figure eight wraps around* dan *figure eight dribble* untuk menunjang prestasi atlet DM Basket Club
- b. Bagi pelatih DM Basket Club Sebagai bahan masukan bagi pelatih bola basket putra bahwa latihan *figure eight wraps around* dan *figure eight dribble* dapat meningkatkan keterampilan *dribble* bola basket.