

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga sekarang ini telah menjadi kebutuhan setiap individu, karena melakukan kegiatan olahraga yang baik dan benar serta berkesinambungan dapat meningkatkan derajat kebugaran jasmani. Hal ini dapat kita lihat dari antusias masyarakat disetiap kegiatan-kegiatan olahraga

Secara umum pembinaan olahraga di Indonesia diarahkan untuk meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan seluruh masyarakat. Salah satu cabang olahraga yang diterapkan di pendidikan formal sebagai olahraga prestasi dan digemari masyarakat umum adalah permainan bola basket. Karena, permainan tersebut dapat dimainkan oleh pria maupun wanita, mulai anak-anak (pemula) hingga dewasa (profesional/atlet).

Bola basket adalah salah satu olahraga paling populer di dunia. Penggemarnya yang berasal dari segala usia merasakan bahwa bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Keterampilan-keterampilan perseorangan seperti tembakan, *passing*, *dribble*, *rebound*, serta kerja tim untuk menyerang atau bertahan, adalah syarat agar berhasil dalam memainkan olahraga basket.

Agar dapat bermain bola basket dengan baik, seorang pemain dituntut untuk menguasai semua teknik dasar dalam permainan bola basket. Sodikun (1992 : 48) mengemukakan bahwa “teknik dasar tersebut dapat dibagi sebagai berikut : teknik mengoper dan menangkap, teknik menggiring bola, teknik menembak, teknik gerakan poros, teknik *lay-up* shoot, *rebound*”. Oleh karena itu, mengoper unsur dasar yang sangat menentukan dalam suatu pertandingan. Jadi teknik dasar mengoper harus benar-benar dikuasai oleh pemain.

Semua cabang olahraga memerlukan kondisi fisik yang baik dan maksimal, kondisi fisik merupakan salah satu persyaratan yang diperlukan dalam setiap peningkatan hasil belajar seseorang. Untuk mencapai hasil belajar yang tinggi harus memiliki kondisi fisik yang baik, terkait dengan hal itu cabang olahraga bola basket merupakan olahraga yang memerlukan kondisi fisik yang baik dan maksimal bertujuan mengembangkan hasil fisik dan psikis secara menyeluruh, seperti yang dikatakan oleh Sajoto (1988:25) bahwa “seorang olahragawan tidak akan dapat melakukan teknik-teknik secara sempurna jika kondisi fisiknya jelek”. Kondisi fisik ini merupakan modal dasar untuk mencapai keterampilan yang optimal.

Power otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan sangat penting dalam permainan bola basket terutama dalam melakukan *passing*, sehingga dengan memiliki *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan yang baik akan menghasilkan *passing* yang sulit untuk dihentikan. Dengan memiliki *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan yang baik, akan menghasilkan *passing* yang cepat yang meminimalkan peluang lawan untuk merebut bola. Salah satu unsur

penting untuk menghasilkan serangan yang baik, pemain harus melakukan *passing* yang baik pula.

Umpan yang tepat adalah salah satu kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang berpeluang besar mencetak angka. Ketepatan umpan sangat berpengaruh dalam permainan, ini bisa memotivasi rekan-rekan tim, menghibur penonton, dan menghasilkan permainan yang tidak individualis.

Salah satu pendidikan formal yang sedang mengembangkan permainan bola basket di kota Medan adalah MAN 1 Medan melalui ekstrakurikulerinya. Berdasarkan hasil observasi dan wawancara kepada pelatih, ternyata kemampuan mengoper para siswa masih kurang dan perlu ditingkatkan. Pelatih mengatakan, bahwa begitu kurangnya kemampuan mengoper para siswa. Hal ini jelas terlihat dari penampilan saat bermain basket 5 lawan 5. Ditandai dengan berkurangnya umpan yang kurang baik pada saat penyerangan ke daerah lawan serta kualitas operan yang masih rendah.

Rendahnya kemampuan *passing* yang diperoleh saat ini, salah satu faktor disebabkan karena kurangnya kemampuan siswa dalam hal *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan, dimana dalam melakukan *passing* sangat dibutuhkan *power* otot lengan yang baik agar bola dapat dilemparkan/didorong dengan cepat dan kuat. Dalam gerakan *passing* pelepasan bola diakhiri dengan lecutan jari-jari tangan, sehingga dengan memiliki kekuatan jari-jari tangan yang baik akan menghasilkan *passing* yang kuat dan terarah. maka salah satu solusi yang terbaik

menurut anggapan peneliti adalah perlu diberikan latihan yang mengarah pada peningkatan kemampuan *passing*, dan yang sangat berpengaruh dalam kualitas *passing* adalah *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan.

Maka dari hasil penjabaran diatas peneliti tertarik menjadikan suatu penelitian yang berjudul Hubungan *Power* Otot Lengan dan Kekuatan jari-jari tangan Terhadap Kemampuann *Passing* Dalam Permainan Bola Basket Pada Siswa Ekstrakurikuler Putra Basket MAN 1 Medan Tahun 2016.

B. Identifikasi Masalah

Dari uraian dan latar belakang diatas, dapat dikemukakan masalah penelitian sebagai berikut : Apa yang dimaksud dengan *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan? Faktor-faktor apa sajakah yang mendukung untuk keberhasilan dalam permainan bola basket? Bagaimana pengaruh *passing* dalam permainan bola basket? Faktor-faktor apa saja yang mendukung kemampuan *passing* siswa dalam permainan bola basket? Apakah ada hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *passing*? Apakah ada hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing*? Bagaimanakah hubungan kekuatan dan kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* ?

C. Pembatasan Masalah

Beranjak dari identifikasi masalah yang telah dikemukakan, maka penelitian ini dibatasi pada dua variabel yaitu :

1. Variabel bebas : *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan
2. Variabel terikat : kemampuan *passing* dalam permainan bola basket

Malasah yang menjadi sasaran penelitian adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dengan kekuatan jari-jari tangan terhadap kemampuan *passing* dalam permainan bola basket pada siswa ekstrakurikuler putra basket MAN 1 Medan tahun 2016.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah dapat dirumuskan masalah yaitu :

1. Apakah ada hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dengan kemampuan *passing* dalam permainan bola basket ekstrakurikuler putra MAN 1 Medan Tahun 2016 ?
2. Apakah ada hubungan yang signifikan antara kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* dalam permainan bola basket ekstrakurikuler putra MAN 1 Medan Tahun 2016 ?
3. Apakah ada hubungan yang signifikan antara *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* dalam permainan bola basket ekstrakurikuler putra MAN 1 Medan Tahun 2016 ?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui hubungan *power* otot lengan dengan kemampuan *passing* dalam permainan bola basket ekstrakurikuler putra MAN 1 Medan Tahun 2016.

2. Untuk mengetahui hubungan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* dalam permainan bola basket ekstrakurikuler putra MAN 1 Medan Tahun 2016.
3. Untuk mengetahui hubungan *power* otot lengan dan kekuatan jari-jari tangan dengan kemampuan *passing* dalam permainan bola basket ekstrakurikuler putra MAN 1 Medan Tahun 2016.

F. Manfaat Penelitian

Dari kegiatan penelitian yang dilakukan, diharapkan akan memberikan manfaat pada pengembangan ilmu pengetahuan di bidang olahraga khususnya bola basket. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat :

1. Bagi pelatih sebagai bahan masukan tentang pentingnya latihan kekuatan otot lengan dan kelentukan untuk meningkatkan *passing* dalam permainan bola basket.
2. Bagi pelatih sebagai bahan masukan dalam proses belajar-mengajar permainan bola basket khususnya *passing*.
3. Sebagai bahan acuan bagi para peneliti untuk yang selanjutnya dalam penelitian yang lebih luas lagi ruang lingkupnya, dan juga dapat memberikan manfaat yang lebih baik dalam mengembangkan olahraga khususnya olahraga bola basket.