

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan, dan membina potensi seseorang baik secara jasmani maupun rohani. Perkembangan olahraga yang semakin luas menjadikan banyak bidang kajian dalam ilmu olahraga dimana hal tersebut menjadi sebuah profesi bagi para pelakunya. Beberapa cabang olahraga profesional yang sudah berkembang pesat saat ini salah satunya adalah olahraga bola basket. Saat ini, bola basket menjadi olahraga yang berkembang paling pesat di dunia. Jenis olahraga ini melibatkan banyak orang. Walaupun bola basket ditemukan sebagai olahraga dalam ruangan (*indoor sport*), tetapi sekarang dimainkan baik di dalam maupun di luar ruangan pada semua musim.

Bola basket merupakan permainan yang memerlukan kemampuan dan keterampilan baik secara individu maupun tim. Seseorang harus terlebih dahulu menguasai keterampilan dasar dalam bermain bola basket dengan cara berpartisipasi dalam kegiatan bola basket dan mendapatkan pencapaian dalam bola basket (Djamili, 2017; Pamungkas, Mulyono, dan Hartiwan, 2018). Untuk mendapatkan hasil yang maksimal dan memuaskan dalam permainan bola basket, seorang atlet harus dapat menguasai teknik-teknik dasar dalam permainan bola basket. Dalam permainan bola basket, menguasai teknik dasar merupakan hal yang sangat penting untuk mendapatkan hasil yang baik dan memuaskan. Adapun

beberapa teknik dasar yang perlu diketahui dan dikuasai adalah *dribbling*, *passing*, *shooting*, dan *lay-up*.

Permainan bola basket juga memerlukan pertahanan yang baik, yaitu *defense*. *Defense* merupakan gerakan yang dapat menerima serangan lawan dengan menggunakan satu atau dua tangan. Dalam permainan bola basket dikenal dua cara untuk bertahan, yaitu *zone defense* dan *man to man defense*. Kedua cara bertahan tersebut memiliki banyak pengembangan yang bisa disesuaikan dengan kebutuhan tim.

Terdapat beberapa faktor pendukung dalam permainan bola basket yang dapat meningkatkan kemampuan teknik, yaitu salah satunya dengan menggunakan alat. Peneliti telah mengamati latihan *defense* yang dilakukan di beberapa klub yakni klub basket XYZ, ABM, dan Analisa. Peneliti telah melakukan observasi pada bulan November 2019, dan kembali melakukan observasi pada bulan Februari 2020. Peneliti juga telah melakukan wawancara kepada pelatih dan telah mengamati latihan atlet yang diberikan oleh pelatih. Wawancara ini ditujukan untuk mengetahui apakah di klub tersebut pernah atau tidak melakukan latihan *defense* dengan menggunakan alat bantu latihan *defense*, dan apakah dapat melakukan *defense* dengan baik atau tidak serta bagaimana selama ini program atau bentuk latihan di klub tersebut dalam melakukan latihan *defense*, apakah menggunakan alat atau hanya latihan satu lawan satu, membayangkan pemain yang akan membawa bola. Dari hasil wawancara tersebut juga dapat disimpulkan bahwa di klub tersebut belum pernah menggunakan alat bantu latihan saat melakukan latihan *defense*. Pelatih juga mengungkapkan keterbatasan

fasilitas menjadi salah satu penghambat sehingga belum menggunakan alat latihan *defense*. Peneliti juga melakukan pengamatan pada saat pelatih memberikan latihan *defense* kepada para atlet tersebut. Latihan yang diberikan hanyalah dengan melakukan latihan *defense man to man* dengan cara latihan membayangkan yang membawa bola dengan gerakan *defense* yang diberikan tanpa menggunakan alat bantuan yang lain. Peneliti juga telah mengamati atlet pada saat melakukan simulasi *game*. Dari hasil pengamatan tersebut juga peneliti melihat masih banyaknya atlet yang kurang baik dalam melakukan *defense* terhadap lawannya, sehingga membuat lawan dapat melewatinya dan menghasilkan poin. Hal ini berbeda seperti yang dikatakan bahwa *defense* itu merupakan kemampuan untuk menahan dan mengimbangi saat lawan berusaha menembus daerah pertahanan dan tidak dapat melakukan atau menghasilkan poin.

Peneliti berkeinginan untuk mencari solusi bagaimana caranya agar latihan *defense* itu terlihat bervariasi, menarik, dan mampu meningkatkan kemampuan *defense* agar menjadi lebih baik dan dapat diterapkan saat *game* atau dalam pertandingan nantinya.

Peneliti juga melihat video latihan *defense* di klub yang berada di luar negeri atau melalui dunia media sosial, sehingga peneliti pun tertarik untuk mengembangkan alat bantu yang dapat melatih *defense* agar menjadi dominan dan bermanfaat bagi atlet. Alat bantu *defense* dibuat agar latihan *defense* tidak membosankan atlet untuk berlatih, dan justru lebih menantang saat melakukan latihan dan diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *defense* atlet yang ada di

Indonesia, terkhususnya di Sumatera Utara seperti yang ditunjukkan oleh para atlet dunia di berbagai negara lainnya.

Hasil observasi yang telah dilakukan peneliti dengan cara melihat, mengamati, dan melakukan wawancara, maka peneliti menyebarkan angket analisis kebutuhan kepada 10 atlet bola basket di masing-masing tiga klub yang berbeda. Setelah menyebarkan angket tersebut, 65% hasil dari ketiga klub menyatakan membutuhkan alat bantu latihan *defense* bola basket yang baru.

Berdasarkan dari latar belakang yang dikemukakan di atas, memperkuat peneliti bahwa diperlukannya alat bantu dalam latihan *defense* bola basket yang diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *defense* para atlet dan juga dapat membantu pelatih saat latihan, sehingga peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: “Pengembangan Alat Bantu *Defense* Dalam Permainan Bola Basket Untuk Atlet Umur 18 Tahun di Kota Medan”

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, maka peneliti perlu mengidentifikasi beberapa masalah yang timbul dengan tujuan dapat mempermudah peneliti untuk mendapatkan tujuan penelitian yang dikemukakan pada beberapa bentuk pertanyaan, sebagai berikut:

- 1) Apakah faktor-faktor yang menjadi hambatan saat melakukan latihan *defense*?
- 2) Bagaimanakah pengembangan alat bantu latihan *defense* pada atlet bola basket?
- 3) Apakah pengembangan alat bantu latihan *defense* diperlukan oleh atlet bola basket?

4) Seberapa penting pengembangan alat bantu latihan *defense* pada atlet bola basket?

5) Apakah manfaat pengembangan alat bantu latihan *defense* pada atlet bola basket?

1.3. Pembatasan Masalah

Luasnya masalah yang akan diteliti seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka perlu ditentukan batasan masalah untuk menghindari pembahasan yang lebih luas lagi, sehingga peneliti berfokus pada pengembangan alat bantu latihan *defense* pada bola basket.

1.4. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka dapat dirumuskan permasalahan yang akan diteliti adalah bagaimanakah pengembangan alat bantu latihan *defense* pada bola basket dapat meningkatkan kemampuan *defense* pada atlet bola basket.

1.5. Tujuan Penelitian

Menetapkan tujuan penelitian merupakan hal yang sangat penting karena setiap penelitian yang dilakukan harus memiliki tujuan. Penelitian pengembangan ini bertujuan untuk mengembangkan alat bantu latihan *defense* dan dapat membantu pelatih dalam melakukan latihan *defense* terhadap atlet bola basket.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun beberapa manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

- 1) Mengembangkan alat bantu latihan *defense* pada permainan bola basket
- 2) Memberikan sumbangan pengetahuan dan pemikiran yang sekaligus dapat dijadikan suatu pedoman pembinaan bagi atlet bola basket
- 3) Untuk meningkatkan keterampilan atlet bola basket dalam latihan *defense*
- 4) Sebagai bahan latihan untuk pelatih dalam membina atlet bola basket pada setiap latihan untuk mencapai prestasi
- 5) Sebagai bahan masukan bagi para peneliti berikutnya.

