

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Dalam kehidupan modern saat ini olahraga menjadi salah satu kebutuhan hidup bagi masyarakat dikarenakan banyaknya manfaat yang dirasakan oleh masyarakat dari berolahraga. Tujuan dari berolahraga ada beberapa, salah satunya adalah prestasi baik individu maupun tim. Untuk meraih prestasi yang baik maka haruslah menggabungkan ilmu pengetahuan dan teknologi. Tercapainya prestasi dalam olahraga merupakan usaha yang dilakukan melalui pembinaan sejak usia dini.

Olahraga adalah proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang dapat mendorong, mengembangkan, dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohani seseorang sebagai perorangan atau anggota masyarakat berupa permainan, pertandingan dan prestasi puncak dalam pembentukan manusia yang memiliki ideologi yang seutuhnya dan berkualitas berdasarkan negara atau Pancasila. Perkembangan olahraga yang semakin luas menjadikan banyak bidang kajian dalam olahraga dimana hal tersebut menjadi sebuah profesi bagi pelakunya.

Olahraga prestasi merupakan olahraga yang dilakukan dan dikelola secara profesional yang memiliki tujuan untuk mendapatkan dan meraih suatu prestasi tertentu. Tujuan dari olahraga prestasi adalah untuk meraih prestasi dari bidang yang dipertandingkan baik di tingkat daerah, nasional dan juga internasional. Salah satu cabang olahraga yang sudah berkembang pesat saat ini adalah Bola Basket.

Bola basket (bahasa Inggris: *basketball*) adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, permainan bola basket juga lebih kompetitif karena tempo permainan cenderung lebih cepat jika dibandingkan dengan olahraga bola yang lain, seperti voli dan sepak bola. Permainan bola basket juga salah satu permainan yang paling digemari di Dunia.

Setelah peneliti mengobservasi pada tanggal 21 November 2019 dan membentuk permainan bola basket disalah satu club di Tanjung Merawa yang ada di kota Medan dengan bentuk variasi *shooting* dalam permainan bola basket, peneliti melihat dan mendapatkan suatu masalah dalam permainan bola basket tersebut. Atlet pemula tersebut membuat shooting seperti biasa dengan jarak yang biasa tersebut dan peneliti ingin membuat variasi *shooting* yang baru supaya nantinya bisa membandingkan hasil *shooting* biasa dan hasil variasi *shooting* yang akan dibuat peneliti pada atlet pemula tersebut. Pada penelitian ini peneliti

ingin mengembangkan hal baru dalam variasi latihan shooting untuk atlet pemula dan peneliti ingin menerapkan variasi latihan *shooting* tersebut untuk kemajuan atlet dan supaya atlet lebih maju serta berkembang dalam permainan bola basket, variasi *shooting* tersebut yaitu dengan menciptakan ring hidup yang dimana ring tersebut dipegang oleh salah satu atlet dan bergerak. Penelitian ini tidak memaksa ataupun menuntut siswa harus pintar ataupun hebat dalam bermain bola basket, namun dengan adanya penelitian ini diharapkan anak dapat lebih memahami bagaimana permainan bola basket yang benar sehingga menimbulkan ketertarikan bagi siswa yang mempelajarinya.

Tujuan pengembangan variasi latihan ini supaya atlet lebih bersemangan dalam latihan, tidak jenu dalam latihan serta atlet jauh lebih maju dalam permainan bola basket. Untuk menciptakan variasi *shooting* tersebut perlu dilakukan kajian melalui penelitian, maka penulis sangat tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul: Pengembangan Variasi Latihan Shooting Bola Basket Pada Atlet Pemula 2019.

### 1.2 Identifikasi Masalah

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

1. Apakah seorang pelatih basket sudah menerapkan penggunaan Variasi Latihan dalam melatih ?
2. Apakah Atlet sudah memahami teknik *setshoot* dan *jumpshoot* dalam permainan bola basket ?

3. Apakah sudah ada teknik *setshoot* dan *jump shoot* dengan menggunakan variasi latihan tersebut ?
4. Apakah pelatih sudah mengajarkan teknik *setshoot* dan *jumpshoot* yang benar dalam permainan olahraga bola basket ?
5. Apakah latihan dengan menggunakan variasi latihan dapat membantu atlet dalam menguasai keterampilan dalam menggunakan teknik *setshoot* dan *jumpshoot* dalam olahraga bola basket ?

### 1.3 Pembatasan Masalah

Untuk menghindari masalah yang terlampaui luas dan interpretasi yang berbeda diperlukan batasan masalah. Adapun masalah yang akan diteliti adalah :

1. Masalah yang terkait dengan latihan permainan bola basket khususnya di *setshoot* dan *jump shoot*.
2. Masalah yang berkaitan dengan variasi latihan *set hoot* dan *jump shoot*.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pembelajaran variasi latihan permainan bola basket dalam meningkatkan keterampilan para atlet bola basket dalam menguasai teknik *set shoot* dan *jump shoot*.”

### 1.5 Tujuan Penelitian

Adapun yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah: Untuk membuat atlet pemula lebih bersemangat dalam latihan, tidak jenu dan lebih maju dan

berkembang dalam permainan basket dengan terbentuknya variasi shooting baru tersebut.

### 1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Pengembangan variasi latihan *setshoot* dan *jumpshoot* dalam bola basket ini bagi pelatih dapat dijadikan sebagai acuan dan pedoman dalam melatih.
2. Pengembangan variasi latihan *setshoot* dan *jumpshoot* ini bagi atlet dapat mempermudah serta mempercepat dalam menguasai teknik *shooting*.
3. Pengembangan variasi latihan *setshoot* dan *jumpshoot* ini bagi atlet dapat mengurangi rasa jenuh seorang atlet basket dalam berlatih.
4. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran ilmiah bagi ilmuwan maupun peneliti lainnya yang lebih spesifik dan menarik.

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY