

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola basket dewasa ini sangat digemari kalangan pelajar di Indonesia terbukti banyak di adakan turnamen antar pelajar baik itu tingkat SLTP, SMU/SMA juga sampai tingkat perguruan tinggi serta turnamen bola basket terbuka antar klub di setiap wilayah yang rata-rata pemainnya termaksud dalam usia pelajar. Kegemaran pada permainan bola basket ini di iringi bertambahnya klub-klub bola basket serta bertambahnya lapangan bola basket baik itu dalam bentuk satu lapangan penuh maupun sengah lapangan yang banyak dibuat pada perkarangan di sekitar perkarangan umum. Kesemua itu karena animo masyarakat terhadap permainan bola basket.

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola kedalam keranjang lawan (Wissel 1994:2). Bola basket sangat cocok untuk di tonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup maupun diruangan terbuka dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah di pelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut. Bola basket di temukan pada 1891 oleh Dr. James Naismith (Oliver 2007:vi).

Di dalam bermain bola basket di latih untuk selalu berfikir dengan cepat dan tepat. Sewaktu ia memegang bola, ia berfikir bola ini akan di kemanakan. Di lempar kemanakah? Di giring sendirihkah? Di tembakkankah?. Dan alternatif lain dari beberapa alternatif tersebut harus di pilih satu secara tepat dan cepat. Kalau tidak tepat tentu meleset ke lawan dan jika tidak cepat juga akan di ambil oleh lawan. Menurut Oliver (2007) Teknik dasar permainan bola basket, yaitu : 1. *Dribbling* 2. *Passing* 3. *Lay up* 4. *Shooting*.

Tujuan dalam permainan bola basket adalah untuk menciptakan peluang yang tepat sehingga mendapatkan angka di setiap kesempatan, karena merupakan syarat regu tersebut untuk dinyatakan sebagai pemenang dari angka yang di peroleh. Tujuan utamanya ialah memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke keranjang lawan dengan cara yang sportif sesuai dengan aturan yang telah di sepakati. Dengan demikian ketrampilan gerak dasar dalam permainan bola basket sangat penting untuk di kuasai secara baik. Di antara tehnik dasar tersebut peneliti bermaksud akan meneliti tentang *Shooting*. Oliver (2007 : 34) *Shooting* adalah perlakuan menembak dengan menekuk lengan yang digunakan untuk menembak dengan benar hingga lengan membentuk huruf "L" kemudian diikuti gerakan kearah ring basket. Menurut Wissel (1994 : 3) *Shooting* itu sendiri terdiri atas tiga jenis penilaian yaitu : 1. *One point (free throw)*, 2. *Two point (in zone)* dan 3. *Three point (out zone)*.

Dalam melakukan *shooting* ini akan dibicarakan tentang kebenaran teknik dan kemantapan *follow through* lengan yang memadai . *follow through* bisa diartikan saat setelah melepas bola dari jari tengah, pertahankan lengan anda

untuk tetap diatas dan terentang secukupnya dengan jari tengah menunjuk lurus pada target kemudian telapak tangan menghadap ke bawah serta mata terfokus pada sasaran, Wissel (1994:48).

Guna mendapatkan hasil *shooting* yang baik di butuhkan pergerakan lengan yang bekerja secara terkoordinasi dimulai dari mengangkat bola hingga diposisikan didepan atas kening kepala lalu ayunan tangan serta lecutannya kemudian sampai masa pelepasan bola. Jadi hasil yang diinginkan akan mencapai maksimal bila koordinasi itu di latih secara berulang-ulang.

Sebelumnya peneliti sudah mengamati beberapa pertandingan pesahabatan siswa putra tim bola basket SMA Dharmawangsa Medan kepada beberapa, seperti; SMA Neg 1 Medan, SMA Neg 4 Medan, Asyafia Medan Johor, klub Gelora dengan pemain seumuran anak SMA. Dari pengamatan atas beberapa pertandingan tersebut, peneliti melihat kurang akuratnya *shooting* yang dilakukan beberapa pemain bola basket putra SMA Dharmawangsa Medan. Setelah dilihat, dilihat dan dilihat lagi penulis memperhatikan adanya beberapa gerakan yang tidak dibuat/dilakukan mengenai teknik *shooting*. Beberapa diantaranya adalah : ayunan siku/ pergerakan lengan yang tidak membentuk huruf “L” , kurangnya tingkat fokus terhadap terget (ring basket), dan keseimbangan tangan yang mudah goyah.

Peneliti beranggapan seperti itu atas dasar menurut Wissel (1994) kunci sukses pada *shooting* ialah ada beberapa tahap fase. Dari fase persiapan, fase pelaksanaan, dan fase *follow through*. Yang dari fase-fase tersebut menguraikan tentang :

- Posisi badan
- Lihat target
- Lengan terentang (huruf L)
- Lutut dan pinggang dilenturkan
- Jari menunjuk pada target
- Keseimbangan pada saat melepas bola
- Posisi lengan tetap diatas sampai bola masuk kedalam ring (*Follow through*)

Setelah melihat dan mengamati lagi dengan seksama pada sesi latihan, Disini peneliti memperhatikan banyaknya perintah dari pelatih untuk melakukan *push up*. Peneliti menduga si pelatih hanya memfokuskan pada kekuatan lengan atau *power* menembak siswa saja tapi tidak melatih teknik *shooting* yang sebenarnya (asal tembak = yang penting sampai ke ring basket).

Untuk memperkuat dugaan tadi kemudian peneliti melakukan wawancara kepada pelatih tersebut (kamis, 17 juli 2014). Kesimpulan dari wawancara tersebut ialah pelatih hanya memberikan latihan *push up* kepada siswa putera tim basket SMA Dharmawangsa untuk latihan menembak tanpa ada mengajarkan pergerakan dari pada teknik *shooting* yang sebenarnya.

Dari semua penjelasan diatas penulis mendapatkan faktor penyebab yang cukup jelas, dalam hal ini penulis memfokuskan pada masalah teknik dan pergerakan lengan yang mempengaruhi pada perlakuan teknik *shooting*. Selain dengan menguasai rangkaian gerakan *shooting* dalam permainan bola basket, perlu juga di butuhkan teknik yang baik untuk menunjang penguasaan permainan

bola basket secara menyeluruh khususnya dalam teknik *shooting*. Adapun sampel yang akan diteliti : Tabel 1. nama siswa yang menjadi sampel

NO	NAMA	Tempat/Tgl Lahir	Lama Latihan
1	Fadel	Muara Bulian/1-3-1997	2 tahun
2	Bari	Medan/13-6-1997	2 tahun
3	Agus	Medan/9-10-1997	2 tahun
4	Khalid	Medan/12-8-1997	2 tahun
5	Risky	Medan/27-9-1997	2 tahun
6	Andi	Stabat/3-7-1998	1 tahun
7	Angga	Medan/7-6-1999	1 tahun
8	Agus	Medan/16-5-1998	1 tahun
9	Hari	Medan/19-7-1997	1 tahun
10	Hafiz	Medan/27-8-1998	1 tahun
11	Riski	Stabat/3-7-1998	1 tahun
12	Sulaiman	Medan/7-6-1999	1 tahun
13	Gilang	Medan/16-5-1998	1 tahun
14	Gewa	Medan/19-7-1997	1 tahun

Untuk itu, penulis mencoba melakukan penelitian faktor perlakuan teknik yang mempengaruhi perlakuan *shooting* yang merupakan salah satu teknik yang dipergunakan untuk memperoleh nilai atau angka dalam permainan bola basket dengan memberikan latihan *wall shooting* dan *shooting from chair* yang bertujuan meningkatkan teknik dan koordinasi gerak dalam memaksimalkan perlakuan *shooting*.

Adapun latar belakang peneliti memilih latihan *wall shooting* dan *shooting from chair* adalah untuk mengetahui latihan manakah yang dapat meningkatkan kemampuan *shooting* pada tim basket SMA Dharmawangsa Medan. Mengingat

gerakan *shooting* dalam permainan bola basket merupakan salah satu penentu dalam memperoleh kemenangan, maka peneliti tertarik melakukan penelitian yaitu : Perbedaan Pengaruh Latihan *wall shooting* dengan Latihan *shooting from chair* Terhadap Peningkatan Kemampuan *shooting* Dalam Permainan Bola Basket Pada Tim Bola Basket SMA Dharmawangsa Medan tahun 2015.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan pada penjabaran dalam latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut : Faktor-faktor apa saja yang dapat meningkatkan kemampuan *shooting* dalam permainan bola basket ? Apakah kemampuan *shooting* yang baik dapat sangat menunjang dalam peningkatan prestasi dalam permainan bola basket ? Apakah latihan *wall shooting* berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan menembak (*shooting*) pada permainan bola basket ? Apakah latihan *shooting from chair* berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan menembak (*shooting*) pada permainan bola basket ? Bila kedua jenis latihan tersebut dapat meningkatkan kemampuan menembak (*shooting*) pada permainan bola basket, jenis latihan yang manakah yang lebih berpengaruh dalam meningkatkan kemampuan *shooting* pada permainan bola basket ?

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan pertimbangan pada masalah yang akan diteliti cukup luas seperti yang tercantum dalam identifikasi masalah, maka penelitian ini kiranya perlu dibatasi. Permasalahan pokok dalam penelitian ini adalah perbedaan pengaruh latihan *wall shooting* dengan latihan *shooting from chair* terhadap

peningkatan kemampuan *shooting* dalam permainan bola basket pada tim basket SMA Dharmawangsa Medan.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjabaran pada pembatasan masalah diatas, maka sebagai masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :

1. Apakah ada pengaruh yang signifikan latihan *wall shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* ?
2. Apakah ada pengaruh yang signifikan latihan *shooting from chair* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* ?
3. Manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan *wall shooting* dengan latihan *shooting from chair* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* ?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini adalah untuk menemukan penjelasan dari permasalahan yang akan dikemukakan diatas yaitu :

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan *wall shooting* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* pada tim basket SMA Dharmawangsa Medan.
2. Untuk mengetahui pengaruh latihan *shooting from chair* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* pada tim basket SMA Dharmawangsa Medan.
3. Untuk mengetahui manakah yang lebih besar pengaruhnya antara latihan *wall shooting* dengan latihan *shooting from chair* terhadap peningkatan *shooting* pada tim basket SMA Dharmawangsa Medan.

F. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai berikut :

1. Memberi bahan masukan dan pertimbangan yang bermanfaat bagi para pengembang, penyempurna khususnya para peminat olahraga bola basket tentang pengaruh latihan *wall shooting* dengan *shooting from chair* terhadap peningkatan kemampuan *shooting* pada tim basket SMA Dharmawangsa Medan.
2. Memberi informasi yang bersifat ilmiah, ataupun dapat dijadikan sebagai bahan diskusi atau seminar ataupun bisa menjadi objek penelitian selanjutnya.
3. Dapat dijadikan pedoman pada pembinaan pemain bola basket khususnya pemain bola basket Sumatera Utara sehingga dapat melakukan *shooting* dengan kemampuan yang lebih baik.