

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Olahraga adalah salah satu kegiatan yang dibutuhkan oleh manusia, melalui kegiatan olahraga tersebut manusia mendapatkan Kesehatan dan tubuh yang sehat bagi jasmani dan Rohani. Olahraga sebagai wadah bagi manusia untuk mengeksplorasi pengalaman gerak olahraga seseorang akan memiliki kualitas hidup yang lebih baik. Berolahraga atau melakukan aktifitas fisik yang teratur dapat mengurangi resiko penyakit kronis, mengurangi stress dan depresi, meningkatkan kesejahteraan emosional, Tingkat energi, kepercayaan diri dan kepuasan dengan aktivitas sosial. Menurut, (Randa, A. 2023) olahraga adalah proses sistematis yang terdiri dari beberapa kegiatan yang dapat membantu perkembangan dan membina potensi jasmaniah serta rohaniyah. Olahraga juga memiliki ideologi utuh dan berkualitas untuk mengembangkan prestasi manusia dalam bentuk permainan dan pertandingan yang didasarkan pada dasar negara dan Pancasila.

Bola basket merupakan salah satu permainan menggunakan bola yang direbutkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima orang permainan dan permainan tim, baik laki-laki dan perempuan yang masing-masing terdiri dari 5 anggota yang bermain, cara bermain dengan menggunakan tangan, dioper kearah teman, dipantulkan ke lantai dengan tujuan memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke keranjang lawan sehingga mendaatkan angka yang terbanyak

serta melindungi keranjang sendiri dari serangan lawan. Fatahilah dalam (Aris & Mu'arifuddin, 2020).

Permainan bola basket merupakan jenis olahraga yang menggunakan bola besar dengan luas lapangan 28 m x 15 m dapat terbuat dari tanah, lantai yang dikeraskan, serta papan (Ii & Teori, 2022). Olahraga bola basket semakin berkembang menjadi olahraga yang dimainkan oleh berbagai tingkatan, kemampuan, permainan ini juga dapat dimainkan di lapangan terbuka (*outdoor*) maupun lapangan tertutup (*indoor*) “Permainan bola basket tidak mengenal hasil seri dalam setiap pertandingan. Salah satu regu yang bertanding harus mencapai kemenangan. Bila terjadi angka sama pada akhir babak, pertandingan dilanjutkan dengan tambahan lima menit dan berapa lima menit berikutnya untuk menentukan pemenangan”.

Permainan bola basket adalah merupakan bagian olahraga yang sangat digemari oleh para pelajar ataupun kegiatan ekstrakurikuler termasuk siswa SMP Negeri 2 Singaraja, olahraga bola basket sangat signifikan hingga menjadi populer di negara Indonesia. Tiap tim bola basket terdiri dari 5 pemain, yaitu *point guard*, *Shooting guard*, *small forward*, *power forward*, dan *center* yang pembagian posisi 5 pemain tersebut adalah pemain 1 sebagai *point guard* (*best ballhandlers*), pemain 2 (dua) sebagai *Shooting guard* (*best outside shooter*), pemain 3 (tiga) sebagai *small forward* (*versalite in side* dan *outside player*), pemain 4 (empat) sebagai *power forward* (*strong rebound forward*) dan pemain 5 (lima) sebagai *center* (*inside score*, *rebounder*, dan *shoot blocker*) (Franklyn & Nataliani, 2022). Permainan bola basket sangat populer dari tahun ke tahun, hal ini dapat dilihat dari semakin banyak berdirinya klub-klub bola di Indonesia.

Selain itu banyak kompetisi atau turnamen dari kelompok umur, junior dan senior yang diadakan dari daerah maupun nasional. Kemajuan ilmu dan teknologi di bidang olahraga merupakan motivasi dalam peningkatan mutu dalam prestasi bola basket di Indonesia. Sebagaimana hasil yang diharapkan sekarang sebagai olahraga berprestasi. Untuk mencapai prestasi dalam bermain bola basket, tiap pemain harus menguasai tehnik dasar bermain bola basket.

Bola basket adalah permainan yang menggunakan kecepatan (kaki dan tangan) dengan waktu yang tepat. Perlu latihan rutin untuk mengembangkan kemampuan kecepatan kaki dan tangan dengan waktu yang tepat. Pemain juga harus melatih *skill* individu, bola basket adalah permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan Danny Kokasi (Fasa & Siantoro, 2021) Bola bisa dioper, dilempar ke rekan, bisa dipantulkan ke lantai (diatur atau saat berjalan) dan tujuannya adalah untuk memasukkan bola basket ke keranjang lawan. Permainan ini dimainkan oleh tujuannya adalah untuk memasukkan bola basket ke keranjangnya lawan. Permainan ini dimainkan oleh dua kelompok, masing-masing terdiri dari 5 pemain, masing-masing kelompok berusaha memasukkan bola ke dalam kekeranjang lawan permainan bola basket sudah mulai berkembang dengan diadakannya pertandingan diberbagai kota dan provinsi dan sangat di gemari terutama di kalangan anak di usia remaja, permainan bola basket ini juga sangat mudah untuk dimainkan dimanapun berada dan kapan saja.

Upaya meningkatkan prestasi bola basket di SMP Negeri 2 Singaraja, teknik dasar dalam bermain bola basket perlu dilatih secara intensif, khususnya *Dribble*, dan *Shooting*. Kemampuan dan teknik tersebut harus ditingkatkan

melalui latihan yang terprogram misalnya kegiatan ekstrakurikuler dengan memperhatikan unsur - unsur yang mempengaruhinya. teknik-teknik dasar permainan bola basket SMP Negeri 2 Singaraja perlu diperhatikan kemampuan antara hubungan mata, tangan harus di kontrol dengan baik, Untuk dapat mengetahui sejauh mana hubungan mata, tangan, terhadap teknik dasar bola basket sehingga perlu diadakan penelitian mengenai hubungan mata, tangan terhadap *Dribble* dan *Shooting* dalam permainan bola basket. Sehingga penelitian ini diangkat dengan judul “hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *Dribbling* dan *Shooting* pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMP N 2 Singaraja.



1.2 IDENTIFIKASI MASALAH

Berdasarkan pada latar belakang masalah diatas maka penulis mendapatkan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Permainan bola basket masih perlu ditingkatkan.
2. Kegiatan ekstrakurikuler bola basket perlu ditingkatkan.
3. Perlunya meningkatkan kualitas permainan bola basket.
4. Perlu memahami teknik dasar *Dribbling* dan *Shooting*.
5. Hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *Dribbling dan*

Shooting pada peserta perlu ekstrakurikuler bola basket di SMPN 2 Singaraja.

1.3 PEMBATASAN MASALAH

Mengingat keterbatasan penulis baik waktu, tenaga, pikiran, dan kemampuan, maka penulis membatasi masalah dalam penelitian ini yaitu:

1. Penulis berfokus pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Singaraja sebagai subjek dari penelitian.
2. Penulis memfokuskan penelitian ini pada koordinasi mata tangan terhadap teknik dasar *Shooting* dan *Dribbling* pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Singaraja.

1.4 RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang dan batasan masalah, maka diperoleh rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *Dribbling* pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 2 Singaraja?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *Shooting* pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 2 Singaraja?
3. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *Dribbling* dan *Shooting* pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 2 Singaraja?

1.5 TUJUAN PENELITIAN

1. Untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *Dribbling* ekstrakurikuler bola basket di sekolah SMP Negeri 2 Singaraja.
2. Untuk mengetahui hubungan antara koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *Shooting* ekstrakurikuler bola basket di sekolah SMP Negeri 2 Singaraja.
3. Untuk mengetahui hubungan koordinasi mata tangan dengan kemampuan *Dribbling* dan *Shooting* siswa SMP Negeri 2 Singaraja.

1.6 MANFAAT PENELITIAN

Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi guru Pembina ekstrakurikuler sekaligus sebagai model pembelajaran yang berinovasi dan kreatif. Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Adapun manfaat yang di peroleh dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Secara teoritis penelitian ini dapat menjadi bahan kajian ilmiah bagi guru pendamping ekstrakurikuler mau pun guru dan masyarakat yang mempelajari tentang permainan ekstrakurikuler bola basket.
- b. Menambah wawasan kepada dunia pendidikan siswa terkhususnya dan masyarakat pada umumnya tentang *Dribbling* dan *Shooting* ekstrakurikuler bola basket.

2. Manfaat praktis

Penelitian ini sebagai informasi kepada pihak-pihak yang berkepentingan dalam usaha meningkatkan mutu dan kualitas sarana dan prasarana Pendidikan jasmani terutama di kalangan anak SMP Negeri 2 Singaraja.

a. Bagi Peserta

Hasil penelitian ini dapat memberikan potensi dan wawasan sekaligus menambah semangat mengikuti pembelajaran ekstrakurikuler yang diselenggarakan di sekolah SMP Negeri 2 Singaraja dan mendorong siswa lebih banyak melakukan Gerakan sehingga tujuan pembelajaran lebih tercapai.

1. Agar peserta didik mendapat pengetahuan terkait hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *Dribbling*.
2. Agar peserta didik mendapat pengetahuan terkait hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *Shooting*.
3. Agar peserta didik mendapat pengetahuan terkait hubungan koordinasi mata tangan terhadap kemampuan *Dribbling* dan *Shooting*.

b. Bagi guru

Dapat dijadikan masukan bagi Pemegang kebijakan kegiatan ekstrakurikuler bola basket di SMP negeri 2 Singaraja dalam rangka Pengembangan perencanaan program Dan pelaksanaan pembelajaran ekstra kurikuler bola basket.

c. Bagi sekolah

Membantu sekolah dalam meningkatkan perdayaan kecakapan hidup para peserta didik sehingga diharapkan dapat bersaing dalam kompetensi antar sekolah.

d. Bagi penulis

Memberikan pengalaman bagi penulis dalam menghadapi situasi dan kondisi dalam melakukan pembelajaran dan dapat lebih memahami dan menguasai manajemen penelitian serta produksinya, sekaligus merupakan syarat kelulusan untuk mendapatkan gelar sarjana.

