

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Olaharaga adalah gerakan yang sangat kompleks dan selalu mengalami perkembangan, motivasi di balik olahraga adalah untuk memaksimalkan kesehatan fisik, mental dan jasmani. Salah satu permainan yang sangat terkenal dikalangan individu saat ini adalah permainan bola basket, olahragaini adalah jenis olahraga masa kini yang dengan cepat menciptakan dan menarik banyak minat masyarakat pada olahraga bola besar, terutama anak-anak.

Darmawan (2011:1) mengungkapkan, Bola basket adalah permainan yang menggunakan bola besar, dimainkan dengan tangan. Bola bisa dioper, dilempar ke rekan, bisa dipantulkan ke lantai (diatur atau saat berjalan) dan tujuannya adalah untuk memasukkan bola basket kekeranjang lawan. Permainan ini dimainkan oleh dua kelompok, masing-masing terdiri dari 5 pemain, masing-masing kelompok berusaha memasukkan bola ke dalam peti lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri agar tidak kemasukan sesedikit mungkin.

Berdasarkan sejarah singkat perkembangan permainan bola basket di dunia hingga sampai di Indonesia, pertama kali melalui permainan ini dilakukan oleh seorang Direktur Young. Sebelum munculnya bola basket di Indonesia, pada saat itu ada sebuah game yang sejenis bola basket yang disebut bola keranjang. Bola ini pernah dibawa dan dimainkan oleh murid-murid sekolah-sekolah di bawah pemerintahan Belanda.

Perkembangan bola basket di Indonesia pun akhir-akhir mengalami kenaikan yang cukup bagus, Indonesia menjadi juara pertama di kejuaraan FIBA 3x3 kategori Putri U-18 pada tahun 2017, juara pertama di kejuaraan 3x3 ASIA Challenge 2017, medali perunggu di kejuaraan FIBA 3x3 kategori Putri U-18 pada tahun 2018, medali perak di kejuaraan Sea Games 3x3 kategori Putra pada

tahun 2019. Tim putri Indonesia memang lebih banyak memberikan Hubungan di kejuaraan Internasional terutama di kategori 3x3 U-18, tapi tidak menutup kemungkinan untuk pemain putra Indonesia kedepannya akan ikut memberikan Hubungan yang membanggakan untuk Indonesia, karena dapat dilihat sekarang semakin banyak kejuaraan-kejuaraan yang diadakan di Indonesia, dan semakin banyak club-club kecil maupun besar yang muncul.

Permainan bola basket sudah mulai berkembang dengan diadakannya pertandingan diberbagai kota atau provinsi dan sangat digemari anak-anak terutama diusia remaja, permainan bola basket ini juga sangat murah meriah karena bisa dimainkan dilapangan bola basket kapan saja dan tidak memerlukan bola yang mahal. Subagia (2018) dalam jurnal yang berjudul Pengaruh Pelatihan *The Tunnel Drill Dan Three Chair Drill Terhadap Teknik Dribbling Pada Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket Di SMP Negeri 3 Tembuku Tahun 2018* menyatakan Permainan bola basket ini tidak lepas dari katakter permainan itu sendiri yang membutuhkan keterampilan gerak dalam menggiring (*dribble*) bola, melempar (*passing*) bola, memasukan (*shoot*) bola ke ring basket. Ini salah satu indikator juga permainan dan olahraga bola basket tidak lepas dari gaya hidup remaja pada saat ini. Untuk dapat mendominasi permainan, setiap orang dalam kelompok harus memiliki kemampuan yang baik seperti teknik dasar, taktik dan strategi dasar yang hebat, semakin baik seseorang dapat mendribble, menembak dan mengoper semakin baik juga kemungkinan untuk menjadi pemain yang efektif.

Menurut Dharmadi (2009:5) Esensi teknik dasar bola basket terletak pada kemampuan tubuh berupa tangan (untuk men-*dribble*), kemampuan kaki (untuk berlari) dan mata (untuk melihat). Secara eksplisit fungsi tangan dan mata lebih dominan karena teknik dasar basket sering disebut teknik dasar menggunakan

tangan seperti melempar (*passing*), memantulkan bola (*dribble*), menembak (*shooting*). Menurut Darmawan (2016:212) Teknik dasar menggiring bola (*dribbling*) merupakan salah satu teknik dasar yang pertama diperkenalkan kepada para pemula, karena keterampilan ini sangat penting bagi setiap pemain yang terlibat dalam permainan ataupun pertandingan bola basket.

Salah satu strategi penting yang berguna dalam olahraga bola basket adalah *dribbling*. *Dribbling* adalah teknik memantulkan bola ke lantai. Kemampuan untuk menggiring bola ke kanan dan kiri menggunakan kedua tangan adalah cara untuk meningkatkan *dribble* dipertandingan. *Dribbling* membantu membawa bola melintasi lapangan dan menjauhi diri dari penjagaan lawan. Untuk memiliki teknik menggiring bola dengan baik, penting untuk memiliki teknik yang pas. Banyak pelatih menerapkan praktik *dribble* dengan cara yang berbeda seperti latihan dengan model lurus, model silang. Hal ini pada dasarnya dilakukan untuk meningkatkan kemampuan siswa dalam kemampuan menggiring bola. Perlu diperhatikan bahwa kemampuan menggiring dalam bola, harus ikut didukung dengan beberapa komponen salah satunya komponen kondisi fisik. Hal ini karena tanpa komponen kondisi fisik, kemampuan *dribbling* yang akan diciptakan tidak akan sempurna. Dalam melakukan *dribbling*, ada beberapa unsur yang membantu dan penting, salah satunya adalah koordinasi mata tangan. Koordinasi mata tangan adalah kemampuan individu untuk menggabungkan berbagai komponen gerakan menjadi gerakan yang selaras dan produktif dalam *dribbling* bola. Pada saat menggiring bola, gerakan, langkah, dan waktu harus dapat digabungkan sehingga menjadi keseluruhan yang baik dan untuk memberikan hasil yang bagus juga. Seorang pemain bola basket dapat membuat gerakan yang baik dalam menggiring bola jika seseorang memiliki koordinasi yang baik.

SMK Negeri 1 Denpasar memiliki peminat ekstrakurikuler yang cukup banyak, semangat siswa untuk belajar bermain bola basket sangat tinggi namun pada kenyataannya orang lebih senang melakukan permainan bola basket yang lebih menekankan pada penguasaan teknik semata. Termasuk siswa di SMK Negeri 1 Denpasar mereka sering kali tidak hadir ketika kegiatan ekstrakurikuler dilaksanakan jika tau akan diadakan latihan kondisi fisik pada hari itu dan mereka banyak mengeluh karena takut merasa lelah sehingga latihan yang diberikan tidak dilakukan dengan maksimal. Sehingga pada akhir siswa pun lebih menyukai latihan teknik seperti *shooting* dan *lay up* langsung ke ring dan melakukan permainan bebas. Kondisi fisik adalah satu kesatuan utuh dari komponen-komponen yang tidak dapat dipisahkan begitu saja, baik peningkatan maupun pemeliharannya (Kukuh,2014:4).

Salah satu teknik yang juga kurang diminati adalah teknik *dribble* padahal kemampuan *dribble* ini sangat penting sekali untuk dikembangkan dan ditingkatkan kemampuannya bagi setiap atlet bola basket tanpa memandang posisinya dalam bermain. *Dribble* juga merupakan salah satu sisi hiburan menarik dari permainan bola basket karena bisa melakukan *dribble* yang bervariasi baik arah dan kecepatan, salah satunya saat terjadinya *fast break* ini harus memiliki tingkat *dribble* bola yang baik agar bisa mengontrol bola dengan baik dalam keadaan berlari kemudian menerobos lawan dan akhirnya memasukkan bola ke dalam keranjang. Banyak angka tercipta diawali dengan *dribble* yang baik dan diakhiri tembakan yang akurat.

Melihat kenyataan saat ini di lapangan, masih banyak siswa yang mengalami masalah saat melakukan *dribbling*, mereka justru terlihat kaku saat melakukan *dribbling* dan sebagian besar teknik *dribbling* siswa masih banyak yang dipukul dan pandangan mereka masih terpusat pada bola. Fakta lapangan

menunjukkan bahwa masih banyak siswa yang melakukan kesalahan dalam teknik *dribble*. Kesalahan yang sering dilakukan diantaranya: pertama, selalu melihat bola saat melakukan *dribbling*, hal ini kurang menguntungkan karena kita tidak bisa melihat dimana rekan satu tim kita untuk melakukan taktik selanjutnya seperti apakah bola tersebut akan dioper atau di *shooting* langsung ke ring dan kita juga tidak tau dimana musuh kita berada yang bisa membuat musuh dengan mudah untuk merebut bola. Kedua, memukul bola bukan mendorong bola saat *dribbling*, cara ini menghasilkan pantulan yang tidak terarah dan susah untuk dikontrol serta dapat menimbulkan cedera pada jari tangan ataupun pergelangan tangan. Ketiga, gerak badan dan langkah yang tidak tepat saat melakukan *dribble* akan menjadikan *dribble* tersebut tidak efektif, karena biasanya kita terlalu terburu-buru langsung mau melakukan *dribbling* sehingga ketika kita salah mengambil langkah awal ketika *dribbling* kemudian di *trap* oleh lawan dan kita panik maka secara otomatis kita akan menangkap kembali bola tadi kemungkinan terjadinya *double* ataupun *travelling* akan semakin tinggi. Bola harusnya dipantulkan dan tidak ada suara yang terdengar dari sentuhan antara tangan dan bola. Mata saat melakukan *dribbling* harusnya tertuju pada keadaan sekitar bukan hanya ke bola. Pada saat bermain permainan terlihat tidak ada variasi-variasi sedikitpun. Keberhasilan pemain bola basket untuk melakukan *dribbling* tidak terlepas dari beberapa komponen fisik, salah satunya adalah kelincahan. Menurut Hidayat (2014:61), “Kelincahan adalah kemampuan seseorang untuk dapat mengubah arah dengan cepat dan tepat pada waktu bergerak tanpa kehilangan keseimbangan”. Jadi seorang pemain bola basket harus memiliki kelincahan yang baik untuk memudahkan mengecoh dan melewati penjagaan lawan saat *dribble*. Sedangkan menurut Harsono (2001:21) mengemukakan *agility* adalah kemampuan untuk mengubah arah dan posisi tubuh dengan cepat dan tepat pada

waktu sedang bergerak, tanpa kehilangan keseimbangan dan kesadaran akan posisi tubuhnya.

Selain kelincihan, koordinasi mata tangan juga berperan penting karena akan meningkatkan kemampuan individu untuk menggabungkan berbagai komponen gerakan menjadi gerakan yang baik dan selaras dalam menggiring bola. Saat menggiring bola, gerakan, langkah, dan waktu harus dapat memilih kapan waktu yang tepat untuk menggabungkannya sehingga menjadi keseluruhan yang baik dan selaras, sehingga dapat menghasilkan hasil *dribbling* yang efektif dan efisien juga. Menurut Hidayat (2014:63), “Koordinasi adalah kemampuan tubuh untuk mengintegrasikan berbagai gerakan yang berbeda menjadi gerakan tunggal yang harmonis dan efektif. Jadi pemain basket harus memiliki koordinasi yang baik maka akan memudahkan untuk melakukan perpindahan gerakan yang baik saat melakukan *dribbling*”.

Dari pembahasan di atas kelincihan dan koordinasi mata tangan memiliki kaitan yang kuat dengan kemampuan menggiring bola dalam permainan bola basket. Hal inilah yang mendasari penulis untuk melakukan sebuah penelitian untuk menemukan tentang apakah adanya pengaruh tersebut, dengan mengangkat judul penelitian yang berjudul “Hubungan Kelincihan dan Koordinasi Mata Tangan Terhadap Hasil *Dribbling* Siswa Ekstrakurikuler Bola Basket SMK Negeri 1 Denpasar”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang dijelaskan di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut.

1. Belum diketahuinya Hubungan kelincihan pada *dribbling*.
2. Belum diketahuinya Hubungan mata tangan pada *dribbling*.

3. Belum diketahuinya Hubungan kelincahan dan koordinasi mata tangan pada *dribbling*.

### 1.3 Pembatasan Masalah

Dari penjelasan masalah di atas, maka batasan masalah dalam penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Hubungan kelincahan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasar tahun 2021.
2. Hubungan koordinasi mata tangan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasartahun 2021.
3. Hubungan kelincahan dan koordinasi mata tangan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasar tahun 2021.

### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka terdapat rumusan masalah sebagai berikut.

1. Apakah terdapat hubungan kelincahan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasar tahun 2021?
2. Apakah terdapat hubungan koordinasi mata tangan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasartahun 2021?
3. Apakah terdapat hubungan kelincahan dan koordinasi mata tangan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri1 Denpasar tahun 2021?

### 1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, maka tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan kelincahan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasar tahun 2021.

2. Hubungan koordinasi mata tangan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasar tahun 2021.
3. Adanya Hubungan positif dari kelincahan dan koordinasi mata tangan pada *dribbling* siswa ekstrakurikuler SMK Negeri 1 Denpasar tahun 2021.

## **1.6 Manfaat Hasil Penelitian**

Berdasarkan hasil tujuan yang ingin dicapai, adapun manfaat yang diperoleh dari hasil penelitian ini adalah :

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Secara teoritis yang diharapkan dari peneliti adalah penelitian ini dapat memperkuat teori-teori kepelatihan tentang kelincahan dan koordinasi mata serta bisa menjadi pembanding untuk penelitian selanjutnya terkait Hubungan dari kelincahan dan koordinasi mata tangan terhadap hasil *dribbling* bola basket.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

Penelitian yang akan dilakukan ini juga dapat mendatangkan manfaat yang dapat dirasakan dan digunakan secara langsung bagi pihak terkait. Adapun pihak yang mendapatkan manfaat praktis yaitu

1. Bagi Pembina ekstrakurikuler, hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai informasi baru untuk membuat latihan kondisi fisik yang lebih menarik agar siswa lebih tertarik untuk melakukan latihan tersebut.



2. Bagi pelatih, penelitian ini diharapkan sebagai pengetahuan baru dan sumber informasi terkait model latihan yang tepat efektif dan efisien untuk meningkatkan *dribble* siswa.
3. Penelitian ini dapat memberikan pengalaman langsung kepada peneliti sebagai calon pelatih dalam menerapkan metode latihan guna meningkatkan keterampilan *dribble* siswa, serta dapat dimanfaatkan sebagai acuan dan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.
4. Bagi siswa, penelitian ini diharapkan dapat memberikan peningkatan keterampilan *dribble* siswa dengan menggunakan metode latihan yang tepat.

