

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Banyak kegiatan yang dapat membantu kesehatan tubuh kita salah satunya ialah berolahraga. Olahraga membuat badan terasa lebih bugar. Menurut Santoso (2013) Olahraga merupakan serangkaian gerak raga yang teratur dan meningkatkan kualitas hidup. Menurut Azhar (2018) bahwa Olahraga adalah suatu usaha untuk membina raga, mengembangkan tubuh agar sehat, kuat dan produktif. Produktivitas pada tubuh dapat dalam bentuk aktivitas fisik yang jika dilakukan dengan cara teratur, terencana dan tepat. Aktivitas ini dapat mengembangkan kemampuan fisik yang ada pada tubuh kita.

Olahraga menurut jenisnya dibagi menjadi dua macam yaitu, olahraga modern dan olahraga tradisional. Olahraga modern adalah olahraga yang dimodifikasi dan menyesuaikan dengan kebutuhan masyarakat saat ini, sedangkan olahraga tradisional adalah olahraga yang cenderung mengarah pada permainan tradisional daerah untuk olahraga. Olahraga modern terdapat permainan bola kecil dan bola besar. Permainan bola besar seperti bola basket, bola voli, sepak bola dan lain-lain. Sedangkan permainan bola kecil seperti bulutangkis, tenis meja, tenislapanan dan lain-lain.

Permainan Bola basket merupakan olahraga yang didalamnya terdapat unsur kesenangan serta kerjasama tim untuk mendapat poin kemenangan. Bola basket adalah olahraga yang dimainkan oleh dua tim dengan 5 pemain per tim. Tujuannya adalah mencetak *score* atau mendapatkan nilai dengan memasukkan bola sebanyak-banyaknya kekeranjang dan mencegah tim lain melakukan hal yang serupa. Tujuan bola basket untuk memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke dalam keranjang lawan dan mempertahankan daerah bertahan agar lawan tidak bisa mencetak angka (Febrianta and Sukoco, 2013). Teknik dasar adalah suatu keterampilan mendasar yang dilakukan dalam keadaan mudah dan sederhana (Budiwanto, 2013). Keterampilan dasar yang perlu dilatih bagi pemula

Sumaryoto & Nopembri (2017) Dalam teknik dasar bola basket terdapat 3 jenis yang harus dipelajari atau dikuasai diantaranya adalah (passing) mengumpan, (shooting) yang artinya menembak kering/keranjang, dan (dribble) menggiring atau bergerak dengan bola. teknik yang sering digunakan dalam permainan bolabasket yang sering dijumpai dalam pertandingan adalah passing setinggi dada, pantul, diatas kepala dan passing satu tangan, dribble jenis crossover, dan shooting menggunakan lompatan jump stop serta lay up.

Keterampilan passing merupakan salah satu rangkaian teknik dasar permainan bola basket yang harus dikuasai oleh setiap pemain untuk mendukung dalam membantu mencetak angka, maka penting sekali bagi setiap pemain bolabasket menguasainya. Perlu dilakukan secara baik dan benar sesuai dengan langkah-langkah yang ada pada indikator persiapan, pelaksanaan, dan juga akhiran. Bahwa bola basket karena kebanyakan olahraga tidak dapat dicirikan hanya dengan tes keterampilan ini karena melibatkan perilaku yang berbeda di antara para atletnya (chatzopoulos, 2006). Menurut Oliver (2009) Umpan yang tepat adalah kunci keberhasilan serangan sebuah tim dan sebuah unsur penentu tembakan-tembakan yang akan berpeluang besar mencetak angka. (Sachanidi et al., 2013) Hasil menunjukkan bahwa kinerja dalam lulus uji keterampilan tidak berkorelasi dengan keberhasilan lewat atau dengan total kinerja dalam permainan.

Melempar bola perlu dikuasai oleh pemain karena teknik dasar ini salah satu yang menentukan dalam permainan, Keterampilan melempar dan menangkap bola merupakan keterampilan dasar yang perlu dikuasai ketika bermain bola basket, melempar bola berguna untuk mengoper bola ke teman seregu. Menangkap bola yang dilemparkan teman seregu diperlukan untuk membangun serangan ke wilayah lawan. Dengan meningkatkan keterampilan dasar lempar tangkap bola, diharapkan dapat berpengaruh terhadap perkembangan teknik dasar bola basket siswa terutama teknik dasar passing.

Dari permasalahan di atas, peneliti mempunyai pemikiran untuk meningkatkan kemampuan teknik *Passing* dalam metode permainan bola basket, dengan hal tersebut siswa keterampilan

siswa dalam cara bermain yang sehingga dapat membantu siswa dalam meningkatkan keterampilan geraknya dalam melakukan teknik dasar *Passing*.

Alasan peneliti melakukan penelitian di SMPN 3 Waru Sidoarjo karena teknik *Passing* para pemain ekstrakurikuler belum tercapai. Berdasarkan hal itu, maka peneliti merasa tertarik untuk mengkaji mengenai peningkatan kemampuan teknik *Passing* pada siswa ekstrakurikuler SMPN 3 Waru Sidoarjo melalui judul “ Meningkatkan Kemampuan teknik *Passing* dalam Permainan Bola Basket pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Waru Sidoarjo ” .

B. Batasan Masalah

Adapun batasan masalah yaitu, hanya membahas permasalahan tentang “Meningkatkan Kemampuan teknik *Passing* dalam Permainan Bola Basket pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Waru Sidoarjo”.

C. Rumusan Masalah

Adakah peningkatan kemampuan teknik *Passing* dalam Permainan Bola Basket pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Waru Sidoarjo?

D. Tujuan Penelitian

Bertolak dari masalah di atas maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui peningkatan kemampuan teknik *Passing* dalam Permainan Bola Basket pada Ekstrakurikuler SMPN 3 Waru Sidoarjo ?

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini penting untuk dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat antara lain :

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat yaitu :

- a. Penelitian ini dapat bermanfaat bagi pengembangan pembelajaran permainan bola basket dengan modifikasi permainan.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini di harapkan dapat bermanfaat yaitu :

- a. Mahasiswa, hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang peningkatan kemampuan teknik *Passing* dalam permainan bola basket
- b. Bagi Siswa, penelitian ini di harapkan dapat menjadi alternatif kepada siswa dalam bermain bola basket.
- c. Hasil penelitian ini yang diperoleh di jadikan beban pertimbangan bagi pelatih bola basket pada khususnya dalam permainan bola basket.