

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bola basket adalah olahraga berkelompok yang terdiri dari atas dua tim beranggotakan masing-masing 5 orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena bisa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Permainan bola basket juga lebih kompetitif karena tempo permainan cenderung lebih cepat jika dibandingkan dengan olahraga bola yang lain, seperti bola voli dan sepak bola.

Permainan bola basket termasuk cabang olahraga beregu yang bertujuan mencapai prestasi yang setinggi – tingginya dengan cara sportif. Setiap pemain harus memiliki teknik dasar yang baik. Beberapa teknik dalam permainan bola basket menurut Kosasih (2008: 1-45) bahwa ada lima macam teknik dasar yaitu: (1) Gerakan kaki menyerang dan bertahan (*foot work*), (2) Penguasaan bola (*ball handing*), (3) Mendribble bola (*dribbling*), (4) Mengoper bola (*passing*), (5) Menembak bola (*shooting*).

Permainan bola basket di Indonesia sekarang ini mulai menunjukkan perkembangan yang sangat pesat, sekarang banyak sekali terlihat lapangan bola basket di berbagai kota maupun di pelosok-pelosok tanah air, itu bertanda bahwa masyarakat di tanah air ini mulai menyukai permainan bola basket. Permainan bola basket ini sudah mulai dipertandingkan dalam Olympiade di Jerman pada tahun 1936. Bola basket masuk di Indonesia sekitar tahun 1948 yang lalu dan berkembang setelah proklamasi kemerdekaan. Namun baru tanggal 23 Oktober 1951 didirikanlah Persatuan Basketball Seluruh Indonesia (PERBASI). Dengan adanya PERBASI ini perkembangan bola 2 basket di Indonesia jauh lebih maju karena ada suatu organisasi yang bertujuan mengembangkan olahraga bola basket mulai dari pusat (PB PERBASI), daerah tingkat 1 oleh

pengurus daerah (Pengd Perbasi), sampai kepelosok tanah air di daerah tingkat II oleh pengurus cabang (Pencab PERBASI) (Sarumpaet, 2013).

Kecakapan adalah kemahiran atau penguasaan hal yang memerlukan gerak tubuh dan diperoleh melalui latihan. Seperti jenis olahraga lainnya, untuk dapat bermain bola basket setiap orang yang ingin menekuni olahraga tersebut, terlebih dahulu harus menguasai beberapa keterampilan dasar dalam permainan bola basket seperti *passing*, *dribbling*, dan *shooting* (Nurrochmah, S. 2009:41). Pada permainan bola basket, untuk mendapatkan gerakan efektif dan efisien perlu didasarkan pada penguasaan keterampilan teknik dasar yang baik. Keterampilan teknik dasar dalam permainan bola basket dapat dibagi menjadi enam, yaitu: 1) Teknik melempar dan menangkap (*passing*), 2) Teknik menggiring bola (*dribbling*), 3) Teknik menembak (*shooting*), 4) Teknik *pivot*, 5) Teknik tembakan *lay-up* (Sodikun, I. 1992:48).

Sebelum mempelajari teknik-teknik dasar permainan bola basket yang baik sehingga akan berpengaruh pada permainan, sangat dibutuhkan teknik dasar penguasaan bola (*ball handling*). *Ball handling* merupakan teknik dasar keterampilan memainkan bola yang ditujukan agar pemain memiliki kemampuan mengenali bola, menguasai dan memainkan bola sehingga teknik dasar yang lain dapat dilakukan dengan baik (Arifin, M. 2004: 39).

Setelah seorang pemain dapat menjiwai olahraga tersebut dengan keahlian penguasaan bola juga dibutuhkan penguasaan teknik bermain yang baik, karena 3 kemampuan teknik dalam bermain sangat mendukung dalam meningkatkan keterampilan. Diantara keterampilan dalam permainan bola basket, kemampuan *dribbling*, *passing*, dan *shooting* juga merupakan hal penting dalam mengembangkan seorang pemain basket. Ini merupakan keterampilan dasar yang harus dikembangkan dan dimiliki oleh pemain serta diberikan dalam situasi latihan yang dinyatakan oleh (Indra, 2009: 3).

Dengan adanya pendapat diatas maka dapat disimpulkan bahwa latihan ball handling sangat berguna untuk mendukung siswa dalam menguasai teknikteknik dasar bola basket dalam melatih kemampuan *dribbling*, *passing*, dan *shooting* dalam bermain. Karena *dribbling*, *passing*, dan *shooting* merupakan teknik dasar bermain bola basket.

Salah satu sisi hiburan menarik dari permainan bola basket yaitu dilakukannya dribbling yang bervariasi baik arah dan kecepatannya untuk menerobos lawan dan selanjutnya memasukkan bola ke dalam keranjang. Banyak angka tercipta diawali dengan dribble yang baik dan diakhiri tembakan yang akurat. Dribbling pada prinsipnya membawa bola dengan dipantul-pantulkan dengan satu tangan yang dilakukan dengan berjalan atau berlari. Menurut Ahmadi, N. (2007: 17), menggiring bola adalah membawa lari bola ke segala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Pemain diperbolehkan membawa bola lebih dari satu langkah asal bola dipantulkan ke lantai. Menggiring bola harus dengan satu tangan. Dribbling atau menggiring bola dapat dilakukan dengan sikap berhenti, berjalan, atau berlari. Pelaksananya dapat 4 dilakukan dengan tangan kanan atau tangan kiri. Berdasarkan pengamatan di lapangan, kemampuan peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 16 Surabaya dalam melakukan *dribble* masih kurang baik. Hal tersebut disebabkan banyak faktor yang mempengaruhi, salah satunya adalah kurang variasi latihan atau sarana dan prasarana yang digunakan oleh pelatih masih kurang, sehingga dapat menyebabkan kurangnya kemampuan dan pengetahuan pemain dalam melakukan *dribble*.

Melihat fakta di lapangan masih banyak peserta ekstrakurikuler yang kesulitan saat melakukan dribbling, pemain masih terlihat kaku pada saat dribbling dan kebanyakan cara *dribbling* bolanya masih banyak yang dipukul- pukul dan pandangan mata masih banyak tertuju pada bola. Seharusnya bola dipantul pantulkan dan tidak ada suara dari sentuhan antara tangan dengan bola. Pandangan mata saat melakukan *dribbling* sebaiknya tertuju pada situasi sekitar, selain itu gerakan melindungi bola saat melakukan dribbling juga belum

nampak. Pada saat latihan, terlihat sangat monoton dan tidak ada variasi-variasi sedikitpun. Jarang peserta didik diberikan latihan *dribbling* yang bervariasi, latihan lebih banyak berpusat pada shooting dan passing, sehingga saat latihan permainan, bola hanya berpindah-pindah dari anggota tim yang satu ke anggota tim lainnya dan berputar di area tengah lapangan saja

Pada hakikatnya *dribbling* bukan teknik yang pokok yang harus dikuasai dalam bermain bola basket tetapi *dribbling* mempunyai keunggulan tersendiri dalam permainan bola basket yaitu untuk memudahkan serangan fast break (serangan balik 5 cepat setelah posisi terserang), lebih cepat menuju ke ring lawan, untuk menerobos pertahanan lawan, untuk mengendalikan permainan, *dribbling* yang bervariasi baik arah dan kecepatannya dan selanjutnya memasukkan bola ke keranjang lawan bisa dikatakan hal yang menarik dalam permainan bola basket.

Ball handling merupakan pendasaran atau fundamental movement *dribbling*, dengan kata lain terdapat hubungan yang sangat erat antara ball handling dan *dribble*. Seorang pemain bola basket harus dapat menguasai bola baik dengan tangan kanan maupun kiri. Menurut Prusak (2007: 25), latihan ball handling pada dasarnya adalah suatu bentuk latihan sentuhan- sentuhan bola pada bagian telapak tangan serta mengontrol dan mengolah olah bola yang dirasakan dan dihayati terhadap gerakan bola dalam keadaan apapun dan dilakukan secara variatif mulai dari pengaturan tempo sampai dengan koordinasi antara mata dan tangan yang bertujuan untuk meningkatkan keterampilan *dribbling*. Berdasarkan hal tersebut selama ini banyak pelatih kurang atau mengabaikan latihan ball handling sebagai suatu rangkaian awal sebelum mengajarkan atau melatih teknik menembak, mengoper dan menggiring bola. Untuk menyempurnakan teknik dalam bola basket maka menuntut kepada para pelatih untuk mengembangkan formasi melatih kepada hal yang fundamental permainan bola basket yang baik, sehingga melatih *ball handling* merupakan syarat utama.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka peneliti tertarik untuk

meneliti tentang “**Pengaruh Latihan *Ballhandling* terhadap Keterampilan *Dribble* Pada Ekstrakurikuler Bola Basket di SMP Negeri 16 Surabaya** “

B. Batasan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah diuraikan di atas, serta untuk menghindari salah penafsiran dalam penelitian ini, maka dibuat batasan permasalahan. Permasalahan dalam penelitian ini dibatasi pada pengaruh latihan *ballhandling* terhadap peningkatan kemampuan *dribble* pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 16 Surabaya. Maka masalah dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Belum diketahui pengaruh latihan ball handling terhadap peningkatan kemampuan dribble pada ekstrakurikuler bola basket siswa SMP Negeri 16 Surabaya.
2. Kurangnya variasi latihan yang dapat mempengaruhi peningkatan kemampuan pemain dalam melakukan dribble.
3. Kemampuan dribble peserta ekstrakurikuler bola basket putra perlu ditingkatkan melalui latihan yang terprogram serta pemilihan bentuk latihan yang tepat

C. Rumusan Masalah

Bedasarkan batasan masalah diatas maka peneliti merumuskan masalah “Adakah pengaruh latihan *ball handling* terhadap peningkatan kemampuan *dribble* pada peserta ekstrakurikuler bola basket SMP Negeri 16 Surabaya ? ”

D. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka peneliti bertujuan “Untuk mengetahui pengaruh latihan *ball handling* terhadap peningkatan kemampuan *dribble* pada peserta ekstrakurikuler bola

basket SMP Negeri 16 Surabaya

E. Tujuan Penelitian

1. Secara Teoritis :

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan untuk mengembangkan keterampilan menggiring pada siswa ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 16 Surabaya.

2. Secara Praktis :

a. Bagi Pelatih

Dapat menjadi referensi untuk mengembangkan model latihan pada pelaksanaan ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 16 Surabaya.

b. Bagi Siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kemampuan *dribble* pada siswa ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 16 Surabaya.

c. Bagi Sekolah

Diharapkan dapat menjadi referensi untuk meningkatkan sarana dan prasarana demi meningkatkan prestasi peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP Negeri 16 Surabaya.