

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Olahraga adalah sebuah aktivitas fisik yang dilakukan oleh setiap manusia dalam menjaga kesehatan dalam diri baik jasmani maupun rohani. Dalam olahraga sendiri kesehatan amat sangat penting dalam kehidupan manusia untuk mendapatkan kebugaran yang baik dalam tubuh. Menurut Pane, B. S. (2015) Kesehatan tidak terpisahkan dalam kehidupan manusia karena kesehatan adalah hal yang sangat penting dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Jadi peran olahraga dalam menunjang kesehatan itu sendiri sangatlah penting. Disisi lain olahraga juga merupakan salah satu arena dalam unjuk prestasi, mulai dari prestasi individu maupun kelompok.

Permainan bola basket merupakan salah satu cabang olahraga populer dan banyak disukai masyarakat Indonesia. Bola Basket sendiri merupakan olahraga yang dimainkan secara beregu yang masing-masing tim terdiri dari 5 pemain, jenis permainan ini bertujuan untuk mencari angka/poin sebanyak-banyaknya dengan cara memasukan bola ke ring basket lawan dan mencegah lawan untuk mendapat angka. (Apifa, W. A. P., Ilham, I., & Iqroni, dD. 2020). Permainan bola basket memberikan banyak manfaat bagi kesehatan fisik siapapun yang memainkan. (Sitepu, I. D. 2018; Arwih, M. Z. 2019; Anugrarista, E., & Riswandi, N. 2021). Melatih kemampuan motorik (Reswari, A. (2021). Hingga Membentuk karakter seseorang dan Meningkatkan Kecerdasan Interpersonal. ( Safruddin, M., Maemonah, M., & Sakdah, M. S. (2022). Selain memberikan manfaat bagi seseorang/pemain, Permainan Bola Basket Juga dapat meningkatkan prestasi padakancah perlombaan daerah, Nasional, hingga kompetisi diajang internasional. untuk mendukung nilai manfaat dari permainan bola basket sebagaimana dijelaskan diatas maka

latihan menjadi hal yang utama dilakukan diberbagai daerah termasuk di dunia pendidikan.

Pengaruh pemberian latihan menjadi salah satu tolak ukur keberhasilan peserta didik dalam menguasai teknik dasar dalam permainan bola basket. Teknik- teknik khusus seperti teknik melempar dan menangkap (*passing*), Teknik menggiring bola (*dribbling*), dan teknik menembak (*shooting*), *laying up*, dan berbagai teknik lainnya menjadi teknik penting yang perlu dikembangkan pada setiap momen latihan. Salah satu teknik yang menarik untuk dilihat adalah teknik *dribbling*, teknik ini merupakan teknik yang dapat mendorong kemampuan peserta didik untuk dapat tangkas dalam menggiring bola. Namun sayangnya banyak penelitian menunjukkan terdapat banyak hambatan dalam penguasaan keterampilan dasar dari teknik *dribbling* ini, Mulai dari keseriusan/Minat dalam bermain bola basket yang masih kurang berdampak pada pola permainan *dribbling* dibawah standar, (DAIN, S. D., Iqbal, R., & Aminudin, R. 2022; Prasetyo, A. 2016; Effendi, H. 2020). hambatan lain terkait Faktor kondisi fisik yang tidak ideal sehingga kesulitan dalam penguasaan teknik dasar *dribbling*, (Pratama, M. R. 2020; Cahyadi, P., Susanti, E., & Kurniawan, F. 2022; Kusuma, D. W. C. W. 2018). Hingga tidak efektifnya model materi latihan dalam menunjang penguasaan teknik dasar *dribbling* (Hapsari, A., Dwikusworo, E. P., & Hidayah, T. (2013). Langga, Z. A., & Supriyadi, S. (2017).

Secara khusus penelitian ini akan melihat salah satu model materi latihan (Latihan *Ball Handling*) dalam menunjang penguasaan teknik dasar *dribbling*. Berdasarkan hasil penelusuran literatur menunjukkan Latihan *Ball Handling* seringkali digunakan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling* bola basket, (Rizhardi, R. 2020; Arifianto, I., & Fardi, A. 2021; Purnomo, E., Adnan, A., Soniawan, V., Haryanto, J., Fardi, A., Yendrizal, Y., & Firmansyah, R. 2021; Wenaldi, H., Firlando, R., & Fikri, A. 2022; Saputra, R., Al-Hadist, G., & Haris, I.

N. 2020). Namun variasi kesimpulan dalam uji eksperimen mengalami jawaban yang beragam dan saling berlawanan, disatu sisi latihan *Ball handling* berdampak atau berpengaruh signifikan dalam meningkatkan kemampuan *dribling* bola basket, tapi sisi lain latihan *Ball handling* tidak berdampak/berpengaruh secara signifikan, hal tersebut karena ada faktor penentu lainnya.

Disisi lain berdasarkan hasil wawancara peneliti pada pelatih di ekstrakurikuler SMKN 1 Bumi Agung ditemukan adanya masalah yaitu: pertama, banyak siswa yang sering melakukan kesalahan dalam *dribling* basket seperti sering terlepasnya bola dari penguasaannya saat melakukan *dribbling*. Rendahnya kemampuan *dribbling* pada siswa diduga akibat minimnya pola latihan yang diberikan pelatih dalam hal *dribling*. Kedua, faktor pemberian latihan dalam *dribling* kurang diterima siswa, sehingga berdampak pada aspek kelincahan, koordinasi gerak, serta kecepatan dalam *dribbling*.

Berdasarkan pemaparan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler di SMKN 1 Bumi Agung untuk meningkatkan keterampilan dalam *dribling* pada permainan bola basket dengan metode latihan *ball handling*.

### **1.2 Rumusan Masalah**

1. Apakah Ada Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Siswa Ektrakurikuler Basket Di Smkn 1 Bumi Agung Lampung Timur?
2. Seberapa Besar Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Keterampilan *Dribbling* Pada Siswa Ektrakurikuler Bola Basket Di Smkn 1 Bumi Agung Lampung Timur.

### **1.3 Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh latihan *ball handling* terhadap keterampilan *dribling* pada siswa yang

mengikuti ekstrakurikuler bola basket di smkn1 bumi agung lampung timur.

2. Untuk Mengetahui Seberapa Besar Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Keterampilan Dribbling Di Ektrakurikuler Basket Smkn 1 Bumi Agung.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Secara teori penelitian ini diharapkan dapat melengkapi penelitian ilmiah tentang pengaruh Latihan *ball handling* dan menjadi salah satu aspek yang harus diperhatikan dalam menunjang keterampilan *dribbling* dalam permainan bola basket.
2. Secara praktis pelatih dapat menerapkan Latihan *ball handling* untuk meningkatkan keterampilan *dribbling* basket pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler basket di smkn1 bumi agung lampung timur.