

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian, disiplin dan sportivitas yang tinggi, serta peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional. Kegiatan olahraga mencakup berbagai macam cabang seperti atletik, permainan, olahraga air, dan olahraga beladiri. Olahraga permainan yang makin banyak digemari oleh masyarakat terutama dikalangan pelajar dan mahasiswa adalah olahraga bolabasket, sepakbola, bolavolli, dll. Salah satu olahraga yang paling digemari adalah permainan bolabasket.

Melalui kegiatan olahraga bolabasket, para remaja banyak memperoleh manfaat khususnya dalam pertumbuhan fisik, mental, dan sosial. Olahraga bolabasket saat ini mengalami perkembangan yang pesat, terbukti dengan munculnya klub-klub tangguh di tanah air dan atlet-atlet bolabasket pelajar baik di tingkat sekolah maupun perguruan tinggi dan kompetisi yang ditangani secara profesional. Berbagai kompetisi tersebut dengan sendirinya akan memunculkan atlet berbakat dan berpotensi di bidang bolabasket. Olahraga bola basket merupakan salah satu olahraga yang berupa permainan tim. Setiap regu berusaha mencetak angka ke basket lawan dan mencegah regu lain mencetak angka (PB. PERBASI, 2010: 1).

Olahraga bola basket berkembang dengan pesat. Hal ini dapat dibuktikan dengan makin banyak berdirinya klub atau kegiatan di lingkungan sekolah dan

juga banyak diselenggarakannya kejuaraan bolabasket yang bersifat daerah, nasional, dan internasional. Jenis olahraga ini melibatkan banyak orang. Kebanyakan dimainkan oleh anak muda dengan pemain terbanyak pria remaja. Permainan bola basket juga dapat dimainkan oleh pria maupun wanita dari segala usia dan ukuran tubuh bahkan oleh mereka yang kekurangan dalam hal fisik. Bola basket ditemukan sebagai olahraga dalam ruangan (*indoor sport*) dan sekarang dimainkan baik di dalam maupun luar ruangan. Permainan bolabasket dapat menimbulkan rasa puas bagi orang yang melihatnya, apabila dalam permainan tersebut pemain mampu bermain dengan baik, melakukan teknik-teknik permainan dengan benar, disertai kerja sama antar pemain dalam satu tim yang baik, membuat tim akan lebih tangguh dan susah untuk dikalahkan (Hal Wissel, 1996: 24).

Beberapa teknik dasar dalam permainan bolabasket yang perlu diberikan oleh pelatih, yaitu *shooting* (menembak), *passing* (mengumpan), dan *dribble* (menggiring bola). Dari semua teknik dasar, *shooting* (menembak) merupakan teknik yang paling penting karena *shooting* (menembak) merupakan segala usaha memasukkan bola ke dalam ring (*basket*) untuk memperoleh angka (*point*). *Shooting* terdiri dari bermacam-macam teknik, antara lain *jump shoot*, *lay up*, *set shoot*, *hook shoot* dan semua macam gerakan dengan upaya memasukkan bola ke dalam ring.

Penguasaan dari aspek fisik, teknik, dan taktik menjadi modal utama bagi pemain dalam permainan bolabasket. Untuk mencapainya maka diperlukan suatu latihan. Latihan merupakan proses yang dilakukan secara sadar, sistematis, dan memiliki tujuan tertentu. Pada prinsipnya latihan merupakan suatu proses perubahan ke arah yang lebih baik, yaitu untuk meningkatkan kualitas fisik,

kemampuan fungsional peralatan tubuh, dan kualitas psikis anak latih (Dedy Sumiyarsono, 2006: 1) .

Setelah menguasai ketiga teknik dalam bolabasket, maka ada satu teknik yang tidak boleh kita lewatkan, yaitu teknik *shooting* atau menembak. Ya, karena apabila kita sudah hebat menguasai bola, menggiring bola, umpan, menipu lawan, tapi tidak dapat *shooting* dengan baik, maka tim pasti akankalah, karena tidak bisa mendapatkan poin. Untuk itu, menguasai teknik *shooting* sangatlah penting. Untuk mencetak poin, kita dapat melakukan dengan beberapa teknik *shooting*, yaitu: *jump shoot*, *lay up*, *set shoot*, *hook shoot* dan semua macam gerakan dengan upaya memasukkan bola ke dalam ring (Suherlin, 2015: 65).

Shooting lay up atau yang kita kenal umum yaitu ada 2 (dua) macam yaitu *overhand lay up shoot* dan *underhand lay up shoot*. Kedua *lay up* ini sangat penting bagi permainan bolabasket yang dilakukan dengan jarak yang lebih dekat, dimana *underhand lay up shoot* yaitu *lay up* pada umumnya yang dilakukan dengan 2 kali langkah dengan melayang dan dilakukan lemparan dari bawah menggunakan telapak tangan, sedangkan gerakan *overhand lay up shoot* dilakukan 2 kali langkah dengan melayang dan dilakukan lemparan dari atas seperti shooting tetapi menggunakan satu tangan dengan telapak tangan. Jadi siswa ekstrakurikuler SMP N 2 Batanghari harus mengetahui teknik dasar *lay up shoot*.

Hasil observasi peneliti dilakukan pada siswa yang mengikuti ekstrakurikuler basket, dari keterangan yang diperoleh melalui pelatih, SMP Negeri 2 Batanghari memiliki ekstrakurikuler khususnya bola basket, siswa selalu ikut aktif dalam kegiatan latihan, selain itu siswa juga mengikuti pertandingan basket antar pelajar, untuk penguasaan teknik dasar *jump shoot*, *lay up*, *set shoot*

rata rata sudah dapat menguasai, namun dalam permainan bola basket penggabungan keterampilan tersebut selalu di lakukan, sehingga perlu di ketahuinya keterampilan *lay up shoot* yang dimiliki atlet, penguasaan keterampilan diketahui dengan tujuan agar pelatih dapat mengetahui secara mendalam baik dari kekurangan yang di miliki siswa saat melakukan *lay up shoot*.

Oleh karena itu, dalam pengajuan skripsi ini penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Keterampilan *lay up shoot* pada peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Batanghari”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka dapat diidentifikasi masalah, yaitu:

1. Masih terlihat pemain peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Batanghari saat melakukan keterampilan *lay up shoot* belum terlihat baik.
2. Bola yang di *lay up shoot* oleh peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Batanghari tidak tepat sasaran yang di tuju
3. Baik gerakan, ataupun penguasaan keterampilan *lay up shoot* yang dilakukan peserta ekstrakurikuler bola basket di SMP N 2 Batanghari masih banyak yang asal-asalan.

1.3 Batasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini yaitu: keterampilan *lay up shoot* siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 2 Batanghari

1.4. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah pada penelitian ini yaitu: Bagaimanakah keterampilan *lay up shoot* siswa peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 2 Batanghari?

1.5. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui keterampilan *lay upshoot siswa* peserta ekstrakurikuler bolabasket SMP Negeri 2 Batanghari.

1.6. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai bahan informasi dan kajian mengenai teknik-teknik dalam permainan bolabasket yaitu

1. Bagi para pelatih dalam menyusun program latihan teknik *lay up* pada ekstrakurikuler SMP Negeri 2 Batanghari.
2. Bagi siswa penelitian ini juga dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam menentukan antara *lay up* dengan menggunakan *underhand* dan *overhand* yang baik karena dalam dunia olahraga pengembangan teknik-teknik baru akan selalu berkembang sesuai dengan perkembangan dan pengembangan permainan.
3. Bagi sekolah berguna untuk meningkatkan prestasi olahraga sekaligus sebagai bahan pertimbangan bagi para peneliti untuk mengadakan penelitian lanjutan.