

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga memiliki peran yang sangat penting dalam pendidikan karena selain berkontribusi pada perkembangan fisik, juga membantu dalam pembentukan karakter siswa, seperti kemampuan bekerja sama, disiplin, dan meningkatkan rasa percaya diri (Rizki *et al.*, 2024). Olahraga dapat diartikan sebagai kegiatan fisik yang dilakukan untuk mencapai tujuan tertentu, (Masrun, 2007). Karakter serta perilaku positif menjadi fondasi bagi nilai-nilai yang kuat, seperti semangat sportivitas, kejujuran, kolaborasi, disiplin, tanggung jawab, kepercayaan, dan prinsip demokrasi (Tifal, 2023).

(Azidman, 2017), menjelaskan olahraga berasal dari dua suku kata, yaitu olah dan raga yang berarti memasak atau memanipulasi raga dengan tujuan membuat raga menjadi matang. Didalam setiap aktivitas cabang olahraga ada yang menggunakan sebuah alat atau benda dan ada yang tidak menggunakan benda, olahraga yang menggunakan sebuah benda dapat berupa permainan bola besar maupun permainan bola kecil. Permainan bola besar merupakan jenis olahraga menggunakan bola yang berukuran besar dan diantaranya sangat digemari semua orang saat ini seperti sepakbola, bola voli, dan bola basket. Dapat dipahami bahwa Olahraga adalah kegiatan fisik yang terencana dan bertujuan, yang memiliki peran penting dalam pendidikan. Selain mengembangkan fisik, olahraga juga membentuk karakter positif seperti kemampuan bekerja sama, disiplin, percaya diri, sportivitas, kejujuran, tanggung jawab, dan nilai-nilai demokrasi.

Salah satu cabang olahraga yang sangat populer di kalangan siswa dan mahasiswa adalah bola basket. Olahraga ini juga dikenal memberikan banyak manfaat, baik bagi kesehatan tubuh maupun dalam mengasah keterampilan sosial dan mental. Olahraga bola basket adalah permainan yang dilakukan secara tim di lapangan terbuka, (sari dkk Mariati, 2020). Permainan bola basket yang telah menjadi bagian dari gaya hidup masyarakat akan sangat mendukung perkembangan komunitas yang lebih baik (Iqroni, 2022).

Penelitian ini secara khusus akan mengeksplorasi salah satu model materi latihan, yaitu Latihan *Ball Handling*, yang bertujuan untuk meningkatkan penguasaan teknik dasar *dribbling*. Berdasarkan tinjauan literatur, Latihan *Ball Handling* sering diterapkan untuk meningkatkan kemampuan *dribbling* dalam permainan bola basket (Rizhardi, 2020). Namun, hasil dari berbagai eksperimen menunjukkan variasi kesimpulan yang berbeda dan kadang bertentangan. Di satu sisi, Latihan *Ball Handling* terbukti memberikan dampak signifikan dalam meningkatkan kemampuan *dribbling*, sementara di sisi lain, ada juga penelitian yang menunjukkan bahwa latihan ini tidak memberikan pengaruh yang signifikan, kemungkinan disebabkan oleh faktor-faktor lain yang memengaruhi hasil.

Pembinaan yang dilakukan sejak usia dini dan penerapan program latihan yang sesuai dengan batasan umur merupakan langkah yang efektif dalam mengembangkan keterampilan di berbagai cabang olahraga, terutama bola basket. Kegiatan ini bertujuan untuk mencetak bibit-bibit baru di masa depan. Di kalangan masyarakat, khususnya di lingkungan pendidikan seperti SMP, SMA, dan perguruan tinggi, olahraga bola basket semakin populer dan berkembang pesat. Hal ini terlihat dari banyaknya lapangan bola basket yang

tersedia di sekolah-sekolah dan perguruan tinggi, meskipun beberapa tidak memenuhi standar yang ditetapkan. Bukti lainnya adalah keberadaan klub-klub bola basket di Indonesia serta banyaknya atlet pelajar yang berpartisipasi dalam berbagai pertandingan, termasuk turnamen antar-klub dan event pelajar dari tingkat daerah hingga nasional.

Klub olahraga berfungsi sebagai tempat bagi individu untuk berlatih dan bersaing dalam suatu cabang olahraga. Dukungan dari guru, pelatih dan anggota klub lainnya juga sangat penting dalam membangun semangat dan minat siswa terhadap olahraga (Iqroni, 2022). Lingkungan yang positif dan mendukung dapat menciptakan rasa keterikatan yang kuat di antara anggota klub.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap pelatih bola basket di Tanjung Jabung Timur, khususnya di Klub Samudra Muda, ditemukan beberapa masalah diantaranya adalah tidak semua pemain telah sepenuhnya menguasai dengan baik, cepat, dan tepat keterampilan teknik dasar bola basket, masih banyak siswa sering melakukan dribbling sambil melihat bola, sehingga kurang fokus terhadap kondisi permainan di sekitarnya. Selain itu, bola juga sering terlepas dari kontrol saat bergerak atau saat berhadapan dengan tekanan lawan. Pemain juga cenderung hanya menggunakan tangan dominan dalam *dribbling*, sedangkan tangan non-dominan kurang dilatih. Gerakan saat dribbling terlihat kaku dan tidak fleksibel saat berpindah arah, serta beberapa siswa masih melakukan pelanggaran teknik seperti *illegal dribble*, (yaitu pelanggaran ketika melakukan *dribbling* bolabasket) ketika melakukan *dribbling* bola basket tangan yang memegang dan menahan bola melebihi batas yaitu bola berada di atas telapak tangan melebihi sudut *horizontal*, Permasalahan-permasalahan tersebut menunjukkan bahwa keterampilan dasar

dribbling siswa masih belum optimal. Oleh karena itu, diperlukan suatu metode latihan yang terfokus dan terstruktur yang dapat memperbaiki keterampilan *dribbling* siswa.

Didalam melakukan *dribbling* dengan penguasaan bola yang kurang baik dapat mengakibatkan bola tersebut dengan mudah dicegal lawan. Ada beberapa cara latihan yang menarik untuk di teliti dalam rangka meningkatkan keterampilan *dribbling* bolabasket, salah satunya yaitu latihan *ballhandling*. Dengan diadakannya penelitian ini diharapkan kedepannya pelatih dapat menggunakan suatu metode yang dapat memperbaiki keterampilan *dribbling* bola, membantu koordinasi gerak, serta kelincahan tangan saat melakukan *dribbling* pada siswa di klub bola basket Samudra Muda.

Berdasarkan uraian diatas serta perlu adanya penelitian pada siswa yang terlibat dalam klub bola basket Samudra Muda, untuk meningkatkan keterampilan dalam *dribbling* pada permainan bola basket dengan metode latihan *ball handling*, peneliti ingin meneliti Judul:“Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Peningkatan Teknik Dasar *Dribbling* Siswa Di Klub Bola Basket Samudra Muda Kabupaten Tanjung Jabung Timur”. Data yang diperoleh dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan bagi pengelola klub, pendidik, dan pembuat kebijakan dalam merancang program-program yang lebih efektif di masa depan.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan paparan diatas dapat diidentifikasi masalah diantaranya:

1. Kurangnya Penguasaan Teknik Dasar *Dribbling* Bola Basket yang Belum Optimal pada siswa di Klub Bola Basket Samudra Muda Kabupaten Tanjung Jabung Timur.

2. Kurangnya Latihan *Ball Handling* yang terfokus.
3. Masih banyak siswa yang melakukan *dribbling* sambil melihat bola, sehingga kurang fokus terhadap situasi permainan.
4. Kontrol bola yang belum stabil menyebabkan bola sering terlepas saat *dribbling*.
5. Penggunaan tangan non-dominan dalam *dribbling* masih sangat terbatas.
6. Gerakan saat melakukan *dribbling* terlihat kaku dan belum luwes, terutama saat perubahan arah.
7. Masih sering terjadi pelanggaran teknis seperti *illegal dribble*.

1.3 Pembatasan Masalah

Dalam penelitian ini, batasan masalah yang ditetapkan meliputi:

1. Penelitian ini akan fokus pada “Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Peningkatan Teknik Dasar *Dribbling* siswa di klub Bola Basket Samudra Muda Kabupaten Tanjung Jabung Timur”.
2. Sampel penelitian dibatasi pada siswa yang berpartisipasi dalam kegiatan olahraga bola basket di tiga sekolah di Kabupaten Tanjung Jabung Timur, yaitu di SMPN 5, SMAN 5, dan SMKN 1.
3. Fokus penelitian hanya pada peningkatan teknik dasar bola basket, yang mencakup aspek seperti *dribbling* tanpa membahas aspek lain seperti strategi permainan atau aspek fisik lainnya.
4. Pengukuran pengaruh dilakukan hanya pada siswa yang secara aktif mengikuti kegiatan klub bola basket Samudra Muda, tanpa melibatkan siswa yang tidak terlibat dalam klub tersebut.
5. Jenis latihan variasi yang diteliti akan dibatasi pada variasi latihan yang

umum diterapkan dalam program latihan bola basket, seperti Latihan *Ball Handling*.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan batasan masalah, maka dalam penelitian ini dapat dirumuskan permasalahannya adalah:

1. Apakah terdapat Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap peningkatan Teknik dasar *dribbling* Siswa di Klub Bola Basket Samudra Muda Kabupaten Tanjung Jabung Timur?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan perumusan masalah yang disusun maka penelitian ini bertujuan:

1. Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Peningkatan Teknik Dasar *Dribbling* Siswa di klub bola basket Samudra Muda Kabupaten Tanjung Jabung Timur, dengan fokus pada penguasaan keterampilan dasar *dribbling*.

1.6 Manfaat Penelitian

Dengan mengetahui Pengaruh Latihan *Ball Handling* Terhadap Peningkatan Teknik Dasar *Dribbling* Siswa di klub bola basket Samudra Muda Kabupaten Tanjung Jabung Timur maka manfaat penelitian ini, yaitu:

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 teknik dasar yaitu *dribbling* dalam permainan bola basket.

2. Secara Praktis, Pelatih dapat menerapkan Latihan *Ball Handling* untuk meningkatkan keterampilan teknik dasar *dribbling* basket pada siswa yang terlibat dalam klub bola basket Samudra Muda.