

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Bola basket merupakan salah satu olahraga yang populer di dunia. Khususnya di Indonesia, Olahraga ini diciptakan pada akhir abad ke-19. Penciptanya adalah James Naismith, dia merupakan seorang guru olahraga di YMCA (*International Training School*) yang kini berganti nama menjadi *Springfield College*. Ia menciptakan olahraga ini untuk membantu siswa agar tetap aktif dan bugar selama musim dingin di Massachusetts.

Permainan bola basket seperti yang didefinisikan dalam peraturan permainan bola basket (2010:1) adalah “Bola basket dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri dari lima pemain. Tujuan dari masing-masing tim adalah untuk mencetak angka kekeranjang lawan dan berusaha mencegah tim lawan mencetak angka.”

Permainan basket merupakan permainan yang sangat menarik, selain mengandung aspek rekreatif, didalamnya juga terdapat unsur kerjasama. Permainan ini dapat dimainkan oleh siapa saja, putra maupun putri dan tidak adanya batasan golongan, baik itu dari golongan kaya ataupun miskin.

Bila berorientasi kepada prestasi, maka penguasaan teknik dasar yang dilatih khusus setiap cabang olahraga harus dikuasai dengan baik. Penggunaan teknik dasar yang baik dalam setiap cabang olahraga sangat diperlukan karena teknik dasar berolahraga akan menunjang penampilan keseluruhan. Latihan teknik yang sempurna adalah cara yang tepat untuk membentuk pemain yang baik.

Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai pada cabang olahraga basket yaitu; *passing, catching, dribbling, shooting, pivot, jumping, fakes and feints*, dan *footwork* (Enjang Rahmat, 1979:45–47)

Berdasarkan pendapat tersebut diatas, maka dalam penelitian ini penulis hanya akan membahas salah satu teknik dasar permainan bola basket yaitu *shooting*.

Shooting merupakan salah satu teknik permainan bola basket yang mempunyai peran penting. Karena kemampuan *shooting* banyak mendukung kemenangan suatu tim bola basket. Kemenangan suatu tim bola basket diukur melalui pengumpulan *point* terbanyak. Untuk itu setiap regu akan berusaha memasukan bola ke keranjang lawan sebanyak-banyaknya dan berusaha menjaga lawan agar tidak dapat memasukan bola ke keranjangnya. Hal tersebut merupakan tujuan permainan bola basket seperti yang didefinisikan dalam peraturan permainan bola basket.

Peran menyerang dalam menentukan kemenangan merupakan bagian yang terpenting dalam pengajaran teknik bermain bola basket, oleh karena itu untuk mendukung hal tersebut perlu perhatian tentang faktor pendukung penyerangan secara khusus.

Keberhasilan dalam penyerangan perlu didukung oleh kemampuan teknik *shooting* yang tinggi, sebab menentukan kemampuan atau kekalahan dalam suatu pertandingan. Pentingnya *shooting* dalam permainan bola basket diakui oleh para ahli diantaranya oleh Wissel alih bahasa Bagus Pribadi (1996:43) menambahkan bahwa “keahlian dasar yang harus dilatih adalah keakuratan menembak”. Keterampilan ini merupakan suatu keterampilan yang memberikan hasil nyata secara langsung.

Pada dasarnya dalam permainan bola basket ada tiga (3) kategori perolehan nilai atau skor apabila seorang pemain memasukan bola, yaitu;

1. Nilai 1 apabila tembakan dilakukan pada saat tembakan hukuman
2. Nilai 2 apabila tembakan dilakukan didaerah dua angka
3. Nilai 3 apabila tembakan dilakukan didaerah tiga angka

Daerah-daerah tembakan tersebut dapat ditentukan melalui jarak tembakan yang dilakukan oleh seorang pemain. Mengenai pertimbangan alasan jarak menurut peraturan resmi bola basket (2010:5) adalah sebagai berikut;

... a) Dua garis sejajar memanjang dari dan tegak lurus dengan *endline*, dengan sisi terluar 0,90 m dari sisi dalam *sideline*. b) Busur dengan jari-jari 6,75 m diukur dari titik dilantai tepat dibawah titik tengah keranjang lawan terhadap sisi luar busur. Jarak titik ini di lantai dari sisi dalam titik tengah *endline* adalah 1,575 m. busur terhubung dengan garis paralel...

Pada daerah tembakan dua angka seorang pemain dapat melakukan tembakan dari lima posisi yaitu, dari kanan dan kiri basket, samping kanan dan samping kiri basket, dan dari depan basket. Didaerah ini pemain dapat melakukan tembakan dengan teknik *jump shoot* atau *set shoot*. Apabila situasi memungkinkan dapat juga melakukan *lay-up shoot*.

Sedangkan pada daerah tembakan tiga angka posisi yang biasa di tempati oleh seorang pemain dalam melakukan tembakan hampir sama dengan posisi tembakan dua angka yaitu, dari kanan dan kiri basket, samping kanan dan samping kiri basket, dan dari depan basket tetapi dengan jarak yang lebih jauh. Didaerah ini pemain dapat melakukan tembakan dengan teknik *jump shoot* atau *set shoot*.

Dalam teknik menembak *set shoot*, tembakan biasa dilakukan tanpa meloncat. Sedangkan dalam teknik *jump shoot* biasa dilakukan dengan meloncat.

Dalam pelaksanaannya Wissel 1994 alih bahasa bagus pribadi (1996:56) membagi teknik *jump shoot* dalam beberapa fase, yaitu;

...Fase Pelaksanaan: 1) Lompat, lalu tembak; 2) Tinggi lompatan bergantung pada jarak tembakan; 3) Rentangkan kaki,punggung dan bahu; 4) Rentangkan siku; 5) Lenturkan pinggang dan jari-jari kedepan; 6) Lepaskan jari telunjuk, maksudnya saat melakukan tembakan jari telunjuk beserta jari-jari yang lain rileks; 7) Laju penyeimbang pada bola sampai terlepas; 8) Irama yang sama; 9) Lihat target...

Pada fase-fase tersebut diatas, dikatakan dalam fase pelaksanaan *point dua* (2) bahwa “tinggi lompatan bergantung pada jarak tembakan”.

Berdasarkan pendapat tersebut diatas penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul “Hubungan *Power* Tungkai Dan Jarak Tembakan Terhadap Ketepatan *Jump Shoot* Pada Tim Basket Putra UPI”.

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan latar belakang masalah tersebut di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Adakah hubungan *power* tungkai terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot* dalam permainan bola basket?
2. Adakah hubungan jarak tembakan terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot* dalam permainan bola basket?
3. Adakah hubungan *power* tungkai dengan jarak tembakan terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot* dalam permainan bola basket?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui adakah hubungan antara *power* tungkai terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot* dalam permainan bola basket.
2. Untuk mengetahui adakah hubungan jarak tembakan terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot* dalam permainan bola basket.
3. Untuk mengetahui adakah hubungan antara *power* tungkai dengan jarak tembakan terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot* dalam permainan bola basket.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat teoritis adalah kegunaan bagi keilmuan (Indun. 1986. Hal. 11). Bertolak dari pengertian tersebut, diharapkan informasi yang digali dapat memeperkaya

wawasan ilmu pengetahuan, khususnya olahraga dan hasil penelitian ini juga dapat kiranya berguna bagi para ilmuwan pendidikan terutama pada cabang olahraga bola basket.

2. Manfaat praktis

Manfaat praktis adalah kegunaan bagi pelaksana (Indun. 1986. Hal. 11), dan pengertian tersebut berarti setelah diperolehnya hasil penelitian ini hendaknya dapat berguna bagi pelatih atau pemain olahraga dalam rangka mengembangkan serta meningkatkan prestasi olahraga, khususnya bola basket.

E. Batasan Masalah

Untuk menghindari kesalahpahaman dan menjelaskan ruang lingkup penelitian, penulis membatasi penelitian ini sebagai berikut:

1. Masalah yang diteliti adalah hubungan antara *power* tungkai dengan jarak tembakan terhadap kemampuan memasukan bola dengan cara *jump shoot*.
2. Jarak tembakan yang digunakan adalah jarak tembakan yang sesuai dengan peraturan resmi bola basket (2010:5) yaitu; jarak 4.60 meter (daerah medium shoot) dan jarak 6,20 meter.
3. Populasi dan sampel penelitian ini adalah atlet tim putra UPI yang bertanding pada kejuaraan LIBAMANAS sebanyak 12 orang.
4. Dalam hal ini penulis melakukan penelitian dengan dua variabel yaitu:
 - a. Variabel bebas yaitu *power* tungkai dan jarak tembakan.
 - b. Variabel terikat yaitu memasukan bola dengan cara *jump shoot*.

F. Batasan Istilah

Untuk menghindari kekeliruan dalam menafsirkan istilah dalam penelitian ini, penulis memberikan bahasan / pengertian berkaitan dengan penelitian ini adalah:

1. Hubungan menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah keadaan berhubungan atau sangkut paut..

2. *Power* adalah kemampuan otot untuk mengerahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat. (Harsono, *Coaching* 1988:200)
3. Jarak tembakan adalah jarak dimana untuk menentukan angka yang diperoleh. (peraturan resmi bola basket 2010: 5)
4. Ketepatan adalah kemampuan seseorang untuk menembak terhadap suatu sasaran dengan tepat.

Physical training center (2013) *physical training center*. [Online]. Tersedia di: <http://physicaltrainingcenterrace.blogspot.com/2013/05/ketepatan.html> Diakses 21 Mei 2013

5. *Jump shoot* adalah tembakan yang dilakukan pada saat kaki penembak keduanya di udara akibat loncatan. (Enjang Rahmat, 1979:73).

Putra Ikhsan, 2014

Hubungan power tungkai dan jarak tembakan terhadap ketepatan jump shoot pada tim basket putra UPI

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu