

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang paling populer di kancah internasional (I.S.Olympics, 2020). Menurut (Basketball Federation., 2020) permainan olahraga basket terdiri dari 2 tim dimana setiap tim nya berisikan 5 pemain inti. Seiring berkembangnya zaman, bola basket semakin populer di kalangan masyarakat. Banyak sekali penggemar bola basket yang turut mendukung dan menonton pertandingan bola basket.

Selain itu bola basket cukup terkenal di seluruh di dunia dan di serbia, basket juga merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat populer yang memiliki karakteristik yang tidak ketebak di dalam pertandingannya. Oleh karena itu bola basket menjadi salah satu cabang olahraga favorit dunia dan sering di jumpai di berbagai belahan negara. (Rismayadi et al., 2023, Marinkovic et al, 2013, Kamble et al 2012).

Di indonesia bola basket merupakan salah satu cabang olahraga yang paling digemari setelah sepak bola. Hampir semua kalangan masyarakat mengikuti cabang olahraga basket ini. Semakin berkembang zaman olahraga basket lebih meningkat ketimbang dahulu yang masih sedikit menggemari cabang olahraga bola basket menurut (Wibowo et al., n.d. 2017).

Permasalahan dalam bidang cabang olahraga bola basket terus bermunculan dan terus terjadi utamanya adalah pembinaan usia muda dan fundamental. Permasalahan yang terjadi dalam usia muda adalah teknik dasar (*dribbling, footwork, ball handling, passing, shooting*). Teknik dasar ini menjadi salah satu bagian yang paling penting dalam latihan. Dalam proses pembinaan memang yang menjadi masalah diantaranya diungkapkan oleh (Lenggono Sakti et al., 2021) yaitu 1). Belum adanya rencana program latihan yang baik, 2) Pengorganisasian yang belum maksimal dan sistematis, 3). Pelaksanaan latihan yang masih terhambat karena sarana dan prasarana. Beberapa faktor lainnya yang menjadi masalah dalam pembinaan adalah kurikulum latihan yang terstruktur (Branquinho et al., 2022). itu sebabnya penting kurikulum latihan yang dapat membantu pelatih mengembangkan atlet usia muda.

Tidak hanya sampai disitu kemampuan fisik atlet sangat mendukung fundamental atlet, karena ketika atlet tersebut memiliki aspek fisik yang baik maka kemampuan tekniknya akan lebih mudah di berikan program latihan. Belum adanya kurikulum latihan yang terstruktur menjadi salah satu alasan pengembangan usia muda prestasi masih belum baik (Hidayat, 2016). Pelatih perlu memiliki pengetahuan tentang cara untuk mengembangkan usia muda yaitu LTAD (*Long Term Development Athlete*) latihan harus mudah dipahami baik untuk atlet maupun pelatih.

Alasan yang kuat mengapa perlu adanya kurikulum latihan dalam pengembangan usia muda karena semakin berkembangnya zaman pola atau cara latihan atlet semakin berkembang. Perkembangan olahraga yang ada di dunia itu semakin tahun semakin kian membaik. Selain itu tujuan diadakannya pembinaan agar terprogram latihan untuk para atlet berprestasi, sehingga ada target yang akan di capai pada kompetisi tertentu.

Pembinaan yang bisa dikatakan baik adalah ketika ada program latihan di setiap minggu, tahun dan seterusnya. Dalam menyusun program latihan perlu pedoman yang jelas agar program sesuai dengan usia atlet. Kurikulum menjadi acuan dalam membuat periodisasi latihan yang dikembangkan dalam program latihan. Program akan tercapai bila kurikulum yang sesuai dengan usia atlet. Di dalam pembinaan yang terstruktur terdapat kurikulum yang membantu pelatih untuk menyesuaikan program nya dengan para atlet. Dengan adanya pembinaan yang terstruktur dalam suatu club ataupun di dalam sekolah, dapat menciptakan pembinaan yang berkelanjutan (Li & Shen, 2022).

Banyak sekali para pelatih dalam bidang bola basket yang memiliki orientasi prestasi dan daya tarik terhadap masyarakat sekitar. Seharusnya pelatih juga melihat bagaimana cara atlet tersebut berkembang serta apa saja yang mempengaruhi daya tarik atlet tersebut terhadap prestasi, sehingga atlet dan pelatih mempunyai target yang sesuai dengan apa yang direncanakan (Liu, 2021).

Oleh karena itu peneliti merancang kurikulum latihan guna memperbaiki pembinaan usia muda, sehingga sebagai pelatih kita harus mengikuti alur perkembangan secara moderen dan mengetahui secara karakteristik bagaimana perkembangan latihan secara moderen (Xiao, 2020). Selain itu peran pelatih sangat berpengaruh dalam proses pembinaan usida muda serta fundamental, karena pentingnya perencanaan program serta proses pelatihan yang baik akan berpengaruh terhadap hasil pembinaan

olahraga.(Cañadas Alonso et al., 2015)

Penelitian terdahulu mengatakan bahwa pengembangan bakat dalam bola basket telah dilihat sebagai proses dinamis dan kompleks. Selain itu, ada banyak faktor yang berperan penting dalam evolusi pemain bola basket selama masa kanak-kanak dan remaja (Branquinho et al., 2022). Secara umum pelatih yang akan mengajarkan kepada anak-anak perlu adanya pelatihan dan kursus secara formal, baik itu dalam pendidikan maupun lembaga yang menyelenggarakan kegiatan tersebut. Hal ini pun sering diungkapkan oleh beberapa peneliti yang dimana kursus tersebut masih jauh dengan kesesuaian pembinaan olahraga usia muda yang ada.(Rocchi & Couture, 2018)

Memang dalam pembinaan usia muda peran pertumbuhan fisik serta kinerja fungsional menjadi faktor yang di utama saat seleksi. Maka dari itu pentingnya kita sebagai pelatih untuk mengidentifikasi pembinaan usia muda sejak dini. Beberapa sumber yang valid sebanyak 89% pelatih mengatakan bahwsanya tidak ada kurikulum yang jelas dan keberadaan mengenai kurikulum pembinaan usia muda (Aris et al, 2020). Selain itu fokus pembinaan usia muda sangatlah penting untuk mengetahui pembinaan usia jangka panjang serta mendeteksi program jangka panjang dan memastikan bahwa bakat tersebut tidak ada keterlambatan dalam kematangan usia.(Branquinho et al., 2022)

Disamping itu pembinaan kerap selalu menjadi perbincangan dikarenakan metode dan jenis latihan masih di sama ratakan antara atlet putri dan putra. Karena memang dalam mengembangkan pemain usia muda tidak bisa di sama ratakan untuk metode latihan nya. Seperti contoh usia umur 12 laki-laki dominan pada latihan permainan dan tactical, sedangkan untuk putri beorientasi kepada skill kemampuan dalam cara bermain di lapangan.(Cañadas et al., 2018)

Sehingga, penelitian ini mencoba memfokuskan bahasan mengenai rancangan kurikulum latihan untuk atlet putri. Peneliti merancang kurikulum latihan agar kurikulum itu di aplikasikan ke dalam latihan, agar pembinaan usia muda tersebut sistematis dan tergambar ketika dalam melatih. Beberapa club memang belum ada yang membuat kurikulum yang jelas dan teraplikasikan di dalam latihan. Pelatih dan manajemen harus bekerja sama untuk membuat program pembinaan usia muda jangka panjang. Sehingga jelas bahwasanya program yang akan diberikan oleh pelatih kepada atlet tersebut dapat terealisasi secara bertahap dan terstruktur.

Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa pelatih perlu mengembangkan *PYD* (*Positive Youth Development*) atau biasa disebut dengan strategi dalam memfasilitasi pengembangan usia muda. Faktanya bahwa pembinaan usia muda itu sangat kompleks dikarenakan peran pelatih serta cara pelatih dalam membina usia muda berbeda beda (Camiré et al., 2014). Basc dari sebuah *Positive Youth Development* adalah bagaimana membuat sebuah olahraga itu menjadi olahraga yang mampu menciptakan dan meningkatkan suasana yang harmonis dan membuat kedamaian dalam bersosialisasi. Sehingga ketika kita memfasilitasi pembinaan dengan baik, orang tua, anak dan pelatih bisa saling mendukung dan bekerja sama dalam memfasilitasi pembinaan (Rismayadi et al, 2020).

Di sisi lain gender wanita harus menjadi sorotan bagi para pelatih guna memperbaiki perspektif wanita dalam bidang olahraga. Sampai saat ini perkembangan olahraga wanita terus berkembang. Sudah dalam waktu jangka lama partisipasi wanita dalam dunia olahraga sudah banyak dan di minati oleh masyarakat (Berliana et al., 2021). Oleh karenanya wanita harus diberikan latihan dengan layaknya atlet-atlet yang lain. Tidak ada perbedaan latihan antara atlet putri dan putra yang menyebabkan kesenjangan di dalam aspek sosial.

Pelatih harus mampu mengetahui bagaimana wanita itu hidup di sosial masyarakat. Dalam masalah gender wanita ini sering menjadi obrolan khususnya di dalam olahraga, maka dari itu pelatih harus mampu mengembangkan kemampuan wanita dalam olahraga sehingga wanita dapat menunjukkan kemampuan dirinya di dalambidang olahraga. (Pfister, 2010)

Di dalam bukunya (Berliana, 2020) mengatakan bahwa keterkatian olahraga dengan kesetaraan gender sudah ada. Dilihat dari segala bentuk perjanjian internasional pertama yang mendeklarasikan hak hak bagi perempuan. Sehingga hak wanita perlu di kedepankan demi memberikan kesempatan di dalam dunia olahraga.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang di uraikan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Bagaimana rancangan kurikulum cabang olahraga basket putri?
2. Apakah aspek materi yang digunakan dalam merancang kurikulum cabang

olahraga bola basket putri sudah sesuai?

1.3 Tujuan Masalah

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengkonstruksi kurikulum latihan bagi atlet putri yang dapat menjadi acuan program latihan. Sehingga pelatih mampu menyesuaikan program latihan untuk prestasi bagi atlet putri. Secara khusus tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui materi yang akan diberikan kepada atlet putri cabang olahraga bola basket.
2. Mengetahui desain rancangan kurikulum latihan cabang olahraga bola basket putri.

1.4 Manfaat Teoritis dan Praktis

Manfaat Teoritis

Mengkonstruksi kurikulum latihan harus memberikan tujuan yang jelas dan apa yang ingin dicapai. Bagi atlet putri yang masih dalam pengembangan usia muda, kurikulum latihan menjadi acuan pelatih untuk menyusun program latihan yang sesuai dengan usianya. Sehingga pelatih mempunyai pedoman dasar apa yang ingin diberikan saat latihan.

Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat membantu club ataupun pelatih dalam mengembangkan serta menyusun program latihan untuk prestasi. Mulai dari sistem pelatihan serta evaluasi latihan menjadi acuan untuk pelatih bagaimana atlet semakin hari kian berkembang kemampuannya. Pelatih mempunyai ide atau