

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan memiliki pengertian usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan negara (Undang-undang No 20 tentang Sistem Pendidikan Nasional). Dari pengertian diatas, maka kita dapat menarik kesimpulan pembelajaran itu adalah kita dapat menciptakan suasana belajar yang dapat meningkatkan seluruh potensi peserta didik dengan optimal.

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Ia merupakan salah satu dari subsistem-subsistem pendidikan. Pendidikan jasmani dapat didefinisikan sebagai suatu proses pendidikan yang ditujukan untuk mencapai tujuan pendidikan melalui gerakan fisik. Telah menjadi pernyataan umum bahwa pendidikan jasmani sebagai satu subsistem pendidikan mempunyai peran yang berarti dalam mengembangkan kualitas manusia Indonesia. Dirjen Dikti (dalam Mardiana, 2009, hlm. 1.11) pendidikan jasmani merupakan interaksi antara peserta didik dan lingkungan yang dikelola melalui aktivitas jasmani secara sistematis menuju pembentukan manusia Indonesia seutuhnya.

Menurut Mulyanto (2014, hlm. 25) tujuan belajar adalah menghasilkan perubahan perilaku yang melekat, proses belajar dalam pendidikan jasmani bertujuan untuk menumbuhkan perubahan perilaku pada siswa. Jadi pendidikan jasmani itu bisa dibidang adalah proses belajar untuk bergerak dan belajar melalui gerak entah itu badan yang sengaja digerakan atau reflek yang terjadi secara tiba-tiba. Belajar melalui gerak untuk mencapai tujuan pembelajaran, dalam pendidikan jasmani siswa diajarkan untuk bergerak melalui pengalaman gerak yang terjadi pada kegiatan sehari-hari untuk membentuk aspek jasmani dan rohani. Pendidikan Jasmani adalah proses interaksi sistematis antara anak didik dan lingkungan yang dikelola melalui pengembangan jasmani secara efektif dan efisien menuju pembentukan manusia yang seutuhnya. Dengan demikian,

Pendidikan Jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan secara keseluruhan, bertujuan untuk mengembangkan aspek kebugaran jasmani, keterampilan gerak, keterampilan berpikir kritis, keterampilan sosial, penalaran, stabilitas emosional, pola hidup sehat dan pengenalan lingkungan bersih melalui aktivitas jasmani terpilih yang direncanakan secara sistematis dalam rangka mencapai tujuan pendidikan nasional.

Tujuan umum Pendidikan Jasmani di Sekolah Dasar adalah memacu kepada pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional dan sosial yang selaras dalam upaya membentuk dan mengembangkan kemampuan gerak dasar, menanamkan nilai, sikap dan membiasakan hidup sehat. Ruang lingkup program pengajaran Pendidikan Jasmani yang diajarkan di Sekolah Dasar, mulai dari kelas I sampai kelas VI pada setiap semester ditekankan pada usaha memacu pertumbuhan dan perkembangan jasmani, mental, emosional, dan sosial.

Hakikat belajar Pendidikan Jasmani di dalam intensifikasi penyelenggaraan pendidikan sebagai proses dalam pertumbuhan dan perkembangan manusia yang berlangsung seumur hidup, pendidikan jasmani merupakan salah satu alat yang sangat penting untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan manusia, karena pendidikan jasmani sangat erat kaitannya dengan gerak manusia yang utuh dan harmonis didalam kehidupannya, yaitu dalam rangka membentuk manusia pembangunan yang dapat membangun dirinya sendiri dan yang secara bersama-sama bertanggung jawab atas pembangunan bangsa.

Bola basket merupakan sebagian dari materi pembelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dasar yang memiliki karekteristik khusus serta mempunyai tujuan yang hendak dicapai seperti daya tahan, kekuatan, kelentukan, koordinasi dan memelihara kesehatan. Bukan hanya itu Permainan bola basket juga dapat memberikan efek positive seperti persendian-persendian menjadi baik, otot-otot mrnjadi kuat peredaran darah mendaji lancar dan pernafasan tidak terhambat. Sehingga gerakan-gerakan dalam permainan bola basket sangat sesuai untuk materi wajib dalam kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani di tingkat sekolah dasar.

Manfaat pembelajaran bola basket akan di peroleh apabila di sajikan dalam lingkungan belajar yang kondusif. Untuk itu di perlukan strategi yang tepat dalam

proses pembelajaran bola basket, baik yang bersifat pembelajaran untuk meningkatkan kebugaran tubuh maupun untuk meningkatkan keterampilan suatu gerakan seperti passing dada. Strategi pembelajaran adalah menyiasati atau mengakali pelaksanaan belajar-mengajar dengan tujuannya tiada lain adalah agar proses belajar mengajar itu berhasil.

Peran guru sebagai fasilitator tidak sebatas tidak hanya pada membantu membimbing siswa meraih tujuan belajarnya, melainkan harus mampu mencari dan menemukan metode pembelajaran yang tepat selama proses pembelajaran. Upaya penemuan metode pembelajaran hanya dapat dilakukan oleh guru yang cermat dalam menyikapi kendala dan masalah kesulitan belajar yang dialami setiap siswa. Seperti contoh dalam kasus pembelajaran passing dada pada permainan bola basket pada siswa sekolah dasar di SDN Rancamanggung.

Setelah peneliti melakukan observasi ke lapangan, peneliti menemukan masalah yang harus dipecahkan. Dimana peserta didik kesulitan dalam melakukan gerakan passing dada, padahal guru sudah menjelaskan tentang bagaimana cara melakukan passing dada dari posisi kaki, posisi badan, posisi tangan, sampai lemparan, dan sesaat setelah guru bertanya pada siswa mengapa susah melakukan gerakan passing dada, kebanyakan dari mereka menjawab karena belum pernah melakukan sebelumnya dan baru mempelajarinya. Adapun kesulitan yang terjadi pada siswa dibawah ini diantaranya:

1. Kurang kondusifnya kondisi kelas atau lapangan, banyak siswa yang masih bercanda saat guru menjelaskan materi.
2. Interaksi yang dilakukan dalam pembelajaran hanya terjadi satu arah, yaitu guru ke siswa.
3. Pada saat pembelajaran guru kurang membantu dan hanya memperhatikan sebagian siswa sedangkan siswa yang lain di abaikan.
4. Metode pembelajaran yang digunakan kurang efektif.
5. Bola basket dan lapang basket yang belum tersedia.
6. Siswa yang tidak disiplin dan mengabaikan materi dari guru pada saat proses pembelajaran.
7. Pembelajaran terlihat monoton dan membosankan, karena selama proses pembelajaran tidak diselingi dengan permainan atau hal-hal yang membuat

siswa senang dalam mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani khususnya passing dada.

Seorang pendidik perlu menggali wawasan dan pengetahuan tentang penerapan metode dan penggunaan teknik mengajar yang kurang tepat, tidak ada variasi pada saat pelaksanaan pembelajaran, dan lebih mengutamakan hasil akhir belajar dari pada proses pembelajaran dapat menimbulkan minat siswa akan menjadi rendah.

Ada beberapa faktor yang mempengaruhi siswa dalam proses pembelajaran, adapun faktor tersebut ialah kondisi fisik, penguasaan teknik, kemampuan mental, dan faktor lapangan. Namun dalam sebuah realita yang ada di lapangan bahwa penguasaan teknik merupakan hal yang perlu di perhatikan dalam diri siswa dalam sebuah pembelajaran dan mencapai nilai atau hasil yang akan dicapai, bukan hanya itu kondisi fisik seseorang harus ideal untuk menunjang teknik yang baik dan benar harus ada kondisi fisik yang menambah kemampuan anak menguasai teknik dalam permainan bola basket. Kondisi ini juga mempengaruhi dalam segi teknik seseorang untuk melakukan passing pada permainan bola basket, selain *shooting dan dribbling*, passing juga harus memiliki teknik dan kondisi fisik yang baik pada kekuatan otot lengan untuk melakukan passing dada yang baik dan benar, kondisi tersebut tidak hanya mempengaruhi proses pembelajaran juga mempengaruhi kemampuan anak pada tingkat yang lebih pada prestasi pribadinya, mengingat dalam pelaksanaannya kondisi fisik tersebut sangat berperan dalam menghasilkan sebuah passing yang baik.

Kekuatan (*power*) memiliki peranan yang penting, karena awalan pada saat siswa melakukan passing dada membutuhkan kekuatan otot lengan agar hasil passing akan maksimal. Penguasaan teknik yang menunjang siswa untuk berprestasi juga harus ditopang oleh kekuatan otot lengan, mengingat passing juga membutuhkan kekuatan untuk mendapat hasil yang baik dalam melakukan passing dada pada permainan bola basket. Kondisi fisik fungsional lainnya yaitu *power* lengan, kondisi fisik *power* lengan ini berperan saat atlet tersebut melakukan tolakan saat melempar bola, karena *power* lengan yang baik mampu memperkuat daya tolakan siswa tersebut dan operan yang dihasilkan dapat maksimal dan lebih baik.

Setiap pemain bola basket diharapkan memiliki badan yang sesuai dengan karakteristik cabang olahraga tersebut, yaitu harus memiliki tinggi badan di ideal. Namun kenyataannya kadang kala tidak sesuai dengan harapan, yaitu masih ada pemain bola basket badannya tidak ideal. Hal tersebut memang realita bahwa setiap orang memiliki persamaan dan perbedaan, baik secara fisik maupun secara psikis, oleh karena itu pula akan memiliki perbedaan dalam hal keterampilan dan keahliannya. Demikian pula dalam prestasi olahraga, baik perorangan maupun beregu tidak akan terjadi semua atlet menjadi juara, hal tersebut dikarenakan banyak faktor yang mempengaruhinya. Faktor tersebut bisa datang dari dalam diri atlet, seperti kondisi fisik secara fungsional, kondisi fisik secara anatomi, motivasi intrinsik, dan banyak lagi yang lainnya, sedangkan dari luar diri atlet adalah motivasi ekstrinsik, sarana prasarana, peran pelatih, pengaruh penonton, dan lain sebagainya.

Dalam penelitian ini, penulis hanya meneliti faktor fisik secara anatomi dan fisiologis. Oleh karena itu, badan ideal merupakan acuan bagi cabang olahraga yang dipilihnya, seperti cabang olahraga bola basket membutuhkan atlet yang memiliki badan di atas rata-rata. Karenanya para ahli membedakan postur tubuh menjadi beberapa tipe.

Penulis jelaskan bahwa atlet bola basket lebih cenderung memiliki tubuh dengan tipe atletis, terutama pada kekuatan otot. Sebagai dukungan terhadap proses pelaksanaan passing dada, maka pemain yang memiliki badan yang ideal tingkat keberhasilan passing akan lebih mudah karena melakukan passing bola dapat lebih akurat.

Berdasarkan pengamatan penulis dalam mengamati sebuah hasil passing dada pada permainan bola basket, banyak terjadi perbedaan hasil passing dada yang dihasilkan oleh siswa. Ada yang hasil passingnya kurang baik dan ada juga hasil passing yang dihasilkan oleh siswa tersebut sangat baik, mungkin hasil passing pada passing dada tersebut memiliki banyak faktor yang menunjang sehingga saat melakukan passing dada memiliki hasil yang berbeda.

Dari pengamatan tersebut penulis tertarik untuk meneliti pada passing dada dan kekuatan otot pada permainan bola basket. Mungkin masih banyak faktor yang mempengaruhi hasil passing dada tersebut namun bukan menjadi kajian penelitian

ini. Berdasarkan ketertarikan tersebut penulis ingin meneliti apakah hasil passing dada pada bola basket memiliki hubungan dengan kekuatan otot lengan (*power* lengan). Penulis membatasi permasalahan dalam penelitian ini dengan tujuan agar permasalahan yang diteliti tidak keluar dari ruang lingkup dan dalam pelaksanaannya lebih terarah pada tujuan dengan baik. Adapun batasan-batasan tersebut.

1. Pelaksanaan Penelitian

Penelitian ini akan dilaksanakan di SD Negeri Rancamanggung Kecamatan Tanjung Siang Kabupaten Subang pada siswa kelas V.

2. Variabel Penelitian

Ada dua variabel yang dihadapi dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Variabel bebas (variabel independent) yaitu variabel yang mempengaruhi, yang terdiri dari: kekuatan otot (*power*) lengan
- b. Variabel terikat (variabel dependent) yaitu variabel yang dipengaruhi adalah hasil passing dada pada bola basket.

3. Populasi dan Sampel

Populasi menurut Margono (dalam Suherman, 2012, hlm 69) adalah seluruh data yang menjadi perhatian kita dalam suatu ruang lingkup dan waktu yang kita tentukan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswa kelas V SD Negeri Rancamanggung yang jumlahnya 21 siswa. Terdiri dari sembilan putra dan 12 putri.

Sampel menurut Arikunto (Suherman, 2012, hlm70) adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti. Seluruh anggota populasi yang berjumlah 21 siswa tersebut akan dipilih. Dengan demikian sampel yang digunakan sebanyak 21 siswa, teknik sampling yang digunakan yaitu sampel jenuh.

4. Metode Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu metode deskriptif.

5. Instrumen penelitian

Instrument penelitian yang digunakan untuk penghimpun data dalam penelitian ini, yaitu:

- a. Tes passing dada pada tembok selama satu menit.
- b. Pengukuran kekuatan otot dengan tes *medicine* seberat 3kg.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

1. Apakah terdapat hubungan kekuatan otot terhadap kemampuan passing dada pada bola basket pada siswa kelas V SD Negeri Rancamanggung?
2. Seberapa besar hubungan kekuatan otot atau kekuatan lengan terhadap kemampuan passing dada pada bola basket pada siswa kelas V SD Negeri Rancamanggung?

C. Tujuan Penelitian

Setiap penelitian sudah dipastikan memiliki tujuan. Demikian pula penelitian yang dilaksanakan penulis mempunyai tujuan sebagai berikut.

1. Untuk mengetahui ada tidaknya hubungan kekuatan otot terhadap passing dada bola basket pada siswa kelas V SD Negeri Rancamanggung.
2. Untuk mengetahui seberapa besar ada hubungan kekuatan otot lengan terhadap hasil passing dada bola basket pada siswa kelas V SD Negeri Rancamanggung.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan, maka dari itu diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat, bermanfaat dari segi teoritis, praktik, umum dan khusus. Adapun manfaat dari penelitian ini penulis jelaskan, yaitu.

1. Secara teoritis
Sebagai pengembangan ilmu pendidikan olahraga, khususnya dalam hal passing dada, hasil penelitian ini dapat melengkapi kepustakaan dalam bidang olahraga mengenai hubungan kekuatan otot lengan terhadap hasil lompatan passing dada. Dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman dan pemahaman dalam menyusun karya ilmiah dan pengkajian baru mengenai passing dada pada bola basket.
2. Secara praktis
Diharapkan mempunyai manfaat sebagai acuan untuk meningkatkan hasil passing dada bola basket siswa SD Negeri Rancamanggung dan penelitian

ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru tentang hubungan kekuatan lengan terhadap passing dada pada bola basket.

3. Secara umum

Dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya. Selain hal itu hasil penelitian yang di peroleh di harapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi pembinaan bola basket dalam memilih atlet, pengembangan pola latihan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan secara karakteristik bola basket dan latihan yang dilakukan dapat berjalan secara efektif dan efisien.

4. Secara khusus

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

- a. Bagi penulis : Untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar sarjana pendidikan dan dapat memberikan pengalaman baru dalam penyusunan karya tulis ilmiah.
- b. Bagi siswa, untuk mengetahui tentang kemampuan siswa dalam hal passing dada, memberikan motivasi dalam hal pembelajaran bola basket, dan meningkatkan kebugaran siswa.
- c. Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai upaya mengetahui kemampuan peserta didik dalam hal passing dada dalam bola basket, dan sebagai tinjauan pengajaran dalam hal passing bola basket, mengetahui kelemahan siswa dan di jadikan referensi mengajar.
- d. Bagi sekolah : Hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih yang baik pada sekolah dalam rangka memperbaiki pembelajaran pada khususnya dan sekolah pada umumnya, Sebagai perbandingan terhadap faktor- faktor yang berkaitan dengan peningkatan hasil passing dada pada bola basket.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Pada skripsi ini, penulis menjelaskan tentang “Hubungan Kekuatan Otot Lengan Terhadap Passing Dada pada Bola Basket” yang terdiri dari lima bab.

Lima bab tersebut yaitu bab I pendahuluan, bab II kajian pustaka, bab III metode penelitian, bab IV hasil penelitian dan bab V simpulan dan saran.

Untuk lebih jelasnya berikut penulis memaparkan struktur organisasi skripsi yang penulis buat. Skruktur organisasi skripsi sebagai berikut :

BAB I

PENDAHULUAN

- A. Latar Belakang Penelitian
- B. Rumusan Masalah
- C. Tujuan Penelitian
- D. Manfaat Penelitian
- E. Struktur Organisasi Skripsi

BAB II

KAJIAN PUSTAKA

- A. Tinjauan Teoritis
 1. Pengertian Pendidikan Jasmani
 2. Tujuan Pendidikan Jasmani
 3. Ruang Lingkup Pendidikan Jasmani
 4. Pengertian Bola Basket (Basketball)
 5. Macam macam Passing
 6. Peranan dan Hubungan Kekuatan Otot Lengan terhadap Passing Dada pada Bola Basket
- B. Tinjauan Praktis
- C. Kerangka Berpikir
- D. Anggapan Dasar
- E. Hipotesis

BAB III

METODE PENELITIAN

- A. Desain Penelitian
 1. Metode Penelitian
 2. Desain Penelitian
- B. Partisipan
- C. Populasi dan Sampel
 1. Populasi
 2. Sampel
- D. Instrumen Penelitian
 1. Pengukuran Kekuatan Otot Lengan dengan *Two Hand Medicine Ball Put*
 2. Tes Hasil Passing Dada Bola Basket
- E. Prosedur Penelitian
- F. Teknik Pengolahan dan Analisis Data
 1. Teknik Pengolahan Data
 1. Validitas Instrumen
 2. Reabilitas
 - a. Analisis
 - 1) Uji Normalitas Data
 - 2) Menghubungkan Korelasi antar Dua Variabel

- 3) Uji Hipotesis/Uji Signifikan
- 4) Uji Koefisien Determinasi (KD)
- 5) Pembahasan Hasil Instrumen

BAB IV

HASIL

TEMUAN DAN PEMBAHASAN

A. Temuan Penelitian dan Analisis Data

1. Temuan penelitian
2. Analisis Data

B. Pengolahan Data

1. Validitas Instrumen
2. Validitas Kekuatan Otot Lengan
3. Validitas Passing Dada
4. Reabilitas
5. Teknik dan Hasil Pengolahan Data Penelitian

C. Hasil Pengujian Data Normalitas Setiap Variabel

D. Korelasi Variabel Bebas (X) dengan Variabel Terikat (Y)

E. Hipotesis Statistik

F. Koefisien Determinasi Antara Variabel Bebas (X) terhadap Variabel Terikat (Y)

G. Pembahasan

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

B. Implikasi, dan Rekomendasi