

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Pendidikan adalah proses yang digunakan setiap individu untuk mendapatkan pengetahuan, wawasan serta mengembangkan sikap dan keterampilan. Pendidikan memiliki pengertian usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar siswa 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).

Pendidikan jasmani merupakan bagian dari pendidikan secara umum. Pendidikan jasmani 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.

Pendidikan adalah suatu pembelajaran yang mendasarkan pada karakter seorang manusia, bahwa pendidikan itu sendiri mengajarkan suatu perubahan yang melekat pada dirinya sendiri, bahkan karakter itu dapat mereka pergunakan dalam kehidupan sehari-hari.

Menurut Paturusi (2012, hlm. 4) mengemukakan bahwa “Pendidikan jasmani adalah proses pendidikan melalui aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih untuk mencapai tujuan pendidikan”.

Dari pendapat diatas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani adalah suatu proses pembelajaran jasmani yang tersusun secara sistematis, untuk mencapai tujuan yang meningkatkan berupa rangsangan pertumbuhan dan perkembangan motorik, kemampuan dan keterampilan jasmani, pembentukan watak, serta sikap sosial terhadap manusia dan lingkungan disekitarnya dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

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.

Bola basket merupakan sebagian dari materi pembelajaran pendidikan jasmani yang diajarkan di sekolah dasar yang memiliki karakteristik 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 positif seperti persendian-persendian menjadi baik, otot-otot menjadi kuat, peredaran darah menjadi 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 (SD).

Bola basket itu sungguh populer di kalangan anak-anak dan orang dewasa, menurut Oliver (2007, hlm. vi) mengemukakan bahwa “Bola basket adalah salah satu olahraga paling populer di dunia. Penggemar yang berasal dari segala usia merasakan bahwa bola basket adalah olahraga yang menyenangkan, kompetitif, mendidik, menghibur dan menyehatkan. Keterampilan-keterampilan perseorangan seperti tembakan, umpan, dribel, dan *rebound*, serta kerja tim untuk menyerang dan bertahan, adalah persyaratan agar berhasil dalam memainkan olahraga ini”.

Program pengajaran pengembangan kemampuan jasmani melalui pelajaran bentuk-bentuk kemampuan *chest pass* pada permainan bola basket pada kelas V Sekolah Dasar, bertujuan untuk mengembangkan kemampuan siswa dalam bertindak melakukan suatu bentuk gerakan dengan anggota badannya agar lebih terampil dengan menggunakan alat-alat yang sesuai dengan tingkat dan kemampuannya.

Manfaat pembelajaran bola basket akan diperoleh apabila disajikan dalam lingkungan belajar yang kondusif. Untuk itu diperlukan strategi yang tepat dalam proses pembelajaran *chest pass*, baik yang bersifat pembelajaran untuk

meningkatkan kebugaran tubuh maupun untuk meningkatkan keterampilan suatu gerakan dasar seperti *chest pass* (*passing* dada) dengan dua tangan. Strategi pembelajaran adalah menyiiasi atau mengakali pelaksanaan belajar-mengajar dengan tujuannya tiada lain adalah agar proses belajar mengajar itu berhasil.

Peran guru sebagai fasilitator tidak sebatas 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 *chest pass* pada permainan bola basket pada siswa sekolah dasar di Sekolah Dasar Negeri 1 Girinata.

Setelah peneliti melakukan observasi ke lapangan, peneliti menemukan masalah yang harus dipecahkan. Dimana siswa kesulitan dalam melakukan gerakan *chest pass*. Padahal guru sudah menjelaskan tentang bagaimana cara melakukan *chest pass* dari posisi kaki, posisi badan, posisi tangan, sampai lemparan. Dan sesaat setelah guru bertanya pada siswa mengapa susah melakukan gerakan melempar bola dengan dua tangan pada bola basket, kebanyakan dari mereka menjawab karena belum pernah atau jarang 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. Guru yang kurang membantu pada saat proses pembelajaran.
6. 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 pada saat pembelajaran *chest pass*.

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 daripada 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 di lapangan. Namun dalam sebuah realita yang ada di lapangan bahwa penguasaan teknik merupakan hal yang perlu diperhatikan dalam diri siswa dalam sebuah pembelajaran dan mencapai nilai atau hasil yang akan dicapai agar siswa menguasai teknik *chest pass* dalam permainan bola basket.

Kekuatanotot lengan memiliki peranan yang penting, karena awalan pada saat siswa melakukan lemparanmembutuhkan kekuatan otot lengan agar hasil *chest pass*tepat dan maksimal. Penguasaan teknik yang menunjang siswa untuk berprestasi juga harus ditopang oleh kekuatan otot lengan, mengingat melempar juga membutuhkan kekuatan untuk mendapatkan hasil yang baik dalam melakukan gerakan melempar. Kondisi fisik kekuatan otot lengan ini berperan saat atlet tersebut melakukan tolakan saat melempar bola, karena kekuatanotot lengan yang baik mampu memperkuat daya tolakan siswa tersebut dan lemparan yang dihasilkan dapat maksimal dan lebih baik.

Seperti pemain bola basket diharapkan memiliki badan yang sesuai dengan karakteristik cabang olahraga tersebut, yaitu harus memiliki postur tubuh yang maksimal. Namun pada kenyataannya kadang kala tidak sesuai dengan harapan, yaitu masih ada pemain bola basket badannya tidak maksimal. Hal tersebut memang realita bahwa setiap manusia memiliki persamaan dan perbedaan, baik secara fisik maupun secara psikis, oleh karena itu pula akan memiliki perbedaan dalam hal keterampilan dan keahliannya.

Dalam penelitian ini, penulis hanya meneliti faktor fisik secara anatomi dan fisiologis. Oleh karena itu, memiliki postur tumbuh yang maksimal merupakan acuan

bagi cabang olahraga yang dipilihnya. Oleh karenanya para ahli membedakan postur tubuh menjadi beberapa tipe.

Dari pengamatan tersebut penulis tertarik untuk meneliti hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan *chest pass* bola basket. Mungkin masih banyak faktor yang mempengaruhi hasil kekuatan otot lengan tersebut namun bukan kajian penelitian ini. Berdasarkan ketertarikan tersebut penulis ingin meneliti apakah hasil kekuatan otot lengan memiliki hubungan dengan kemampuan *chest pass*. 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.

B. Rumusan Masalah Penelitian

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

1. Adakah hubungan kemampuan *chest pass* dengan kekuatan otot lengan pada siswa kelas V SD Negeri 1 Girinata?
2. Seberapa besar kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *chest pass* pada siswa kelas V SD Negeri 1 Girinata ?

C. Tujuan Penelitian

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

1. Untuk mengetahui adakah hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *chest pass* bola basket pada siswa kelas V SD Negeri 1 Girinata.
2. Untuk mengetahui seberapa besar kontribusi kekuatan otot lengan terhadap kemampuan *chest pass* pada siswa kelas V SD Negeri 1 Girinata.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah penulis paparkan, maka dari itu diharapkan penelitian ini dapat 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 kemampuan *chest pass*, hasil penelitian ini dapat melengkapi kepustakaan dalam bidang olahraga mengenai hubungan antara kekuatan otot lengan dengan kemampuan *chest pass* bola basket, dapat memperoleh pengetahuan, pengalaman dan pemahaman dalam menyusun karya ilmiah dan pengkajian baru mengenai kemampuan *chest pass*.

2. Secara praktis

Diharapkan mempunyai manfaat sebagai acuan untuk meningkatkan hasil kemampuan *chest pass* siswa kelas V SDN1 Girinata penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru tentang hubungan kekuatan otot lengan dengan kemampuan *chest pass*.

3. Secara umum

Dapat dijadikan sebagai sumber referensi bagi peneliti lain dalam melakukan penelitian selanjutnya. Selain hal itu hasil penelitian yang di peroleh diharapkan dapat memberikan sumbangan positif bagi pembinaan dalam memilih atlet, pengembangan pola latihan yang tepat dan sesuai dengan kebutuhan secara karakteristik dan latihan yang dilakukan dapat berjalan secara afektif 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 kemampuan *chest pass*, memberikan motivasi dalam hal pembelajaran *chest pass*, dan meningkatkan kebugaran jasmani.
- c. Bagi guru pendidikan jasmani, sebagai upaya mengetahui siswa dalam hal kemampuan *chest pass*, dan sebagai tinjauan pengajaran dalam hal

kemampuan *chest pass*, mengetahui kelemahan siswa dan di jadikan referensi mengajar.

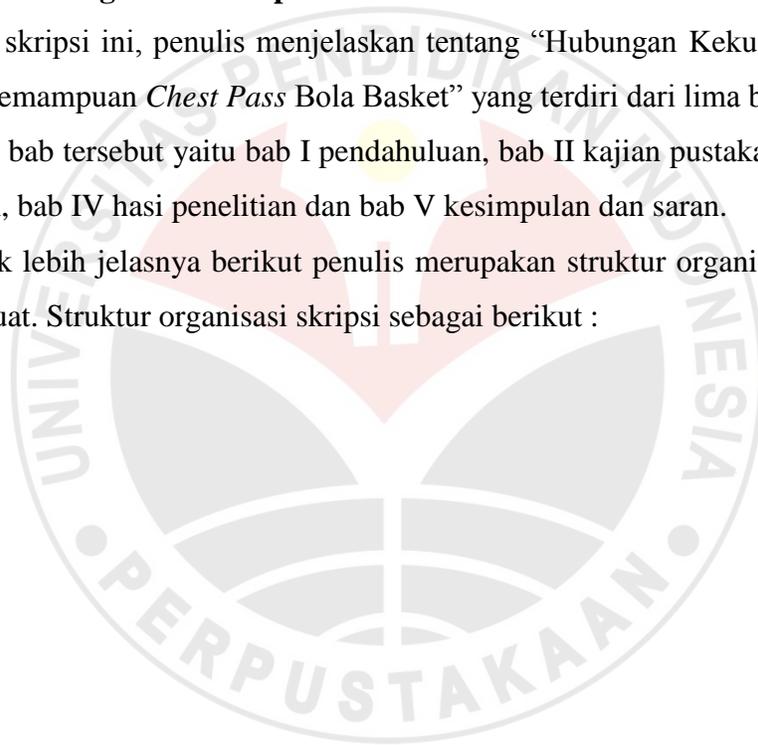
- d. Bagi sekolah, hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangsih yang baik pada sekolah dalam rangka memperbaiki pembelajaran pada khususnya dan sekolah pada umumnya. Sebagai perbandingan terhadap faktor-faktor yang berkaitan dengan peningkatan hasil kemampuan *chest pass*.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Pada skripsi ini, penulis menjelaskan tentang “Hubungan Kekuatan Otot Lengan Dengan Kemampuan *Chest Pass* 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 kesimpulan dan saran.

Untuk lebih jelasnya berikut penulis merupakan struktur organisasi skripsi yang penulis buat. Struktur organisasi skripsi sebagai berikut :





Gambar 1.1
Struktur Organisasi Skripsi