

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Permainan bola basket pada zaman sekarang ini banyak sekali peningkatan dan semakin banyak digemari oleh masyarakat, khususnya di Indonesia bahkan telah menjadi trend setter bagi kalangan remaja-remaja. Walaupun bola basket adalah olahraga untuk kalangan muda dengan mayoritas pemain adalah kaum pria, namun sekarang bola basket juga dimainkan oleh wanita dan anak-anak yang akan menginjak masa remaja serta dari segala usia dan ukuran tubuh bahkan oleh mereka yang cacat fisik. Dikalangan pelajar baik itu dari tingkat Sekolah Dasar, Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama dan Sekolah Lanjutan Tingkat Atas bahkan tingkat Mahasiswa permainan bola basket banyak digemari

Permainan bola basket memerlukan kerja sama tim dan keterampilan individu yang didalamnya terkandung unsur-unsur yang sangat diperlukan bagi pemain bola basket itu sendiri. Unsur-unsur tersebut yaitu, kekuatan, kecepatan, ketepatan, daya tahan, daya ledak, keseimbangan, dan sebagainya. Sedang untuk keterampilan skill, pemain itu sendiri harus menguasai teknik dasar dari bola basket yakni, mengoper (passing), menembak (shooting), menggiring (dribble) dan merajah (rebound). Hal Wissel (2000, hlm. 1) mengatakan bahwa “dewasa ini permainan bola basket menjadi olahraga yang paling berkembang pesat di dunia”.

Dalam permainan bola basket setiap atlet sangat membutuhkan kemampuan fisik yang baik, disamping keterampilan tehnik yang harus baik pula, dimana kebutuhan komponen fisik dan tehnik haruslah sangat diperhatikan. Kondisi fisik merupakan komponen penting yang tidak bisa dilupakan dan bahkan tidak bisa dihilangkan oleh setiap olahragawan untuk mencapai prestasi tertinggi. Siapa saja atlet yang memiliki kondisi fisik yang baik memiliki peluang yang besar untuk dapat meraih prestasi terbaik. Harsono (1988, hlm. 153) menjelaskan, kalau kondisi fisik baik maka :

1. Akan ada peningkatan dalam kemampuan system sirkulasi dan kerja jantung.
2. Akan ada peningkatan dalam kekuatan, kelentukan, stamina, kecepatan, dan lain-lain komponen kondisi fisik.
3. Akan ada ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan.

Asep Hendra Setiawan, 2020

PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK TIM PUTRA KELOMPOK USIA 18 TAHUN KLUB BOLA BASKET PATRIOT BEEZERS KABUPATEN BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4. Akan ada pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan.
5. Akan ada respon yang cepat dari organisme tubuh kita apabila sewaktu-waktu respon demikian diperlukan.

Atlet yang memiliki kondisi fisik yang baik akan lebih cepat dalam menguasai dan meningkatkan kemampuan tekniknya. Harsono (2001, hlm. 4) menjelaskan “. . . kalau kondisi fisik atlet baik, maka dia akan lebih cepat pula menguasai teknik-teknik gerakan yang dilatihkan”. Artinya, dengan memiliki kondisi fisik yang prima akan memudahkan atlet untuk melatih tekniknya agar lebih baik lagi. Sedangkan atlet yang memiliki kondisi fisik yang kurang, cenderung akan mengalami kesulitan untuk mengasah tekniknya agar lebih baik lagi. Hal itu menjadikan atlet yang memiliki kondisi fisik yang prima bila harus melakukan drill atau pengulangan latihan teknik yang banyak tidak akan cepat lelah dan apabila lelah itu terjadi sekalipun akan terjadi dalam waktu yang lama. Hal itu akan berbanding terbalik bagi atlet yang memiliki kondisi fisik yang kurang. Jumlah pengulangan yang dilakukan oleh atlet yang memiliki kondisi fisik yang kurang akan jauh lebih sedikit bila dibandingkan dengan atlet yang memiliki kondisi fisik yang prima.

Permainan bola basket adalah permainan yang membutuhkan kesiapan fisik yang ekstra. Dengan ukuran lapangan 28m x 15m, dan dimainkan oleh 10 orang di dalam lapangan membuat permainan bola basket ini menuntut untuk dapat bergerak dengan cepat, melakukan transisi dari menyerang ke bertahan maupun sebaliknya dengan cepat, serta memungkinkan terjadinya kontak fisik baik ketika melakukan percobaan memasukkan maupun berusaha mempertahankan agar keranjangnya tidak kemasukkan oleh lawan dan juga yang paling utama adalah dapat mempertahankan kemampuan serta keterampilan secara konsisten selama pertandingan. Untuk itu, kondisi fisik yang prima sangatlah dibutuhkan guna menunjang permainan dilapangan agar dapat bermain dengan sangat maksimal. Dari keempat komponen fisik yang ada yaitu fleksibilitas, kekuatan, kecepatan dan daya tahan, seluruhnya dominan dibutuhkan untuk cabang olahraga basket ini. Seluruh komponen fisik ini harus dipersiapkan dari periode atau tahap awal latihan hingga usia emas atlet.

Asep Hendra Setiawan, 2020

**PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK TIM PUTRA KELOMPOK
USIA 18 TAHUN KLUB BOLA BASKET PATRIOT BEEZERS KABUPATEN BANDUNG**
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Selain harus memiliki fisik yang baik, seseorang yang ingin menjadi pemain basket yang baik penguasaan tekniknya pun harus sudah istimewa. Giriwijoyo (2010, hlm. 314) menjelaskan “Keterampilan teknik ialah kemampuan melakukan gerakan-gerakan ketrampilan suatu cabang olahraga dari mulai gerak ketrampilan yang paling sederhana sampai gerak ketrampilan yang tersulit, termasuk gerak tipu yang termasuk ciri cabang olahraga itu”.

Teknik yang baik serta ditunjang oleh kemampuan fisik yang baik pula merupakan modal bagi seorang pemain untuk dapat berprestasi lebih baik lagi. Kedua komponen tersebut harus dimiliki secara bersamaan oleh setiap pemain. Bagi para pemain yang akan bermain di kompetisi basket tertinggi di Indonesia harus siap secara fisik dan teknik.

Agar dapat menciptakan pemain basket yang baik, harus sudah diketahui kebutuhan apa saja yang harus dipersiapkan untuk setiap tahapan. Pada kenyataannya untuk target pencapaian yang harus dicapai oleh atlet pada setiap tahapan usia, sampai saat ini masih belum ada data yang dapat dijadikan rujukan ataupun patokan target. Sehingga dibutuhkan data untuk dijadikan rujukan ataupun referensi pembanding agar dapat diketahui kebutuhan apa saja yang harus dipenuhi oleh tiap tahapan usia, sehingga bibit muda siap siap memasuki gerbang bola basket professional. Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan pelatih dapat mempersiapkan atletnya sebaik mungkin dan juga atlet dapat mempersiapkan dirinya semaksimal mungkin.

Di Indonesia saat ini bola basket sudah terkenal hingga kedaerah-daerah di seluruh Indonesia. Baik kota atau kabupaten setiap tahunnya selalu mengadakan event untuk mengembangkan bakat atlet-atletnya. Di kabupaten bandung klub bola basket menjadi sarana tempat berlatih anak-anak maupun orang dewasa untuk mengembangkan segala aspek yang di butuhkan untuk bermain bola basket. Di kabupaten bandung terdapat beberapa klub seperti Patriot beezers, mabac, cosmos, dll. Setiap klub selalu memberikan pembinaan sebaik mungkin kepada atlit-atlit nya agar menjadi lebih baik lagi dan dapat bersaing degan klub-klub lainnya. Namun ada satu klub bola basket yang selalu mendominasi di kabupaten bandung dengan segudang prestasi yang di raih setiap tahun nya, yaitu klub Patriot Beezers.

Asep Hendra Setiawan, 2020

PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK TIM PUTRA KELOMPOK USIA 18 TAHUN KLUB BOLA BASKET PATRIOT BEEZERS KABUPATEN BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Selama beberapa tahun klub tersebut menjadi juara di Kabupaten Bandung dan mendominasi di setiap kelompok usianya, terutama untuk kelompok usia 18 tahun yang selalu menjadi tim terbaik di kabupaten Bandung.

Klub Patriot beezers selalu menempatkan target juara, dengan minimal pencapaian memasuki 4 besar dalam kejuaraan yang di ikuti setiap tahunnya. Dari hasil setiap kejuaraan yang di ikuti, pencapaian target yang di peroleh klub selalu di lakukan evaluasi untuk perbaikan dan penguatan terhadap hasil yang di peroleh baik mengevaluasi kekurangan atau kelebihan yang di perhatikan selama kejuaraan.

Kondisi fisik dan keterampilan teknik klub patriot beezers selalu di perhatikan dan di perhitungkan dalam statistik, baik itu statistik individu atau statistik tim nya, dan semua itu dijadikan bahan evaluasi untuk pertandingan selanjutnya.

Berdasarkan uraian yang telah dijelaskan di atas, penulis tertarik untuk meneliti **profil kondisi fisik dan keterampilan teknik tim putra kelompok usia 18 tahun klub bola basket patriot beezers kabupaten Bandung.**

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis mengajukan rumusan masalah adalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah gambaran kondisi fisik pemain tim putra kelompok usia 18 tahun klub Basket patriot beezers?
2. Bagaimanakah gambaran keterampilan teknik pemain tim putra kelompok usia 18 tahun klub Basket patriot beezers?

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah :

1. Memberikan gambaran fisik pemain klub Basket patriot beezers kelompok usia 18 tahun putra.
2. Memberikan gambaran teknik pemain klub Basket patriot beezers kelompok usia 18 tahun putra.

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka diharapkan penulis melalui penelitian ini adalah :

Asep Hendra Setiawan, 2020

PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK TIM PUTRA KELOMPOK USIA 18 TAHUN KLUB BOLA BASKET PATRIOT BEEZERS KABUPATEN BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

1. Secara Teoritis

Untuk memperoleh pemahaman secara teoritis yang pada akhirnya dapat dijadikan sebagai referensi bagi para pelatih maupun atlet bahwa komponen fisik dan teknik sangat penting bagi atlet dalam menjalani suatu pertandingan.

2. Secara Praktik

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dalam memberikan porsi latihan fisik serta teknik sesuai dengan kebutuhan atlet untuk meningkatkan pencapaian prestasi untuk atlet tersebut.

E. Batasan Penelitian

Batasan masalah sangat perlu dinyatakan sebagai pembatasan masalah penelitian itu sendiri agar penelitian lebih terarah dan akan memperoleh suatu gambaran yang jelas. Oleh karena itu, dalam penelitian ini, penulis membatasi masalah sebagai berikut:

1. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang mendata kemampuan fisik dan teknik atlet basket.
2. Sumber data adalah atlet klub bola basket patriot beezers kabupaten bandung putra.
3. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *teknik sampling jenuh*

F. Penjelasan Oprasional

Untuk memudahkan pemahaman terhadap penelitian ini, terdapat ungkapan atau istilah yang perlu dijelaskan. Berikut ini adalah masing-masing istilah tersebut, yaitu:

1. Profil menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah gambaran dan penjelasan mengenai sesuatu sesuai dengan fenomena yang ada.
2. Fleksibilitas menurut Harsono (1988, hlm. 163) adalah kemampuan untuk melakukan gerakan dalam ruang gerak sendi. Kecuali oleh ruang gerak sendi, kelentukan juga ditentukan oleh elastis tidaknya otot-otot, tendon, dan ligament.
3. Kecepatan menurut Harsono (1988, hlm. 216) adalah kemampuan untuk melakukan gerakan-gerakan yang sejenis secara berturut-turut dalam waktu yang sesingkat-singkatnya, atau kemampuan untuk menempuh suatu jarak dalam waktu yang sesingkat-singkatnya.

Asep Hendra Setiawan, 2020

PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK TIM PUTRA KELOMPOK USIA 18 TAHUN KLUB BOLA BASKET PATRIOT BEEZERS KABUPATEN BANDUNG
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

4. Kekuatan menurut Harsono (1988, hlm. 176) adalah kemampuan otot untuk membangkitkan tegangan terhadap suatu tahanan.
5. Daya tahan menurut Harsono (1988, hlm. 155) adalah keadaan atau kondisi tubuh yang mampu untuk bekerja untuk waktu yang lama, tanpa mengalami kelelahan yang berlebihan setelah menyelesaikan pekerjaan tersebut.
6. Keterampilan Teknik menurut kamus istilah olahraga (1981, hlm. 152) adalah cara-cara ketangkasan/keterampilan atau penguasaan dalam melakukannya.

G. Struktur Organisasi Skripsi

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan selanjutnya, maka berikut ini rencana penulis untuk membuat kerangka penulisan yang akan diuraikan berdasarkan sistematika penulisan sebagai berikut :

- BAB I Pendahuluan meliputi latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan penelitian, penjelasan operasional dan struktur organisasi skripsi.
- BAB II Kajian pustaka, kerangka berfikir, dalam kajian pustaka berisikan teori-teori yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu tentang hakikat profil, permainan bolabasket, hakikat fisik, kondisi fisik dalam permainan bolabasket, teknik dalam bolabasket, anggapan dasar.
- BAB III Metode penelitian membahas mengenai metode penelitian, populasi dan sampel, desain penelitian, instrument penelitian, pelaksanaan penelitian, prosedur penelitian.
- BAB IV Hasil penelitian berisi tentang hasil penelitian, analisis data dan diskusi temuan.
- BAB V Kesimpulan dan saran yang membahas kesimpulan hasil penelitian dan saran-saran yang akan diberikan.

Asep Hendra Setiawan, 2020

*PROFIL KONDISI FISIK DAN KETERAMPILAN TEKNIK TIM PUTRA KELOMPOK
USIA 18 TAHUN KLUB BOLA BASKET PATRIOT BEEZERS KABUPATEN BANDUNG*
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu