

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Menurut (Putra, 2014) Olahraga adalah salah peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa kebanggaan nasional khususnya peningkatan kualitas manusia Indonesia dengan pembentukan sportivitas yang tinggi, watak, kepribadian, disiplin, dan rasa percaya diri. Bolabasket adalah olahraga prestasi yang di mainkan secara tim. Teknik dasar bolabasket ada beberapa dasar gerak yang perlu diberikan oleh pelatih, yaitu *dribble* (menggiring bola), *passing* (mengumpan), *shoot* (menembak). *Shoot* (menembak) merupakan segala usaha memasukkan bola ke dalam *ring* (basket) untuk memperoleh *point* atau nilai. Menurut (Wicaksono, 2013) juga menyebutkan bahwa faktor utama yang harus dimiliki oleh tim basket yang handal adalah penguasaan teknik dasar (*fundamentals*), ketahanan fisik (*physical condition*) dan kerjasama. Teknik dasar (*fundamentals*) dalam bolabasket terbagi menjadi beberapa karakteristik seperti yang dijelaskan oleh Sucipto (2010) dalam (Awali, 2018) bahwa bolabasket mengandung beberapa unsur dasar seperti menggiring bola sambil dipantulkan (*dribbling*), melempar (*passing*), menangkap (*catching*) dan menembak (*shooting*). *Shooting* berguna untuk mendapatkan *point* pada permainan

bolabasket. Untuk mendapatkan *point*, atlet harus bisa memasukkan bola kedalam *ring*.

Menurut (Oliver, 2007:18), dalam (Wicaksono, 2013) *Shooting under basket* adalah seorang pemain penyerang melakukan *shooting* di dekat *ring*, pada saat melakukan *dribble drive* lalu melakukan *jump stop shooting* ke arah *ring*, merebut bola *rebound* dari lawan, dan menerima *passing* dari teman. Penggunaan teknik yang benar merupakan salah satu faktor penentu bola itu masuk ke dalam *ring*. Peluang *shooting* pada jarak jauh mempunyai tingkat keakuratan lebih kecil dari pada *shooting* jarak dekat. *Shooting* jarak dekat atau lebih dikenal dengan sebutan *underbasket* memiliki peluang lebih besar untuk masuk. Dalam *Shooting* memerlukan teknik BEEF ialah konsep penting ketika ingin melakukan *Shooting*. BEEF terdiri dari *Balance*, *Eye*, *Elbow*, dan *Follow Through*.

Pada dasarnya bolabasket adalah olahraga yang membutuhkan tingkat konsentrasi yang tinggi, misalnya untuk memecahkan strategi lawan ataupun untuk mendapatkan *point*. *Shooting* memerlukan tingkat konsentrasi tinggi, karena berkaitan dengan ketepatan pada saat atlet melakukan gerakan menembak. Menurut (Priambodo, 2010:7) dalam (Wicaksono, 2013), Konsentrasi adalah terpusatnya pikiran terhadap suatu objek atau sasaran tertentu. Konsentrasi yang baik akan sangat berguna bagi atlet baik pada saat

latihan ataupun pertandingan untuk memecahkan strategi lawan dan menambah *point* untuk timnya sendiri.

Menurut (Sajoto,1995:9) dalam (Khairul, Iqbal dan Abdurrahman, 2015) menjelaskan pengertian keseimbangan (*balance*) adalah keahlian seseorang dalam mengontrol organ syaraf otot yang ada di dalam tubuhnya. Keseimbangan juga dapat diartikan sebagai keterampilan yang bisa digunakan untuk mengontrol pusat massa tubuh (*center of mass*) atau pusat gravitasi (*center of gravity*) terhadap bidang tumpu (*base of support*). Keseimbangan juga menggunakan berbagai gerakan disetiap segmen tubuh dengan didukung oleh muskuloskeletal dan bidang tumpu. Keterampilan untuk mensejajarkan masa tubuh dengan bidang tumpu akan membuat manusia mampu untuk melakukan berbagai aktifitas secara efektif dan efisien. Semua tembakan menggunakan mekanisme keseimbangan yang ada di dalam BEEF (*Balance, Eye, Elbow, Follow Through*). B (*Balance*) Keseimbangan gerakan yang selalu dimulai dari menekuk lutut serta mengatur tubuh dalam posisi seimbang. E (*Eye*) Fokus pada *ring* dan bola di pegang di atas mata agar *shooting* menjadi akurat (letak *ring*). E (*Elbow*) siku lengan membentuk huruf L, lengan tetap vertical dan pertahankan posisi siku. F (*Follow Through*) gerakan lengan, jari-jari, dan pergerakan tangan mengikuti bola ke arah *ring*. Selain keseimbangan, *shooting* juga membutuhkan konsentrasi untuk ketepatan bola.

Bolabasket di mainkan oleh dua tim yang terdiri dari lima orang yang saling bertanding. Dengan tujuan memasukan bola ke dalam *ring*, tim yang terbanyak memasukan bola ke dalam *ring* akan keluar sebagai pemenang. Olahraga bolabasket yang paling banyak digemari oleh kalangan remaja khususnya pelajar SMP dan SMA. Dengan adanya suatu kompetisi atau pertandingan, akan memunculkan atlet-atlet yang berkualitas.

Di Madura khususnya Kabupaten Sumenep banyak atlet yang belum menguasai teknik dasar dengan baik. Mereka hanya sekedar bermain dan kurang memahami teknik dasar bolabasket. Dalam permainan bolabasket *shooting under basket* sangat mutlak dibutuhkan. *Shooting under basket* sangat mudah dilakukan karena mencetak poin dari bawah *ring*. Maka dari itu seorang atlet harus mempunyai persentase memasukan bola dari bawah *ring* dengan baik dan benar. Seorang *shooter* yang baik adalah atlet yang harus melakukan latihan *shooting* sebanyak mungkin dengan memperhatikan teknik dasar keseimbangan BEEF dan konsentrasi target *ring* yang di pantulkan ke arah papan untuk memasukan bola ke dalam *ring* (Kosasih 2018:48).

Untuk melatih *shooting under basket* setiap atlet harus memahami teknik dasar. Menurut (Kosasih, 2008) dalam *shooting* agar mendapatkan persentase masuk yang baik, atlet harus melakukan *shooting under basket* dari sisi kanan dan kiri *ring* menghadap ke sudut 45° *ring* untuk

mendapatkan sudut pantulan yang sempurna. Dengan prinsip 3D (*Do it right, Do it quickly, dan Do it at the right time*).

Taruna adalah tim bolabasket yang berada di Kabupaten Sumenep. Tim ini didirikan pada tanggal 01 Oktober 1962. Bertempat di Lapangan Basket yang berada di Batuan. Pelatih Taruna Sumenep adalah William Susanto yang sudah berlisensi C daerah jawa timur. Pada saat melakukan sesi latihan masih ada atlet yang datang terlambat itu akan mengakibatkan latihan terganggu, ada sebagian kecil atlet yang kurang serius saat melakukan latihan pada saat pelatih mereka memberikan arahan. Masih ada pemain yang bercanda saat melakukan latihan teknik dasar *shooting under basket*. Akibatnya ada atlet Taruna Sumenep yang *shooting under basket* nya kurang baik terutama di posisi *balance*, posisi siku, posisi jari jari, bola tidak berada di atas kepala, dan tidak melakukan *follow through*. Terkadang para atlet melakukan *shooting under basket* dengan banyak gaya sehingga menyebabkan bola tidak masuk. Kondisi fisik yang berbeda dan postur tubuh yang tidak rata atau tinggi setiap pemain berbeda menyebabkan tingkat memasukan bola ke dalam ring. Masih terlihat atlet bolabasket di Taruna Sumenep ketika melakukan *shooting* dorongan tangannya kurang kuat, konsentrasi kurang, dan posisi kaki ketika melompat tidak seimbang dalam melakukan *shooting*. Dari pengamatan peneliti ternyata belum pernah dilakukan penelitian tentang hubungan tingkat konsentrasi dan keseimbangan terhadap *shooting under basket* klub Taruna Sumenep.

Hasil pengamatan saat berada di lapangan, Kondisi lapangan di klub Taruna sumenep sedikit berlubang akibat hujan. Jika terjadi hujan lapangan akan tergenang air dan berlumut. Kondisi ring yang saya amati sedikit bengkok ke bawah akibat dari sering nya di gunakan dan belum adanya renovasi ring.

Dari data di atas, maka peneliti tertarik untuk mengambil penelitian ini hanya membahas terkait konsentrasi terhadap hasil *shooting under basket* dan Penelitian ini hanya membahas terkait keseimbangan terhadap hasil *shooting under basket*. Dengan judul “Hubungan Tingkat Konsentrasi Dan Keseimbangan Terhadap *Shooting Under Basket* Klub Taruna Sumenep”.

B. IDENTIFIKASI MASALAH

Peneliti dapat mengidentifikasi beberapa masalah penelitian yang perlu mendapatkan kajian lebih lanjut, yaitu:

1. Kondisi lapangan sudah sedikit berlubang,
2. kondisi besi *ring* sudah mulai membengkok ke bawah.
3. Masih ada pemain yang bercanda saat melakukan latihan teknik dasar *shooting under basket*.
4. Terkadang para atlet melakukan *shooting under basket* dengan banyak gaya sehingga menyebabkan bola tidak masuk.
5. Kondisi fisik dan postur tubuh setiap atlet berbeda atau tidak merata.
6. Penelitian ini hanya membahas terkait konsentrasi terhadap hasil *shooting under basket*.

7. Penelitian ini hanya membahas terkait keseimbangan terhadap hasil *shooting under basket*
8. Di klub Taruna belum ada mahasiswa yang meneliti tentang Hubungan Tingkat Konsentrasi Dan Keseimbangan Terhadap *Shooting Under Basket* Klub Taruna Sumenep.

C. BATASAN MASALAH

Keterbatasan dana, tenaga dan pada saat ini covid19 yang berkembang di Indonesi maka perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup dari penelitian ini menjadi jelas, yaitu:

1. Penelitian ini hanya membahas terkait konsentrasi terhadap hasil *shooting under basket*.
2. Penelitian ini hanya membahas terkait keseimbangan terhadap hasil *shooting under basket*.

D. RUMUSAN MASALAH

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut

1. Apakah ada hubungan tingkat konsentrasi dan keseimbangan terhadap *shooting underbasket* klub Taruna Sumenep?
2. Seberapa besar hubungan tingkat konsentrasi dan keseimbangan terhadap *shooting underbasket* klub Taruna Sumenep?

E. TUJUAN PENELITIAN

Dari rumusan masalah yang kami uraikan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat konsentrasi dan keseimbangan terhadap *shooting under basket* klub Taruna Sumenep.
2. Untuk mengetahui seberapa besar hubungan tingkat konsentrasi dan keseimbangan terhadap *shooting under basket* klub Taruna Sumenep.

F. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi pelatih :ketika latihan, pelatih tidak perlu melakukan latihan teknik dasar baru, karena sudah ada Peneliti yang memberikan pembelajaran teknik dasar *shooting under basket*.
2. Bagi atlet : atlet dapat menguasai teknik *shooting under basket* dan dapat memasukan bola ke dalam keranjang/ring
3. Bagi klub : klub dapat meraih prestasi dalam ajang pertandingan bolabasket.

G. DEFINISI OPERASIONAL

Under basket adalah pemain yang melakukan *shooting* di dekat *ring*. Dalam *shooting* teknik BEEF dapat menentukan masuknya bola ke arah *ring*.

Bolabasket adalah yang dimainkan oleh sepuluh orang yang berada di dalam lapangan. Basket dapat dimainkan di lapangan tertutup atau lapangan terbuka.

Konsentrasi adalah atlet harus memberikan perhatian khusus atau secara penuh pada latihan atau saat pertandingan. Keseimbangan di dalam olahraga bolabasket sangat penting karena tanpa adanya keseimbangan seorang atlet akan muda terjatuh. Dibutuhkan kuda-kuda yang sangat baik untuk melakukan keseimbangan di dalam *shooting* bolabasket.

