**BAB I**

**PENDAHULUAN**

1. **LatarBelakangMasalah**

Hakekat olahraga merupakan kegiatan fisik yang mengandung sifat permainan dan berisi perjuangan melawan diri sendiri atau dengan orang lain atau konfrontasi dengan unsur-unsur alam. Kegiatan olahraga meliputi gaya pertandingan, maka kegiatan itu harus dilaksanakan dengan semangat atau jiwa sportif. Pada olahraga kelompok mendorong manusia saling bertanding dalam suasana kegembiraan dan kejujuran.

Olahraga memberi kemungkinan pada tercapainya rasa saling mengerti danmenimbulkan solidaritas serta tidak mementingkan diri sendiri. Olahraga juga dapat dijadikan alat pemersatu. Selain itu olahraga juga dapat membuat tubuh seseorang menjadi sehat jasmani dan rohani yang akhirnya akan membentuk manusia yang berkualitas. Mengingat pentingnya peranan olahraga dalam kehidupan manusia, juga dalam usaha ikut serta memajukan manusia Indonesia berkualitas, maka pemerintah Indonesia mengadakan pembinaan dan pengembangan di bidang olahraga, seperti mengadakan pertandingan-pertandingan olahraga yang biasanya diikuti oleh para olahragawan.

Olahraga Bola Basket pertama kali dikenalkan di negara Amerika Serikat pada tahun 1892 dari sebuah sekolah pelatihan fisik. Pada awalnya permainan Bola Basket dimasuksudkan sebagai kegiatan rekreasi saja, dengan sedikit peraturan dan ketentuan. Satu abad kemudian olahraga tersebut telah dimainkan dan dinikmati oleh masyarakat diseluruh dunia

Kemampuan dasar dari permainan bola basket adalah menangkap, melempar atau mengoper, menggiringi (mendribel), dan menembakkan bola ke bagian dalam ring jala lawan dan hal ini bisa dilakukan dengan mudah oleh hampir semua pemula.

Permainan bola basket ini dapat dimainkan oleh laki-laki dan perempuan. Permainan bola basket juga telah mengadaptasikan diri atau disesuaikan dari tingkat untuk anak kecil sampai untuk para pemain yang duduk di kursi roda.

Basket dianggap sebagai olahraga unik karena diciptakan secara tidak sengaja oleh seorang guru olahraga. Pada tahun 1891, Dr. [James Naismith](http://id.wikipedia.org/wiki/James_Naismith), seorang guru Olahraga asal [Kanada](http://id.wikipedia.org/wiki/Kanada) yang mengajar di sebuah perguruan tinggi untuk para siswa profesional di YMCA (sebuah wadah pemuda umat Kristen) di Springfield, [Massachusetts](http://id.wikipedia.org/wiki/Massachusetts), harus membuat suatu permainan di ruang tertutup untuk mengisi waktu para siswa pada masa liburan musim dingin di [New England](http://id.wikipedia.org/wiki/New_England). Terinspirasi dari permainan yang pernah ia mainkan saat kecil di Ontario,Naismith menciptakan permainan yang sekarang dikenal sebagai bola basket pada 15 Desember 1891.

Pertandingan resmi bola basket yang pertama, diselenggarakan pada tanggal [20 Januari](http://id.wikipedia.org/wiki/20_Januari) [1892](http://id.wikipedia.org/wiki/1892) di tempat kerja Dr.James Naismith.Basket adalah sebutan yang diucapkan oleh salah seorang muridnya. Olahraga ini pun menjadi segera terkenal di seantero Amerika Serikat. Penggemar fanatik ditempatkan di seluruh cabang di Amerika Serikat. Pertandingan demi pertandingan pun segera dilaksanakan di kota-kota di seluruh [negara](http://id.wikipedia.org/wiki/Negara) bagian Amerika Serikat.

Bola basket adalah [olahraga](http://id.wikipedia.org/wiki/Olahraga) bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan [bola](http://id.wikipedia.org/wiki/Bola) ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup dan hanya memerlukan lapangan yang relatif kecil. Selain itu, bola basket mudah dipelajari karena bentuk bolanya yang besar, sehingga tidak menyulitkan pemain ketika memantulkan atau melempar bola tersebut.

Bola basket adalah olahraga permainan yang menggunakan bola besar yang dimainkan dengan tangan. Bola boleh dioper (dilempar ke teman), boleh dipantulkan ke lantai (di tempat maupun sambil jalan) dan tujuannya adalah memasukan bola ke basket (keranjang) lawan. Permainan dilakukan oleh dua regu, masing-masing regu terdiri dari 5 pemain. Setiap regu berusaha memasukan bola ke keranjang lawan dan menjaga (mencegah) keranjangnya sendiri kemasukan sedikit mungkin.

Permainan bola basket merupakan olahraga yang cukup digemari dan mulai memasyarakat di kalangan umum. Dewasa ini olahraga bola basket berkembang dengan pesat, hal ini dapat dibuktikan dengan makin banyak berdirinya klub atau kegiatan di lingkungan sekolah dan juga banyak diselenggarakannya kejuaraan bola basket yang bersifat daerah, nasional dan internasional. Bola basket adalah olahraga untuk semua orang. Walaupun bola basket adalah olahraga yang kebanyakan.

Bola basket adalah olahraga untuk semua orang. Walaupun bola basket adalah olahraga yang kebanyakan dimainkan oleh anak muda dengan pemain terbanyak pria remaja, namun bola basket dimainkan oleh pria maupun wanita dari segala usia dan ukuran tubuh bahkan oleh mereka yang cacat. Jenis olahraga ini melibatkan banyak orang. Walaupun bola basket ditemukan sebagai olahraga dalam ruangan (indoor sport), namun sekarang dimainkan baik di dalam maupun luar ruangan.

Perlu diketahui bahwa kemampuan shooting dalam bola basket, tanpa di dukung oleh beberapa unsur yang menunjang, dan salah satu yang paling dominan adalah unsure kemampuan fisik. Hal ini disebabkan karena tanpa kemampuan fisik yang baik maka pelaksanaan teknik kemampuan shooting akan ditampilkan secara sempurna.

Kemampuan fisik yang dimaksud terutama ditekankan pada bagian tubuh yang memiliki peranan penting dalam kemampuan shooting seperti unsur fisik kekuatan otot tungkai, kelentukan pergelangan tangan dan tinggi badan merupakan hal yang sangat penting dalam melakukan shooting.

Kekuatan otot tungkai dibutuhkan saat melompat kemudian melakukan shooting dan bertumpu dengan kaki. Secara otomatis, tungkai yang digunakan untuk bertumpu harus memiliki kekuatan otot yang baik agar dapat menopang tubuh saat melakukan kemampuan shooting. Kekuatan otot tungkai sangat penting dalam permainan bola basket, karena gerakan-gerakan yang dilakukan untuk melakukan shooting secara cepat dan tepat memerlukan kekuatan otot tungkai untuk mengantisipasi bola.

Berdasarkanlatarbelakangdiatas, makapenulisuntukmengangkatmembahaspenelitianlebihlanjutmengenaijudultesis “Pengaruh kekuatan otot tungkai, kelentukan pergelangan tangan dan tinggi badan terhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar”.

1. **RumusanMasalah**

Berdasarkanlatarbelakangmasalahdiatasmakamasalahpenelitianini dapat dirumuskansebagaiberikut:

* 1. Apakahadapengaruh langsung kekuatan otot tungkai terhadap tinggi badan pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar ?
	2. Apakahadapengaruh langsung kelentukan pergelangan tanganterhadap tinggi badan pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar?
	3. Apakahadapengaruh langsung kekuatan otot tungkai terhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basketpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar?
	4. Apakah ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tanganterhadap kemampuan kemampuan shooting dalam permainan bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar ?
	5. Apakah ada pengaruh langsung tinggi badan terhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basket pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar?
	6. Apakah ada pengaruhkekuatan otot tungkai terhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basketmelalui tinggi badan pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar?
	7. Apakah ada pengaruhkelentukan pergelangan tanganterhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basketmelalui tinggi badan pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar ?
1. **TujuanPenelitian**

Berdasarkandarilatarbelakangmasalahdanrumusanmasalah yang telahdikemukakan di atas, makapenelitianinibertujuan:

* 1. Untuk mengetahui apakahadapengaruh langsung kekuatan otot tungkai terhadap tinggi badanpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
	2. Untuk mengetahui apakahadapengaruh langsung kelentukan pergelangan tangan terhadap tinggi badanpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
	3. Untuk mengetahui apakahadapengaruh langsung kekuatan otot tungkaiterhadap kemampuan shooting pada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
	4. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung kelentukan pergelangan tanganterhadap kemampuan shootingdalam permainan bola basketpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
	5. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh langsung tinggi badan terhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basketpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
	6. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh kekuatan otot tungkaiterhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basketmelalui tinggi badanpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
	7. Untuk mengetahui apakah ada pengaruhkelentukan pergelangan tanganterhadap kemampuan shooting dalam permainan bola basket melalui tinggi badanpada siswa SMA Negeri 1 Campalagian Kab. Polewali Mandar.
1. **ManfaatHasilPenelitian**

PenelitianinidiharapkandapatmemberikanmanfaatberupapengembangandanpembinaanolahragaBola basket khususnya kemampuan shootingdalamusahapencapaianprestasi yang lebihtinggi.Untukitumanfaathasilpenelitianiniadalahsebagaiberikut:

* + - 1. Sebagai bahan acuan dalam memberikan informasi kepada pelatih dan pembinaan atlet tentang kemampuan shooting dalam permainan bola basket.
			2. Diharapkan dapat dimanfaatkan dan disempurnakan sebagai informasi ilmiah dan bahan perbandingan bagi peneliti yang lain.
			3. Kepada pembina olahraga diharapkan dapat menjadi pedoman dalam penentuan, pemilihan atlet-atlet bola basket yang akan dipersiapkan dan dibina untuk mengembangkan prestasi yang lebih tinggi.