



## **PROFIL SEKOLAH BOLA BASKET SEHATI SEMARANG**

### **SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan

Oleh

Fredi Suwijaya

6301409073



**JURUSAN PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN  
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG  
2016**

## ABSTRAK

**Fredi Suwijaya**, Profil Sekolah Bola Basket Sehati Semarang. Skripsi, Program Studi Pendidikan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang, Pembimbing Utama Priyanto, S.Pd.,M.Pd, dan Pembimbing Pendamping Sungkowo, S.Pd.,M.Pd.

**Kata kunci:** Profil, Sekolah Bola Basket, Sehati.

Profil didalam kasus ini adalah sebagai grafik atau ikhtisar yang memberikan fakta tentang hal-hal khusus. Jadi profil yang dijelaskan disini adalah fakta tentang sekolah bola basket Sehati Semarang. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui bagaimana manajemen dari sekolah bola basket Sehati Semarang itu sendiri dan berbagai faktor pendukung serta faktor penghambat yang ada.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif dengan analisis kualitatif. Sasaran penelitian ini difokuskan pada pembinaan prestasi bola basket pada sekolah bola basket Sehati Semarang. Instrumen dalam penelitian ini adalah observasi dengan check-list, pedoman wawancara dan pedomen dokumentasi.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa manajemen Sekolah Bola Basket Sehati sudah cukup terorganisasi dengan baik. Faktor pendukung seperti sarana dan prasarana sudah cukup baik pengelolaannya. Faktor penghambat sudah diupayakan untuk diatasi guna menunjang program latihan.

Saran untuk Sekolah Bola Basket Sehati adalah supaya mengagendakan secara rutin pertemuan pengurus untuk berkoordinasi dan mengelola dengan baik fasilitas yang tersedia guna menunjang kesuksesan program latihan.

## PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini, Saya :

Nama : Fredi Suwijaya  
NIM : 6301409073  
Jurusan/Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Judul Skripsi : Profil Sekolah Bola Basket Sehati Semarang

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi ini hasil karya saya sendiri dan tidak menjiplak (plagiat) karya ilmiah orang lain, baik seluruhnya maupun sebagian. Bagian tulisan dalam skripsi ini yang merupakan kutipan dari karya ahli atau orang lain, telah diberi penjelasan sumbernya sesuai dengan tata cara pengutipan.

Apabila pernyataan saya ini tidak benar maka saya bersedia menerima sanksi akademik dari Universitas Negeri Semarang dan sanksi hukum sesuai ketentuan yang berlaku di wilayah negara Republik Indonesia.

Semarang, 18 Februari 2016

Yang menyatakan,


Fredi Suwijaya

NIM 6301409073

## PENGESAHAN

Skripsi atas nama Fredi Suwijaya NIM 6301409073 Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga Judul Profil Sekolah Bola Basket Sehat Semarang telah dipertahankan dihadapan sidang Panitia Penguji Skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang pada hari Rabu, tanggal 18 Februari 2016

### Panitia Ujian

Ketua



Prof. Dr. Nandiyo Rahayu M.Pd  
NIP. 19196103201984032002

Sekretaris

Drs. Tri Tunggal Setiawan M.Kes  
NIP. 196803021997021001

### Dewan Penguji

1. Drs. Margono M.Kes (Ketua)  
NIP. 196012101986011001

2. Priyanto S.Pd M.Pd (Anggota)  
NIP. 198006192005011002

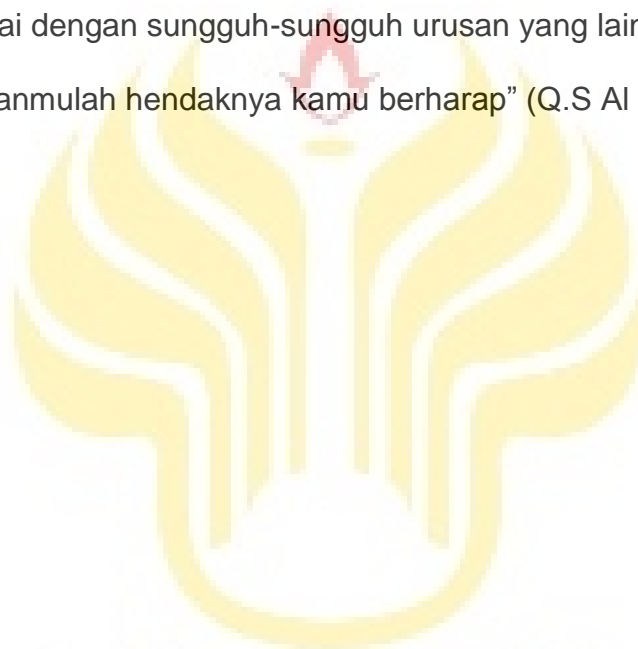
UNIVERSITAS NEGERI SEMARANG

3. Sungkowo S.Pd M.Pd (Anggota)  
NIP. 198002252009121004

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

### Motto

“ sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan, maka apabila kamu selesai dengan sungguh-sungguh urusan yang lain, dan hanya kepada tuhanmulah hendaknya kamu berharap” (Q.S Al Insyirah : 6-8)



### Persembahan

Skripsi ini ku persembahkan kepada:

- Ibuku Sumardiyati
- Bapaku Suparno
- Kakakku Didik, Hendra, dan Budi yang selalu memotivasi

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT atas limpahan rahmat dan hidayah-Nya sehingga skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi yang berjudul “Profil Sekolah Bola Basket Sehati Semarang”, disusun untuk melengkapi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang.

Skripsi ini dapat terselesaikan dengan bantuan berbagai pihak, oleh karena itu saya mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dosen Pembimbing 1, Bapak Priyanto, S.Pd, M.Pd atas bimbingan, arahan, serta masukan dalam penyusunan skripsi ini.
2. Dosen Pembimbing 2 , Bapak Sungkowo, S.Pd., M.Pd, yang telah memberikan nasihat dan motivasi dalam penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak dan Ibu Dosen Jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga atas bekal ilmu pengetahuan yang diberikan selama di bangku kuliah
4. Staf TU jurusan Pendidikan Kepeleatihan Olahraga dan seluruh staf TU FIK Unnes yang telah membantu dalam segala urusan administrasi dan surat ijin penelitian.
5. Sekolah Bola Basket Sehati Semarang atas pemberian ijin melaksanakan penelitian.
6. Yance Chan selaku Direktur dari Sehati yang telah memberikan banyak informasi dan masukan.

7. Coach Hengky yang telah banyak membantu dalam melaksanakan penelitian.
8. Keluarga tercinta yang telah memberikan doa, dukungan, motivasi dan bantuan yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini.
9. SMK Bhakti Praja Talang yang telah memberikan saya ijin untuk tidak melaksanakan kegiatan belajar mengajar demi menuntaskan studi saya di Universitas Negeri Semarang.
10. Sahabat – sahabatku dan teman-teman kost “Jakwier Kost” atas dukungan dan motivasi yang telah diberikan selama penyusunan skripsi ini.
11. Teman–teman Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga angkatan 2009 atas bantuan dan motivasi dalam penyusunan skripsi ini.
12. Semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu atas segala bantuan.

Semoga amal baik dari semua pihak mendapatkan pahala yang berlipat ganda dari Allah SWT. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga masukan dan kritikan yang membangun sangat diharapkan guna penyempurnaan karya selanjutnya. Semoga skripsi ini bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan.

Semarang, Februari 2016

Peneliti

## DAFTAR ISI

	Halaman
JUDUL .....	i
ABSTRAK .....	ii
PERNYATAAN.....	iii
PENGESAHAN .....	iv
MOTTO DAN PERSEMBAHAN .....	v
KATA PENGANTAR .....	vi
DAFTAR ISI .....	vii
DAFTAR TABEL .....	x
DAFTAR GAMBAR .....	xi
DAFTAR LAMPIRAN .....	xii
<b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
1.1 Latar Belakang Masalah .....	1
1.2 Fokus Masalah .....	5
1.3 Pertanyaan Penelitian .....	5
1.4 Tujuan Penelitian .....	6
1.5 Manfaat Penelitian .....	6
<b>BAB II KAJIAN PUSTAKA</b>	
2.1 Kajian Pustaka.....	7
2.1.1 Manajemen.....	7
2.1.2 Faktor-faktor dalam proses pembinaan .....	27
2.2 Kerangka Konseptual .....	34
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
3.1 Pendekatan Penelitian.....	36
3.2 Lokasi dan Sasaran Penelitian .....	36
3.2.1 Populasi.....	37



3.2.2 Sampel .....	37
3.3 Instrumen dan Metode Pengumpulan Data .....	37
3.3.1 Instrumen Penelitian .....	37
3.3.2 Metode Pengumpulan Data .....	38
3.4 Pemeriksaan Keabsahan Data .....	40
3.4.1 Obyektivitas .....	40
3.4.2 Keabsahan Data .....	40
3.5 Analisis Data .....	42
3.5.1 Tinjauan Analisis .....	42
3.5.2 Bentuk dan Cara Melakukan Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN</b>	
4.1 Hasil Penelitian .....	44
4.1.1 Profil Sekolah Bola Basket Sehati Semarang .....	44
4.1.2 Pelaksanaan Pola Pembinaan .....	46
4.1.3 Organisasi .....	47
4.1.4 Sarana dan Prasarana .....	48
4.1.5 Pendanaan .....	48
4.1.6 Program Latihan .....	48
4.1.7 Pelatih .....	49
4.1.8 Atlet .....	49
4.1.9 Prestasi .....	49
4.2 Pembahasan .....	50
<b>BAB V SIMPULAN DAN SARAN</b>	
5.1 Simpulan .....	55
5.2 Saran .....	55
<b>DAFTAR KEPUSTAKAAN .....</b>	<b>57</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>59</b>

## DAFTAR TABEL

	<b>Halaman</b>
Tabel 1 Matriks Pengumpulan Data.....	39
Tabel 2 Tabel Prestasi .....	50



## DAFTAR GAMBAR

	<b>Halaman</b>
Gambar 1 Skema Tujuan Organisasi.....	11
Gambar 2 Bentuk Bagan Organisasi .....	12
Gambar 3 Siklus Kepribadian Atlit .....	15
Gambar 4 Gambar Lapangan Bola Basket.....	27
Gambar 5 Gambar Ring Bola Basket.....	28
Gambar 6 Skema Motivasi.....	32
Gambar 7 Kerangka Konseptual.....	35
Gambar 8 Skema Analisis Data.....	43

## DAFTAR LAMPIRAN

	<b>Halaman</b>
Lampiran 1 Surat Usulan Dosen Pembimbing .....	60
Lampiran 2 Surat Penetapan Dosen Pembimbing .....	61
Lampiran 3 Pedoman Wawancara .....	62
Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian .....	63
Lampiran 5 Surat Bukti Telah Melakukan Penelitian .....	64
Lampiran 6 Dstruktur Organisasi Sehati .....	65
Lampiran 7 Struktur Kerja Sehati .....	66
Lampiran 8 Program Pembinaan .....	67
Lampiran 9 Surat Kenaikan SPP Sehati .....	71
Lampiran 10 Dokumentasi .....	72



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara besar yang memiliki banyak sekali kebudayaan dan adat istiadat. Populasi penduduk yang padat. Tidak sulit menemukan perbedaan adat istiadat di setiap daerah atau masyarakat. Dengan kebudayaan yang unik, Indonesia dikenal oleh negara lain. Banyak kerjasama diberbagai bidang yang dilakukan Indonesia dengan negara lain. Mulai dari kerjasama bidang pendidikan, wisata sampai olahraga.

Olahraga merupakan salah satu kegiatan yang menjadi pemersatu negara-negara di dunia. Banyak sekali event olahraga yang dijadikan ajang pertemuan atau berkunjung antar negara, sehingga olahraga dijadikan tujuan nasional diberbagai negara. Seperti yang diungkapkan oleh Sentosa Sembiring (2008:48) olahraga merupakan bagian dari proses dan pencapaian tujuan pembangunan nasional sehingga keberadaan dan peranan olahraga dalam kehidupan bermasyarakat, berbangsa dan bernegara harus ditempatkan pada kedudukan yang jelas dalam sistem hukum nasional. Di Indonesia, olahraga ditempatkan dalam tujuan pembangunan nasional. Lembaga tertinggi yang menaungi olahraga di Indonesia adalah Menteri Pemuda dan Olahraga (MENPORA).

Menteri Pemuda dan Olahraga (MENPORA) merupakan lembaga tertinggi yang menaungi olahraga dan pemuda-pemuda di Indonesia. Lembaga yang mulai ada sejak tahun 2004 menunjukkan keseriusan Indonesia dalam memajukan prestasi olahraga dan pemuda di Indonesia. Adyaksa Dault adalah

orang pertama yang memimpin lembaga ini.pada tahun 2009 Menpora bergantipemimpin seiring dengan bergantinya periode kepemimpinan di negara ini. Andi Malarangeng adalah orang kedua yang memimpin Menpora, namun tidak sampai selesai masa tugasnya, beliau diganti oleh Roy Suryo (<http://kemenpora.go.id/index/profil>, diunduh 5 Mei 2013). Menpora menaungi lembaga olahraga tertinggi di Indonesia. Yaitu KONI.

Komite Olahraga Negara Indonesia(KONI) adalah lembaga otoritas keolahragaan di Indonesia. Sejarah panjang KONI dimulai sebelum Indonesia merdeka. Mulai dari masa kependudukan Belanda, masa kependudukan Jepang sampai masa kemerdekaan. Titik balik KONI lahir pada tanggal 31 desember 1966 yang diketuai Sri Sultan Hamengkubuwono IX. Baru pada tahun 1999 KONI secara resmi mulai bertugas sebagai satu-satunya komite olahraga di Indonesia.saat ini KONI dipimpin oleh Tono Suratman (<http://www.koni.or.id/>, diunduh 5 Mei 2013). KONI memiliki anggota-anggota yang dinamakan PB (Pengurus Besar) cabang olahraga. Salah satunya adalah Pengurus Besar Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PB PERBASI).

Persatuan Bola Basket Seluruh Indonesia (PERBASI) adalah oragnisasi yang mengatur kegiatan olahraga bola basket atau segala sesuatu tentang perbasketan di Indonesia. PERBASI berdiri pada tanggal 23 Oktober 1952 dimana Toni Wen dan Wim Latumeten diminta oleh Maladi yang saat itu menjabat sebagai Sekretaris Komite Olimpiade Indonesia (KOI). Sekarang PERBASI berkantor pusat di Jakarta dengan ketua umum Anggito Abimanyu ([http://id.m.wikipedia.org/wiki/Persatuan\\_Bola\\_Basket\\_Seluruh\\_Indonesia](http://id.m.wikipedia.org/wiki/Persatuan_Bola_Basket_Seluruh_Indonesia), diunduh 18 Maret 2015).

Bola basket adalah olahraga bola berkelompok yang terdiri atas dua tim beranggotakan masing-masing lima orang yang saling bertanding mencetak poin dengan memasukkan bola ke dalam keranjang lawan. Bola basket sangat cocok untuk ditonton karena biasa dimainkan di ruang olahraga tertutup. Selain itu, permainan bola basket juga lebih kompetitif karena tempo permainan cenderung lebih cepat jika dibandingkan dengan olahraga bola yang lain, seperti voli dan sepak bola. Ada 3 posisi utama dalam bermain basket, yaitu : 1) Forward, pemain yang tugas utamanya adalah mencetak poin dengan memasukkan bola ke keranjang lawan, 2) Defense, pemain yang tugas utamanya adalah menjaga pemain lawan agar pemain lawan kesulitan memasukkan bola, dan 3) Playmaker, pemain yang menjadi tokoh kunci permainan dengan mengatur alur bola dan strategi yang dimainkan oleh rekan-rekan setimnya.

Bola basket adalah salah satu olahraga yang paling digemari oleh penduduk Amerika Serikat dan penduduk di belahan bumi lainnya, antara lain di Amerika Selatan, Eropa Selatan, Lithuania, dan juga di Indonesia. Banyak kompetisi bola basket yang diselenggarakan setiap tahun, seperti British Basketball League (BBL) di Inggris, National Basketball Association (NBA) di Amerika, dan National Basketball League (NBL) di Indonesia.

Bola basket mengalami perkembangan sangat pesat dari waktu ke waktu. Bola basket merupakan olahraga elit yang dimainkan mulai dari sekolah-sekolah hingga ke universitas. Selain untuk meningkatkan prestasi atlet basket juga ikut serta mengharumkan nama bangsa dan negara.

Salah satu cara yang perlu ditempuh dalam usaha meningkatkan prestasi bola basket dengan cara melakukan pembinaan. Pembinaan olahraga prestasi bola basket membutuhkan waktu yang panjang, terprogram dan dimulai dari usia

dini. Untuk melakukan suatu pembinaan diperlukan suatu wadah atau organisasi yang dapat membina pemain sehingga menjadi pemain yang handal. Selain itu adanya sarana dan prasana atau fasilitas yang mendukung terlaksananya latihan yang sistematis dan kontinyu, dan hal yang paling penting lainnya adalah pendanaan merupakan faktor pokok untuk terlaksananya tujuan pembinaan olahraga.

Berdasarkan hal tersebut diatas penulis tertarik untuk meneliti salah satu organisasi atau pembinaan bola basket yang ada di Jawa Tengah tepatnya di kota Semarang yaitu Sekolah Bola Basket Sehati Semarang. SBB Sehati Semarang telah terorganisir, mempunyai program kerja dan program pembinaan, sarana dan prasarana, anak didik (atlet). Sekolah Bola Basket Sehati Semarang telah mempunyai dan mendapatkan nama yang baik di tingkat lokal dan daerah tingkat Jawa Tengah. Adapun setelah melakukan penelitian adalah untuk mengetahui manajemen dan proses pembinaan prestasi atlet bola basket di Sekolah Bola Basket Sehati Semarang.

Keanggotaan atau atlet Sekolah Bola Basket Sehati Semarang telah mempunyai kepengurusan, pelatih dan atlet dari kelompok umur anak-anak. Sarana yang dimiliki Sekolah Bola Basket Sehati Semarang adalah dua buah gedung (*indoor*), sekretariat organisasi, serta pendukung lainnya. Program latihan yang diterapkan dalam pembinaan Sekolah Bola Basket Sehati Semarang telah terbentuk. Dalam pemberian program latihan, atlet diberikan program latihan yang mencakup latihan teknik, latihan fisik, latihan taktik dan latihan mental. Tidak sedikit dari jebolan Sekolah Bola Basket Sehati Semarang yang menjadi atlet berbakat dan berprestasi ketika dewasa.



Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti Sekolah Bola Basket Sehati Semarang. Bagaimana klub ini bisa eksis dan berprestasi di kawasan regional Jawa Tengah. Apakah karena bakat atlet yang didapat berkualitas atau sistem pembinaan yang terkontrol dengan baik atau kondisi manajemen yang kondusif atau kualitas tinggi dari masing-masing pelatih atau semuanya saling berkaitan? Maka peneliti membuat judul “Profil Sekolah Bola Basket Sehati Semarang”

## **1.2 Fokus Masalah**

Penelitian pasti memiliki permasalahan. Sesuai dengan latar belakang masalah, fokus masalah yang akan diungkapkan dalam penelitian ini, sebagai berikut:

- 1.2.1 Manajemen Sekolah Bola Basket Sehati Semarang yang meliputi: organisasi, input atlet dan pelatih, pembinaan prestasi, pembibitan, manajemen kepelatihan, program pembinaan bola basket, dan program latihan.
- 1.2.2 Faktor pendukung dalam proses pembinaan prestasi bola basket Sehati Semarang
- 1.2.3 Faktor penghambat dan upaya mengatasi hambatan dalam proses pembinaan prestasi bola basket di Sehati Semarang

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

Pertanyaan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.3.1 Bagaimana manajemen sekolah bola basket Sehati Semarang?
- 1.3.2 Faktor apa sajakah yang menjadi pendukung dalam proses pembinaan prestasi sekolah bola basket Sehati Semarang?

- 1.3.3 Faktor apa sajakah yang menjadi penghambat dan bagaimana upaya mengatasi hambatan dalam proses pembinaan prestasi prestasi di sekolah bola basket Sehati Semarang?

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

Tujuan yang akan dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1.4.1 Mengetahui manajemen bola baske Sehati Semarang pada tahun 2015
- 1.4.2 Mendeskripsikan faktor pendukung dalam pelaksanaan proses pembinaan prestasi di sekolah bola basket Sehati Semarang
- 1.4.3 Mendeskripsikan faktor penghambat dan bagaimana upaya untuk mengatasi hambatan yang ada dalam pelaksanaan proses pembinaan prestasi di sekolah bola basket Sehati Semarang

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

Manfaat penelitian ini untuk memberikan informasi bagi pelatih, olahragawan, pembina olahraga dalam upaya peningkatan, pelaksanaan, dan perencanaan pembinaan cabang olahraga bola basket.

## BAB II

### KAJIAN PUSTAKA

#### 2.1 Kajian Pustaka

##### 2.1.1 Manajemen

Manajemen didefinisikan secara umum sebagai kemampuan atau ketrampilan untuk memperoleh suatu hasil dalam rangka pencapaian tujuan melalui kegiatan-kegiatan orang lain (Harsuki, 2012:62). Sementara manajemen olahraga adalah suatu kombinasi keterampilan yang berhubungan dengan perencanaan, pengorganisasian, kepemimpinan, pengendalian, penganggaran, dan evaluasi dalam konteks suatu organisasi yang memiliki produk utama berkaitan dengan olahraga (Janet Park, 1998:4). Pengkombinasian tersebut perlu SDM yang terlibat dalam organisasi, bersatu dalam sebuah sistem bahu membahu bekerja untuk mencapai tujuan. Suatu organisasi pasti mempunyai tujuan yang akan dicapai, untuk mencapai tujuan tersebut pasti ada banyak hambatan maupun rintangan yang harus dilalui. Darisitu perlu adanya manajemen untuk mengontrol dan mengendalikan jalannya sebuah organisasi untuk mencapai tujuan yang maksimal.

Manajemen suatu organisasi mempunyai manajer dan administrator. Manajer didefinisikan sebagai seorang yang berusaha keras untuk mencapai tujuan yang dapat diukur yang berkaitan dengan tujuan

dari subsistem, sedangkan seorang administrator sebagai seorang yang berusaha untuk mencapai tujuan yang tidak terukur tanpa menghiraukan efek jauh dari pencapaiannya (Harsuki, 2012:62). Manajer adalah orang yang sangat utama dalam organisasi olahraga karena harus mampu merencanakan, mengambil keputusan, melakukan koordinasi serta memotivasi produktivitas karyawan dan hubungan antar pengurus, memahami dan mengerti fungsi-fungsi manajemen. Fungsi manajemen olahraga adalah: perencanaan, pengorganisasian, penentuan keputusan, pembimbingan, pengendalian dan evaluasi. (Hamdan Mansoer, 1989:11). Manajemen sebuah klub olahraga memerlukan beberapa komponen-komponen yang berperan penting dalam pengelolaan klub yaitu : manajer, pelatih dan program latihan, atlet/pemain, sarana dan prasarana, pendanaan dan dukungan lingkungan. (Harsuki, 2012:24).

Permasalahan dalam pembinaan olahraga jauh lebih kompleks. Kecenderungan di Indonesia akhir-akhir ini tetap menunjukkan orientasi pada pembinaan olahraga kompetitif untuk berprestasi. Namun sayang, tidak didukung oleh pondasi yang kuat. Pendidikan merupakan sub system pembinaan keolahragaan nasional, dan kekuatan keolahragaan nasional akan terjamin jika dapat diciptakan pembinaan bersinambung, berawal dari pembinaan sikap, kecintaan dan partisipasi aktif secara meluas. Keadaan demikian dapat dicapai dalam pendidikan. Namun, isu sentral adalah antara pendidikan dan pembinaan olahraga dan olahraga tidak terjalin kerjasama yang erat.

Keadaan demikian sebagai akibat, kecenderungan selama ini yang lebih memprioritaskan olahraga kompetitif, seperti tercermin dalam penyaluran dana yang lebih besar kepada kegiatan itu. Sangat mudah dibaca dalam kondisi lapangan, pembinaan olahraga pada umumnya memerlukan kemampuan manajerial dalam pengertian sempit dan luas. Dalam pengertian sempit, pembinaannya harus terlaksana berdasarkan perencanaan yang terbagi-bagi menjadi perencanaan jangka panjang, menengah dan pendek. Tidak ada jalan pintas untuk berprestasi, demikian bunyi salah satu prinsip pembinaan. Dalam pengertian luas, manajemen dibutuhkan untuk mengintegrasikan berbagai aspek, tidak saja kepentingan teknis dan taktik tetapi juga aspek ekonomi (komersialisasi), komunikasi (media cetak, media televisi). Menjadi bagian penting dalam manajemen ini adalah promosi olahraga, sebab olahraga dianggap serupa dengan jenis komoditas lainnya. Yang menjadi persamaan adalah soal membangkitkan kesadaran dan sikap positif.

Persoalan tersebut jauh lebih rumit dalam memerlukan keahlian sebagai profesional. Kelemahan di Indonesia adalah bahwa pengelolaan olahraga masih belum ditangani secara profesional, seperti tampak dalam beberapa indikator-indikator, yakni ditangani secara sambilan oleh orang-orang yang bukan ahlinya. Akhir-akhir ini manajemen berkembang pesat dalam pengertian kegiatan olahraga yang dimaksud bukan hanya olahraga kompetitif, tetapi kegiatan olahraga secara menyeluruh,

mencakup aspek olahraga rekreatif, olahraga rehabilitasi, olahraga untuk orang cacat, olahraga untuk kelompok khusus (misalnya, untuk manula).

Manajemen kelembagaan olahraga dapat dikelompokkan dalam enam bagian besar (Harsuki, 2012:5), yaitu: (1) manajemen olahraga pendidikan. Misalnya untuk Sekolah Dasar, Sekolah Menengah Umum, dan Perguruan Tinggi, (2) Manajemen lembaga/institusi/organisasi olahraga dalam lingkup gerakan olimpik (*Olympic movement*). Misalnya Internasional Olympic Committee (IOC), Olympic Council of Asia (OCA), SEA Games Federation, Komite Olahraga Nasional, Komite Olimpiade Indonesia (KOI), Induk Organisasi Cabang Olahraga dan Fungsional, dan perkumpulan-perkumpulan olahraga atau klub, (3) Manajemen olahraga profesional. Antara lain Tinju (WBO, WBA, WBC, IBF), di Indonesia Komisi Tinju Indonesia (KTI), Golf profesional, Balap mobil, Balap kuda, dan lain-lain, (4) Manajemen olahraga rekreasi, atau sering disebut olahraga masyarakat. Misalnya FOMI (Federasi Olahraga Masyarakat Indonesia, serta organisasi senam pernapasan seperti Persatuan Olahraga Pernapasan Indonesia (PORPI) dan lain-lain, (5) Manajemen olahraga pemerintah, seperti Kementrian Pemuda dan Olahraga, Dinas Olahraga di Kantor Gubernur, Kabupaten, Kota, dan lain-lain, (6) Manajemen olahraga bisnis dan industri.

Pembagian enam besar tersebut masih dapat diperinci lebih khusus lagi, seperti: (1) Manajemen personal (pemilihan, latihan, rekrutmen, *job deskription*, dan lain-lain), (2) Manajemen program (tujuan, mekanisme,

*schedulling*, anggaran, dan lain-lain), (3) Manajemen Pemasaran (promosi, karcis, iklan, dan lain-lain), (4) Manajemen informasi (penyiapan, penyebaran lewat media cetak dan elektronika, dan lain-lain), (5) Manajemen prasarana dan peralatan olahraga, (6) Manajemen sumber daya manusia, seperti pelatihan olahraga, administrator olahraga, official dan perwasitan olahraga, dan lain-lain).

#### **2.1.1.1 Organisasi**

Organisasi baik pemerintah maupun organisasi swasta tentu berdasarkan rencana-rencana yang ada. Demikian juga dengan perkumpulan bolabasket Sehati Semarang dalam melaksanakan kegiatan berdasarkan dengan rencana-rencana yang telah disepakati bersama. Bila anggota maupun pengurus melakukannya berdasarkan Anggaran Dasar maupun Anggaran Rumah Tangganya. Dirham (1986:15) organisasi merupakan kerangka (bentuk) yang menjadi wadah dari pada usaha kerjasama kelompok manusia atau menurut Harsuki (2012:104) organisasi juga dapat didefinisikan sebagai sekelompok orang yang saling berinteraksi dan bekerja sama untuk merealisasikan tujuan bersama. Sehingga dalam organisasi paling tidak terdapat tiga unsur yang satu dengan lainnya sukar untuk dipisahkan. Organisasi adalah suatu wahan untuk mencapai tujuan. Dalam penyelidikannya untuk mencapai tujuan, organisasi menggunakan *input* dan menstranformasikannya kedalam *output*. Untuk lebih jelasnya digambarkan sebagai berikut:



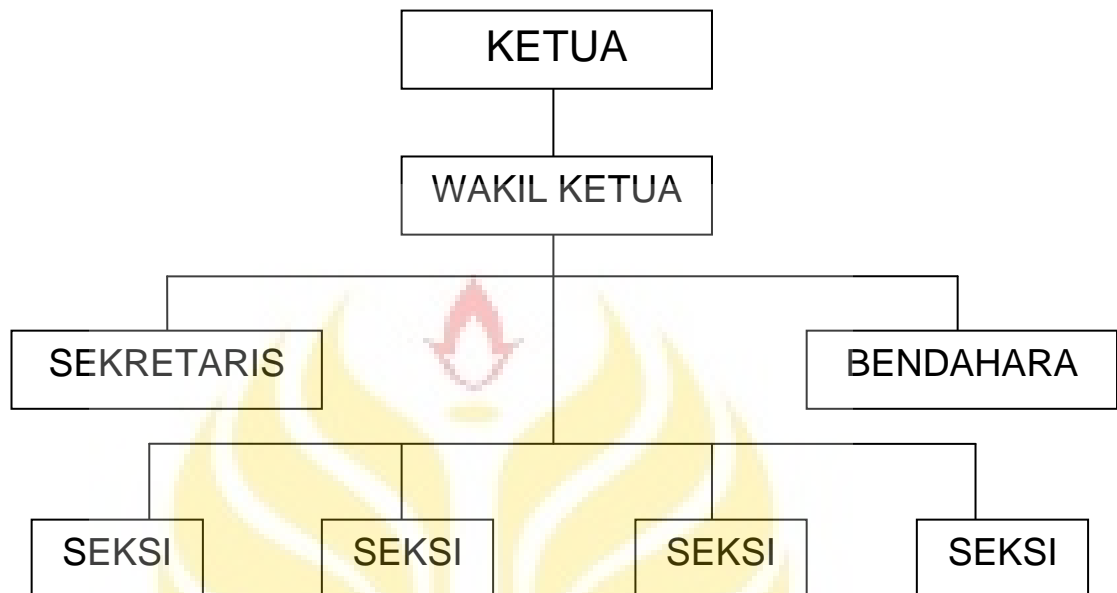
Gambar 1. Skema tujuan organisasi

Sumber : Harsuki, 2012:107

Organisasi mendapatkan *input* seperti sumber daya keuangan, sumber daya manusia, material kasar (*new materials*), para ahli (*expertise*) dan pengetahuan dari lingkungan luar (*external environment*). Kemudian mereka menstranformasikan input melalui ketrampilan dan kemampuan karyawan untuk memproduksi output, seperti barang-barang dan servis yang diperlukan oleh konsumen. Bidang keorganisasian kita kenal dua bentuk organisasi (Harsuki,2012:10) adalah: (1) Organisasi tetap, artinya yang akan berlangsung cukup lama dan akan bubar bilamana membubarkan diri karena suatu alasan, dibubarkan oleh yang berwenang karena alasan-alasan tertentu, masa jabatan dan pimpinan-pimpinannya habis, (2) Organisasi sementara, yang disebut panitia. Cabang olahraga biasanya ditangani oleh seorang ketua yang dibantu oleh sekretaris, bendahara, dan seksi-seksi cabang olahraga yang sama.



Salah satu bentuk bagian organisasi sebagai berikut :



Gambar 2. Bentuk bagan organisasi

Sumber: Harsuki, 2012:26

#### 2.1.1.2 *Input* Atlet dan Pelatih

*Input* adalah segala sesuatu yang masuk kedalam. Yang dimaksudkan disini adalah *input* atlet, pelatih maupun pengurus sekolah bola basket Sehati Semarang. *Input* adalah proses yang diakui atlet , pelatih, maupun pengurus untuk masuk ke dalam sebuah organisasi atau perkumpulan bola basket. Masing-masing organisasi mempunyai ketentuan-ketentuan tertentu untuk memperoleh anggotanya.

Pencapaian pada suatu sasaran prestasi olahraga yang berkualitas maka diperlukan adanya suatu kerja keras, keterikatan dan keterpaduan dari semua pihak untuk membantu dan bekerja sama. Diharapkan supaya suatu pembinaan dapat berjalan sesuai yang diinginkan secara maksimal dan mencapai prestasi yang tinggi. Salah satu komponen yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan tersebut adalah pemassalan.

Pemassalan adalah mempolakan ketrampilan dan kebugaran jasmani atlet secara multilateral dan spesialisasi. Tujuan pemassalan adalah melibatkan sebanyak atlet dalam rangka olahraga prestasi, sehingga timbul kesadaran terhadap pentingnya olahraga sebagai bagian dari upaya peningkatan prestasi olahraga secara nasional. (Tohar, 2005:34).

Langkah awal untuk meningkatkan prestasi pemain bola basket di Indonesia adalah dengan strategi pemassalan olahraga bola basket, maka diharapkan agar semakin besar peluang untuk menghasilkan pemain bola basket yang dapat berprestasi. Dengan cara mempolakan peningkatan ketrampilan, mengadakan pada Sekolah Lanjutan dan Perkumpulan untuk mencapai prestasi optimal dan maksimal serta menyediakan dan meningkatkan sarana dan prasarana yang memadai. Mengadakan pertandingan melalui sponsor untuk menarik minat dan bakat.

### 2.1.1.3 Pola Pembinaan Prestasi

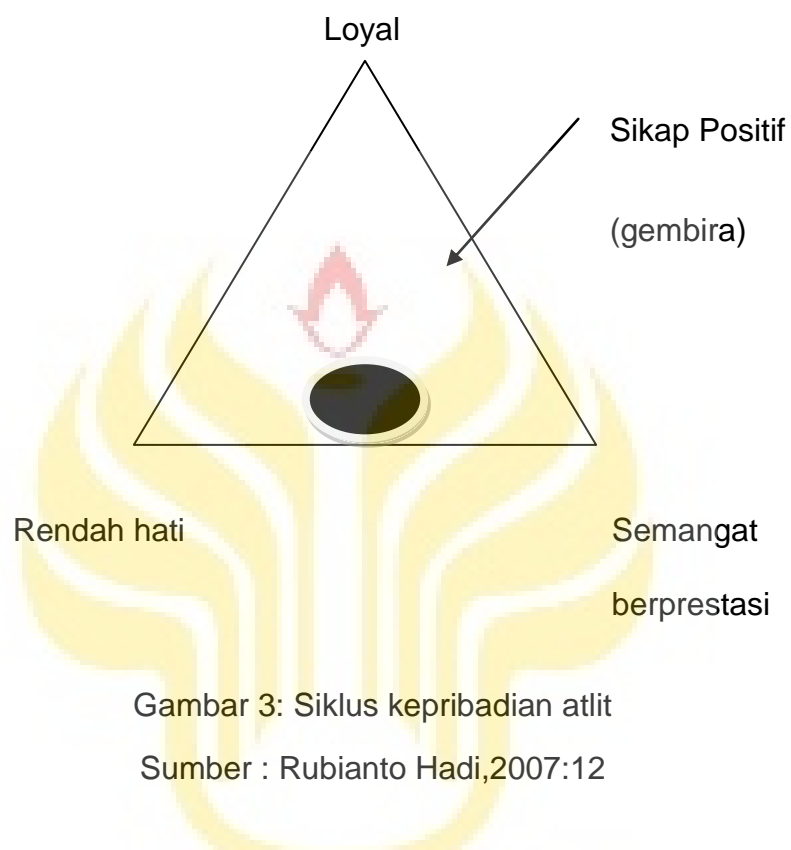
Pola adalah alur atau metode dalam suatu kegiatan. Pola yang dimaksud disini adalah alur pembinaan prestasi bola basket. Pola pembinaan prestasi ada 2 macam (Agus Mahendra:2013): (1) Pola piramid. Model pembinaan bentuk segitiga atau sering disebut pola piramid seharusnya berporos pada proses pembinaan yang bersinambung. Dikatakan berkesinambung (kontinum) karena pola itu harus didasari cara pandang (paradigma) yang utuh dalam memaknai program pemassalan dan pembibitan dengan program pembinaan prestasinya. Artinya, program tersebut memandang penting arti pemassalan dan pembibitan yang bisa jadi berlangsung dalam program pendidikan jasmani yang baik, diperkuat dengan program pengembangannya dalam kegiatan klub olahraga sekolah, dimatangkan dalam berbagai aktivitas kompetisi intramural dan idealnya tergodok dalam program kompetisi interskolastik, serta dimantapkan melalui pemuncakan prestasi dalam bentuk training camp bagi para bibit atlet yang sudah terbukti, (2) Pola tiang bendera (*flag pole*). Pola ini biasanya melupakan arti penting dari program penjas dan program olahraga rekreasi, tetapi langsung diorientasikan kepada puncak tertinggi dari model piramid. Yang ada bukan gambar pola piramida tetapi lebih berupa gambar sebuah pecil (orang lebih suka menyebutnya sebagai *flag pole* model yang berarti model tiang bendera) (Agus Mahendra:2013).

Pembinaan prestasi adalah mengorganisasikan atau cara mencapai suatu tujuan, teori atau spekulasi terhadap suatu prestasi. Prestasi terbaik hanya akan dicapai bila pembinaan dapat dilaksanakan dan tertuju pada aspek-aspek melatih seutuhnya mencakup kepribadian atlet, kondisi fisik, ketrampilan taktik, ketrampilan teknik, dan kemampuan mental, (Rubianto Hadi:2007).

Pengertian pembinaan prestasi itu sendiri adalah suatu usaha yang dilakukan untuk mengembangkan pengetahuan dan kemampuan skill yang sudah ada guna memperoleh hasil yang lebih baik. Dalam hal ini, untuk mencapai prestasi yang maksimal, maka usaha pembinaan atlet harus dilakukan dengan menyusun strategi dan perencanaan yang rasional sebagai usaha untuk meningkatkan kualitas atlet serta memiliki program yang jelas, hal ini penting agar pemain atau atlet dapat berlatih dengan motivasi untuk mencapai sasaran. Mengingat pentingnya pembinaan sebagai salah satu usaha atau kegiatan yang dilakukan untuk meningkatkan atau memperoleh hasil yang lebih baik. Untuk itu, mencapai prestasi atlet secara maksimal diperlukan pembinaan yang terprogram, terarah dan berkesinambungan serta didukung dengan penunjang yang memadai.

Prestasi terbaik hanya akan dapat dicapai bila pembinaan dapat dilaksanakan dan tertuju pada aspek-aspek pelatihan seutuhnya (Rusli Lutan, 2000:32) mencakup: (1) Pembinaan kepribadian atlet. Kepribadian atlet yang dimaksud adalah sejumlah ciri unik dari seorang atlet. Untuk

dapat berprestasi dalam olahraga, dibutuhkan, sifat-sifat tertentu yang sesuai dengan tuntutan cabangnya, yaitu:



Sikap positif terhadap tugas latihan merupakan cerminan dari kesiapan untuk melaksanakan tugas sebagai kewajiban yang menggembarakan. Rendah hati berkaitan dengan loyalitas untuk menerima kepemimpinan orang lain, menerima kritik, dan kesiapan bekerja sama dalam tim. Semangat bersaing dan berprestasi merupakan virus yang mempercepat perkembangan prestasi, (2) Pembinaan kondisi fisik. Pembinaan kondisi fisik tertuju pada komponen kemampuan fisik yang dominan untuk mencapai prestasi. Disamping terdapat kebutuhan yang bersifat umum, setiap cabang juga memerlukan pembinaan komponen kondisi fisik yang spesifik. Persamaan umum komponen kondisi fisik untuk

cabang olahraga yang mengandalkan ketrampilan dan pengerahan tenaga otot-otot besar adalah kekuatan, power dan kecepatan berkaitan dengan kemampuan fisik, diperlukan derajat kebugaran jasmani yang serasi dengan tuntutan (Demand) kerja bagi seseorang, mencakup kebugaran bertalian dengan kesehatan dan kebugaran bertalian dengan prestasi.

Atlet harus memiliki derajat kebugaran jasmani yang melebihi derajat kebugaran jasmani orang biasa. Pecatur sekalipun, seperti halnya petembak dan pemain bilyar, memerlukan derajat kebugaran jasmani, terutama yang berkaitan dengan kesehatan. Tetapi cabang olahraga permainan yang memerlukan ketrampilan dan kerja otot dengan usaha keras, tentu memerlukan kebugaran jasmani yang bertalian dengan prestasi.

Ketrampilan teknik dan latihan koordinasi pembinaan ketrampilan teknik tertuju pada penguasaan ketrampilan teknik yang rasional dan ekonomis dalam suatu cabang olahraga. Bila kekuatan, stamina dan kecepatan sudah berkembang maka atlet mengalami peningkatan dalam penguasaan ketrampilan teknik. Persoalan penting bagaimana memadukan kemampuan fisik untuk mendukung ketrampilan. Karena itu, pembinaan teknik dan fisik merupakan dua hal yang saling bergandengan. Latihan taktik. Latihan taktik tertuju pada peningkatan ketrampilan taktis. Untuk itu atlet harus dapat memanfaatkan kondisi fisik, ketrampilan, dan kondisi psikologis guna merespon kekuatan dan kelemahan lawannya

secara efektif. Selain itu agar ia mampu beradaptasi dengan situasi kompetisi secara keseluruhan. Latihan mental. Latihan mental tertuju pada kemampuan mental, karena ditaksir sekitar 90-95% variasi prestasi sebagai pengaruh kemampuan mental. Pembinaan mental dimaksudkan antara lain agar atlet mampu membuat keputusan dengan cepat dan tepat, atlet menanggulangi stress mental, atau mengatasi stress dari beban latihan yang lebih berat, serta atlet memiliki stabilitas emosi yang tangguh.

#### **2.1.1.4 Pembibitan**

Pembibitan yaitu upaya yang diterapkan untuk menjaring atlet berbakat dalam olahraga prestasi yang diteliti secara terarah dan intensif melalui orangtua, guru, dan pelatih pada suatu cabang olahraga. Tujuan pembibitan adalah untuk menyediakan calon atlet berbakat dalam berbagai cabang olahraga prestasi, sehingga dapat dilanjutkan dengan pembinaan yang lebih intensif, dengan sistem yang inovatif dan mampu memanfaatkan hasil riset serta perangkat teknologi modern.

Pemain yang berbakat sangat menentukan tercapainya prestasi yang maksimal. Mengingat emain diibaratkan bahan mentah yang akan diolah untuk mengembangkan prestasinya pada cabang olahraga bola basket, maka perlu adanya proses mencari bibit pemain yang berbakat. Masalah mencari pemain dalam penangulangannya dapat ditempuh

melalui observasi pertandingan-pertandingan atau mengadakan tes pengukuran pemain.

Tohar (2002:17), ciri-ciri yang dapat dilihat dalam mencari bibit pemain antara lain: (1) Kemampuan gerak yang bersifat gerak umum bisa diketahui melalui tes pengukuran terhadap pemain, (2) Segi psikologis sangat penting diketahui, terutama mengenai watak, kepribadian, intelegensi, dan pribadi yang baik serta disiplin dan tertib, (3) kesehatan pemain tersebut harus baik atas keterangan dokter yang memeriksanya, (4) Ketrampilan gerakan dan kemampuan teknis khusus dalam permainan olahraga bola basket. Pembibitan pemain dilakukan melalui: sekolah-sekolah, perkumpulan-perkumpulan bola basket, organisasi-organisasi pemuda dan keluarga.

#### **2.1.1.5 Manajemen Kepelatihan**

Manajemen diberikan pengertian sebagai proses yang dipakai untuk memandu program untuk mencapai tujuan yang diharapkan. Sebab manajemen merupakan peran yang sangat penting dalam pelatihan yang sukses. Pelatih dituntut untuk melakukan pelatihan yang efektif dan efisien. Pelatihan adalah bidang tugas beragam yang menuntut kompetensi ketrampilan yang beragam dan luas. Sebagai pelatih seseorang harus mempunyai kemampuan untuk menyusun program jangka pendek maupun jangka panjang dan mengorganisasi usaha-usaha yang regunya untuk mencapai tujuannya.



Seorang pelatih harus memiliki kemampuan untuk berkomunikasi dengan berbagai lapisan kalangan yang luas, meliputi administrator olahraga tingkat tinggi sampai pada seorang atlet. Seorang pelatih harus sngguo untu menganggarkan sumber daya manusia dan keuangan yang tersedia untuk menyusun suatu program. Sebagai tambahan pada ketrampilan individu yang dimiliki, seorang pelatih harus tahu bagaimana menggunakannya dalam kombinasi yang tepat guna memperoleh hasil yang sebaik mungkin dalam kepelatihan. Oleh karena itu, banyaknya faktor-faktor yang dapat menjadikan seorang pelatih berhasil, maka diperlukan pengembangan ketrampilan manajemen olahraga khususnya kepelatihan yang memadai yang dapat mengantarkan seorang pelatih agar dapat memaksimalkan manajemen kepelatihannya.

Manajemen kepelatihan mempunyai tujuan yang akan dicapai. Untuk mencapai tujuan tersebut, ada proses yang harus dilalui sebelumnya. Adapun proses yang mendasari manajemen kepelatihan untuk menyelesaikan tugas pencapaian tujuan kepelatihan (Harsuki, 2012:73-74) yaitu: (1) *Planning*. *Planning* menentukan apa yang harus dilakukan sebelumnya, bagaimana melakukannya dan siapa yang akan melakukannya. Perencanaan menuntut seseorang untuk menetapkan tujuan dan standar yang dapat digunakan untuk menentukan apakah seseorang tengah mencapai tujuan kepelatihan yang diinginkan, (2) *Organizing*. *Organizing* melibatkan penetapan hubungan antara aktivitas yang akan dilaksanakan, orang-orang akan melakukannya, dan faktor-

faktor fisik yang diperlukan untuk mencapai tujuan. (3) *Leading*. Pada fungsi kepemimpinan, anda terutama melibatkan masalah memberikan panduan dan pemberian supervisi kepada para atlet anda. Tugas yang harus dilakukan adalah memotivasi atlet dan dilakukan dalam mengelola konflik, (4) *Controlling*. Pengawasan melibatkan pengecekan pada semua tahap dari program anda untuk melihat apakah semuanya berlangsung sesuai dengan perencanaan.

Umumnya fungsi terakhir yang banyak dilakukan di lapangan adalah evaluasi. Evaluasi sebagai kegiatan untuk menganalisis rencana yang disusun dengan hasil akhir yang dicapai. Hal tersebut melalui tahapan yang harus dilalui, yaitu mengukur hasil prestasi yang sebenarnya, membandingkan hasil-hasil tersebut dengan tujuan yang telah dikembangkan dalam tahapan perencanaan dan perlu memberikan koreksi bila ada penyimpangan dari rencana semula.

#### **2.1.1.6 Program Pembinaan Bola Basket**

Permainan bola basket telah terjadi revolusi dari tipe permainan lama menjadi permainan modern. Perubahan ini dipengaruhi oleh kemajuan teknologi dan dunia yang sangat memperhatikan faktor kecepatan dan akurasi, jika tipe lama lebih menekankan pada faktor individual, maka tipe permainan modern mengutamakan kerja sama tim. Sebagai konsekuensinya hal ini berpengaruh terhadap pandangan orang

tentang aspek-aspek yang perlu diutamakan pengembangannya secara maksimal.

Landasan pokok pembinaan dan peningkatan prestasi bola basket (Marta Dinata, 2004:23) sebagai berikut :

Kondisi fisik. Faktor utama yang menghasilkan peningkatan prestasi dalam pembinaan adalah dengan cara berlatih fisik lebih disempurnakan, kekuatan dapat dipertinggi dengan mengangkat beban yang terdiri dari alat-alat pendukung. Didalam pembinaan, seorang pelatih yang harus mengetahui bahwa pemain tidak memiliki kondisi fisik yang baik untuk bekerja berat pada hari pertama latihan. Untuk menambah kondisi fisik yang baik, maka harus melalui proses *conditioning* yang bertingkat, dimana penekanannya beban fisik bertambah intensitas jika kondisi fisik bertambah baik.

Membuat program latihan fisik minimal memuat tiga tahap (Marta Dinata, 2004:18-19) yaitu: (1) Tahap Persiapan, (a) Tahap Persiapan Umum (TPU). Latihannya terdiri dari teknik, taktik dan kondisi fisik (60-70%). Dalam tahap ini latihan fisik ditekankan kepada perubahan-perubahan: kelentukan menjadi kelincahan (*agility*), daya tahan aerobik ditingkatkan menjadi daya tahan anaerobik atau stamina (daya tahan kecepatan atau *speed endurance*) dan kekuatan ditingkatkan menjadi power dan daya tahan otot (*strength endurance*), (b) Tahap Persiapan Khusus (TPK). Dalam latihan ditekankan latihan-latihan yang spesifik

seperti fisik dan teknik. Latihan fisik ditekankan kepada unsur-unsur agilitas, power, daya tahan otot dan kecepatan. (2) Tahap Pertandingan. (a) Tahap Pra Pertandingan (TPP). Tujuannya guna penyempurnaan semua aspek fisik, teknik, taktik dan mental. Tes uji coba dan perhatian khusus pada peningkatan: teknik, taktik, persiapan fisik dan psikologis (mental). Intensitas latihan meningkat, karena intensitas volume latihan secara relatif semakin menurun. (b) Tahap Pertandingan Utama (TPU). Volume latihan menurun sekitar 50-60%. Intensitas latihan ditingkatkan secara bertahap dan mencapai tingkatnya yang tertinggi sekitar 3 minggu sebelum pertandingan. *Try out* atau pertandingan uji coba dari tahap ringan menjadi berat dan uji coba berselang antara berat dan ringan.

Kondisi Mental. Pembinaan mental pemain yang harmonis antara jasmani dan rohani sangat penting untuk mencapai prestasi maksimal. Peningkatan fisik, teknik dan taktik tanpa dibarengi dengan pembinaan mental yang baik hasilnya akan negatif. Pengertian mental pemain mencakup segi psikologis, kepribadian akan temperamen yang sifatnya abstrak.

Pengembangan mental dari segi pengembangan psikologis diharapkan mengembangkan kreatifitas, rasa dan karsa dari pemain yang dilatihnya. Temperamen pada dasarnya sulit dididik kearah yang baik, karena pengaruh bawaan dari lahir besar sekali. Pembinaan kepribadian diarahkan pada perkembangan, rasa tanggung jawab, disiplin latihan, rasa sosial dan harga diri.

Pembinaan atau pengembangan mental bola basket (Tohar,2005:6) adalah: 1) Disiplin dan etika pergaulan, 2) Kemauan. 3) Kejujuran, 4) Ketekunan, 5) Keuletan, 6) Dinamika, 7) Kecerdasan.

Kondisi Teknik. Suatu pembinaan bola basket, aspek teknik harus perlu diperhatikan untuk melatih atlet kelompok pemula. Setelah karakteristik dipahami, selanjutnya di arahkan untuk mempelajari teknik dasar permainan bola basket yang sebenarnya. Bola basket merupakan permainan yang bersifat kerjasama tim. Kemampuan untuk melakukan teknik sesuai dengan keadaan untuk tujuan memenangkan permainan merupakan fungsi penting dalam permainan bola basket. Namun demikian, kemampuan ini hanya dapat dilaksanakan apabila pemain mampu melaksanakan teknik dasar dengan efisien. Setelah karakteristik dipahami selanjutnya diarahkan untuk mempelajari teknik dasar bola basket yang sebenarnya.

Teknik dasar dalam permainan bola basket :

1). Teknik Dasar Mengoper Bola

a). Mengoper bola setinggi dada (*chest pass*)

Mengoper bola dengan dua tangan dari depan dada merupakan operan yang sering dilakukan dalam suatu pertandingan bola basket. Operan ini berguna untuk jarak pendek. Mengoper bola dengan cara ini akan menghasilkan kecepatan, ketepatan dan kecermatan.

b). Mengoper bola dari atas kepala (*overhead pass*)

Lemparan ini biasanya dilakukan oleh pemain-pemain yang berbadan tinggi sehingga melampaui daya raih lawan. Lemparan ini biasanya digunakan untuk lemparan cepat.

c). Mengoper bola pantulan (*bounce pass*)

Operan pantulan dengan kedua tangan dilakukan dalam posisi bola di depan dada. Operan ini baik dilakukan untuk menerobos pemain laan yang tinggi. Bola dipantulkan disamping kiri atau kanan lawan dan teman sudah siap menerimanya dibelakang lawan.

2). Teknik Dasar Menggiring Bola (*Dribble*)

Menggiring bola adalah membawa lari bola kesegala arah sesuai dengan peraturan yang ada. Kegunaan menggiring bola adalah mencari peluang serangan, menerobos pertahanan lawan, atau memperlambat tempo permainan. Bentuk-bentuk menggiring bola yang sering dilakukan antara lain :

- (1) Menggiring bola tinggi
- (2) Menggiring bola rendah
- (3) Teknik dasar menembak (*shooting*)

Usaha memasukkan bola kedalam keranjang di istilahkan dengan menembak, yang dapat dilakukan dengan satu tangan, dua tangan, dan *lay-up*. Tembakan *lay-up* adalah tembakan yang dilakukan dengan jarak dekat sekali dengan keranjang basket yang didahului dengan gerakan dua langkah. Tembakan ini disebut dengan gaya tembakan langkah tiga.

### 2.1.1.7 Program Latihan

Pencapaian prestasi yang tinggi kita harus selalu memperhatikan batas kemampuan masing-masing atlet. Dengan mengetahui batas kemampuan masing-masing atlet tersebut seseorang akan dapat menentukan dengan tepat dan baik beban kerja latihan maupun meramalkan prestasinya, yang dipertanggung jawabkan secara ilmiah. Program latihan merupakan suatu petunjuk yang mengikuti untuk perkembangan latihan, dimana semua itu menghendaki aturan-aturan secara tertulis untuk mencapai suatu tujuan.

Seorang pelatih harus membuat program latihan. Dalam setiap program latihan ada beberapa aspek yang perlu mendapat perhatian dalam pembinaan dan latihan secara sistematis yaitu aspek fisik, teknik, taktik dan kejiwaan. Keempat aspek tersebut dikembangkan ketingkat yang optimal, sehingga pada saatnya seorang atlet diterjunkan ke dalam pertandingan benar-benar telah siap dalam segala aspek. Untuk prestasi yang optimal perlu dibahas terlebih dahulu tentang latihan dan tujuan latihan.

Pembahasan yang sederhana mungkin dapat diberikan untuk training adalah “Latihan adalah proses yang sistematis dari pelatih atau bekerja, yang dilakukan secara berulang-ulang, dengan kian hari kian menambah jumlah beban atau pekerjaannya” (Harsono, 1998:101).

Latihan sistematis melalui pengembangan pengulangan tersebut akan menyebabkan mekanisme gerakan menjadi baik. Yang dimaksud dengan sistematis adalah berencana, menurut jadwal, menurut pola dan sistem tertentu, metodelis, dari yang mudah ke yang sulit, latihan yang teratur, dari yang sederhana ke yang lebih kompleks. Berulang-ulang maksudnya adalah agar gerakan-gerakan yang semula sukar menjadi mudah, otomatis dan reflektif pelaksanaannya, sehingga semakin menghemat energi, kian hari maksudnya adalah setiap kali, secara periodik, segera setelah tiba saatnya untuk menambah beban, jadi bukan harus setiap hari. Latihan harus mempunyai tujuan yang pasti serta berpengaruh terhadap tubuh bahwa ada pengaruhnya terhadap kehidupan sehari-hari. Jadi tujuan pokok dari latihan adalah untuk mencapai prestasi yang maksimal disamping serta kesegaran jasmani bagi pelakunya.

Usaha untuk meningkatkan prestasi, ada beberapa aspek yang selalu perlu dilakukan dalam latihan. Seperti yang dikemukakan Tudor O bomba (1982:1) dalam teori dan metodologi latihan, faktor-faktor dasar yang meliputi persiapan fisik, teknik, taktik, kejiwaan (mental) dan secara teori harus tergabung dalam semua program-program olahraga. Faktor-faktor pada hakekatnya adalah bagian setiap program yang kurang memperhatikan umur dari setiap atlet, potensi individu, tingkat persiapan atau fase latihan itu sendiri. Bagaimanapun juga tempat penekanan relatif pada setiap macam penyesuaian dengan keistimewaan dari program



latihan di atas, sebaiknya memilih karakter dari suatu cabang atau nomor perlombaan.

Perkembangan mental dan fisik bagi seorang atlet bola basket yang masih bersifat junior, hanyalah mungkin melalui program jangka panjang. Program latihan tersebut harus disusun secara teliti dan dilaksanakan secara tekun dan teratur sesuai dengan prinsip-prinsip latihan. Program yang demikian, memungkinkan seorang pelatih memberikan sebanyak mungkin pada atlet guna menambah pengetahuan dan ketrampilan. Oleh karena itu untuk mencapai prestasi membutuhkan waktu yang lama, pelatih perlu menyusun program latihan tahunan dengan mendasarkan pada klimaks pertandingan. Kemudian dari program satu tahun itu dijabarkan lagi dalam program bulanan, mingguan dan harian.

Latihan merupakan proses yang panjang dan lama yang perlu dilakukan secara sistematis dengan membagi menjadi beberapa tahap, menurut Rubianto Hadi (2007:63-65) sebagai berikut:

Tahap latihan dasar. Sasaran yang perlu dicapai dalam tahapan latihan dasar ini adalah sebagai berikut: (1) Pengembangan (*conditioning*) dan koordinasi, (2) Pengembangan pola gerak dasar olahraga yang akan dituju/ditekuni, (3) Kesiapan berlatih dan pembentukan kepribadian yang baik, (4) Menanamkan pengalaman pada latihan dan kompetisi, (5) Menentukan bakat atlet dan mengembangkannya.

Tahap latihan lanjutan. Sasaran latihan pada tahap ini adalah: (1) Memperkuat kemauan untuk berlatih dan menghadapi berbagai kendala psikologis dan fisik serta sosial, (2) Mengembangkan harmonisasi kondisi fisik, seperti: kekuatan, kecepatan, daya tahan dan kelincahan, (3) Mengembangkan latihan teknik dan taktik dengan melakukan berbagai uji coba atau implementasi pada latihan dan melakukan pertandingan-pertandingan.

Tahap prestasi tinggi. Tahap ini merupakan bagian terakhir pada seluruh proses latihan. Tujuan pada tahap ini adalah kemampuan pada atlet untuk mengikuti kejuaraan nasional dan internasional serta mencatatkan prestasi terbaik. Sasaran latihan pada tahap ini adalah melakukan spesialisasi pada tingkat tertinggi untuk mencapai prestasi.

## **2.1.2 Faktor-Faktor dalam Proses Pembinaan**

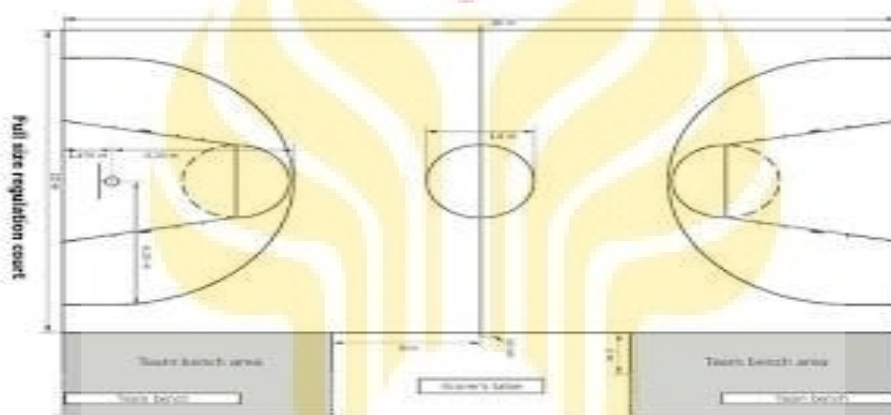
### **2.1.2.1 Sarana dan Prasarana**

Sarana dan prasarana atau fasilitas merupakan hal yang harus dipenuhi oleh suatu organisasi olahraga. Kemajuan atau perbaikan dan penambahan jumlah fasilitas yang ada akan menunjang suatu kemajuan prestasi dan paling tidak dengan fasilitas yang memadai akan meningkatkan prestasi.

Fasilitas dapat pula diartikan kemudahan dalam melaksanakan proses melatih yang meliputi peralatan dan perlengkapan tempat latihan dan pertandingan disamping menyangkut kualitas tempat juga keadaan cuaca

disekitarnya (suhu, angin, kelembaban udara dan tekanan udara). Dengan demikian fasilitas sangat dibutuhkan karena merupakan sesuatu yang dipakai untuk memperoleh atau memperlancar jalannya kegiatan dalam organisasi dan juga dalam pencapaiannya peningkatan prestasi. Fasilitas dan kelengkapan di dalam cabang bola basket :

### Lapangan Bola Basket



Gambar 4. Lapangan Bola Basket

Ukuran lapangan permainan bola basket adalah sebagai berikut :

1. Panjang lapangan : 28 meter
2. Lebar lapangan : 15 meter
3. Jari-jari lingkaran : 1,80 meter
4. Lingkaran daerah tembakan tiga angka : 6,25 meter
5. Garis tembakan bebas ke garis belakang : 5,80 meter

### Ring

Keranjang terdiri atas ring dan jala. Ring terbuat dari besi keras, sedangkan jala berupa tali anyaman yang pada umumnya terbuat dari bahan nilon.

1. Garis tengah ring : 0,45 meter
2. Tinggi ring dari tanah : 3,5 meter
3. Panjang jala : 0,45 meter



Gambar 5. Ring Bola Basket

### Papan Pantul

Papan pantul terbuat dari papan keras yang ditempatkan di belakang ring untuk memantulkan bola jika tidak masuk ke dalam keranjang atau untuk memasukkan bola ke dalam keranjang dengan teknik tertentu (teknik pantulan).

Ukuran papan pantul adalah sebagai berikut :

1. Tebal papan : 0,003 meter
2. Panjang papan : 1,20 meter
3. Lebar papan : 0,90 meter
4. Tinggi papan dari lantai : 2,75 meter
5. Jarak dari belakang keranjang : 0,15 meter

### Bola

Bola terbuat dari karet yang berlapis sejenis kulit. Bola harus dipompa hingga kencang sehingga jika dipantulkan ke lantai dari ketinggian 180 cm mampu melambung sampai tinggi 120-140 cm, dengan ukuran sebagai berikut :

1. Keliling : 75-78 cm
2. Berat : 600-650 gram

### Perlengkapan Teknik

1. Untuk pencatatan waktu diperlukan sedikitnya 2 buah stopwatch
2. Alat untuk mengukur waktu 30 detik
3. Kertas score (Scoring Book) untuk mencatat/merekam pertandingan.
4. Isyarat - scoring board, tanda kesalahan perorangan yakni angka 1 sampai dengan 5, serta bendera merah dua buah untuk kesalahan regu.

Minggu, Desember 16, 2012 Bola Basket, Sarana dan Prasarana Olahraga

Fasilitas diatas dijadikan untuk mendukung latihan guna pencapaian prestasi bola basket, sedangkan perlengkapan perorangan harus wajib dimiliki oleh para pemain yang akan melaksanakan latihan bola basket agar berjalan dengan baik.

### **2.1.2.2 Pendanaan**

Kegiatan pembinaan prestasi diperlukan adanya dukungan baik sarana dan prasarana maupun dana, dalam hal ini sebagai bentuk dari proses berjalannya kegiatan pembinaan. Dimana termuat dalam Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2007 tentang sistem keolahragaan Nasional Bab V tentang sumber dan alokasi pendanaan pasal 33 (UU RI dan PP RI, 2007:185), tentang sumber pendanaan keolahragaan berasal dari: (1) Sumber dana keolahragaan dari pemerintah berasal dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara, (2) Sumber pendanaan keolahragaan dari pemerintah daerah berasal dari Anggaran Pendapatan dan Belanja Daerah, (3) Sumber pendanaan keolahragaan lain dapat diperoleh dari masyarakat melalui berbagai kegiatan berdasarkan ketentuan yang berlaku, kerjasama yang saling menguntungkan, bantuan luar negeri yang mengikat, hasil usaha industri olahraga, hibah yang berasal dari Pemerintah atau Pemerintah Daerah sesuai dengan Peraturan Perundang-undangan, sumber lainnya yang sah berdasarkan Peraturan Perundang-undangan.

Kesulitan adanya dukungan dana maka pembinaan tidak akan tercapai. Dukungan tersebut sangat erat kaitannya agar dapat diwujudkan program terpadu guna mendukung seluruh kegiatan olahraga sehingga prestasi yang maksimal akan tercapai. Untuk pembinaan olahraga diperlukan dana yang tidak sedikit oleh karena sistem pembinaan ini akan mencakup dan melibatkan seluruh sistem dan jajaran yang ada di Indonesia.

### **2.1.2.3 Penampilan Atlet**

Penampilan atlet adalah apa yang diperlihatkan oleh atlet dalam suatu pertandingan. Kesiapan mental ditunjukkan oleh kesiapan sifat-sifat psikologisnya seperti kestabilan emosi, pengendalian diri, keberanian, dan ketekunan. Ada beberapa faktor yang berpengaruh besar pada penampilan atau kemampuan bermain seorang atlet, yaitu: Komponen psikis. Unsur kegigihan selalu berperan sehingga dapat berfungsi positif terhadap penampilan dan juga bisa sebaliknya. Selain itu, taktik atau strategi bermain juga merupakan hal yang sangat berperan. Hal berikutnya adalah pengendalian diri. Kemampuan untuk mengendalikan diri perlu dimiliki oleh semua atlet dengan berbagai cara yang disesuaikan dengan ciri pribadi atlet tersebut.

Jenis olahraga. Jenis olahraga tentunya berpengaruh besar terhadap penampilan atlet bersangkutan. Untuk itu perlu adanya pendekatan-pendekatan ilmiah termasuk psikologi untuk membina,

mempersiapkan dan memberi bekal, tidak mudah menyerah dalam pertandingan, ketangguhan mental. Hal ini tentunya dapat dilalui melalui latihan bertahap dan terus-menerus.

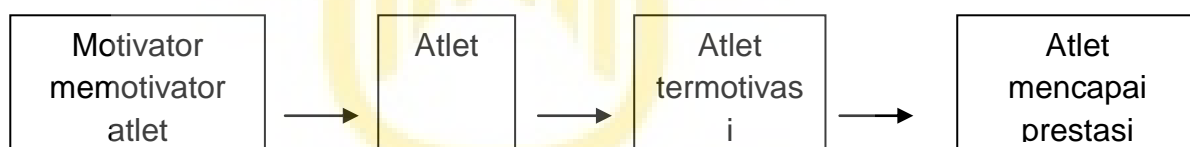
Tingkatan pertandingan. Kejuaraan tersebut diadakan pada tingkat daerah, nasional, regional maupun internasional. Ciri kepribadian. Gambaran kepribadian seorang atlet merupakan hasil pembentukan dari suatu proses yang menetap di dalam dirinya dan masih bisa berubah karena pada prinsipnya bahwa seseorang pada setiap saat dalam keadaan apapun selalu memiliki kemungkinan untuk berubah serta diubah.

Faktor psikologis yang dianggap berpengaruh terhadap penampilan atlet, yaitu: (1) Konsentrasi, (2) Intelektualitas, (3) Agresivitas, (4) Kepercayaan diri.

#### **2.1.2.4 Motivasi**

Aspek motivasi merupakan aspek yang paling banyak disoroti dalam program pembinaan olahraga. Menurut Alderman (1974) dalam buku Monty S. Satiadarma (2000:71) motivasi sebagai suatu kecenderungan untuk berperilaku secara selektif ke suatu arah tertentu yang dikendalikan oleh adanya konsekuensi tertentu, dan perilaku tersebut akan bertahan sampai sasaran perilaku tercapai. Sementara menurut Sage (1997) motivasi adalah arah dan intensitas usaha seseorang, situasi yang menarik dan membangkitkan minat seseorang sehingga ada upaya orang tersebut untuk mendekatinya.

Permasalahan di dalam pembinaan olahraga merupakan tantangan besar yang harus dihadapi oleh para pembina olahraga di Indonesia. Sentral permasalahan pembinaan olahraganya sendiri di Indonesia menjadi rancu. Sebagian berpendapat bahwa atlet kurang termotivasi untuk berprestasi. Sehingga berbagai upaya diarahkan untuk meningkatkan motivasi atlet termasuk di dalamnya memberdayakan motivator dengan harapan agar atlet lebih termotivasi untuk berprestasi. Dari berbagai kondisi yang ada yang memiliki dampak signifikan di dalam usaha seorang atlet mencapai prestasi puncak, jelaslah bahwa motivasi tidak bisa diterapkan secara sepihak, searah dan pada konteks yang sempit seperti contoh di bawah ini:



Gambar 6. Skema motivasi

Sumber: Monty P. Satiadarma, 2000:70

Paradigma ini harus diubah dengan cara pandang yang berbeda, dan melalui cara pandang yang berbeda inilah diharapkan akan lebih tampak aspek-aspek tertentu yang perlu mendapat perhatian dari pihak pembina olahraga dalam menerapkan program peningkatan motivasi atlet.



## 1. Pelatih

Cabang olahraga untuk mendapatkan prestasi yang maksimal tidak lepas dari peran pelatih, dimana tugas pelatih tidak hanya membina atau melatih pemain dalam berlatih, akan tetapi lebih dari itu seorang pelatih harus mengetahui karakteristik atau kejiwaan pemain atau atlet yang dibina.

Pelatih merupakan manusia model yang menjadi contoh dan panutan bagi anak didiknya terutama atlet-atlet junior atau pemula, sehingga segala sesuatu yang dilakukan selalu menjadi sorotan atlet dan masyarakat pada umumnya. Oleh sebab itu seorang pelatih dituntut untuk dapat bersikap dan berperilaku yang baik sesuai dengan norma-norma yang ada di masyarakat (Rubianto Hadi, 2007:12).

Melakukan tugas dan peran dengan baik pelatih harus memperhatikan hal-hal sebagai berikut: menciptakan komunikasi yang sebaik-baiknya antara pelatih dengan atlet, memahami watak, sifat-sifat, kebutuhan dan minat, pelatih harus mampu menjadi motivator, membantu atlet dalam memecahkan problema-problema yang dihadapi.

### 2.1.2.6 Segi Psikologis Pemanduan Bakat Olahraga

Weinberg R.S. dan Gould D. (1995) dikutip oleh Singgih D. Gunarsa (2008:1-10) psikologi olahraga pada hakekatnya adalah psikologi yang diterapkan dalam bidang olahraga, meliputi faktor-faktor yang

berpengaruh secara langsung terhadap atlet yang dapat mempengaruhi penampilan atlet tersebut.

Hubungan antara psikologi olahraga dengan olahraga prestasi menunjukkan bahwa penampilan seorang atlet dipengaruhi oleh beberapa faktor psikologis. Baik pengaruhnya positif maupun negatif yang sering disebut faktor psikis dan faktor mental. Faktor psikis tersebut dapat bersifat langsung dan ada pula yang secara tidak langsung berkaitan dengan penampilan atlet. Selain itu, psikologi olahraga juga berkaitan dengan perasaan nyaman dan bugar, serta keharmonisan kepribadian seseorang.

Masalah persaingan melalui pertandingan yang berkaitan dengan prestasi seorang atlet, maka penting untuk mempertahankan faktor psikis atlet tersebut, melalui pendekatan-pendekatan psikologi olahraga meliputi bagaimana cara mempersiapkan kondisi mental melalui latihan-latihan yang terencana dengan baik karena tidak menutup kemungkinan juga menjadi faktor penentu dalam suatu pertandingan. Faktor psikis biasanya sangat menentukan jika dari segi teknik dan taktik sudah seimbang atau tidak bisa berkembang lebih jauh lagi. Untuk itu, penampilan seorang atlet dipengaruhi oleh sejumlah komponen yaitu fisik, teknik, dan psikis.

## **2.2 Kerangka Konseptual**

Kerangka konseptual merupakan kemampuan si peneliti untuk mengabstraksi, menghubungkan, mengkonseptualisasikan keseluruhan

kajian teori dan hasil penelitian dengan masalah yang diusulkan (Agung Sunarno, 2011:44). Kerangka konseptual bisa juga diartikan sebagai kerangka berpikir dalam penelitian.

Kerangka konseptual merupakan kerangka berpikir yang bersifat teoritis atau konseptual mengenai masalah yang akan diteliti. Kerangka berpikir tersebut menggambarkan hubungan antara konsep-konsep atau variabel-variabel yang akan diteliti. Banyak sekali faktor yang membuat sebuah atlet atau klub berprestasi maksimal.

Proses pola pembinaan prestasi bola basket membutuhkan waktu yang tidak sebentar untuk mencapai tujuan yang maksimal dan konsisten untuk mencapai puncak prestasi. Berikut akan peneliti deskripsikan kerangka konseptual menurut peneliti sendiri berdasarkan teori-teori yang ada bahasan di atas.

Pembinaan prestasi bola basket ada 2 komponen skala besar yang akan mendominasi. Yaitu manajemen dan faktor-faktor yang mempengaruhi proses pembinaan prestasi bola basket. Manajemen terdiri dari: organisasi, input atlet dan pelatih, pembinaan prestasi, pembibitan, manajemen kepelatihan, program pembinaan bola basket, dan program latihan. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi pola pembinaan prestasi diantaranya: sarana dan prasarana, pendanaan, penampilan atlet, motivasi, pelatih dan psikologis. Kedua komponen besar itu selanjutnya bekerja secara bersamaan yang dinamakan proses pola

pembinaan prestasi bola basket untuk mencapai tujuan yang akan diharapkan. Tujuan tersebut adalah menjadi klub bola basket yang berprestasi dan profesional.

Berikut skema kerangka konseptual pada penelitian ini:



Gambar 7. Kerangka Konseptual

## BAB V

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 6.1 Simpulan

Dari hasil penelitian tentang Sekolah Bola Basket Sehati Semarang maka dapat disimpulkan :

1. Manajemen Sekolah Bola Basket Sehati sudah cukup terorganisasi dengan baik.
2. Faktor pendukung seperti sarana dan prasarana serta lainnya sudah tersedia dan dikelola dengan baik.
3. Faktor penghambat seperti kekonsistensian siswa dalam berlatih, tetap ada namun sudah diupayakan untuk diatasi demi keberlangsungan program latihan.

#### 6.2 Saran

Saran yang dapat di berikan ke pihak Sekolah Bola Basket Sehati Semarang setelah melakukan penelitian ini adalah :

1. Mengagendakan secara lebih rutin pertemuan pengurus untuk berkoordinasi guna menunjang kesuksesan program latihan.
2. Memelihara dan mengelola fasilitas dengan baik, jika perlu, menambah fasilitas guna menunjang prestasi atlet.

3. Memberikan motivasi yang tinggi kepada siswa supaya tetap semangat dan giat dalam berlatih meskipun dengan kondisi yang kurang fit akibat kegiatan sehari penuh.
4. Mencari siswa/bibit yang berpotensi yang mampu konsisten dalam berlatih.



## DAFTAR PUSTAKA

- AfifuddindanSaebani, Beni Ahmad. 2009. *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung : Pustaka Setia.
- Agung Sunarno 2011. *Metode Penelitian Keolahragaan*. Yuma Pustaka.
- Agus Mahendra. 2013. *Model Pembelajaran Pendidikan Jasmani*. Kumpulan makalah bahan penataran. File.upi.edu
- Bompa, Tudor O. 1982. *Theory and Methodology of Training, The Key to Athletic Performance*. Dubuque, Iowa: Kendall/Hunt Publishing Company.
- Dirham.1986. *Kepemimpinan Organisasi dan Administrasi Khusus Olahraga*. Semarang IKIP FPOK
- FIK UNNES. 2015. *Buku Panduan Penulisan Skripsi FIK UNNES*. Semarang :Unnes.
- Harsuki. 2012. *Pengantar Manajemen Olahraga*. Jakarta : Raja Grafindo Persada.
- Hamdan Mansoer, 1989:11. *Pengantar Manajemen*. Jakarta : Lembaga Pendidikan Tenaga Kependidikan
- Marta Dinata, 2004. *Dasar-dasar Pendidikan Jasmani*. Universitas Lampung. Bandar Lampung
- Moleong, Lexy J. 2007. *Metode Penelitian Kualitatif (Edisi Revisi)*. Bandung :Rosdakarya.
- Miles Hubberman dan Rachman 1999. *Analisis Data Kualitatif*. Jakarta : Universitas Indonesia Press
- Park, Janet B. 1998. *Contemporary Sport Management*. USA: Human Kinetic.
- Pemerintah Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2007.
- Rubianto Hadi. 2007. *Ilmu Kepeleatihan Dasar*. Semarang :Rumah Indonesia.

Rusli Lutan. 2000. *Pedagogik Olahraga*. Jakarta: Jurnal Pendidikan Olahraga SPs. Universitas Pendidikan Indonesia.

Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

Suharsimi Arikunto. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta :Rineka Cipta.

Tohar. 2002. 2005. *Pelaksanaan Pembinaan Program Latihandan Latihan Strategi Bermain Bola Basket*. Unnes : Press.

Weinberg R.S dan Gould D 1995. *Foundation of Sport and exercise Psychology*. Champain IL: Human Kinetics.

