

PENGEMBANGAN MODEL SISTEM PERTAHANAN DALAM PERMAINAN BOLA BASKET UNTUK KELOMPOK UMUR 18 TAHUN DI BANTEN TAHUN 2017

Iman Sulaiman
Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Jakarta

iman.sulaiman@unj.ac.id

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk pengembangan model sistem pertahanan *4THINK'S* dalam permainan bola basket dan memperoleh masukan tentang manfaat atau nilainya (efektifitas, efisien). Objek observasi pada penelitian ini adalah atlet kelompok umur 18 tahun tangerang Selatan (15 orang), sedangkan untuk uji kelompok kecilnya adalah atlet pelatda 5 kota/kabupaten (Kota Tangerang, Kota Serang, Kabupaten Serang dan Rangkas Bitung masing-masing daerah 15 orang, jadi totalnya 60 orang) se Banten kelompok umur 18 tahun (untuk seleksi daerah Banten yang dipersiapkan untuk kejuaraan nasional 2017. Metode penelitian menggunakan metode penelitian & pengembangan (*Research and development*) dengan mengumpulkan data berupa laporan hasil penelitian lapangan, didiskusikan dengan para pakar bola basket, sesama teman sejawat (kerja) para dosen bola basket. Hasil penelitian menunjukkan bahwa model pertahanan *4think's* terbukti efektif & efisien serta dapat dikembangkan karena mempunyai karakter yang cocok untk perbola basketan di Indonesia dimana sistem pertahanan ini lebih agresif, lebih mendikte tim penyerang, lebih mengintimidasi dan bersifat inovative.

Kata Kunci: Bertahan (Agresif, Dikte, Intimidasi Dan Inovatif)

The aim of this research is to development model 4think's for defense in basketball and used the result with a value (effectiveness, effeciency, and is it can be developed). There for, the subjects of this research are 15 athletes South Tangerang at ages 16 until 18 years. For the small group research are 60 athletes 18 years old from Banten (Tanggerang City, Serang City, Serang Kabupaten, Rangkas Bitung), they are in selection prepare for nasional championship 2018. The method that used for this research is research and development method by collecting data, discussion with basketball expert, basketball lecturer which is a report of the result from the field. The result of 4think's defense are more agresive, more intimidation and more innovative and it could be develop in basketball Of Indonesia.

Key Words: Defence (Agresive, Dictation, Intimidation Dan Innovative)

PENDAHULUAN

Hasil observasi dan diskusi dilapangan (penelitian kecil) menemukan bahwa kekalahan tim Indonesia pada Sea games 2013 & 2015 dari Filipine dan juga kekalahan dari banyak tim yang mempunyai atlet kurang tinggi disebabkan oleh sistem pertahanan yang tidak baik serta sangat

mudah dipecahkan oleh tim ang menyerang. Terutama jika tim yang mempunyai postur rerata pendek akan dengan mudah dikalahkan oleh tim yang mempunyai postur rerata tinggi.

Tentunya banyak sebab yang dapat menimbulkan kekalahan tersebut, anatara lain dari kurang baiknya persiapan (waktu pendek dan fasilitas kurang memadai). Tidak terorganisirnya

rencana training camp dan tryout guna membentuk kebiasaan menghadapi pemain yang mempunyai rerata posturnya tinggi. Kurangnya jumlah pertandingan pertahun sehingga kurang terujinya sistem pertahanan yang dibangun.

Pada penelitian saat ini peneliti memfokuskan pada pengembangan model sistem pertahanan dimana akan dibuat panduan pelaksanaan sistem pertahanan yang cocok untuk perbola basketan Indonesia. Diharapkan hasil penelitian ini benar-benar efisien, efektif, dan dapat terus dikembangkan pada perbolabasketan Indonesia.

Defense adalah suatu sistem pertahanan dalam menghadapi serangan lawan. Dalam permainan bola basket jika *jump ball* sudah dilakukan dan sudah ada yang menguasai bola, maka yang pertama dibicarakan biasanya sistem pertahanan/*defense* (karena falsafah kepelatihannya adalah *offense can win the games, defense can win the championship*). Maka banyak pelatih urutan yang dibicarakannya adalah *defense* terlebih dahulu. Biasanya *defense* dibicarakan dalam dua terminology, man to man dan zone *defense*. Sekarang orang lebih senang membicarakannya sebagai Original atau *attacking defense*. Maka sebutannya akan menjadi Original man to man dan zone *defense* atau *Attacking man* atau zone *defense*. Sedangkan untuk Indonesia sendiri dimana kelemahan utama adalah faktor tinggi badan, oleh karena itu semua pelatih akan berfikir bagaimana selama mungkin menghambat gerakan lawan kearah dekat/bawah ring. Usahanya dimulai dengan melakukan pertahanan sejak di daerah lawan (*full court defense*). Secara keseluruhan di basket disebut sistem pertahanan yang lebih maju dari biasanya (*original defense*), lebih kedepan (*Extended Defense*) atau ada juga yang

menyebutnya *agresive defense* dan *ATTACKING DEFENSE*. *Attacking defense* lebih disukai oleh para pembina bola basket di Indonesia.

Pada prakteknya di lapangan sistem pertahanan dibagi dua, dimana sistem pertahanan yang menjaga orang perorang disebut pertahanan man to man, sedangkan pertahanan yang fokus kepada penjagaan daerah tanggung jawabnya yang sudah dibagi-bagi sebelumnya disebut pertahanan zone *defense*. (*Man to man* = pertahanan perorangan & *Zone* = pertahanan daerah). Pertahanan *man to man* hanya dibagi dua yaitu jika penjagaan dilakukan di dalam daerah 3 angka disebut original man to man, dimana pergerakan yang bertahan ditentukan oleh yang menyerang karena sistem penjagaannya tidak ada pengarahannya kesuatu daerah. Sedangkan penjagaan yang dilakukan sejak diluar daerah 3 angka disebut *attacking defense*, dimana pada saat bertahan sudah ada pengarahannya. Oleh karena itu pergerakan penyerang ditentukan oleh yang bertahan.

METODOLOGI PENELITIAN

Metode penelitian yang dipergunakan ialah Penelitian *research and development* model Borg & Gall. Atas dasar model Penelitian dan Pengembangan ini disusun prosedur atau tahapan penelitian sebagai berikut:

Langkah I. Observasi awal.

Pada langkah pertama ini peneliti berusaha mencari informasi apakah sistem pertahanan yang ada sudah efektif dan efisien untuk diterapkan pada tim POPDA Banten KU 18 tahun. Adapun langkah yang saya ambil adalah dengan mengadakan

penyegaran (refresh) kepelatihan untuk seluruh pelatih bola basket di Banten. Kegiatan dilakukan di Bumi Serpong Damai Sektor 1.5 pada tanggal 25 & 26 Maret 2017, dimana kegiatan dihadiri 31 pelatih dari Banten dan dari beberapa propinsi yang berdekatan dengan Banten.

Dimana rekomendasi yang dikeluarkan atau didapat kesimpulan bahwa bentuk pertahanan dalam permainan bola basket Banten (bentuk pertahanan yang lama) masih kurang baik karena:

1. Kurang agresif.
2. Kurang mendikte
3. Kurang mengintimidasi.
4. Tidak Inovatif

Langkah II. Perencanaan.

Setelah pertemuan pertama diputuskan penelitian akan dilakukan pada saat bersamaan dengan penyelenggaraan Pekan olahraga Pelajar se Banten yang akan diselenggarakan bulan Mei di Pandeglang. Selanjutnya pada tahap ini peneliti mengundang para pengguna produk (para pelatih Banten yang akan melatih daerahnya masing-masing pada PORDA yang akan datang) yang akan dikembangkan yaitu para pelatih Banten, pelatih daerah lainnya/nasional dan klub NBL. Dari hasil pertemuan pertama ini peneliti tertantang untuk mengetahui seberapa efektif sosialisasi yang dilakukan oleh teman-teman peatih dalam mengajarkan metode latihan bertahan 4think's (model pertahanan yang baru) yang diharapkan akan lebih:

1. Lebih agresif.
2. Lebih mendikte.
3. Lebih mengintimidasi tim yang menyerang.
4. Serta bersifat inovatif.

Langkah III. Mempersiapkan materi penelitian.

Peneliti membuat instrumen test kemampuan bertahan pada bola basket dengan mengacu pada pedoman model sistem pertahanan 4think's. Pada pembuatan instrumen test ini peneliti berdiskusi dengan teman sejawat (para dosen bola basket di Fakultas Ilmu Olahraga UNJ) dan para pelatih nasional yang berlisensi A.

Langkah IV. Validasi desain, Ujicoba awal.

Validasi Desain, pada tahap ini peneliti melakukan ujicoba lapangan yang menggunakan atlet Putra Banten Tangerang Selatan sebanyak 15 orang putra guna melihat tingkat kebermaknaan produk dan nantinya akan dibuatkan lembar telaah terhadap instrumen test tersebut. Pelaksanaan ujicoba awal sistem pertahanan ini peneliti dibantu oleh para pelatih berlisensi A (Ichwanuddin, Audi Pahala, TB Arif dan Arfansyah).

Langkah V Pengesahan Intrumen Test.

Hasil ujicoba dikonsultasikan bersama para pakar bola basket yaitu para pelatih berlisensi A (Ichwanuddin, Audi Pahala, TB Arif dan Arfansyah). dan didapat kesimpulan bahwa desain instrumen test sistem pertahanan 4think's dapat dipergunakan untuk meningkatkan mengukur kemampuan bertahan pada atlet usia 16 tahun s.d. 18 tahun.

Langkah VI Pelaksanaan.

Setelah semua masukan pakar dimasukkan kedalam instrumen test, maka dilaksanakanlah pengujian pada POPDA Banten di Pandeglang tanggal

27 Mei s.d 02 Juni 2017. Dimana pada pelaksanaan POPDA tersebut dihadiri oleh seluruh kabupaten/kota. Dalam pengambilan datanya peneliti tetap dibantu oleh para pelatih berlisensi A (Ichwanuddin, Audi Pahala, TB Arif dan Arfansyah).

Lokasi dan Waktu Penelitian.

Lokasi penelitian Pendeglang Banten dari tanggal 27 Mei s.d 02 Juni 2017

9	Alphin DArmawan	Baik
10	Zidan Syardan	Baik
11	Kemaludin	Baik
12	Akmaludin	Baik
13	Aldi Kasim	Baik
14	Adryansah	Baik
15	Heru Komarudin	Baik

Didapat kesimpulan bahwa hasil coba kecil menggambarkan semua atlet (15 atlet Tangerang Selatan) dapat melakukan pengembangan model sistem pertahanan dengan baik.

HASIL PENELITIAN

Test di lapangan terhadap kemampuan bertahan dapat dilaksanakan setelah mendapatkan validasi dari pakar dan dosen bola basket FIK UNJ. Penilaian para expert (expert judgment) terhadap model sistem perthanan yang dikembangkan 4Think’s telah memenuhi kelayakan uji coba lapangan, dan memberikan validasi terhadap hasil kemampuan bertahan dan sepakat bahwa model sistem bertahan 4think’s dapat dilakukan dengan baik di Banten.

Dimana para pakar juga menemukan hampir semua atlet dapat melakukan panduan sistem bertahan dengan baik, dimana terbukti tidak terdapat nilai tidak baik dari semua hasil penilaian terhadap atlet.

Hasil Penelitian Untuk Setiap Daerahnya:

Rekapitulasi Hasil Uji Coba Kecil.

NO	NAMA	HASIL
1	Gama Syaelendra	Baik
2	Putra Samantha	Baik
3	Dirja Hasibuan	Baik
4	Septian Wijaya	Baik
5	Hendra Wijaya	Baik
6	Leon Handinata	Baik
7	Bagus Dermawan	Baik
8	Rama Jamal	Baik

Rekapitulasi Hasil Uji Coba Besar. Kota Tangerang.

NO	NAMA	HASIL
1	Moh Ihsan	Baik
2	Rukmana S	Baik
3	Hartman S	Baik
4	Arief Hidayat	Baik
5	Rachman D	Baik
6	Ferry K	Baik
7	Mumu J	Baik
8	Aan Saefullah	Baik
9	Gunawan H	Baik
10	Bambang S	Baik
11	Sutisna	Baik
12	Hermana D	Baik
13	Wawan Sukawan	Baik
14	Haerudin	Baik
15	Ahmad Jaelani K	Baik

Didapat kesimpulan bahwa hasil coba skala besar menggambarkan semua atlet (15 atlet putra kota Tangerang) dapat melakukan pengembangan model sistem pertahanan dengan baik.

Rekapitulasi Hasil Uji Coba Skala Besar Kota Serang

NO	NAMA	HASIL
1	Arief H	Baik
2	Bagus S	Baik
3	Bagas Rahmad	Baik
4	Ramadhon	Baik
5	M Gufron	Baik
6	Khotib F	Baik

7	Amin J	Baik
8	Komarudin H	Baik
9	Rahman A	Baik
10	Andi J	Baik
11	Afdillah K	Baik
12	Kholilullah	Baik
13	A Jaelani	Baik
14	Gusman W	Baik
15	Syarifulloh	Baik

Didapat kesimpulan bahwa hasil uji coba Skla Besar menggambarkan semua atlet (15 atlet Kota Serang) dapat melakukan pengembangan model sistem pertahanan dengan baik.

Rekapitulasi Hasil Uji Coba Skala Besar Kabupaten Serang

NO	NAMA	HASIL
1	Bustomi K	Baik
2	Gufron J	Baik
3	Eman J	Baik
4	Edy Sufandy	Baik
5	Sofyat W	Baik
6	Mimin S	Baik
7	Epang K	Baik
8	Edmundo Wijaya	Baik
9	Gerald W	Baik
10	Rudi E	Baik
11	Ekowaluyo H	Baik
12	Ghanif E	Baik
13	Amanta D	Baik
14	Geraldine J	Baik
15	Wawan S	Baik

Didapat kesimpulan bahwa hasil uji coba Skala Besar menggambarkan semua atlet (15 atlet Kabupaten Serang) dapat melakukan pengembangan model sistem pertahanan dengan baik.

Rekapitulasi Hasil Uji Coba Skala Besar Rangkas Bitung

NO	NAMA	HASIL
1	M Nabil	Baik
2	Andira R	Baik
3	Bibin Prasetyo	Baik
4	Nursyad D	Baik
5	Ilham A	Baik

6	Saudi Rafif	Baik
7	Ahmad Fauzi	Baik
8	Barly A	Baik
9	Bagas Teguh A	Baik
10	M Wibowo	Baik
11	A Nafis	Baik
12	Ipoel S	Baik
13	Diyan Wiranto	Baik
14	Bayu Ardyansah	Baik
15	Dwiki Gumilang	Baik

Didapat kesimpulan bahwa hasil coba Skala Besar menggambarkan semua atlet (15 atlet Rangkasbitung) dapat melakukan pengembangan model sistem pertahanan dengan baik.

Setelah melalui uji coba kecil dan revisi tahap kedua, lalu dilakukan uji coba kelompok besar dan revisi tahap ketiga komponen produk pengembangan sistem pertahanan 4Think's yang terdiri dari;

1. Gerakan mendekat / Aproaching step.
2. Tekanan pada bola / Ball pressure push them to dribble.
3. Arahkan kepinggir lapangan / Funnel to the side.
4. Melompat kearah bola / Jump to the ball.
5. Memenuhi Jarak Ideal / Ideal Distance.
6. Posisi bertahan didaerah ada bola dahn tidak ada bola (strong side / weak side).
7. Menjaga didepan penyerang / Fronting.
8. Melakukan penjagaan berdua terhadap penyerang yang memegang bola / Double team.
9. Berpindah posisi mengikuti perubahan penjaga yang menjaga penyerang yang memegang bola.
10. Gerakan memotong jalur passing / intersept dan gerakan mencuri bola dari penguasaan lawan / stealing.

Berdasarkan telaah para pakar dan rekan sejawat, sangat terlihat dengan jelas bahwa sistem pertahanan hasil pengembangan ini sangat efisien dan efektif serta dapat dikembangkan di perbola basketan Indonesia yang postur tubuh atletnya tidak terlalu tinggi.

Hasil diskusi dengan para ahli:

Di akhir dari penelitian ini para ahli kembali menyorot sebaiknya penelitian ini dapat dikembangkan hingga ke level usia dini atau pemula dan disebar ke seluruh daerah hingga ada keseragaman di seluruh Indonesia. Sehingga pelatih yang di tingkat nasional tidak lagi dipusingkan mengenai kemampuan bertahan atletnya

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis hasil penelitian ini penulis menyimpulkan bahwa model sistem pertahanan 4think's yang dikembangkan ini :

1. Efektif, artinya model sistem pertahanan 4think's yang diterapkan dapat dengan mudah diterjemahkan oleh masing-masing tim daerah kota dan kabupaten di Banten . Terbukti diempat daerah tempat penelitian ini diselenggarakan semuanya menghasilkan nilai yang sangat positif, sesuai dengan data penelitian yang didapat.
2. Efisien, artinya model sistem pertahanan 4think's yang diterapkan merepresentasikan karakter pemain Indonesia yang bermain dengan baik dan tepat guna. Dimana terbukti dalam ujicoba yang sesungguhnya melawan tim yang usianya sama, maupun di atas mereka satu tingkat semua pemain dapat berkontribusi sesuai dengan posisinya.
3. Berkembang, artinya semua pihak yang terkait dengan olahraga bola basket mengerti dan dapat melihat

manfaat dan dampak yang langsung terhadap perkembangan atletnya. Semua tertarik untuk terus mempelajari, melatih dan mengembangkannya.

Penggunaan metode sistem pertahanan 4think's sudah meluas dimana perkembangannya melalui komunikasi antar personal baik secara langsung maupun melalui media virtual yang sangat membantu penyebaran model sistem pertahanan 4think's ini. Diharapkan selain para pembina bola basket mempergunakan model sistem pertahanan yang baru ini (4think's), para pembina tersebut juga mulai membiasakan melakukan penelitian lainnya yang nantinya dapat dipergunakan untuk kemajuan bola basket di tanah air.

DAFTAR PUSTAKA

- Mick Donovan, Youth basketball 1001 drills. A & C Black Publishers Ltd, London 2010.
- Lee Rose, Winning Basketball Fundamentals. Human Kinetics USA 2013.
- NBA Coaches Playbook, Gandolfi Giorgio. Techniques, Tactics and Teaching Points. Human Kinetics, USA 2009
- Katrin Barth & Lothar Boesing, Training Basketball, Meyer & Meyer UK Ltd 2010.
- Kathy McGee. Coaching Basketball Technical & Tactical Skills, Human Kinetics USA 2007.
- Jerry V Krause/Don Meyer/Jerry Meyer. Basketball Skills & Drills, Human Kinetics USA 2008.
- Brain Cole, MD. Rob Panariello. Basketball Anatomy. Human Kinetics, USA 2016
- Brown Herb. Let's talk *Defense*. (Virginia: USA, 2005).

Pengembangan Model Sistem Pertahanan Dalam Permainan Bola Basket

- Cony Semiawan. Catatan Kecil Tentang Penelitian dan Pengembangan Ilmu. Pengetahuan. Jakarta: Kencana.2010.
- Jhon R Wooden. UCLA OFFENSE.Printed by United Graphics. USA 2013.
- Krause Jerry & Pim Ralph . Coaching Basketball . McGraw Hill USA 2008.
- Krzyzewski Mike “Coach K”. Basketball *defense* Sourcebook. Chicago Illinois: Triumph books 2012.
- Punaji Setyosari. Metode Penelitian Pendidikan dan Pengembangan. Jakarta: Kencana. 2010.
- Sukmadinata. Metode Penelitian Pendidikan. Bandung: PPs UPI dan PT Remaja Rosdakarya. 2010.
- Sugiono, Metode penelitian kuantitatif, kualitatif dan R & D. Bandung: Alfabeta 2008.
- S Braxton. ADDIE. Instructional Design Model.From General Instructional Design Phases 2006.
- Nusa Putra. Research Development. Jakarta: PT Raja Grafindo. 2010.