

Olahraga

MAJALAH ILMIAH

PENGEMBANGAN PELATIH ATLETIK SEBAGAI SUATU PROFESI
DI INDONESIA

TAHAP PERKEMBANGAN MOTORIK BAYI

MEMAHAMI TES, PENGUKURAN DAN PEJILJAN
UNTUK PENGEMBANGAN INSTRUMEN RANAH PSIKOMOTOR

FAKTOR-FAKTOR PENGHAMBAT MAHASISWA D-1 PGSD PENJAS
FIK IJNY DALAM MELAKSANAKAN PENGAJARAN MIKRO

POLA PERMAINAN OFF-THE-BALL SCREEN UNTUK MENGHADAPI
PERTAHANAN MAN-TO-MAN

PENGKAJIAN INDEK PEMBANGUNAN OLAHRAGA
DI KABUPATEN SLEMAN

PENTINGNYA PENGUASAAN GERAK DASAR BAGI SISWA SEKOLAH DASAR
SEBAGAI PENUNJANG KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA

PERANAN MANAGER DALAM KLUB BOLA VOLI
SEJARAH PERKEMBANGAN OLAHRAGA ANGGAR

RESENSI BUKU: SEJARAH UNTUK SEMUA

B3

OLAH RAGA

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN - UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

RESENSI BUKU: SEJARAH UNTUK SEMUA

PERANAN MANAGER DALAM KLUB BOLA VOLI

SEJARAH PERKEMBANGAN OLAHRAGA ANGGAR

PENTINGNYA PENGUASAAN GERAK DASAR

SEBAGAI PENUNJANG KETERAMPILAN BERMAIN SEPAKBOLA

PENGKAJIAN INDEK PEMBANGUNAN OLAHRAGA

DI KABUPATEN SLEMAN

POLA PERMAINAN OFF-THE-BALL SCREEN

UNTUK MENGHADAPI PERTAHANAN MAN-TO-MAN

FAKTOR-FAKTOR PENGHAMBAT MAHASISWA D-1 PGSD

PENJAS FIK IJNY DALAM MELAKSANAKAN PENGAJARAN MIKRO

MEMAHAMI TES, PENGUKURAN DAN PEJILJAN

UNTUK PENGEMBANGAN INSTRUMEN RANAH PSIKOMOTOR

TAHAP PERKEMBANGAN MOTORIK BAYI

PENGEMBANGAN PELATIH ATLETIK SEBAGAI SUATU PROFESI

DI INDONESIA

MAJALAH ILMIAH

Olahraga

ISSN 0853 - 2273

Volume 13, Agustus 2007, TH. XIII, NO. 2

FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN - UNIVERSITAS NEGERI YOGYAKARTA

OLAHRAGA

Terbit tiga kali setahun, pada bulan April, Agustus, dan Desember. Berisi tulisan yang diangkat dari hasil penelitian dan kajian analisis-kritis di bidang keolahragaan.

Ketua Penyunting

Sukadiyanto

Penyunting Pelaksana

Yustinus Sukarmin

Margono

Djoko Pekik Irianto

Eka Swasta Budayati

Dimiyati

Sumaryanto

Penyunting Ahli

Harsuki (Universitas Negeri Jakarta)

KRT. Sukintaka (UTP Surakarta)

Jumhan Pida (Universitas Negeri Yogyakarta)

Setyo Nugroho (Universitas Negeri Yogyakarta)

BM. Wara Kushartanti (Universitas Negeri Yogyakarta)

M. Furchon Hidayatullah (Universitas Negeri Sebelas Maret)

Pelaksana Tata Usaha

Joko Purwanto

Dasmi

Sugiri

Sumardiyanto

Alamat Penyunting dan Tata Usaha:

FIK-UNY, Jl. Kolombo 1, Yogyakarta. Telepon /Fax: (0274) 513092

OLAHRAGA diterbitkan sejak April 1995 dengan terbitan perdana. Penyunting menerima sumbangan tulisan yang belum pernah diterbitkan oleh media lain. Naskah diketik pada kertas HVS kuarto, spasi ganda, panjang 15 s.d 20 halaman, dengan format seperti tercantum pada halaman kulit dalam-belakang. Naskah yang masuk dievaluasi dan disunting untuk keseragaman format, istilah, dan tata cara lainnya.

DAFTAR ISI

- Pengembangan Pelatih Atletik Sebagai Suatu Profesi di Indonesia 147
Oleh Ria Lumintuarso
- Tahap Perkembangan Motorik Bayi 164
Oleh B Suhartini
- Memahami Tes, Pengukuran Dan Penilaian Untuk Pengembangan Instrumen Ranah Psikomotor 173
Oleh Hari Yulianto
- Faktor-faktor Penghambat Mahasiswa D-II PGSD Penjas FIK UNY Dalam Melaksanakan Pengajaran Mikro 186
Oleh Sri Winarni
- Pola Permainan Off-The-Ball Screen Untuk Menghadapi Pertahanan Man-To-Man 205
Oleh Budi Aryanto
- Pengkajian Indek Penubunguan Olahraga Di Kabupaten Sleman 220
Oleh Agus Susworo Dwi Marhaendro & Subagyo
- Pentingnya Penguasaan Gerak Dasar Bagi Siswa Sekolah Dasar Sebagai Penunjang Keterampilan Bermain Sepakbola 236
Oleh Yudianto
- Peranan Manager Dalam Klub Bola Voli 249
Oleh Guntur
- Sejarah Perkembangan Olahraga Anggar 263
Oleh Faidillah Kurniawan
- Resensi Buku: Sejarah Untuk Semua 273
Oleh Subagyo & F. Suharjana

POLA PERMAINAN OFF-THE-BALL SCREEN UNTUK MENGHADAPI PERTAHANAN MAN-TO-MAN

Oleh : Budi Aryanto
Dosen Fakultas Ilmu Keolahragaan UNY

Abstrak

Taktik permainan dengan menggunakan *screen* atau *pick* sangat dominan digunakan untuk menghadapi pola pertahanan *man-to-man*. Taktik permainan ini mengandalkan kerjasama antar pemain yang kompak dan sinergis. Taktik ini membutuhkan kerjasama dua sampai tiga orang pemain.

Kerjasama dua orang pemain dalam pola *pick* biasanya disebut *pick and roll* atau *on the ball screen*. Sedangkan kerjasama tiga orang pemain dengan *pick* dilakukan untuk membebaskan pemain tanpa penguasaan bola disebut *off the ball screen*.

Pembahasan dalam tulisan ini lebih ke off the ball screen dengan berbagai variasinya. Variasi permainan tersebut terjadi akibat situasi pertahanan yang berubah. Perubahan tersebut akibat kemampuan pemain penjaga dalam membaca pola penyerangan pemain penyerang demikian sebaliknya.

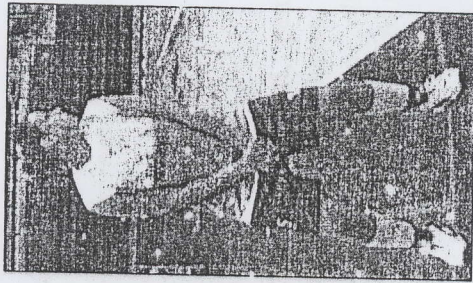
Kata kunci : Off the ball screen, pick, screener, cutter, passer.

Pendahuluan

Suatu *screen*, disebut juga sebuah *pick*, adalah suatu *block* yang diperkenankan yang dipasang oleh pemain penyerang dari sisi samping atau dari belakang pemain bertahan dengan maksud untuk membebaskan teman satu regu agar bebas untuk menembak atau menerima operan. Dalam permainan bolabasket modern dewasa ini, terutama menghadapi pertahanan *man-to-man*, permainan *block screen* ini mendapatkan bagian yang besar dalam perencanaan

permainan, dan dalam permainan ini terdapat berbagai jenis *block screen* yang berbeda yang digunakan. Permainan dengan cara ini sangat efektif sebab memungkinkan menjawab semua rintangan pertahanan untuk memperoleh keuntungan dalam penyerangan.

Untuk lebih jelasnya dalam gambar 1 ini memperlihatkan seorang pemain sedang melakukan teknik *block screen*. Gambar tersebut sebagai berikut :



Gambar 1. *Set screen* (Woods : 2002)

Dalam setiap permainan *screen*, pemain bertahan akan berusaha bermain sesuai cara yang dipakai penyerang, berdasarkan filosofi mereka atau daerah kuat dan lemah. Penyerang, bagaimanapun juga, selalu mempunyai pilihan dalam penyerangannya, biasanya dua pilihan dan kadang-kadang sampai tiga pilihan penyerangan, tergantung bagaimana pemain bertahan memilih permainannya.

Kunci keberhasilan menggunakan *screen* tidak terletak bagaimana cepat pemain penyerang dalam melakukan *screen*, tetapi terletak bagaimana penyerang dapat membaca permainan yang dikembangkan oleh pemain bertahan dalam melawan permainan

screen tersebut. Pilihan-pilihan yang dapat diambil meliputi sebagai berikut :

- a. Bergerak ke bawah
- b. Bergerak ke atas
- c. Bergerak ke belakang
- d. Bergerak ke puncak dari *screen*

Dalam beberapa *screen*, *screener* dapat melakukan *screen* balik untuk dapat dilakukannya *jump shot*, atau melakukan pergerakan keluar untuk menciptakan situasi *one on one*.

Biasanya ada tiga bentuk *screen* yang memungkinkan terjadinya *screen* balik (*bump back*) yaitu, *UCLA screen*, *Flex screen*, dan *Hawk screen*.

Off-the-ball screen dan *on-the-ball screen* biasanya, keduanya, melibatkan sedikitnya dua pemain penyerang, dan setiap pemainnya mempunyai tanggung jawab masing-masing. *Screener* biasanya melakukan *pick* pada suatu daerah tertentu dan berdiri diam sementara pemain yang menggunakan *screen* tersebut menunggu sampai *screener* siap sedia. Pemain pengguna kemudian menggunakan *screener* tersebut dengan terlebih dahulu melakukan gerak tipuan sebelum ia bergerak kearah yang sebenarnya diingini. Kedua pemain penyerang tersebut harus dapat membaca apa yang akan dilakukan kemudian oleh pemain bertahan.

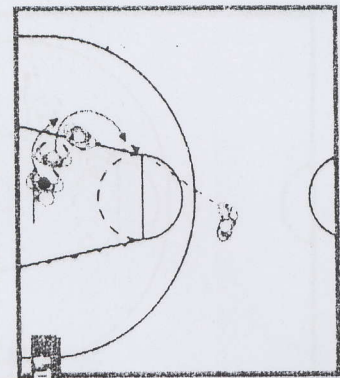
Marilah sekarang kita mulai menganalisa perbedaan permainan *screen*, dimulai dari *off-the-ball* dan *on-the-ball screen*.

Off-the-ball screen

a. *Curl*

Jika pemain bertahan bergerak mengikuti pemain yang dikenai *screen*, pemain tersebut bergerak mengelilingi pemain *screener* menuju ke pemain pengumpan. Pemain bergerak memutar sekitar *screener* dan kemudian melakukan *cutting* ke keranjang untuk menerima operan bola dari pemain pengoper.

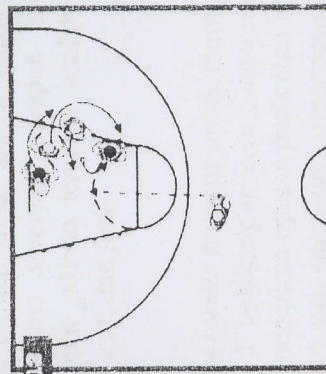
Seperti yang terlihat pada gambar 2, sebagai berikut :



Gambar 2. *Off-the-ball screen, Curl* (Hollins, 2003:7).

b. *Curl/Slip*

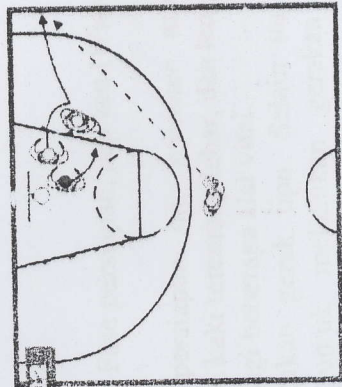
Jika sewaktu melakukan gerakan curl, pemain bertahan yang menjaga *screener* melakukan joga bantu dan meninggalkan penjagannya, *screener* lalu melakukan roll kearah keranjang untuk menerima operan. Pola permainan ini disebut *slip*, seperti yang terlihat dalam gambar 3 sebagai berikut:



Gambar 3. *Off-the-ball screen, Slip* (Hollins, 2003:7)

c. *Bump*

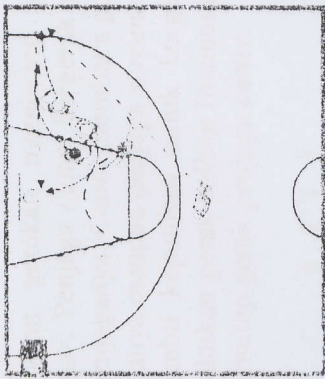
Jika saat melakukan gerakan memutari pemain, yang melakukan *screen*, pemain bertahan berusaha menutup kesenjangan yang ada atau melakukan terobosan dalam penjagaan, *screener* harus tetap melakukan penutupannya dengan melakukan langkah mundur ke samping searah gerakan pemain penjaga dalam melakukan terobosan penjagaan. Pemain yang memperoleh pertolongan *screen*, dilakukan dengan *bumping*, sesegera mungkin bergerak keluar jauh dari *screener*. Pola permainan ini terlihat seperti pada gambar 4, sebagai berikut :



Gambar 4. *Off-the-ball screen, Bump* (Hollins, 2003:7)

d. *Bump/Slip*.

Jika pemain penjaga yang tidak terkena *screen* keluar membantu jaga dengan bergerak keluar dan menjaga pemain yang bebas, kedua pemain tersebut melakukan gerakan *bumping* dan bergerak keluar dari *screen*, *screener* dengan cepat melakukan gerakan masuk ke dalam mendekati keranjang untuk menerima operan dari pemain yang bergerak keluar tadi. Pola permainan ini disebut *bumping* dan *slip*, seperti dalam gambar 5 sebagai berikut :



Gambar 5. Off-the-ball screen, Bump/Slip (Hollins, 2003:7)

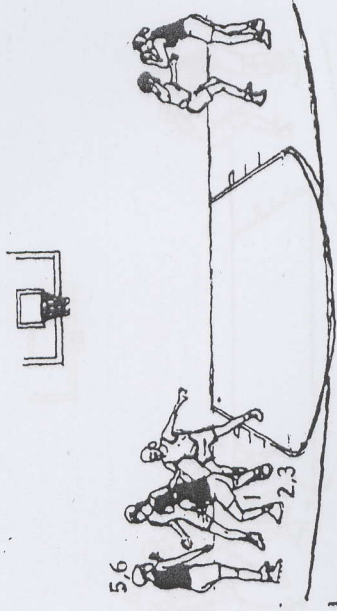
Pola permainan off-the-ball screen

Passing-screen adalah keahlian dasar yang harus dimiliki dalam suatu tim bolabasket. Cara ini melibatkan paling tidak tiga pemain: screener, cutter, dan passer. Screener menggunakan cara ini untuk melindungi cutter yang menggunakannya untuk bisa bebas menerima operan, menembak, atau menggiring lagi ke tempat lain. Situasi lain, bila pemain penjaga melakukan pergantian jaga dan menempel cutter, screener bisa bebas untuk memperoleh operan atau memasang lagi screen baru.

Terdapat empat pilihan dasar untuk cutter dalam bergerak tergantung pada bagaimana screener maupun cutter diiringi oleh pemain penjaga. Keempat pilihan tersebut adalah sebagai berikut: pop-out, curl, backdoor-cut, dan fade.

Pop-out

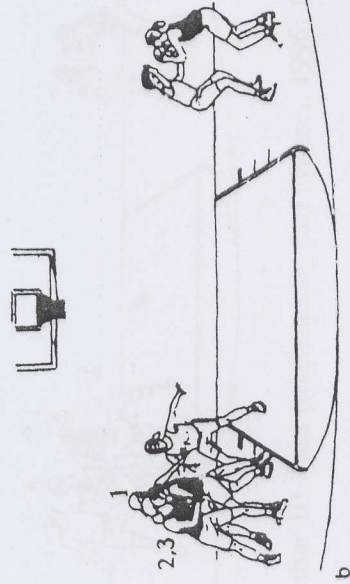
Ketika penjaga screener mundur untuk memberi ruang kepada penjaga cutter bergerak di belakang screen. Cutter melakukan gerakan keluar (pop-out) untuk menerima operan dada atau lewat kepala untuk suatu tembakan lompatan atau catch-and-shoot sesuai irama dan jarak tembak cutter. Gambar 6 sampai 8 memperlihatkan pola permainan pop-out.



Gambar 6. Fase persiapan, pop-out (Wissel, 1996: 171)

Dalam fase persiapan ini, screener menyiapkan screen. Melakukan jump-stop, kaki terentang lebar, dan lengan berada diposisi dalam untuk melindungi beberapa alat tipu. Selain itu cutter menunggu waktu yang tepat untuk melakukan gerakan memotong yang sebenarnya.

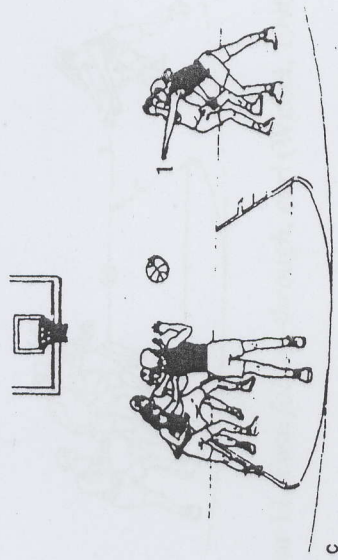
Cutter melakukan gerak tipu. Selain itu cutter menunggu waktu yang tepat untuk melakukan gerakan memotong yang sebenarnya.



Gambar 7. Fase pelaksanaan, pop-out (Wissel, 1996: 172)

Cutter melakukan gerakan memotong sesuai jalur yang disiapkan oleh screener. Penjaga cutter bergerak menyelip di ruang antara screener dan penjaganya. Cutter membaca pola penjagaan yang dilakukan oleh penjaganya maupun penjaga screener.

Cutter mengambil keputusan untuk bergerak keluar bukan masuk. Screener melakukan gerak rolling (memutar) bergerak masuk ke dalam sekaligus menutup gerak penjaga cutter.

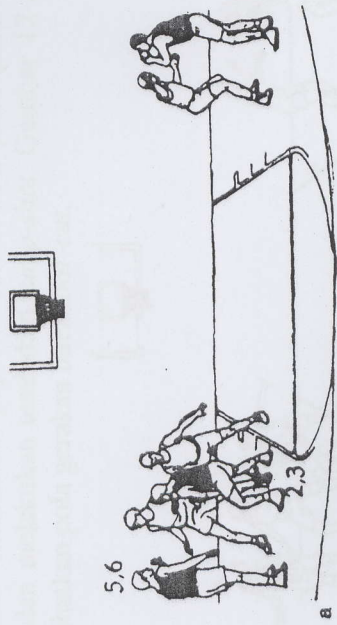


Gambar 8. Fase follow-through, pop-out (Wissel, 1996: 172)

Passer, pengoper bola, mengopekan bola ke posisi cutter yang terbuka untuk melakukan jump-shot (catch-and-shoot).

Curl (meliuk)

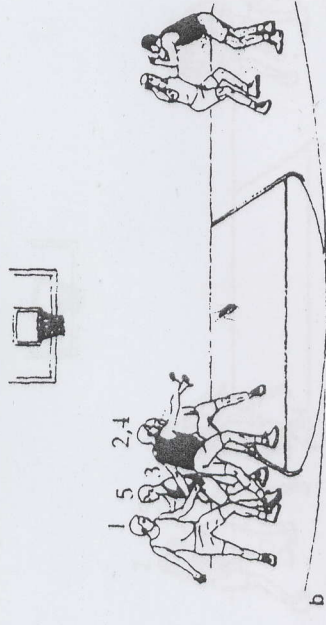
Jika penjaga cutter mengikuti cutter sampai ke ujung screen. Lakukan gerakan curl atau meliuk (memotong di depan dan di sekeliling screen) kearah keranjang untuk menerima operan. Biasanya operan melewati kepala atau operan pantulan. Cutter dapat melakukan tembakan hook-shot ataupun lay-up shot. Berikan tanda dengan meletakkan lengan cutter di sekeliling tubuh screener. Gambar 9 sampai 11 memperlihatkan pola gerak curl yang dimaksud.



Gambar 9. Fase persiapan, curl (Wissel, 1996: 172)

Dalam fase persiapan ini, screener menyiapkan screen. Melakukan jump-stop, kaki terentang lebar, dan lengan berada diposisi dalam untuk melindungi beberapa alat vital.

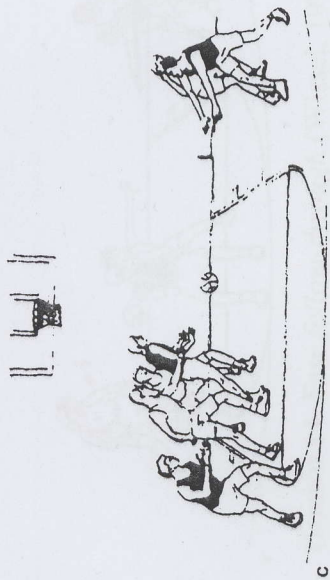
Cutter melakukan gerak tipu. Selain itu cutter menunggu waktu yang tepat untuk melakukan gerakan memotong yang sebenarnya.



Gambar 10. Fase pelaksanaan, curl (Wissel, 1996: 173)

Cutter melakukan gerakan memotong sesuai jalur yang disiapkan oleh screener. Penjaga cutter mengikuti gerakan cutter di belakangnya. Cutter membaca pola penjagaan yang dilakukan oleh

penjaganya maupun penjaga *screener*. *Cutter* memberi tanda akan melakukan gerakan meliuk dengan meletakkan lengan pada badan *screener*. *Cutter* bergerak memotong ke dalam ke arah keranjang. *Screener* melakukan gerakan *pop-out* (keluar).



Gambar 11. Fase *follow-through, curl* (Wissel, 1996: 173)

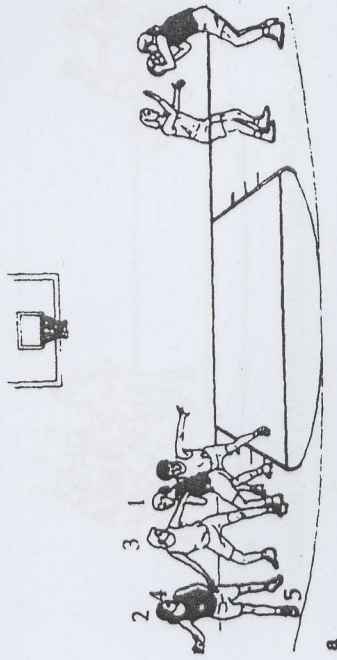
Passer mengoper ke pemain yang bebas. Jika yang bebas *cutter* maka dapat melakukan tembakan *hook-shot* atau *lay-up shot*. Jika yang bebas *screener* maka dapat melakukan tembakan *jump-shot*.

Back door-cut

Jika penjaga *cutter* melakukan antisipasi gerakan *cutter* dengan bergerak dahulu ke ujung *screen* sebelum *cutter* melakukan *cutting*. *Cutter*: harus bergerak di atas *screen* dan ubah arah lari untuk melakukan gerakan *back door-cut*. *Cutter* bergerak di belakang *screener* ke arah keranjang- untuk menerima operan *lob* atau pantulan untuk melakukan tembakan *lay-up shot*. Berikan tanda dengan isyarat untuk melakukan *backdoor-cut*.

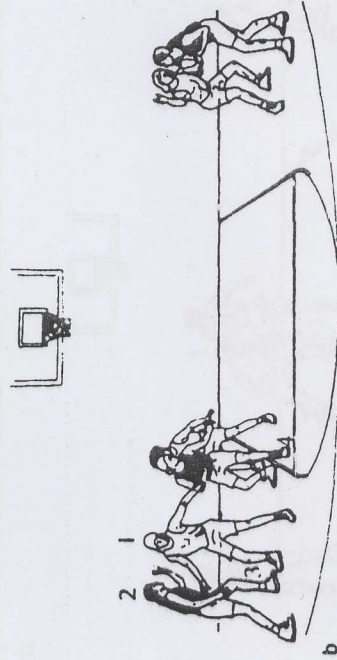
Pada waktu bersamaan berikan tanda sasaran operan kepada *passer*. Tangan menunjuk ring untuk operan pantul atau tangan menunjuk ke atas untuk operan *lob* jika penjaga *screener* bergerak menghalangi *backdoor-cut cutter*.

Screener melakukan *pop-out* dan berada pada posisi bebas menangkap dan melakukan tembakan *jump-shot*. Gambar 12 sampai 14 memperlihatkan pola gerakan *backdoor-cut*.



Gambar 12. Fase persiapan, *backdoor-cut* (Wissel, 1996: 173)

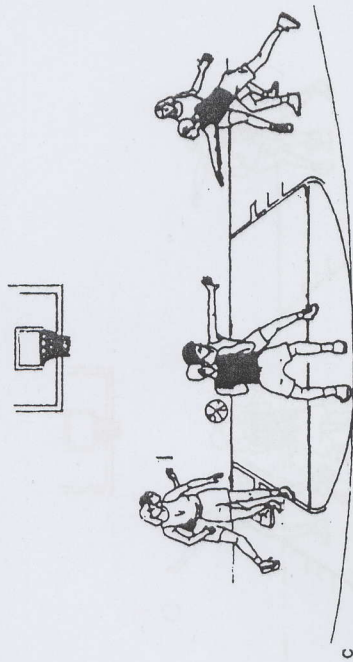
Screener menyiapkan *screen*. Penjaga *cutter* mengantisipasi gerakan *cutter* dengan menempatkan diri di atas *screen*. *Cutter* meneriakkan kata kunci untuk melakukan *backdoor-cut*. *Cutter* melakukan gerak tipu.



Gambar 13. Fase pelaksanaan, *backdoor-cut* (Wissel, 1996:174)

Penjaga *cutter* bergerak keluar untuk mengantisipasi operan ke pemain *cutter*. *Cutter* membaca pertahanan. *Cutter* melakukan

backdoor-cut menuju ke keranjang. *Screener* melakukan gerakan keluar (*pop-out*).

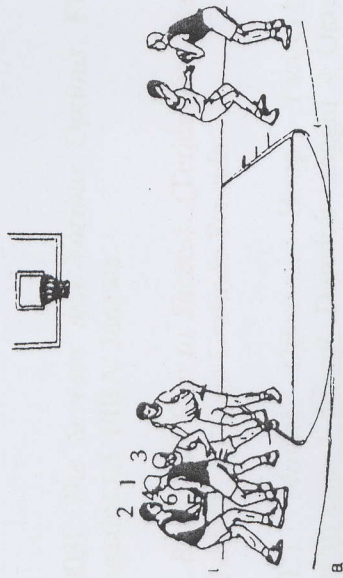


Gambar 14. Fase *follow-through* (Wissel, 1996:174)

Cutter melakukan *backdoor-cut* menerima operan pantulan atau *lob* dan melakukan tembakan *lay-up*.

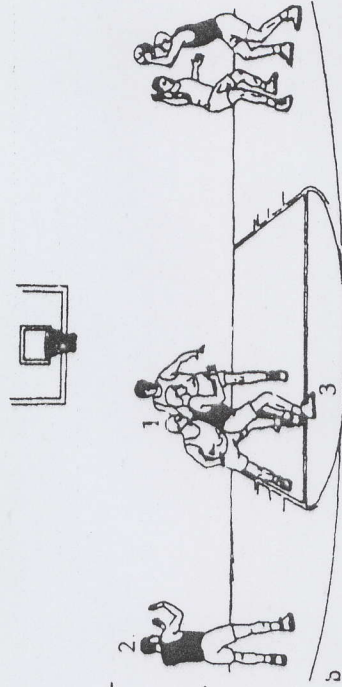
Fade (menghilang)

Jika penjaga *cutter* mengambil jalan pintas dengan bergerak dibelakang penjaga *screener*. *Cutter* melakukan *fade* (gerakan menghilang) dengan menjauh dari keranjang. Tandai gerakan ini dengan menaruh tangan *cutter* pada paha dan pinggul *screener* sebelum *cutter* melakukannya. Gambar 15 sampai 17 memperlihatkan pola gerakan tersebut.



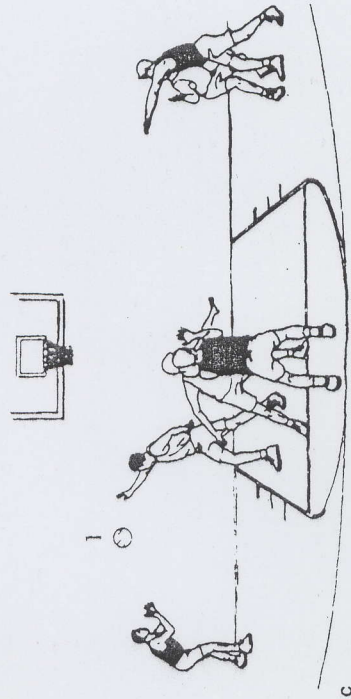
Gambar 15. Fase persiapan, *fade* (Wissel, 1996:174)

Screener menyiapkan *screen*. *Cutter* melakukan gerak tipu dan menunggu waktu yang tepat untuk melakukan *cutting*. Penjaga *screener* merapat ke *screen*. Penjaga *cutter* mengambil jalan pintas dengan bergerak di belakang penjaga *screener* yang merapat ke *screen*. *Cutter* membaca pola pertahanan yang dikembangkan oleh kedua penjaga (*screener* dan *cutter*). *Cutter* memberi tanda gerakan *fade* kepada *screener*. *Cutter* meneriakkan tanda *fade* agar *passer* mengerti.



Gambar 16. Fase pelaksanaan, *fade* (Wissel, 1996:175)

Penjaga *cutter* mengambil jalan singkat / memotong di belakang penjaga *screener*. *Cutter* menjauh dari bola. *Screener* melakukan *pop-out*.



Gambar 17. Fase follow-through, fade (Wissel, 1996:175)

Saat menjauh, bola dioper ke pemain *cutter* dengan posisi untuk melakukan tembakan *jump-shot*.

Berlatih *screen* dengan pertahannya sekaligus dan dengan menguasai *pop-out*, *curl*, *backdoor-cut*, dan *fade* untuk menciptakan peluang menembak. Jika dilakukan dengan baik merupakan contoh betapa indahnya kerja sama tim dalam melakukan penyerangan beregu dalam permainan bolabasket.

Daftar Pustaka

- Hollins, Lionel. (2003). *The Screens and Various Options*. FIBA Assist Magazine 05. FIBA: Jenewa.
- Wissel, Hal. (1996). *Basketball Step to Success*. (Terjemahan Bagus Pribadi). Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.
- Woods, Ermie.(2002). *Motion Offenses*. Hoop Tactics.<http://www.rawbw.com/~dean/>. Diunduh tanggal 4 Oktober 2007.