BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Teknik dasar dalam permainan bola basket mencakup *footwork* (gerakan kaki), *shooting* (menembak), *passing* (mengoper) dan *catching* (menangkap), *dribble (menggiring bola)*, *rebound*, bergerak dengan bola, bergerak tanpa bola dan bertahan. Faktor penentu kemenangan dalam permainan bola basket dapat dilihat dari *field goal* (usaha untuk memasukan bola ke ring), *free throw, turn over* dan *rebound.* Salah satu kesuksesan tim tergantung pada *rebound* saat menyerang dan bertahan, menurut statistik tim yang memiliki *rebound* lebih baik dapat menguasai pertandingan*. Rebound* merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan bola basket dan merupakan bagian penting dari permainan bola basket.

Rebound terbagi atas dua macam, yaitu *offensive rebound* dan *defensive rebound*. Keduanya memiliki peranan sama pentingnya dalam sebuah pertandingan. *Defensive rebound* merupakan usaha untuk mencegah lawan melakukan serangan kedua sedangkan o*ffensive rebound* merupakan usaha untuk melakukan serangan kedua setelah tembakan yang tidak berhasil. Pemain bola basket harus memiliki postur tinggi dan jangkauan yang panjang untuk melakukan *rebound*. Namun faktor penentu keberhasilan *rebound* bukan hanya kedua hal tersebut, posisi yang baik, komunikasi yang baik

antar pemain, cara melakukan *rebound*, model latihan, uji coba saat latihan dan pemilihan waktu yang tepat juga sama pentingnya.

Para pemain tim bola basket Universitas Negeri Jakarta rata-rata mempunyai postur tubuh yang tidak tinggi sehingga butuh kerja sama dan komunikasi yang baik dalam melakukan *box-out* dan *flying rebound* untuk mendapatkan bola hasil tembakan yang dilakukan baik oleh kawan maupun lawan (*rebound*). Fakta didalam lapangan menunjukan bahwa Universitas Negeri Jakarta mempunyai masalah terhadap *rebound*, dimana sering terjadi kesalahan pada *defensive rebound* yang dapat memberikan lawan menambah *point* dari *offensive rebound* melalui *second chance*. Berikut adalah salah satu hasil statistik *rebound* pertandingan puteri UNJ melawan Universitas Pelita Harapan pada tanggal 15 Mei 2017 bertempat di Hall UPH karawaci:

Quarter 1

Teams	UNJ	UPH
Rebound	10	8

Quarter 2

Teams	UNJ	UPH
Rebound	12	11

Quarter 3

Teams	UNJ	UPH
Rebound	9	13

Quarter 4

Teams	UNJ	UPH
Rebound	5	8

Skor akhir pertandingan ini adalah 63 - 52 untuk kemenangan tim Universitas Pelita Harapan. Total *rebound* yang di peroleh tim UPH sebanyak 40 sedangkan tim UNJ puteri hanya memperoleh 36 *rebound*. Dari data diatas dapat disimpulkan tim UNJ kurang baik dalam melakukan *defensive rebound* sehingga lawan dengan mudah mendapatkan *offensive rebound*. Dan tim UNJ juga kurang baik dalam melakukan *offensive rebound* sehingga lawan dapat memenangkan pertandingan.

Masalah ini membuat peneliti yakin banyak universitas lainnya yang memiliki masalah yang sama. Hal ini sangat berbahaya karena jika lawan memiliki *rebound* yang lebih baik otomatis lawan dengan mudah mendapatkan *second chance* dan memenangkan pertandingan.

Dari uraian di atas banyaknya masalah yang terjadi di lapangan pada saat *rebound* membuat peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai pengembangan model latihan *rebound*. Pada penelitian ini peneliti diharapkan dapat mengetahui gambaran tentang model – model latihan *flying rebound* pada bola basket yang bisa diterapkan dalam program latihan untuk menutupi masalah tersebut pada saat pertandingan.

B. Fokus Penelitian

Didasari oleh latar belakang masalah diatas, maka fokus penelitian perlu dibatasi supaya tidak meluas. Pada penelitian ini peneliti hanya memfokuskan pada pengembangan model latihan teknik *rebound* permainan bola basket.

C. Perumusan Masalah

Berkaitan dengan model yang akan dikembangkan pada penelitian ini, maka dapat dirumuskan masalah “Apakah model latihan *rebound* yang dapat meningkatkan keterampilan melakukan *rebound* dalam permainan bola basket?“

D. Kegunaan Penelitian

Dari rumusan masalah di atas, adapun kegunaan hasil penelitian ini adalah :

1. Dapat menjadi solusi dari permasalahan yang ada pada penelitian ini.

2. Dapat menjadi bahan referensi bagi para pelatih dalam membuat model latihan teknik *rebound* permainan bola basket untuk menyusun program latihan sesuai dengan kemampuan pemain yang dimiliki.
3. Dapat memperbanyak model latihan teknik *rebound* permainan bola basket yang lebih bervariatif dan kreatif, agar para pemain tidak merasa jenuh.
4. Dapat menjadi kekuatan lebih pada saat pertandingan jika *rebound* para pemain baik sehingga lawan menghindari *body contact* di dalam *key hall*.