

BAB II

KERANGKA TEORITIS DAN KERANGKA BERPIKIR

A. Kerangka Teoritis

1. Hakikat Penjaga Gawang Sepak bola

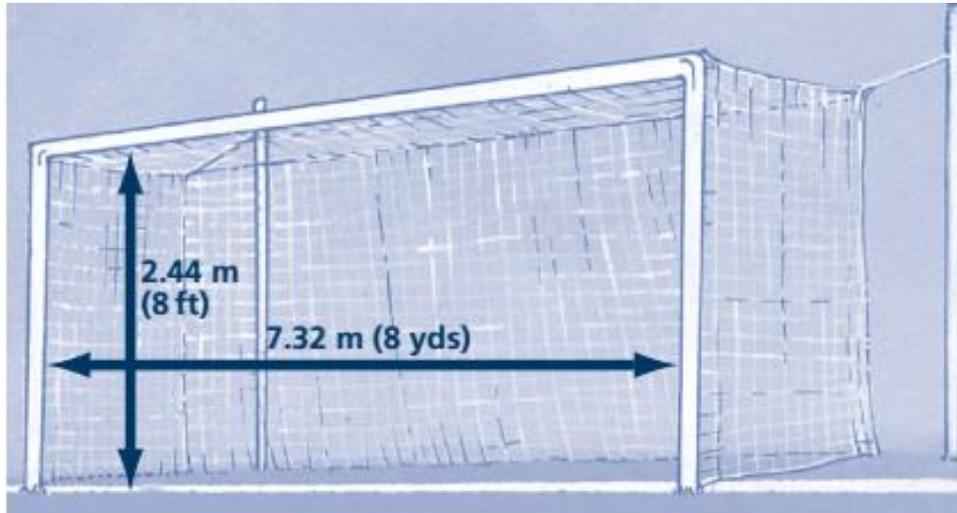
Penjaga gawang atau biasa yang disebut kiper adalah satu-satunya pemain dalam permainan sepak bola yang diperbolehkan menggunakan seluruh anggota tubuhnya mulai dari kaki, kepala, badan, atau tangan untuk mencegah lawan mencetak gol ke gawang, dijelaskan oleh Joseph A. Luxbacher penjaga gawang adalah satu-satunya spesialis sejati dalam tim sepak bola yang bertugas untuk melindungi gawang berukuran tinggi 8 kaki (2,44 meter) dan lebar 24 kaki (7,32 meter), pertahanan terakhir yang harus dilewati lawan untuk mencetak gol dan diperbolehkan untuk menerima dan mengontrol bola dengan tangan di daerah pinalti timnya sendiri¹.

Sementara itu *FIFA* selaku induk sepak bola dunia juga menjelaskan dalam buku *FIFA Grassroots*. "Penjaga gawang adalah satu satunya pemain yang diperbolehkan untuk memegang bola (kecuali dari lemparan kedalam), tapi hanya boleh di sekitar gawang yang disebut area kotak pinalti. Peran dari penjaga gawang adalah menahan bola agar tidak masuk ke gawangnya²". Jadi seorang kiper masih diperbolehkan memainkan bolanya dengan tangan

¹ Joseph A. Luxbacher, *Sepakbola (Edisi Kedua)*, Jakarta : RajaGrafindo Persada, 2012, h.125

² FIFA, *Grassroots*, RVA Druck und Meiden, Altstätten, Switzerland, 2014, hal. 73

dengan catatan selama berada di kotak penaltinya dan bukan berasal dari lemparan kedalam rekan setim.



Gambar 2.1 : Gawang Sepak bola (Sumber : FIFA Laws of The Game 2015-2016 h.9)

Posisi penjaga gawang seharusnya tidak dipandang sebelah mata, justru harus dianggap sebagai pemain yang dapat menginspirasi pemain lain, karena penjaga gawang tidak hanya mencegah gol, namun juga berkontribusi dalam hal penyerangan, hal ini dijelaskan oleh Alan Hargreaves dan Richard Bate dalam bukunya tentang penjaga gawang bahwa Penjaga gawang merupakan posisi yang penting di lapangan³, seorang penjaga gawang yang baik tidak hanya mencegah lawan mencetak gol, tetapi juga menginspirasi pertahanan, dan juga dengan menggunakan berbagai macam cara distribusi bola untuk kontribusinya terhadap penyerangan.

³ Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Skills and Strategies for Coaching Soccer (2nd Edition)*, Human Kinetics, USA, 2010, hal. 174

Peran dari pelatih juga sangat penting dalam hal ini, pelatih dan kipernya harus saling bekerja sama secara harmonis, sebab menurut Timothy Mulqueen dan Mike Woitalla dalam bukunya mengatakan bahwa menjaga gawang butuh kemitraan yang kuat antara pelatih dan penjaga gawang itu sendiri⁴. Peran dari pelatih kiper adalah sebagai pelatih, guru, kritikus, psikolog, dan teman. Metode yang menginspirasi beberapa penjaga gawang bisa saja tidak berlaku bagi kiper lain, itulah sebabnya mengapa kita mengeksplor berbagai pendekatan yang telah digunakan oleh penjaga gawang dan pelatihnya.

Tujuan dari penjaga gawang adalah menjaga kebersihan gawangnya dan melindungi terhadap bola yang berbahaya, karenanya ia harus pandai mengambil sikap yang menguntungkan untuk dapat menangkap ataupun menangkis bola. Menurut *FIFA*, untuk menjadi penjaga gawang yang baik, ada beberapa factor yang mempengaruhi penampilan penjaga gawang atau kiper, yaitu faktor teknik, taktik, fisik dan psikologis⁵. Faktor teknik dan taktik itu termasuk dalam aktivitas yang dilakukan oleh penjaga gawang ketika diatas lapangan. Tugas ketika bertahan dan ketika menyerang dapat dibedakan. Permainan seorang penjaga gawang ditentukan oleh kualitas tekniknya, erat kaitannya dengan kemampuan taktikalnya baik individu ataupun grup, dan pengetahuan teoritisnya.

⁴ Timothy Mulqueen dan Mike Woitalla, *The Complete Soccer Goalkeeper*, Sheridan Books, USA, 2011, hal. x

⁵ FIFA, *Goalkeeping*, *Op. Cit.* h. 14

Faktor fisik atau kebugaran fisik adalah kondisi fisik pada saat tertentu⁶, yang dirancang untuk membantu penjaga gawang melewati proses latihan secara efektif dan berkontribusi untuk dapat pemulihan atau *recovery* lebih cepat setelah menerima beban latihan. Sementara faktor psikologis merupakan cerminan reaksi positif seorang penjaga gawang pada beban latihan sehari-hari. Selama pertandingan, itu membantu penjaga gawang mengatasi tekanan dari lingkungan pertandingan seperti supporter lawan dan memegang tanggung jawab atas hasil yang diraih.

Menurut Timothy Mulqueen dan Mike Woitalla mengatakan bahwa pemain yang ingin menjadi penjaga gawang tidak keberatan menjadi terlihat berbeda. Bahkan mereka menikmatinya, mereka menganggap dirinya sebagai sesuatu yang unik. Kadang kadang mereka bahkan menganggap diri mereka sebagai bagian dalam kelompok elit.⁷ Anda akan menyadari ini ketika anda mengamati penjaga gawang dengan satu sama lain, mereka melihat satu sama lain. Mereka memahami bahwa apa yang mereka lakukan adalah suatu hal yang tidak dilakukan oleh rekan setim yang lain. Dan juga posisi mereka unik, membutuhkan seragam sendiri, dan berbagai perlengkapan serta peraturan yang hanya dapat digunakan atau diterapkan oleh seorang penjaga gawang, serta tanggung jawab langsung untuk menjauhkan bola keluar dari gawang.

Menurut Alan Hargreaves dan Richard Bate mengatakan dalam bukunya ketika memilih seorang penjaga gawang, sebagai tambahan untuk

⁶ Ibid, h.14

⁷ Timothy Mulqueen dan Mike Woitalla, *Op. Cit.* h. 1

kemampuan teknik dan taktikal, pelatih seharusnya juga melihat karakteristik fisik yang diinginkan, seperti :

- a. Tinggi tubuh seorang penjaga gawang yang menjadi keuntungan baginya
- b. Kemampuan *gymnastic*
- c. Fleksibilitas yang baik
- d. Mempunyai kualitas kecepatan reaksi yang baik
- e. Memiliki rasa akan penempatan posisi
- f. Mempunyai keberanian⁸

Adalah hal yang mutlak bagi penjaga gawang untuk memiliki postur tubuh yang tinggi, karena itu akan menjadi keunggulan baginya ketika menghadapi bola yang memungkinkan terjadinya duel di udara, kiper yang memiliki postur tubuh yang tinggi biasanya akan lebih dipilih untuk menjadi kiper utama. Seorang penjaga gawang juga setidaknya memiliki kemampuan *gymnastic* yang baik, karena penjaga gawang seringkali menjadi hiburan tersendiri bagi penonton ketika kiper tersebut melakukan penyelamatan yang indah dilihat sambil terbang dan menjatuhkan badan.

Untuk melakukan hal tersebut, tentu diperlukan fleksibilitas yang baik. Seorang penjaga gawang juga harus memiliki kecepatan reaksi yang bagus, karena kiper seringkali menerima *shooting* jarak dekat yang membutuhkan kecepatan reaksi yang baik. Selain itu penjaga gawang juga harus memiliki kemampuan *positioning* atau penempatan posisi yang tepat, sebab dengan kemampuan *positioning* penjaga gawang yang baik, kiper tidak perlu capek-capek untuk menjangkau bola yang jauh, apabila kiper memiliki kemampuan *positioning* yang baik, bola seakan akan menjadi magnet bagi dia.

⁸ Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Op. Cit.* h. 175

Dan juga salah satu hal yang paling penting ketika menjadi penjaga gawang ialah, seorang penjaga gawang harus memiliki keberanian dalam diri mereka, itu adalah suatu keharusan bagi penjaga gawang untuk memiliki sifat berani, karena kiper seringkali berbenturan dengan pemain lain baik rekan setim maupun lawan, dan juga kiper seringkali berhadapan 1 lawan 1 dengan pemain lawan dan menerima *shooting* jarak dekat. Apabila seorang kiper tidak memiliki keberanian dalam dirinya, kiper tersebut tidak akan pernah dipakai dalam pertandingan.

Sementara itu menurut Timo Scheunemann dan Claudio Reyna untuk menjadi penjaga gawang yang baik, seorang penjaga gawang haruslah memiliki beberapa kualifikasi yang dibutuhkan :

- a. Penempatan posisi yang bagus
- b. Memiliki keberanian
- c. Pemain bola yang andal
- d. Memiliki reaksi yang baik
- e. Menguasai teknik menangkap bola
- f. Memiliki kualitas lompatan yang baik
- g. Memiliki tubuh yang lentur dan koordinasi yang baik⁹

Penempatan posisi yang bagus merupakan modal utama seorang penjaga gawang, jika seorang kiper memiliki kemampuan menempatkan posisi yang baik, yang terjadi ialah bola seakan akan menjadi magnet baginya. Penjaga gawang tidak perlu melompat jauh ke kiri maupun ke kanan untuk menjangkau bola apabila penjaga gawang mempunyai kemampuan *positioning* yang bagus. Seorang kiper juga harus berani, tidak boleh tidak. Karena dalam

⁹ Timo Scheunemann dan Claudio Reyna, *Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak bola Indonesia*, PSSI, Jakarta, 2012, h. 47-52

pertandingan, kiper seringkali berhadapan 1 lawan 1 dengan pemain lawan, sering juga berbenturan dengan rekan setim maupun lawan ketika situasi duel di udara, apabila seseorang kiper tidak memiliki keberanian dalam dirinya dan tidak ada niat untuk melatihnya, niscaya dia tidak akan pernah bisa menjadi kiper yang baik dan hebat kedepannya.

Penjaga gawang merupakan pemain sepak bola yang memiliki keistimewaan dapat menggunakan seluruh anggota tubuh termasuk tangan untuk menguasai bola, namun dia tetaplah seorang pemain bola yang harus pula mempunyai kemampuan mengolah bola yang sama baiknya dengan pemain lain, karena seringkali kiper mendapatkan operan *backpass* dari rekan setim yang dimana dia tidak dapat menguasai bola dengan menggunakan tangan dan dia harus mendistribusikan bola tersebut dengan menggunakan kakinya. Maka dari itu, biarkan kiper berlatih bersama pemain lain sesering mungkin agar kemampuan mengolah bola dengan kedua kakinya semakin terasah. Selain itu, mampu untuk bereaksi secara cepat adalah sebuah nilai tambah yang sangat berharga bagi seorang penjaga gawang. Betapa tidak, kiper seringkali menerima shooting dari jarak dekat sehingga dibutuhkan kemampuan reaksi yang tinggi.

Teknik menangkap bola yang benar juga harus dikuasai oleh penjaga gawang, karena apabila bola yang ditangkap kiper ternyata lepas dari genggamannya tentu bisa berbahaya akibatnya. Oleh karena itu, seorang penjaga gawang harus memiliki kualitas tangkapan yang sesempurna mungkin. Memiliki kualitas lompatan yang baik juga diperlukan oleh penjaga gawang,

karena rentang gawang yang lebar dan melebihi daya jangkauan memaksa seorang penjaga gawang untuk memiliki kemampuan lompatan yang mumpuni.

Memiliki tubuh yang lentur juga diperlukan penjaga gawang untuk melakukan gerakan yang memerlukan kelenturan tubuh seperti melentingkan badan untuk menjangkau bola, ataupun gerakan *split* menggunakan tubuh bagian bawah untuk menghalau bola. FIFA dalam bukunya, *FIFA Goalkeeping*, menjelaskan bahwa ada 4 teknik dasar bagi penjaga gawang, yaitu :

- a. *Positioning* (Penempatan posisi)
- b. *Saves* (Penyelamatan)
- c. *Distributing the ball* (Pendistribusian bola)
- d. *The Back Pass rule* (Aturan Backpass)¹⁰

Penjaga gawang dapat melakukan penyelamatan meskipun penempatan posisinya buruk, akan tetapi penjaga gawang akan lebih mudah dan lebih efektif melakukan penyelamatan apabila dia menempatkan dirinya di posisi yang tepat. Selain penempatan posisi, teknik dasar penjaga gawang yang lainnya ialah penyelamatan (*save*), ini merupakan kontribusi penjaga gawang terhadap pertahanan, ada 5 tipe penyelamatan penjaga gawang; (1) *Standing save*, (2) *Diving save*, (3) *Dealing with crosses*, (4) *1-on-1 challenge*, (5) *Reflex save*.¹¹ Tentang aturan *backpass*, semua operan *backpass* ke kiper yang menggunakan kaki, apabila kiper memegang bola tersebut, maka akan

¹⁰ FIFA, *Goalkeeping, Op. Cit.* h.34

¹¹ *Ibid*, h.46

dikenakan hukuman tendangan tidak langsung (*indirect freekick*) di tempat dimana kiper melakukan pelanggaran tersebut.

Posisi penjaga gawang tidak bisa dianggap sebagai posisi “buangan” atau posisi yang dipandang sebelah mata, karena menurut Robert Koger, Penjaga gawang merupakan unsur terpenting dalam system pertahanan tim, dia adalah panglima pertahanan, dan dia harus mampu mengarahkan para pemain belakang dan pemain-pemain lainnya untuk membentuk tim yang sigap¹². Seorang penjaga gawang juga harus memiliki keberanian dalam diri mereka, karena menurut Timo Scheunemann dalam bukunya mengatakan bahwa keberanian seorang kiper/penjaga gawang begitu penting artinya.¹³

Dalam sebuah pertandingan, seorang kiper begitu sering harus berhadapan 1 lawan 1 dengan pemain lawan. Begitu sering terjadi situasi di mana lawan melepaskan *shooting* dengan keras dari jarak dekat, betul-betul dibutuhkan sebuah keberanian yang luar biasa. Tanpa mentalitas “berani mati” tingkat kehebatan seorang kiper akan drop secara signifikan. Pada umumnya sifat berani merupakan pembawaan sejak dari kecil. Meskipun begitu, pemain dan juga pelatih tidak boleh putus asa, menyerah dan pasrah mengenai ketidakberanian seorang penjaga gawang. Kiper wajib berani, tidak bisa tidak. Apabila seorang kiper tidak memiliki niat untuk memperbaiki kelemahannya

¹² Robert Koger, *Latihan Dasar Andar Sepak bola Remaja*, Klaten, Saka Mitra Kompetensi, 2007, hal 71

¹³ Timo Scheunemann dan Claudio Reyna, *Op. Cit.* h. 50

dalam segala hal termasuk dalam hal keberanian, maka sebaiknya dia berhenti menjadi seorang penjaga gawang.

Salah satu cara untuk melatih keberanian seorang kiper antara lain dengan cara sering berdialog dengan kiper anda untuk menanamkan *positive thinking* dan kepercayaan diri dalam diri kiper. Kalau anda sendiri adalah seorang kiper, maka cara melatih diri anda sendiri adalah lewat *positive self talk* atau berbicara dalam hati secara positif; “Aku Bisa! Aku berani! Aku adalah singa! Kalaupun luka nanti juga sembuh! Si A bisa kenapa aku tidak?!”.

Hal lain yang bisa dilakukan adalah: *challenge yourself* atau tantang diri seorang kiper itu sendiri melakukan hal-hal yang membutuhkan keberanian, perasaan takut harus dihadapi bukan dihindari. Tantanglah perasaan takut itu dan “ciutkan nyalinya!” Selain itu yang dapat dilakukan seorang pelatih adalah dengan sengaja membuat program latihan yang memberikan kesempatan kepada penjaga gawang untuk menantang rasa takutnya. *Shooting* jarak pendek, misalnya, atau simulasikan situasi latihan 1 v 1 (kiper vs penyerang).

Pada penjaga gawang usia 10-14 tahun atau usia junior, menurut Klaus Bishops, dkk, kiper oleh pelatih tidak lagi hanya “ditempatkan” di gawang, namun dia/kiper itu sendiri yang menempatkan dirinya di gawang¹⁴. Ini berarti pada usia 10-14 tahun, seorang anak sudah mulai memilih posisi tetapnya dalam permainan, yaitu penjaga gawang.

¹⁴ Klaus Bishops, Heinz-Willi Gerards, Jurgen Wallraff, *Soccer Training for Goalkeepers Training Sessions for all Age Groups*, Oxford: Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd., 2006, hal. 32

Berdasarkan penjelasan diatas, dapat disimpulkan bahwa penjaga gawang atau kiper merupakan salah satu pemain dalam permainan sepak bola yang bertugas menjaga gawang berukuran lebar 7,32 meter dan tinggi 2,44 meter dan merupakan satu satunya pemain yang diperbolehkan memegang bola selama berada di daerah kotak pinaltinya dan juga dapat menggunakan seluruh anggota tubuh termasuk tangan untuk melindungi gawangnya supaya tidak mudah dibobol oleh lawan serta memiliki peran dalam bertahan dan juga dalam menyerang yang memiliki tanggung jawab secara langsung untuk menjauhkan bola keluar dari gawang.

2. Hakikat Distribusi Bola Penjaga Gawang

Mencegah gol mungkin merupakan tugas utama seorang penjaga gawang, tapi itu hanya bagian dari pekerjaan seorang penjaga gawang. Setelah bola ada di tangan kiper atau di kakinya, kiper menjadi orkestra. Itu sebabnya pelatih harus menekankan bahwa kiper adalah pemain sepak bola yang kebetulan memiliki hak untuk menggunakan tangan mereka.¹⁵ Sering kali selama pertandingan, kiper adalah pemain yang memulai inisiatif serangan timnya dengan distribusi bola nya.

Penjaga gawang memiliki segudang pilihan untuk distribusi, dan untuk memanfaatkan itu semua, kiper harus menguasai setiap teknik untuk memberikan bola ke rekan satu tim, apabila seorang penjaga gawang baik

¹⁵ Timothy Mulqueen dan Mike Woitalla, *Op. Cit.* h. 89

dalam mendistribusikan bola akan memungkinkan seorang penjaga gawang untuk membantu mengatur tempo permainan, untuk memberikan timnya keunggulan ofensif, dan untuk membuat lawan lebih sulit untuk meluncurkan serangan lain.

Keterampilan distribusi juga memainkan peran kunci dalam bagaimana pelatih memilih kiper pertama mereka.¹⁶ Penjaga gawang yang bisa *passing*, menyepak bola, melempar, dan menggelindingkan bola dengan akurat untuk rekan tim akan lebih dipilih untuk menjadi kiper utama daripada kiper yang distribusi bolanya dapat memungkinkan lawan dengan cepat mendapatkan *posession* nya kembali. Penjaga gawang tidak diharuskan selalu di area penalti, mereka diperbolehkan bermain dimana saja di lapangan, dan adalah sebuah hal yang biasa untuk mereka bertindak sebagai bek tambahan di waktu-waktu tertentu permainan.

Penjaga gawang berusaha menyerang balik (*counter-attack*) setelah menangkap bola yang datang padanya dengan bagian dari badan dengan menggunakan tendangan *volley*. Untuk ini penyerangan yang paling cepat adalah bahwa penjaga gawang harus menendang bola. Akan tetapi itu tidak selalu mungkin, terkadang terjadi keadaan dimana ia sama sekali tidak dapat berbuat demikian. Di dalam itu penjaga gawang harus melempar dengan tangan.

¹⁶ Ibid, h.89

Penjaga gawang tidak boleh hanya bagus dalam hal menangkap, menghalau bola dari gawang, namun juga harus dapat memainkan bola dengan menggunakan kaki. Hal ini dijelaskan oleh Timo Scheunemann dalam bukunya, Kurikulum dan Pedoman Dasar Sepak bola Indonesia.

“Kemampuan mengolah bola dengan baik mutlak harus dimiliki oleh seorang penjaga gawang, karena seorang penjaga gawang sering mendapat umpan dari rekannya selama pertandingan berlangsung. Seorang penjaga gawang harus mampu mengontrol bola dengan baik, memberikan umpan dengan pasti dan tepat, serta paham mengenai kemana bola akan diarahkan”.(Timo Scheunemann dan Claudio Reyna, Kurikulum & Pedoman Dasar Sepak bola Indonesia, (Jakarta : PSSI, 2012), hal. 51)

Penjaga gawang tidak boleh hanya baik dalam menangkap dan menghalau bola, namun juga harus memiliki kemampuan mengolah bola dengan kaki yang sama baiknya dengan pemain lain. Hal ini senada dengan yang dikemukakan oleh Alan Hargreaves dan Richard Bate dalam bukunya mengatakan bahwa penjaga gawang modern harus mempunyai dua kaki yang baik, dalam artian mereka harus mampu berkontribusi terhadap taktik pertahanan dengan dapat melakukan tendangan yang aman, jauh kearah atas lapangan atau ke daerah lawan ketika *defenders* tertekan oleh lawan dan bola dioper kepadanya¹⁷.

Hal ini juga diperkuat oleh data yang diperoleh *FIFA* di dua final *World Cup* 1990 dan *World Cup* 2010. Dua pertandingan final digunakan untuk membandingkan cara penjaga gawang ketika menerima operan *backpass* dari rekan setim sebelum dan sesudah aturan *backpass* diberlakukan. Pada pertandingan final *World Cup* 1990 antara Jerman melawan Argentina,

¹⁷ Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Op. Cit.* h. 174

penjaga gawang kedua tim total terlibat dalam 77 bola, 47 kali menggunakan tangan dan 30 kali memainkan bola dengan menggunakan kaki. Dari 17 operan *backpass*, penjaga gawang Jerman menggunakan tangan sebanyak 16 kali dan hanya sekali menggunakan kaki. Sementara kiper Argentina dari 8 operan *backpass*, dia menggunakan tangan 5 kali dan menggunakan kaki 3 kali¹⁸.

Tabel 2.1 Data Aksi Penjaga Gawang Final Piala Dunia 1990

Germany v. Argentina	Illgner			Goygoechea			Total
	1 First half	2 Second half	Total	1 First half	2 Second half	Total	
Intervention in play and defensive dead-ball situation (*)	21	16	37	14	8	22	59
Distribution from dead-ball situation (**)	2	0	2	7	9	16	18
Intervention with hands	18	12	30	12	5	17	47
Intervention with feet	5	4	9	9	12	21	30

* Defensive dead-ball situations: free kicks and corners by opponents

** Dead-ball situation: goal kicks and free kicks near the goal taken by the goalkeeper

Namun selama final *World Cup* 2010 antara Belanda melawan Spanyol, total kiper kedua tim terlibat dalam 81 bola, 23 kali menggunakan tangan dan 58 kali memainkan bola dengan menggunakan kaki, mereka juga diharuskan untuk memainkan bola 29 operan *backpass* dengan menggunakan kaki. Dengan perincian penjaga gawang Belanda menerima 22 operan *backpass* dan penjaga gawang Spanyol menerima 7 operan *backpass*¹⁹.

¹⁸ FIFA, *Goalkeeping, Op.Cit.* h.225

¹⁹ Ibid. h. 225

Tabel 2.2 Data Aksi Penjaga Gawang Final Piala Dunia 2010

The Netherlands v. Spain	Stekelenburg			Casillas			Total 90' + 2x15'
	1 First half	2 Second half	Total 90' + 2x15'	1 First half	2 Second half	Total 90' + 2x15'	
Intervention in play and defensive dead-ball situation (*)	21	15	36 + 11	15	5	20 + 5	56 + 16
Distribution from dead-ball situation (**)	5	5	10 + 8	7	8	15 + 4	25 + 12
Intervention with hands	7	5	12 + 6	8	3	11 + 3	23 + 9
Intervention with feet	19	15	34 + 13	14	10	24 + 4	58 + 17

* Defensive dead-ball situations: free kicks and corners by opponents

** Dead-ball situation: goal kicks and free kicks near the goal taken by the goalkeeper

The goalkeepers' actions during extra time are shown in blue in the table.

Berdasarkan data yang telah disebutkan diatas, secara jelas terlihat tren sudah berubah, dan dapat disimpulkan bahwa penjaga gawang memainkan bola dengan kakinya lebih sering dalam sepak bola modern dan memiliki peran penting dalam sepak bola modern pada saat ini. Oleh karena itu, penjaga gawang modern haruslah sering melatih kemampuan memainkan bola dengan menggunakan kaki ketika sesi latihan.

Distribusi bola penjaga gawang merupakan kontribusi penyerangan penjaga gawang kepada tim. Dengan cara ini kiper menjadi penyerang pertama tim. Dia bisa mempengaruhi ritme bermain tim. Kiper terlibat dalam menyerang bermain dalam dua cara:

1). Bola Mati

Contohnya; 1) *Goal kick*, 2) *Freekick* dekat gawang



Goal kick

Gambar 2.2 : *Goal kick* (Sumber : FIFA Goalkeeping, hal 92)

Bola bola bisa dimainkan pendek atau tim bisa kembali ke atas lapangan/ke daerah lawan dan serangan diluncurkan oleh tendangan jauh.²⁰

2). Bola ketika dalam permainan

Kiper memiliki 2 pilihan distribusi, dengan melempar bola (*throw-out*), atau menendang bola jauh kedepan (*kicked clearance*)²¹. Penjaga gawang dapat melakukan lemparan kearah pemain langsung ataupun ke jalur dimana pemain berlari²². Teknik lemparan penjaga gawang antara lain :

1). *Rolling the ball out*

Keuntungan dari teknik lemparan ini adalah rekan setim yang menerima bola lebih memungkinkan untuk dapat langsung melakukan berlari dengan bola (*running with the ball*) atau melakukan operan tanpa perlu mengontrol bola

²⁰ FIFA, *Goalkeeping, Op. Cit.* h. 92

²¹ Ibid, h. 92

²² Ibid, hal. 99

terlebih dahulu²³. Gerakan ini biasanya digunakan oleh penjaga gawang untuk memberikan bola pada rekan setim yang berada dekat dengannya. Cara melakukannya berdiri menghadap target dengan memegang bola pada telapak tangan yang ditekukkan sambil mencondongkan tubuh kedepan pinggang, kemudian tarik tangan dan bola kebelakang, setelah itu lepaskan bola dengan gerakan menggulirkan bola ke arah tujuan, bola harus menggelinding di permukaan tanah.



Gambar 2.3 : *Rolling the ball* (Sumber : *FIFA Goalkeeping*, hal 99)

2). *Bent-Arm throw*

Lemparan ini digunakan penjaga gawang untuk mengoper temannya yang berada sedikit agak jauh dari posisinya. Untuk melakukan teknik lemparan ini, penjaga gawang harus berdiri menghadap target, kemudian penjaga gawang memegang bola ditelapak tangan, lalu tangan ditekukkan dibelakang atau

²³ Ibid, h. 99

disamping telinga agak diatas kepala dan sentakkan pergelangan tangan kearah target sambil melepaskan bola.



Gambar 2.4 : *Bent Arm Throw* (Sumber : *FIFA Goalkeeping*, hal. 101)

3). *Overarm throw*

Keuntungan dari teknik lemparan ini adalah akurasinya yang baik dapat melewati beberapa lawan²⁴. Lemparan ini digunakan penjaga gawang untuk mengoper temannya yang berada lebih jauh dari posisinya. Cara melakukan teknik ini ialah, kiper berdiri hampir menyamping kearah sasaran yang dituju dengan kaki depan mencapai depan tubuh dan bertindak sebagai tumpuan untuk mengirim bola²⁵, kemudian kiper melakukan putaran lengan seperti kincir angin yang panjang, tinggi, dan cepat untuk mencapai ketinggian yang cukup untuk melewati pemain lawan dan jarak yang cukup untuk dicapai oleh penerima bola atau rekan setim, lengan yang digunakan untuk melempar

²⁴ Ibid, hal. 100

²⁵ Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Op. Cit.* h.187

follows through, dan tubuh bergerak menuju sasaran²⁶. Pertimbangkan jarak lemparan kepada rekan setim untuk menentukan seberapa kuat lemparan yang akan dilakukan, dan gunakan beberapa langkah kecil untuk melakukan lemparan yang lebih jauh²⁷.



Gambar 2.5 : *Over Arm Throw* (Sumber : *FIFA Goalkeeping*, hal. 100)

4). Throw-in Style

Teknik lemparan ini digunakan ketika penjaga gawang ingin mendistribusikan bola dengan cepat atau menghindari lawan yang ada didepan dia secepat mungkin²⁸, cara melakukan lemparan throw-in style kurang lebih sama dengan cara melakukan throw in di pertandingan sepak bola, kedua tangan memegang bola dibelakang kepala dengan siku ditekuk, kemudian ayunkan kedua lengan kedepan sambil melepaskan bola dan siku kembali lurus.

²⁶ Ibid, h.187

²⁷ FIFA, *Goalkeeping, Op. Cit.* h. 100

²⁸ Ibid, hal. 101



Throw-in style

Gambar 2.6 : *Throw-in Style* (Sumber : *FIFA Goalkeeping*, hal.101)

Selain lemparan, ada juga teknik tendangan penjaga gawang, teknik ini bertujuan untuk melakukan perubahan cepat terhadap permainan yang menargetkan kepada pemain ataupun ke ruang kosong dimana pemain dapat berlari kearah bola untuk melakukan serangan balik²⁹. Adapun teknik tendangan penjaga gawang sebagai berikut :

1). *Full-Volley Kick*

Untuk melakukan tendangan *full volley*, berdirilah tegak dan menghadap target. Pegang bola ditelapak tangan yang berlawanan dengan kaki yang akan digunakan untuk menendang dan ulurkan tangan kedepan sehingga bola berada pada ketinggian pinggang. Melangkah kedepan dengan kaki yang tidak menendang, lepaskan bola, dan kemudian tendang tinggi ke udara dengan menggunakan gerakan akhir yang sempurna pada kaki yang menendang.

²⁹ Ibid, h. 93

Luruskan bahu dan pinggul dengan target dan tendang bagian tengah bola dengan *instep* atau punggung kaki. Kaki harus diluruskan sepenuhnya dan dikuatkan³⁰. Tendangan *full-volley* ini merupakan teknik tendangan yang direkomendasikan apabila lapangan licin atau basah³¹, namun diperlukan lapangan yang rata untuk melakukan teknik ini.



Gambar 2.7 : *Full Volley Kick* (Sumber : *FIFA Goalkeeping*, hal. 94)

³⁰ Joseph A. Luxbacher, *Op. Cit.* h. 139

³¹ FIFA, *Goalkeeping, Op. Cit.* h. 93

2). *Half-Volley Kick*

Half-Volley dapat digunakan sebagai pengganti *full-volley*. Mekanisme tendangannya hampir sama kecuali kontak terjadi tepat pada saat bola menyentuh permukaan lapangan. Miringkan tubuh kebelakang dan kaki yang akan menendang dikuatkan saat menendang bola. Luruskan bahu dan pinggul dengan target dan gunakan gerakan akhir yang sempurna. Teknik distribusi ini merupakan pilihan yang direkomendasikan pada cuaca yang berangin karena jalur gerakan bola biasanya lebih rendah dari tendangan *full-volley*³².



Gambar 2.8 : Half Volley Kick (Sumber : FIFA Goalkeeping, hal. 98)

³² Joseph A. Luxbacher, *Op. Cit.* h.139

3). *Short Pass*

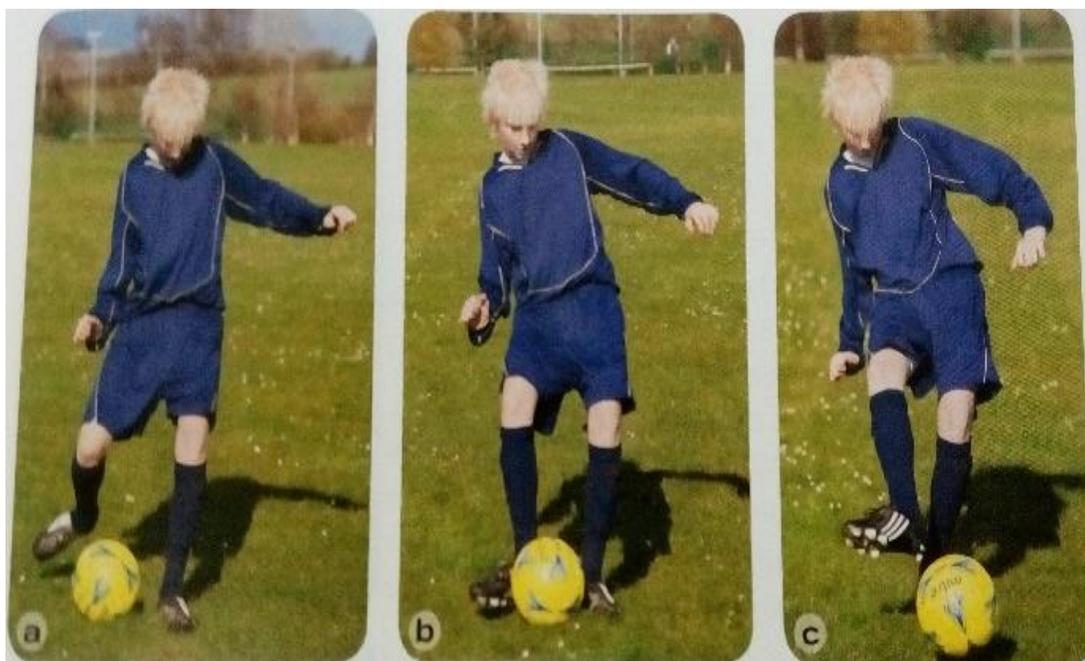
Ada 3 teknik dasar passing, yaitu *inside of the foot pass*, *outside of the foot pass*, dan *instep pass*³³. *Inside of the foot pass* adalah teknik *passing* yang paling sering digunakan dan juga yang paling penting. Ini sangat mudah untuk dipelajari, itu sebabnya mengapa pelatih melatih ini pertama kali³⁴.

Teknik operan ini digunakan untuk menggerakkan bola sejauh 5 hingga 15 yard atau 5 hingga 13 meter, Cara melakukan *inside of the foot pass* cukup sederhana, berdirilah menghadap target dengan bahu lurus saat mendekati bola, letakkan kaki yang menahan keseimbangan tubuh (yang tidak digunakan untuk menendang) atau kaki tumpu disamping bola dan arahkan ke target, tempatkan kaki yang akan menendang dalam posisi menyamping dan jari kaki keatas menjauh dari garis tengah tubuh, tendang bagian tengah bola dengan bagian samping dalam kaki, pastikan kaki tetap lurus pada gerak lanjutan dari tendangan tersebut³⁵

³³ *Ibid*, h. 11-12

³⁴ Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Op. Cit.* hal. 56

³⁵ Joseph A. Luxbacher, *Op. Cit.* h.12-13



Gambar 2.9 : *Inside of the foot pass*, (Sumber: Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Skills and Strategies for Coaching Soccer (2nd Edition)*, Human Kinetics, USA, 2010 hal. 57)

Outside of the foot pass digunakan untuk menggerakkan bola pada jarak pendek atau menengah. Cara melakukan teknik operan ini ialah letakkan kaki yang menahan keseimbangan atau kaki tumpu sedikit disamping belakang bola, julurkan kaki yang akan menendang ke bawah dan putar sedikit kearah dalam, gunakan gerakan menendang terbalik saat anda menendang setengah bagian bawah bola dengan bagian samping luar dari instep anda dan jaga kaki tetap lurus³⁶.

³⁶ Ibid, hal 13



Gambar 2.10 : *Outside of the foot pass* (Sumber : Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Skills and Strategies for Coaching Soccer (2nd Edition)*, Human Kinetics, USA, 2010 hal. 57)

Instep pass merupakan teknik operan yang digunakan untuk menggerakkan bola pada jarak 25 yard atau sekitar 23 meter atau lebih, kura-kura kaki adalah bagian dari kaki yang ditutupi dengan tali sepatu yang menyediakan permukaan yang keras dan rata untuk menendang bola.

Cara melakukan teknik operan ini dengan kura-kura kaki, dekati bola dari posisi sedikit menyudut, letakkan kaki yang menahan keseimbangan atau kaki tumpu disamping bola dengan lutut sedikit ditekukkan, bahu dan pinggul dalam posisi lurus dengan target yang dituju, saat mengayunkan kaki yang akan menendang ke belakang, luruskan dan mantapkan posisi kura-kura kaki, jaga kepala agar tidak bergerak dan fokuskan perhatian ke bola, gunakan gerakan akhir yang penuh saat menggerakkan kura-kura kaki pada titik kontak dengan bola³⁷.

³⁷ Ibid, h. 13



Gambar 2.11 : *Instep pass* (Sumber : Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Skills and Strategies for Coaching Soccer (2nd Edition)*, Human Kinetics, USA, 2010 hal. 58)

4). *Long Pass*

Long pass yang baik itu ketika bola mendarat tepat di kaki penerima atau rekan setim dan mudah dikontrol juga oleh penerima bola tersebut atau rekan setim³⁸. Cara melakukan long pass yaitu ambil ancang-ancang menendang bola beberapa langkah ke belakang, kemudian posisikan kaki tumpu berada disamping bola atau sedikit dibelakang bola, ayunkan kaki dari belakang sampai lurus kedepan, pergelangan kaki dikuatkan, perkenaan kaki dengan bola ialah di bagian punggung kaki atau kura-kura, sementara perkenaan bola dengan kaki ialah di bagian bawah bola.

³⁸ Alan Hargreaves dan Richard Bate, *Skills and Strategies for Coaching Soccer (2nd Edition)*, Human Kinetics, USA, 2010, hal. 64



Gambar 2.12 : *Longpass* (Dokumentasi Pribadi)

Distribusi bola juga sangat berdampak besar terhadap kesuksesan sebuah tim sepak bola. Menurut Rahmad Darmawan salah satu penopang sukses sepak bola *FC Barcelona* adalah kehebatan penjaga gawang mereka yaitu Victor Valdes. Bukan dalam menghalau serangan lawan, tetapi dalam memulai serangan dan membantu tim terus menguasai bola selama mungkin. Valdes memiliki teknik *ball control*, *short pass* dan *long pass* selevel dengan pemain lapangan Barcelona lainnya. Itu membuat dia begitu nyaman dalam menguasai bola³⁹. Mengoper bola bagi penjaga gawang tidak ada bedanya dengan operan bola bagi pemain lain. Oleh karena itu, penjaga gawang haruslah mempunyai kualitas operan yang sama baiknya dengan pemain lainnya, dia juga harus menguasai berbagai macam teknik menendang bola.

Hal ini senada dengan Thomas Dooley yang mengatakan dalam bukunya bahwa penjaga gawang harus mampu menguasai berbagai macam teknik

³⁹ Rahmad Darmawan dan Ganesha Putra, *Jadi Juara Dengan Sepakbola Possesion* (Jakarta : KickOff Media, 2012) h. 106)

passing, termasuk *passing* pendek dengan punggung kaki, umpan panjang jauh kedepan, tendangan *clearance*, tendangan gawang, *drop kicks*, dan lain-lain, tanpa mengabaikan keterampilan kiper tradisional pada saat yang sama⁴⁰. Ini juga harus diperhatikan oleh penjaga gawang serta pelatihnya, bahwa mereka juga selain melatih kemampuan menjaga gawang, namun juga harus berlatih teknik dasar mengoper bola.

Distribusi yang baik adalah yang aman dan kuat. Karena kiper sebagai pemain yang melakukan penyerangan dengan menggunakan lemparan atau tendangan. Biasanya kiper lebih akurat melempar daripada menendang oleh karena itu penting untuk melepas bola pada saat yang tepat. Sementara itu menurut Timothy Mulqueen, seorang penjaga gawang harus melempar bola yang mudah dikontrol oleh rekan setim yang menerimanya, baik dengan dada, maupun dengan kaki⁴¹. Kecepatan bola yang datang juga diperlukan supaya rekan setim yang menerimanya dapat mengontrol bola untuk melakukan serangan balik. Ini berarti bahwa sebuah operan yang berhasil adalah operan yang sampai ke rekan setim dan rekan setim tersebut dapat menguasai bola tersebut.

Seorang penjaga gawang juga harus mengetahui tingkat keterampilan setiap rekan setimnya⁴², ini diperlukan supaya kiper dapat mengetahui pemain mana yang dapat menangani bola yang dilempar tajam dan mana yang goyah

⁴⁰ Thomas Dooley dan Christian Titz, *Soccer-Goalkeeper Training*, Maidenhead : Meyer & Meyer Sport (UK) Ltd., 2011, hal 8

⁴¹ Timothy Mulqueen dan Mike Woitalla, *Op. Cit.* h. 94

⁴² *Ibid*, h. 94

apabila diberikan lemparan yang tajam, dan juga kiper harus mengetahui mana pemain yang dapat menangani bola yang diberikan mengarah ke dada, dan mana pemain yang hanya dapat menguasai bola yang dilemparkan dengan menggunakan kaki.

Distribusi bola ini harus dilatih oleh para pelatih penjaga gawang di SSB, karena menurut *FIFA* dalam buku *FIFA Coaching* menjelaskan bahwa pelatih harus memastikan bahwa penjaga gawangnya dapat belajar bagaimana menendang dan melempar bola keluar dari gawang secara benar selama sesi pelatihan, karena dia harus melakukan itu sepanjang pertandingan, dengan membuat dia menghadapi situasi pertandingan sebenarnya.⁴³

Selain itu, pelatih penjaga gawang harus melatih penjaga gawangnya untuk dapat memainkan bola dengan menggunakan kakinya, baik dalam mengoper bola, menggiring bola, maupun mengontrol bola dengan kakinya jika menerima operan dari rekan setimnya, karena menurut *FIFA* juga dalam buku *Goalkeeping*, Penjaga gawang lebih sering terlibat dalam permainan menggunakan kakinya yang mengarah ke situasi permainan yang mana sebelumnya akan lebih mudah diselesaikan hanya dengan mengambil bola tersebut dengan tangan⁴⁴.

⁴³ FIFA, *FIFA Coaching (Chapter 11 Goalkeeping)*, Op. Cit. h. 11

⁴⁴ FIFA, *FIFA Goalkeeping*, Op.Cit. h. 103

3. Hakikat Sekolah Sepak bola (SSB)

Timo Scheunemann dalam bukunya mengatakan bahwa Xavi, gelandang *FC Barcelona*, saat ditanya soal kehebatan *FC Barcelona* menjawab demikian, “Di *La Masia* (akademi/SSB *FC Barcelona*) kami tidak ditempa untuk menang namun untuk berkembang”. Salah satu kelemahan yang paling mendasar dalam pembinaan “*grassroots*” (U5-U12) dan usia muda (U13-U20) di Indonesia adalah fokus SSB yang salah; fokus SSB lebih ke arah menggapai kemenangan dengan segala cara daripada membina pemain hingga bisa mencapai potensi maksimalnya.

SSB sibuk menggapai prestasi sebagai klub hingga lupa bahwa prestasi sebenarnya adalah pembentukan pemain secara menyeluruh; teknik (bagaimana melakukan sesuatu), taktik (pengertian permainan atau pengertian akan mengapa melakukan sesuatu), fisik dan mental (menempa karakter yang positif dan kuat yang begitu penting artinya baik untuk kehidupan sang pemain secara keseluruhan maupun untuk perkembangannya sebagai pemain bola).⁴⁵

Tak sedikit anak-anak bangsa yang memiliki bakat alami bermain sepak bola, bahkan banyak dari mereka tak sadar telah memainkan sang kulit bundar sejak usia dini, namun seringkali tak mendapat dukungan lebih dari lingkungannya maupun mendapatkan sarana yang memadai untuk dapat mengembangkan potensi yang dimilikinya. Untuk mengembangkan talenta

⁴⁵ Timo Scheunemann dan Claudio Reyna, *Op. Cit.* h. iii

sepak bola yang dimilikinya, anak-anak memerlukan tempat dan pihak yang tepat untuk menyalurkan serta mengasah bakat sepak bolanya, seperti sekolah sepak bola atau yang biasa dikenal dengan SSB.

Sekolah Sepak Bola (SSB) pada masa sekarang adalah sebuah tren atau gaya hidup anak-anak dan remaja, yang didukung oleh orang tua. SSB saat ini umumnya hanya mengajarkan teknik-teknik dasar bermain sepak bola. Ide dasar pembentukan SSB untuk anak-anak dan remaja tidak lagi menitikberatkan pada teori dasar dan teknik sepak bola saja, tetapi kepada cara mereka bermain, yaitu “*fun*” dan “*enjoy*”. Cara yang diajarkan bukan atas kemauan pelatih, melainkan bagaimana anak bermain dengan cara mereka sendiri, tentunya dengan pengawasan sang pelatih.

Sekolah sepak bola tak ubahnya sekolah formal yang harus memiliki kredibilitas yang baik, dimana selain memiliki reputasi dan prestasi yang baik, sekolah sepak bola haruslah mempunyai *track record* yang bagus⁴⁶. Selain itu sekolah sepak bola juga membutuhkan orang-orang yang paham dengan pengembangan pendidikan anak dan pengelolaan sekolah pada umumnya. SSB juga harus memiliki struktur manajemen yang baik. Seperti memiliki kepala sekolah atau manager, head coach, asisten pelatih di berbagai level usia, bendahara, fisioterapis, sekretaris, marketing atau bahkan public relation officer yang menjalin hubungan dengan klub-klub profesional maupun media.

⁴⁶ <http://bakatbola.net/2016/04/tips-memilih-ssb-sekolah-sepak-bola/> (diakses pada 16 Maret 2017)

Selain itu, tak hanya sebagai tempat menyalurkan hoby bermain bola bagi anak, SSB juga merupakan tempat belajar, berlatih serta untuk mengembangkan kemampuan sepak bola anak-anak. Bahkan tak sedikit dari mereka yang menjadi pemain bola handal yang berkualitas, sehingga mampu membela dan mengharumkan negaranya baik di dalam negeri maupun dikancah internasional. Oleh karena itu selayaknya SSB harus memiliki kurikulum yang jelas dan terstruktur⁴⁷.

Kurikulum juga penting untuk melihat metode pembelajaran yang diberikan SSB sebagai materi latihan dan pembelajaran di lapangan, yang perlu diperhatikan ialah, program dan kurikulum yang diberikan agar disesuaikan dengan tingkatan usia dan juga pengalaman atau kemampuan anak didik.

Selain kurikulum dan program yang tepat, sarana dan prasarana yang memadai cukup penting guna menunjang proses belajar-mengajar anak, hal ini erat kaitanya untuk anak bisa mendapatkan kualitas belajar secara maksimal baik secara teori maupun praktek dilapangan. Maka sarana dan prasarana yang perlu diperhatikan meliputi, lapangan yang cukup luas dengan kualitas rumput yang baik, ruangan/kelas/kantor, tribun/ruang tunggu orang tua, ruang ganti pemain, toilet, fasilitas medis dan biasanya disertai dengan lampu stadion bila SSB tersebut meyenggarakan kelas malam, tempat parkir yang memadai, kantin dan mushola. Selain hal diatas kelengkapan peralatan juga tak kalah penting.

⁴⁷ Ibid, h. 1

SSB yang berkualitas akan menyediakan segala peralatan yang dibutuhkan guna mendukung proses berjalannya belajar dan berlatih bagi para siswanya. Seperti mulai dari *agility ladder*, *training marker post*, *training hurdle*, cones tinggi dan rendah, mangkuk, ketersediaan bola, rompi serta kostum latihan dan kostum pertandingan dalam jumlah memadai⁴⁸.

Dan yang paling utama ialah untuk mengasah kemampuan anak dilapangan, sekolah sepak bola haruslah aktif mengikuti turnamen atau kompetisi yang diselenggarakan baik di dalam maupun diluar negeri, hal ini baik untuk meningkatkan jiwa kompetisi anak, kekompakan dan menumbuhkan sikap percaya diri anak serta melatih kemampuan mereka saat bertanding.

Di Indonesia khususnya di kota-kota besar sudah banyak SSB yang konsisten dan aktif dalam dalam kompetisi / turnamen / liga tertentu. Setidaknya sekolah sepak bola tersebut rutin mengadakan pertandingan persahabatan dengan SSB lain. Hal ini dapat dijadikan tolak ukur bagi kemampuan dan perkembangan para pemain, selain itu kompetisi juga menguji dan mengasah mental para pemain di dalam kondisi game sesungguhnya.⁴⁹

⁴⁸ Ibid, h. 2

⁴⁹ Ibid, h. 2

4. Hakikat IndiHome Grassroots Festival 2017

IndiHome Grassroots Festival 2017 merupakan turnamen sepak bola untuk anak-anak usia dibawah 10 dan dibawah 12 tahun, kegiatan ini diselenggarakan hampir setiap tahunnya. Kegiatan ini dilatar belakangi oleh perkembangan sepak bola usia dini dan usia muda yang semakin marak di Indonesia. Jumlah sekolah sepak bola (SSB) meningkat di setiap kota. Hal ini otomatis menciptakan kompetisi baru di arena sepak bola usia dini dan usia muda.

Namun pembinaan sepak bola usia dini dan usia muda di Indonesia masih belum baik, karena menjamurnya SSB dan banyaknya turnamen level local yang cukup baik secara jumlah peserta, tapi memiliki kekurangan kekurangan di dua aspek antara lain; 1) Belum tercapainya tujuan dan pembinaan usia dini dan usia muda dalam turnamen tersebut. Masih banyak SSB yang menghalalkan berbagai cara untuk memenangkan turnamen, seperti pencurian umur dan menerapkan permainan keras menjurus kasar, hal ini disebabkan karena turnamen hanya menawarkan “mendapatkan kemenangan” atau “menjadi juara” sebagai satu satunya tujuan kompetisi tersebut. 2) Tidak profesionalnya manajemen di banyak turnamen level local, baik dari manajemen pertandingan dan fasilitas pendukung acara.

Kedua aspek tersebut menjadi hal yang lumrah terjadi dan melenceng jauh dari substansi pembinaan usia dini dan usia muda yang dipandu oleh *FIFA Grassroots Guidelines*. Seorang anak sebagai pesepak bola harus dibentuk

sebagai individu yang berkontribusi dalam system nilai maupun kehidupan sosial.

Tahun ini *IndiHome Grassroots Festival 2017* dihelat di Tangerang, tepatnya di Sinarmas World Academy, Bumi Serpong Damai, Tangerang Selatan. Turnamen ini diikuti oleh Sekolah Sepak bola maupun Sekolah Reguler yang berada di Jabodetabek. Kompetisi ini dibagi 3 kategori, kategori U-10 dan U-12 untuk SSB, dan kategori sekolah. Dalam hal ini peneliti mengambil data pada turnamen sepak bola U-12 *IndiHome Grassroots Festival 2017* yang berlokasi di Sinarmas World Academy, Tangerang Selatan pada tanggal 6-7 dan 13-14 Mei 2017.

B. Kerangka Berpikir

Seorang penjaga gawang haruslah memiliki kemampuan distribusi bola dengan tangan dengan baik, karena penjaga gawang merupakan orang yang pertama kali memulai serangan, oleh karena itu, dibutuhkan konsentrasi dan ketenangan dari penjaga gawang supaya penjaga gawang dapat melakukan berbagai macam teknik distribusi bola dengan menggunakan tangan dengan baik, tepat mengarah ke rekan setim atau ruang kosong serta dapat dikuasai oleh rekan setim.

Begitupun juga dengan distribusi bola dengan menggunakan kaki, seorang penjaga gawang harus memiliki kemampuan mengolah bola yang baik, penjaga gawang harus memiliki kualitas *passing*, *ball control*, *dribbling* yang baik dikarenakan penjaga gawang merupakan pemain sepak bola juga yang

kebetulan memiliki keistimewaan untuk dapat menggunakan tangan didaerah pinalnya. Dia harus mampu mengoper bola kepada rekan setim yang tidak dijaga lawan, ataupun menerima backpass dari rekan setim yang sedang dibawah tekanan lawan untuk memindahkan bola dari satu sisi ke sisi yang lain.

Distribusi adalah suatu pengiriman barang kepada orang banyak ke beberapa tempat. Dalam hal ini dimaksudkan meyalurkan bola yang dikuasai penjaga gawang sepak bola. Seorang penjaga gawang merupakan titik awal dari mulainya serangan dan juga seorang penjaga gawang harus memiliki kualitas operan yang baik, karena mengoper bola bagi penjaga gawang tidak ada bedanya seperti mengoper bola bagi pemain selain kiper.

Pada saat penjaga gawang akan melakukan distribusi bola, penjaga gawang tersebut harus memastikan bahwa rekan setimnya tersebut berada dalam posisi menguntungkan karena akan sangat membantu penjaga gawang dalam melakukan serangan.

Kemampuan distribusi bola menggunakan tangan dan kaki penjaga gawang sepak bola merupakan faktor yang sangat penting bagi seorang kiper, karena dengan menggunakan lemparan atau tendangan yang cepat yang diumpun atau dioper ke daerah kosong dimana rekan setim sedang berlari ke arah itu seorang kiper dapat memberikan suatu opsi serangan.

Penjaga gawang merupakan orang yang menjaga dua tiang berpalang dalam permainan sepak bola yang kebetulan memiliki hak untuk menggunakan seluruh tubuh termasuk tangan, oleh karena itu, penjaga gawang juga harus

dilatih bagaimana dia memainkan bola dengan kaki, melakukan *passing*, *dribbling*, serta mengontrol bola, tanpa mengabaikan keterampilan dasar penjaga gawang seperti menangkap, menangkis, serta menghalau bola supaya jauh dari gawang.

Penjaga gawang memiliki segudang pilihan untuk distribusi, dan untuk memanfaatkan itu semua, kiper harus menguasai setiap teknik untuk memberikan bola ke rekan satu tim. Apabila seorang penjaga gawang baik dalam mendistribusikan bola akan memungkinkan seorang penjaga gawang untuk membantu mengatur tempo permainan, untuk memberikan timnya keunggulan ofensif, dan untuk membuat lawan lebih sulit untuk meluncurkan serangan lain. Keterampilan distribusi juga memainkan peran kunci dalam bagaimana pelatih memilih kiper pertama mereka. Penjaga gawang yang bisa *passing*, menyepak bola, melempar, dan menggelindingkan bola dengan akurat untuk rekan tim akan lebih dipilih untuk menjadi kiper utama daripada kiper yang distribusi bolanya dapat memungkinkan lawan dengan cepat mendapatkan *possession* nya kembali.

Distribusi Bola Penjaga Gawang sangat berpengaruh Terhadap hasil Pertandingan. Karena makin berkembangnya era globalisasi modern makin berkembang juga semua elemen yang ada di sepak bola, dari desain alat, peraturan pertandingan, peraturan permainan, dan juga tidak ketinggalan fikiran-fikiran modern dari pelatih-pelatih yang membuat sepak bola tidak ketinggalan zaman. Distribusi bola penjaga gawang merupakan Hal yang sangatlah penting, karena sebagai apapun kemampuan bertahan seorang

kipper tetapi jika kemampuan distribusinya jelek sudah pasti ini sangatlah membahayakan tim sendiri dan lebih rentan kebobolan dari hasil kesalahan distribusi seorang penjaga gawang.

Distribusi bola penjaga gawang juga memegang peranan penting dalam terciptanya gol bagi tim sendiri, karena penjaga gawang adalah orang yang pertama kali memulai serangan dan banyak sekali gol gol yang terjadi dari hasil distribusi bola penjaga gawang yang baik. namun tidak sedikit juga gol gol terjadi disebabkan distribusi bola penjaga gawang yang kurang baik, mulai dari kesalahan *passing*, *passing* yang kurang keras yang menyebabkan lawan mudah meng-*intercept* bola, atau *passing* kearah rekan setim yang sedang di *marking* atau dijaga oleh lawan.