

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepakbola menjadi olahraga yang sangat populer di Indonesia. Mengacu pada hasil *survey* yang dirilis oleh Ipsos (2022) menjelaskan bahwa dari 35 negara, Indonesia menempati posisi pertama pada presentase penggemar sepak bola terbanyak sebesar 69%. Angka ini berada diatas rata-rata global, bahkan mengalahkan Arab Saudi yang hanya mencapai 67%, dan Uni Emirate Arab yang hanya 65%. Di Indonesia sendiri, hampir *setiap* daerah memiliki tim sepakbola kebanggaan. Melansir dari data yang dirilis oleh INews., (2020) tim sepakbola dengan *supporter* terbanyak di Indonesia adalah Persija, diikuti dengan Persib, dan Arema. Dengan demikian, data diatas mengkonfirmasi bahwa sepakbola menjadi satu-satunya cabang olahraga yang paling digemari di Indonesia khususnya di DKI Jakarta.

Dalam sepak bola, *setiap* tim terdiri dari 11 pemain yang memainkan berbagai peran di lapangan, termasuk penjaga gawang, pemain sayap, gelandang, dan penyerang (Plakias dkk., 2023). Masing-masing posisi ini memiliki tanggung jawab yang spesifik dan krusial untuk keberhasilan tim. Salah satu posisi paling vital adalah penjaga gawang (Otte dkk., 2020). Dalam penelitiannya, Otte dkk. (2020) menjelaskan bahwa selain berfungsi sebagai penghalang terakhir yang mencegah tim lawan mencetak gol, penjaga gawang juga berperan signifikan dalam memulai serangan timnya melalui distribusi bola yang efektif. Distribusi bola oleh penjaga gawang bisa dilakukan dalam beberapa cara, seperti umpan panjang yang

langsung menuju penyerang untuk memulai serangan cepat atau umpan pendek yang diarahkan kepada bek atau gelandang untuk mempertahankan penguasaan bola (Valkanidis., 2023; Lamas dkk., 2018). Umpan-umpan yang diberikan harus akurat dan strategis untuk menghindari intersepsi oleh lawan, yang bisa berakibat fatal.

Distribusi bola yang baik dari penjaga gawang tidak hanya membantu dalam menjaga penguasaan bola tetapi juga memungkinkan tim untuk mengatur tempo permainan dan menekan tim lawan (Windoro dkk., 2020). Ketika penjaga gawang mampu mendistribusikan bola dengan cepat dan tepat, hal ini bisa menjadi pemicu serangan balik yang efektif, memberikan tim kesempatan lebih besar untuk mencetak gol (Schulze dkk., 2022). Oleh karena itu, selain keahlian dalam menjaga gawang, kemampuan penjaga gawang dalam mendistribusikan bola memainkan peran kunci dalam strategi keseluruhan tim, membantu mereka mengendalikan permainan dan meningkatkan peluang untuk meraih kemenangan (Mendez dkk., 2019;).

Distribusi bola oleh penjaga gawang mencakup teknik seperti lemparan, tendangan gawang, dan *passing* di bawah tekanan, yang memerlukan keterampilan tinggi dalam pengambilan keputusan, penguasaan teknik, dan komunikasi dengan rekan *setim* (Welsh., 2014). Lemparan dapat dilakukan dengan berbagai cara seperti *overhead*, *roll*, dan samping, sementara tendangan gawang, baik langsung maupun *setengah voli*, digunakan untuk mencapai pemain di jarak berbeda (Moreira dkk., 2021). Dalam penelitiannya, Moreira dkk. (2021) menjelaskan bahwa *passing* di bawah tekanan, seperti *passing* kaki dan luar kaki, memerlukan ketenangan dan keputusan cepat. Morris (2023), penjaga gawang harus menguasai gaya distribusi

seperti *through*, *into*, dan *onto* untuk berkontribusi efektif dalam strategi permainan tim sepakbola. Gaya-gaya ini memungkinkan untuk pendistribusian bola dengan presisi dan mendukung serangan dari belakang. Dengan kata lain, penguasaan terhadap berbagai teknik dan gaya distribusi, menjadikan penjaga gawang tidak hanya berperan sebagai pelindung gawang tetapi juga sebagai pemain kunci dalam membangun serangan dari belakang, menunjukkan betapa pentingnya peran mereka dalam strategi keseluruhan tim.

Di Indonesia, khususnya di Sepakbola DKI Jakarta, masih terdapat kekurangan dalam model latihan distribusi bola untuk penjaga gawang. Observasi di lapangan menunjukkan bahwa banyak penjaga gawang belum terlatih secara optimal dalam mendistribusikan bola dengan tepat dan efektif. Beberapa penjaga gawang yang di miliki Tim Putri Sepakbola DKI Jakarta masih kurang mampu memainkan berbagai umpan-umpan, mulai dari umpan jarak pendek, sedang maupun jarak Panjang. Kondisi ini mengakibatkan sering terjadinya kehilangan penguasaan bola yang seharusnya bisa menjadi peluang untuk serangan balik cepat. Dengan kata lain, Tim yang memiliki *build up* dan distribusi bola yang bagus membuat lawan menjadi ragu untuk menerapkan *high press*.

Kesalahan teknis yang paling sering terjadi ialaha pada saat *blocking* atau ketepatan posisi. Selain itu, kesalahan juga terjadi pada saat penjaga gawang melakukan pendistribusian bola sehingga membuat tempo permainan menjadi lambat dan susah untuk menyerang ke depan. Lebih lanjut, penjaga gawang juga sering melakukan distribusi lemparan yang tidak akurat dan kurang maksimal sehingga membuat beberapa peluang lawan untuk melakukan *shooting* dan membuat gol ke dalam lini pertahanan.

Penelitian yang dilakukan oleh Daly & Donnelly (2018) menyoroti bahwa latihan distribusi bola yang efektif dapat meningkatkan performa penjaga gawang dalam hal penguasaan bola dan memulai serangan. Otte dkk. (2020) menjelaskan bahwa latihan yang terstruktur dan spesifik untuk mengembangkan keterampilan distribusi bola pada penjaga gawang menjadi sangat krusial dan fundamental. Selain itu, Forcher dkk. (2023) dalam penelitiannya menunjukkan bahwa tim-tim yang memiliki penjaga gawang dengan kemampuan distribusi bola yang baik cenderung memiliki penguasaan bola yang lebih tinggi dan mampu melakukan serangan balik dengan lebih efektif. Hal ini menunjukkan bahwa model latihan yang baik sangat penting untuk meningkatkan keterampilan distribusi bola pada penjaga gawang.

Sejalan dengan penjelasan Forcher dkk. (2023), Penelitian yang dilakukan oleh Mendez-dominguez dkk. (2021); White dkk. (2018) ,mengungkapkan bahwa latihan yang terstruktur dan spesifik dapat meningkatkan kemampuan teknis dan taktis pemain sepakbola, termasuk penjaga gawang. Latihan yang baik harus mencakup berbagai aspek keterampilan yang dibutuhkan oleh penjaga gawang modern, seperti teknik distribusi bola, pengambilan keputusan, dan komunikasi dengan rekan satu tim. Namun, meskipun banyak penelitian telah menyoroti pentingnya latihan yang terstruktur dan spesifik, masih sedikit penelitian yang secara khusus fokus pada pengembangan model latihan distribusi bola untuk penjaga gawang. Penelitian yang telah ada sebelumnya lebih bersifat umum dan tidak secara khusus membahas konteks tim-tim lokal seperti Sepakbola DKI Jakarta. Hal ini menunjukkan adanya gap penelitian yang perlu diisi untuk

membantu pelatih dan penjaga gawang di tingkat lokal dalam mengembangkan program latihan yang lebih efektif dan sesuai dengan kebutuhan secara spesifik.

Mengacu pada performa Tim Putri Sepakbola DKI Jakarta, diperlukan adanya pengembangan model latihan distribusi yang lebih efektif serta perubahan latihan dalam membina penjaga gawang. sehingga penjaga gawang Tim Putri Sepakbola DKI Jakarta dapat meningkatkan kontribusi signifikan dalam tim dan mendukung strategi permainan yang lebih baik. Dengan demikian, penelitian ini menjadi krusial dan esensial untuk memenuhi kebutuhan dalam meningkatkan kualitas pelatihan di tingkat daerah serta meningkatkan kemampuan teknik distribusi dalam bermain sepakbola guna mencapai prestasi yang lebih baik.

Melalui model latihan distribusi yang terstruktur, pelatih dapat memberikan instruksi yang lebih spesifik dan efektif kepada penjaga gawang, yang pada akhirnya dapat meningkatkan kualitas permainan dalam pertandingan. Lebih lanjut, peneliti juga dapat mengobservasi bagaimana pentingnya teknik penjaga gawang khususnya distribusi dalam permainan sepakbola. Sehingga tingkat kemampuan distribusi penjaga gawang dalam berjalannya permainan menjadi lebih baik. Dengan demikian peneliti mencoba mengembangkan model latihan distribusi penjaga gawang DKI Jakarta, dengan harapan dapat memberikan kontribusi penting dalam pengembangan metode pelatihan penjaga gawang di Indonesia, khususnya pada Tim Putri Sepakbola DKI Jakarta.

B. Fokus Penelitian

Penelitian ini berfokus pada permasalahan yang menjadi topik utama dalam rangka membatasi topik pembahasan dan tidak terjadi perluasan permasalahan yang nantinya tidak sesuai dengan tujuan penelitian ini. Dengan demikian, berdasarkan

latar belakang penelitian di atas, penelitian ini berfokus pada pengembangan model latihan distribusi penjaga gawang. Penelitian ini berupaya untuk melakukan pengembangan model latihan distribusi penjaga gawang pada tim sepakbola putri DKI Jakarta.

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, dan fokus penelitian dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimana pengembangan model latihan distribusi penjaga gawang tim sepakbola putri DKI Jakarta?”

D. Kegunaan Penelitian

Adapun kegunaan hasil penelitian ini dibuat berdasarkan rumusan masalah di atas maka manfaatnya dapat dirinci sebagai berikut:

- Penelitian ini akan memberikan kontribusi signifikan dalam pengembangan program latihan yang lebih efektif dan efisien untuk penjaga gawang, khususnya di tim sepakbola putri DKI Jakarta.
- penelitian ini dapat digunakan oleh pelatih untuk merancang strategi permainan yang lebih efektif dengan memanfaatkan kemampuan distribusi bola penjaga gawang.
- Penelitian ini akan menambah literatur akademik yang fokus pada pengembangan model latihan distribusi bola untuk penjaga gawang, yang masih kurang di Indonesia.
- Temuan penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi bagi peneliti lain yang tertarik untuk mengkaji lebih dalam tentang teknik dan strategi pelatihan penjaga gawang.