

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan cabang olahraga yang memiliki penggemar yang sangat banyak di Indonesia bahkan juga di dunia, baik itu anak-anak, remaja, bahkan orangtua. Sepak bola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan cara mengoper, menyundul, ataupun menendang bola yang diperebutkan oleh pemain dengan tujuan memasukan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan mencegah gawang sendiri dari kemasukan gol. Menurut Muhajir “Sepakbola adalah suatu permainan yang dilakukan dengan jalan menyepak, yang mempunyai tujuan untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan mempertahankan gawang tersebut agar tidak kemasukan bola.”(Hilman 2016).

Sepak bola dimainkan secara beregu yang dimana masing masing regunya berisi 10 pemain dan 1 penjaga gawang. Sepak bola dimainkan dalam dua babak dengan durasi waktu setiap babak adalah 45 menit dengan waktu istirahat 15 menit. Biasanya jika dalam dua babak skor masih imbang antara kedua tim, maka akan ada babak tambahan (*Extra Time*) dengan durasi waktu setiap babak adalah 15 menit dan jika skor masih tetap berimbang bisa dilanjutkan kedalam babak adu penalti. Luxbacher menyatakan bahwa “Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya adalah berposisi sebagai penjaga gawang.”(Hilman 2016).

Dalam permainan sepakbola seorang pemain yang berposisi sebagai penjaga gawang memerlukan kemampuan pada teknik dasar *goalkeeping*. Pada teknik dasar *goalkeeping* ini, seorang penjaga gawang harus bisa melempar, menangkap, dan juga menangkis bola yang akan masuk ke gawang. Dalam melakukan teknik dasar *goalkeeping* ini dibutuhkan kecepatan reaksi tangan yang baik bagi seorang penjaga gawang agar dapat mencegah gawang dari kebobolan. Menurut Danny Plyler and Chad Seibert menyatakan bahwa “kecepatan reaksi adalah kemampuan kita untuk melakukan respon terhadap ancaman tertentu.”(Ratnasari 2021). Sedangkan menurut Ismaryanti dalam Rozi menyatakan bahwa “kecepatan reaksi sangat besar hubungannya dengan olahraga yang memerlukan kecepatan misalnya dalam olahraga tinju, karate, ski air, lari cepat dan lebih penting lagi pada cabang olahraga yang membutuhkan keterampilan terbuka misalnya dalam cabang gerak-gerak bola basket, sepak bola, soft ball, tenis meja, tenis, bulu tangkis.” (Ratnasari 2021). Dalam hal ini dapat disimpulkan bahwa, kecepatan reaksi merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan gerakan secara cepat dalam menanggapi rangsangan yang ditimbulkan lewat indera.

Pada umumnya latihan yang digunakan untuk seorang penjaga gawang atau *goalkeeper* dalam melatih kecepatan reaksi adalah menggunakan menggunakan bantuan dari pelatih penjaga gawang itu sendiri. Hal ini membuat latihan yang dilakukan untuk melatih kecepatan reaksi menjadi kurang efektif dan maksimal. Oleh karena itu, perkembangan dan kemajuan teknologi olahraga sangat di

butuhkan untuk membantu pelatih dan juga penjaga gawang dalam latihan kecepatan reaksi.

Alat olahraga merupakan suatu benda yang dapat di gunakan untuk berlatih maupun dalam pertandingan olahraga dan memiliki banyak bentuk serta ukuran tergantung kebutuhan cabang olahraganya. Pada cabang olahraga sepakbola yang ada di Indonesia sendiri membutuhkan alat khususnya untuk berlatih kecepatan reaksi penjaga gawang berupa pipa yang dibuat menyerupai gawang.

Berdasarkan data dan latar belakang masalah yang telah dikaji oleh peneliti, secara karakteristik cabang olahraga sepakbola sangat membutuhkan kecepatan reaksi yang baik bagi seorang penjaga gawang atau *goalkeeper* dalam mencegah gawang dari kebobolan. Peneliti mempunyai ide untuk membuat alat bantu latihan kecepatan reaksi penjaga gawang pada cabang olahraga sepakbola yang akan membantu pelatih dalam melaksanakan program latihan. Maka dari itu, peneliti akan menyusun sebuah penelitian dengan judul.

“Pembuatan Alat Bantu Latihan Kecepatan Reaksi *Goalkeeper* Menggunakan *Ball Deflector* Pada Cabang Olahraga Sepakbola”

B. Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang ditemukan di atas, maka penelitian ini difokuskan untuk membuat model alat bantu latihan kecepatan reaksi *goalkeeper* dalam cabang olahraga sepakbola.

Peneliti berupaya untuk mengembangkan alat dengan inovasi yang baru mengenai alat bantu dalam melatih kecepatan reaksi dalam cabang olahraga

sepakbola di Indonesia dengan harga yang ekonomis, sehingga membantu pelatih dan penjaga gawang dalam melakukan latihan kecepatan reaksi.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan fokus penelitian yang ditemukan di atas, maka peneliti akan merumuskan masalah yang ada sebagai berikut:

“Bagaimana Model Pembuatan Alat Bantu Latihan Kecepatan Reaksi Goalkeeper Menggunakan Ball Deflector Pada Cabang Olahraga Sepakbola?”

D. Kegunaan Hasil Penelitian

1. Dapat meningkatkan kualitas latihan untuk pelatih penjaga gawang dan juga penjaga gawang itu sendiri.
2. Alat yang digunakan sangat menggambarkan situasi pada saat pertandingan, sehingga membantu memaksimalkan kemampuan penjaga gawang.
3. Memberikan suasana baru dalam latihan, sehingga pemain khususnya penjaga gawang bersemangat dan tidak merasa bosan.
4. Menambah pengetahuan untuk para akademisi olahraga agar terus berkarya di bidang teknologi olahraga demi untuk kemajuan olahraga di Indonesia.