

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga paling populer di dunia, termasuk di Indonesia. Permainan ini tidak hanya berfungsi sebagai sarana hiburan, tetapi juga sebagai media pembentukan karakter, pengembangan keterampilan sosial, serta pembinaan prestasi olahraga. Dalam satu pertandingan sepak bola, pemain dituntut memiliki kemampuan kerja sama tim, pemahaman strategi, serta kondisi fisik dan mental yang baik. Keberhasilan dalam permainan sepak bola tidak hanya ditentukan oleh kemampuan individu semata, tetapi juga oleh kekompakan tim dalam menguasai dan mengelola permainan.

Perkembangan sepak bola di Indonesia menunjukkan peningkatan yang cukup pesat, baik dari segi jumlah pemain, sekolah sepak bola (SSB), maupun kompetisi di berbagai kelompok usia. Namun, peningkatan kuantitas tersebut belum sepenuhnya diimbangi dengan peningkatan kualitas pembinaan, khususnya pada aspek teknik dasar pemain usia muda. Dalam praktiknya, masih banyak pelatih yang menggunakan metode latihan konvensional dan berorientasi pada hasil akhir pertandingan, sehingga porsi latihan teknik dasar, seperti *passing*, kontrol bola, *dribbling*, dan *shooting*, belum diberikan secara optimal dan terstruktur.

Sepak bola modern menuntut pemain yang tidak hanya memiliki kondisi fisik yang baik, tetapi juga kemampuan berpikir cepat, penguasaan teknik yang matang, serta kemampuan beradaptasi terhadap situasi permainan yang dinamis. Pemain dituntut mampu menerima bola, menguasainya dengan baik, dan segera mengambil

keputusan dalam waktu yang singkat. Tanpa penguasaan teknik dasar yang baik, khususnya kemampuan kontrol bola, strategi dan taktik yang dirancang oleh pelatih akan sulit diterapkan secara efektif di lapangan.

Pembinaan teknik dasar merupakan fondasi utama dalam proses latihan sepak bola. Penguasaan teknik dasar yang baik akan mendukung perkembangan kemampuan taktik dan strategi permainan pada tahap selanjutnya. Teknik dasar juga berperan dalam meningkatkan koordinasi gerak, keseimbangan, kecepatan reaksi, serta pemahaman ruang pemain. Oleh karena itu, latihan teknik dasar harus dirancang secara sistematis, berkesinambungan, dan sesuai dengan karakteristik kebutuhan pemain.

Teknik dasar dalam sepak bola meliputi *passing*, kontrol bola, *dribbling*, dan *shooting*. Keempat teknik tersebut saling berkaitan dan membentuk satu kesatuan keterampilan dalam permainan. Di antara teknik dasar tersebut, kontrol bola (*first touch*) memiliki peran yang sangat penting karena menjadi awal dari setiap tindakan permainan. Kontrol bola yang baik memungkinkan pemain mempertahankan penguasaan bola, mengatur tempo permainan, serta menyiapkan tindakan lanjutan seperti *passing*, *dribbling*, maupun *shooting* secara lebih efektif.

Passing berfungsi sebagai sarana utama dalam membangun serangan dan menjaga penguasaan bola. Namun, keberhasilan *passing* sangat bergantung pada kualitas kontrol bola yang dilakukan sebelumnya. Kontrol bola yang kurang baik akan menyebabkan bola mudah lepas dan meningkatkan risiko kehilangan penguasaan bola. Dengan demikian, kontrol bola menjadi keterampilan dasar yang

harus dikuasai terlebih dahulu sebelum pemain mampu melakukan teknik lainnya secara optimal.

Berdasarkan pengalaman peneliti sebagai asisten pelatih di Borussia *Academy* Indonesia kelompok usia U14 dan U16, ditemukan permasalahan nyata dalam proses latihan dan pertandingan, yaitu rendahnya penguasaan bola tim. Tim cenderung mudah kehilangan bola, khususnya pada situasi *passing* jarak pendek. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa permasalahan tersebut disebabkan oleh kemampuan kontrol bola (*first touch*) pemain yang belum optimal serta kondisi lapangan latihan yang kurang mendukung, sehingga arah dan pantulan bola sering kali tidak konsisten.

Permasalahan tersebut kemudian didiskusikan bersama pelatih kepala (*head coach*). Dari hasil diskusi dan evaluasi latihan, disimpulkan bahwa bentuk latihan kontrol bola yang selama ini dilakukan masih bersifat sederhana dan kurang memberikan variasi stimulus kepada pemain. Latihan kontrol bola umumnya dilakukan melalui *passing* ke dinding atau latihan *juggling*, yang belum sepenuhnya melatih reaksi, ketepatan kontrol, serta pengambilan keputusan pemain dalam situasi yang menyerupai kondisi permainan.

Dalam praktik latihan sepak bola, penggunaan alat bantu latihan merupakan salah satu alternatif untuk meningkatkan kualitas dan efektivitas latihan teknik dasar. Salah satu alat bantu yang umum digunakan adalah *rebounder*, yang berfungsi sebagai media pantul bola untuk latihan *passing* dan kontrol. Namun, *rebounder* konvensional umumnya masih bersifat pasif karena hanya

mengandalkan pantulan mekanis tanpa adanya stimulus tambahan yang dapat melatih aspek reaksi, konsentrasi, dan pengambilan keputusan pemain.

Berdasarkan kondisi tersebut, peneliti memandang perlu adanya inovasi berupa pengembangan alat bantu latihan kontrol bola yang lebih aktif dan kontekstual. Alat bantu latihan ini diharapkan mampu memberikan stimulus tambahan kepada pemain, sehingga latihan tidak hanya berfokus pada aspek teknik, tetapi juga pada kecepatan reaksi dan respons terhadap situasi latihan. Oleh karena itu, peneliti mengembangkan sebuah alat bantu latihan yang diberi nama *Rebounder Multicolor*, yaitu alat bantu latihan kontrol bola (*first touch*) yang dirancang khusus untuk latihan *passing* jarak pendek dengan penambahan stimulus visual berupa lampu indikator sebagai penunjuk arah kontrol bola.

Pengembangan *Rebounder Multicolor* dilakukan melalui metode penelitian dan pengembangan (*Research and Development*) dengan menggunakan model ADDIE yang meliputi tahap analisis, desain, pengembangan, implementasi, dan evaluasi. Model ADDIE dipilih karena memberikan alur pengembangan yang sistematis dan memungkinkan peneliti merancang produk berdasarkan kebutuhan nyata di lapangan, mengembangkan desain alat secara terstruktur, serta melakukan evaluasi dan revisi berdasarkan hasil uji coba.

Melalui pengembangan *Rebounder Multicolor*, diharapkan dapat dihasilkan alat bantu latihan kontrol bola yang inovatif, efektif, dan sesuai dengan kondisi pembinaan sepak bola di Indonesia. Selain menghasilkan produk fisik, penelitian ini juga diharapkan memberikan kontribusi ilmiah berupa landasan teoretik dan panduan penggunaan alat, serta bukti empiris mengenai efektivitas *Rebounder*.

Multicolor dalam meningkatkan kemampuan kontrol bola (*first touch*) pada latihan *passing* jarak pendek. Dengan demikian, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh pelatih, sekolah sepak bola, dan lembaga pembinaan olahraga sebagai alternatif latihan teknik dasar yang lebih modern dan terukur.

B. Fokus Penelitian

Adapun fokus penelitian ini diperuntukan untuk semua pelatih, pemain dan masyarakat yang menggemari permainan Sepak bola yaitu berupa “Pengembangan Alat Bantu Latihan *Control* Pada Cabang Olahraga Sepakbola”

C. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, dan pembatasan masalah, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah bagaimana pengembangan alat bantu latihan *control* pada cabang olahraga sepakbola

D. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, fokus penelitian, dan perumusan masalah yang telah dikemukakan. Adapun kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Membuat alat untuk meningkatkan kontrol
2. Sebagai bahan penelitian lanjutan
3. Sumber referensi bagi mahasiswa FIKK UNJ
4. Peningkatan wawasan tentang perkembangan IPTEK dalam teknik kontrol
5. Peralatan latihan teknik kontrol di tim Sepak bola UNJ
6. Peralatan latihan teknik kontrol di tim Borussia *Academy* Indonesia
7. Menjadi media inovatif dalam kegiatan pelatihan teknik dasar sepak bola di sekolah atau klub

8. Mendukung penelitian multidisiplin antara bidang olahraga dan teknologi
9. Menjadi contoh penerapan penelitian dan pengembangan (R&D) dalam bidang olahraga

