

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga permainan yang sangat populer dan digemari oleh seluruh lapisan masyarakat Indonesia, baik di kota-kota maupun di desa-desa. Perkembangan sepakbola di Indonesia makin pesat sehingga tidak hanya laki-laki yang bermain sepakbola, bahkan sekarang sepak bola juga dimainkan oleh kaum wanita. Di Indonesia dalam rangka memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat, sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang diprioritaskan untuk dibina.

Permainan sepak bola sampai saat ini belum ada kesamaan pendapat, bila dan dimana permainan tersebut diciptakan. Banyak para penulis dari berbagai negara yang ingin membuktikan, bahwa permainan tersebut berasal dari Perancis dan Italia, apabila kata *soule* atau *gioco de calcio* berarti sepak bola. Akan tetapi sebenarnya tentang menendang bola itu berasal dari seluruh dunia. Sedangkan tentang menahan bola selama mungkin di udara, berasal dari Afrika. Tujuan dari permainan sepak bola adalah untuk memasukkan bola ke gawang sebanyak mungkin, dengan pengertian bahwa semua pemain berusaha sekuat tenaga untuk memasukkan bola ke gawang lawan dan berusaha mempertahankan gawang agar terhindar dari serangan lawan. Permainan sepak bola dibagi dalam dua babak dengan waktu tiap babak 45 menit (empat puluh lima menit).

Sepak bola dimainkan oleh dua kelompok pemain, dan tiap-tiap kelompok terdiri dari sebelas orang, sehingga dinamakan "Kesebelasan". Kesebelasan dapat bermain dengan baik, jika setiap pemainnya memiliki keterampilan yang dapat menunjang keberhasilan bermain sepak bola seperti penguasaan teknik dasar d 1 : permainan. Teknik dasar dalam permainan sepak bola

meliputi teknik menendang, teknik menyetop, teknik mengkop (menyundul bola), teknik menangkap bola (sebagai penjaga gawang), teknik melempar (*throw-in*), dan teknik mengumpan. Berorientasi pada berbagai macam teknik dasar yang digunakan dalam permainan sepak bola. Teknik menangkap bola adalah suatu teknik yang sangat penting untuk mempertahankan daerah gawang. Penjaga gawang harus mahir menangkap bola dengan berbagai cara, sebab kemahiran menangkap bola merupakan keterampilan khas bagi penjaga gawang. Keeper atau penjaga gawang adalah pemain yang bertugas untuk mengamankan gawang dari kebobolan gol atau disebut penjaga gawang. Luxbacher (2008: 125) mengemukakan keterampilan menjaga gawang mencakup: (1) posisi berdiri dasar, yang biasanya disebut posisi siap; (2) metode untuk menerima bola rendah, sedang, setinggi dada, dan bola tinggi; (3) metode terjun; dan (4) metode membagikan bola dengan menggulirkan, melempar, menendang atau menyepak. Keterampilan dasar tersebut diperlukan sebuah latihan reaksi terutama dalam ketepatan menangkap bola.

Dalam kecepatan terdiri dari tiga unsur yaitu waktu reaksi, kemampuan akselerasi, dan kemampuan mempertahankan kecepatan. Waktu reaksi adalah waktu yang dibutuhkan bagi seseorang untuk memberikan reaksi terhadap suatu stimulus. Reaksi yang cepat akan menghasilkan angka, misalnya gol dalam sepak bola, dan secara umum meningkatkan kualitas permainan seorang atlet. Kualitas permainan seorang atlet yang semakin baik akan meningkatkan prestasi bangsa dalam bidang olahraga prestasi. Kualitas permainan yang baik dapat dibina dengan latihan. Inti dari penyelenggaraan latihan adalah pemberian beban secara realistis, berkelanjutan dan sesuai kebutuhan sebagai stimulus dalam mendatangkan suatu respon dari tubuh atlet. Latihan yang terprogram selama 8-12 minggu akan membantu meningkatkan kecepatan reaksi. Waktu reaksi yang cepat pada seorang atlet sepak bola akan menghasilkan

gerakan-gerakan seperti tendangan dan ketepatan menangkap/menahan bola yang baik. Latihan yang terprogram dengan baik diharapkan dapat mempercepat waktu reaksi kaki bagi pemain atlet sepak bola sehingga meningkatkan performa dalam pertandingan. Atlet olahraga dari tahun ke tahun terus meningkat jumlahnya, termasuk untuk cabang olahraga sepak bola. Hal ini diharapkan memberi dampak baik bagi kemajuan dan berkembangnya sepak bola di Indonesia.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di SMP Negeri 6 Kota Gorontalo khususnya pada siswa kelas IX, bahwa ketepatan menangkap bola masih kurang maksimal. Hal ini disebabkan oleh kurangnya latihan yang dilakukan oleh guru penjas dalam meningkatkan ketepatan menangkap bola terutama saat melakukan aksi dalam menangkap bola. Untuk itu, diperlukan latihan yang terprogram untuk menunjang ketepatan tersebut dengan melakukan latihan reaksi.

Berdasarkan pada penjelasan di atas, dapat di asumsikan bahwa terdapat pengaruh antara latihan reaksi terhadap ketepatan menangkap bola. Sehingga dapat disusun sebuah judul penelitian “Pengaruh Latihan Reaksi terhadap Ketepatan Menangkap Bola dalam Permainan Sepak Bola pada siswa kelas IX SMP Negeri 6 Kota Gorontalo”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah latihan reaksi berperan dalam ketepatan menangkap bola?
2. Apakah latihan reaksi dapat berpengaruh terhadap ketepatan menangkap bola?
3. Apakah ada faktor-faktor lain yang bisa mempengaruhi latihan reaksi terhadap ketepatan menangkap bola?

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dan identifikasi masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: Apakah terdapat pengaruh latihan reaksi terhadap ketepatan menangkap bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas IX di SMP Negeri 6 Kota Gorontalo?.

1.4 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah memperoleh gambaran tentang pengaruh latihan reaksi terhadap ketepatan menangkap bola dalam permainan sepak bola pada siswa kelas IX di SMP Negeri 6 Kota Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1.5.1 Manfaat Teoritis

1. Sebagai pedoman dan acuan pelaksanaan latihan secara kreatif dan inovatif dalam pengembangan latihan reaksi.
2. Sebagai bahan masukan pelatih, pembina dan guru penjaskes dalam rangka membina, pengembangan, serta peningkatan prestasi sepak bola khususnya bagi penjaga gawang.
3. Dengan penelitian ini diharapkan dapat mengembangkan ilmu diktatik metodik khususnya tentang pengaruh latihan reaksi dan ketepatan menangkap bola bagi penjaga gawang.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Untuk menambah wawasan pengetahuan masyarakat penggemar dan pembina olahraga sepak bola.
2. Untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang pengaruh latihan reaksi terhadap ketepatan menangkap bola bagi penjaga gawang.

3. Sebagai tambahan informasi guna penelitian lebih lanjut tentang masalah-masalah yang berhubungan dengan peningkatan prestasi atlet cabang olahraga sepak bola pada umumnya dan khususnya pada ketepatan menangkap bola.