

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Cabang olahraga sepak bola sangat populer di kalangan masyarakat pada umumnya tidak terkecuali di Indonesia. Hal ini dapat dilihat dengan banyaknya masyarakat baik pria maupun wanita yang ke lapangan sepak bola. Kedatangan masyarakat tersebut menggambarkan betapa besarnya animo masyarakat terhadap cabang olahraga sepakbola, walaupun masing-masing memiliki alasan yang berbeda. Ada yang datang untuk bermain sepakbola sekedar mengisi waktu luang, meningkatkan keterampilan bahkan ada yang hanya ingin menonton permainan sepak bola tersebut. Namun dari pada itu untuk meningkatkan keterampilan bermain sepakbola, itu merupakan suatu hal yang tidak mudah untuk didapat dan dikuasai, jika tidak melalui proses berlatih melatih dan dibimbing oleh seorang pelatih.

Untuk itu dalam permainan sepakbola, seorang pemain dituntut memiliki penguasaan teknik dasar yang baik, sebab hal tersebut merupakan syarat utama untuk menjadi seorang pemain yang bermutu dan memiliki keterampilan yang tinggi dalam permainan sepakbola. Hal ini seperti pendapat Jef Sneyers (2008: 7) Menjaga gawang merupakan pertahanan yang paling akhir dalam permainan sepakbola. Teknik menjaga gawang meliputi: menangkap bola, melempar bola, menendang bola. Untuk menangkap bola dapat dibedakan berdasarkan arah datangnya bola, ada yang datangnya bola masih dalam jangkauan penjaga gawang (tidak meloncat) dan ada yang diluar jangkauan penjaga gawang (harus dengan meloncat).

Posisi penjaga gawang merupakan unsur paling penting di sisi pertahanan. Posisi tersebut menjadi panglima pertahanan yang mengatur para pemain belakang untuk menjaga kedalaman, supaya pemain lawan tidak mudah masuk ke area kotak penalty lawan dan melepaskan tendangan ke arah gawang.

Posisi penjaga gawang merupakan unsur paling penting karena tidak dapat dipungkiri bahwa kiper mampu meningkatkan unsur paling penting karena tidak dapat dipungkiri bahwa kiper mampu meningkatkan kualitas permainan, apabila tampil heroic

dibawah mister dengan manggagalkan sejumlah peluang emas lawan.

Salah satu teknik dasar yang harus dikuasai kiper yaitu Refleks Teknik terpenting bagi penjaga gawang adalah memiliki refleks yang cepat. Memiliki kecepatan dalam bereaksi terhadap bola yang tak dapat diprediksi sebelumnya. Teknik reaksi ini yang masih kurang dikuasai oleh pemain pemain usai muda maka dari itu saya akan meneliti tentang tentang teknik kiper.

Berdasarkan hasil pengamatan yang dilakukan di SSB Parikesit Tenaru Driyorejo Gresik khususnya pada pemain yang berposisi kiper, bahwa ketepatan menangkap bola masih kurang maksimal pada saat tendangan pinalti. Hal ini disebabkan oleh kurangnya latihan yang dilakukan oleh kiper tersebut dalam meningkatkan ketepatan menangkap bola terutama saat melakukan aksi dalam menangkap bola pinalti. Untuk itu, diperlukan latihan yang terprogram untuk menunjang ketepatan tersebut dengan melakukan latihan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki.

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis tertarik mengadakan penelitian dengan judul: “pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada pinalti”.

## **B. Batasan Masalah**

Dalam penelitian ini akan dijelaskan arah penelitian, sehingga tidak terjadi salah penafsiran. Untuk memperjelas arah penelitian runag lingkup dalam penelitian ini yaitu meneliti gambaran mengenai pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada pinalti. Sedangkan batasan masalah penelitian ini mengenai pengaruh variable X (latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki) dengan variable Y(ketepatan kiper menangkap bola pada tendangan pinalti) dan subjek penelitian adalah kiper sepak bola di SSB Parikesit Tenaru Driyorejo Gresik.

## **C. Rumusan Masalah**

Setelah ditemukan latar belakang masalah, maka selanjutnya di tetapkan perumusan masalah yang dicari jawabanya dalam

penelitian ini. Masalah dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut: Adakah pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincahan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada pinalti dalam permainan sepak bola.

#### **D. Variable dan Definisi Oprasional Variable**

##### **1. Variable**

Arti variabel adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (**Sugiyono 2009: 60**). Dengan mengetahui maksud dari variable, maka dapat memperoleh suatu gambaran yang lebih jelas.

Dalam penelitian ini terdapat dua variable penelitian yaitu:

##### **a. Variabel bebas**

Variabel ini sering disebut sebagai variabel stimulus, prediktor, antecedent. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel bebas. Variabel bebas adalah merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependen (terikat). Variable ini dapat di ubah atau dimanipulasi yang menyebabkan perubahan pada variabel lain yang termasuk variabel bebas dalam penelitian ini adalah: latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincahan otot kaki (X).

##### **b. Variable terikat**

Sering disebut sebagai variabel. output, kriteria, konsekuen. Dalam bahasa Indonesia sering disebut sebagai variabel terikat. Variabel terikat merupakan variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Variabel ini adalah aspek yang diamati pada individu yang telah di beri rangsangan atau perlakuan. Dengan kata lain, variabel terikat adalah factor yang di amati dan diukur untuk menentukan dampak yang ditimbulkan oleh variabel bebas. Yang termasuk variabel terikat dalam penelitian ini adalah: ketepatan kiper menangkap bola pinalti (Y).

## **E. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah: untuk mengetahui apakah ada pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada pinalti dalam permainan sepak bola.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui data secara empiris tentang pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada pinalti dalam permainan sepak bola.
- b. Untuk mengetahui seberapa besar pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincihan otot kaki terhadap ketepatan kiper menangkap bola pada pinalti dalam permainan sepak bola.

## **F. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Agar dapat digunakan sebagai bahan informasi serta kajian penelitian selanjutnya khususnya bagi para pemerhati peningkatan prestasi sepak bola maupun seprofesi dalam membahas peningkatan kemampuan.

Bahan referensi dalam memberikan materi latihan kepada siswa dilingkungan tempat latihan.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Pelatih

- 1) Sebagai pengalaman dibidang penelitian yang objektif dalam ilmu keolahragaan.
- 2) Sebagai dasar penelitian serupa dimasa mendatang.
- 3) Sebagai syarat untuk kelulusan dalam sastra sarjana satu (S1).

#### b. Bagi Pelatih

- 1) Dapat digunakan sebagai metode latihan
- 2) Menambahkan pengetahuan pelatih untuk mengembangkan potensi para pemain.
- 3) Memberikan opsi yang lebih banyak kepada pelatih.

- c. Bagi pembaca umum
- 1) Dengan hasil penelitian ini untuk memperjelas *pengaruh latihan kecepatan reaksi tubuh dan kelincahan otot kaki dengan kemampuan menangkap bola pada pinalti.*
  - 2) Memberikan informasi kepada masyarakat tentang *pengaruh latihan kecepatan reaksi* maupun hubugannya dengan *menangkap bola pinalti.*
  - 3) Sebagai panduan untuk memperbaiki pembinaan sepak bola