

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Pendahuluan

Permainan bola tangan merupakan salah satu cabang olahraga beregu yang menggunakan bola kecil dan dimainkan dengan satu atau kedua tangan. Dalam pertandingan bola tangan terdapat dua tim yang masing-masing terdiri dari 7 pemain (6 pemain dan 1 penjaga gawang), yang bertujuan untuk mendapatkan poin sebanyak-banyaknya ke gawang lawan agar dapat memperoleh angka dan mencegah tim lawan agar tidak dapat memasukkan bola ke gawang sendiri (Saavedra, 2018). Dalam permainan bola tangan dimainkan oleh 7 orang pemain yang berada di lapangan, termasuk penjaga gawang. Sisanya akan diganti saat pertandingan. Mereka masuk dan keluar lapangan dari zona pergantian pemain. Berikut posisi masing-masing pemain: Posisi menyerang, Posisi bertahan, Sayap Kiri, Bek kiri, Bek tengah atau playmaker, bek kanan, sayap kanan, pivot, dan penjaga gawang.

Penjaga gawang adalah pemain yang ditunjuk yang tugasnya mencegah langsung gawang tim lawan dengan cara memblok atau mencegah tembakan lawan ke gawang. ‘Selama pertandingan, penjaga gawang biasanya tetap berada dekat dengan garis gawang dan hanya menyentuh bola ketika mempertahankan serangan, memulai kembali permainan dengan mendistribusikan kembali bola setelah mendapat “operan balik” dari sentuhan rekan satu timnya’ (White et al. 2018). “Penjaga gawang memainkan peran penting dalam bola tangan, sehingga memahami kinerja penjaga gawang di kejuaraan dunia dapat meningkatkan metode pelatihan, dan analisis yang lebih mendalam tentang kinerja penjaga gawang dapat meningkatkan kinerja pertandingan dan kontribusi relatif penjaga gawang terhadap kesuksesan turnamen” (Hansen et al. 2017). Dalam pertandingan bola tangan, penjaga gawang sering dikatakan sebagai salah satu bagian dari tim, karena ia dianggap sebagai bek akhir dan penyerang pertama dalam tim. Lemparan 7 meter merupakan momen spesial dalam permainan ketika dua orang lawan (penjaga gawang dan pelempar) saling berhadapan dalam keadaan statis tanpa campur tangan pemain lain (Hantau and Hantau 2014).

Beberapa faktor yang mempengaruhi performa pemain bola tangan baik dari segi fisik, teknik, taktis, dan psikologis merupakan faktor penting yang harus dipahami dan dikelola oleh semua pemain yang mengikuti pertandingan. Salah satunya ada faktor Kondisi Fisik seorang atlet Bola Tangan.

‘Kondisi fisik merupakan faktor yang sangat penting dalam hampir diseluruh cabang olahraga. Oleh karena itu, latihan pengkondisian fisik memerlukan perencanaan yang matang dan sistematis untuk meningkatkan kekuatan dan fungsi tubuh’(Setiawan and Wirawan 2021). Kondisi fisik yang prima merupakan hal yang penting dan bermanfaat dalam menunjang kegiatan olahraga guna mencapai keberhasilan dalam berolahraga. (Purnomo 2019). “Unsur kebugaran jasmani meliputi kekuatan, kecepatan, daya tahan, ketangkasan otot, ketangkasan, keseimbangan, kelenturan, dan koordinasi. Seluruh unsur pengondisian fisik harus dikembangkan untuk menunjang prestasi atlet.”

Olahraga bola tangan merupakan salah satu cabang olahraga yang memerlukan keterampilan teknis tinggi, kecepatan fisik, serta reaksi yang cepat, terutama bagi seorang penjaga gawang. Penjaga gawang dalam bola tangan memiliki peran yang sangat vital dalam mempertahankan kemenangan tim. Kecepatan reaksi penjaga gawang menjadi salah satu faktor penentu keberhasilan mereka dalam menghadapi serangan lawan. Kecepatan reaksi di sini berkaitan dengan kemampuan seorang penjaga gawang untuk merespon bola yang datang dengan cepat, baik melalui tangan, tubuh, atau gerakan yang dapat mengahalu bola. Oleh karena itu, peningkatan kecepatan reaksi pada penjaga gawang menjadi suatu kebutuhan yang tak terhindarkan dalam meningkatkan kualitas permainan tim.

Seiring berkembangnya teknologi, metode latihan di dunia olahraga pun turut mengalami inovasi. Salah satu inovasi yang muncul ada penggunaan Audiovisual dalam proses latihan. Latihan audiovisual menggabungkan media visual, seperti video atau rekaman permainan, dengan aspek auditori yang dapat mempercepat proses pembelajaran dan meningkatkan kinerja atlet. Dalam konteks bola tangan, audiovisual dapat digunakan untuk membantu penjaga gawang dalam

meningkatkan kemampuan mereka dalam membaca situasi pertandingan, merespons bola dengan cepat, serta memperbaiki keterampilan teknis yang diperlukan dalam menghadapi serangan lawan. Dengan demikian, penerapan latihan audiovisual diharapkan dapat memberikan dampak positif terhadap peningkatan kecepatan reaksi penjaga gawang.

Metode latihan yang akan digunakan adalah audiovisual. Audiovisual merupakan salah satu media yang didalamnya ada unsur gambar dan suara. Analisis informasi audio visual, yang mewakili dua modalitas tunggal ke pembelajaran multimodalitas menjadi penting untuk persepsi mesin yang lebih baik. ‘Prestasi yang menonjol meliputi pengenalan wajah, klasifikasi, visual yang terperinci, pengenalan suara, dan banyak lagi. Untuk melampaui keterbatasan tugas persepsi di setiap modalitas, pembelajaran audio-visual (AVL) yang memanfaatkan kedua modalitas telah diperkenalkan.’ (Zhu et al. 2021).

Penelitian mengenai pengaruh latihan audiovisual terhadap peningkatan kecepatan reaksi dalam olahraga bola tangan masih sangat terbatas. Sebagian besar penelitian yang ada lebih fokus pada metode latihan fisik atau teknik-teknik dasar dalam bola tangan. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk mengisi kekosongan tersebut dengan mengkaji secara khusus pengaruh latihan audiovisual terhadap peningkatan kecepatan reaksi penjaga pada olahraga bola tangan. Dengan memahami sejauh mana pengaruh latihan audiovisual terhadap kecepatan reaksi, diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan metode pelatihan yang lebih efektif bagi penjaga gawang bola tangan.

Penelitian ini bukanlah salah satunya yang pernah dilakukan, sebelumnya ada beberapa penelitian yang membahas tentang reaksi penjaga gawang. Penulis mengambil dua penelitian terdahulu yang relevan yakni penelitian yang dilakukan Ryan, Asep, Irwan (2022) yang berjudul Pengaruh Latihan Reaksi terhadap Performance Goalkeeper “Maka dapat disimpulkan bahwa penggunaan metode latihan reaksi penjaga gawang sangat efektif untuk meningkatkan performa penjaga gawang pada saat bertanding”. Terdapat juga pada penelitian yang dilakukan Gustian dan Nina (2019) yang berjudul Penerapan Metode Latihan 8-Point Star

Drill terhadap Peningkatan Kecepatan Reaksi Penjaga Gawang Cabang Olahraga Futsal “Maka dapat diambil kesimpulan metode latihan 8-point star drill memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan kecepatan reaksi penjaga gawang futsal.”

Sehingga yang membedakan penelitian ini adalah terletak pada variable dan jenis teknik dalam latihan, maka berdasarkan penelitian terdahulu yang telah dipaparkan, penelitian yang berjudul “Pengaruh Latihan Audiovisual terhadap Peningkatan Reaksi Penjaga Gawang pada Cabang Olahraga Bola Tangan”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah. Identifikasi masalah dan pembatasan masalah dapat dirumuskan permasalahan yang ada di teliti adalah:

1. Apakah terdapat pengaruh latihan audiovisual terhadap peningkatan reaksi penjaga gawang pada cabang olahraga bola tangan?

1.3 Tujuan Penelitian

Dari latar belakang di atas, maka di dapatkan tujuan penelitian sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui pengaruh latihan audiovisual terhadap peningkatan reaksi penjaga gawang pada cabang olahraga bola tangan.

1.4 Manfaat Penelitian

Pada penelitian ini mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Teoritis
 - a. Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai masukan bagi keilmuan di bidang olahraga khususnya dalam cabang olahraga bola tangan.
 - b. Sebagai bahan untuk memperkaya pengetahuan tentang latihan audiovisual terhadap peningkatan reaksi.
 - c. Sebagai bahan referensi para pelatih dan semua pihak yang berkepentingan dalam peningkatan reaksi.
2. Praktis

Secara praktis hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan bagi berarti bagi:

- a. Para pelatih dan Pembina cabang olahraga bola tangan dalam upaya peningkatan prestasi atlet.
- b. Informasi dan referensi bagi peneliti yang akan menyelidiki dan memecahkan masalah yang ada pada cabang olahraga bola tangan.
- c. Dapat dijadikan sebagai gambaran umum atau informasi bagi semua pihak yang mempunyai kepentingan terhadap peningkatan reaksi.

1.5 Struktur Organisasi Penelitian

Struktur organisasi pada penelitian ini mengacu pada Pedoman Penulisan Karya Tulis Ilmiah UPI Tahun 2021 (PPTKI UPI) yang terdiri dari lima BAB. Struktur Organisasi Penelitian ini adalah sebagai berikut:

Bab I berisi uraian mengenai pendahuluan. Bagian awal dari skripsi ini menjelaskan dan memaparkan mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi penelitian. Bab II berisi mengenai Tinjauan Pustaka yang terdiri dari definisi bola tangan, definisi posisi permainan bola tangan, definisi penjaga gawang bola tangan, definisi kondisi fisik penjaga gawang, definisi reaksi, definisi audiovisual, kerangka berfikir dan hipotesis. Bab III berisi mengenai komponen dari metode penelitian yang akan dilakukan, meliputi desain penelitian, populasi dan sampel, instrument penelitian, prosedur penelitian, Program latihan dan analisis data. Bab IV berisi mengenai temuan dan pembahasan penelitian. Hasil temuan dan pembahasan yang telah dicapai meliputi pengolahan data serta analisis temuan dan pembahasannya. Bab V berisi mengenai simpulan, implikasi, rekomendasi dan saran. Dimana pada bab ini menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian.