

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Hoki merupakan jenis olahraga permainan bola kecil yang dimainkan diatas permukaan karpet ataupun rumput yang khusus untuk bermain hoki. Setiap regunya mempunyai tujuan untuk berusaha memasukkan bola sebanyak-banyaknya ke gawang lawan dengan menggunakan stik, dan mempertahankan gawang sendiri agar tidak kemasukan. Permainan ini dapat dimainkan di tiga tempat yaitu ruangan (*Indoor Hockey*), lapangan (*field Hockey*), dan es (*Ice Hockey*). Namun yang umum yang dimainkan di Indonesia adalah hoki ruangan dan hoki lapangan karena mungkin fasilitasnya yang mudah di dapatkan beda halnya dengan hoki es yang sulit dijumpai. Hoki Penjelasan menurut Atmaja (2015, hlm. 2) menyatakan bahwa:

Hoki adalah suatu permainan yang dimainkan antara dua regu yang setiap pemainnya memegang sebuah tongkat bengkok (*stick*) untuk menggerakkan sebuah bola. Dengan tujuan menciptakan gol sebanyak-banyaknya kegawang lawan dan menjaga gawangnya sendiri agar tidak kemasukan bola.

Meskipun olahraga ini tidak sepopuler olahraga yang memasyarakat, akan tetapi olahraga ini sudah mulai dipertandingkan antar pelajar, perguruan tinggi serta club yang setiap tahunnya selalu ada kejuaraan rutin tingkat Daerah, Nasional bahkan Internasional.

Pemain hoki memiliki perannya masing-masing. Penyerang (*striker*) memiliki peran yaitu untuk membongkar pertahanan lawan serta memasukkan bola ke gawang lawan, Sayap (*wing*) memiliki peran yaitu membantu penyerangan dengan menyisir bagian kanan dan kiri pertahanan lawan, Pemain Tengah (*middle*) memiliki peran yaitu sebagai pengatur serangan dan sebagai penyuplai bola ke pemain depan, Pertahanan (*defender*) memiliki peran untuk menahan setiap serangan yang menuju ke arah garis pertahanan, Penjaga Gawang (*goalkeeper*) memiliki peran untuk menghalau dan mengantisipasi setiap ada bola yang menuju ke arah gawang menggunakan seluruh bagian tubuh dan dilengkapi dengan perlengkapan pelindung tubuh, yaitu *pads* atau *legguard*, *gloves*, *kickers*, *stick goalie*, *chestguard*, *elbow*, *helmet*, dan *vital guard*.

Penjelasan tentang penjaga gawang (*goalkeeper*) dikemukakan oleh Dault (2009, hlm. 108) “Penjaga gawang (*goalkeeper*) merupakan pemain yang dipercaya oleh manajemen dan pelatih kepala untuk mengawal atau menjaga gawang dari kebobolan dan serangan dari lawan”. Sedangkan pengertian penjaga gawang menurut Luxbacher (2004, hlm. 125), yang di terjemahkan oleh Budianto (2015)

“Kiper memberikan garis pertahanan yang terakhir bagi tim dan harus menguasai serangkaian keterampilan yang seluruhnya berbeda dengan keterampilan yang digunakan oleh pemain lapangan dan penjaga gawang harus mempunyai kemampuan yang kompeten”.

Penjaga gawang (*goalkeeper*) harus selalu memposisikan sikap berdiri yang sempurna dan harus dalam posisi yang siap untuk mengidentifikasi dan menguasai bola. Posisi siap menentukan gerak penjaga gawang dalam melakukan penyelamatan gawang , posisi siap menjadikan seorang penjaga gawang lebih fokus dan berkonsentrasi. Menurut Luxbacher (2011, hlm. 126), bahwa “Posisi siap yang dimaksud adalah kaki direntangkan kira-kira selebar jarak bahu, berat badan seimbang dan dipusatkan pada bantalan telapak kaki, kepala dan badan tegak”.

Untuk mencapai sebuah prestasi tidak mudah atau instan untuk dicapai, tetapi harus melalui proses latihan. Persoalan latihan dalam olahraga sangat penting. Oleh sebab itu dalam proses latihan yang benar kita harus memperhatikan aspek yang harus dilatihkan kepada atlet yaitu: latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, dan latihan mental. Keempat aspek tersebut saling berkaitan satu sama lainnya. Hal ini sesuai dengan yang dikemukakan oleh Harsono (2015, hlm. 39) bahwa:

Tujuan serta sasaran utama dari latihan atau *training* adalah untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin. Ada 4 aspek yang harus diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet yaitu 1) Latihan Fisik, 2) Latihan Teknik, 3) Latihan Taktik dan 4) Latihan Mental.

Salah satu komponen yang harus dimiliki oleh penjaga gawang (*goalkeeper*) adalah kecepatan. Kecepatan merupakan dasar yang harus dimiliki seorang penjaga gawang, cepat dalam pergerakan menjadi modal utama. Menurut Irianto (2016, hlm. 62), bahwa “Kecepatan gerak adalah kemampuan seseorang

dalam melakukan gerak atau serangkaian gerak dalam waktu secepat mungkin”. Dengan demikian, kecepatan merupakan kualitas kondisional yang memungkinkan seseorang untuk melakukan gerakan dan bereaksi secara cepat terhadap rangsangan. Penjaga gawang (*goalkeeper*) harus juga mempunyai keterampilan yang baik khususnya kecepatan reaksi.

Dalam setiap cabang olahraga, kecepatan reaksi merupakan komponen fisik yang sangat penting. Menurut Arbain (2017, hlm. 3), bahwa “Kecepatan reaksi adalah waktu yang dipergunakan antara munculnya stimulus atau rangsangan dari awal reaksi. Waktu kecepatan reaksi adalah waktu tersingkat yang dibutuhkan untuk memberikan jawaban kinetik setelah menerima rangsangan”. Kecepatan reaksi sangat berhubungan dengan reflek, waktu gerakan dan waktu respon. Menurut Pratiknyo (2010, hlm. 3) mengemukakan “Waktu gerak adalah waktu yang dibutuhkan dari saat bergerak dilakukan sampai akhir gerakan. Waktu respon adalah jumlah waktu reflek atau waktu gerak”. Dengan demikian, seorang penjaga gawang harus memiliki dasar yang kuat mengenai kecepatan reaksi maupun kecepatan gerak untuk menunjang prestasi maksimal.

Penjaga gawang (*goalkeeper*) akan mengalami kesulitan dalam merespon bola yang diarahkan apabila tidak memiliki kecepatan reaksi. Latihan *rotation drill* ini masih jarang dilakukan dalam variasi latihan menggunakan bola. Cara melakukan *rotation drill* adalah pertama posisikan diri penjaga gawang membelakangi pelatih, lalu setelah itu pelatih memberikan aba-aba agar penjaga gawang berbalik badan lalu siap menerima bola yang diberikan oleh sang pelatih tersebut. Maka dengan adanya latihan *rotation drill*, penjaga gawang (*goalkeeper*) diharapkan dapat melatih keterampilan khususnya dalam kecepatan reaksi menahan bola dengan baik dan menambah kualitas permainan sebagai penjaga gawang (*goalkeeper*).

Berdasarkan dari hasil observasi penulis ke Unit Kegiatan Mahasiswa Hoki UPI, yang berperan sebagai penjaga gawang (*goalkeeper*) banyak atlet yang baru berperan menjadi penjaga gawang saat masa kuliah atau *basic* awalnya merupakan penjaga gawang di olahraga lain kemudian pindah ke olahraga hoki, sehingga penambahan variasi latihan untuk penjaga gawang dengan metode *rotation drill* sangat membantu dalam latihan kecepatan reaksi.

Penelitian yang relevan sangat dibutuhkan dalam mendukung kajian teoritik yang dikemukakan, sehingga dapat dipergunakan sebagai landasan kajian hipotesis. Penelitian yang dilakukan oleh Saputra (2017) yang memiliki hasil penelitian “Dalam analisis data yang menggunakan uji-t di mana tes awal di peroleh rata-rata 0,5124 detik dan tes akhir diperoleh rata-rata 0,4642 detik. Sedangkan Thitung sebesar 5,12534 bila di bandingkan dengan Ttabel sebesar 2,13185 dengan ini sudah jelas ada peningkatan di sebabkan tes awal dan tes akhir mempunyai hasil yang berbeda”. Merujuk dari penelitian sebelumnya peneliti tertarik untuk melakukannya di cabang olahraga hoki.

Berdasarkan latar belakang dan dari penelitian sebelumnya penulis mempunyai anggapan bahwa kecepatan reaksi menghalau bola sangat diperlukan untuk menambah teknik dan kualitas permainan penjaga gawang olahrag hoki. Oleh karena itu, penulis berkeinginan untuk melakukan penelitian mengenai kecepatan reaksi pada penjaga gawang hoki. Dalam penelitian ini penulis ingin membuktikan “Efektifitas *Rotation Drill* Terhadap Kecepatan Reaksi Penjaga Gawang Pada Cabang Olahraga Hoki”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian di atas, maka penulis mencoba mengemukakan suatu permasalahan menjadi dasar penelitian ini, yaitu apakah terdapat pengaruh yang signifikan dari latihan *rotation drill* terhadap kecepatan reaksi penjaga gawang olahraga hoki.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh latihan *rotation drill* terhadap kecepatan reaksi penjaga gawang olahraga hoki.

1.4 Manfaat Penelitian

Dalam proses penilaian suatu kegiatan atau hasil proses penelitian sangat diperlukan data yang objektif, untuk memperoleh data yang memenuhi persyaratan tersebut haruslah mempunyai manfaat.

Hasil akhir penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat baik secara teoritis maupun praktis. Adapun manfaatnya adalah sebagai berikut :

1. Secara teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan pengetahuan para pelatih olahraga khususnya untuk cabang olahraga hoki dalam mengetahui pengaruh latihan *rotation drill* terhadap kecepatan reaksi penjaga gawang olahraga hoki.

2. Secara praktis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi atau informasi pelatih dan atlet untuk mengetahui pengaruh latihan *rotation drill* terhadap kecepatan reaksi penjaga gawang olahraga hoki.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Struktur organisasi berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian dalam suatu penelitian. Dalam penelitian ini, struktur organisasi penelitian memiliki rincian sebagai berikut:

1. BAB I Pendahuluan merupakan penjelasan mengenai latar belakang penelitian yang didalamnya dijelaskan urgensi bahwa penelitian ini perlu dilakukan, sehingga peneliti tertarik untuk meneliti efektivitas *rotation drill* terhadap kecepatan reaksi penjaga gawang pada cabang olahraga hoki. Dari permasalahan tersebut ditentukan beberapa rumusan masalah, tujuan penelitian, dan mafaat penelitian. Adapun urutan penyajian sebagai berikut :
 - a) Latar belakang penelitian
 - b) Rumusan masalah penelitian
 - c) Tujuan penelitian
 - d) Manfaat/signifikansi penelitian
 - e) Struktur organisasi skripsi

2. BAB II Kajian Pustaka terdiri dari kajian teori, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian. Kajian teori menjelaskan teori-teori yang terkait dalam penelitian, kerangka pemikiran menjelaskan konsep penelitian yang akan dilakukan dan hipotesis penelitian menyatakan dugaan sementara mengenai hasil akhir penelitian. Adapun urutan dalam penyajian bab II sebagai berikut :
 - a) Kajian teori
 - b) Kerangka pemikiran
 - c) Hipotesis penelitian
3. BAB III Metode Penelitian menjelaskan tentang bagaimana penelitian akan dilakukan yang didalamnya mencakup penjelasan mengenai sampel yang terlibat, cara pengambilan data, instrument yang digunakan, langkah-langkah penelitian, dan cara menganalisis data. Urutan penyajian bab III sebagai berikut :
 - a) Desain penelitian
 - b) Populasi dan sampel
 - c) Instrument penelitian
 - d) Prosedur penelitian
 - e) Analisis data
4. BAB IV Temuan dan Pembahasan berisikan temuan-temuan yang didapat setelah uji coba dan analisis data, setelah itu temuan tersebut dibahas untuk menjawab rumusan masalah penelitian. Penyajian bab IV diurutkan sebagai berikut :
 - a) Hasil penelitian
 - b) Pembahasan dan hasil penelitian
5. BAB V Simpulan, implikasi dan rekomendasi berisikan tentang kesimpulan penelitian yang dirumuskan dari hasil uji coba dan analisis data. Berikutnya yaitu perumusan implikasi dan rekomendasi yang menyatakan kekurangan dari penelitian ini yang disertai rekomendasi untuk penelitian selanjutnya agar setiap penelitian lebih baik lagi.