

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga di Indonesia sedang mengalami perkembangan yang pesat. Masyarakat mulai sadar bahwa olahraga adalah sarana untuk menjaga dan meningkat kesehatan. Olahraga sudah menjadi kebutuhan dalam kehidupan manusia, sebab dengan olahraga manusia dapat memperoleh kesenangan. Keuntungan lain dari olahraga yang dilakukan secara rutin dapat membuat manusia menjadi sehat dan kuat.

Olahraga menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia berarti gerak badan untuk menguatkan dan menyehatkan tubuh (Setiawan, 2015). Kata menguatkan juga terkandung pengertian membentuk. Usaha ini dapat dilakukan melalui permainan, latihan, atau gerakan-gerakan bagian tubuh tertentu, dengan atau tanpa menggunakan alat. Olahraga pada hakekatnya merupakan kegiatan fisik dan psikis yang dilandasi semangat perjuangan melawan diri sendiri dan orang lain.

Salah satu cabang olahraga yang mengalami perkembangan pesat saat ini adalah futsal. Hal ini ditunjukkan dengan banyaknya minat masyarakat pada futsal. Serta munculnya ekstrakurikuler futsal yang diadakan oleh sekolah maupun perguruan tinggi dan banyak kompetisi futsal di tingkat pelajar dan kalangan umum. Bukti lain menunjukkan bahwa futsal telah berkembang dengan cukup baik di Indonesia adalah ditayangkannya pertandingan – pertandingan liga

futsal professional baik secara langsung maupun tidak langsung pada awal tahun 2015.

Futsal pertama kali diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani. Futsal berasal dari Spanyol, yaitu *futbol* (sepakbola) dan *sala* (ruangan), yang jika digabungkan artinya menjadi “sepakbola dalam ruangan”. Futsal hampir sama dengan sepakbola, yaitu dimainkan oleh kedua tim, tujuannya juga sama yaitu memasukan bola ke gawang lawan. Namun, bedanya dalam permainan futsal masing – masing tim beranggotakan lima orang, dan mempunyai peraturan yang berbeda, ukuran lapangan lebih kecil, bola lebih kecil dan waktu bertanding 2x20 menit (Lhaksana, 2011, h.5).

Menurut Lhaksana (2011, h. 2) futsal adalah permainan yang sangat cepat dan dinamis. Dengan mengandalkan ketangkasan sehingga membutuhkan kecepatan, ketrampilan, fokus, dan penguasaan teknik yang baik, serta fisik yang prima agar pemain mampu bermain dengan baik. Bukan hanya kondisi fisik yang menjadi tolak ukur olahraga ini, tetapi kondisi psikologis juga berperan penting karena berkaitan erat dengan kondisi kejiwaan manusia.

Ada beberapa hal yang mempengaruhi kondisi psikologis pemain baik dalam latihan maupun turnamen, salah satunya adalah motivasi. Aspek motivasi merupakan aspek yang paling banyak disorot dalam program pembinaan olahraga. Motivasi berasal dari kata bahasa latin “movere” yang artinya bergerak (Satiadarma, 2000,

h. 71). Alderman (Satiadarma, 2000, h. 71) mendefinisikan motivasi sebagai kecenderungan untuk berperilaku ke suatu arah tertentu yang dikendalikan oleh adanya konsekuensi tertentu, dan perilaku tersebut akan bertahan sampai sasaran perilaku tercapai, contohnya seorang atlet rajin berlatih untuk bisa masuk tim inti yang akan mengikuti turnamen dan keinginan menjadi juara dalam turnamen yang akan diikuti.

McClelland (Garliah & Nasution, 2005, h. 38) menyatakan bahwa motivasi berprestasi adalah usaha – usaha yang dilakukan secara gigih untuk dapat mencapai keberhasilan dalam segala aktivitas kehidupan, contohnya seorang atlet rajin berlatih dengan tujuan untuk dapat menguasai teknik menggiring bola dengan baik dan benar.

Apruebo (2005, h. 53) menjelaskan bahwa motivasi berprestasi pada hakikatnya merupakan keinginan dan pendorong untuk dapat unggul yaitu mengungguli prestasi dirinya sendiri maupun prestasi orang lain. Contohnya seorang atlet yang berlatih selama berjam – jam setiap hari dengan tujuan ingin memecahkan rekor baru dalam sebuah kejuaraan tertentu.

Nurdidaya dan Selviana (Muskanan, 2015, h. 107) menjelaskan bahwa motivasi berprestasi olahraga merupakan tujuan yang dimiliki atlet untuk berprestasi, dengan begitu atlet akan berusaha meningkatkan berbagai usaha dan gigih dalam latihan agar dapat berprestasi untuk mendapatkan berbagai penghargaan yang dapat meningkatkan harga dirinya. Contohnya seorang atlet futsal

yang selalu hadir dalam proses latihan, tidak pernah terlambat serta selalu mendengarkan dan memahami intruksi dari pelatih untuk mewujudkan keinginannya menjadi juara dalam berbagai turnamen yang diikuti.

Menurut Richard (2007, h.120) motivasi dibagi menjadi 2, yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik adalah motivasi untuk berperilaku yang berasal dari dalam diri individu. Contohnya adalah seorang atlet futsal yang bermain futsal karena ia senang bermain futsal. Motivasi ekstrinsik adalah motivasi berperilaku yang berasal dari luar individu. Contohnya adalah seorang atlet yang mengikuti turnamen karena adanya hadiah berupa uang dan piala.

Pengaruh dari motivasi berprestasi yang tinggi bagi atlet adalah atlet memiliki mental yang siap dalam menghadapi setiap pertandingan dengan tujuan untuk memenangkan pertandingan, memiliki semangat untuk berlatih sehingga mampu dengan cepat menyerap materi yang diberikan oleh pelatih, memiliki kesiapan dalam pertandingan uji coba. Motivasi yang tinggi akan membuat atlet lebih bekerja keras dalam memperoleh hasil yang baik dalam mengikuti turnamen. Tim yang memiliki atlet – atlet dengan motivasi yang tinggi akan mampu mengaplikasikan intruksi strategi dari pelatih dalam menghadapi pertandingan di turnamen dan tim mampu mencapai prestasi yang maksimal dalam mengikuti turnamen.

Pengaruh dari motivasi berprestasi yang rendah adalah atlet akan malas mengikuti sesi latihan seperti tidak hadir tepat waktu, kurang fokus pada intruksi latihan yang diberikan pelatih, dan daya serap yang rendah terhadap materi latihan. Dalam sebuah pertandingan apabila atlet memiliki motivasi berprestasi yang rendah akan berdampak pada ketidaksiapaan mental atlet dalam menghadapi pertandingan di turnamen dan tidak bersemangat dalam pertandingan uji coba. Motivasi berprestasi yang rendah akan berpengaruh pada tim, seperti tidak semua pemain hadir dalam sesi latihan, ketidakmampuan mengaplikasikan intruksi dari pelatih dalam suatu pertandingan, serta akan berakibat pada pencapaian prestasi yang tidak maksimal dalam mengikuti turnamen.

Pada tanggal 6 September 2015 peneliti melakukan wawancara dengan Mas Ipank selaku pelatih dari tim Nafas FC. Fakta yang ditemukan adalah bahwa tim Nafas FC mengalami penurunan prestasi pada tahun 2015. Hal ini ditunjukkan dengan kegagalan meraih gelar juara dalam beberapa turnamen yang diikuti tim Nafas FC. Menurut Mas Ipank, kegagalan meraih gelar juara tersebut dikarenakan kurangnya motivasi berprestasi yang dimiliki oleh para pemain, seperti atlet datang terlambat sehingga mengganggu proses latihan, mengalami kesulitan untuk bangkit ketika menghadapi kegagalan, dan tidak menunjukkan kesenangan ketika menghadapi turnamen. Selain itu, Atlet mengalami kurang percaya diri apabila mengikuti turnamen, hal ini karena atlet merasa terbebani apabila turnamen memakai nama Nafas FC. Nama besar

Nafas FC dalam dunia futsal di Kota Semarang dan Provinsi Jawa Tengah dan prestasi yang pernah diraih tim ini terasa menjadi beban bagi pemain Nafas FC, sehingga ketika menghadapi turnamen pemain – pemain merasa kurang percaya diri dan hasilnya ketika bermain dalam pertandingan turnamen, pemain kurang mampu mengontrol emosi, konsentrasi, mengalami kebingungan dalam mengaplikasikan intruksi dari pelatih, dan kurangnya keinginan untuk juara ketika bermain di turnamen.

Tanggal 9 September 2015 peneliti melakukan wawancara dengan Pak Be yang selaku pelatih futsal di tim Venus FC. Fakta yang ditemukan pada wawancara dan observasi adalah pada bulan Mei 2015, Venus FC memjuarai 2 turnamen sekaligus. Selepas dari bulan Mei prestasi tim ini menjadi menurun dan sampai sekarang Venus FC belum pernah meraih juara kembali, walaupun sering mengikuti turnamen. Kendala utama yang diungkapkan Pak Be selaku pelatih adalah adanya rasa percaya yang berlebihan selepas dari juara 1 di Liga Nusantara sehingga menurunkan motivasi untuk berprestasi atau meraih gelar juara kembali. Hal tersebut terasa mengganggu proses baik dalam latihan dan turnamen. Sehingga para atlet justru meremehkan hal sepele seperti latihan yang terlalu sering bercanda dan tidak dapat memfokuskan konsentrasi pada materi yang diberikan pelatih. Hal tersebut berimbas pada saat turnamen para pemain sering meremehkan kekuatan lawan.

Berdasarkan hasil wawancara pada tim futsal Nafas FC dan tim futsal Venus FC mempunyai masalah pada motivasi untuk

berprestasi dan tingkat kepercayaan diri pada pemain sehingga prestasi tim menjadi menurun. Nafas FC memiliki permasalahan pada rendahnya motivasi untuk berprestasi dan tingkat kepercayaan diri yang rendah sehingga prestasi tim menjadi menurun tajam, sedangkan Venus FC memiliki motivasi untuk berprestasi yang rendah dan tingkat kepercayaan diri yang berlebihan sehingga prestasi tim menjadi menurun. Hal ini mengindikasikan adanya masalah yang menjadi fenomena yang menarik untuk diteliti.

Ada beberapa sumber yang mempengaruhi motivasi berprestasi yaitu orientasi situasional dan orientasi pelaku. Orientasi Situasional adalah bahwa kecenderungan pribadi tidak cukup memotivasi individu, sebaliknya lingkunganlah yang memberikan peluang serta memupuk motivasi individu (Satiadarma, 2000, h. 75). Dengan kata lain, motivasi berprestasi atlet dapat dipengaruhi oleh orang tua, teman berkumpul, pacar, teman sesama atlet, pelatih sehingga akan mempengaruhi prestasi atlet futsal.

Orientasi pelaku adalah bahwa sumber motivasi terletak pada diri individu yang bersangkutan. Jadi, motivasi merupakan bentuk kecenderungan pribadi atau *trait* seseorang. Orientasi pelaku dapat dikatakan bahwa motivasi berasal dari diri atlet itu sendiri untuk tetap termotivasi berprestasi walaupun menghadapi situasi yang sulit (Satiadarma, 2000, h.75).

Menjaga motivasi berprestasi dalam diri sendiri tentu diperlukan adanya kepercayaan diri yang baik. Dalam hal ini prestasi yang pernah diraih oleh tim ini sebelumnya, sehingga prestasi

tersebut dirasa membebani para pemain yang berdampak pada kurang percayaan diri pada pertandingan turnamen. Carron (1984, h. 81) beranggapan bahwa aspek pelaku yang dapat diubah meliputi 5 faktor, yaitu insentif, analisa hasil, motivasi intriksi, harapan orang lain, rasa percaya diri. Kelima faktor tersebut dapat dirubah sesuai kendali dari atlet yang bersangkutan atau dari pelatihnya.

Kepercayaan diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophesy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Menurut Saranson (Komarudin, 2013, h. 68) kepercayaan diri adalah perasaan yang berisi kekuatan, kemampuan dan keterampilan untuk melakukan dan menghasilkan sesuatu yang dilandasi keyakinan untuk sukses. Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan (Satiadarma, 2000, h.245). Atlet yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan cenderung mampu mengatur emosi, konsentrasi, sasaran, usaha, strategi, dan momentum. Atlet yang mampu mengatur keenam hal tersebut akan mampu menunjukkan permainan yang konsisten didalam latihan maupun pertandingan.

Kelebihan kepercayaan diri dikenal dengan istilah *overconfidence*. Weinberg & Gould (2011, h. 146) menyatakan bahwa *overconfidence* adalah rasa percaya diri yang keliru. Menurut Komarudin (2013, h.75) kelebihan percaya diri adalah kekeliruan atlet dalam menilai kemampuan dirinya melebihi kemampuan dimiliki orang lain. Keadaan seperti ini cenderung akan merugikan

atlet itu sendiri, karena dengan begitu atlet menjadi sering meremehkan kekuatan lawan.

Kurang percaya diri dikenal dengan sebutan *lack of confidence*. Kurang percaya diri adalah rasa percaya diri yang keliru. Dampak dari kurang percaya diri atlet menjadi ragu – ragu dalam mengambil keputusan, kehilangan konsentrasi pada saat latihan maupun bertanding, dan tidak berani mengubah strategi karena dipengaruhi oleh kecemasan (Satiadarma, 2000, h.247). Matsuda (Yulianto & Nashori, 2006, h.56) berpendapat bahwa untuk dapat berprestasi atlet perlu dipersiapkan mentalnya agar mereka mampu mengatasi ketegangan yang sering dihadapi baik saat latihan maupun saat berkompetisi.

Hasil dari penelitian Yulianto dan Nashori (2006, h. 60) mengungkapkan bahwa tanpa memiliki penuh rasa percaya diri seorang atlet tidak akan dapat mencapai prestasi yang tinggi. Kurang percaya diri tidak akan menunjang tercapainya prestasi yang tinggi. Kurang percaya diri berarti meragukan kemampuan diri sendiri, dan ini jelas merupakan bibit ketegangan. Kelebihan percaya diri dapat menimbulkan dampak yang kurang menguntungkan, karena sering menganggap lemah lawan dan sering merasa tidak terkalahkan. Sebaliknya apabila atlet menghadapi kenyataan bahwa dapat dikalahkan, maka atlet akan mudah mengalami frustrasi.

Berdasarkan uraian di atas, maka hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi menarik untuk diteliti. Untuk itu, penelitian ini diadakan untuk mengetahui apakah ada

hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada atlet futsal?

B. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini ingin mengetahui secara empirik hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada atlet futsal.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumbangan keilmuan dalam bidang psikologi olahraga yang berkaitan dengan motivasi berprestasi dan kepercayaan diri.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi kepada tim futsal berkaitan dengan motivasi berprestasi dan kepercayaan diri.