

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga memiliki keterkaitan yang erat dengan ilmu terapan lain. Di antaranya adalah berkaitan dengan psikologi olahraga dan juga dalam dimensi sosial. Olahraga memiliki kompleksitas yang tinggi bila di tinjau dalam banyak hal. Olahraga terdiri dari olahraga yang bersifat prestasi, olahraga rekreasi dan pendidikan. Semua bagian dalam olahraga tentu memiliki kaitan dengan aspek psikologi dan sosial yang akan menjadi pendorong agar prestasi atau kemampuan dalam olahraga mampu berkembang lebih baik lagi, sehingga mampu menghasilkan prestasi olahraga dan mampu memasyarakatkan olahraga sehingga semua lapisan masyarakat mampu merasakan banyak manfaat olahraga yang pada akhirnya itu bisa membangun masyarakat yang tangguh dan berprestasi. Sejalan dengan ilmu pengetahuan semakin maju, pemikiran manusia semakin berkembang. Demikian pula di bidang olahraga, manusia berolahraga tidak hanya asal bergerak, tetapi mulai menghendaki tujuan untuk mencapai kemajuan dan memperoleh suatu hasil. Untuk memperoleh prestasi dibutuhkan berbagai macam faktor pendukung seperti faktor latihan, bawaan (bakat), kondisi lingkungan dan lain-lain. Namun tidak setiap orang memiliki hasrat tinggi untuk meraih prestasi. (Faidillah Kurniawan, 2010)

Menyatakan bahwa faktor penentu pencapaian prestasi maksimal terdiri dari dua faktor besar, yaitu faktor endogen dan faktor eksogen. Faktor endogen atau faktor internal, yaitu faktor yang berasal dari diri atlet itu sendiri, meliputi kesehatan fisik dan mental, bentuk tubuh serta proporsi tubuh selaras dengan olahraga yang diikuti, penguasaan teknik, penguasaan taktik, memiliki aspek kejiwaan dan kepribadian yang baik, memiliki kematangan juara yang mantap. Faktor berikutnya adalah faktor eksogen, yaitu faktor yang berasal dari luar, faktor eksogen meliputi: pelatih, sarana dan prasarana, organisasi, dan lingkungan, dsb.

Di Indonesia ada banyak olahraga yang digemari oleh masyarakat salah satu contohnya adalah olahraga sepak bola. Semua kalangan sangat antusias ketika membahas tentang sepak bola mulai dari anak-anak, remaja, hingga orang dewasa.

Permainan sepak bola dapat dikatakan sebagai olahraga permainan yang sangat menarik dan dapat dimainkan oleh semua golongan umur, karena pada dasarnya permainan sepak bola diciptakan dengan konsep sebuah permainan yang dimainkan dengan menonjolkan unsur kesenangannya dan dimainkan secara beregu. Pengertian sepak bola menurut Subagyo Arianto (2010) adalah permainan dengan cara menendang sebuah bola yang diperebutkan oleh para pemain dari dua kesebelasan yang berbeda dengan maksud memasukkan bola ke gawang lawan dan mempertahankan gawang sendiri jangan sampai kemasukkan bola. Ada beberapa ajang atau event sepak bola yang sering diselenggarakan oleh PSSI mulai dari tingkat daerah, provinsi hingga tingkat nasional dan salah satunya adalah PON (Pekan Olahraga Nasional).

PON atau Pekan Olahraga Nasional adalah ajang olahraga amatir tingkat nasional di Indonesia yang diselenggarakan setiap empat tahun sekali. Ajang olahraga ini diikuti oleh seluruh provinsi di Indonesia. Penyelenggaraan PON yang pertama ini lahir karena semangat kebangsaan yang menggelora di dada bangsa Indonesia di tengah-tengah perjuangan untuk mendapatkan pengakuan dari negara lain. Dengan bermodalkan semangat yang menggelora bangsa Indonesia dapat menyelenggarakan pesta olahraga tingkat nasional tersebut. Bangsa Indonesia ingin menunjukkan kepada dunia bahwa Indonesia adalah bangsa yang merdeka. PON yang pertama ini juga membawa misi untuk menunjukkan kepada dunia luar bahwa bangsa Indonesia dalam keadaan daerahnya dipersempit akibat Perjanjian Renville, masih dapat membuktikan sanggup mengadakan acara olahraga dengan skala nasional. Sri Sultan Hamengku Buwono IX adalah pencetus diselenggarakannya ajang olahraga amatir di tingkat nasional yang kemudian lahirlah Pekan Olahraga Nasional. PON pertama yang diselenggarakan di Solo pada tanggal 9-12 September 1948. Oleh karena itu, tanggal 9 September kemudian ditetapkan sebagai Hari Olahraga Nasional. PON pertama ini diikuti oleh 600 atlet dengan 9 cabang olahraga. Atlet yang berlaga di PON tentunya atlet pilihan dan berpengalaman serta tidak menutupi kemungkinan atlet profesional juga ikut tampil berlaga di ajang amatir tingkat nasional ini.

Pelaksanaan PON terdekat ini akan dilaksanakan pada tahun 2021 bertempat di Papua. Semua daerah mempersiapkan tim untuk diikuti sertakan dalam ajang empat tahun sekali ini di tingkat nasional. Penulis berdomisili di wilayah Jawa Barat yang memang pengurus PSSI Jawa Barat sudah memiliki tim sepak bola yang siap diberangkatkan ke Papua untuk mengikuti ajang amatir yaitu Pekan Olahraga Nasional (PON). Salah satu cabang olahraga yang ditunggu kiprohnya yaitu cabang olahraga sepak bola. Pihak PSSI Jawa Barat sendiri mengadakan seleksi terbuka bagi para pesepakbola yang memiliki potensi dalam rangka persiapan menghadapi ajang amatir PON Papua 2021. Setelah melakukan seleksi para pemain yang terpilih tentunya diberikan porsi Latihan yang cukup dan berkualitas, seperti Latihan fisik, teknik, taktik dan mental dalam permainan sepak bola. Menurut Harsono (2015) menjelaskan ada empat aspek yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu 1) Latihan fisik, 2) Latihan Teknik, 3) Latihan taktik, 4) Latihan mental. Saat ini dalam permainan sepak bola bukan hanya mengandalkan fisik, teknik, serta taktik melainkan kesiapan mental yang memiliki peranan penting dalam performa atau penampilan permainan atlet. Berkaitan dengan mental Muckhlis (2018) mengemukakan bahwa :

Mentalitas menjadi hal yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, terlebih lagi dalam kompetisi olahraga. Terdapat suatu hal mendasar yang tidak tampak di lapangan namun seringkali mempengaruhi hasil, adalah keseluruhan cara berpikir, mengambil keputusan, bersikap dan berperilaku pemain. Hal tersebut sering disebut dengan mental. Seorang atlet wajib memiliki mentalitas yang baik agar dapat berprestasi dalam bidangnya, terkadang mental seorang atlet menjadi faktor penentu apakah atlet tersebut dapat berprestasi atau tidak. Dalam pertandingan, jika teknik sudah mencukupi, maka mental yang akan berbicara lebih banyak di lapangan.

Selain itu, mental sendiri kumpulan dari nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang memungkinkan seseorang mampu menghadapi dalam berbagai hambatan, rintangan, atau tekanan yang dialami. Namun, tetap menjaga konsentrasi, motivasi, dan konsistensi seseorang dalam mencapai tujuan. Gucciardi, Gordon, dan dimmock (2008) dalam pertandingan sepak bola atlet bukan hanya dituntut untuk

memiliki motivasi, konsentrasi dan konsistensi dilapangan, melainkan juga dituntut harus memiliki rasa percaya diri di dalam lapangan.

Self confidence (rasa percaya diri) erat sekali kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*selffull-filling prophesy*) dan keyakinan diri (*self-efficacy*), adanya harapan negatif serta harapan positif terhadap sesuatu hal yang akan dilakukan. Harapan negatif akan dapat menghasilkan hasil yang negatif pada penampilan dan harapan yang positif akan menghasilkan hasil yang positif pula pada penampilan. Kemudian harapan-harapan tersebut juga sangat dipengaruhi oleh rasa keyakinan diri dimana ia berkeyakinan akan mampu menyelesaikan atau merampungkan tugasnya dengan baik. Percaya diri atau *self confidence* dapat dikatakan sangat penting bagi seorang atlet dalam menghadapi suatu pertandingan.

Pengertian Percaya Diri menurut Sujanto (2014) dalam Puspitaningsih menyatakan bahwa percaya diri merupakan suatu keyakinan seseorang yang tumbuh dari sikap sanggup berdiri sendiri yaitu kesanggupan untuk berbuat baik, menguasai diri, mengontrol tindakan sendiri, mengatur diri sendiri, dan bebas dari pengendalian orang lain. Anthony (dalam Ghufroon & Risnawita, 2012) berpendapat bahwa kepercayaan diri seseorang yang dapat menerima kenyataan, dapat mengembangkan kesadaran diri, berpikir positif, memiliki kemandirian, dan mempunyai kemampuan untuk memiliki serta mencapai segala sesuatu yang diinginkan. Hal ini sering dialami oleh atlet yang sedang berolahraga dalam meraih prestasi.

Pada proses pencapaian prestasi atlet sering dihadapkan pada situasi-situasi pertandingan, sehingga hal ini dapat memberikan ancaman bagi diri atlet. Atlet sering terbawa pada situasi yang tegang, sehingga memudahkan bagi dirinya menjadi stress dan cemas. Untuk dapat mengatasi situasi tersebut, maka dibutuhkan rasa percaya diri yang tinggi. Sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Astriani tahun (2010) bahwa kepercayaan diri merupakan landasan bagi peak performance (penampilan puncak) atlet dalam situasi kompetitif. hanya satu orang yang berada pada kategori sangat tinggi (5%), delapan orang berada pada kategori tinggi (40%), delapan orang juga berada pada kategori sedang (40%), dua orang berada pada kategori rendah (10%) serta satu orang lainnya berada pada kategori

sangat rendah (5%). Berdasarkan pemaparan di atas, mayoritas tingkat percaya diri atlet pada umumnya berada pada kategori sedang dan tinggi. Selain itu, masih ada 10% dan 5% atlet memiliki tingkat percaya diri yang rendah dan sangat rendah. Begitu juga dengan atlet sepak bola PON Jawa Barat dalam menghadapi ajang olahraga PON Papua 2021 harus memiliki kepercayaan diri. Namun, saat ini tingkat kepercayaan diri pemain PON Jawa Barat belum diketahui secara pasti melalui sebuah penelitian ilmiah.

Berdasarkan uraian yang sudah dijelaskan, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul *Tingkat kepercayaan diri atlet sepak bola PON Jawa Barat dalam menghadapi kompetisi PON Papua 2021*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut : “Bagaimana tingkat kepercayaan diri atlet sepak bola PON Jawa Barat dalam menghadapi kompetisi PON Papua 2021?”

1.3 Definisi Operasional

Dalam mengungkapkan permasalahan dan memecahkan masalah ini ada beberapa istilah yang perlu dijelaskan isinya sehingga tidak timbul salah penafsiran dalam pengertiannya beberapa istilah tersebut penulis paparkan sebagai berikut ini:

- a. Lauster (dalam Ghufron, 2012) mendefinisikan kepercayaan diri diperoleh dari pengalaman hidup. Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek kepribadian yang berupa keyakinan akan kemampuan diri seseorang sehingga tidak terpengaruh oleh orang lain dan dapat bertindak sesuai kehendak, gembira, optimis, cukup toleran, dan bertanggung jawab.
- b. Menurut (Agus Salim), pengertian sepak bola adalah cabang olahraga yang memainkan bola menggunakan kaki dengan tujuan untuk memasukkan bola tersebut sebanyak mungkin ke gawang lawan sesuai dengan ketentuan yang telah ditetapkan sebelumnya, baik itu oleh asosiasi sepak bola atau pihak lain yang berwenang.

1.4 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian yang diajukan, maka penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kepercayaan diri pemain PON Jawa Barat serta penelitian ini bisa menjadi barometer para pemain sepak bola khususnya yang ada di Jawa Barat dan umumnya di Indonesia agar mengetahui tingkatan kepercayaan diri yang harus dimiliki jika ingin menjadi pemain sepak bola yang profesional.

1.5 Kegunaan Penelitian

a. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini bermanfaat untuk memberi saran/masukan kepada pelatih maupun pemain/atlet sepak bola itu sendiri bahwa kepercayaan diri sangat penting bahkan vital perannya dalam menghadapi suatu kompetisi yang akhirnya dapat menentukan baik buruknya seorang pemain pada pertandingan tersebut.

b. Secara Praktis

Dapat dijadikan sebagai referensi ilmiah, pengembangan ilmu pengetahuan dan kepustakaan guna mengembangkan konsep pemahaman terhadap tingkat kepercayaan diri atlet sepak bola PON Jawa Barat dalam menghadapi kompetisi PON Papua 2021.

ee