

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada umumnya masyarakat telah banyak mengenal cabang olahraga yang menggunakan tangan seperti basket, volley dan yang lainnya. Cabang olahraga ini lebih dikenal masyarakat karena sudah diperkenalkan terlebih dahulu.

*Handball* (bola tangan) merupakan salah satu cabang olahraga permainan belum banyak dikenal oleh masyarakat, khususnya di Indonesia. Ada banyak sekali faktor yang menyebabkan olahraga ini kurang dikenal dan digemari oleh masyarakat, antara lain karena sarana dan prasarana yang sulit untuk didapatkan seperti bola yang saat ini masih ekspor dari negara tetangga, *wax* (lem tangan) serta lapangan dengan standar internasional 40m x 20m di daerah yang sulit ditemukan. Bola tangan di Indonesia sudah dikenal sejak jaman penjajahan Belanda, tapi belum banyak orang yang mengetahui olahraga ini. Olahraga ini pernah diikuti pada event PON ke-II di Jakarta tahun 1951 dan hanya diikuti oleh 4 provinsi saja.

Seiring berjalannya waktu saat ini olahraga bola tangan di Indonesia sudah mulai dikenal oleh masyarakat. Salah satunya di Sumatera Barat. Sumatera Barat adalah salah satu provinsi yang sudah mengenal Bola Tangan sejak pertama kali Bola Tangan diperkenalkan di Indonesia. Tapi karena tidak adanya sosialisasi yang berkelanjutan membuat Olahraga Bola Tangan ini menjadi sepi peminatnya.

Pada saat awal kemunculan Olahraga ini di Sumatera Barat, yakni diperkenalkan oleh seorang pelatih berkebangsaan German kepada para dosen dan pada mahasiswa Universitas Negeri Padang. sejak saat itu banyak dari kalangan mahasiswa yang memainkan Bola Tangan. Sumatera Barat pernah mengikuti beberapa Kejurnas, tapi prestasi nya masih jauh dibawah Provinsi lain, karena banyak faktor yang mempengaruhi itu.

Saat ini Sumatera Barat sedang berlatih dengan keras agar bisa mengejar ketertinggalan dari provinsi lain. Agar atlet Sumatera Barat dapat bersaing di tingkat Nasional, maka harus selalu mengevaluasi dan mengidentifikasi setiap penampilan pada saat latihan maupun saat pertandingan. Saat ini persaingan atlet bola tangan sudah sangat berat.

Beberapa faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi atlet bola tangan dilihat dari faktor fisik, teknik, taktik dan psikologis. Ketiga faktor ini saling terkait dan tidak dapat dipisahkan. Faktor psikologis merupakan salah satu faktor penting yang harus dipahami dan diatasi oleh setiap atlet dalam suatu pertandingan. Banyak ahli olahraga berpendapat bahwa tingkat pencapaian prestasi puncak ditentukan oleh kematangan dan ketangguhan mental (psikologis) atlet dalam mengatasi berbagai macam kesulitan selama bertanding. Faktor psikologis dalam olahraga diantaranya : kecemasan, motivasi, kepercayaan diri, stres dan konsentrasi.

Hampir sebagian besar atlet bola tangan mengalami cedera, karena olahraga bola tangan ini merupakan olahraga yang rentan sekali dengan benturan keras.

Cedera traumatik akut adalah gejala cedera olahraga yang terjadi secara tiba-tiba selama kegiatan olahraga berlangsung. Gejala cedera ini sering dikaitkan dengan kejadian trauma langsung ataupun aktivitas berlebihan secara tiba-tiba. Sehingga membuat atlet bola tangan tersebut menjadi trauma dan tingkat kepercayaan dirinya berkurang.

Di dalam pertandingan, sering dijumpai bahwa seorang atlet yang sudah mengalami cedera mendadak mengalami gangguan psikologis yaitu : kecemasan dan tingkat kepercayaan diri berkurang yang akan mengganggu kondisi fisiknya. Seorang atlet yang tiba-tiba merasa ketakutan yang berlebih terkait dengan cederanya tersebut. Hal ini menunjukkan bahwa adanya gejala kecemasan yang perlu segera diatasi. Kondisi tersebut akan sangat menghambat atlet untuk bisa tampil secara optimal.

Kecemasan merupakan salah satu kondisi kejiwaan yang tidak stabil yang dapat berpengaruh terhadap prestasi. Setiap atlet akan berusaha untuk menjadi yang terbaik dan mengungguli lawannya. Namun dalam suatu pertandingan pasti ada yang menang dan ada yang kalah.

Kecemasan ini sangat berpengaruh terhadap motivasi atlet. Atlet yang mengalami cedera akan merasa cemas dan takut untuk kembali ke pertandingan yang akan membuat motivasi menurun. Tanpa adanya dorongan dan motivasi yang kuat, seorang atlet tidak akan bisa untuk melanjutkan pertandingan dan alhasil berpengaruh terhadap prestasi.

Aspek motivasi merupakan aspek yang paling banyak disoroti dalam program pembinaan prestasi. Motivasi sebagai suatu kecenderungan untuk berperilaku secara selektif ke suatu arah tertentu yang dikendalikan oleh adanya konsekuensi tertentu, dan perilaku tersebut akan bertahan sampai sasaran perilaku dapat dicapai. (Evelin Intan dan Devi Jatmika, 2017)

Motivasi sangat berpengaruh erat dengan pribadi dan dorongan untuk mencapai prestasi. Atlet yang memiliki dorongan yang kuat untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya merupakan suatu yang muncul secara alami pada diri seorang atlet.

Motivasi adalah hal yang rentan terganggu apabila atlet sedang mengalami masalah seperti cedera. Dalam banyak kasus, atlet yang cedera mengalami perubahan motivasi. Hal ini tidak hanya terjadi pada atlet pemula saja, atlet profesional pun mengalami perubahan apabila sedang cedera. Atlet yang mengalami cedera biasanya harus beristirahat beberapa minggu bahkan berbulan-bulan untuk memulihkan kondisinya. Setelah sembuh terkadang atlet mengalami penurunan performa karena trauma dengan cedera tersebut. Biasanya atlet menggunakan pelindung pada bagian cedera untuk membantu dan membuat atlet merasa lebih aman dan nyaman.

Dengan demikian menunjukkan bahwa di dunia olahraga faktor motivasi sangat berpengaruh terhadap performa atlet khususnya yang memiliki riwayat cedera. Untuk mengatasi masalah tersebut tidak bisa dilakukan dengan latihan fisik, tetapi perlu dorongan motivasi dari pelatih maupun orang-orang terdekat.

Pelatih harus mengetahui bagaimana kondisi atlet sebenarnya pasca cedera sebelum memberikan motivasi yang tepat.

### **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka ada beberapa masalah yang dapat diidentifikasi sebagai berikut :

1. Belum diketahui seberapa banyak atlet PON bola tangan Sumatera Barat yang pernah mengalami cedera.
2. Belum diketahui seberapa besar pengaruh motivasi pada atlet PON bola tangan Sumatera Barat yang pernah mengalami cedera.
3. Belum diketahui seberapa besar pengaruh motivasi pada atlet PON bola tangan Sumatera Barat yang pernah mengalami cedera.
4. Belum diketahui dampak dari kecemasan pada atlet PON bola tangan Sumatera Barat yang pernah mengalami cedera.
5. Belum diketahui seberapa besar kecemasan atlet PON bola tangan Sumatera Barat yang pernah mengalami cedera.
6. Belum diketahui ada hubungan antara tingkat motivasi dan kecemasan atlet PON Bola Tangan Sumatera Barat yang pernah mengalami cedera.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, maka dalam penelitian ini perlu dibatasi agar penelitian ini tidak terjadi salah penafsiran. Pembatasan masalah dalam penelitian ini adalah “*Hubungan Motivasi dan Kecemasan Atlet*

*PON Sumatera Barat Cabang Olahraga Bola Tangan yang Pernah Mengalami Cedera”.*

#### **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah maka masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut :  
“Apakah ada Hubungan Motivasi dan Kecemasan Atlet PON Sumatera Barat Cabang Olahraga Bola Tangan yang pernah mengalami cedera?”.

#### **E. Kegunaan Penelitian**

1. Memberikan suatu sumbangan pengetahuan dari pikiran yang sekaligus dapat dijadikan suatu pedoman bagi pembinaan atlet-atlet Bola Tangan, khususnya faktor psikologis pada Atlet
2. Membantu upaya memajukan prestasi atlet-atlet Bola Tangan di tingkat daerah, nasional maupun Internasional
3. Dapat dijadikan sebagai masukan para atlet dan pelatih dan menghadapi atlet pada saat mengikuti kejuaraan, terutama atlet yang pernah mengalami cedera.