

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Saat ini olahraga futsal adalah olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat Indonesia. Dari mulai anak usia dini, pelajar, mahasiswa sampai pegawai kantoran baik pria maupun wanita ikut memainkan olahraga ini. Dari fasilitasnya pun mengalami perkembangan, hampir seluruh daerah di Indonesia sudah mempunyai fasilitas lapangan futsal. Lapangan futsal yang ada di Indonesia pun beragam, dari segi ukuran dan lantai yang digunakan. Untuk lapangan futsal dengan standar internasional setidaknya pada sisi lapangan memiliki panjang 38-42 meter, sedangkan untuk lebarnya sekitar 18-25 meter. Jenis lantai yang digunakan juga banyak macamnya, diantaranya vinyl, *parquette* (kayu), rumput sintetis, semen, dan *interlock*. Beberapa daerah sudah mempunyai fasilitas lapangan berukuran standar internasional seperti di Tifosi *Sport Centre* Jakarta Timur dengan menggunakan lantai berbahan *interlock*.

Futsal merupakan olahraga permainan yang dimainkan oleh dua tim, yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki. Olahraga futsal merupakan modifikasi olahraga sepak bola yang dimainkan di dalam ruangan. Teknik dasar yang digunakan

pun hampir sama dengan sepakbola, perbedaannya pada ukuran lapangan yang lebih kecil.

Futsal tidak hanya memerlukan fisik yang kuat tetapi juga harus dibarengi dengan teknik, taktik maupun mental yang baik pula. Pemain futsal harus memiliki teknik dasar yang mumpuni, seperti mengumpan (*passing*), menerima (*receiving*), mengumpan lambung (*chipping*), menggiring (*dribbling*), menembak (*shooting*), dan menyundul (*heading*).<sup>1</sup> Keterampilan dasar tersebut perlu didukung oleh kemampuan dasar lainnya. Adapun aspek-aspek latihan yang perlu dilatih secara seksama oleh atlet adalah latihan fisik, teknik, taktik dan mental.<sup>2</sup>

Olahraga futsal saat ini telah mengalami perkembangan yang pesat, salah satunya dikalangan anak muda Indonesia. Hal ini ditandai dengan banyaknya kejuaraan-kejuaraan futsal antar usia muda dari mulai tingkat daerah sampai nasional. Oleh karena itu, banyak sekali bermunculan akademi futsal di Indonesia sebagai wadah untuk menyalurkan bakat para anak muda dibidang futsal.

DKI Jakarta merupakan provinsi di Indonesia yang berisikan akademi futsal yang terbilang cukup banyak. Hampir seluruh wilayah DKI Jakarta baik

---

<sup>1</sup> Andri Irawan, *Teknik Dasar Modern Futsal*, Jakarta: Pena Pundi Aksara, 2009

<sup>2</sup><https://olahragakepelatihan.wordpress.com/2011/10/09/aspek-aspek-latihan/> (diakses pada 5 November 2018, pukul 23.28)

Jakarta Timur, Jakarta Pusat, Jakarta Selatan, Jakarta Utara, dan Jakarta Barat memiliki akademi futsal.

Kejuaraan rutin antar usia masing-masing wilayah pun makin banyak terselenggara. Tiap akademi berlomba-lomba untuk bisa menjuarai kejuaraan yang diselenggarakan. Hal itu dikarenakan setiap pemain dari masing-masing tim futsal pasti akan merasakan kegembiraan yang luar biasa ketika bisa menjuarai suatu kejuaraan. Selain bisa merasakan euforia saat bisa menjuarai suatu kejuaraan, para pemain pun bisa ikut mengharumkan nama akademi masing-masing dan mereka juga akan mendapat apresiasi lebih dari orang tua serta teman-temannya. Meskipun tidak mudah untuk dapat meraih semua itu.

Salah satu akademi futsal di wilayah DKI Jakarta adalah Daksina Futsal *Academy*. Beralamatkan di Komplek TNI AL KODAMAR Jl. Temiang Raya RT 09 RW 01, Kelapa Gading Jakarta Utara, Daksina Futsal *Academy* berdiri sejak tahun 2016. Akademi ini memiliki anggota yang kurang lebih berjumlah 52 orang. Jadwal latihan dari Daksina Futsal *Academy* adalah rabu dan jumat pukul 15.00 WIB. Kegiatan akademi ini bisa dikatakan aktif dilihat dari keikutsertaannya dalam mengikuti kejuaraan antar usia, diantaranya Random Sport Cup, Indosat Ooredoo Futsal Cup, dan kejuaraan antar usia lainnya. Namun keikutsertaannya dalam mengikuti kejuaraan belum bisa membawa gelar juara. Hal ini disebabkan karena target selalu ditentukan oleh pelatih.

Pemain tidak pernah dilibatkan dalam penentuan target sehingga sulit untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan salah satu bagian dari aspek yang penting diberikan kepada pemain. *Goal setting* akan memberikan gambaran bagi pemain tentang apa yang harus dicapainya. *Goal setting* merupakan salah satu fondasi yang baik untuk mencapai sukses dalam program latihan keterampilan mental”<sup>3</sup>. Dengan demikian, *goal setting* merupakan suatu kemampuan merancang atau menetapkan tujuan yang hendak dicapai. Menurut Ibrahim dan Komarudin beranggapan bahwa, “Istilah *goal setting* ini terdiri atas dua kata, yaitu *goal* berarti tujuan, dan *setting* berarti penetapan atau merancang. Jadi dengan demikian, istilah *goal setting* dapat diartikan sebagai suatu kemampuan merancang atau menetapkan sesuatu tujuan yang hendak dicapai oleh seseorang atau kelompok”<sup>4</sup>.

Sering kali seorang pemain Daksina Futsal *Academy* tidak berlatih secara sungguh-sungguh atau kurang motivasi ketika berlatih. Hal ini disebabkan karena tidak ada tujuan yang jelas yang harus dicapai dari proses latihan. Harsono menjelaskan, “Menetapkan sasaran atau prognosis, dan mengajarkan kepada atlet bagaimana menetapkan sasaran-sasaran

---

<sup>3</sup> Komarudin, *Psikologi Olahraga* (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2013), h.54.

<sup>4</sup> Ibrahim dan Komarudin, *Psikologi Kepeleatihan* (Bandung: FPOK UPI, 2007), h.116.

latihan adalah penting”<sup>5</sup>. Aspek lain yang juga penting dalam peningkatan olahraga prestasi yaitu motivasi. Motivasi diperlukan agar pemain yang terlibat dalam olahraga mau berlatih lebih keras dan lebih giat lagi. Alderman menyebutkan, “Bahwa tidak ada prestasi tanpa motivasi”<sup>6</sup>. Tanpa motivasi yang kuat, pemain tidak akan memiliki kemauan dan tidak akan memiliki prestasi yang tinggi karena untuk mencapai suatu prestasi yang tinggi, motivasi yang besar sangatlah dibutuhkan.

Husdarta menjelaskan, “Bahwa motivasi diartikan sebagai proses yang menggerakkan seseorang hingga berbuat sesuatu”<sup>7</sup>. Motivasi adalah energi psikologis yang bersifat abstrak. Locke, Latham mengemukakan bahwa, “*Goal setting* adalah sebuah teori motivasi yang secara efektif memberi energi kepada atlet untuk menjadi lebih produktif dan efektif”<sup>8</sup>.

Pelatih seharusnya berusaha keras untuk mengembangkan motivasi dalam diri setiap pemainnya yang akan bertahan lama dan akan memacu dirinya untuk lebih giat lagi dalam berlatih.

Saat ini media televisi di Indonesia sangat memperhatikan perkembangan futsal di negeri ini. Banyak pertandingan futsal profesional di tingkat nasional yang sudah ditayangkan oleh beberapa media televisi di

---

<sup>5</sup> Harsono, *Coaching dan Aspek – Aspek Psikologis dalam Coacing* (Jakarta: CV. Tambak Kusuma, 1988), h.79.

<sup>6</sup> Husdarta, *Psikologi Olahraga* (Bandung: Alfabeta, 2010), h.32.

<sup>7</sup> *Ibid.*h.32

<sup>8</sup> Komarudin, *op.cit.*, h.54.

Indonesia, contohnya Pro Futsal *League*. Pro Futsal *League* merupakan kejuaraan kasta tertinggi di Indonesia. Banyak pemain futsal terbaik di Indonesia yang bertanding pada kejuaraan itu seperti Bambang Bayu Saptaji, Sunny Rizky, Andri Kustiawan, Ardiansyah Runtuboy, dan Rio Pangestu yang juga merupakan pengurus dari Timnas Futsal Indonesia. Hal ini sangat berdampak positif bagi para pemain Daksina Futsal *Academy*. Karena dengan menyaksikan pertandingan Pro Futsal *League* di televisi, pemain Daksina Futsal *Academy* menjadi semakin memiliki keinginan untuk bisa bermain di kejuaraan kasta tertinggi di Indonesia tersebut. Dengan kata lain, dengan menyaksikan pertandingan Pro Futsal *League* di televisi, para pemain Daksina Futsal *Academy* telah melakukan latihan visualisasi.

Visualisasi merupakan salah satu bentuk latihan mental. Visualisasi adalah latihan jangka panjang yang dilakukan secara sistematis dan berkelanjutan untuk membentuk dan mengembangkan keterampilan mental tertentu<sup>9</sup>.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan yang dikemukakan diatas maka penulis ingin meningkatkan motivasi pemain Daksina Futsal *Academy* dengan menerapkan latihan *goal setting* dan visualisasi.

---

<sup>9</sup> Tirto Apriyanto et.al., *Psikologi Olahraga: Student Handbook* (Gowa: EduTama, 2017), h.235.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, yang telah dikemukakan dalam latar belakang, maka dapat di identifikasikan beberapa masalah sebagai berikut :

1. Apakah latihan *goal setting* dapat meningkatkan motivasi pemain Daksina Futsal *Academy*?
2. Apakah latihan visualisasi dapat meningkatkan motivasi pemain Daksina Futsal *Academy*?
3. Apakah pelatih sudah menerapkan latihan *goal setting* di Daksina Futsal *Academy*?
4. Apakah pelatih sudah menerapkan latihan visualisasi di Daksina Futsal *Academy*?
5. Bagaimanakah bentuk latihan *goal setting* yang diberikan kepada pemain Daksina Futsal *Academy*?
6. Bagaimanakah bentuk latihan visualisasi yang diberikan kepada pemain Daksina Futsal *Academy*?

## **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi maka dalam penelitian ini perlu dibatasi untuk menghindari terlampau luasnya ruang lingkup permasalahan, maka peneliti membatasi penelitian ini yaitu penerapan latihan *goal setting* dan visualisasi terhadap peningkatan motivasi pemain Daksina Futsal *Academy*.

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

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah di atas dapat dirumuskan apakah latihan *goal setting* dan visualisasi dapat meningkatkan motivasi pemain Daksina Futsal *Academy*?

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

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan untuk meningkatkan motivasi pemain Daksina Futsal *Academy*.
2. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat berguna bagi perkembangan futsal Daksina Futsal *Academy*.
3. Bahan evaluasi bagi pelatih agar lebih meningkatkan motivasi pemain.
4. Sebagai sumbangan informasi pelatih dalam meningkatkan prestasi Daksina Futsal *Academy*.
5. Memberikan suatu sumbangan keilmuan sekaligus dijadikan pedoman bagi para pelatih futsal terutama di Daksina Futsal *Academy*.

