

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Sejak dahulu, olahraga telah dikenal sebagai aktivitas yang mempunyai berbagai manfaat baik bagi pelaku olahraga maupun orang lain yang menonton. Perkembangan olahraga di zaman sekarang telah mengubah paradigma olahraga sebagai aktivitas kesehatan yang bersifat menghibur. Aktivitas fisik yang sangat terkenal dalam seluruh aspek komponen manusia, khususnya dalam bidang kesehatan di zaman modern adalah olahraga. Olahraga memberikan beberapa manfaat positif pada aspek kesehatan tubuh. Olahraga juga sebagai salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia, telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat Nasional maupun Internasional. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam berbagai kegiatan olahraga, termasuk olahraga sepakbola. Olahraga sepak bola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling diminati dan mempunyai popularitas yang tinggi di masyarakat. Olahraga ini hampir dimainkan di semua Negara. Bahkan di Negara Indonesia sepakbola hampir dimainkan di setiap lapisan masyarakat dari berbagai kelompok umur. Dari anak-anak sampai orang tua, sering dijumpai olahraga sepakbola dimainkan mulai dari desa sampai kota besar. Hal ini menjadi bukti bahwa olahraga sepakbola diterima oleh masyarakat sebagai olahraga yang menarik, massal dan mudah dilakukan.

Dilihat dari karakteristiknya, sepak bola adalah cabang olahraga permainan yang didalamnya diperlukan kerjasama yang baik antara pemain depan, tengah,

belakang dan penjaga gawang. Permainan sepak bola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua kelompok, setiap kelompok terdiri dari sebelas pemain. Tujuan sepak bola adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga lawan agar tidak memasukkan bola ke gawang. Menurut Sucipto (2000), sepak bola adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain salah satunya adalah penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya. Pada umumnya sepakbola merupakan olahraga yang menuntut aspek kondisi fisik yang baik, yang di dukung dengan aspek teknik, taktik, dan mental yang bagus. Semua cabang olahraga membutuhkan aspek-aspek tersebut, tidak terkecuali cabang olahraga sepak bola. Jika seorang pemain sepak bola tidak mempunyai aspek-aspek tersebut maka pemain tersebut tidak dapat berprestasi atau tidak dapat meningkatkan prestasinya semaksimal mungkin. Oleh karena itu seorang pemain sepak bola sangat memerlukan aspek-aspek tersebut untuk meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin.

Dalam mengasah keterampilan dan mencetak prestasinya para siswa dapat mengembangkan kemampuannya secara formal melalui sekolah sepak bola. Sekolah sepak bola (SSB) merupakan suatu wadah atau tempat yang mempunyai peranan penting dalam membimbing, membina, mengarahkan perkembangan dan pendayagunaan potensi tertentu yang dimiliki dalam hal ini khususnya potensi bermain sepak bola. SSB merupakan fasilitas penunjang bagi para siswa sekolah sepak bola usia dini (U 5-U 12) dan usia muda (U 13-U 20) dalam

mengembangkan keahlian dalam sepakbola. Saat ini sekolah sepak bola atau akademi sepak bola menjadi fokus utama sebuah negara sepak bola seperti Spanyol, Inggris, dan lain-lain dalam melahirkan pesepak bola yang berkualitas dunia di masa depan. Oleh karena itu tidak heran apabila para pesepak bola hebat dunia yang ada saat ini merupakan lulusan dari SSB yang berkualitas pula. Salah satu sekolah sepak bola yang ada di Jakarta adalah Sekolah Sepak Bola (SSB) Bintang Muda Senayan. SSB Bintang Muda Senayan didirikan pada tanggal 12 Agustus 2007. SSB Bintang Muda Senayan merupakan wadah penyaluran minat dan bakat sepak bola yang memiliki tujuan untuk mendidik, melatih, membina, serta menyiapkan para siswa untuk berlaga pada berbagai kompetisi.

Sebuah kompetisi akan memunculkan keinginan untuk menang. Hasrat yang begitu besar, dorongan dari pelatih, manajemen latihan, serta setiap elemen yang ada dilingkungan pertandingan memunculkan gaya baru dari *performance* seorang siswa SSB. Meskipun keinginan untuk menang begitu besar, tetapi bagi sebagian siswa kadang kala perilaku sosial yang ada pada lingkungan pertandingan, misalnya tuntutan pelatih, tuntutan penonton, manajemen latihan dan seluruh rangkaian animo pertandingan kerap mengganggu psikologis dari siswa tersebut. Sehingga tidak jarang, beberapa siswa memunculkan reaksi psikologis misalnya gejala emosi, marah, senang serta cemas. Seorang pemain sepakbola harus dapat memanajemen dengan baik seluruh reaksi psikologi yang muncul pada saat pertandingan berlangsung, hal tersebut akan sangat berdampak pada situasi pertandingan. Hal yang paling baik adalah bagaimana seorang pemain dapat merubah reaksi negatif dari pengaruh psikologis menjadi kebutuhan positif untuk mendapatkan prestasi.

Prestasi maksimal dapat dicapai oleh siswa dengan adanya kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik khususnya percaya diri. Percaya diri menjadi aspek yang penting dalam perkembangan siswa SSB.

Keberhasilan permainan tergantung dari kekompakan tim dalam menyusun strategi dan bekerjasama untuk memenangkan pertandingan. Sepak bola juga merupakan olahraga yang memiliki kreativitas yang menuntut berbagai keterampilan teknik dan taktik di samping kondisi yang prima dari siswa SSB sendiri dan sepakbola juga menuntut kreativitas teknik yang baik. Untuk memiliki kreativitas dan teknik yang baik dalam bermain sepak bola, pemain harus memiliki kondisi fisik yang baik dan kepercayaan diri yang tinggi. Oleh sebab itu keseluruhan komponen keterampilan teknik dasar sepak bola perlu dilatih dan ditingkatkan kemampuannya sehingga kematangan teknik dapat diraih dengan baik dan kepercayaan diri pemain akan menjadi meningkat. Jadi komponen-komponen keterampilan teknik dasar sepak bola seperti menendang, mengontrol, menyundul, dan menggiring bola merupakan dasar dari penciptaan permainan yang bermutu. Prestasi maksimal dapat dicapai oleh siswa SSB dengan adanya kondisi fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik khususnya kepercayaan diri. Percaya diri dapat diartikan suatu kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan yang terbaik. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif, kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Banyak cara untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan disiplin bagi siswa SSB olahraga yang akan melakukan latihan dan pertandingan. Rasa percaya diri bagi siswa SSB harus diperhatikan supaya dalam pencapaian prestasinya akan lebih termotivasi, dalam

diri siswa SSB. Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan modal utama seseorang, khususnya siswa SSB untuk mencapai prestasi. Siswa SSB yang mempunyai kepercayaan diri berarti siswa SSB tersebut sanggup, dan meyakini dirinya dalam mencapai prestasi maksimal.

Dari beberapa faktor tersebut faktor psikologi dapat berpengaruh langsung terhadap siswa SSB, namun siswa SSB juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar dirinya yang kemudian mempengaruhi kondisi psikologisnya. Diantara faktor psikologi yang mempengaruhi siswa SSB Bintang Muda Senayan adalah tingkat *Emotional Quotient (EQ)* atau kecerdasan emosional. Oleh karena itu intelegensi atau kecerdasan merupakan faktor penting yang sering menentukan kemenangan dalam pertandingan olahraga Suranto (2005), khususnya dalam cabang-cabang tertentu seperti sepak bola, bulu tangkis ataupun cabang beladiri. Artinya dalam cabang-cabang tersebut memerlukan kemampuan untuk berpikir secara cepat dan tepat.

Dalam permainan sepak bola, memungkinkan adanya *body contact* yang sangat mudah untuk siswa SSB bersinggungan secara langsung sehingga akan mudah memancing munculnya perasaan emosi. Gejolak emosi seperti: rasa takut, cemas, marah, kekhawatiran, hampir selalu dirasakan oleh kebanyakan pemain. Pada pemain yang sudah berpengalaman di tingkat internasional pun perasaan cemas sebelum bertanding masih sering dirasakan. Gejolak emosi siswa SSB yang muncul dengan kadar yang tinggi sangat mengganggu dan merugikan penampilan siswa SSB untuk mencapai prestasi terbaiknya. Sukadiyanto (2009), menyatakan bahwa pengaruh emosi dalam olahraga dapat mengubah perilaku seseorang, mengganggu koordinasi gerak yang halus dan gerak yang kompleks, serta

menghambat kinerja di lapangan. Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan siswa SSB bereaksi secara negatif baik secara fisik maupun psikis, sehingga kemampuan 3 olahraganya menurun. Siswa SSB tersebut dapat menjadi tegang dan diikuti dengan denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingan, dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi. Keadaan ini seringkali menyebabkan para siswa SSB tidak dapat menampilkan permainan yang terbaik. Latihan aspek psikis perlu ditingkatkan dengan tanpa mengurangi aspek yang lain, karena hubungan antara aspek tersebut saling berkaitan antara satu dengan lainnya. Kelemahan pada faktor mental akan memberi dampak yang besar terhadap kematangan fisik, teknik, dan taktik yang sudah dicapai. Untuk itu pelatih diharapkan lebih memperhatikan keadaan mental siswa SSB dan lebih aktif dalam memberikan program latihan yang mengarah pada faktor psikologis, dengan demikian kondisi yang sudah ada tidak menurun melainkan terus meningkat.

Permainan sepak bola sangat banyak melakukan *body contact* dalam permainan, pada saat *body contact* pemain sangat memerlukan percaya diri dan kecerdasan emosional dari latar belakang masalah tersebut yang melatarbelakangi peneliti ingin mengetahui tingkat percaya diri dan kecerdasan emosional pada siswa sekolah sepak bola Bintang Muda Senaya Kategori Umur 16 tahun.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah berikut:

1. Belum adanya penelitian terhadap tingkat percaya diri dan kecerdasan emosi pada siswa sekolah sepak bola Bintang Muda Senayan.

2. Belum diketahuinya tingkat tingkat percaya diri dan kecerdasan emosi pada siswa sekolah sepak bola Bintang Muda Senayan.
3. Pelatih tidak begitu memperhatikan tingkat terhadap tingkat percaya diri dan kecerdasan emosi.

### **C. Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya pembatasan, sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka dalam penelitian ini hanya membahas “ Terhadap tingkat percaya diri dan kecerdasan emosi”.

### **D. Perumusan Masalah**

Atas dasar pembatasan masalah tersebut, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Seberapa besar tingkat percaya diri pada siswa sekolah sepak bola Bintang Muda Senayan usia 16 tahun?
2. Seberapa besar kecerdasan emosional (EQ) pada siswa sekolah sepak bola Bintang Muda Senayan usia 16 tahun?

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

Pada akhirnya hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk :

Setiap hasil penelitian diharapkan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu yang dijadikan objek penelitian. Adapun manfaat yang diharapkan penulis adalah:

1. Sebagai dokumen untuk mengetahui psikologis siswa SSB untuk meningkatkan performa bertanding.
2. Memberikan tambahan cara pendekatan secara psikologis untuk menunjang performa siswa SSB.
3. Dapat digunakan sebagai data agar pelatih dapat mengetahui kondisi psikologis saat ini.
4. Mendapatkan catatan / dokumen untuk mengetahui kondisi psikologis dirinya sendiri.
5. Supaya siswa SSB memperbaiki dan mempertahankan profil psikologis yang dimilikinya, serta sebagai wawasan pengetahuan teori, bahwa peran psikologis dapat menunjang prestasi siswa SSB.

