

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Olahraga sudah menjadi suatu kebutuhan dalam kehidupan manusia sehari-hari, sebab dengan olahraga manusia mendapatkan kesenangan dan kepuasan batin, selain itu dengan olahraga secara rutin dan tepat dapat membuat manusia menjadi sehat dan kuat, baik secara jasmani maupun rohani. Olahraga merupakan salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia yang telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Setiap bangsa diseluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra bangsa di dunia internasional. Berbagai cabang olahraga dipertandingkan dalam turnamen antar wilayah sampai antar negara, olahraga yang dipertandingan sepak bola, basket. Permainan sepak bola ruangan mengkondisikan kompetensi kemampuan teknik tinggi (Andri Irawan, 2009:5).

Futsal diciptakan di Montevideo, Uruguay pada tahun 1930, oleh Juan Carlos Ceriani. Saat Piala Dunia digelar di Uruguay. olahraga baru itu dinamai *futebol de salao* (bahasa Portugis) atau *futbol sala* (bahasa Spanyol) yang maknanya sama, yakni sepakbola ruangan yang sekarang lebih terkenal dengan nama futsal. Futsal adalah permainan berupa regu 5 lawan 5, dan produktivitas setiap gol pertandingannya sangat cepat sehingga olahraga ini nyaman untuk ditekuni.

Menang atau kalah dalam pertandingan dilihat dari tingkat baik buruknya pemain serta proses strategi dalam pertandingan. Menurut Rezaimanesh (2012: 3138) disetiap kompetisi pertandingan olahraga atlet dapat memecahkan rekor yang dilakukan sebelum atau sesudah dengan hasil yang jauh lebih baik karena persiapan fisik, mental dan teknis. Serrano (2013: 157) menambahkan mengenai keputusan juga faktor-faktor penting kenyamanan dalam permainan.

Sepak bola berkembang menjadi alternatif olahraga futsal, karena lebih efisien untuk digunakan lahan serta ukuran lapangan yang agak lebih kecil. Futsal dimainkan oleh dua tim yang masing-masing terdiri atas lima pemain, salah satunya adalah kiper, futsal mempunyai karakteristik di antaranya adalah semua pemain aktif berpartisipasi secara merata dan kapan saja bisa main walaupun dalam keadaan fase bertahan atau menyerang, eksekusi sangat cepat dengan tingkat presisi yang sangat tinggi sehingga dapat mengejutkan lawan kemudian melakukan langkah cepat sepanjang permainan.

Setiap pemain diwajibkan untuk dapat melaksanakan transisi bermain cepat, dari bertahan ke menyerang maupun menyerang dan bertahan. Telah disinggung bahwa dalam permainan futsal terdapat beberapa keterampilan teknik dasar yang harus dikuasai oleh para pemain, seperti menendang, mengontrol bola, menggiring, dan sebagainya. Magill (1995 :7) mengatakan bahwa keterampilan futsal didukung pula oleh beberapa hal seperti teknik fisik, taktis, strategis, dan kondisi mental. Untuk dapat melakukan teknik yang baik dan benar perlu disadari bahwa perasaan juga menjadi faktor penting berhasil atau tidaknya suatu pertandingan pemain.

Penampilan dalam berolahraga tentunya sangat dipengaruhi oleh adanya

faktor psikis. Apabila membicarakan persaingan melalui pertandingan yang berkaitan dengan prestasi, maka penting untuk seseorang memperhatikan faktor psikis tersebut. Hal ini meliputi bagaimana cara seseorang mempersiapkan kondisi mental melalui latihan-latihan yang terencana dengan baik.

Dalam hal ini bertanding bisa langsung disaksikan oleh semua kalangan dengan demikian tekanan psikis bermain akan muncul sebelum bertanding, pada saat bertanding atau sesudah bertanding. Bisa saja rasa cemas muncul ketika seseorang masih dalam masa persiapan menghadapi suatu pertandingan. Hal yang biasa terjadi saat akan menghadapi suatu pertandingan adalah kecemasan meningkat sebelum pertandingan yang disebabkan oleh bayangan akan beratnya tugas dan pertandingan yang akan datang. Selama pertandingan berlangsung, tingkat kecemasan mulai menurun karena seseorang sudah mulai beradaptasi dengan permainan. Dan ketika mendekati akhir pertandingan, tingkat kecemasan mulai naik lagi, terutama apabila skor pertandingan sama atau hanya berbeda sedikit.

Kecemasan merupakan reaksi terhadap suatu pengalaman yang bagi individu dirasakan sebagai ancaman. Rasa cemas adalah perasaan tidak menentu, panik, takut, tanpa mengetahui apa yang ditakutkan dan tidak dapat menghilangkan perasaan gelisah dan rasa cemas tersebut. Pertandingan futsal bukan hanya soal lima pemain lawan lima pemain di lapangan tetapi masih ada pemain yang mempengaruhi menariknya suatu pertandingan futsal yaitu penonton yang bisa menyemangati atau bisa membuat pemain merasa tertekan secara psikis. Gejala psikis yang akan terjadi yaitu rasa cemas pada seseorang. Sumber kecemasan dalam

diri seseorang yaitu rasa percaya diri yang berlebihan, pikiran yang negatif, mudah merasa puas, penampilan yang tidak sesuai dengan harapan. Sedangkan sumber kecemasan yang berasal dari luar atlet yaitu rangsangan yang membingungkan, pengaruh penonton, media masa, lawan yang bukan tandingannya, kehadiran dan tidak kehadiran pelatih, sarana prasarana, cuaca. Dalam kenyataannya kondisi seseorang saat mengalami kecemasan bisa terlihat dari fisik seperti otot tegang, nafas terengah-engah, denyut jantung naik, keringat dingin. Sedangkan pada kondisi psikologis dapat digambarkan seperti adanya perasaan gelisah, keadaan tubuh yang ingin mondar-mandir, perasaan tidak tenang, sensitif, mudah terganggu, tidak memiliki perhatian, sulit untuk konsentrasi.

Kecemasan adalah suatu pengalaman subjektif mengenai ketegangan mental yang menggelisahkan sebagai reaksi umum dan ketidakmampuan menghadapi masalah atau adanya rasa aman. Kecemasan tidak selalu merugikan, karena pada dasarnya rasa cemas berfungsi sebagai mekanisme kontrol terhadap diri untuk tetap waspada terhadap apa yang akan terjadi, namun jika level kecemasan sudah tidak terkontrol sehingga telah mengganggu aktivitas tubuh, maka hal itu jelas akan sangat mengganggu. Skill individu atau kelompok yang sebelumnya baik atau diatas rata-rata tidak akan keluar dalam sebuah pertandingan jika individu mengalami kecemasan dan tidak bisa mengontrol kondisi emosinya. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat mempengaruhi kognitif seseorang, menyebabkan dampak negatif dalam pikiran, dan potensi performa yang kurang memuaskan. Berdasarkan kondisi fenomena diatas, maka peneliti terdorong untuk memfokuskan penelitian ini pada bagaimana kecemasan dalam menghadapi

pertandingan pada anak klub futsal. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui dan memahami peran kecemasan pada anak klub futsal dalam sebuah pertandingan. Maka dari itu, peneliti mengambil judul penelitian Profil Kecemasan Atlet Futsal di Pivot Futsal Klub Depok Kelompok Umur 13 – 15 Tahun.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas maka masalah-masalah yang dapat diidentifikasi adalah sebagai berikut:

1. Faktor kecemasan yang dialami oleh atlet klub futsal saat bertanding.
2. Awal munculnya kecemasan pada atlet klub futsal.
3. Dampak yang ditimbulkan akibat kecemasan atlet klub saat bertanding.

## **C. Pembatasan Masalah**

Permasalahan yang terkait dengan kecemasan sangatlah kompleks. oleh karena itu, agar pembahasan menjadi lebih fokus dan mempertimbangkan penelitian, maka peneliti membatasi skripsi ini pada gambaran kecemasan yang timbul pada anak klub futsal PIVOT FC Depok Kelompok Umur 13 – 15 Tahun.

## **D. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, maka rumusan masalah yang dapat disimpulkan adalah:

Bagaimana proses gambaran kecemasan yang dialami oleh anak klub futsal pada kelompok umur 13-15 di Klub Pivot FC Depok?

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

Untuk mengetahui ada atau tidaknya pengaruh dari kecemasan terhadap pertandingan futsal:

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan dapat menjadi bahan perkembangan pengetahuan khususnya untuk ilmu keolahragaan di bidang kepelatihan umumnya bagi semua masyarakat pencinta olahraga.
2. Bahan informasi bagi disiplin ilmu psikologi untuk menggali serta mendeskripsikan lebih dalam tentang gambaran kecemasan subjek saat menghadapi pertandingan, serta dapat menjadi bahan informasi
3. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi mengenai gambaran kecemasan sehingga dapat menjadi masukan kepada atlet/siswa/anak klub futsal yang akan mengikuti pertandingan untuk lebih memperhatikan kondisi psikisnya.
4. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran bahwa pentingnya keterbukaan masalah antar atlet/siswa/anak klub dan pelatih sehingga hal tersebut dapat menjadi faktor evaluasi yang diberikan sebagai bentuk dukungan pada individu tersebut sebelum melaksanakan pertandingan.
5. Bagi pemain, dapat mengetahui seberapa besar pengaruh kecemasan yang akan mempengaruhi performa skill saat sedang bertanding.