

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini, sepak bola dapat dikatakan sebagai olahraga yang paling populer. Dilansir dari World Atlas, sepak bola merupakan olahraga yang paling populer dengan penggemar mencapai 4 miliar orang (Dihni, 2021). Ada satu hal yang penting untuk dipahami dalam permainan sepak bola yaitu keterampilan yang didukung oleh kemampuan fisik, termasuk teknik dan taktik di dalamnya. Hal inilah olahraga sepak bola perlu mendapatkan perhatian yang serius dari berbagai pihak, mulai dari pemerintah, masyarakat, dan khususnya pelatih.

Sepak bola juga dapat dikatakan sebagai *City Branding*, karena sepak bola mengangkat *local wisdom* dalam politik identitas dari komunitas suporter (Junaedi, 2012). Selain itu, sepak bola juga sebagai ajang prestasi sebagai kebanggaan bagi suporter, baik di tingkat lokal, nasional ataupun global (Wahyudi & Donie, 2019). Prestasi yang tinggi hanya dapat dicapai dengan latihan-latihan yang direncanakan dengan sistematis dan dilakukan secara terus menerus di bawah pengawasan dan bimbingan pelatih yang profesional.

Seorang pemain supaya dapat bermain bola dengan baik, maka ia harus dibekali dengan teknik dasar yang baik. Pemain yang memiliki teknik dasar yang baik pemain tersebut cenderung dapat bermain sepak bola dengan

baik pula. Beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain sepak bola adalah menendang (*kicking*), menghentikan atau mengontrol (*stopping*), menggiring (*dribbling*), menyundul (*heading*), merampas (*tacling*), lemparan kedalam (*throw-in*) dan menjaga gawang (*goal keeping*).

Agar menjadi pemain sepak bola yang baik, hal yang paling mendasar yang dikuasai oleh atlet adalah keterampilan menggiring bola, *shooting* bola, *passing* bola dan *throw in*. Keterampilan menggiring bola sangat penting disebabkan karena keterampilan *dribbling*, *shooting*, *passing* dan *throw in* inilah yang merupakan teknik dasar bermain sepak bola dan dapat ditingkatkan oleh seorang pemain sehingga menjadi pemain yang handal dan diharapkan dapat membawa bola sampai mendekati gawang lawan.

Faktor yang paling utama untuk mendapatkan prestasi maksimal dalam sepak bola adalah faktor kemampuan menguasai teknik dan taktik menggiring bola. Melakukan *dribbling* seorang pemain kadang melakukan dengan menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar dan ada juga yang menggunakan kura-kura kaki. Penggunaan bagian kaki yang dimaksud oleh setiap pemain tergantung pada kebiasaan atau situasi dan kondisi lapangan.

Keberhasilan serangan tergantung pada setiap kemampuan pemain untuk dapat menguasai bola. Kemampuan untuk mengalahkan lawan dalam *dribble* pada situasi satu lawan satu, khususnya di dalam sepertiga daerah serangan, dan kemampuan untuk menghadapi lawan yang mencoba merebut bola merupakan hal yang kritis bagi keberhasilan setiap individu dan tim.

Sebaliknya, jika tim tersebut adalah tim yang bertahan, tim tersebut harus berusaha untuk merebut bola (Luxbacher Josep 2011:48).

Untuk dapat menguasai teknik *dribbling* , diperlukan kemampuan dalam mengelola kecerdasan emosional dan ketahanan mental. Kementerian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia mengatakan bahwa ketahanan mental atau keadaan psikologi atlet merupakan salah satu komponen yang sangat penting untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam olahraga (Kemenegpora Republik Indonesia, 2005). Banyak studi yang menunjukkan betapa pentingnya peranan psikologis ketika meningkatkan kemampuan seorang atlet dalam menggiring bola.

Perubahan psikologis saat pertandingan yakni meningkatnya kemampuan atlet dalam menerima stress (tekanan), tetap berkonsentrasi, memiliki ketegaran mental (*mental toughness*) sehingga mampu mengatasi tantangan yang lebih berat (Sukadiyanto, 2011). Apalagi di tengah kondisi *pandemic covid-19*, Pelatihan kecerdasan emosional sangat penting untuk meningkatkan keterampilan atlet dalam menggiring bola.

Secara sederhana, kecerdasan emosional dapat diartikan sebagai kapasitas untuk mengenali perasaan diri dan perasaan orang lain, memotivasi diri dan orang lain, dan mengatur emosi diri dengan baik ketika berhubungan dengan orang lain. Penggunaan kecerdasan emosi (*Emotional intelligent*) telah memberikan dampak yang sangat efektif terhadap dunia usaha. Kecerdasan emosional ini diperkenalkan oleh Daniel Goleman (1995), dan

banyak penelitiannya tentang kecerdasan emosi yang diterapkan di perusahaan-perusahaan.

Berdasarkan pembahasan di atas, peneliti memiliki suatu prediksi bahwa dengan pelatihan kecerdasan emosional, maka akan memperbaiki kondisi keterampilan menggiring bola pada atlet, terutama pada masa pandemic covid-19. Prediksi tersebut berdasarkan pada kemampuan atlet dalam menerima stress (tekanan), tetap berkonsentrasi, memiliki ketegaran mental (mental toughness) pada masa pandemic covid-19.

Nicole Detling, seorang psikolog olahraga dalam kesempatan wawancaranya dengan deseret.com mengatakan bahwa kondisi pandemic ini sama beratnya dengan atlet mendapatkan cedera dan harus mengakhiri musim terlebih dahulu (McKellar, 2021). Disamping itu, yang menjadi perbedaan dengan cedera pada atlet dibanding dengan Covid-19 adalah Covid-19 membuat seluruh pemain seolah-olah mereka semua cedera dan berhenti bermain untuk waktu yang tidak ditentukan. Saat seorang atlet cedera, mereka masih bisa ikut berpartisipasi di ruang ganti untuk melihat pertandingan atau di bangku cadangan untuk memberikan dukungan kepada rekan tim. Namun, kondisi Covid-19 ini memberikan keterbatasan interaksi antara satu pemain lainnya. Bahkan tidak ada pertandingan sama sekali.

Berdasarkan data Professional Footballers Australia (PFA) sekitar 77% pesepakbola pria dan wanita di Australia merasa khawatir dengan karir mereka. Lebih dari itu, 58% dari pemain A-League dan W-League mengalami gejala kegelisahan, dan 45% pemain mengalami gejala depresi

(Busch & Gill, 2020). Disamping itu, dalam pernyataannya kepada Guardian Australia, Matt Simon yang merupakan striker klub Central Coast Mariners mengatakan bahwa hal yang paling berat di kondisi ini adalah tentang ketidakpastian soal kompetisi dan gaji. Selain itu, perubahan rutinitas yang biasanya selalu bersama teman satu tim dan berlatih setiap hari, tapi kini harus berhenti dan berdiam diri di rumah juga menjadikan tantangan mental (Howcroft, 2020).

Bermain dalam level tertinggi memang banyak memberikan dampak buruk terhadap psikologis. Faktor tekanan dari fans, sosial media, dan target pribadi untuk mencapai level tertentu sering memberikan beban terhadap kesehatan mental pemain. Namun, bermain dalam level rendah pun memberikan dampak psikologis yang cukup berarti, terutama pada pemain dalam tahap belajar. Karen Nimmo seorang Psikolog dari *Wellington Clinical Psychologist* mengatakan bahwa justru hal yang paling berat bagi atlet adalah saat mereka tidak bermain atau berkompetisi. Nimmo menambahkan, “atlet adalah pribadi yang sangat berorientasi terhadap target. Sehingga kondisi ditunda maupun dihentikannya kompetisi seperti ini akan berdampak pada ketahanan mental atlet. Ketika ketahanan mental atlet mengalami gangguan, maka akan memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kemampuan menggiring bola dalam bermain sepak bola (Nimmo, 2020).

SSB Gagak Muda bermula dari sebuah klub bernama Amos fc. Didirikan pada tahun 2004, Amos Fc adalah sebuah klub yang berbasis di lapangan Arhanud 10 Bintaro. Hampir seluruh pemain Amos diambil dari



Anak muda Bintaro. Ardhian Adi Purnama, S.Pd dan Ilham Kurniawan, S.Pd., Pelatih SSB Gagak Muda merupakan mantan pemain Amos Fc.

Beberapa bulan berikutnya, sebagian besar pemain Amos Fc mulai bosan. Klub tersebut mulai tidak aktif hingga tahun 2010. Pada tahun 2011, beberapa mantan pemain Amos Fc ingin mendirikan klub baru. Ardhian Adi Purnama, S.Pd seorang mahasiswa di Universitas Negeri Jakarta punya ide merubah nama menjadi SSB Gagak Muda.

Disamping itu, prestasi yang sudah diraih oleh SSB Gagak Muda antara lain yaitu : Juara 1 festival Olahraga U-15 Jakarta selatan, Juara 1 Liga Jakarta Selatan U-15 2019, Juara 2 Jakarta League 2021, Juara 1 Trofeo Gagak Muda.

Dari kenyataan ini, peneliti ingin membuktikan bahwa apabila secara rutin melakukan kecerdasan emosi dalam masa pelatihan pada kondisi pandemic covid-19, maka akan ada pengendalian yang nyata terhadap ketahanan mental dan keterampilan menggiring bola pada atlet sepak bola pada SSB Gagak Muda U-15.

## **B. Identifikasi Masalah**

Sebelum peneliti merumuskan masalah penelitian, peneliti terlebih dahulu mengidentifikasi masalah dalam penelitian ini. Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Terdapat pengaruh ketangguhan fisik terhadap keterampilan menggiring bola pada atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.

2. Terdapat pengaruh teknik yang baik terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.
3. Terdapat pengaruh fokus pada penampilan terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.
4. Terdapat pengaruh kepercayaan diri terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.
5. Terdapat pengaruh kecerdasan emosional terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.
6. Terdapat pengaruh *mental toughness* terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan fenomena-fenomena yang sudah dijelaskan, peneliti akan fokus meneliti pengaruh kecerdasan emosional dan ketahanan mental terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola dalam SSB Gagak Muda U-15.

### **D. Rumusan Masalah**

Dari latar belakang masalah di atas, maka pokok permasalahan dalam penelitian ini dapat diidentifikasi sebagai berikut:

1. Apakah ada pengaruh kecerdasan emosi terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola pada SSB Gagak Muda U-15?
2. Apakah ada pengaruh ketahanan mental (*mental toughness*) terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola pada SSB Gagak Muda U-15?

3. Apakah ada pengaruh kecerdasan emosi dan ketahanan mental dapat keterampilan menggiring bola atlet sepak bola pada SSB Gagak Muda U-15?

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

Penelitian ini mempunyai kegunaan teoritis dan praktis. Untuk lebih jelasnya, peneliti akan mendeskripsikan kegunaan teoritis dan praktis dalam penelitian ini.

##### **a) Kegunaan Teoritis**

Manfaat teoritis yang diharapkan dari penelitian ini adalah dapat memberikan sumbangan perkembangan teoritik dalam ilmu olahraga terutama dalam Psikologi Olahraga. Selain itu, diharapkan untuk pengembangan pada bidang keilmuan lain terkait fenomena kecerdasan emosi (*emotional intelligence*) dan ketahanan mental (*mental toughness*) terhadap keterampilan menggiring bola yang dialami atlet, khususnya atlet yang sedang melaksanakan pendidikan di SSB Gagak Muda.

##### **b) Kegunaan Praktis**

Secara praktis, penelitian ini berguna dalam menjawab permasalahan penelitian yaitu mencari hubungan antara kecerdasan emosi dan ketahanan mental terhadap keterampilan menggiring bola atlet sepak bola pada SSB Gagak Muda. Selain itu, bagi atlet, terutama atlet sepak bola yang sedang melakukan pendidikan sepakbola ataupun atlet profesional bermanfaat untuk dapat memberikan pemahaman tentang



kecerdasan emosi dan ketahanan mental terhadap keterampilan menggiring bola atlet.

Bagi pelatih, terutama pelatih sepak bola pada masa pendidikan sepak bola ataupun profesional, manfaat praktis yang diharapkan dari penelitian ini adalah untuk dapat memberi pemahaman tentang pengaruh kecerdasan emosi dan ketahanan mental terhadap keterampilan menggiring bola, sehingga nantinya dapat menjadi bahan masukan dalam membuat program latihan yang baik bagi atlet-atletnya. Selain itu, bagi pelatih pun penelitian ini berguna untuk acuan dan bahan evaluasi dalam upaya memotivasi pemain dalam meningkatkan kondisi mental dan keterampilan bagi atlet.

