

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Klub olahraga sepak bola di lingkungan Universitas Negeri Jakarta (UNJ) merupakan entitas penting yang tidak hanya menjadi wadah untuk pengembangan bakat dan keterampilan atlet, tetapi juga sebagai tempat di mana nilai-nilai seperti konsistensi latihan dan tingkat percaya diri dipertajam. Dalam konteks ini, kepercayaan diri menjadi faktor kunci yang menghubungkan kinerja atlet baik dalam latihan maupun dalam kompetisi.

Olahraga, khususnya sepak bola, telah menjadi bagian integral dari budaya dan kehidupan masyarakat di seluruh dunia. Selain menjadi ajang hiburan yang mendebarkan, olahraga ini juga menjadi sarana untuk mengembangkan berbagai aspek fisik, mental, dan emosional. Dalam konteks kompetitif seperti pertandingan sepak bola, penting untuk memperhatikan aspek psikologis atlet, seperti kepercayaan diri, yang dapat memengaruhi kinerja mereka di lapangan. Salah satu momen krusial dalam sebuah pertandingan sepak bola adalah saat terjadi peluang di depan gawang lawan. *Shooting* bukan hanya ujian bagi keterampilan teknis seorang pemain, tetapi juga menguji kematangan mentalnya. Di hadapan tekanan yang besar, pemain harus memiliki tingkat kepercayaan diri yang tinggi untuk mengatasi kecemasan dan mengeksekusi tendangan dengan sukses. Namun, tidak semua pemain mampu mengelola tekanan tersebut dengan baik. Selain itu, tingkat percaya diri atlet juga memainkan peran penting dalam kinerja mereka dalam kompetisi. Atlet yang percaya diri cenderung menghadapi tekanan kompetisi

dengan lebih baik, mengambil risiko yang lebih besar, dan menampilkan kinerja yang lebih baik secara keseluruhan.

Dalam dunia olahraga, kepercayaan diri merupakan salah satu faktor psikologis yang sangat berhubungan terhadap performa atlet. Menurut Vealey dan Chase (2008), kepercayaan diri adalah keyakinan seseorang dalam kemampuannya untuk sukses dalam tugas atau aktivitas tertentu. Atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi cenderung lebih mampu mengelola tekanan dan mengeksekusi teknik-teknik yang rumit dengan lebih akurat, termasuk dalam sepak bola. Pada cabang olahraga sepak bola, kepercayaan diri menjadi kunci untuk menjaga konsistensi performa, khususnya dalam melakukan teknik-teknik yang memerlukan ketepatan tinggi seperti *shooting*.

Selain faktor psikologis, aspek fisik, seperti koordinasi mata-kaki, juga memainkan peran penting dalam menentukan akurasi *shooting*. Menurut Schmidt dan Lee (2011), koordinasi motorik yang baik membantu atlet dalam menyelaraskan gerakan tubuh dengan tepat dan terarah, yang sangat krusial dalam olahraga berbasis keterampilan, seperti sepak bola. Koordinasi mata-kaki adalah kemampuan untuk menghubungkan pandangan mata dengan gerakan kaki secara akurat. Dalam konteks sepak bola, koordinasi ini diperlukan untuk menentukan sudut dan kekuatan tendangan agar dapat menghasilkan *shooting* yang akurat. Tanpa adanya koordinasi mata-kaki yang baik, pemain cenderung kesulitan untuk menargetkan bola ke arah gawang dengan presisi yang diinginkan.

Keberhasilan dalam mencetak gol, terutama dalam situasi-situasi penting, sering kali bergantung pada dua faktor ini: kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki. Penelitian yang dilakukan oleh Helsen, Starkes, dan Hodges (1998)

menunjukkan bahwa kemampuan pemain dalam melakukan *shooting* tidak hanya bergantung pada aspek teknis, tetapi juga pada aspek psikologis dan fisiologis. Dengan demikian, penelitian yang mengkaji hubungan antara kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* pemain sepak bola menjadi sangat relevan, khususnya untuk memberikan gambaran bagi pelatih dalam menyusun program latihan yang komprehensif bagi atlet.

Dalam konteks klub sepak bola UNJ, pentingnya faktor kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* juga sangat relevan. Sebagai sebuah institusi pendidikan yang memiliki tim olahraga, klub sepak bola UNJ tentu perlu mempertimbangkan faktor-faktor ini untuk meningkatkan performa pemainnya dalam pertandingan. Pemahaman mengenai hubungan antara kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* dapat membantu pelatih dalam mendesain program latihan yang tidak hanya fokus pada aspek fisik, tetapi juga mencakup latihan-latihan mental untuk meningkatkan kepercayaan diri pemain.

khususnya di tingkat klub olahraga sepak bola di lingkungan universitas, masih memerlukan penelitian lebih lanjut. Dalam konteks Universitas Negeri Jakarta (UNJ), yang merupakan salah satu perguruan tinggi terkemuka di Indonesia dengan program olahraga yang berkembang, penelitian tentang kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki dalam konteks sepak bola memiliki relevansi yang besar. UNJ memiliki klub sepak bola yang aktif berpartisipasi dalam berbagai kompetisi di tingkat regional dan nasional. Dengan demikian, memahami faktor-faktor psikologis yang memengaruhi kinerja pemain sepak bola UNJ.

Para pemain tim sepak bola Universitas Negeri Jakarta kerap kali merasa tidak percaya diri saat mendapatkan peluang maang di depan gawang lawan, seringkali pemain membuang peluang matang di depan gawag. Ditemukan adanya sebuah keraguan pemain dalam melakukan *shooting* ke gawang lawan, sehingga persentase masuknya bola semakin kecil. Selanjutnya bahwa sebagian besar pemain kurang percaya diri pada kemampuannya. Padahal saat melakukan latihan atau mereka sangat percaya diri dan sangat baik saat menendang ke arah gawang. Pemain yang tidak memiliki kepercayaan diri akan ragu dengan kemampuan yang dimiliki oleh dirinya, sehingga pemain menjadi tegang dan putus asa dalam menghadapi tugas-tugasnya serta dalam menentukan keputusan. Bahkan pada 3 pertandingan terakhir tim sepak bola UNJ hanya mampu mencetak paling banyak 2 gol ke gawang lawan yang tertera pada gambar berikut:



Gambar 1. 1. Pada Pertandingan Melawan Universitas Teknologi Yoyakarta, Tim sepak bola UNJ hanya berhasil mencetak satu gol.
(Sumber : Instagram @soccerfutsalunj)



Gambar 1. 2. Pada Pertandingan Melawan Politeknik Jakarta, Tim sepak bola UNJ hanya berhasil mencetak dua gol.
(Sumber : Instagram @soccerfutsalunj)



Gambar 1. 3. Pada Pertandingan Melawan Universitas Budi Luhur, Tim sepak bola UNJ mengalami kekalahan 1-0 tanpa mencetak satu gol pun.
(Sumber : Instagram @soccerfutsalunj)

Dari 3 pertandingan terakhir tim sepak bola UNJ hanya mampu mencetak paling banyak 2 gol ke gawang lawan. Paparan di atas tentunya menarik untuk dikaji dan diteliti lebih dalam, oleh karena itu, peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Kepercayaan Diri dan Koordinasi

Mata-Kaki Terhadap Akurasi *Shooting* Pemain Klub Sepak Bola Universitas Negeri Jakarta”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, terdapat identifikasi masalah yang ada sebagai berikut:

- 1) Pemain terlihat tidak percaya diri sehingga tidak bisa memanfaatkan kesempatan di depan gawang lawan dan ragu-ragu dalam mengambil keputusan dalam menedang ke arah gawang..
- 2) Pemain masih kesulitan dalam menyelaraskan pandangan mata dan gerakan kaki ketika melakukan *shooting*. Kekurangan dalam koordinasi ini menyebabkan ketidaktepatan arah dan kekuatan *shooting*, sehingga peluang mencetak gol menjadi lebih kecil
- 3) Ditemukan adanya sebuah keraguan pemain dalam menyelesaikan peluang di depan gawang, sehingga persentase masuknya bola semakin kecil.
- 4) Hubungan kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* pemain sepakbola Universitas Negeri Jakarta

C. Pembatasan Masalah

Penelitian ini terbatas pada klub olahraga sepak bola di lingkungan Universitas Negeri Jakarta (UNJ), dengan fokus pada pemain yang aktif secara kompetitif dalam klub tersebut. karena faktor tersebut dianggap sangat berhubungan akurasi *shooting* pemain klub sepakbola UNJ dengan jumlah 15 penandang.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah diatas maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

- 1) Apakah terdapat hubungan kepercayaan diri terhadap akurasi *shooting* pemain sepakbola Universitas Negeri Jakarta?
- 2) Apakah terdapat hubungan koordinasi mata-kaki terhadap tingkat percaya diri pemain klub sepak bola UNJ melakukan *shooting*?
- 3) Apakah terdapat hubungan kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki secara bersama-sama terhadap akurasi *shooting* pemain klub sepakbola UNJ?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Dalam Penelitian kegunaan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui hubungan kepercayaan diri dan koordinasi mata-kaki terhadap akurasi *shooting* pemain klub sepakbola UNJ
2. Memberikan informasi dan wawasan bagi seluruh mahasiswa Universitas Negeri Jakarta
3. Menambah wawasan pemain klub sepak bola Universitas Negeri Jakarta
4. Sebagai bahan informasi dan sumber masukan pengetahuan.