

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang Masalah**

Olahraga merupakan suatu fenomena yang tidak dapat dilepaskan dalam kehidupan modern. Hal ini ditunjukkan dengan adanya minat untuk memandang olahraga dari berbagai sudut pandang, dalam kasus ini adalah pendekatan ilmiah. Dengan berolahraga, manusia akan menjadi sehat dan kuat, baik secara jasmani maupun rokhani, serta dapat memberikan dampak positif pada individu seperti peningkatan tanggung jawab, kejujuran dalam bermain, kerjasama, memperhatikan orang lain, kepemimpinan, menghargai pelatih, wasit dan pembina, setia, toleransi, disiplin yang akhirnya dapat diharapkan menjadi atlet dengan prestasi yang cemerlang. Perhatian pemerintah terhadap dunia olahraga tentunya bukan sekedar ingin “memasyarakatkan olahraga dan mengolahragakan masyarakat” saja, tetapi juga berusaha agar atlet Indonesia dapat berprestasi tinggi di setiap cabang olahraga, baik di arena nasional maupun di dunia internasional, sehingga dapat mengangkat harkat dan martabat bangsa Indonesia di mata dunia.

Perkembangan olahraga akhir-akhir ini dapat dilihat bahwa peranan faktor psikologis dalam mencapai prestasi begitu besar. Hal ini dibuktikan melalui banyaknya penelitian dan studi tentang keterlibatan aspek psikologis dalam olahraga. Penelitian yang dilakukan oleh Hartanti dkk (2004) yang meneliti mengenai aspek psikologis dan pencapaian prestasi atlet nasional Indonesia, yang dilakukan terhadap sejumlah atlet dari beberapa cabang olahraga di Jawa Timur dan Bali

menunjukkan bahwa atlet yang diteliti memiliki tingkat inteligensi minimal normal, minat yang tinggi terhadap olahraga yang ditekuni, motivasi internal dalam pencapaian prestasi, gaya belajar kinestetik, dan memiliki sikap hati-hati, percaya diri, ambisius, serta kebutuhan berprestasi yang tinggi.

Indonesia pernah berjaya pada Sea Games periode tahun 1977-1999, namun hal ini terus menurun seiring dengan berjalannya waktu. Dari tahun ke tahun, prestasi olahraga Indonesia cenderung menurun. Contohnya di Olimpiade Sydney 2000, Indonesia masih ada di peringkat ke-37 dan unggul atas Thailand di peringkat ke-47, tetapi empat tahun kemudian di Olimpiade Athena 2004, Indonesia hanya berada pada peringkat ke-48. Thailand malah melonjak ke peringkat ke-25 di Olimpiade Athena 2004. Prestasi atlet Indonesia kini mengalami penurunan, hal ini terbukti dari Sea Games ke-24 tahun 2007 menempatkan Indonesia di posisi empat besar. Indonesia berada di bawah Thailand dan Vietnam, dimana Thailand yang memperoleh posisi satu sebagai juara umum. Namun pada Sea Games 2009, tim Merah Putih total mengoleksi 43 emas, 53 perak, dan 74 perunggu dan menduduki peringkat ketiga. Atlet Indonesia yang diterjunkan ke Sea Games 2007 di Nakhon Ratchasima, Thailand, sebagian besar merupakan kategori senior dengan persentase mencapai 70 persen. Hal ini pula yang menunjukkan faktor penyebab penurunan prestasi atlet Indonesia yang salah satunya disebabkan karena masih didominasi oleh atlet senior yang tentu saja motivasi untuk berprestasinya sudah tidak segemilang seperti waktu muda (Rahmaisya, 2011).

Prestasi atlet selalu berkaitan dengan motivasi berprestasi karena motif merupakan penggerak dan dorongan manusia bertindak dan berbuat sesuatu. Menurut beberapa studi kepribadian, salah satu karakteristik yang menentukan kesuksesan atlet adalah tingginya kebutuhan untuk berprestasi (Cox, 2006). Kebutuhan inilah yang dikenal sebagai *achievement motivation*. Hal ini dikarenakan, setiap manusia pada dasarnya berbuat sesuatu karena adanya dorongan oleh suatu motivasi tertentu. Motivasi berprestasi sebagai kekuatan yang berhubungan dengan pencapaian beberapa standar keunggulan atau kepandaian, yang merupakan dorongan yang terdapat di dalam diri seseorang sehingga ia berusaha dalam semua aktivitas setinggi-tingginya (Heckhausen dalam Purwanto 1998).

Seorang atlet yang berprestasi atau atlet bintang umumnya memiliki beberapa sifat yang berbeda daripada atlet biasa. Atlet bintang memiliki keberanian untuk mengambil resiko karena ada kecenderungan untuk menguasai. Atlet dengan motivasi berprestasi yang tinggi cenderung untuk memilih aktivitas yang menantang. Atlet tersebut juga cenderung untuk menghindari tugas yang terlalu mudah karena tidak mendapatkan kepuasan dari hal tersebut. Selain itu, atlet dengan motivasi berprestasi tinggi akan melakukan evaluasi terhadap pertandingan mereka. Mereka akan meminta umpan balik dari pelatih mereka, cenderung mencari tantangan karena hal itu merupakan motivator bagi tindakan mereka. Mereka memiliki keinginan untuk berkompetisi dan tampil sebaik mungkin, tidak sekedar menang atau memperoleh penghargaan atas kemenangannya (Satiadarma, 2000).

Adanya motivasi berprestasi yang tinggi, atlet akan menjalankan program latihan yang diberikan dengan sungguh-sungguh dan disiplin tinggi (Adisasmito, 2007). Atlet juga memiliki rasa percaya diri terlihat dari keyakinan untuk memenangkan pertandingan. Ini terkait dengan upaya mempertahankan kendali emosi, konsentrasi, dan membuat keputusan yang tepat, mampu untuk membagi konsentrasi kepada beberapa keadaan sekaligus. Dengan adanya kematangan dalam persiapan, mereka lebih memiliki harapan untuk sukses. Selain itu atlet juga mampu mengatasi tekanan yang dihadapi, baik pada saat latihan maupun pertandingan, serta mampu mengendalikan diri saat gagal (Satiadarma, 2000).

Sering kita jumpai banyak pelatih atau atlet yang mengatakan bahwa kegagalannya dalam mencapai prestasi yang ditetapkan adalah karena faktor psikis. Mereka merasa bahwa latihan fisik yang selama ini dilakukan sudah optimal dan saat latihan atlet menunjukkan motivasi yang tinggi untuk bisa mencapai prestasi yang diharapkan, akan tetapi menjelang pertandingan atlet mulai cemas, sulit berkonsentrasi dan menjadi kurang percaya diri. Atlet yang sering mengalami kecemasan menjelang bertanding ini sering dianggap memiliki mental bertanding yang buruk.

Atlet juga manusia biasa, ia bukan hanya memiliki raga saja, tetapi juga memiliki jiwa dan emosi, karena itu atlet sering mengalami gejala-gejala mental serta sering berada dalam situasi stress yang mencekam yang berpengaruh terhadap prestasinya. Aspek-aspek mental tersebut perlu dilatih dan dikelola, karena dalam pertandingan, aspek mental memiliki pengaruh 80% dan 20% untuk aspek lain. Selain itu, aspek mental dan kepribadian sebagai telaah psikologi

masih kurang mendapat perhatian. Aspek-aspek kepribadian antara lain motivasi, sikap, kemampuan konsentrasi, tingkat ketegangan-kecemasan serta kepercayaan diri adalah aspek-aspek kejiwaan yang sangat berperan dalam setiap atlet untuk dapat menampilkan kemampuannya secara optimal (Gunarsa, 2008).

Pendekatan psikologis diharapkan mampu menghasilkan seorang atlet yang dalam setiap penampilan memperlihatkan dorongan (motivasi) yang kuat untuk bermain sebaik-baiknya dan memenangkan pertandingan. Motivasi yang baik tidak berdasarkan pada faktor luar (ekstrinsik), tetapi motivasi yang baik, kuat dan menetap itu berdasarkan pada keinginan pribadi, atau dorongan yang tumbuh dan berasal dari dalam diri sendiri (*self-motivasional*) yang lebih mengutamakan prestasi untuk mencapai kepuasan diri (Gunarsa, 2008). Untuk meningkatkan motivasi diri, pelatih perlu melakukan pendekatan dan menumbuhkan kepercayaan akan kemampuan atlet dalam setiap permainan.

Alderman (Gunarsa, 2008) menyebutkan bahwa dalam bidang olahraga, tidak ada atlet yang dapat menang atau menunjukkan prestasi yang optimal tanpa motivasi. Motivasi berprestasi adalah dorongan untuk meraih sukses dengan mengarahkan dan memilih tingkah laku yang terkendali sesuai kondisi, dan kecenderungan mempertahankannya sampai tujuan tercapai (Kamlesh dalam Gunarsa, 2008).

Menurut Gunawan (Adisasmito, 2007), kemampuan fisik, taktik dan teknik yang dimiliki atlet Indonesia sama dengan atlet-atlet negara lain. Namun ketika dalam kondisi pertandingan atlet Indonesia sering tidak dapat mengeluarkan seluruh kemampuan yang dimiliki secara maksimal. Sedangkan

Hadinata (Adisasmito, 2007) menyatakan bahwa atlet Indonesia kurang memiliki keyakinan akan kemampuan, kurang memiliki motivasi yang kuat untuk menjadi juara, merasa takut kalah, tegang dan takut tidak dapat bermain dengan bagus. Rudi Hartono (Adisasmito, 2007) menyatakan bahwa atlet-atlet Indonesia kurang mempunyai motivasi untuk menjadi juara sehingga dalam latihan kurang bersemangat dan kurang disiplin.

Bahtiar (2010) menyatakan bahwa motivasi berprestasi atlet masih sangat rendah diantaranya karena tidak mendapatkan kemudahan maupun dukungan ketika mereka menjalani latihan maupun saat mengikuti kompetisi. Motivasi berprestasi pada seseorang bisa berasal dari diri sendiri maupun berasal dari orang lain, seperti keluarga, teman, pelatih maupun dukungan dari penonton.

Menurut Atkinson (Franken, 2007) motivasi berprestasi selalu mengandung dua hal yang bertentangan, yaitu “harapan untuk sukses” dan “ketakutan akan gagal”. Bila harapan untuk sukses kuat sedangkan ketakutan akan gagal lemah, maka atlet akan merasa mantap, tidak mengalami stress atau gangguan-gangguan psikologis, sebaliknya bila ketakutan akan gagal lebih kuat daripada harapan untuk sukses, maka atlet akan mengalami stress dan rasa percaya diri akan dapat goyah.

Tingkat kepercayaan diri yang dimiliki atlet inilah yang merupakan salah satu aspek psikologis lain yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi atlet. Setiap kali seorang atlet akan ditantang untuk dapat mengungguli lawan, untuk dapat memenangkan pertandingan, atau untuk dapat memecahkan rekornya sendiri, untuk itu mutlak bagi seorang atlet memiliki kepercayaan diri yang tinggi.

Kemampuan menyelesaikan tugas pada atlet, misalnya dalam menghadapi pertandingan, dipengaruhi oleh tingkat kepercayaan dirinya yang merupakan salah satu dari sifat kepribadian seseorang. Sifat kepribadian ini bukan faktor bawaan, tetapi diperoleh dari pengalaman hidup, diajarkan dan ditanamkan orang lain yang terdekat atau dari lingkungan sekitarnya. Tingkah laku manusia banyak dikendalikan oleh sikap, pendapat dan orang yang hidup di dalam masyarakat, ditambah dengan pengalaman yang diperoleh bertahun-tahun. Semua ini membentuk sifat-sifat pribadi serta mempengaruhi pikiran dan tingkahlaku seseorang. (Rini, 2002)

Hampir setiap atlet pernah mengalami krisis kepercayaan diri dalam sepanjang karirnya. Hilangnya kepercayaan diri menjadi sesuatu yang sangat mengganggu, terlebih ketika dihadapkan pada tantangan ataupun situasi baru. Individu yang memiliki kepercayaan diri yang baik akan lebih menghargai dirinya dengan lebih tinggi bila dibandingkan dengan individu yang memiliki kepercayaan diri yang rendah. (Setyobroto dalam Yulianto 2006)

Ketika seorang atlet mengalami kegagalan, maka ia sering mengalami krisis kepercayaan diri. Sedangkan pelatih lebih sering mengasah kemampuan teknis dalam setiap latihan tanpa diimbangi dengan adanya pendekatan secara mental. Dan terbukti salah satu kelemahan timnas futsal Indonesia adalah masalah mental. Tekanan dari lawan sering kali mempengaruhi permainan timnas (Robby, 2010).

Menurut Lasitosari (2007) Individu yang memiliki kepercayaan diri akan memandang kelemahan sebagai hal yang wajar dimiliki oleh setiap individu,

karena individu yang memiliki kepercayaan diri akan mengubah kelemahan yang dimiliki menjadi motivasi untuk mengembangkan kelebihan dan tidak akan membiarkan kelemahannya tersebut menjadi penghambat dalam mengaktualisasikan kelebihan yang dimilikinya.

Hanter (dalam Satiadarma, 2000) mengemukakan bahwa seorang atlet akan berusaha untuk mampu menguasai ketrampilan dalam cabang olahraganya. Jika atlet merasa mampu, maka atlet tersebut akan merasa lebih percaya diri. Seorang atlet perlu memiliki kepercayaan diri, dengan kepercayaan diri tersebut atlet akan melakukan aktivitas olahraganya dengan senang, dan memotivasinya untuk meningkatkan prestasinya.

Berdasarkan uraian di atas, permasalahannya adalah apakah ada hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada pemain futsal? Berdasarkan permasalahan tersebut maka judul dari penelitian ini adalah **Hubungan Antara Kepercayaan Diri dengan Motivasi Berprestasi pada Pemain Futsal.**

## **B. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan perumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan motivasi berprestasi pada pemain futsal.
2. Mengetahui tingkat kepercayaan diri dan motivasi berprestasi pada pemain futsal.



3. Mengetahui peran kepercayaan diri terhadap motivasi berprestasi pada pemain futsal.

### **C. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan khususnya di bidang psikologi olahraga yang berhubungan dengan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi pemain

Diharapkan dapat memberikan umpan balik bagi pemain futsal dan dapat membuka wawasan yang lebih luas mengenai manfaat kepercayaan diri sebagai upaya peningkatan motivasi berprestasi.

- b. Bagi pelatih

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan sumbangan informasi dan dapat digunakan sebagai masukan bagi pelatih dalam mengambil kebijakan yang mengarah pada peningkatan kepercayaan diri dan motivasi berprestasi pemain futsal.