

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga bermuasal dari kata olah yang berarti gerak dan kata raga yang berarti badan (Pranata, 2022). Kegiatan olahraga dapat dilakukan oleh siapa saja, baik laki-laki maupun perempuan, mulai dari lanjut usia anak-anak, remaja, dewasa. Banyak manfaat masyarakat dalam melakukan kegiatan olahraga mulai dari olahraga untuk kesehatan, olahraga untuk kebugaran, dan olahraga untuk rekreasi, sampai olahraga prestasi (Yulianingsih & Wibowo, 2015).

Olahraga dibagi menjadi dua kategori yaitu olahraga individu dan olahraga beregu. Olahraga individu adalah jenis olahraga yang lebih fokus pada aktivitas fisik individu, di mana tidak ada kompetisi langsung antar tim atau lawan. Olahraga individu mencakup aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kondisi tubuh, kekuatan, kelincahan, dan kesehatan secara menyeluruh. Macam-macam olahraga individu adalah lari, bersepeda, yoga, dan gulat. Olahraga individu menawarkan manfaat yang signifikan bagi kesehatan tubuh dan mental, serta dapat disesuaikan dengan kebutuhan dan kemampuan individu.

Olahraga beregu adalah aktivitas fisik yang dimainkan oleh dua tim atau lebih, yang biasanya memiliki aturan main tertentu dan bertujuan mencetak poin atau gol untuk memenangkan pertandingan. Olahraga jenis ini tidak hanya menuntut kekuatan fisik, tetapi juga strategi, kerja sama tim, dan ketangkasan. Contoh olahraga beregu adalah basket, voli, sepakbola, softball, futsal. Futsal merupakan salah satu bentuk olahraga permainan yang berasal dari modifikasi permainan sepak bola.

Futsal mulai dikenal di Indonesia sejak tahun 1989, namun baru mengalami perkembangan pesat pada periode 1998-1999 (Wibowo, 2019). Pada awalnya, olahraga ini masih asing bagi sebagian masyarakat, dan banyak yang belum memahami teknik bermain futsal dengan benar. Namun, karena Indonesia merupakan negara dengan banyak penggemar sepak bola, futsal menjadi mudah dipelajari dan berkembang dengan cepat. Hal ini disebabkan oleh kebutuhan jumlah

pemain yang lebih sedikit, durasi permainannya yang lebih singkat serta lapangan yang lebih praktis dibandingkan sepak bola.

Futsal adalah jenis permainan yang serupa dengan sepakbola, tetapi dimainkan di dalam ruangan. Beberapa pemain bekerja sama untuk memasukkan bola ke gawang kiper karena bola lebih kecil daripada gawang. Meskipun demikian, ada beberapa perbedaan prinsip yang harus dipahami oleh seorang pemain futsal ketika mereka mempertimbangkannya. Setiap pemain harus dalam kondisi fisik yang baik karena lapangan lebih kecil, jadi mereka harus terus bergerak untuk mencari ruang kosong dan membuat keputusan dengan cepat (Barasakti et al., 2019.)

Pemain futsal tidak hanya menampilkan teknik saja saat bermain di dalam lapangan tetapi juga memiliki peran penting dalam mencetak gol yang menjadi penentu kemenangan tim. Sebuah gol bisa tercipta oleh semua pemain yang berada di dalam lapangan baik *kipper* (penjaga gawang), *anchor* (pemain bertahan dan pengatur serangan), *flank* (pemain sayap), *pivot* (pemain penyerang). Sedangkan tujuan permainan futsal menurut (Mashud, 2019) adalah “Memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga gawang sendiri jangan sampai kemasukan bola dari lawan.

Pada dasarnya tujuan bermain futsal beraneka ragam, ada yang sekedar mengisi waktu luang sebagai hiburan, maupun untuk prestasi. Cepatnya perkembangan permainan futsal di masyarakat dikarenakan mudah dipelajari. Disamping itu peralatan olahraga ini relatif murah. Alasan lain juga karena permainan ini dapat dimainkan di mana saja, asal tersedia bidang datar yang memadai. Maka tidak heran jika banyak kita jumpai lapangan atau arena bermain sepakbola di sekolah, di balai desa, di pantai, maupun di tempat lain.

Prestasi olahraga dapat dicapai melalui pembinaan dan dapat didukung di berbagai bidang yang terkait dengan cabang olahraga. Teori pendukung ilmu dan metodologi pelatihan meliputi fisiologi, biomekanika, statistik, psikologi, tes, pengukuran, kesehatan, olahraga ilmu gizi, sejarah dan sosiologi (Harsono, 2001)

Pencapaian prestasi sangat dipengaruhi oleh beberapa indikator, yaitu kemampuan fisik, teknik, taktik atau strategi, tetapi latihan mental memegang

peranan penting untuk menghasilkan keadaan mental yang baik (Komarudin, 2012) Latihan mental adalah latihan-latihan perkembangan emosional misalnya semangat bertanding, sikap sportivitas, sikap pantang menyerah, fokus, percaya diri.

Kepercayaan diri merupakan salah satu aspek penting dalam kepribadian yang dapat diperoleh melalui interaksi sosial serta proses pembelajaran. Tingkat kepercayaan diri seseorang sering kali menjadi indikator keberhasilan dalam berbagai kompetisi. Siswa yang percaya diri biasanya memiliki kemampuan teknis yang lebih baik seperti *dribbling*, *passing*, dan *shooting*. Mereka juga dapat menerapkan strategi tim dengan lebih efektif, menunjukkan bahwa kepercayaan diri memengaruhi psikologi dan kemampuan teknis, yang penting untuk menang dalam pertandingan (Alif & Jasmani, 2023). Langkah awal menuju kesuksesan bagi seorang atlet adalah kemampuannya untuk tetap fokus saat menjalankan tanggung jawabnya. Hal ini sangat penting bagi setiap siswa yang ingin mengembangkannya.

Permendikbudristek Nomor 12 Tahun 2024 ekstrakurikuler merujuk pada kegiatan pendidikan yang dikerjakan oleh siswa di luar jam belajar. Tujuannya untuk mengembangkan potensi, bakat, minat, kemampuan, kepribadian, kerja sama, dan kemandirian peserta didik secara optimal melalui kegiatan di luar intrakurikuler. Kegiatan ekstrakurikuler olahraga merupakan salah satu bentuk upaya sekolah, di mana siswa dapat meningkatkan keterampilan melalui latihan khusus yang sesuai dengan cabang olahraga yang diminati. (Hanafi & Christina Yuli Hartati, 2015).

Ekstrakurikuler futsal merupakan salah satu ekstrakurikuler yang paling digemari oleh siswa di SMPN 1 Cimahi. Banyaknya pertandingan yang diadakan untuk siswa SMP semakin meningkat, memberikan peluang lebih besar bagi mereka untuk berprestasi, semakin memotivasi anak-anak untuk berpartisipasi dalam lomba-lomba tersebut. Oleh karena itu, beberapa sekolah mengadakan ekstrakurikuler setiap minggu untuk melatih siswa-siswanya dalam bermain futsal salah satunya SMPN 1 Cimahi.

Pada tahap awal pembinaan di sekolah, fokusnya adalah pada penguasaan keterampilan dasar futsal, seperti *passing*, *kontrol*, *dribbling*, *shooting*, dan *chipping*, serta pemahaman mengenai rencana dan taktik menyerang serta bertahan.

Bagi para pemain, penguasaan dasar futsal bisa menjadi langkah awal yang penting (Sintaro et al., 2020). Pemain perlu terus melatih keterampilan dasar ini untuk mengembangkan gaya bermain dan bakat unik mereka. Hal ini akan sangat berguna ketika mereka berkolaborasi dalam sebuah tim (Hutami & Iswana, 2020). Salah satu keterampilan dasar paling penting dalam permainan futsal adalah kemampuan menembak, yang wajib dimiliki oleh setiap pemain untuk meraih keberhasilan dalam pertandingan (Utami, 2015).

Kenyataannya temuan di lapangan pada pemain ekstrakurikuler futsal SMP Negeri 1 Cimahi saat berlangsungnya pertandingan adalah banyaknya siswa yang ragu pada saat mengambil keputusan *shooting* untuk menciptakan peluang ke gawang, ini sebuah permasalahan besar bagi ekstrakurikuler futsal di SMPN 1 Cimahi untuk diteliti lebih lanjut. Salah satu faktor penyebabnya adalah rendahnya kepercayaan diri siswa ekstrakurikuler futsal di SMPN 1 Cimahi.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan tingkat kepercayaan diri dengan keterampilan *shooting* futsal di SMPN 1 Cimahi.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri dengan keterampilan dasar *shooting* futsal pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cimahi?”.

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan dari latar belakang telah diuraikan di atas, dengan ini penulis dapat menentukan rumusan masalah sebagai bahan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara kepercayaan diri dengan keterampilan *shooting* pada siswa ekstrakurikuler futsal di SMP Negeri 1 Cimahi.

1.4 Manfaat Penelitian

Berdasarkan tujuan penelitian yang hendak dicapai, maka penelitian ini diharapkan mempunyai kegunaan baik secara teoritis maupun secara praktis, adapun kegunaan penelitian ini sebagai berikut:

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat Teoritis Hasil dari penelitian ini dapat dijadikan informasi untuk guru dan pelatih terhadap pengembangan rasa percaya diri seorang siswa dan juga hasil penelitian ini bisa dijadikan referensi pada penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kepercayaan diri dan keterampilan dasar *shooting* futsal.

1.4.2 Manfaat Praktis

Manfaat Praktis Bagi siswa hasil penelitian diharapkan dapat memberikan wawasan tentang kepercayaan diri terhadap keterampilan *shooting* futsal untuk menunjang peningkatan kualitas diri dan peningkatan prestasi pada saat melakukan pertandingan futsal. Bagi guru, pelatih dan sekolah penelitian ini diharapkan menjadi suatu upaya dalam mengembangkan rasa percaya diri siswa.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Untuk mempermudah penyusunan penelitian ini, penulis menentukan struktur organisasi skripsi. Berikut adalah struktur penulisan yang akan digunakan dalam penelitian ini.

1. BAB I : Pendahuluan berisikan latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
2. BAB II : Berisikan tentang landasan teori yang memuat topik atau permasalahan yang diangkat dalam penelitian, dan kerangka berpikir.
3. BAB III : Berisikan mengenai metode penelitian skripsi yang substansinya adalah metode penelitian, populasi sampel, langkah-langkah penelitian, desain penelitian, instrumen penelitian, prosedur pengambilan data, serta prosedur pengambilan data, serta prosedur pengolahan data dan analisis data.
4. BAB IV : Berisikan mengenai metode, mencakup hasil dan pembahasan penelitian.
5. BAB V : Berisikan mengenai metode penelitian skripsi mencakup Kesimpulan dan saran penelitian.
6. DAFTAR PUSTAKA : Berisi referensi yang digunakan untuk mendukung pernyataan atau karya tulis.