

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga merupakan cerminan dari nilai-nilai budaya yang hidup dalam suatu masyarakat. Dalam praktiknya, olahraga tidak hanya berfungsi sebagai aktivitas fisik, tetapi juga sebagai sarana untuk mengekspresikan identitas, solidaritas, dan semangat kolektif suatu bangsa. Nilai-nilai seperti kerja sama, sportivitas, disiplin, dan semangat pantang menyerah menjadi bagian dari warisan budaya yang ditransmisikan melalui olahraga. Dalam konteks olahraga prestasi, nilai-nilai tersebut menjadi fondasi penting dalam membentuk karakter atlet yang tangguh dan kompetitif. Olahraga prestasi menuntut dedikasi tinggi, komitmen terhadap latihan intensif, serta penghormatan terhadap aturan dan lawan tanding, yang semuanya mencerminkan nilai luhur budaya kompetitif dan keunggulan. Dengan demikian, olahraga tidak hanya menjadi alat pengembangan fisik, tetapi juga wahana pembentukan karakter dan pelestarian nilai budaya yang kuat (Prasetyo dkk., 2022).

Dalam konteks olahraga, banyak orang menyukai sepak bola, ini karena sepak bola dapat dimainkan oleh siapa saja, dari anak-anak hingga dewasa. Sepak bola juga dapat dimainkan oleh perempuan dan laki-laki. Penggemar sepak bola berasal dari segala usia, termasuk pelajar dan mahasiswa. Beberapa sekolah dan kampus memiliki klub sepak bola. Sepak bola sangat disukai karena itu kompetitif, menyenangkan, mendidik, menghibur, dan menyehatkan. Keterampilan bermain sepak bola tidak dapat dicapai hanya dengan berlatih, aspek psikologis atlet juga harus diperhatikan (Apriansyah dkk., 2017). Saat ini, olahraga sepak bola, baik profesional maupun amatir, telah berkembang dengan sangat cepat. Meningkatkan prestasi tidak semudah yang diharapkan, itu membutuhkan waktu dan elemen lain yang mendukungnya. Para atlet harus menguasai berbagai elemen untuk mencapai prestasi, termasuk teknik, strategi, fisik, dan mental. Komponen mental yang paling penting dari semua elemen tersebut adalah motivasi (Nurajab, 2022).

Salah satu komponen yang membantu atlet mencapai prestasi adalah motivasi; motivasi yang kuat memungkinkan setiap orang bekerja lebih baik dalam

kelompoknya, dan setiap orang yang memiliki motivasi berlatih akan berkomitmen untuk mencapai tujuannya dengan tingkat kersempurnaan tertinggi. Oleh karena itu, untuk mencapai kemampuan terbaik dalam olahraga, motivasi internal dan eksternal sangat penting. Atlet harus tahu bagaimana motivasi eksternal bekerja (Nurajab, 2022). Sepak bola adalah salah satu jenis olahraga di mana atlet harus memiliki motivasi untuk berprestasi. Ini karena motivasi adalah landasan yang harus dimiliki oleh setiap atlet yang ingin berprestasi (Wahyudi & Donie, 2019).

Masa remaja merupakan fase perkembangan yang sangat menentukan dalam perjalanan seorang atlet. Namun, banyak penelitian menunjukkan bahwa pada fase ini remaja sering mengalami penurunan motivasi berlatih yang ditandai dengan menurunnya partisipasi dalam latihan maupun performa olahraga. Studi longitudinal menemukan bahwa seiring bertambahnya usia, partisipasi remaja dalam olahraga menurun, sementara tingkat spesialisasi meningkat, yang pada akhirnya berkontribusi pada meningkatnya gejala burnout (Valenzuela-Moss dkk., 2024). Burnout pada atlet remaja sangat berkaitan dengan rendahnya motivasi intrinsik, meningkatnya amotivasi, serta risiko lebih tinggi untuk mengalami dropout dari olahraga (Morano dkk., 2022).

Lebih lanjut, burnout berdampak langsung terhadap penurunan performa olahraga sekaligus kesehatan psikologis atlet remaja, bahkan dalam olahraga beregu sekalipun (Wilczyńska dkk., 2022). Selain itu, remaja yang memutuskan untuk berhenti atau mengurangi partisipasi dalam olahraga memiliki tingkat amotivasi yang lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang tetap bertahan (Back dkk., 2022). Hal ini menunjukkan bahwa kehilangan motivasi pada atlet remaja merupakan persoalan serius yang dapat mengganggu kelangsungan karier olahraga mereka. Oleh karena itu, penelitian mengenai motivasi berlatih pada atlet remaja sangat relevan untuk dilakukan, guna memahami faktor-faktor penyebabnya sekaligus menemukan strategi yang efektif untuk mempertahankan motivasi, mencegah burnout, dan mendukung pencapaian prestasi jangka panjang.

Namun, kenyataan menunjukkan adanya kesenjangan kondisi dimana masa remaja merupakan salah satu periode perkembangan yang seharusnya ditandai dengan tingginya energi, rasa ingin tahu, serta dorongan untuk mengeksplorasi

potensi diri, termasuk dalam aktivitas olahraga. Pada fase ini, atlet umumnya memiliki semangat yang tinggi untuk berlatih karena sedang berada pada puncak perkembangan motivasi intrinsik dan kebutuhan psikologis seperti kompetensi, otonomi, dan keterhubungan sosial. Teori *Self-Determination Theory* menjelaskan bahwa kebutuhan tersebut sangat dominan pada masa remaja, sehingga ketika terpenuhi, individu akan menunjukkan antusiasme dan kegigihan yang lebih besar dalam aktivitas fisik maupun olahraga (Ryan & Deci, 2020). Atlet dalam fase remaja juga memiliki motivasi otonom yang kuat, yang ditunjukkan dengan kesenangan dan komitmen tinggi dalam berlatih. Dengan demikian, secara teoritis maupun empiris, masa remaja seharusnya menjadi fase ketika atlet berada dalam kondisi paling bersemangat untuk mengikuti latihan secara konsisten dan meningkatkan performanya (Harwood & Knight, 2015).

Rasa percaya diri, regulasi diri, dan keefektifan diri adalah beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi, tetapi dukungan sosial adalah yang terpenting. Sebuah penelitian menemukan bahwa atlet, terutama atlet remaja mendapatkan manfaat besar dari berbagai jenis dukungan sosial. Dukungan sosial, adalah komponen yang mempengaruhi keinginan untuk berprestasi. Individu mungkin merasa lebih mudah menyelesaikan masalah yang dihadapinya karena keberadaan dan dukungan orang-orang tersebut (Putri, 2014). Tingkat di mana seseorang merasa didukung oleh hubungan sosialnya termasuk dukungan emosional, informasi, atau nyata yang dapat diberikan oleh orang tua, saudara, teman sebaya, dan anggota keluarga lainnya (Effendi dkk., 2019).

Orang-orang yang memiliki hubungan dekat dengan seseorang, seperti teman, orang tua, atau guru, dapat memberikan dukungan sosial. Dukungan orang tua adalah interaksi yang dilakukan oleh orang tua untuk mendukung anak mereka, termasuk perilaku yang menunjukkan afeksi atau dorongan yang positif secara fisik atau verbal. Meliputi empat aspek, yaitu dukungan emosi, dukungan instrumental, dukungan otonom, dan dukungan direktif (Basriyanto dkk., 2019). Keterlibatan orang tua dalam olahraga dianggap sebagai kegiatan yang berorientasi pada prestasi, di mana persepsi atlet terhadap dirinya sendiri dan performa bermainnya dipengaruhi oleh keterlibatan orang tua. Keterlibatan orang tua memiliki pengaruh

paling signifikan terhadap kenikmatan dan performa olahraga sepanjang perkembangannya. Atlet muda lebih bergantung pada masukan orang tua dan sumber sosial komparatif (Novan dkk., 2022).

Teman dan orang tua adalah sumber dukungan utama. Perasaan dihargai, dicintai, dan diakui keberadaannya dalam sebuah kelompok serta bantuan yang diterima dari individu atau kelompok dikenal sebagai dukungan sosial teman sebaya. Dengan kata lain, sekumpulan orang yang memiliki tingkat usia yang sama, baik dalam skala kecil maupun besar. Mereka terbentuk karena memiliki minat yang sama dan karena bagaimana mereka dianggap di lingkungan. Pada saat-saat sulit, teman menawarkan kebahagiaan dan bantuan. Memiliki tanggung jawab yang sama akan memotivasi atlet untuk lebih banyak berlatih dan berprestasi (Omchan, 2019). Untuk berprestasi tinggi tidak hanya dari dukungan orang tua dan teman sebaya saja melainkan dibutuhkan juga dukungan sosial lain nya. Berdasarkan status subjek yang juga seorang atlet, maka pelatih juga salah satu sumber dukungan diluar orang tua, namun juga berpengaruh bagi kelangsungan karir seorang atlet.

Atlet yang berprestasi dapat dihasilkan oleh pelatih yang berpengalaman. Selain itu, prestasi atlet dipengaruhi oleh dukungan sosial dari pelatih, yang memungkinkan atlet untuk menunjukkan penampilan terbaiknya (Putri, 2014). Pelatih adalah orang yang memaksimalkan potensi atlet dengan kemampuan profesional dalam waktu yang singkat. Berdasarkan pendekatan positif, interaksi antara pelatih dan atlet akan sangat penting untuk mencapai prestasi yang baik. Sebaliknya, hubungan antara pelatih olahraga dan atletnya selama latihan menghasilkan banyak pengalaman yang berdampak pada prestasi atlet. Pelatih memiliki kemampuan untuk mempengaruhi dan menentukan perkembangan kepribadian atlet (Supriyanto, 2016). Pelatih akan berfungsi sebagai guru, penilai, teman, pembimbing, penasehat, pendukung, motivator, konselor, perencana, dan sumber semua informasi. Selama proses berlatih hingga pertandingan, ada banyak masalah yang dapat mengganggu atlet untuk berlatih untuk mencapai target prestasi mereka. Studi yang dilakukan oleh (Putri, 2014) mengatakan bahwa ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi motivasi berprestasi pada atlet, contohnya kurangnya rasa percaya diri, kejenuhan, dan kurangnya rasa mencintai pada tim. Kurangnya

rasa mencintai pada tim ini dapat terjadi ketika seorang anggota memiliki kemampuan dibawah dari teman – teman yang berada dalam satu tim.

Meskipun telah ada penelitian tentang motivasi atlet, tidak ada penelitian yang secara khusus memfokuskan pada hubungan dukungan orang tua, lingkungan pertemanan dan pola asuh pelatih dengan motivasi berlatih pada atlet sepakbola usia remaja. Oleh karena itu, penelitian ini memiliki urgensi yang tinggi untuk dilakukan guna memahami bagaimana faktor-faktor tersebut berkontribusi terhadap motivasi berlatih atlet sepak bola usia remaja. Secara teori dukungan orang tua, lingkungan pertemanan, dan pola asuh pelatih seharusnya menjadi faktor pendorong motivasi berlatih. Namun, dalam praktiknya, banyak atlet justru kehilangan motivasi akibat faktor-faktor tersebut. Penelitian yang ada belum banyak mengeksplorasi bagaimana faktor-faktor ini berkontribusi terhadap motivasi atlet. Sehingga penelitian ini bertujuan untuk mengisi kesenjangan tersebut dengan mengeksplorasi bagaimana dukungan orang tua, lingkungan pertemanan, dan pola asuh pelatih dapat berperan sebagai faktor pendorong atau justru penghambat motivasi berlatih atlet sepakbola usia remaja.

Penelitian yang dilakukan oleh Kurniawan dkk. Pada tahun 2021 berjudul “Hubungan Antara Pola Asuh Orang Tua dan Pola Asuh Pelatih dengan Motivasi Berprestasi Olahraga dalam Cabang Olahraga Bola Basket” menyatakan bahwa pola asuh yang diterapkan oleh orang tua dan pelatih dapat memengaruhi motivasi atlet untuk berprestasi dalam olahraga bola basket dan berfokus pada interaksi psikologis antara atlet, orang tua, dan pelatih dalam mendukung perkembangan motivasi intrinsik dan ekstrinsik yang berperan penting dalam performa atlet. Dengan memperluas variable yang diteliti, mengubah fokus dari motivasi berprestasi menjadi motivasi berlatih, dan lebih menekankan pada populasi usia remaja, penelitian ini dapat memberikan wawasan baru tentang dunia kepelatihan dan pembinaan atlet sepakbola muda.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan motivasi atlet dalam berlatih?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara lingkungan pertemanan dengan motivasi atlet dalam berlatih?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara pola asuh pelatih dengan motivasi atlet dalam berlatih?

1.3 Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan motivasi atlet dalam berlatih
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara lingkungan pertemanan dengan motivasi atlet dalam berlatih
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara pola asuh pelatih dengan motivasi atlet dalam berlatih

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan teori dalam bidang ilmu kepelatihan olahraga, khususnya mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berlatih atlet remaja. Hasil penelitian ini dapat:

1. Menambah wawasan akademik tentang peran dukungan orang tua, lingkungan pertemanan, dan pola asuh pelatih dalam meningkatkan motivasi berlatih atlet muda.
2. Memperkuat teori-teori motivasi dalam konteks pembinaan atlet usia remaja.
3. Menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan faktor psikososial dalam pengembangan prestasi olahraga.

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini juga diharapkan memberikan manfaat langsung bagi berbagai pihak yang terlibat dalam pembinaan atlet remaja, antara lain:

1. Bagi Orang Tua memberikan pemahaman lebih dalam mengenai pentingnya dukungan keluarga dalam meningkatkan motivasi berlatih anak, sehingga mereka dapat memberikan dorongan yang lebih efektif.
2. Bagi Pelatih memberikan wawasan mengenai pola asuh yang efektif dalam membina atlet remaja agar tetap termotivasi dalam latihan, serta bagaimana membangun hubungan yang positif dengan mereka.
3. Bagi Atlet memberikan pemahaman tentang bagaimana lingkungan sosial, baik keluarga maupun teman sebaya, dapat memengaruhi motivasi mereka dalam berlatih dan berkembang di dunia sepakbola.
4. Bagi Akademisi dan Peneliti menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan faktor psikososial dalam pembinaan atlet, serta sebagai referensi dalam pengembangan metode pelatihan yang lebih efektif.
5. Bagi Sekolah Sepak Bola (SSB) dan Klub Sepak Bola memberikan informasi bagi manajemen dan pelatih dalam menyusun program pembinaan yang lebih baik dengan mempertimbangkan faktor dukungan orang tua, lingkungan pertemanan, dan pola asuh pelatih. Penelitian ini diharapkan dapat membantu meningkatkan motivasi dan kinerja atlet remaja dalam berlatih, sehingga berdampak positif pada perkembangan prestasi mereka di dunia sepakbola.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1. Lingkup masalah
 Penelitian ini difokuskan pada hubungan antara tiga variabel bebas yaitu dukungan orang tua, lingkungan pertemanan dan pola asuh pelatih dengan variabel terikat yaitu motivasi berlatih atlet sepakbola usia remaja.
2. Lingkup subjek penelitian
 Subjek penelitian adalah atlet sepakbola remaja berusia 14-15 tahun yang tergabung dalam klub sepakbola atau akademi sepakbola di wilayah kota Bandung dan kabupaten Bandung, subjek memiliki pengalaman berlatih minimal satu tahun untuk memastikan partisipan memahami konteks penelitian.
3. Lingkup wilayah

Penelitian dilakukan pada klub atau akademi sepakbola di wilayah kota bandung dan kabupaten bandung

4. Lingkup waktu

Penelitian ini dilakukan dalam rentang waktu tertentu, dimulai dari penyebaran angket hingga pengumpulan data dan analisis data, yang dijadwalkan selama beberapa minggu

5. Lingkup variabel penelitian

Variabel bebas: dukungan orang tua, lingkungan pertemanan, pola asuh pelatih

Variabel terikat: motivasi berlatih atlet sepakbola usia remaja

6. Lingkup metode

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan korelasional untuk melihat hubungan antara variabel, data dikumpulkan menggunakan instrument berupa angket yang mengukur tingkat dukungan orang tua, lingkungan pertemana, pola asuh pelatih dan motivasi berlatih atlet.