

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Perkembangan olahraga di masyarakat Indonesia dirasakan semakin meningkat baik dilihat dari segi partisipasi maupun prestasi. Kebutuhan masyarakat terhadap olahraga dapat dijadikan indikator kemajuan suatu bangsa. Hal ini dapat dibuktikan pada negara-negara maju yang begitu tinggi tingkat prestasinya. Olahraga merupakan kegiatan jasmani yang dilakukan secara teratur dan terus menerus melalui latihan yang sistematis dalam upaya meningkatkan kualitas hidup. Pengertian olahraga adalah suatu bentuk kegiatan jasmani yang terdapat didalam permainan, perlombaan dan kegiatan intensif dalam rangka memperoleh relevansi kemenangan dan prestasi optimal.

Permainan bola voli merupakan cabang olahraga yang populer. Anak-anak, remaja dan orang dewasa di kota-kota dan di desa-desa seluruh tanah air menggemari permainan ini. Menurut Yudiana (2010: 26) bahwa: “Permainan bola voli pada dasarnya adalah permainan memantul-mantulkan bola oleh tangan, atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu.” Lapangan dibagi dua sama besar dipisahkan oleh net yang memiliki ketinggian tertentu. Satu regu dapat memainkan bola maksimal tiga kali sentuhan, yang diawali dengan sentuhan pertama oleh pemain yang menerima bola servis lawan dan mengarahkannya kepada pengumpan (*toser*) setelah itu pengumpan mengarahkan bola kepada pemukul (*spiker*) sehingga pemukul (*spiker*) dapat mengembalikan bola ke daerah lawan. Prinsip bermain bola voli adalah menjaga bola jangan sampai jatuh di lapangan sendiri dan berusaha menjatuhkan bola di lapangan lawan atau mematikan bola di pihak lawan. Tujuan

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

orang bermain bola voli berawal dari tujuan yang bersifat rekreatif, kemudian berkembang ke tujuan-tujuan lain seperti untuk mencapai prestasi yang tinggi, meningkatkan prestise diri atau bangsa dan Negara, memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, memanfaatkan waktu luang bersosialisasi, bahkan saat ini ada sebagian pemain yang bertujuan untuk kepentingan ekonomi dan bisnis. Dilingkungan persekolahan permainan ini digunakan sebagai salah satu sarana atau alat untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan.

Pengertian teknik dasar bola voli menurut Beutelstahl (2011: 8) adalah: “Prosedur yang telah dikembangkan berdasarkan praktek, dan bertujuan mencari penyelesaian suatu problema pergerakan tertentu dengan cara yang paling ekonomis dan berguna.” Adapun teknik-teknik dasar permainan bola voli menurut Beutelstahl (2011: 8) sebagai berikut: (1) *Servis*, (2) *Dig*, (3) *Attack*, (4) *Volley*, (5) *Block*, (6) *Defence*. Untuk mencapai prestasi olahraga yang baik setiap orang harus memiliki teknik yang baik, selain teknik yang baik dibutuhkan fisik, taktik serta mental yang baik untuk mencapai suatu prestasi. Menurut Harsono (1988: 100) bahwa ada empat aspek untuk mencapai prestasi yang maksimal yaitu: “(1) Kemampuan fisik, (2) Kemampuan teknik, (3) Kemampuan taktik, (4) Kemampuan mental.”

Dalam menghadapi suatu pertandingan bola voli selain faktor teknik yang mempengaruhi hasil pertandingan terdapat faktor lain yang mempengaruhi salah satunya yaitu mental ketika bertanding. Mental atlet perlu dipersiapkan, sehingga seluruh kemampuan jiwanya baik akal, kemauan dan perasaannya siap menghadapi tugas-tugasnya dari segala kemungkinan. Menurut Ibrahim dan Komarudin (2007: 78) bahwa: “Keadaan mental atlet yang kurang baik misalnya resah, cemas, biasanya berpengaruh terhadap kemampuan bertanding.” Dalam

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

penelitian ini penulis akan meneliti tentang tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli. Klub bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) merupakan salah satu klub yang berada di Kota Serang. Karena pada saat bertanding bola voli atlet terkadang mengalami tekanan, dan timbul rasa cemas pada diri atlet, sehingga mempengaruhi permainan atlet tersebut. Interaksi ini jelas menunjukkan kelemahan atlet dengan kecemasan tinggi dengan situasi yang sangat menekan. Dikemukakan Chaplin (2004: 32) bahwa: “Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan atau keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.” Dalam penelitian ini penulis cenderung memunculkan masalah tingkat kecemasan (*anxiety*) dengan pertimbangan bahwa tingkat kecemasan (*anxiety*) memegang peranan penting dalam bertanding, dikemukakan Harsono (1988: 265) yaitu:

... Jarang pula ada seorang atlet, meski dia seorang juara sekalipun, yang dapat mengontrol dan menyesuaikan segala emosinya, *anxietiesnya* dan konflik-konfliknya dalam menghadapi suatu pertandingan, apalagi pertandingan tersebut adalah pertandingan yang menentukan. Jarang sekali ada seorang atlet yang dapat dikatakan telah mencapai maturitas olahraganya (*athletic maturitynya*) secara komplit.

Dari kutipan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk mencapai prestasi yang tinggi, seorang atlet harus mampu menghadapi dan sekaligus mengatasi masalah-masalah tersebut seperti di atas, yaitu mengenai tingkat kecemasan (*anxiety*), selain itu juga tentu masih banyak masalah lain yang harus menjadi perhatian pula. Berdasarkan pengalaman penulis menjadi atlet dari cabang olahraga bola voli, maka penulis berpendapat bahwa tingkat kecemasan (*anxiety*) dapat memberikan pengaruh negatif terhadap prestasi, dan juga dapat memberikan pengaruh positif terhadap prestasi atlet. Tingkat kecemasan (*anxiety*) sangat besar pengaruhnya dalam usaha untuk mencapai prestasi, namun tingkat

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

kecemasan (*anxiety*) dalam diri atlet sangat kurang mendapat perhatian dari para pelatih dan pembina. Karena itu masalah tingkat kecemasan (*anxiety*) sangat penting untuk dibahas. Dari uraian yang penulis paparkan diatas, terdapat suatu masalah yang menarik untuk di teliti. Hal tersebut sebagai informasi ilmiah yang diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembangan bola voli ditempat-tempat latihan bola voli untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet pada saat bertanding bola voli. Oleh karena itu perlu dilakukan penelitian mengenai: Profil tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli.

B. Masalah Penelitian

Masalah penelitian merupakan suatu pertanyaan yang akan dicarikan jawabannya melalui pengumpulan data, dan analisis dari data tersebut, sehingga akhirnya akan menjadi sebuah kesimpulan atau hasil dari suatu penelitian. Berdasarkan latar belakang masalah diatas, bahwa tingkat kecemasan memiliki peranan penting dalam sebuah pertandingan. Sehubungan dengan hal tersebut, rumusan masalah yang penulis ajukan yaitu: “Seberapa besar profil tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli?”

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah: “Untuk mengetahui seberapa besar profil tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli.”

D. Manfaat Penelitian

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Sesuai dengan permasalahan yang diajukan, maka manfaat yang diharapkan adalah sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis:
 - a. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi olahraga, psikologi pendidikan dan psikologi sosial, dan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
 - b. Sebagai informasi ilmiah yang diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengembangan bola voli ditempat-tempat latihan bola voli untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet pada saat bertanding bola voli.
2. Manfaat Praktis:
 - a. Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran mengenai tingkat kecemasan pemain bola voli dalam menghadapi suatu pertandingan.
 - b. Bagi pemain bola voli. Sebagai masukan untuk mengoptimalkan aspek psikologis dalam diri atlet.

E. Batasan Penelitian

Dengan adanya batasan penelitian ini diharapkan permasalahan yang akan diungkap dan diteliti tidak meluas, mengingat banyaknya faktor yang menunjang terhadap kemampuan motorik seorang atlet. Sehingga penulis membatasi masalah yang dibahas dalam penelitian ini sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah profil tingkat kecemasan pada saat bertanding bola voli.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah atlet cabang olahraga bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang.
3. Populasi dan sampel yang diambil dalam penelitian ini adalah atlet bola voli Serang Jaya Voli Club (SJVC) Kota Serang.

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

4. Metode Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode deskriptif.
5. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner berupa angket tertutup.

F. Penjelasan Istilah

Untuk menghindari terjadinya perbedaan penafsiran yang terdapat dalam penelitian ini, maka peneliti memberikan batasan-batasan istilah yang terdapat dalam penelitian ini.

1. Permainan Bola Voli. Menurut Yudiana (2010: 26) bola voli adalah: “Permainan bola voli pada dasarnya adalah permainan memantul-mantulkan bola oleh tangan, atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu.”
2. Kecemasan. Menurut Chaplin dalam Kamus Lengkap Psikologi (2004: 32) bahwa: “Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan atau keprihatinan mengenai masa-masa mendatang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut.”
3. SJVC. Merupakan singkatan dari Serang Jaya Voly Club, yang merupakan klub bola voli yang berada di Kota Serang yang di dirikan pada tanggal 1 Mei 2009.

G. Anggapan Dasar

Anggapan dasar adalah kebenaran yang tidak memerlukan pengujian lagi atau segala asumsi yang diyakini kebenarannya dan dijadikan dasar untuk

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

langkah-langkah penelitian selanjutnya. Menurut Arikunto (2010: 107) anggapan dasar adalah: “Suatu hal yang diyakini kebenarannya oleh peneliti harus dirumuskan secara jelas.” Suatu penelitian harus mempunyai asumsi atau anggapan dasar sebagai landasan dan keyakinan untuk menetapkan suatu hipotesis penelitian. Fungsi asumsi adalah sebagai titik awal dimulainya penelitian, dan merupakan landasan untuk perumusan hipotesis. Asumsi yang dijadikan dasar untuk menentukan suatu anggapan dasar dalam penelitian ini adalah:

Pada saat bertanding bola voli terkadang setiap orang memiliki perasaan cemas yang berbeda-beda dikarenakan adanya tekanan atau hilangnya kepercayaan diri seorang atlet, dijelaskan Wiramiharjda (2007: 67) kecemasan yaitu: “Suatu perasaan yang sifatnya umum dimana seorang merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya.” Kepercayaan diri setiap atlet berbeda pada saat bertanding bola voli, bila atlet kehilangan kepercayaan diri dapat menyebabkan atlet tidak dapat berprestasi atau sebaliknya bila atlet memiliki kepercayaan diri yang baik dapat berprestasi dengan baik. Perasaan cemas ketika bertanding sangat mempengaruhi hasil pertandingan bola voli dan prestasi atlet tersebut.

Adapun gejala-gejala yang dirasakan atlet ketika mengalami kecemasan dalam sebuah pertandingan, gejala-gejala tersebut dapat mengganggu penampilan atlet ketika bertanding seperti emosi yang tidak dapat dikendalikan, timbulnya ketegangan, ketakutan, kekhawatiran. Diungkap Woodman dan Hardy (Abrahamsem *et al*, 2008: 450) “*Performance anxiety is regarded as an unpleasant emotion that has the potential to influence subsequent performance very negatively.*” Kecemasan dianggap sebagai suatu emosi yang tidak menyenangkan yang memiliki potensi untuk mempengaruhi kinerja seseorang menjadi sangat negatif. Dari pernyataan diatas dapat ditarik kesimpulan jika atlet

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJUC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voli

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

mengalami kecemasan dalam sebuah pertandingan maka psikologi atlet tersebut terganggu sehingga atlet tersebut tidak dapat menampilkan permainan terbaiknya. Dengan demikian penulis beranggapan dasar bahwa : “Tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang memiliki tingkat kecemasan yang tinggi pada saat bertanding bola voli.”

H. Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap masalah yang diajukan dan harus di uji kebenarannya, dan hasilnya hipotesis dapat ditolak dan diterima. Menurut Sugiyono (2011: 64) bahwa: “Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan.” Hipotesis dapat berupa pernyataan yang masih lemah kebenarannya dan masih perlu dibuktikan kenyataannya.

Berdasarkan uraian diatas maka hipotesis dari penelitian ini adalah: Terdapat tingkat kecemasan yang tinggi pada atlet bola voli Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli.

I. Metode Penelitian

Metode adalah langkah-langkah yang diambil untuk mempermudah penelitian. Menurut Sugiyono (2011: 02) mengemukakan bahwa: “Metode penelitian pada dasarnya merupakan cara ilmiah untuk mendapatkan data dengan tujuan dan kegunaan tertentu.” Dalam sebuah penelitian diperlukan sebuah metode agar mempermudah peneliti dalam melakukan penelitian, metode penelitian banyak macamnya dalam penelitian ini penulis menggunakan metode Deskriptif, menurut Nazir (2005: 54) mengenai metode deskriptif adalah sebagai berikut:

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

Metode deskriptif adalah suatu metode dalam meneliti suatu kelompok manusia, suatu objek, suatu set kondisi, suatu system pemikiran atau suatu kelas peristiwa pada masa sekarang. Tujuan dari penelitian deskriptif ini adalah untuk membuat deskriptif, gambaran atau lukisan secara sistematis, factual dan akurat mengenai fakta-fakta, sifat-sifat, serta hubungan antara fenomena yang diselidiki.

Berdasarkan penjelasan diatas, metode yang sesuai dengan penelitian ini adalah metode deskriptif, metode yang digunakan untuk memperoleh gambaran yang jelas mengenai profil tingkat kecemasan atlet bola voli Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang pada saat bertanding bola voli.

J. Lokasi dan Sampel Penelitian

Dalam suatu penelitian dibutuhkan adanya sumber data penelitian. Sumber data tersebut diperoleh dari lokasi dan sampel penelitian, berikut ini adalah lokasi dan sampel dalam penelitian ini

1. Lokasi

Lokasi penelitian ini bertempat di Gelanggang Olahraga (GOR) Maulana Yusuf Kota Serang.

2. Populasi dan Sampel Penelitian

Populasi adalah seluruh karakteristik yang ada dalam suatu kelompok yang menjadi objek penelitian. Menurut Arikunto (2010: 173) berpendapat bahwa: "Populasi merupakan keseluruhan subyek penelitian." Berdasarkan pendapat tersebut dapat disimpulkan populasi adalah keseluruhan subyek penelitian yang memiliki ciri-ciri yang akan diteliti. Populasi dari penelitian ini atlet bola voli Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang yang beranggotakan 46 orang atlet.

Metode pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode *Simple Random Sampling*. Menurut Sugiyono (2011: 82) "Dikatakan simple (sederhana) karena pengambilan anggota sampel dari populasi dilakukan

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu

secara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi itu.” Berdasarkan uraian diatas, maka sampel yang diambil dalam penelitian ini sebanyak 30 orang atlet. Penulis memilih metode simple random sampling dikarenakan keterbatasan waktu, biaya dan tenaga, maka penulis mengambil sebagian dari sejumlah populasi yang ada untuk dijadikan sampel dalam penelitian ini. Dalam permainan bola voli tingkat kemampuan dan kecemasan yang dimiliki atlet berbeda-beda, dalam penelitian ini semua anggota populasi yang merupakan atlet bola voli klub Serang Jaya Voly Club (SJVC) dianggap homogen.

Teguh Adhi Santoso, 2013

Profil Tingkat Kecemasan Atlet Bola Voly Serang Jaya Voly Club (SJVC) Kota Serang Pada Saat Bertanding Bola Voly

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu