

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Olahraga futsal merupakan olahraga permainan yang sudah berkembang pesat. Futsal sangat diminati oleh seluruh kalangan masyarakat baik anak-anak, remaja sampai orang dewasa baik pria maupun wanita. Hal ini terlihat dari kehidupan sehari-hari dimana pada waktu libur atau waktu luang, orang sering mengisi waktu dengan bermain futsal. Futsal yang telah populer ini hanya memerlukan peralatan sederhana dan dapat mengundang kesenangan dalam memainkannya. Futsal dapat dimainkan di dalam ruangan maupun di luar ruangan dengan tempat yang lebih besar. Artinya lebih kecil dari ukuran lapangan sepakbola.

Olahraga futsal merupakan salah satu modifikasi olahraga sepak bola yang dimainkan di dalam ruangan. Peraturan permainannya hampir sama dengan sepak bola, tetapi ada beberapa peraturan yang berbeda. Seperti bola yang ke luar lapangan (*out*), maka permainan dimulai dengan tendangan ke dalam bukan lemparan ke dalam (*throw in*), tidak ada *off-side*. Adanya jumlah pemain yang lebih sedikit dan lapangan yang relatif kecil, pemain dituntut bekerja sama untuk melakukan operan dan pergerakan tanpa bola dengan tempo kecepatan tinggi. Mengenai hal ini, Mulyono (2014, hlm. 2) menjelaskan sebagai berikut:

Futsal diartikan sebagai suatu permainan olahraga yang dimainkan oleh dua tim yang berbeda. Masing-masing tim beranggotakan lima orang pemain yang memainkan pertandingan dalam dua babak. Olahraga futsal ditunjukan untuk membentuk perpaduan individu-individu pemain yang tergabung dalam sebuah tim demi mencapai kemenangan. Kebersamaan dan kerjasama tim sangat diperlukan dalam mencapai tujuan tersebut.

Ukuran lapangan futsal yang relatif lebih kecil daripada ukuran lapangan sepakbola, oleh karena itu para pemain futsal akan lebih dominan bergerak dengan lebih cepat agar mengantisipasi kemasukan gol. Karakteristik futsal seperti itu menuntut para pemain memiliki kemampuan teknik dan fisik yang sangat baik.

Dari penjelasan tersebut di atas dapat digambarkan bahwa permainan futsal adalah permainan bola dengan kecepatan, kunci pokoknya adalah *ball feeling*. Jadi *ball feeling* adalah menggunakan perasaan untuk melakukan operan-operan dengan tepat ke teman. Karena olahraga futsal sangat diminati kalangan masyarakat, hal ini menjadi salah satu faktor yang mendukung adanya ekstrakurikuler futsal di Madrasah Aliyah Negeri 2 Bandung.

Secara psikologis, olahraga futsal dijadikan wahana menyalurkan hobi dan memperoleh keinginan-keinginan dalam hati seperti rasa senang, cinta dan pembuktian kemampuan diri. Secara fisiologis olahraga futsal dapat meningkatkan kesehatan, kebugaran dan meningkatkan kualitas komponen kondisi fisik, seperti kerja jantung dan paru-paru, kelincahan, kecepatan dan kekuatan.

Penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan salah satu bagian dari aspek yang penting diberikan kepada atlet. *Goal setting* akan memberikan gambaran bagi atlet tentang apa yang harus dicapainya. Pengertian *goal setting* menurut Komarudin (2013, hlm. 54) “*Goal setting* merupakan salah satu fondasi yang baik untuk mencapai sukses dalam program latihan keterampilan mental”. Hal ini dikarenakan bahwa pelatih dan atlet dapat mencapai keberhasilannya baik teknik, taktik, dan mental, melalui penerapan prinsip *goal setting*. Dengan demikian, *goal setting* merupakan suatu kemampuan merancang atau menetapkan tujuan yang hendak dicapai. Menurut Ibrahim dan Komarudin (2007, hlm. 116) beranggapan bahwa:

Istilah *goal setting* ini terdiri atas dua kata, yaitu *goal* berarti tujuan, dan *setting* berarti penetapan atau merancang. Jadi dengan demikian, istilah *goal setting* dapat diartikan sebagai suatu kemampuan merancang atau menetapkan sesuatu tujuan yang hendak dicapai oleh seseorang atau kelompok.

Penetapan *goal setting* tidak hanya berpengaruh terhadap penampilan, performa, motivasi dan kinerja seseorang dalam berbagai tingkat usia dan kemampuan, tetapi berkaitan erat dengan perubahan positif yang terjadi dalam aspek psikologis lainnya.

Menurut Mellalieu (2009) dalam Komarudin (2013, hlm. 54) menjelaskan bahwa *goals* secara sederhana adalah “*Goals* merupakan apa yang ingin seseorang untuk mencoba menyelesaikan, *goals* merupakan sasaran atau tujuan dalam suatu tindakan.” Pendapat tersebut menekankan bahwa *goal* atau tujuan merupakan pencapaian suatu standar kemampuan tertentu dalam bentuk tugas yang dibatasi dengan waktu tertentu.

Sering kali seorang atlet tidak berlatih secara sungguh-sungguh atau kurang motivasi ketika berlatih. Hal ini disebabkan karena tidak adanya tujuan yang jelas yang harus dicapai dari proses latihan. Harsono (1988, hlm. 79) menjelaskan “Menetapkan sasaran atau prognosis, dan mengajarkan kepada atlet bagaimana menetapkan sasaran-sasaran latihan adalah penting”. Aspek lain yang juga penting dalam peningkatan olahraga prestasi yaitu motivasi. Motivasi diperlukan agar atlet mau berlatih secara keras. Menurut Alderman (1974) dalam Husdarta (2010, hlm. 32) menyebutkan “Bahwa tidak ada prestasi tanpa motivasi”. Tanpa motivasi yang kuat, atlet tidak akan memiliki kemauan dan tidak akan memiliki prestasi yang tinggi karena untuk mencapai suatu prestasi yang tinggi dibutuhkan motivasi yang besar.

Motivasi juga merupakan kecenderungan individu mengarahkan dan memilih tingkah laku yang selektif sesuai dengan kondisi untuk mencapai suatu tujuan. Sedangkan tinggi rendahnya motivasi menentukan pilihan untuk melakukan bagaimana intensitas dalam melakukan dan bagaimana kuatnya usaha serta tingkat kinerja setiap individu. Menurut Sage (1984) dalam <https://www.academia.edu> [di akses pada tanggal 2 juli 2015] “Tujuan untuk memberikan motivasi terhadap tingkah laku adalah menemukan berbagai kebutuhan individu, pendekatan individu berdasarkan perorangan, tujuan atau situasi mereka untuk mencapai suatu dan pertemuan yang dibutuhkan”. Dengan demikian motivasi berlatih mempunyai peranan yang sangat penting dalam meningkatkan keterampilan seseorang untuk mencapai tujuan-tujuan yang hendak dicapainya, karena tanpa motivasi berlatih yang dimiliki seseorang tidak akan mencapai keterampilan yang diinginkan.

Menurut Husdarta (2010, hlm 32) menjelaskan “Bahwa motivasi diartikan sebagai proses yang menggerakkan seseorang hingga berbuat sesuatu”. Motivasi adalah energi psikologis yang bersifat abstrak. Wujudnya hanya dapat diamati dalam bentuk manifestasi tingkah laku yang ditampilkan. Locke, Latham (1990) dalam Komarudin (2013, hlm. 55) mengemukakan bahwa “*Goal setting* adalah sebuah teori motivasi yang secara efektif memberi energi kepada atlet untuk menjadi lebih produktif dan efektif”. Dapat dikatakan bahwa terdapat korelasi antara *goal setting* dengan motivasi berlatih dari para atlet.

Penelitian mengenai *goal setting* dimulai dari laboratorium, dalam rangkaian percobaan yang dilakukan oleh Locke (1968) dalam Latham dan Wexley (1982, hlm. 120) “Orang yang diberikan target berbeda dalam bermacam-macam tugas yang mudah seperti penjumlahan, berdiskusi dan merakit mainan”. Dari percobaan itu berhasil ditemukan bahwa orang yang diberikan target yang susah menyelesaikannya lebih baik daripada orang yang hanya diberi target sedang bahkan mudah. Akhirnya ditemukan bahwa pendorong seperti pujian, umpan balik, pengikut sertaan dan yang membawa peningkatan dalam pekerjaan jika mereka diberikan target yang susah dan spesifik. Aspek utama dari proses motivasi ada tiga dimensi, yaitu arah (pilihan), usaha, dan ketekunan. Menurut sudut pandang olahraga, jika atlet diberikan target yang jelas dan sulit, maka penampilan atlet tersebut akan mengalami peningkatan. Kemudian atlet yang mempunyai motivasi berlatih akan mengeluarkan seluruh kemampuan terbaiknya demi meraih kesuksesan.

Pelatih seharusnya berusaha keras untuk mengembangkan motivasi dalam diri setiap atletnya yang akan bertahan lama dan akan memacu dirinya untuk berlatih dalam cabang olahraga yang ditekuninya. Meskipun sudah berusaha keras belum tentu semua atletnya dapat mengarahkan dirinya sendiri, sehingga bagaimanapun pelatih harus berusaha sedemikian rupa agar tujuan itu tercapai.

Berdasarkan pernyataan-pernyataan yang dikemukakan diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Korelasi Antara *Goal Setting* dengan Motivasi Berlatih Atlet Ekstrakurikuler Futsal Madrasah Aliyah Negeri 2 Bandung”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah, maka penulis merumuskan permasalahan tersebut dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut: “Apakah terdapat korelasi yang signifikan antara *goal setting* dengan motivasi berlatih atlet ekstrakurikuler futsal Madrasah Aliyah Negeri 2 Bandung?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah, tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut: “Untuk mengetahui apakah terdapat korelasi yang signifikan antara *goal setting* dengan motivasi berlatih atlet ekstrakurikuler futsal Madrasah Aliyah Negeri 2 Bandung”.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan tujuan penelitian yang penulis paparkan diatas, penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat khususnya bagi penulis dalam menambah wawasan dan pengetahuan penulis dan bermanfaat bagi semua pihak yang berkepentingan dengan penelitian ini.

1. Manfaat Teoritis
  - a. Dapat memberikan informasi dan masukan kepada pelatih mengenai pemberian *goal setting* kepada atletnya.
  - b. Sebagai masukan bagi para pelatih olahraga mengenai konsep *goal setting* dan korelasinya dengan motivasi berlatih atlet.
  - c. Sebagai referensi bagi yang akan melakukan penelitian mengenai materi yang berhubungan dengan *goal setting* di kemudian hari.
2. Manfaat praktis
  - a. Dapat dijadikan sebagai rekomendasi untuk pelatih mengenai pemberian *goal setting* kepada atletnya.
  - b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan pedoman bagi pelatih mengenai korelasi antara *goal setting* dengan motivasi berlatih pada atlet futsal diharapkan mempunyai respon yang baik kepada setiap pemain.

- c. Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan masukan bagi lembaga-lembaga terkait untuk dapat lebih memperhatikan masalah perkembangan psikologi atlet-atlet dalam proses pelatihan.

#### **E. Struktur Organisasi Skripsi**

Agar penelitian ini tidak menyimpang dari permasalahan yang penulis ambil maka penuli menyusun rincian urutan penulis dari bab dan bab dalam skripsi mulai dari bab pertama hingga bab terakhir, yaitu: BAB I pendahuluan berisikan latar belakang, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan struktur organisasi skripsi. Pada BAB 2 mengenai tinjauan teoritis, kerangka pemikiran dan hipotesis yang berisikan *goal setting*, motivasi dan olahraga futsal, kerangka pemikiran dan hipotesis. Pada BAB 3 metode penelitian yang berisikan desain penelitian, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, dan analisis data. Pada BAB 4 pengolahan dan analisis data yang berisikan penyajian hasil analisis data penulis menghitung pengukuran mulai dari jumlah hasil pengukuran, rata-rata dan simpangan baku. Hasil pengolahan dan analisis data menghitung hasil temuan penelitian mulai dari hasil penghitungan normalitas variabel penelitian, hasil penghitungan korelasi tunggal, hasil penghitungan uji signifikansi korelasi tunggal, hasil koefisien determinasi, hasil persamaan regresi dan diskusi penemuan. Pada BAB 5 penulis membuat kesimpulan dan saran.