

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola merupakan permainan yang paling populer di Indonesia. Hal ini dilandasi keterlibatan masyarakat terhadap kegiatan olahraga tersebut. Permainan sepakbola merupakan cabang olahraga yang diminati oleh berbagai lapisan masyarakat, mulai dari anak-anak, pria maupun wanita. Hal ini dapat dilihat dengan semakin berkembangnya sepakbola terutama di kalangan pelajar. Ekstrakurikuler sepakbola di SMAN 4 Garut sangat didukung oleh sekolah dengan tujuan untuk memfasilitasi siswa yang punya potensi dalam sepakbola untuk menjadi mejadi pemain propesional dengan didukung dan diperhatikan dibuktikan dengan seringnya diadakan pertandingan antar pelajar.

Tujuan permainan sepakbola adalah pemain berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya, dengan anggota badan selain tangan. Tim yang memasukan lebih banyak, akan keluar sebagai pemenang. Oleh karena itu, setiap pemain harus menguasai teknik-teknik dasar yang baik. Penguasaan teknik dasar yang benar dalam sepakbola merupakan suatu syarat landasan bagi seorang pemain sepakbola untuk dapat bermain dengan baik. Dalam hal ini Sucipto,dkk (2000, hlm. 7) menjelaskan bahwa:

Sepakbola merupakan permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain, dan salah satunya penjaga gawang. Permainan ini hampir seluruhnya dimainkan dengan menggunakan tungkai, kecuali penjaga gawang yang dibolehkan menggunakan lengannya di daerah tendangan hukumannya.

Tujuan dari sepakbola adalah, setiap pelaku harus berusaha memasukan bola sebanyak-banyaknya dan mempertahankan gawang agar tidak kebobolan, dengan anggota badan selain tangan untuk menentukan tim mana yang keluar sebagai pemenang. Secara umum sepakbola lebih banyak menuntut keterampilan, sehingga dalam keterampilan dasar sepakbola terdapat berbagai gerakan

sebagaimana di ungkapkan Sucipto, dkk (2000, hlm. 8-9) gerakan berpindah tempat, seperti lari kesegala arah, meloncat/melompat, meluncur, gerakan-gerakan yang tidak berpindah tempat, seperti menjangkau, melenting, membungkuk, meliuk, gerakan menendang bola, menggiring bola, menyundul bola, merampas bola, dan menangkap bola bagi penjaga gawang, atau lemparan kedalam untuk memulai permainan setelah bola keluar lapangan. Wujud dari keterampilan ini memiliki peranan penting dalam memasuki tahap-tahap permainan sebenarnya.

Perkembangan sepakbola di Jawa Barat khususnya di Kabupaten Garut akhir-akhir ini cukup menggembirakan. Terutama di SMAN 4 Garut, sekolah mendukung siswanya yang gemar bermainan sepakbola memfasilitasi dan mengembangkan bakatnya di bidang sepakbola melalui ekstrakurikuler yang terprogram dan terencana. Diharapkan dengan adanya dukungan dari sekolah akan bermunculan pemain-pemain muda berbakat yang memiliki kualitas dan kemampuan teknik bermain yang baik, karena dengan memiliki pemain yang berkualitas ini akan membantu persepakbolan di Kabupaten Garut yang masih ketinggalan dibandingkan kabupaten-kabupaten terdekat yang sudah berkembang dan cukup maju dalam prestasi sepakbolanya untuk bias bersaing dan mengharumkan daerah sendiri terutama bagi persepakbolaan di Indonesia.

Berdasarkan pengamatan dilapangan, baik latihan maupun bertanding siswa masih kurang konsisten dalam mengontrol emosinya. Selain kurangnya mengontrol emosi, juga kurangnya fisik untuk mendukung siswa pada saat bermain selama dua kali 45 menit. Hal itu bisa dilihat di dalam setiap latihan dan saat pertandingan, serta keterampilan siswa dalam menguasai teknik sepakbola. Dengan demikian terdapat problematika yang masih belum terpecahkan yaitu, belum terkontrolnya emosional saat bermain dan siswa tidak setabilnya kondisi fisik atau cepet lelah. Dampaknya seringkali pemain lambat mengambil keputusan saat menerima maupun memberikan bola kepada rekannya, dan momen kapan bola di dribbling, passing maupun suting kurang tepat, sehingga problem ini harus segera di selesaikan.

Dalam proses pembinaan siswa SMAN 4 Garut diutamakan banyak melaksanakan latihan kondisi fisik yang akan mendukung keterampilan bermain sepakbola. Seorang pemain yang baik harus mampu menguasai bermacam-macam ketrampilan teknik dasar sepakbola, sehingga mereka dapat memainkan bola dari berbagai posisi dan situasi dengan cepat dan tepat. Oleh karena itu seorang pemain sepakbola yang tidak menguasai teknik dasar dan keterampilan bermain bola dengan baik tidak mungkin menjadi pemain yang baik. Menjadi pemain sepakbola yang baik, bermacam teknik bermain harus dapat dikuasai, penguasaan keterampilan, faktor fisik, teknik dan mental sangat mendukung untuk memperoleh keterampilan yang baik.

Seorang pemain sepakbola yang memiliki kecerdasan saja masih belum cukup, tetapi juga harus dibarengi dengan kematangan emosinya. Ambil contoh dalam pertandingan sepakbola sering ditemukan pemain yang tidak dapat meraih prestasi yang setara dengan kemampuan inteligensinya. Ada pemain yang mempunyai kemampuan inteligensi tinggi tetapi memperoleh prestasi yang relatif rendah, namun ada pemain yang walaupun kemampuan inteligensinya relative rendah, dapat meraih prestasi belajar yang relatif tinggi. Itu sebabnya taraf inteligensi bukan merupakan salah satu faktor yang menentukan keberhasilan seseorang, karena ada faktor lain yang mempengaruhinya. Fakta lainnya menurut Geoleman (2002, hlm. 45) menjelaskan bahwa:

Kecerdasan emosi merujuk pada kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati dan menjaga agar beban stres tidak melumpuhkan kemampuan berfikir dan berempati.

Definisi tentang kecerdasan emosi atau biasa disebut dengan *Emosional Intelligence (EI)* menurut Mayer (2001, hlm. 33) merupakan sebuah bentuk kecerdasan yang melibatkan kemampuan memonitor perasaan dan emosi diri sendiri atau orang lain, untuk membedakan mereka dan menggunakan informasi ini untuk menuntun pikiran dan tindakan seseorang. Emosi merupakan perasaan yang dialami individu sebagai reaksi terhadap rangsangan yang berasal dari dalam dirinya sendiri maupun dari orang lain. Emosi dapat dikelompokkan menjadi

beberapa kategori, seperti marah, takut, sedih, gembira, kasih sayang dan takjub. Kecerdasan emosi dapat diartikan dengan kemampuan seseorang untuk menjinakan emosi serta mengarahkannya kepada hal-hal yang lebih positif.

Kecerdasan emosi menurut Indarto (2007, hlm. 71) merupakan derajat kemampuan untuk mengetahui apa yang diri sendiri dan orang lain rasakan termasuk cara tepat menangani masalah mengenai masalah yang dimiliki seorang pemain atau atlet. Indikator untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosi menurut Geoleman (2002, hlm. 51) menjelaskan bahwa :

Self awareness (penyadaran emosi diri, *self assessment*, percaya diri), *social awareness* (emphaty, orientasi service, penyadaran organisasi), *self management* (control diri, mempercayai dan dipercaya, disiplin dan tanggung jawab, kemamuan adaptasi, dorongan berprestasi, inisiatif), *social skill* (membangun orang lain, mempengaruhi, komunikasi, manajemen konflik, kepemimpinan, katalis perubahan, membangun ikatan, kerjasama dan kolaborasi). khususnya pada orang-orang yang murni hanya memiliki kecerdasan akademis tinggi, mereka cenderung memiliki rasa gelisah yang tidak beralasan, terlalu kritis, rewel, cenderung menarik diri, terkesan dingin dan cenderung sulit mengekspresikan kekesalan dan kemarahannya secara tepat.

Perasaan emosi memegang peran penting dalam hidup manusia. Semua gejala emosional seperti : rasa takut, marah, cemas, stress, penuh harap, rasa senang, dapat mempengaruhi perubahan-perubahan kondisi fisik seseorang. Perasaan atau emosi dapat memberi pengaruh-pengaruh fisiologik seperti : ketegangan otot, denyut jantung, peredaran darah, pernapasan, berfungsinya kelenjar-kelenjar hormon tertentu. Sehubungan ini semua maka jelaslah bahwa gejala psikis akan mempengaruhi penampilan dan prestasi atlet. Dalam hubungan ini pengaruh gangguan emosional perlu diperhatikan, karena gangguan emosional dapat mempengaruhi *psychological stability* atau keseimbangan psikis secara keseluruhan, dan ini berakibat besar terhadap penampilan atlet di lapangan. Emosi atau perasaan atlet perlu mendapatkan perhatian khusus dalam olahraga, karena emosi atlet di samping mempengaruhi aspek-aspek kejiwaan juga (akal dan kehendak), juga mempengaruhi terhadap peningkatan atau merosotnya prestasi atlet. Ditinjau dari konsep jiwa dan raga sebagai kesatuan yang bersifat organis,

maka gangguan emosioanal terhadap diri atlet akan berpengaruh terhadap keadaan kejiwaan atlet secara menyeluruh, ketidakstabilan emosional akan mengakibatkan terjadinya ketidakstabilan psikologi, yang akan mempengaruhi peran fungsi-fungsi psikologisnya dan pada akhirnya akan berpengaruh terhadap penampilan atlet.

Emosi dapat berpengaruh terhadap penampilan atlet, seperti dijelaskan Groppe (1989, hlm. 256), konsisten atau kemantapan penampilan merupakan hasil dari konsistensi emosional. Pemain yang keadaan emosinya tidak stabil selama permainan akan mendapati bahwa penampilan mereka juga tidak stabil. Semakin naik turun keadaan emosi pemain selama permainan, semakin kecil kemungkinan tingkat penampilan mereka dapat distabilkan pada kemampuan puncaknya. Terdapat hubungan yang nyata antara penampilan atlet dengan keadaan emosinya pada saat itu. Beberapa keadaan emosional secara jelas menunjang konsistensi tingkat tinggi, sedangkan keadaan emosional lainnya memiliki pengaruh sebaliknya. Pendapat Groppe bahwa penampilan puncak atau maksimum secara langsung berhubungan dengan keadaan emosional tertentu. Keadaan emosional ini dikenal sebagai keadaan performa ideal. Keadaan emosional mengarah pada kemunculan keadaan fisiologis yang berbeda-beda. Perubahan pada keadaan perasaan berpengaruh pada keadaan biokimia yang mempengaruhi variabel performa kritis seperti tekanan darah, detak jantung, tegangan otot, suhu badan, dll. Perubahan pemain secara biokimia sebagai perubahan keadaan perasaan dan keadaan jiwa (*mood*). Perubahan ini dapat menunjang atau merusak kemampuan mereka untuk mencapai penampilan puncak.

Banyak faktor yang mempengaruhi keterampilan sepakbola, salah satu, yang memiliki peranan penting dalam mendukung keterampilan sepakbola adalah kondisi fisik, melalui keterampilan yang diperoleh dari hasil latihan, seorang pemain dituntut untuk bermain bagus dan mampu menghadapi tekanan-tekanan yang terjadi dalam pertandingan. Pemain harus mampu melakukan gerakan yang terampil di bawah kondisi permainan dalam waktu yang terbatas, kelelahan fisik

dan mental dalam menghadapi lawan. Pemain sepak bola harus mampu berlari beberapa kilometer dalam satu pertandingan dan menanggapi berbagai perubahan situasi permainan dengan cepat. Oleh karena itu, seorang pemain sepak bola tidak hanya dituntut untuk memahami taktik permainan individu, kelompok atau beregu tetapi dituntut untuk memiliki kondisi fisik yang baik. Maka, kondisi fisik menjadi hal yang penting bagi atlet sebab kondisi fisik sebagai fondasi untuk belajar teknik, taktik, strategi, dan mental. Dalam cabang olahraga apapun yang aktivitas gerakanya sangat banyak memerlukan kondisi fisik yang baik, karena merupakan syarat yang tidak dapat diabaikan dan penting sekali dalam mencapai prestasi yang tinggi. Disamping itu, kondisi fisik yang baik merupakan kunci keberhasilan dalam berbagai cabang olahraga. Mengenai pentingnya kondisi fisik Harsono (1977, hlm. 153) mengungkapkan bahwa :

Kondisi fisik atlet memegang peranan yang sangat penting dalam program latihannya. Program latihan fisik haruslah direncanakan dengan baik dan sistematis dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani dan kemampuan fungsional tubuh sehingga memungkinkan atlet untuk mencapai prestasi yang lebih baik. Kalau kondisi fisik baik maka: 1) akan ada peningkatan dalam kemampuan system sirkulasi dan kerja jantung, 2) akan ada peningkatan kekuatan, kelentukan, stamina, kecepatan, dan komponen kondisi Fisik lainnya, 3) akan ada ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan, 4) akan ada pemulihan yang lebih cepat dalam organ-organ tubuh apabila sewaktu-waktu respon demikian dilakukan.

Kondisi fisik sangat menentukan kualitas dan kemampuan atlet untuk mencapai tuntutan prestasi yang optimal. Semakin jelas bahwa kondisi fisik memegang peranan penting dalam meningkatkan prestasi atlet. Untuk menunjang keterampilan sepakbola seseorang harus dibekali dengan teknik yang baik, sebagai penunjang keberhasilan dalam pelaksanaan aktivitas yang terkandung pada cabang olahraga tersebut. Menurut Harsono (2007, hlm. 2) bahwa: teknik ialah model yang harus kita ikuti waktu mempelajari suatu gerakan tertentu. Seorang yang memiliki teknik dasar bermain sepak bola yang baik tentu akan memiliki teknik bermain yang baik pula dalam permainan sepak bola tersebut. Sehubungan dengan hal tersebut Sucipto, dkk (2000, hlm. 17) mengungkapkan bahwa: beberapa teknik dasar yang perlu dimiliki pemain: 1) menendang

(*kicking*), 2) menghentikan (*stopping*), 3) menggiring (*dribbling*), 4) menyundul (*heading*), 5) merampas (*tacling*), 6) lemparan kedalam (*throw-in*), dan 7) Menjaga gawang (*goal keeping*). Selain komponen teknik, agar permainan tersebut dapat berjalan efisien maka, kebutuhan taktik permainan dalam permainan juga perlu dikuasai. Sesuai tujuannya, kebutuhan taktik dalam bermain sepakbola sudah selayaknya mesti di gunakan. Dalam artian konsep apa yang harus ditekankan serta untuk apa digunakan. Kemampuan untuk mengambil keputusan yang tepat dan efisien merupakan inti pada konsep dasar taktik. Dalam menerapkan taktik dalam permainan dibutuhkan syarat-syarat seperti kondisi, fisik, kemampuan teknik, stabilitas mental, dan kecerdasan. Selain komponen teknik, taktik, factor yang lain perlu disadari adalah strategi. Untuk mencapai tujuan bermain sepakbola secara maksimal, penerapan strategi yang cocok sangat penting untuk diperhatikan, sehingga suasana kondusivitas permainan dapat terlihat indah untuk di tonton. Suatu rencana yang cermat dan sistematis yang berkaitan dengan kegiatan untuk memenangkan suatu pertandingan mnejadi titik tolak strategi. Perlu disadari, komponen lain yang dibutuhkan selain teknik, taktik, dan strategi adalah faktor mental yang juga sangat menunjang terhadap keberhasilan aktivitas bermain sepakbola. Mental merupakan kemampuan seseorang dalam, berpikir, berimajinasi sehingga memungkinkan terciptanya gerakan yang efektif. Dukungan pikiran dan gerak akan menghasilkan aksi pada tubuh ketika membayangkan gerakan apa yang harus di pakai saat kondisi dan situasi tertentu. Kemudian hal ini diperkuat Jacobson (1930; dalam Mahendra 2007, hlm. 258) dukungan yang sangat awal tentang hubungan antara pikiran (*mind*) dan gerakan (*movement*) selama pembayangan mental. Menurut ulasan diatas bahwa ketika siswa atau atlet membayangkan mereka ketika bergerak seperti ketika melakukan aktivitas gerak melakukan *dribbling* berpasangan dalam bentuk permainan sehingga nantinya mampu melakukan aksi yang sudah direncanakannya.

Berdasarkan uraian di atas maka penelitian ini difokuskan secara mendalam berdasarkan kajian ilmiah agar dapat meningkatkan keterampilan siswa dengan

judul Pengaruh Model Latihan Fisik dan Kecerdasan Emosi Terhadap Keterampilan Sepakbola.

B. Identifikasi Masalah

Mengacu pada latar belakang masalah, maka penulis dapat mengidentifikasi berbagai macam permasalahan yang terkait dengan masalah penelitian, antara lain:

1. Siswa masih kurang konsisten dalam mengontrol emosinya pada saat permainan sepakbola, hal itu ada beberapa hal yang menyebabkan terjadi salah satunya masih kurangnya kondisi fisik untuk mendukung siswa pada saat bermain selama dua kali 45 menit.
2. Keterampilan siswa dalam menguasai teknik sepakbola siswa cukup baik tetapi masih belum konsisten pada saat bermain maupun pertandingan yang resmi.
3. Pemain lambat mengambil keputusan saat menerima maupun memberikan bola kepada rekannya, dan momen kapan bola di dribbling, passing maupun suting kurang tepat.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, pengamatan dan observasi di lapangan, isu-isu yang terjadi maka rumusan masalah yang penulis ajukan adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat pengaruh model latihan fisik menggunakan bola dan model latihan fisik tanpa menggunakan bola terhadap keterampilan sepakbola?
2. Apakah terdapat interaksi antara model latihan fisik dengan kecerdasan emosi terhadap keterampilan sepakbola?
3. Apakah terdapat perbedaan pengaruh model latihan fisik menggunakan bola dan model latihan fisik tanpa menggunakan bola terhadap keterampilan sepakbola pada kelompok siswa yang memiliki kecerdasan emosi tinggi?

4. Apakah terdapat perbedaan pengaruh model latihan fisik menggunakan bola dan model latihan fisik tanpa menggunakan bola terhadap keterampilan sepakbola pada kelompok siswa yang memiliki kecerdasan emosi rendah?
5. Apakah terdapat perbedaan pengaruh kecerdasan emosional tinggi dan kecerdasan emosional rendah terhadap keterampilan sepakbola?

D. Tujuan Penelitian

Dalam penelitian ini, sesuai dengan permasalahan yang telah tersusun, maka penulis memiliki beberapa tujuan penelitian sebagai berikut :

1. Mengidentifikasi pengaruh model latihan fisik menggunakan bola dan model latihan kondisi fisik tanpa menggunakan bola terhadap keterampilan sepakbola.
2. Mengidentifikasi apakah terdapat interaksi antara model latihan fisik dengan kecerdasan emosi terhadap keterampilan sepakbola.
3. Mengidentifikasi pengaruh model latihan fisik menggunakan bola dan model latihan fisik tanpa menggunakan bola terhadap keterampilan sepakbola pada kelompok siswa yang memiliki kecerdasan emosi tinggi.
4. Mengidentifikasi pengaruh model latihan fisik menggunakan bola dan model latihan fisik tanpa menggunakan bola terhadap keterampilan sepakbola pada kelompok siswa yang memiliki kecerdasan emosi rendah.
5. Mengidentifikasi perbedaan pengaruh kecerdasan emosional tinggi dan kecerdasan emosional rendah terhadap keterampilan sepakbola.

E. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini penulis mengharapkan adanya manfaat, baik bagi penulis maupun bagi pembaca. Adapun kegunaan dalam penelitian ini adalah:

1. Secara teoritis dapat memberikan sumbangan teori konseptual untuk memecahkan masalah mengenai pengaruh model latihan fisik dan kecerdasan emosi terhadap keterampilan sepakbola.

2. Secara praktis dapat dijadikan sumbangan keilmuan bagi guru olahraga dan pelatih ataupun pembina sepakbola dalam membina siswa atau atletnya khususnya dalam bidang psikologi dan kondisi fisik pemain sepakbola.

F. Struktur Organisasi Tesis

Tesis ini terdiri dari 5 BAB dengan struktur organisasi tesis merujuk kepada pedoman penulisan karya ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia (2013).

a. Bab I

Dalam bab 1 membahas tentang latar belakang masalah yang menjadi dasar peneliti mengambil masalah ini, menjelaskan secara teoritis maupun praktis yang penting dalam masalah yang peneliti ajukan. Selanjutnya dalam pembahasan pada bab 1 peneliti mengidentifikasi masalah penelitian dengan tujuan agar dapat menentukan batasan permasalahan sehingga peneliti dapat terfokus pada teori dan variabel serta yang berkaitan antara variabel-variabel yang akan diteliti. Pembahasan pada bab 1 berikutnya adalah rumusan masalah penelitian yang merupakan pertanyaan penelitian yang telah diidentifikasi oleh peneliti sebelumnya terhadap variabel-variabel yang diteliti, dan kaitannya antara satu variabel dan variabel lainnya. Setelah rumusan masalah ditentukan peneliti menjelaskan tentang tujuan penelitian ini diambil, yaitu untuk menyajikan hasil yang ingin dicapai setelah penelitian dilakukan. Kemudian uraian setelahnya adalah manfaat atau signifikansi penelitian yang berhubungan dengan kegunaan penelitian ini setelah selesai dan penerapan dalam kehidupan sehari-hari. Dan yang terakhir adalah struktur organisasi tesis yang berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dalam tesis ini.

b. Bab II

Dalam bab 2 memuat tentang kajian pustaka, kerangka pemikiran, dan hipotesis penelitian yang ditunjukkan "*state of the art*" dari teori yang sedang dikaji dalam bidang ilmu yang diteliti. Dan juga berfungsi sebagai landasan teoritis dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan serta hipotesis yang diteliti

dalam penelitian ini. Pada kerangka pemikiran adalah suatu tahapan yang merumuskan adanya hipotesis setelah hubungan variabel tersebut di dukung oleh teori yang dirujuk.

c. Bab III

Pada bab 3 pembahasannya adalah penjabaran secara rinci mengenai metode penelitian, dan komponen-komponen didalamnya antara lain adalah :

- a. Lokasi dan subjek populasi/sampel penelitian.
- b. Desain penelitian dan justifikasinya.
- c. Metode penelitian dan justifikasinya.
- d. Definisi operasional untuk setiap variabel.
- e. Instrumen penelitian
- f. Proses penembangan instrumen.
- g. Teknik pengumpulan data.
- h. Analisis data merupakan laporan secara rinci tahap-tahap analisis data.

d. Bab IV

Dalam pembahasan pada bab 4 adalah hasil penelitian dan pembahasan, yaitu pengolahan atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pertanyaan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis temuan.

e. Bab V

Pembahasan pada bab 5 adalah simpulan dan saran yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian.

f. Daftar Pustaka dan Lampiran-lampiran

Yaitu pembahasan yang memuat semua sumber yang mendukung peneliti dalam penulisan tesis ini dan lampiran-lampiran yang berisi semua dokumen dalam tesis ini.