BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Penelitian

Olahraga sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang paling diminati dan mempunyai popularitas yang sangat tinggi di masyarakat. Olahraga ini hampir dimainkan di semua Negara. Bahkan di Negara Indonesia sepakbola hampir dimainkan di setiap lapisan masyarakat dari berbagai kelompok umur, baik usia anak-anak sampai orang tua. Olahraga sepakbola dimainkan mulai dari desa sampai kota besar. Hal ini menjadi bukti bahwa olahraga sepakbola diterima oleh masyarakat sebagai olahraga yang menarik, murah, massal, dan mudah dilakukan.

Dilihat dari karakteristiknya, sepakbola adalah cabang olahraga permainan yang didalamnya diperlukan kerjasama yang baik antara pemain depan, tengah, belakang dan penjaga gawang. Permainan sepakbola adalah suatu permainan yang dimainkan oleh dua kelompok, setiap kelompok terdiri dari sebelas pemain. Tujuan sepakbola adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak-banyaknya dan menjaga lawan agar tidak memasukkan bola ke gawang. Mengenai pengertian sepakbola Sucipto, dkk (2000:7) mengatakan bahwa:

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

Pada umumnya sepakbola merupakan olahraga yang menuntut aspek kondisi fisik yang baik serta di dukung dengan aspek teknik, taktik, dan mental yang bagus. Dari semua cabang olahraga, hampir semua diantaranya membutuhkan aspek-aspek tersebut tidak terkecuali cabang olahraga sepakbola. Jika seorang atlet tidak mempunyai aspek-aspek tersebut maka atlet tersebut tidak dapat berprestasi atau tidak dapat meningkatkan prestasinya secara maksimal.

Oleh karena itu seorang atlet sangat memerlukan aspek-aspek tersebut untuk meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin.

Untuk mencapai prestasi yang maksimal dibutuhkan kesiapan fisik, teknik, dan taktik, selain itu diperlukan juga kesiapan psikologis untuk dapat mencapai kemampuan permainan terbaik. Baik atau buruknya kemampuan seorang atlet di lapangan akan mempengaruhi keadaan psikologis atlet tersebut khusunya pada perasaan kecemasan. Permasalahan kecemasan yang dialami atlet bermacam-macam seperti permasalahan yang ditimbulkan dari faktor eksternal, yaitu permasalahan yang timbul dari luar diri atlet, misalnya adanya lawan, wasit, penonton, dan lingkungan. Adapun permasalan yang timbul karena faktor internal, yaitu permasalan yang timbul dari dalam diri atlet itu sendiri, misalnya permasalahan emosi, motivasi, intelegensi, kecemasan yang tinggi, dan stres yang berlebihan. Semua permasalahan itu tentunya akan berpengaruh terhadap prestasi atlet, namun dalam kesempatan ini peneliti hanya akan mengambil salah satu permasalahan yang ditimbulkan dari faktor internal yaitu kecemasan. Kecemasan ini akan menyertai di setiap kehidupan manusia terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru maupun adanya sebuah konflik.

Sebenarnya kecemasan merupakan suatu kondisi yang pernah dialami oleh hampir semua orang, hanya tarafnya saja yang berbeda-beda. Menurut Harsono (1988:265) kecemasan *(anxiety)* adalah perasaan takut, cemas, atau khawatir akan terancam *security* kepribadiannya. Dari pernyataan diatas, kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang disertai dengan tanda somatik yang menyatakan *hyperactive* sistem syaraf otonom atau dapat diartikan sebagai suatu reaksi emosi seseorang. Kecemasan dapat didefinisikan sebagai manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur ketika terjadi tekanan perasaan dan pertentangan. Hal ini muncul karena beberapa situasi yang mengancam diri manusia sebagai makhluk sosial. Menurut Weekes (Ghazalba, 2009) secara emosional seseorang yang mengalami keletihan dalam menghadapi konflik akan merasa ketakutan dan akhirnya menjadi apatis, tidak begitu menaruh minat terhadap sekelilingnya atau bahkan berpengaruh terhadap kondisi fisiknya.

Kota Bandung memiliki satu klub besar yaitu Persib Bandung yang disegani di kancah sepakbola nasional, sebagai tim besar salah satu syarat yang

harus dimiliki yaitu mempunyai tim junior atau sebuah tim yang difungsikan untuk generasi selanjutnya. PT. PBB (Persib Bandung Bermartabat) membentuk tim Pendidikan dan Pelatihan atau disingkat (DIKLAT). Diklat Persib adalah sebuah tim sepakbola yang dibentuk untuk menjadi wadah pemain muda bertalenta di Kota Bandung maupun Jawa Barat untuk menimba ilmu sepakbola, bagi atlet sepakbola muda Diklat Persib merupakan batu loncatan besar untuk berkarir di dunia sepakbola. Mimpi menjadi pemain sepakbola bukan tidak mungkin suatu hari nanti dapat menjadi bagian dari tim Persib Bandung, atau bahkan membela TIMNAS Merah Putih. Diklat Persib yang merupakan tim Persib Bandung yang berlaga di kompetisi amatir Indonesia. Tim ini dihuni oleh pemain muda yang dibagi dalam tiga tim, yaitu Persib U-21, Persib U-19 dan Persib U-15. Diklat persib di tahun 2016 akan mengikuti kompetisi ISC (Indonesia Super Competition) U-21, untuk itu dalam persiapannya dibutuhkan tingkat kecemasan yang rendah agar dapat berprestasi.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka penulis tertarik untuk mengadakan penelitian dengan judul “Profil Tingkat Kecemasan Atlet Sepakbola Diklat Persib Tahun 2016”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah di atas maka rumusan masalah penelitian ini akan penulis uraikan dalam bentuk pertanyaan penelitian sebagai berikut “Seberapa besar tingkat kecemasan atlet Diklat Persib tahun 2016 ?”.

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang dikemukakan di atas, maka tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan atlet Diklat Persib tahun 2016.

D. Manfaat Penelitian

Dalam penelitian ini penulis mengharapkan adanya manfaat dan kegunaan bagi penulis maupun pembaca yang membaca hasil penelitian ini. Adapun manfaat dari hasil peneltian ini adalah seperti yang terdapat pada halaman 4.

1. Manfaat Teoretis

a. Penelitian ini dapat dijadikan sumbangan keilmuan yang berarti bagi lembaga yang berkompeten dengan olahraga sepakbola dan lembaga yang mengkaji disiplin ilmu kejiwaan olahraga mengenai tingkat kecemasan.
b. Membuat peluang kepada peneliti lain untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam.
c. Sebagai informasi ilmiah yang diharapkan dapat memberikan masukkan bagi pengembangan sepakbola di klub sepakbola untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet sepakbola.

2. Manfaat Praktis

a. Penelitian ini dapat memberi sumbangan dan acuan bagi para pelatih sepakbola. Dengan kata lain dapat dijadikan alat ukur untuk mengetahui tingkat kecemasan atletnya dalam olahraga sepakbola.
b. Penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk organisasi sepakbola seperti PSSI (Badan Diklat Kepelatihan), dalam upaya pembinaan secara psikologis bagi para atlet sepakbola.

E. Batasan Penelitian

Agar penelitian ini tidak menyimpang dari permasalahan, maka penulis membatasi ruang lingkup masalah penelitian yaitu sebagai berikut :

1. Penelitian ini mengungkapkan seberapa besar tingkat kecemasan atlet Diklat Persib.
2. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif.
3. Populasi dan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet Diklat Persib sebanyak 31 atlet.
4. Instrumen penelitian yang digunakan adalah menggunakan angket yang diberikan kepada atlet.

F. Penjelasan Istilah

Penafsiran seseorang tentang istilah-istilah sering berbeda-beda, sehingga bisa menimbulkan suatu kekeliruan dan kesalahan penafsiran istilah-istilah dalam penelitian ini, oleh karena itu penulis menjelaskan istilah-istilah sebagai berikut :

1. Kecemasan

Menurut Harsono kecemasan *(anxiety*) adalah perasaan takut, cemas, atau khawatir akan *terancam sekuriti kepribadiannya* (1988:265). Lazarus (1991) dalam situs internet http://nuraminsaleh.blogspot/2013/01/ pengertian-kecemasan-menurut-para-ahli.html menyatakan bahwa "kecemasan adalah reaksi individu terhadap hal yang akan dihadapi. Kecemasan merupakan suatu perasaan yang menyakitkan, seperti kegelisahan, kebingungan, dan sebagainya, yang berhubungan dengan aspek subyektif emosi. Kecemasan merupakan gejala yang biasa pada saat ini, karena itu disepanjang perjalanan hidup manusia, mulai lahir sampai menjelang kematian, rasa cemas sering kali ada."

2. Atlet Sepakbola

Menurut Basuki Wibowo (2002:5) atlet adalah subjek/seseorang yang berprofesi atau menekuni suatu cabang olahraga tertentu dan berprestasi pada cabang olahraga tersebut. Menurut Sucipto (2000:7) "sepakbola adalah permainan beregu, masing-masing regu terdiri dari sebelas pemain salah satunya penjaga gawang, yang dimainkan dengan menggunakan kaki, kecuali penjaga gawang yang boleh menggunakan lengannya didaerah tendangan hukumannya." Atlet Sepakbola adalah subjek/seseorang yang berprofesi atau menekuni cabang olahraga sepakbola.

3. Diklat Persib

Menurut Wikipedia Nama Lengkap Persatuan Sepakbola Indonesia Bandung (PERSIB). Diklat Persib merupakan tim Persib Bandung yang berlaga di kompetisi amatir Indonesia. Tim yang dihuni oleh pemain muda dibagi dalam tiga tim. Yaitu Persib U-21, Persib U-19 dan Persib U-15.