

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Salah satu cabang olahraga yang sangat populer dan banyak diminati oleh seluruh rakyat Indonesia adalah sepakbola. Sepakbola adalah salah satu cabang olahraga prestasi, oleh karena itu sepakbola dapat digunakan sebagai media aktualisasi diri untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya, dan emosional mereka untuk mencapai prestasi yang diharapkan.

Sepakbola adalah permainan kelompok, Sepakbola adalah 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 hukuman.

Olahraga sepakbola merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah berkembang di masyarakat luas, baik di klub-klub, perguruan tinggi negeri dan swasta, maupun di sekolah-sekolah. Berbagai tingkatan kompetisi mulai dari sekolah dasar sampai perguruan tinggi bahkan sampai liga profesional telah banyak diadakan di Indonesia.

Salah satu unit kegiatan mahasiswa sepakbola yang cukup disegani dikalangan perguruan tinggi terutama di Jawa Barat maupun di nasional adalah UKM sepakbola UPI Bandung. Pada tahun 1970an, organisasi sepakbola mahasiswa pertama di Bandung atau yang lebih dikenal dengan persatuan sepakbola mahasiswa (PESMA) terdiri dari perguruan tinggi yang ada dibandung seperti ITB, UNPAD, dan IKIP sendiri. Setelah itu berubah menjadi PS.IKIP dan pada tahun 1999 ketika itu IKIP berubah menjadi UPI, dan berbarengan dengan itu PS IKIP yang sedang mengikuti *technical meeting* Liga sepakbola mahasiswa nasional tertanggal 7 oktober 1999 mengubah nama menjadi PS UPI. Dan pada saat kesempatan itu, sebuah organisasi pertama yang mensosialisasikan Universitas Pendidikan Indonesia di tingkat nasional dengan menjadi juara sepakbola Liga mahasiswa nasional.

Untuk meningkatkan kinerja UKM sepakbola UPI yang memiliki komitmen seperti menyelenggarakan pelatihan yang rutin dan berkesinambungan, sehingga menghasilkan pemain, wasit serta pelatih yang berbakat, potensial, bertalenta tinggi dan profesional serta berdaya saing nasional. Beberapa langkah strategis telah ditetapkan sehingga langkah-langkah yang optimal sebagai upaya nyata yang sudah terlaksana diantaranya adalah prestasi-prestasi yang telah diraih. Pada table 1.1 menjelaskan prestasi UKM sepakbola UPI Bandung.

**Tabel 1.1**  
**Prestasi Atlet UKM sepakbola UPI**  
**Tahun 2010 – 2015**

<b>TAHUN</b>	<b>KEGIATAN</b>	<b>PRESTASI</b>	<b>TINGKAT</b>
<b>2011</b>	Liga sepakbola mahasiswa	Juara 2	Jawa Barat
<b>2011</b>	Bandung Youth bowl kategori putri	Juara 1	
<b>2012</b>	Liga pendidikan Indonesia	Juara 1	Jawa Barat
<b>2014</b>	Galamedia internasional	Juara 2	Internasional
<b>2014</b>	Rektor Cup Unsoed	Juara 1	Nasional
<b>2015</b>	USBU Cup	Juara 2	Nasional
<b>2015</b>	Kejurnas Todung UI Cup	Juara 3	Nasional
<b>2015</b>	Jalapa mahasiswa	Juara 3	Jawa Barat
<b>2015</b>	Kejurnas antar perguruan tinggi	Juara 1	Nasional

*Sumber : UKM sepakbola UPI Bandung*

Berdasarkan Tabel 1.1 dapat dilihat bahwa perkembangan prestasi UKM sepakbola UPI terjadi secara fluktuatif yang terjadi pada tahun 2014 mengalami penurunan, hal ini dimulai dari tahun 2012 dari juara 1 liga pendidikan Indonesia menjadi juara 2 di Galamedia internasional. Kemudian di tahun 2014 pada kejurnas UNSOED perkembangannya meningkat menjadi juara 1 dan perkembangannya menurun kembali pada tahun 2015 juara 2 kejurnas USBU Cup, Juara 3 Todung UI cup dan terjadi peningkatan kembali di akhir tahun 2015 menjadi juara 1 kejurnas antar perguruan tinggi.

Penurunan prestasi ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor yaitu, latihan yang kurang maksimal, diantaranya latihan fisik, latihan tehnik, latihan taktik, maupun latihan mental. Untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan, latihan

merupakan suatu faktor yang sangat penting dalam olahraga prestasi, kegiatannya harus secara sistematis dalam waktu yang relatif lama.

Penurunan yang dialami UKM sepakbola UPI ini ditandai dengan kurangnya waktu persiapan latihan menuju pertandingan dan kurangnya motivasi berprestasi dari pemain yang dapat dilihat dari intensitas kehadiran latihan dan tidak datang tepat waktunya pemain dalam latihan menuju kompetisi. Menurut Harsono (1988, hlm 100) ada empat aspek latihan perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh pelatih yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan tehnik, (c) latihan taktik, dan (d) latihan mental.

Keempat aspek latihan diatas sangat penting untuk diterapkan kepada atlet, namun pada kenyataannya pemberian latihan mental sering kali diabaikan oleh para pelatih. Padahal perkembangan mental juga sama pentingnya dengan aspek yang lain. Banyak pelatih yang berusaha meningkatkan performa atletnya melalui proses latihan yang terus-menerus, tetapi ternyata ada aspek lain yang menentukan keberhasilan seorang atlet dalam meraih prestasi yang diinginkannya.

Dengan memberikan latihan hanya pada fisik dan mengabaikan aspek mental, hanya berhasil menghasilkan performa atlet yang biasa saja dan tanpa motivasi berprestasi yang tinggi. Seperti Menurut Harsono (1988, hlm.101) “betapa sempurnanya apapun perkembangan fisik,tehnik dan taktik atlet, apabila mentalnya tidak turut berkembang, prestasi tinggi tidak mungkin akan dicapai”.

Terkadang aspek psikologis yang sangat penting artinya itu sangat penting artinya itu sering diabaikan atau kurang diperhatikan, oleh karena itu mereka selalu menekankan pada latihan guna penguasaan teknik, taktik, serta pembentukan keterampilan yang sempurna dan lupa akan pentingnya perkembangan mental atlet yaitu bagaimana membuat atlet mempunyai motivasi berprestasi untuk meraih prestasi setinggi-tingginya.

Motivasi adalah sebuah kesatuan keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertingkah laku. Motivasi atau dorongan yang sangat penting dalam peningkatan prestasi seorang atlet. Jika motivasi atlet rendah maka atlet tidak akan maksimal dalam latihan sehingga tidak mampu berprestasi maksimal.

Motivasi yang harus dimiliki oleh atlet yaitu motivasi berprestasi. Menurut Reeve dan Apruebo (dalam Komarudin 2015, hlm. 25) ‘motivasi berprestasi merupakan keinginan untuk menyelesaikan dan menguasai sesuatu, orang, ide, atau standar baru’.

Motivasi berprestasi pada hakikatnya merupakan keinginan atau hasrat seseorang untuk dapat unggul atau mengungguli prestasi yang pernah dicapainya sendiri atau mengungguli prestasi yang dicapai orang lain. Motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk maju melampaui diri sendiri, orang lain maupun kesempurnaan dalam melaksanakan tugas tertentu. Rendahnya motivasi atlet bisa dilihat dari keseriusannya dan disiplin dalam berlatih, tidak bersemangat, tidak tepat waktu dalam latihan, rendahnya konsentrasi dalam latihan, tidak mempunyai inisiatif berlatih dan sebagainya. Komarudin (2015, hlm.22) mengatakan bahwa:

Motivasi yang baik memungkinkan individu bekerja lebih baik dalam kelompoknya. Motivasi memegang peranan penting untuk membantu menentukan berhasil tidaknya atlet dalam proses latihan maupun pertandingan”.

Oleh karena itu ditekankan kepada atlet untuk menunjukkan motivasi dalam segala aktivitasnya. Menurut Brewer (dalam Komarudin, 2015, hlm. 21) ‘motivasi adalah meningkatnya keinginan dari dalam diri untuk mencapai tujuan yang diinginkan dan dilakukan dengan tekad yang kuat’.

Sering kali suatu tim atau atlet tidak berlatih sungguh-sungguh atau kurangnya motivasinya untuk berlatih disebabkan karena tidak ada tujuan atau sasaran yang jelas untuk apa tim atau atlet itu berlatih. Hal ini juga seringkali disebabkan oleh pelatih itu sendiri yang tidak secara jelas menerangkan kepada atletnya tujuan latihan yang diberikan, kemana atlet akan dibawa dan disiapkan pada akhir latihannya.

Dalam setiap kegiatan atau latihan, pasti tidak akan lepas dari aspek tujuan. Karena sesuatu kegiatan yang dilakukan tanpa jelas tujuannya, maka kegiatan itu akan sia-sia. Menurut Brewer (dalam komarudin, 2015, hlm. 33) ‘salah satu strategi yang bisa digunakan pelatih dalam meningkatkan motivasi atlet salah satunya adalah menetapkan tujuan (*goal setting*)’. Menurut Martens (dalam

komarudin, 2015, hlm. 52) ‘masalah yang sering muncul adalah banyaknya atlet yang meneteapkan tujuan yang tidak tepat dan tidak sistematis’.

Salah satu teknik atau metode untuk mengevaluasi penampilan atlet baik dalam aspek kematang personal, motivasi berprestasi, dan penampilan puncaknya, ada beberapa teknik atau metode latihan psikologis yang perlu diterapkan salah satunya adalah penetapan tujuan (*goal setting*). Penetapan tujuan merupakan salah satu fondasi yang baik untuk mencapai sukses dalam program latihan keterampilan mental. Penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan salah satu teknik yang efektif untuk memotivasi atlet agar mencapai prestasi maksimal.

Penetapan tujuan (*goal setting*) harus didasarkan pada persiapan dan proses yang dilakukan secara matang sehingga penetapan tujuan menjadi efektif, tidak hanya memfasilitasi atlet dalam mencapai performa maksimalnya seperti kecemasan, kepercayaan diri dan motivasi. Menurut Komarudin (2015, hlm. 52) “penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan suatu kemampuan merancang atau menetapkan tujuan yang hendak dicapai”. *Goal setting* dipandang sebagai salah satu teknik dan strategi psikologis untuk membantu atlet mengembangkan keperibadian agar mempunyai motivasi berprestasi untuk mencapai prestasi puncak.

Penelitian mengenai *goal setting* dimulai dari laboratorium, dalam rangkaian percobaan yang dilakukan oleh Locke (1986) seperti dikatakan oleh Latham dan Wexley (1982, hlm 120) dalam Wibisono (2015, hlm.4) “orang diberikan target yang berbeda dalam bermacam-macam tugas yang mudah seperti penjumlahan, berdiskusi, dan merakit mainan”. Dari percobaan itu berhasil ditemukan bahwa orang yang diberi target yang susah menyelesaikannya lebih baik daripada orang yang hanya diberi target sedang atau bahkan mudah. Akhirnya ditemukan bahwa pendorong seperti pujian, umpan balik, pengikutsertaan, dan uang membawa peningkatan dalam pekerjaan jika mereka diberikan target yang susah dan spesifik.

Dari penelitian yang sudah dilakukan, ditemukan tiga alasan mengapa *goal setting* berpengaruh kepada penampilan. Pertama, penetapan tujuan memiliki pengaruh terhadap pikiran dan pekerjaan orang. Kedua, tujuan mengatur

penggunaan energi, jadi setiap orang menggunakan energi sesuai dengan tingkat kesulitan tujuannya. Ketiga, tujuan yang sulit pasti meningkatkan keuletan daripada tujuan rendah. Aspek utama dari proses motivasi ada tiga dimensi, yaitu arah (pilihan), usaha, dan keuletan.

Dilihat dari sudut pandang olahraga, jika atlet diberikan target yang jelas dan sulit, maka penampilan atlet itu akan mengalami peningkatan kemudian atlet mempunyai motivasi berprestasi untuk mengeluarkan kemampuan terbaiknya demi meraih kesuksesan. Namun saat ini tidak dapat dipungkiri bahwa prestasi setiap tim tidak selalu berjalan mulus. Hal tersebut tentu dipengaruhi oleh berbagai macam hal dari masing - masing individu dalam tim tersebut.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul : “Hubungan *goal setting* dengan motivasi berprestasi pada atlet sepakbola di UKM sepakbola UPI”.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *goal setting* dengan motivasi berprestasi pada atlet sepakbola UKM sepakbola UPI ?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Sesuai dengan permasalahan yang dikemukakan di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *goal setting* dengan motivasi berprestasi pada atlet sepakbola di UKM sepakbola UPI.

## **D. Manfaat Penelitian**

Berdasarkan latar belakang serta tujuan penelitian, maka manfaat yang diharapkan oleh peneliti melalui penelitian ini adalah :

1. Secara teoritis dapat dijadikan sebagai masukan keilmuan bagi penelitian lebih lanjut mengenai hubungan *goal setting* dengan motivasi berprestasi pada atlet sepakbola.
2. Secara praktis dapat dijadikan pedoman bagi pelatih, atlet, mahasiswa pendidikan kepelatihan olahraga dan UKM sepakbola UPI.

## **E. Definisi Operasional**

Untuk menghindari salah tafsir dalam penelitian ini, maka peneliti menjelaskan istilah-istilah tersebut dengan mengacu pada penjelasan para ahli sebagai berikut :

#### 1. Hubungan

Menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah pertalian sangkut paut, ikatan, keadaan berhubungan atau dihubungkan.

#### 2. Motivasi Berprestasi

Motivasi berprestasi pada hakikatnya merupakan keinginan atau hasrat seseorang untuk dapat unggul atau mengungguli prestasi yang pernah dicapainya sendiri atau mengungguli prestasi yang dicapai orang lain. Motivasi berprestasi merupakan dorongan untuk maju melampaui diri sendiri, orang lain maupun kesempurnaan dalam melaksanakan tugas tertentu.

#### 3. Penetapan tujuan (*Goal setting*)

Penetapan tujuan (*Goal setting*) merupakan salah satu metode yang baik untuk mencapai tujuan maksimal dari program latihan keterampilan mental. Menurut Komarudin (2015, hlm. 52) Penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan suatu kemampuan merancang atau menetapkan tujuan yang hendak dicapai. Penetapan tujuan (*goal setting*) merupakan salah satu teknik yang efektif untuk meningkatkan motivasi atlet agar mencapai prestasi maksimal.

#### 4. Atlet

Menurut kamus besar bahasa Indonesia adalah olahragawan yang bekerja di tiap cabang olahraga yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (kekuatan, ketangkasan, dan kecepatan).

#### 5. Sepakbola

Sepakbola merupakan permainan kelompok, 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 hukuman.

## **F. Batasan Penelitian**

Untuk menghindari luasnya lingkup permasalahan yang memungkinkan diperolehnya hasil yang tidak sesuai dengan lingkup permasalahan, maka penelitian ini akan dibatasi ruang lingkungannya agar memperoleh hasil yang diinginkan dan sesuai dengan tujuan. Maka peneliti membatasi penelitian ini sebagai berikut :

1. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa yang terdaftar di UKM sepak bola UPI.
2. Sampel penelitian berjumlah 30 orang atlet UKM sepakbola UPI yang masuk dalam tim senior UKM sepakbola UPI.
3. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif.
4. Instrumen yang digunakan adalah angket
5. Aspek yang diteliti adalah mengenai hubungan *goal setting* dengan motivasi berprestasi atlet sepakbola

## **G. Struktur Organisasi Skripsi**

Sistematika penulis yang akan digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- BAB I :** Berisi latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian, definisi operasional, batasan penelitian serta struktur organisasi skripsi. Pada bagian ini penulis membuat kerangka muali dari permasalahanyang akan diteliti hingga maksud tujuan dilakukannya sebuah penelitian.
- BAB II :** Berisi kajian pustaka, atau landasan teoritis yang didalamnya terdapat beberapa pengertian dan konsep dari para ahli mengenai permasalahan penelitian.
- BAB III :** Berisi tentang gambaran alur prosedur penelitian yang dilaksanakan oleh penulis untuk memaparkan bentuk metode penelitian terkait.
- BAB IV :** Berisi dua hal utama, yaitu 1) temuan penelitian berdasarkan hasil pengolahan data dan analisis data. 2) pembahasan temuan penelitian.
- BAB V :** Berisi simpulan, implikasi dan rekomendasi. Pada bab ini penulis menyimpulkan hasil dari analisi temuan yang penulis teliti, juga

mengajukan hal-hal penting yang dapat bermanfaat dari hasil penelitian.