

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah berkembang di masyarakat luas, baik di klub-klub, maupun sekolah-sekolah. Berbagai tingkatan kompetisi mulai dari tingkat sekolah menengah pertama sampai perguruan tinggi bahkan sampai liga profesional telah banyak diadakan di Indonesia. Definisi Olahraga bola voli sendiri, menurut Subroto dan Yudiana (2010:36) adalah “Permainan memantul-mantulkan bola (*to volley*) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu”. Sedangkan Irsyada (2000:13) menyatakan pada awalnya ide dasar permainan bola voli itu adalah “Memasukan bola ke daerah lawan melewati suatu rintangan berupa tali atau net dan berusaha memenangkan permainan dengan mematikan bola itu di daerah lawan. Memvoli artinya memainkan/memantulkan bola sebelum bola jatuh atau sebelum bola menyentuh lantai.”

Salah satu klub bola voli yang cukup terkenal adalah klub bola voli ALKO Bandung. ALKO Bandung merupakan salah satu klub bola voli amatir tertua di Jawa Barat. Klub ini lahir ketika perkumpulan bola voli SIRNA GALIH bubar pada tahun 1976. Dalam kemandiriannya, ALKO tetap eksis dalam pembinaan perbola-volian. Ini ditandai dengan diraihnya beberapa predikat juara untuk tingkat regional. Disamping itu, ALKO tetap pula secara konsisten menyumbangkan atlet-atlet senior dan juniornya untuk memperkuat Jawa Barat maupun Nasional.

Untuk meningkatkan kinerja ALKO sebagai organisasi bola voli yang memiliki komitmen yang kuat terhadap pembinaan bola voli di daerah, regional

maupun nasional. Beberapa langkah strategis telah ditetapkan sehingga langkah-langkah yang optimal sebagai upaya nyata yang telah terlaksana diantaranya adalah prestasi-prestasi yang telah diraih. Pada tabel 1.1 menjelaskan prestasi klub bola voli ALKO Bandung.

Tabel 1.1
Prestasi Atlet Putra ALKO Bandung
Tahun 2007-2013

TAHUN	KEGIATAN	PRESTASI	TINGKAT
2007	PSDA ALKO Cup	Juara 4	Provinsi Jabar
2007	Kompetisi IBOVA Junior	Juara 2	Kota Bandung
2008	Kompetisi IBOVA Senior	Juara 2	Kota Bandung
2009	Kompetisi IBOVA Junior	Juara 1	Kota Bandung
2009	ALKO Cup	Juara 1	Provinsi Jabar
2009	Piala Gubernur Lampung	Juara 1	
2010	Kompetisi IBOVA Senior	Juara 1	Kota Bandung
2010	Piala Gubernur Lampung	Juara 1	
2010	Kompetisi Antar Klub	Juara 3	Provinsi Jabar
2011	Piala Bupati Tangerang	Juara 1	
2011	TECTONA Cup Ku-94	Juara 1	
2012	Piala Gubernur JABAR	Juara 2	Provinsi Jabar
2013	BC Cup	Juara 1	
2013	Piala Gubernur JABAR	Juara 3	Provinsi Jabar

Sumber : Klub Bola Voli ALKO kota Bandung

Berdasarkan Tabel 1.1 dapat dilihat bahwa perkembangan prestasi bola voli klub ALKO terjadi secara fluktuatif pada tahun 2010 mengalami penurunan, hal ini dimulai dari tahun 2009 dari juara 1 menjadi juara 3. Kemudian pada tahun 2011 perkembangannya meningkat dari juara 3 pada Kompetisi Antar Klub tahun 2010

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

menjadi juara 1, dan perkembangannya menurun kembali pada tahun 2012 menjadi juara 2.

Penurunan prestasi ini bisa disebabkan oleh beberapa faktor latihan yang kurang maksimal, diantaranya latihan fisik, latihan teknik, latihan taktik, maupun latihan mental. Untuk mencapai sasaran yang telah ditentukan, latihan merupakan suatu faktor yang sangat penting dalam olahraga prestasi, kegiatannya harus dilakukan secara sistematis dalam waktu yang relatif lama. Harsono (1988:100) mengatakan bahwa “ ... ada empat aspek ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (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 atlet olahraga berusaha meningkatkan performanya melalui 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 yang biasa-biasa saja. Seperti menurut Harsono (1988:101) bahwa “ ...betapa sesempurna apapun perkembangan fisik, teknik dan, taktik atlet, apabila mentalnya tidak turut berkembang, prestasi tinggi tidak mungkin akan dapat dicapai”. Terkadang aspek psikologis yang 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.

Seorang atlet tentu harus selalu mempertahankan performa dan juga prestasinya. Hampir di semua cabang olahraga pasti akan melakukan hal yang sama. Mempertahankan suatu kemenangan tentu mutlak diperlukan untuk prestasi suatu atlet. Para atlet selalu melakukan yang terbaik untuk prestasinya, dengan melakukan

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

latihan-latihan fisik, taktik, teknik dan mental yang rutin setiap harinya. Latihan fisik, taktik, teknik dan mental yang tetap tentunya akan menghasilkan performa yang maksimal sehingga peluang untuk mencapai target prestasi yang cemerlang pun dapat digapai. Definisi performa menurut Rivai dan Basri dalam Amins (2012:42) pada halaman 4 adalah :

Hasil atau tingkat keberhasilan seseorang secara keseluruhan selama periode tertentu dalam melaksanakan tugas dibandingkan dengan berbagai kemungkinan, seperti standar hasil kerja, target atau sasaran atau kriteria yang telah ditentukan terlebih dahulu telah disepakati bersama.

Unsur kondisi fisik yang harus dimiliki dalam permainan bola voli adalah kekuatan, kelenturan, kelincahan, kecepatan dan daya tahan. Berdasarkan karakteristik maka permainan bola voli harus melatih komponen tersebut, tentunya melalui proses latihan, dimana tujuan latihan adalah membantu atlet meningkatkan keterampilan dan potensi yang semaksimal mungkin.

Selain unsur kondisi fisik, unsur kondisi psikologis juga menentukan tingkat keberhasilan atlet dalam menghadapi suatu pertandingan. Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif, baik dalam hal fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurun. Mereka dapat menjadi tegang. denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingannya, dan mereka merasakan sulit berkonsentrasi. Keadaan ini seringkali menyebabkan para atlet tidak dapat menampilkan permainan terbaiknya oleh karena itu Psikologi olahraga juga diperlukan agar atlet berpikir mengenai mengapa mereka berolahraga dan apa yang ingin mereka capai. Sekali tujuannya diketahui, latihan-latihan keterampilan psikologis dapat menolong tercapainya tujuan tersebut.

Seringkali suatu tim atau atlet tidak berlatih dengan sungguh-sungguh atau kurang motivasinya untuk berlatih disebabkan karena tidak ada tujuan atau sasaran

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

yang jelas untuk apa tim atau atlet itu berlatih. Hal ini seringkali juga disebabkan oleh para pelatih sendiri yang tidak secara jelas menerangkan kepada para atletnya tujuan latihan yang diberikan, kemana atlet akan dibawa dan disiapkan pada akhir latihannya. Oleh karena itu, menetapkan sasaran dan mengajarkan kepada atlet bagaimana menetapkan sasaran-sasaran latihan adalah penting.

Sejumlah strategi psikologis sebagai cara untuk membantu para atlet baik dalam perkembangan pribadi, maupun dalam meraih prestasi puncak. Salah satu di antara strategi tersebut adalah teknik goal setting. Goal setting atau penetapan tujuan atau target dalam olahraga sangat penting bagi perkembangan kepribadian para atlet dan dapat menjadi suatu strategi psikologis dalam meniti dan meraih prestasi puncak. Menurut Ibrahim dan Komarudin (2012:117) beranggapan bahwa :

Istilah goal setting ini terdiri atas dua kata, yaitu goal berarti tujuan, dan setting yang 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) atau kinerja para atlet dalam berbagai tingkat usia dan kemampuan, tetapi berkaitan erat dengan perubahan positif yang terjadi dalam aspek psikologis lainnya. Seperti yang dikemukakan Davis (1981) dalam jurnal Irmawati (2004) '*Goal setting* adalah manajemen penetapan sasaran atau tujuan untuk keberhasilan mencapai kinerja (*performance*)'. Lebih lanjut dijelaskan bahwa penerapan penetapan tujuan yang efektif membutuhkan tiga langkah yaitu: menjelaskan arti dan maksud penetapan target tersebut, kedua menetapkan target yang jelas, dan yang ketiga memberi umpan balik terhadap pelaksanaan pekerjaan yang dilakukan. Sedangkan Cascio (1987) dalam jurnal Irmawati (2004) menyatakan bahwa '*Goal setting* itu didasarkan pada pengarahannya terhadap suatu tujuan'. Sasaran atau target

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

bisa ditambah dengan memberi penjelasan atau informasi kepada atlet bagaimana mengerjakan tugas tersebut, serta mengapa sasaran atau tujuan tersebut penting dilaksanakan.

Goal setting theory ini adalah teori yang membicarakan tentang pengaruh penetapan tujuan, tantangan, dan umpanbalik terhadap kinerja. Teori ini berangkat dari maksud untuk bekerja mencapai suatu tujuan itu merupakan sumber utama dari motivasi kerja. Artinya, tujuan-tujuan tersebut memberitahu atlet mengenai apa yang harus dilakukan dan seberapa besar upaya yang harus dikerahkan. Dari sini dapat ditarik kesimpulan bahwa tujuan yang spesifik dapat meningkatkan kinerja; bahwa tujuan-tujuan yang sulit dicapai, bila diterima, bisa menghasilkan kinerja yang lebih tinggi ketimbang tujuan-tujuan yang tidak terlalu sulit; dan bahwa umpanbalik akan mengarah pada kinerja yang lebih tinggi ketimbang bila tidak ada umpanbalik.

Tujuan-tujuan yang spesifik dan sulit akan menghasilkan suatu tingkat output yang lebih tinggi ketimbang tujuan umum “lakukan yang terbaik”. Kekhususan tujuan itu sendiri bertindak sebagai suatu stimulus internal. Jika faktor seperti kemampuan dan penerimaan tujuan-tujuan tersebut bersifat konstan, dapat dikatakan bahwa semakin sulit tujuan tersebut dicapai semakin tinggi tingkat performa dan prestasi. Seperti yang di kemukakan oleh Gibson, Ivancevich dan Donnelly (1996:257) bahwa:

Penetapan suatu tujuan spesifik dan menantang mengarah pada peningkatan prestasi karena hal ini lebih jelas bagi individu atas apa yang seharusnya dikerjakan. Selanjutnya, memberikan pada pekerja rasa prestasi, pengakuan dan komitmen, sehingga ia bisa membandingkan seberapa baik ia bekerja sekarang dibandingkan dengan masa lampau, dan dalam beberapa hal, seberapa baik ia melakukan pekerjaannya dibanding dengan pekerja lain.

Goal setting dipandang sebagai salah satu teknik dan strategi psikologis untuk membantu atlet mengembangkan kepribadian dan untuk mencapai performa yang baik dan untuk mencapai prestasi puncak. Maka dari itu penulis tertarik untuk meneliti tentang Hubungan Antara Goal Setting Dengan Performa Atlet Pada Cabang Olahraga Bola Voli di Klub ALKO Bandung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, penulis merumuskan masalah sebagai berikut: Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara goal setting dengan performa atlet bola voli di klub ALKO Bandung?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara goal setting dengan performa atlet bola voli ALKO Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas wawasan ilmu pengetahuan terutama yang berkaitan dengan pentingnya goal setting terhadap performa atlet pada cabang olahraga bola voli.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Sebagai bahan untuk menerapkan teori keilmuan yang berkaitan dengan goal setting terhadap performa atlet pada cabang olahraga bola voli dan metodologi

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

penelitian, serta mendapatkan pengalaman praktis di lapangan.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan dalam mengembangkan ilmu dan pendidikan mengenai psikologi olahraga.

c. Bagi Pelatih

Sebagai penyuluhan dan konseling bagi pelatih dalam meningkatkan pengetahuan atlet akan pentingnya psikologi olahraga terhadap performa atlet.

d. Bagi Atlet

Penelitian ini diharapkan dapat membuka dan menambah wawasan ilmu pengetahuan khususnya pengetahuan atlet tentang hubungan goal setting terhadap performa.

E. Batasan Penelitian

Untuk menghindari terlalu luasnya penelitian yang akan dilakukan, maka penulis membatasi penelitian sebagai berikut:

1. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah goal setting.
2. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah performa.
3. Masalah penelitian yang penulis lakukan adalah hubungan antara goal setting dengan performa atlet bola voli ALKO Bandung.
4. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah atlet senior putra bola voli klub ALKO Bandung.
5. Penelitian ini dilaksanakan di Klub ALKO Bandung.

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

F. Batasan Istilah

Memperjelas ruang lingkup serta menghindari salah penafsiran istilah, maka penulis memperjelas istilah-istilah yang digunakan agar lebih jelas, istilah tersebut adalah:

1. *Hubungan* menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah pertalian sangkut paut, ikatan, keadaan berhubungan atau dihubungkan.
2. *Goal Setting* menurut Ibrahim dan Komarudin (2012:116) adalah “Suatu kemampuan merancang atau menetapkan sesuatu tujuan yang hendak dicapai oleh seseorang atau kelompok.”
3. *Performa* menurut Gibson, Ivancevich dan Donnely dalam Amins (2012:41) adalah ‘Tingkat keberhasilan dalam melaksanakan tugas dan kemampuan untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.’
4. *Atlet* menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan (Kekuatan, Ketangkasan, dan kecepatan).
5. *Olahraga bola voli* menurut Subroto dan Yudiana (2010:36) adalah “Permainan memantul-mantulkan bola (to volley) oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu.”

G. Lokasi Penelitian

Penulis melakukan penelitian ini di klub ALKO Bandung yang berada di bawah naungan PBVSI Jawa Barat yang terletak di jalan Jenderal Ahmad Yani, Pasar Kosambi lantai 5 Bandung. Hal ini bertujuan untuk mempermudah penulis dalam mengefisienkan waktu dan biaya secara efektif, memperoleh perizinan dan sumber data yang dibutuhkan sehingga mendapatkan gambaran yang sesuai dengan apa yang diharapkan dalam penelitian.

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

H. Metode Penelitian

Dalam setiap melakukan penelitian diperlukan suatu metode. Penggunaan metode dalam penelitian disesuaikan dengan masalah serta tujuan penelitian tersebut. Dalam hal ini metode penelitian sangat penting dalam pelaksanaan, pengumpulan data dan analisis data.

Metode penelitian yang penulis gunakan untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini adalah metode deskriptif. Alasan penulis menggunakan metode deskriptif ini karena yang diteliti berkaitan dengan gambaran yang bersifat memaparkan yang tertuju pada pemecahan masalah yang ada pada saat sekarang. Dalam hal ini gambaran mengenai hubungan antara goal setting dengan performa atlet bola voli ALKO Bandung.

I. Organisasi Penelitian

Bab I Pendahuluan: Dalam bab ini akan memuat ketentuan-ketentuan pokok dalam penyusunan skripsi yaitu latar belakang masalah, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta metodologi penelitian.

Bab II Landasan Teori: Dalam bab ini akan dibahas masalah-masalah yang mendasari analisa yaitu pengertian *goal setting*, pengertian performa, dan teori lain yang ada kaitannya dengan penelitian ini.

Bab III Metode Penelitian: Dalam bab ini penulis menguraikan deskripsi desain lokasi, sampel penelitian, instrumen penelitian dan data lain yang ada kaitannya dengan penelitian ini.

Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Bab IV Analisis Data: Dalam bab ini akan dibahas dengan menggunakan analisis normalitas liliefors, analisis koefisien korelasi pearson dan analisis signifikansi korelasi dengan uji t.

Bab V Kesimpulan dan Saran: Pada bab kesimpulan dan saran ini berisi mengenai kesimpulan dan saran berdasarkan hasil penelitian.



Zakaria Nur Firdaus, 2013

Hubungan Goal Setting Dengan Performa Atlet Cabang Olahraga Bola Voli Di Klub Alko Bandung
Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu