

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya peningkatan kualitas manusia yang diarahkan pada pembentukan watak dan kepribadian. Olahraga banyak dilakukan oleh masyarakat, tidak hanya untuk kesehatan, namun sebagai sarana pendidikan bahkan prestasi.

Futsal menjadi olahraga primadona di penjuru dunia beberapa tahun belakang ini. Olahraga yang memang tidak memandang umur, futsal termasuk salah satu olahraga sepakbola dengan arena atau lapangan yang lebih kecil. Bisa bermain lapangan indoor ataupun outdoor, siang ataupun malam hari. Hal ini sangat menarik karena orang yang tidak punya cukup waktu di siang hari untuk bermain futsal dapat menyalurkan keinginannya bermain futsal pada malam hari di dalam ruangan yang telah diberi fasilitas lampu sebagai alat penerangannya. Bahkan banyak juga kaum wanita yang tertarik dengan olahraga ini. Futsal adalah singkatan dari futbol (sepakbola) dan sala (ruangan) dari bahasa Spanyol atau futebol (Portugal atau Brazil) dan salon (Prancis). Menurut Sahda Halim (2009, hlm. 5) mengatakan bahwa “Olahraga ini membentuk seorang pemain agar selalu siap menerima dan mengumpan bola dengan cepat dalam tekanan pemain lawan. Dengan lapangan sempit, permainan ini menuntut teknik penguasaan bola tinggi, kerja sama antar pemain, dan kekompakan tim”.

Olahraga futsal adalah olahraga sepakbola dalam ruangan yang diciptakan sebagai alternatif dari sepakbola lapangan rumput yang tidak bisa dilaksanakan lantaran pengaruh salju di Eropa saat musim dingin. Jika dibandingkan dengan sepakbola, peraturan di futsal jauh lebih kompleks dan ketat. Pemain dilarang melakukan sliding tackle (menjegal dari belakang) dan body charge (benturan badan), jadi pemain futsal bisa mengeluarkan kemampuan tekniknya tanpa takut dcederai lawan, tujuannya agar selalu fokus terhadap daerah atau wilayahnya sendiri. Di futsal seorang pemain dituntut bisa melakukan sebuah improvisasi dalam menghadapi masalah dalam bermain. Jadi secara spontan pemain harus bisa mengeluarkan tekniknya. Futsal ini sangat ideal sebagai sarana mengembangkan intelegensi dalam bermain sepakbola. Sehingga pemain yang menguasai teknik dasar futsal akan sangat baik dalam bermain futsal. Sebelum berkembang menjadi cabang olahraga yang kedudukannya sejajar dengan lapangan rumput, futsal juga ditekuni sebagai sarana pengarahan dan pembentukan para pemain muda yang ingin berkarir dalam sepakbola rumput, serta dilakukan untuk menjaga dan melatih kemampuan fisik secara umum dan

teknik secara khusus. Futsal adalah olahraga yang dinamis, dimana para pemainnya dituntut untuk selalu bergerak dan dibutuhkan keterampilan teknik yang sangat baik serta mempunyai determinasi yang tinggi. Dilihat dari segi teknik keterampilan futsal hampir sama dengan lapangan rumput, hanya perbedaan yang paling mendasar dalam futsal banyak mengontrol atau menahan bola dengan menggunakan telapak kaki (sole), karena permukaan lapangan yang keras para pemain harus menahan bola tidak boleh jauh dari kaki, karena apabila jauh dari kaki dengan ukuran lapangan yang kecil pemain lawan akan mudah merebut bola.

Di dalam futsal, jumlah pemain yang sedikit membuat seluruh pemain bermain dengan total football. Jadi saat tim menyerang, tidak hanya pemain depan yang bekerja. Begitu pula saat bertahan, pemain depan juga turun membantu pertahanan. Maka dari itu dituntut memiliki stamina yang prima, harus selalu bergerak. Ruang gerak yang sempit membuat aliran bola bergerak cepat diantara kaki pemain. Jadi pemain futsal dituntut untuk bermain cepat, baik dalam hal passing, gerak tipu dan shooting. Tentu hal ini menjadikan nilai lebih jika digunakan dalam bermain sepakbola lapangan besar dan dapat mendapatkan manfaat yang lebih banyak.

Futsal adalah permainan sejenis sepakbola yang dimainkan dalam lapangan yang berukuran lebih kecil. Dimainkan oleh 10 orang (masing-masing tim terdiri dari 5 orang saja), serta menggunakan bola yang lebih kecil dan lebih berat dari pada yang digunakan dalam sepakbola. Gawang yang digunakan dalam futsal juga lebih kecil. Karena lapangan yang kecil, dan jumlah pemain yang lebih sedikit menjadikan futsal sebagai permainan yang menyenangkan. Disamping itu pemain lebih banyak mendapatkan bola dan mereka dituntut untuk selalu rajin bergerak. Jika pemain malas bergerak, maka dapat dipastikan penjaga gawang akan lebih sering memungut bola dari gawangnya. Dengan banyak bergerak, tentu sangat melelahkan untuk seorang pemain. namun dengan pergantian pemain yang tidak dibatasi, masalah kelelahan tidak menjadi masalah yang berarti bagi setiap tim yang bertanding.

Menurut Sahda Halim, (2009, hlm. 6-7) mengatakan bahwa “Permainan futsal adalah permainan yang berlangsung cepat antara pemain dengan pergerakan bola”. Pemain tidak disarankan untuk menguasai bola berlama-lama seperti pada sepakbola. Disini pemain harus terus bergerak dan mencari tempat, mengumpan bola, dan bergerak lagi. Futsal membutuhkan teknik atau keterampilan khusus, baik itu teknik dalam membawa bola maupun teknik menahan bola. Tidak heran apabila seorang pemain futsal secara teknis lebih baik dibandingkan dengan para pesepakbola konvensional. Futsal adalah suatu jenis olahraga yang memiliki aturan tegas tentang

kontak fisik. Sliding tackle (menjegal dari belakang), body charge (benturan badan), dan aspek kekerasan lain seperti dalam permainan sepakbola tidak diizinkan dalam futsal. Ini menjadi salah satu alasan utama mengapa pertandingan futsal digemari banyak orang. Menurut Jhustinus Lhaksana (2008, hlm. 8) mengatakan bahwa “futsal tidak hanya sarana berolahraga, namun sudah menjadi gaya hidup”.

Di Indonesia, futsal sebenarnya sudah ada sejak tahun 1998. Namun kepopulerannya baru bersinar pada tahun 2005. Salah satu tujuan orang menggeluti olahraga futsal adalah untuk mencapai prestasi. Jika dilihat dari tujuan tersebut, maka diperlukan persiapan yang matang baik secara fisik, teknik, taktik dan keadaan psikologis yang baik. Selain itu juga diperlukan faktor-faktor pendukung lainnya guna mencapai tujuan tersebut seperti sarana dan prasarana tenaga pelatih yang baik, pengorganisasian, sumber, dll. Untuk menjadi pemain futsal yang handal, seorang pemain perlu memusatkan pikiran untuk membuat suatu keputusan dengan cepat dan tepat. Karena itu, mereka butuh latihan mental dan itu tidak bisa dilatih hanya sekali, perlu banyak pengalaman bertanding sehingga pemain dapat memiliki mental yang baik. Hal ini terkadang diabaikan pemain yang sudah benar-benar profesional, tapi sangat penting bagi pemula.

Weinberg & Gould (2007, hlm. 367) Mengatakan bahwa “Konsentrasi merupakan kemampuan olahragawan dalam memelihara fokus perhatiannya dalam lingkungan pertandingan yang relevan”. Konsentrasi termasuk aspek mental dalam olahraga dan memegang peranan penting, dengan berkurangnya atau terganggunya konsentrasi atlet pada saat latihan, apalagi pertandingan, maka akan timbul berbagai masalah serta hasil yang tidak optimal. Pada perkembangannya konsentrasi merupakan perhatian dalam rentang waktu yang lama, sehingga selama dalam aktivitas olahraga yang diperlukan adalah konsentrasi.

Pada keterampilan futsal yang sangat kompleks, dibutuhkan konsentrasi yang sangat kuat. Dalam situasi apapun seorang pemain sepakbola harus fokus terhadap tujuan yang diberikan langsung dari pelatih tanpa sedikitpun terganggu oleh hal lain yang menyebabkan konsentrasi tersebut buyar. Adapun hal serupa yang diungkapkan oleh Schmid dkk dalam (Komarudin, 2013, hlm. 138) yang isinya “Konsentrasi adalah memusatkan perhatian pada suatu hal tertentu dan tidak terganggu oleh stimulus internal maupun eksternal yang tidak relevan”. Stimulus internal adalah gangguan sensoris maupun pikiran seperti perasaan lelah, cemas, dan sebagainya. Stimulus eksternal adalah gangguan dari luar diri seperti sorak sorai penonton, ejekan penonton, kesalahan keputusan wasit, dan lain-lain. Prestasi adalah hal yang paling utama yang menjadi sebuah

keharusan yang tidak dapat dihindarkan oleh semua pihak. Lismadiana (2013, hlm. 116) yang menyatakan bahwa “konsentrasi diperlukan untuk meraih prestasi optimal, tidak hanya pada cabang olahraga menembak, panahan, golf, tenis, renang, tetapi hampir pada seluruh cabang olahraga termasuk olahraga beregu”. Dari pernyataan tersebut dapat diartikan bahwa setiap cabang olahraga sangatlah memerlukan konsentrasi yang baik untuk keterampilan olahraga.

ketegangan atau kecemasan atlet saat pertandingan seperti kejadian diatas dapat berpengaruh signifikan bagi diri atlet tersebut antara lain kekecewaan, frustasi, trauma, serta tidak percaya diri di pertandingan selanjutnya di kompetisi yang berbeda. Aspek psikis memang harus dilatihkan dalam program dan pelaksanaan latihan hal ini guna membentuk ketahanan mental pemain. Berkaitan dengan ketahanan mental Ibrahim dan Komarudin (2008, hlm. 171) menjelaskan bahwa “Ketahanan mental adalah kondisi kejiwaan yang mengandung kesanggupan untuk mengembangkan kemampuan menghadapi gangguan, ancaman, dalam keadaan bagaimanapun juga, baik yang datang dari dirinya sendiri maupun dari luar dirinya”.

Bila ketahanan mental telah dimiliki, maka dalam menghadapi pertandingan pemain bisa mengeluarkan kemampuannya secara optimal, tidak terpengaruh dengan gangguan yang datang, baik dari dalam diri pemain tersebut ataupun dari luar, seperti lawan dan penonton bahkan dalam keadaan tertekan kalah poin dari lawan sekalipun. Itulah alasan aspek psikis tidak bisa dihilangkan dari program latihan, serta melatih seluruh cabang olahraga khususnya futsal. Selain itu kita juga sering mendengar pelatih mengatakan faktor mental sebelum bertanding. Sejalan dengan ini Satiadarma (2007, hlm. 7) mengatakan bahwa “Berbagai pihak kerap kali menunjukkan pada aspek psikologis sebagai penentu kegagalan seorang atlet”. Jika berbagai pihak dan pelatih mengatakan hal tersebut sebagai penanggung kekalahan serta kegagalan dalam meraih prestasi, maka perlu adanya perhatian lebih untuk kita ketahui perubahan-perubahan mental yang mengarah kepada naik dan turunnya konsentrasi seorang pemain dalam setiap keterampilan bermainnya.

Sekolah merupakan lembaga pendidikan, yang menampung peserta didik dan dibina agar mereka memiliki kemampuan, kecerdasan dan keterampilan. Dalam proses pendidikan diperlukan pembinaan secara berkoordinasi dan terarah. Dengan Demikian siswa diharapkan dapat mencapai prestasi belajar yang maksimal sehingga tercapainya tujuan pendidikan. Salah satu wadah pembinaan siswa di sekolah adalah kegiatan ekstrakurikuler. Kegiatan-kegiatan yang diadakan dalam program ekstrakurikuler didasari atas tujuan dari pada kurikulum sekolah. Melalui kegiatan ekstrakurikuler yang beragam siswa dapat mengembangkan bakat, minat dan kemampuannya.

Kegiatan ekstrakurikuler juga dapat mengisi waktu luang siswa selepas pulang sekolah, waktu luang yang biasanya diisi dengan kegiatan yang kurang bermanfaat seperti nongkrong, konvoi jalanan, bahkan aktivitas yang mendekati tindak kriminal seperti kenakalan remaja, tawuran, minum-minuman keras, merokok, dan lain-lain. Diastuti dalam Tarmidi, 2012, hlm. 83) menyatakan bahwa “Kegiatan ekstrakurikuler dapat mencegah siswa melakukan tindakan yang menjurus kepada hal-hal yang negatif”

Ekstrakurikuler olahraga dan permainan yang dapat mewakili hal tersebut adalah kegiatan ekstrakurikuler futsal. Kegiatan ekstrakurikuler futsal merupakan kegiatan yang beregu, yang mampu mengembangkan bentuk kerja sama dan komunikasi, sehingga kental dengan nuansa sosial. Hal tersebut menunjukkan bahwa kegiatan ekstrakurikuler olahraga dalam hal ini adalah bola voli tidak hanya baik untuk mengembangkan aspek fisik saja akan tetapi baik juga untuk perkembangan aspek sosial dan emosional siswa. Tarmidi (2009, hlm 89) mengungkapkan bahwa: Berolahraga dapat mengurangi kecemasan dan depresi, mengurangi tekanan darah, dan meningkatkan harga diri. Anak-anak yang berolahraga lebih percaya diri, mengurangi ketidakhadiran di sekolah, dan biasanya mendapatkan nilai yang lebih baik. Dengan demikian, perlu adanya penelitian tingkat konsentrasi dengan keterampilan.

Berdasarkan latar belakang yang telah di paparkan, maka penulis tertarik untuk meneliti dan mengungkapkan dalam suatu karya ilmiah dengan judul :

“Hubungan tingkat konsentrasi dengan keterampilan bermain futsal ekstrakurikuler SMA Pasundan 8 Bandung”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang penulis paparkan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Apakah terdapat hubungan tingkat konsentrasi dengan keterampilan bermain futsal ekstrakurikuler futsal SMA Pasundan 8 Bandung”

C. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah di atas, maka tujuan penelitian ini yaitu :
Untuk mengetahui hubungan tingkat konsentrasi dengan keterampilan bermain futsal

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

- a. Diharapkan informasi yang digali bermanfaat bagi mahasiswa dalam rangka meningkatkan prestasi olahraga terutama dalam cabang olahraga futsal.
- b. Bagi penelitian lain diharapkan terangsang untuk mengetahui secara mendalam tentang masalah yang berhubungan dengan cabang olahraga futsal yang belum terjangkau dalam penelitian.

2. Manfaat Praktis

- a. Dapat dijadikan rekomendasi untuk pelatih mengenai pemberian latihan yang berhubungan tingkat konsentrasi dengan keterampilan
- b. Diharapkan informasi yang telah diperoleh dalam penelitian ini dapat menjadi tambahan informasi bagi pembina dan pelatih olahraga futsal.

E. Batasan Masalah

Batasan masalah adalah ruang lingkup masalah atau upaya membatasi ruang lingkup masalah yang terlalu luas atau lebar sehingga penelitian itu lebih bisa fokus untuk dilakukan. Agar penelitian tidak terlalu luas, peneliti berupaya membuat batasan penelitian sebagai berikut:

1. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet yang mengikuti ekstrakurikuler di SMA Pasundan 8 Bandung.
2. Sampel dalam penelitian ini adalah atlet ekstrakurikuler yang aktif dan selalu hadir dalam proses latihan futsal SMA Pasundan 8 Bandung.
3. Tes yang dikembangkan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat konsentrasi dengan keterampilan bermain futsal ekstrakurikuler SMA Pasundan 8 Bandung.
4. Penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat konsentrasi terhadap keterampilan bermain futsal ekstrakurikuler SMA 8 Pasundan Bandung.

F. Batasan Istilah

Penafsiran terhadap suatu istilah cenderung berbeda, sehingga dalam hal ini diperlukan batasan istilah untuk menyeragamkan pengertian dari suatu istilah. Adapun batasan istilah dalam penelitian ini meliputi:

1. Konsentrasi

Dalam buku psikologi olahraga, konsentrasi adalah kemampuan untuk memusatkan perhatian pada tugas dengan tidak terganggu dan terpengaruhi oleh stimulus yang bersifat eksternal maupun internal.

2. Keterampilan

keterampilan merupakan kemampuan untuk membuat hasil akhir dengan kepastian yang maksimum, tetapi dengan pengeluaran energi dan waktu yang minimum.

3. Futsal

Permainan bola yang dimainkan oleh dua tim yang masing-masing beranggotakan lima orang. Tujuannya adalah memasukkan bola ke gawang lawan, dengan memanipulasi bola dengan kaki.

G. Struktur Organisasi Penelitian

Agar penelitian ini tidak menyimpang dari permasalahan yang penulis ambil maka penulis menyusun rincian urutan penulisan bab ke bab dalam skripsi mulai dari bab pertama hingga bab terakhir, yaitu:

1. Bab I menjelaskan tentang latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan struktur organisasi skripsi.
2. Bab II menjelaskan tentang kajian pustaka yang berisikan teori-teori yang berhubungan dengan penelitian, dan hipotesis penelitian.
3. Bab III menjelaskan tentang metode penelitian yang berisikan desain penelitian, variabel, populasi dan sampel, instrumen penelitian, rancangan penelitian, dan analisis data
4. Bab IV menjelaskan tentang hasil penelitian dan pembahasan yang meliputi pengolahan data untuk menghasilkan temuan yang berkaitan dengan masalah penelitian.
5. Bab V menjelaskan tentang kesimpulan dan saran yang memaparkan hasil analisis temuan penelitian.