

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Prestasi timnas futsal putra Indonesia akhir-akhir ini mengalami kemunduran, hal ini terlihat dari raihan juara ketika mengikuti gelaran AFF Futsal Championship, dimana terakhir kali Indonesia menjadi juara adalah di tahun 2010 (Bolalob, 2017). Bahkan, Federasi Futsal Indonesia (FFI) menilai tahun 2017 menjadi tahun kelam bagi prestasi Timnas futsal Indonesia. Bagaimana tidak, prestasi Timnas futsal Indonesia terus merosot di mata Asia dan dunia (Indosport, 2017).

Banyak faktor yang menyebabkan prestasi timnas futsal terus mengalami kemunduran. Terutama kegagalan di AFF Championship tahun 2017. Penyebabnya antara lain, kurangnya waktu untuk uji coba, tidak adanya sosok pemimpin di dalam tim, dan yang terakhir terlalu padatnya kompetisi (Indosport, 2017). Selain itu, sudah menjadi rahasia umum bahwa timnas futsal selalu melakukan TC (Training Center) di waktu-waktu yang selalu berdekatan dengan kejuaraan. Padahal untuk sekelas level timnas, hal itu harusnya tidak terjadi.

Padatnya jadwal kompetisi pasti berdampak kepada kondisi pemain futsal. Salah satu dampak negatif yang sering ditemui adalah pemain mengalami Burnout. Burnout umumnya didefinisikan sebagai sindrom kognitif-afektif yang terdiri dari kelelahan emosional dan fisik, berkurangnya rasa pencapaian, dan devaluasi olahraga (Gustafsson, DeFreese, & Madigan, 2017). Burnout terjadi karena proses pemulihan dari pertandingan kurang memadai (Goodger, Gorely, Lavallee, & Harwood, 2007). Hal itu berarti burnout bisa disebabkan karena terlalu padatnya jadwal, sedangkan masa untuk pemulihan pemain kurang. Penelitian mengenai dampak buruk kelelahan terhadap para atlet telah mendorong topik tersebut menjadi sesuatu yang penting di kalangan para peneliti (Gustafsson, Hancock, & Côté, 2014). Sekarang, kelelahan diakui sebagai kondisi serius di antara atlet (Gustafsson, 2010).

Pada kasus lain, burnout sering dikaitkan dengan motivasi. Atlet yang memiliki motivasi rendah kemungkinan besar akan mengalami sindrom burnout. Pengalaman kelelahan di antara para atlet, sering dijadikan sebagai alasan untuk mengurangi keterlibatan dalam kegiatan olahraga mereka, hal itu menandakan mereka bahwa memiliki motivasi rendah (Cresswell & Eklund, 2005). Hal ini menandakan bahwa motivasi juga tidak bisa dianggap remeh jika menyangkut dalam dunia olahraga, karena selain motivasi adalah salah satu aspek psikologis, ternyata motivasi juga sangat berpengaruh terhadap pencapaian seorang atlet. Banyak orang yang menganggap bahwa motivasi tidak penting dalam keberhasilan suatu tim, padahal hal tersebut sangat penting karena memiliki pengaruh yang besar bagi atlet untuk memaksimalkan kemampuan agar mencapai prestasi maksimal (Roberts et al., 2017).

Setiap tahunnya, dunia olahraga banyak memunculkan ide-ide atau hal-hal yang baru, tidak terkecuali mengenai hal-hal yang berhubungan dengan motivasi. Oleh karenanya hal-hal yang berhubungan dengan motivasi harus terus diteliti dan diselidiki. Dengan tingkat pertumbuhan yang tinggi dalam olahraga, penting untuk mengembangkan pemahaman yang lebih kuat tentang apa yang memotivasi individu untuk berpartisipasi dalam olahraga (Aicher et al., 2017). Dengan begitu pelatih juga ikut terbantu dengan hasil penelitian-penelitian tersebut. Dengan adanya penelitian-penelitian yang berhubungan dengan motivasi, pelatih bisa mengetahui hal atau treatment seperti apa yang bisa diberikannya kepada para atletnya yang mentalnya sedang terganggu akibat kompetisi yang sudah dilewati.

Berbicara mengenai psikis atau psikologis, akhir-akhir ini banyak penelitian menyangkut hal ini. Sejak pergantian abad ke-21, telah ada tren yang meningkat secara bertahap dalam psikologi yang berfokus pada kapasitas laten individu untuk memahami perilaku manusia (Duckworth, Steen, & Seligman, 2005). Salah satu aspek dari kapasitas laten individu adalah Ego Resilience. Ketertarikan pada bagaimana pengaruh Ego Resilience telah berkembang selama 10 tahun terakhir dan tidak lagi terbatas pada ilmuwan olahraga (Galli & Gonzalez, 2014). Ego Resilience adalah trait kepribadian yang relatif stabil, yang merefleksikan kemampuan individu untuk beradaptasi terhadap berbagai perubahan lingkungan (Block & Kremen, 2018).

Faisal Sutansyah, 2019

HUBUNGAN ANTARA BURNOUT DAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT EGO RESILIENCE PADA ATLET FUTSAL

Univesitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Ego Resilience ada hubungannya dengan olahraga, yaitu orang dengan Ego Resilience yang tinggi lebih adaptif dalam situasi olahraga, bahkan dalam situasi yang penuh tekanan seperti selama kompetisi (Block & Kremen, 2018). Jadi Ego Resilience memiliki peranan yang penting dalam kondisi seorang atlet, tentunya dalam aspek psikis atau psikologis. Kemampuan seorang individu dalam beradaptasi dengan lingkungannya berbeda-beda, hal itu tergantung dari individunya sendiri. Kemampuan individu sangat bervariasi dalam efektivitas adaptasi mereka, kemampuan mereka untuk beradaptasi di dunia yang terus berubah adalah murni kemampuan yang dimiliki oleh setiap individu (Block & Kremen, 2018). Kemampuan adaptasi yang bagus sangat penting dimiliki oleh seorang atlet, karena secara tidak sadar hal itu bisa mempengaruhi prestasi atlet. Kemampuan untuk merespons secara positif terhadap kemunduran, hambatan, dan kegagalan di lingkungan sekitar sangat penting bagi setiap atlet yang sukses (Galli & Gonzalez, 2014).

Ego Resilience adalah salah satu hal yang unik untuk diteliti. Olahraga adalah tempat yang sangat unik untuk menguji resilience, karena di samping kesulitan yang tidak terduga seperti cedera serius, peserta sering kali secara sadar dan sukarela tunduk pada lingkungan yang sangat evaluatif di mana konsekuensi dari menang dan kalah jelas (Galli & Gonzalez, 2014). Semakin kesini Ego Resilience dianggap sebagai salah satu aspek psikologis yang penting dalam olahraga, dan diharapkan peneliti-peneliti yang akan meneliti masalah ini meningkatkan pengetahuan dan mengembangkan ukuran ketahanan (resilience) khusus mengenai olahraga (Galli & Gonzalez, 2014).

Berdasarkan pengamatan yang dilakukan oleh peneliti dan telah dijelaskan diatas. Peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian berjudul Hubungan Antara Burnout Dan Motivasi Dengan Tingkat Ego Resilience Pada Atlet Futsal.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan seperti diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Apakah terdapat hubungan antara Burnout dengan tingkat Ego Resilience pada atlet futsal?

Faisal Sutansyah, 2019

HUBUNGAN ANTARA BURNOUT DAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT EGO RESILIENCE PADA ATLET FUTSAL

Univesitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

- 2) Apakah terdapat hubungan antara Motivasi dengan tingkat Ego Resilience pada atlet futsal?
- 3) Apakah terdapat kontribusi antara Motivivasi dan Burnout secara bersama-sama dengan tingkat Ego Resilience pada atlet futsal?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang telah diuraikan seperti diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah:

- 1) Mengetahui hubungan antara Burnout dengan tingkat Ego Resilience pada atlet futsal.
- 2) Mengetahui hubungan antara Motivasi dengan tingkat Ego Resilience pada atlet futsal.
- 3) Mengetahui kontribusi antara Motivivasi dan Burnout secara bersama-sama dengan tingkat Ego Resilience pada atlet futsal.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapaun manfaat dari penelitian ini yaitu:

- 1) Secara teoritis, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi pengembangan ilmu olahraga dalam hal psikologi, serta diharapkan bisa menjadi referensi penelitian selanjutnya khususnya yang berkaitan dengan Burnout, Motivasi, dan Ego Resilience.
- 2) Secara praktis, hasil penelitian ini diharapkan bisa memberikan pengetahuan dan informasi sehubungan dengan Burnout, Motivasi dan Ego Resilience.

1.5 Struktur Organisasi Skripsi

Dalam upaya untuk memudahkan pemahaman isi dari laporan penelitian ini, penulis membagi laporan menjadi lima bab. Kelima bab tersebut meliputi:

Bab I Menjelaskan mengenai latar belakang penelitian yang didasari oleh turunnya prestasi timnas futsal Indonesia di piala futsal AFF Championship beberapa tahun terakhir, rumusan masalah untuk mengetahui hubungan antara burnout dan motivasi dengan tingkat ego resilience pada atlet futsal, tujuan

penelitian, manfaat penelitian yang bisa digunakan sebagai referensi bagi penelitian-penelitian yang sehubungan dengan penelitian ini.

Bab II Tentang teori-teori pendukung sehubungan dengan burnout, motivasi, ego resilience, futsal, penelitian yang relevan sehubungan dengan burnout, motivasi dan ego resilience seperti *Relationships Among Stress, Burnout, Athletic Identity, and Athlete Satisfaction in Students at Korea's Physical Education High Schools: Validating Differences Between Pathways According to Ego Resilience*, kerangka berpikir. Peneliti berhipotesis bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara burnout dan motivasi dengan tingkat ego resilience pada atlet futsal.

Bab III Metode penelitian ini menggunakan metode deskriptif, dengan desain penelitian korelasi, sampel merupakan mahasiswa aktif di Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan berjumlah 60 orang yang pernah dan masih bermain di Liga Bandung, instrumen yang digunakan adalah *The Athletic Burnout Questionnaire* (Raedeke & Smith, 2001), *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire-2* (Newton, Duda, & Yin, 2010), dan *Ego Resilience Questionnaire* (Block & Kremen, 1996) yang secara keseluruhan berjumlah 62 soal.

Bab IV Hasil temuan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan yang signifikan antara burnout dengan tingkat ego resilience, motivasi dengan tingkat ego resilience, serta hubungan yang signifikan antara burnout dan motivasi dengan tingkat ego resilience dan nilai koefisien determinasinya diketahui sebesar 29%. Pembahasan mengenai hasil temuan penelitian akan diperkuat dengan penelitian-penelitian yang telah ada sebelumnya. Langkah-langkah yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif data, uji normalitas, uji korelasi, dan uji koefisien determinasi.

Bab V Kesimpulan dari penelitian ini yaitu, pertama terdapat hubungan antara burnout dengan tingkat ego resilience pada atlet futsal, kedua terdapat hubungan antara motivasi dengan tingkat ego resilience pada atlet futsal dan yang ketiga terdapat hubungan yang signifikan antara burnout dan motivasi dengan tingkat ego resilience pada atlet futsal dengan nilai kontribusi sebesar 29%, selanjutnya rekomendasi agar penelitian selanjutnya menggunakan sampel yang lebih tinggi tingkat kompetisinya.

Faisal Sutansyah, 2019

HUBUNGAN ANTARA BURNOUT DAN MOTIVASI DENGAN TINGKAT EGO RESILIENCE PADA ATLET FUTSAL

Univesitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu