

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga menjadi bagian yang tidak dapat dipisahkan dalam kehidupan, karena memiliki banyak manfaat bagi tubuh. Kesadaran masyarakat akan pentingnya olahraga pada masa sekarang ini membuat masyarakat mulai tertarik untuk melakukan berbagai macam kegiatan olahraga (Theory et al., 1981). Perkembangan olahraga pada saat ini berkembang sangat cepat sesuai dengan perkembangan jaman. Perkembangan jaman berpengaruh terhadap munculnya cabang olahraga baru diantaranya adalah olahraga futsal (Barbero-Alvarez, Soto, Barbero-Alvarez, & Granda-Vera, 2008).

Intensitas yang tinggi pada olahraga futsal juga mengakibatkan para pemainnya sering mengalami kelelahan sebelum pertandingan selesai (Royal et al., 2006). Intensitas olahraga futsal tentunya berbeda dengan olahraga sepak takraw walaupun kedua olahraga ini mayoritas menggunakan kaki sebagai tumpuan. Intensitas latihan yang diberikan juga harus sesuai dengan yang direncanakan sehingga peak performance yang direncanakan pada masa kompetisi akan tercapai sesuai rencana (Lhaksana, 2011:19). Pada saat menjelang akhir pertandingan, kinerja keterampilan seorang pemain sering menurun karena kelelahan (Royal et al., 2006). Kelelahan menurut (Alapotharakos & Iogas, 2011) proses kelelahan sering kali terjadi pada saat latihan intensitas tinggi. Pada akhirnya, kelelahan akan menyebabkan penurunan performa (Acth et al., n.d.). Hal ini akan membuat secara fisik melelahkan bagi pemain, yang akan berakibat kepada penurunan performa pada pertandingan memasuki menit menit akhir dan di sejumlah bagian pertandingan (E. Rampinini, Coutts, Castagna, Sassi, & Impellizzeri, 2007). Pada saat pertandingan, seorang pemain dapat mengalami penurunan performance yang diakibatkan oleh kelelahan (Halsen, 2014). Pada olahraga, kelelahan ini diakibatkan oleh banyak faktor antara lain intensitas, durasi hingga menyebabkan kurangnya energi dalam

aktifitas dan adanya penumpukan asam laktat hasil sisa metabolisme (Smits, Pepping, & Hettinga, 2014).

Menurut (Management, n.d.) tipe kelelahan dibagi menjadi dua yaitu kelelahan fisik dan kelelahan mental. Kelelahan fisik adalah keadaan dimana tubuh terasa letih bukan hanya sekedar cape, tetapi lesu dan tidak bergairah, di tandai dengan adanya keletihan, kejenuhan, ketegangan otot, perubahan dalam kebiasaan makan dan tidur, serta secara umum tingkat energinya rendah (Budgett, 1998). Bukti yang serupa juga dikemukakan oleh (Halsen, 2014) kelelahan fisik terjadi akibat kebutuhan konsentrasi kognitif pemain, berdampak terhadap kecepatan dan ketepatan pengambilan keputusan di lapangan sepakbola. Kelelahan fisik juga dapat mengganggu pengambilan keputusan, yang bergantung pada kemampuan kognitif. Dalam penelitian (Royal et al., 2006) mengatakan bahwa olahraga polo air adalah olahraga yang menuntut fisik dan pemainnya membutuhkan kemampuan fisik agar dapat membuat keputusan yang cepat.

Futsal kemudian membutuhkan kemampuan kognitif yang diperlukan untuk membuat keputusan yang cepat namun benar di bawah proses informasi dari lingkungan dinamis pada kondisi pertandingan sepakbola (Nedelec et al., 2012). Research menunjukkan kelelahan dapat mengganggu konsentrasi, kemampuan persepsi, dan pengambilan keputusan yang buruk di dalam sebuah permainan, walaupun kerancuan akibat pengaruh faktor lain bisa saja terjadi (multi-faktorial) (Martin, Thompson, Keegan, Ball, & Rattray, 2015).

Pada umumnya studi-studi yang telah dilakukan terkait atribut kelelahan ini adalah keterkaitannya dengan kemampuan pemain untuk berinteraksi kepada informasi lingkungan (Smith et al., 2016) dengan kemungkinan hilangnya fokus terhadap pertandingan (Boksem & Tops, 2008). Sampai sekarang ini belum ada yang menyampaikan terkait dampak kelelahan terhadap kepatuhan taktik dari para pemain (Smith et al., 2016). Meskipun kelelahan fisik dan mental yang berbeda, keduanya sering ada bersama-sama. Jika seseorang secara fisik kelelahan cukup lama, mereka juga akan lelah mental. Saat itu mereka tidak dapat berfungsi pada tingkat normal bahkan kondisi fisik menurun (Smith et al., 2016). Kelelahan fisik menyebabkan

Radyan Ferdiansyah, 2019

DAMPAK KELELAHAN TERHADAP PENGAMBILAN KEPUTUSAN DI DALAM CABANG OLAHRAGA FUTSAL

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

memburuknya kecepatan dalam pengambilan keputusan di dalam pertandingan simulasi (Ermanno Rampinini, Impellizzeri, Castagna, Coutts, & Wisløff, 2009).

Kelelahan dan pengambilan keputusan adalah salah satu yang belum terselesaikan, meskipun banyak penelitian telah menunjukkan bahwa kelelahan berdampak terhadap kinerja menendang pemain sepak bola (misalnya, (R. M. P. Ferraz, van den Tillaar, Pereira, & Marques, 2016) dan kecepatan menendang pemain sepak bola (R. Ferraz, Van Den Tillaar, & Marques, 2012) menunjukkan bahwa sebagian besar penelitian dilakukan dengan cara melihat dampak dari kelelahan. Oleh karena itu kelelahan dan pengambilan keputusan ini meskipun masuk akal, tetap belum meyakinkan. Dan penelitian terdahulu menyebutkan bahwa kelelahan fisik mempengaruhi kapasitas fisik dan performa teknis pesepakbola (Mohr, Krusturp, & Bangsbo, 2005) dan juga para pemain yang lebih berpengalaman, lebih tepat dalam pengambilan keputusan dibandingkan dengan pemain yang tidak berpengalaman (Vaeyens, Lenoir, Williams, Mazyn, & Philippaerts, 2007).

Menurut (Raab & Johnson, 2011) proses pengambilan keputusan yaitu "kemampuan pemain untuk cepat dan akurat memilih opsi yang tepat dari berbagai pilihan pilihan yang mungkin muncul sebelum bola ditendang atau lawan bergerak. Melihat dari definisi tersebut, tampaknya pengambilan keputusan melibatkan pemilihan suatu teknik motorik yang tepat dari sejumlah pilihan. Kemampuan untuk membuat keputusan yang cepat dan akurat dianggap sama pentingnya dengan melaksanakan keterampilan secara efisien, terutama dalam pertandingan dengan intensitas yang sangat tinggi (Bock-Jonathan, Venter, & Bressan, 2007). Lalu pemain diharuskan untuk terus-menerus melakukan keputusannya. Sementara sebagian besar kondisi fisik pemain berbeda kondisinya. Jika kondisi fisik seseorang itu jelek maka indikasi kelelahan akan lebih cepat artinya ketika pemain mengalami kelelahan sementara dia di haruskan melakukan keputusannya maka pengambilan keputusannya tidak akan bagus dan tepat (Smits et al., 2014).

Dari uraian latar belakang diatas dapat disimpulkan bahwa kelelahan ini akan berdampak pada pengambilan keputusan. Melihat hal tersebut, peneliti ingin meneliti

Radyan Ferdiansyah, 2019

DAMPAK KELELAHAN TERHADAP PENGAMBILAN KEPUTUSAN DI DALAM CABANG OLAHRAGA FUTSAL

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

apakah benar hal itu memang terjadi atau bahkan ada hal-hal yang lain. Oleh karena itu untuk tidak memperluas pokok permasalahan agar penelitian ini lebih spesifik dan terarah, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ilmiah dengan judul “Dampak Kelelahan terhadap Pengambilan Keputusan di Dalam Permainan Futsal”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah kelelahan berdampak terhadap pengambilan keputusan di dalam permainan futsal?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas, tujuan dari penelitian ini untuk mendeskripsikan kelelahan berdampak pada pengambilan keputusan di dalam permainan futsal.

1.4 Manfaat Penelitian:

Berdasarkan hasil penelitian ini, peneliti berharap mendapatkan manfaat yang berguna bagi diri peneliti ataupun masyarakat umum, diantaranya yaitu:

1.4.1 Segi Teori

- 1) Bagi penulis, sebagai salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana Olahraga (S.Or.) pada jurusan Ilmu Keolahragaan Universitas Pendidikan Indonesia.
- 2) Bagi peneliti selanjutnya, sebagai referensi dalam meneliti kajian yang sama secara mendalam.

1.4.2 Segi Kebijakan

Memberikan arahan kebijakan untuk pengembangan pendidikan bagi siswa yang mengikuti futsal dalam pembelajaran kelelahan dengan pengambilan keputusan bermain futsal yang baik dan efektif untuk diterapkan dan diajarkan.

1.4.3 Segi Praktik

Bagi Atlet, sebagai masukan dan bahan evaluasi untuk lebih bisa meningkatkan fisik agar performa dapat lebih baik.

1.4.4 Segi Isu Serta Aksi Sosial

Memberikan informasi kepada semua pihak mengenai pembelajaran kondisi fisik, sehingga dapat menjadi bahan masukan bagi lembaga untuk mengenalkan kondisi fisik.

1.5 Struktur organisasi skripsi

Struktur organisasi skripsi disusun untuk memberikan gambaran menyeluruh dan memudahkan penyusunan skripsi. Struktur organisasi skripsi berisi rincian tentang urutan penulisan dari setiap bab dan bagian bab dalam skripsi. Adapun struktur organisasi dari penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut :

Bab I Pada bagian pendahuluan menjelaskan alasan peneliti mengambil judul “Dampak Kelelahan Terhadap Pengambilan Keputusan di Dalam Permainan Futsal” yaitu karna peneliti ingin meneliti apakah kelelahan berdampak terhadap pengambilan keputusan, Selain itu pada bab I menjelaskan masalah yang akan diteliti, Rumusan masalah pada penelitian ini untuk mengetahui apakah kelelahan berdampak pada pengambilan keputusan di dalam permainan futsal, dan manfaat penelitian ini agar penelitian ini menjadi suatu gagasan untuk perkembangan ilmu keolahragaan di cabang olahraga futsal.

Bab II Kajian Pustaka berisi tentang teori-teori yang berkaitan dengan variabel yang akan diteliti dalam penelitian kali ini, meliputi kelelahan pada olahraga intensitas tinggi, jenis jenis kelelahan, kelelahan pemain futsal pada posisi bermain, pengambilan keputusan di cabang olahraga dan hubungan kelelahan dengan pengambilan keputusan. Selain itu pada bab II terdapat penelitian yang relevan dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode penelitian pada penelitian ini menggunakan metode dengan pendekatan kuantitatif dengan desain kausal komparatif. Partisipan pada penelian ini

Radyan Ferdiansyah, 2019

DAMPAK KELELAHAN TERHADAP PENGAMBILAN KEPUTUSAN DI DALAM CABANG OLAHRAGA FUTSAL

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

adalah siswa SMP PGII II Bandung yang terdaftar aktif di ekstrakurikuler futsal. Sampel pada penelitian ini berjumlah 16 orang yang dipilih dengan teknik sampling *purposive sampling*, instrumen penelitian pada penelitian ini menggunakan *Assesment of Secondary School Student' Decision Making and Game Play Ability in Soccer*. Teknik analisis data yang digunakan adalah dengan langkah-langkah: deskriptif data, uji normalitas data, uji homogenitas, lalu uji hipotesis.

Bab IV Temuan meliputi pengolahan atau analisis data berdasarkan hasil sehingga data yang sudah di olah dapat di interpretasi untuk memudahkan dalam pemahaman penelitian tentang dampak kelelahan terhadap pengambilan keputusan di dalam permainan futsal. Langkah yang dilakukan adalah uji normalitas, pada uji normalitas didapat bahwa semua data normal. Selanjutnya dilakukan uji homogenitas didapat bahwa semua data homogen, dan didapatkan bahwa terdapat perbedaan pengambilan keputusan sebelum dan selama kelelahan dalam permainan futsal. Dengan demikian, karena nilai t hitung $2,409 > t$, tabel $1,6973$ maka dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan pengambilan keputusan sebelum dan selama kelelahan yang artinya kelelahan berdampak terhadap pengambilan keputusan di dalam permainan futsal. T hitung bernilai positif disebabkan nilai rata pengambilan keputusan sebelum kelelahan lebih tinggi dari nilai rata rata pengambilan keputusan selama kelelahan.

Bab V Simpulan, penulis menyimpulkan bahwa adanya dampak kelelahan terhadap pengambilan keputusan di dalam permainan futsal. Implikasi pada penelitian ini diharapkan penelitian ini bisa bermanfaat untuk seluruh praktisi olahraga terutama pada cabang olahraga futsal, khususnya untuk siswa SMP PGII II Bandung. Bagi atlet, ini dapat menjadi acuan untuk atlet agar mau meningkatkan kemampuan pengambilan keputusan dengan baik. Bagi pelatih, ini dapat menjadi acuan sehingga mengetahui jika atletnya mengalami kelelahan. Ada ketertarikan mahasiswa ilmu keolahragaan, pelatih dan ahli olahraga apabila ingin lebih mengembangkan penelitian ini dan lebih lanjut untuk lebih dikembangkan lagi dengan bantuan dari berbagai pihak.