

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Olahraga bola voli merupakan salah olahraga bola besar yang dimainkan pada nomor kategori beregu yang masing-masing terdiri 6 pemain, di lapangan dibagi 2 sama besar oleh net atau tali yang membentang di atas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu. Permainan ini dilakukan oleh tangan atau lengan dengan cara memantul-mantulkan bola untuk melewati atas net. Hal ini juga dijelaskan Menurut Yudiana (2010: 36) bahwa:

Olahraga bola voli adalah permainan memantul-mantulkan bola oleh tangan atau lengan dari dua regu yang bermain di atas lapangan yang mempunyai ukuran-ukuran tertentu. Untuk masing-masing regu, lapangan dibagi dua sama besar oleh net atau tali yang membentang diatas lapangan dengan ukuran ketinggian tertentu. Satu orang tidak boleh memantulkan bola dua kali secara berturut-turut, dan satu regu dapat memainkan bola maksimal tiga kali dilapangan sendiri.

Tujuan orang bermain bola voli berawal dari tujuan yang bersifat rekreatif kemudian berkembang bertujuan-bertujuan lain seperti untuk mencapai prestasi yang tinggi, meningkatkan prestasi diri atau bangsa dan negara, memelihara dan meningkatkan kesehatan dan kebugaran jasmani, memanfaatkan waktu luang, bersosialisasi, bahkan saat ini ada yang sebagian pemain yang bertujuan untuk kepentingan ekonomi dan bisnis. Di lingkungan persekolahan permainan bola voli digunakan sebagai salah satu sarana atau alat untuk mencapai tujuan-tujuan pendidikan.

Oleh karena itu, olahraga bola voli merupakan salah satu cabang olahraga yang sangat digemari oleh masyarakat, khususnya masyarakat Indonesia. Hal ini terbukti dengan banyaknya lapangan bola voli di setiap daerah, jenjang sekolah, dan perguruan tinggi yang sudah menjadi suatu aktivitas. Permainan bola voli semakin meningkat dan bahkan banyak pertandingan-pertandingan di daerah, sekolah dan perguruan tinggi. Maka dari itu olahraga bola voli harus melakukan suatu pembinaan bola voli untuk mencapai prestasi yang tinggi.

Untuk meraih prestasi yang tinggi ada beberapa factor-faktor yang mendukung olahraga prestasi seperti olahraga bola voli ditentukan oleh aspek-aspek yang harus dipenuhi, yaitu aspek kondisi fisik, aspek teknik, aspek taktik dan aspek mental. Salah satu aspek yang sering terlupakan bahkan selalu diabaikan oleh seorang pelatih adalah aspek mental atau psikologi. Aspek ini menentukan kesiapan atlet dalam berlatih maupun bertanding. Maka dari itu mental sangat berpengaruh terhadap perkembangan prestasi. Hal ini diperkuat oleh Harsono (1988: 101) yang menjelaskan bahwa:

Perkembangan mental atlet tidak kurang pentingnya dari perkembangan tiga faktor tersebut di atas, sebab betapa sempurna pun perkembangan fisik, teknik, dan taktik atlet, apabila mentalnya tidak turut berkembang, prestasi tinggi tidak akan mungkin dicapai.

Dengan melihat perkembangan sekarang yang saya amati permainan bola voli bukan hanya di *club-club* saja, melainkan di perguruan tinggi pun sudah menjadi ajang yang terpopuler. Namun pada umumnya permainan bola voli sedikit mengalami kesulitan didalam prestasi khusus di UKM bola voli UPI dikarenakan setiap kejuaraan selalu mengalami prestasi yang kurang baik di tim putra. Di sini terjadi keanehan dalam permainan tim putra dikala terjadi suatu pertandingan uji tanding atau persahabatan dan latihan selalu tampil dengan baik bisa juga disebut menang namun sebaliknya dikala terjadi suatu pertandingan resmi antar universitas terjadi suatu penurunan penampilan dalam permainan. Di sini memang terlihat sekali aspek mental yang kurang baik dalam tim putra namun sebaliknya tim putri jauh lebih baik dalam meraih prestasi dikarenakan selain mempunyai aspek teknik, aspek taktik, aspek fisik yang bagus dan tim putri mempunyai aspek mental yang bagus maka dari itu pencapaian suatu prestasi lebih baik dibandingkan putra.

Di sini pentingnya aspek mental ini untuk mencapai hasil yang akan diraih sebagaimana dijelaskan Menurut Thompson (1991) dalam Smet, (1994: 186) menjelaskan bahwa:

Self control adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil-hasil yang diinginkan lewat tindakannya sendiri. Dari pengertian ini menunjukkan seorang atlet harus senantiasa dapat mengendalikan diri (*self control*) yang sering kali dalam keadaan stres, tekanan emosional, serta suasana ketegangan terutama selama kompetisi sedang berlangsung.

Maka dari itu atlet yang mampu mengendalikan diri atau menguasai keadaan baik dalam berlatih maupun bertanding, cenderung memiliki kemampuan yang baik dalam *Self control* dan kepercayaan dirinya. Adapun beberapa indikator bahwa atlet memiliki penguasaan diri (*self control*). Terry Orlick (1980:51) menjelaskan sebagai berikut:

...(5) atlet selalu tenang dan penuh percaya diri dalam situasi tertekan. Dapat disimpulkan bahwa penguasaan diri merupakan kendali bagi atlet untuk bisa mengontrol, mengendalikan dirinya dan dari penjelasan diatas penguasaan diri atlet memiliki penuh kepercayaan diri.

Dalam kepercayaan diri sangat dibutuhkan oleh seorang atlet untuk mencapai suatu prestasi, dengan kepercayaan diri dapat menimbulkan suatu penampilan yang sesuai dengan apa yang kita inginkan sebagaimana dijelaskan menurut para ahli psikologi olahraga telah memberikan definisi mengenai percaya diri Weinberg (1995: 81) berpendapat bahwa: "*Confidence as the belief that you can successfully perform a desired behavior.*" Esensi percaya diri adalah kepercayaan bahwa diri anda bisa menampilkan keberhasilan sesuai dengan perilaku yang diinginkan. Kepercayaan diri sangat berpengaruh dalam kemampuan apa yang atlet miliki untuk mencapai keberhasilan.

Dalam kenyataan dilapangan terlihat banyak atlet putra UKM bola voli UPI tak terkendali, kurang stabil, tidak memiliki *self control* yang baik. Hal ini yang menyebabkan tim putra UKM bola voli UPI kepercayaan diri atlet rendah, merasa ragu akan kemampuannya dan menyebabkan kegagalan meraih prestasi yang tinggi dibandingkan dengan atlet putri di UKM bola voli UPI yang selalu menjuarai antara universitas bola voli *indoor* maupun bola voli pantai. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian terhadap hubungan *self control* dengan tingkat kepercayaan diri atlet putri di UKM bola voli UPI.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dalam bentuk pertanyaan penelitian, maka penulis merumuskan masalah penelitian sebagai berikut: apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dengan tingkat kepercayaan dari atlet putri di UKM Bola Voli UPI?

C. Tujuan penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan yang signifikan antara *self control* dengan tingkat kepercayaan atlet putri di UKM bola voli UPI?

D. Manfaat penelitian

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

1. Manfaat teoritis
 - a. Hasil penelitian ini memberikan bahan acuan untuk para pelatih dalam mengetahui kemampuan psikologi atlet.
 - b. Hasil penelitian ini dijadikan sumber bacaan dan sumber pengetahuan baru bagi penulis dan pembacanya, mudah-mudahan penelitian ini banyak manfaatnya.
 - c. Penelitian ini dapat memberikan wawasan yang berarti bagi perkembangan psikologi olahraga, psikologi pendidikan, psikologi sosial, dan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
2. Manfaat praktis
 - a. Hasil peneliti ini dapat memberikan gambaran untuk para pelatih mengenai hubungan *self control* dengan tingkat kepercayaan atlet putri di UKM bola voli UPI.
 - b. Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan bagi para pembina dan atlet sebagai pengetahuan baru yang sangat perlu diperhatikan.
 - c. Hasil peneliti ini menjadi bahan informasi bagi lembaga KONI dalam pembinaan olahraga bola voli.

Dea Gardea, 2013

HUBUNGAN ANTARA SELF CONTROL DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI ATLET PUTRI DI UKM BOLA VOLI UPI

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

E. Batasan penelitian

Untuk memperoleh gambaran yang jelas, maka perlu adanya pembatasan ruang lingkup penelitian ini. Seperti yang di kemukakan oleh Nasution. (1987:31), analisis masalah juga membatasi ruang lingkup masalah, di samping itu perlu dinyatakan secara khusus batasan masalah agar peneliti lebih terarah. Dengan demikian memperoleh gambaran yang lebih jelas apabila penelitian itu dianggap selesai dan berakhir. Oleh karena itu, ruang lingkup dibatasi pada hal-hal berikut:

1. Ruang lingkup penelitian ditekankan pada *self control* dan tingkat kepercayaan diri atlet.
2. Populasi yang digunakan atlet putri terdaftar dari UKM bola voli UPI Bandung.
3. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini berjumlah 16 atlet putri yang aktif di UKM Bola Voli UPI.
4. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif
5. Instrument yang digunakan adalah berupa pemberian angket atau kuesioner.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan yang signifikan *self control* dengan tingkat kepercayaan diri atlet putri di UKM UPI.

F. Batasan istilah

Untuk menghindarkan terjadinya salah pengertian terhadap istilah-istilah yang digunakan, dibawah ini penulis jelaskan istilah-istiah tersebut sebagai berikut:

1. *Self control*. Menurut Rodin (2011) *self control* adalah perasaan bahwa seseorang dapat membuat keputusan dan mengambil tindakan yang efektif untuk menghasilkan akibat yang diinginkan dan menghindari akibat yang tidak diinginkan.
2. *Self control*. Menurut Thompson (1991) dalam Smet, (1994:186) *self control* adalah keyakinan bahwa seseorang dapat mencapai hasil-hasil yang diinginkan lewat tindakannya sendiri.
3. Percaya diri. Menurut Weinberg (1995) berpendapat bahwa: “*confidence as the belief that you can successfully perform a desaired behavior.*” Esensi

Dea Gardea, 2013

HUBUNGAN ANTARA SELF CONTROL DENGAN TINGKAT KEPERCAYAAN DIRI ATLET PUTRI DI UKM BOLA VOLI UPI

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

percaya diri adalah kepercayaan bahwa diri anda bisa menampilkan keberhasilan sesuai dengan perilaku yang diinginkan. Kepercayaan diri sangat berpengaruh dalam kemampuan apa yang atlet miliki untuk mencapai keberhasilan.

4. Bola voli. Menurut Subroto (2001:43) Bola Voli ialah : “Memantulkan bola agar jangan sampai bola menyentuh lantai, bola dimainkan sebanyak-banyaknya tiga sentuhan dalam lapangan sendiri dan mengusahakan bola hasil sentuhan itu disebrangkan ke lapangan lawan melewati jaring masuk sesulit mungkin.”

