BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Bola basket merupakan olahraga dinamis dan menuntut kesiapan fisik yang perima dengan dukungan teknik, taktik, dan mental yang memadai. Pergerakan pemain dalam pertandingan, baik dengan bola maupun tanpa bola sangat cepat dan dengan hilir mudik mencari-cari celah daerah yang dapat diterobos untuk memasukan bola kekeranjang lawan. Kondisi ini berlangsung dalam waktu yang cukup lama, sehingga begitu menguras tenaga dan energi. Oleh karena itu dalam olahraga perlu ditunjang dengan fisik yang baik. Apabila atlet tersebut mempunyai kondisi fisik yang baik maka secara otomatis memiliki tingkat kebugaran jasmani dan kemampuan fungsional dari sistem tubuh yang baik pula.

Tiap-tiap cabang olahraga mempunyai sifat dan karakteristik yang berbeda-beda dan pesertanya harus memenuhi syarat-syarat tertentu. Seorang pemain bola basket harus memiliki dan menguasai teknik bermain bola basket, didalam permainan bola basket ada dua gerakan yaitu gerakan dengan menggunakan bola dan gerakan tanpa bola *(moving whit the ball and moving whit out the ball)* oleh karna itu seorang atlet bola basket harus menguasai teknik ini yang diperlukan saat menyerang dan menguasai bola. Dalam permainan bola basket diperlukan pergerakan yang multi arah dan situasional, oleh karena itu diperlukan kemampuan untuk mengubah posisi tubuh kesegala arah yang berguna bagi atlet dalam menggiring bola dan menipu lawan sehingga pemain bisa mencetak angka, bermain bola basket tidak hanya sekedar berlari-lari dan membawa bola saja melainkan kita harus menghadapi lawan yang jaraknya cukup dekat dan *body contact* akan sering terjadi.

Dalam mencapai suatu prestasi, tentu banyak hal yang harus dilalui oleh seorang atlet. Tidak jarang dalam proses meraih prestasi yang diinginkan, atlet dapat mengalami cedera, olahraga basket merupakan salah satu olahraga yang mempunyai intensitas gerak yang tinggi baik saat menguasai bola maupun tidak

seorang pemain basket harus terus tetap bergerak untuk mencari posisi baik pada saat menyerang maupun pada saat bertahan. Kejadian cedera pada saat bermain bola basket sering terjadi, menurut www.fibaeurope.com tipe-tipe cedera olahraga basket dikategorikan menjadi dua yaitu *acute (traumatic) injury* dan *overuse* injury. *Starkey C. Injuries and Illnesses in the National Basketball Association: A 10-Year Perspective Journal of Athletic Training 2000;35(2):161-167* secara umum cedera *acute* biasanya terjadi pada ligamen. Cedera ini merupakan cedera yang paling sering dialami oleh atlet bola basket. Dilaporkan 37,1% atlet tingkat universitas mengalami cedera tersebut, dan 27,8% atlet professional mengalaminya. Sedangkan *overuse* injury merupakan cedera yang dikarenakan oleh penggunaan komponen tubuh melampaui kemampuan atlet itu sendiri.

Suatu penelitian pada tahun 2010 yang dilakukan *East Bay Sports Medicine and Orthopaedic Associates* di California terhadap 237 klub, diketahui bahwa cedera paling umum yang diderita atlet bola basket adalah pada bagian lutut. Hasil penelitian itu menyebutkan bahwa 77% cedera pemain ada pada bagian bawah tubuh, terutama kaki. Sebanyak 21% di antaranya pada lutut dan 18 % menimpa pergelangan kaki (www.eastbaysportmed.com).

Salah satu penyebab langsung cedera saat bermain basket antara lain terjatuh dan salah posisi mendarat yang mengakibatkan adanya kerusakan pada jaringan lunak (*soft tissue*) seperti tendon dan ligamen otot. Sampai terjadinya *fraktur* (patah tulang) yang memerlukan penanganan medis lanjutan.

Penyebab lain adalah *overuse injury* (pemakaian berlebihan) yaitu cedera yang diakibatkan karena cedera ringan yang berulang-ulang dalam kurun waktu lama. Cedera ini berhubungan dengan beratnya beban latihan, istirahat yang kurang, perawatan cedera sebelumnya yang kurang tepat, serta persiapan dalam pertandingan (seperti *warming up, stretching* dan *cooling down* setelah pertandingan) yang kurang optimal.

Menurut Moran dalam bukunya *sport and axercise psychology* (2005:3) Hampir sepanjang tiga dekade terakhir, penelitian telah menunjukan faktor-faktor psikologis yang menjadi faktor pendahuluan dan konsekuensi dari cedera

olahraga. faktor psikologis memiliki peranan penting dari kemunculan dan masa penyembuhan cedera olahraga. Hal ini diawali dengan penelitian yang dilakukan oleh Holmes (1970) mengenai cedera pada atlet. Berbagai penelitian mencoba untuk menjelaskan variabel psikologis manakah yang mempengaruhi cedera pada atlet.

Cedera akibat olahraga kompetisi memang paling sering dijumpai pada atlet, baik dari atlet amatir maupun professional. Dampak dari cedera pada atlet tidak hanya mempengaruhi aktifitas fisik tetapi juga psikologis. Faktor psikologis mempunyai peran penting dalam masa rehabilitasi cedera. Dengan demikian perlu dipahami sejauh mana cedera mempengaruhi aspek psikologis.

Cedera secara psikologis dapat mempengaruhi prestasi atlet. Ketakutan akan mendapatkan cedera akan mengakibatkan prestasi yang rendah. Pengalaman pernah mendapatkan cedera pada pertandingan/latihan sebelumnya juga bisa menurunkan prestasi seorang atlet. Secara garis besar aspek-aspek psikologis dalam olahraga meliputi motivasi, kepribadian, kepercayadirian, kedisiplinan, stress, kecemasan dan frustrasi.

Untuk mengetahui bagaimanakah gambaran proses seorang atlet dalam menghadapi dan mengatasi cederanya selama latihan maupun pada saat berkompetisi, dapat dibuat sebuah profil psikologis. Profil psikologis atlet biasanya berupa gambaran kepribadian secara umum, potensi intelektual dan fungsi daya pikirnya yang dihubungkan dengan olahraga. Profil atlet pada umumnya tidak berubah banyak dari waktu kewaktu untuk membantu mengenal profil setiap atlet, dapat dilakukan pemeriksaan psikologis, yang biasa dikenal dengan "psikotes", dengan bantuan berbagai macam alat ukur yang memeriksa aspek-aspek psikologis atlet.

Tingkat kompetisi juga berpengaruh dalam kondisi psikologis seorang atlet. Penelitian yang dilakukan oleh beberapa psikolog olahraga menunjukan bahwa pada tingkatan yang lebih tinggi, dinamika proses psikologis lebih rendah dikarenakan atlet yang bertanding diajang tersebut telah memiliki pengalaman yang lebih baik. Sedangkan pada pertandingan tingkat mahasiswa dan atlet semi

profesional, faktor psikologis sering dianggap sebagai faktor X dari keberhasilan seorang atlet.

Tidak banyak atlet yang bisa bangkit dari keterpurukanya setelah mengalami cedera olahraga, namun ada juga yang bisa keluar dari tekanannya karena berbagai faktor, baik faktor lingkungan maupun faktor psikologis yang berbeda-beda untuk bangkit kembali, untuk itu peneliti sangat tertarik untuk meneliti "PROFIL ASPEK PSIKOLOGIS ATLET BOLA BASKET YANG PERNAH MENGALAMI CEDERA."

B. Rumusan Masalah

Sesuai dengan permasalahan yang telah diuraikan dalam latar belakang, pertanyaan peneliti dalam penilitian ini adalah: Bagaimana profil aspek psikologis atlet bola basket yang pernah mengalami cedera?

C. Tujuan penelitian

Tujuan yang ingin dicapai dari kegiatan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran profil aspek psikologis atlet bola basket yang pernah mengalami cedera.

D. Manfaat penelitian

Suatu penelitian dilakukan tidak semata-mata hanya untuk mencapai tujuan yang telah digariskan, melainkan harus pula memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan setidaknya pada bidang ilmu yang di teliti.

Penulis berharap hasil penelitiannya ini dapat digunakan sebagai berikut:

1. Manfaat teoritis
   a) penelitian ini dapat dijadikan sumbangan informasi dan keilmuan yang berarti bagi lembaga atau organisasi keolahragaan serta individu dalam berbagai hal khususnya tentang teori dan aplikasi tentang profil aspek psikologis atlet bola basket yang pernah mengalami cedera dan dapat memberikan pengalaman berharga melihat dari pengalaman atlet yang diteliti.

b) penelitian ini juga mengkaji profil aspek psikologis atlet bola basket yang pernah mengalami cedera agar setidaknya dipahami dan dimengerti oleh para atlet sehingga bisa menjadi acuan kedepannya.

c) hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pengayaan *literature* dan pengembangan mata kuliah psikologi olahraga bagi lembaga keolahragaan khususnya FPOK-UPI.

2. Secara praktis

a) hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan masukan bagi para pelatih, tentang bagaimana cara menanggulangi permasalahan psikologis atlet setelah mengalami cedera.

b) khususnya untuk para atlet, penelitian ini diharapakan dapat memberikan wawasan, motivasi serta semangat juang tentang bagaimana mengatasi permasalahan psikologis setelah mengalami cedera.

E. Batasan Penelitian

Dalam penelitian ini penulis melakukan pembatasan masalah, untuk menjaga agar ruang lingkup penelitian tidak luas dan permasalahanya diketahui secara jelas, maka penelitian ini dibatasi pada hal-hal sebagai berikut:

1. Fokus dalam penelitian ini adalah profil aspek psikologis atlet bola basket yang pernah mengalami cedera.
2. Objek penelitian ini adalah atlet bola basket putra liga mahasiswa regional jawa barat tahun 2013/2014 yang pernah mengalami cedera, dengan jumlah sampel 62 orang.

F. Batasan Istilah

Penafsiran seseorang terhadap suatu istilah sering berbeda sehingga dapat menimbulkan kekeliruan dan ketidak cocokan atau mengaburkan pengertian. Oleh karena itu, penulis menafsirkan penjelasan isitilah dengan mengacu pada sumber yang dapat dipertanggung jawabkan sebagi berikut:

1. Profil. Menurut pusat pembinaan dan pengembangan bahasa, depdikbud adalah, "Gambaran, grafik yang memberikan fakta tengtang hal-hal khusus." (http://kamusbahasaindonesia.org/profile).
2. Dari penelusuran terhadap pandangan beberapa ahli psikologi olahraga (R.H. Cox, 1985;Singer, 1980;Sudibyo, 1989) dalam Husdarta (2010: 4) bahwa: "Psikologi olahraga adalah sebuah bidang kajian yang menerapkan prinsip-prinsip psikologi dalam *setting* olahraga guna mendongkrak kualitas kepribadian atlet dan peforma individu maupun, ditandai oleh sejumlah interaksi dengan individu lain dan situas-situasi ekternal yang menstimulasinya."
3. Atlet berasal dari bahasa Yunani: *athlos* yang berarti *"kontes*" dan *kontes* adalah orang yang ikut serta dalam suatu kompetisi olahraga kompetitif." Para atlet harus mempunyai kemampuan fisik yang lebih tinggi dari rata-rata. Seringkali kata ini digunakan untuk merujuk secara spesifik kepada peserta atletik.
4. Liga mahasiswa atau biasa disingkat dengan (LIMA) adalah sebuah komite pelaksanaan kompetisi cabang olahraga ditingkat mahasiswa, liga mahasiswa dilaksankan setahun sekali dengan waktu yang berbeda sesuai cabang olahraga, sejak terbentuknya pada tanggal 15 mei 2012 lalu, LIMA telah berhasil menyelenggarakan empat cabang olahraga antara lain bola basket, badminton, renang dan golf. Dengan peserta mencapai lebih dari 50 universitas dari seluruh Indonesia. Tahun ini liga mahasiswa akan membuka cabang olahraga baru yakni cabang olahraga Futsal. Olahraga yang kini menjadi salah satu cabang olahraga favorit tersebut rencana akan diselenggarakan pada bulan maret 2014 dan semoga liga mahasiswa bisa menjadi penunjang prestasi. (http://www.ligamahasiswa/co.id/kemendikbud-apresiasi-kerja-keras-liga-mahasiswa).

G. Struktur Organisasi Skripsi

Untuk mempermudah dalam pembahasan dan penyusunan selanjutnya, maka berikut rencana penulis untuk membuat kerangka penulisan yang akan diuraikan berdasarkan sistematis penulis sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, batasan masalah, dan struktur organisasi.

BAB II KAJIAN PUSTAKA, KERANGKA PEMIKIRAN, dan **HIPOTESIS PENELITIAN**

Dalam kajian pustaka berisi teori-teori yang berhubungan dengan penelitian yang dilakukan tentang profil aspek psikologis atlet bolabasket yang pernah mengalami cedera.

BAB III METODE PENELITIAN

Membahas mengenai lokasi dan subjek populasi dan sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, proses pengembangan instrumen, teknik pengumpulan data, dan analisis data.

BAB IV HASIL PENELITIAN dan **PEMBAHASAN**

Berisi pengolahan data atau analisis data, dan pembahasan atau analisis temuan.

BAB V KESIMPULAN dan **SARAN**

Membahas kesimpulan data hasil penelitian dan saran-saran yang akan diberikan.

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
PERPUSTAKAAN