

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Di Indonesia perkembangan futsal sangat beragam baik di pedesaan maupun kota besar. Perkembangan tersebut juga menyebabkan beragamnya permainan yang dimainkan pada kompetisi futsal Indonesia, Persatuan Futsal Profesional (PFU), dan Pekan Olahraga Nasional (PON). Dalam bidang pendidikan, salah satu perlombaan futsal yang rutin diselenggarakan adalah Pekan Olahraga Nasional Pelajar (POMNAS) yang diikuti oleh seluruh pelajar yang mewakili daerah masing-masing (menurut Windro). Futsal sudah dikenal di seluruh dunia dan merupakan olahraga yang digemari dkk., 2019), futsal merupakan olahraga terpopuler karena popularitas dan jumlah penggemarnya, dengan lebih dari 30 juta pemain futsal dari 100 negara. Prestasi futsal ditentukan oleh empat faktor: fisik, teknik, strategis dan psikologis. Futsal menuntut semua pemainnya memiliki kualitas fisik, teknis, strategis, dan psikologis yang prima, yang berperan penting dalam meningkatkan performa. (Sivrikaya, 2019), salah satu unsur yang harus dimiliki seorang pemain adalah bagian penting dalam sepak bola atau futsal. Perspektif mental sangat penting bagi pemain futsal. Penelitian otak yang sangat baik membuat pemain nyaman untuk bermain. Ada banyak faktor psikologis seperti kepercayaan diri, efikasi diri dan fokus, inspirasi dan ketakutan, yang semuanya dapat berdampak signifikan terhadap performa seorang atlet selama persiapan dan kompetisi (Zetou, 2022). Dari segi psikologis, persaingan melibatkan seluruh aspek psikologis seperti ketakutan, kecemasan,

konsentrasi, dan inspirasi. Pada satu titik, para atlet menganggap segalanya menjadi buruk karena berat badan lawannya, dan tekanan yang mereka alami tentu dapat berdampak. Performa atlet. Misalnya, rasa cemas yang tidak terkendali pada seorang atlet dapat mengganggu konsentrasi seorang atlet, menyebabkan ia meleset dalam melakukan suatu gerakan, membutuhkan dukungan dari penonton atau pelatih, dan menurunkan semangat peserta dalam bertanding. Mengikuti Kejuaraan Futsal Pelada Putra 2024 memerlukan efikasi diri dan rasa percaya diri karena akan menjadi pertarungan sengit melawan lawan. Masalah utamanya adalah pemain menjadi gugup ketika mereka lebih baik dari lawannya. Ia mengalami kesulitan konsentrasi dan semangat kerja yang rendah. Dalam situasi ini, tim cenderung kalah di setiap pertandingan. Melihat situasi saat ini, terdapat perspektif psikologis dan penelitian ini mencoba menganalisisnya dari perspektif kecemasan, perhatian, dan motivasi. Menurut (Ramadhani & Jumain, 2019), atlet mengalami kecemasan terutama pada saat persaingan yang ketat di lapangan. Hal ini dapat menjadi suatu bentuk stres yang mempengaruhi kinerja seorang atlet dan menghalangi mereka mencapai tingkat kinerja yang dicapai selama latihan. Kecemasan di atas rentang normal tertentu dapat menyebabkan seseorang merasa cemas, sulit, dan lemah sehingga mempengaruhi kinerja dan kinerjanya. Ketakutan ini cenderung meningkat secara signifikan selama kompetisi (Badruizaman et al., 2022). Ada berbagai macam faktor yang dapat menyebabkan atlet mengalami kecemasan saat bertanding. Ketika atlet merasa cemas, hal ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan fisik seperti detak jantung meningkat, keringat dingin, sesak napas, mudah tersinggung, mudah teralihkan, sulit

berkonsentrasi, gelisah, dan sulit berjalan atau berkonsentrasi. Kecemasan dapat merupakan suatu keadaan psikologis dimana seseorang mengantisipasi keadaan yang melemahkan, suatu keadaan kesiapan yang ditandai dengan perubahan perilaku dan fisiologis (Ferreira, 2021).

Mengenai perhatian (Verawati & Syahputra, 2018), dikatakan bahwa perhatian merupakan aspek yang sangat penting dalam olahraga dan perhatian memegang peranan yang sangat penting dalam kualitas atlet (Sari et al., 2017, 2022). Pada saat bertanding, atlet dapat kehilangan konsentrasi saat melakukan gerakan dan strategi sehingga mengakibatkan gerakan menjadi kurang tepat. Menurut (Nusufi, 2018), kurangnya perhatian dapat disebabkan oleh dua faktor internal yang mengganggu seperti memikirkan kejadian yang lalu dan yang akan datang, merinding karena stres, rasa lelah, dan kurangnya motivasi. Pada saat yang sama, ketidakstabilan ini dianggap meresahkan (Septiyato & Suharjana, 2018). Cara terbaik untuk menjaga atlet tetap fokus adalah dengan menggunakan teknik fokus. Sangat penting bagi atlet (Muskanan, 2018) Pada dasarnya motivasi sendiri dibedakan menjadi dua jenis yaitu motivasi intrinsik dan motivasi ekstrinsik. Motivasi intrinsik merupakan faktor yang paling sering ditanyakan peneliti untuk mengungkap apa yang memotivasi atlet, sedangkan motivasi ekstrinsik mengacu pada motivasi yang datang dari luar dan mendorong seseorang untuk mengikuti suatu olahraga. Motivasi ini datang dari pelatih, orang tua, mentor dan penghargaan.

Purnama, (2020) mengungkapkan dampak gangguan psikologi seperti kecemasan dapat mempengaruhi performa seorang atlet bahwa faktor psikologis

dalam diri atlet biasanya dapat memunculkan penurunan performa seperti kejenuhan, prustasi, stress, takut gagal, emosi meledak-ledak, kurang percaya diri, hingga. Gangguan psikologis yang berlarut-larut memberikan kontribusi lebih dari 40% akan berdampak pada gangguan teknik penampilan seorang atlet.

Sementara itu penelitian lainnya diungkap oleh (Fachrozie, R., et al ,2021) bahwa dampak-dampak yang dimunculkan dari gangguan kecemasan terhadap penampilan atlet adalah kerugian dari aspek kemampuan teknis, kesalahan-kesalah semakin meningkat, terganggunya alam pikiran, munculnya perasaan negatif dan sulit mengatasi masalah yang muncul dilapangan. Kajian-kajian penelitian yang pernah mengungkap bahwa atlet mengalami rasa kecemasan menjelang pertandingan misalnya penelitian yang dilakukan oleh (Kumbara, H., Metra, Y., & Ilham, 2018) dimana penelitian ini menjelaskan hasil bahwa 63% atlet sepak bola Kab. Banyuasin mengalami kecemasan sebelum bertanding dan 37% atlet tidak mengalami kecemasan baik bersumber dari kompetitif anxiety, cognitif anxiety dan somatic anxiety. Penelitian selanjutnya (Rahmalia, A., Armen, M., & 'Ala, 2022) dimana penelitian ini mengungkap bahwa kecemasan pada faktor instrinsik menunjukkan bahwa frekuensi tertinggi adalah 44% dan terendah adalah 12% sedangkan faktor ekstrinsik frekuensi tertinggi adalah 40% dan terendah 8%. Penelitian lainnya adalah (Akhbar, M. T., & Mahendra, 2021) penelitian ini mengungkap hasil penelitian kecemasan didasarkan pada dua faktor yaitu intrinsik dan ekstrinsik dimana instrinsik 22,38% pemain mengalami kecemasan sedangkan faktor ekstrinsik sebanyak 21,74% pemain mengalami kecemasan.

Sesuai dengan fenomena yang penulis lihat di lapangan bahwa atlet Futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI Tahun 2024 pada bulan September sebanyak 18 orang. Astlet Futsal Putra Pelatda Sumut direkrut berdasarkan seleksi yang cukup ketat melalui 5 kali uji coba. Setelah peserta putsal putra lolos seleksi baru menjadi altel futsal yang memiliki criteria jadi pelatda.

Hasil uji coba 5 kali pertandingan terakhir yaitu PON Sumut VS Al Pasha Brother (5-2), PON Sumut VS Fantastik Futsal (8-1), PON Sumut VS Academy Futsal FBS (4-2), PON Sumut VS Kinantan Futsal (0-2) dan PON Sumut VS Kotara Indonesia.

Sistem rekrutmen atlet Pelatda dimulai dari Tim Asprov PSSI Sumut mengadakan seleksi terbuka untuk pemain kelahiran tahun 2005 ke atas, seleksi dilaksanakan 4 hari mulai dari tes kemampuan bermain fustal sampai dengan tes ondisi fisik. Selain itu asprov dan tim pelatih juga memberikan rekomendasi dari hasil penjarangan Talent Scouting pada ajang Kejurda Futsal dan pada ajang Liga Futsal Nusantara pada tahun 2023.

Adapun kondisi fisik atlet fustal putra platda Sumut cukup prima karena terus melakukan latihan secara rutin, namun tetap memiliki tingkat kecemasan yang cukup tinggi, hal ini disebabkan karena banyaknya klub futsal yang masuk seleksi dan cukup berprestasi sebagai pesaing atau lawan tanding nantinya. Tingkat kecemasan altet tersebut tentunya dapat di identifikasi dari segi psikologi yaitu kurangnya percaya diri dalam menghadapi pertandingan, ketakutan terhadap lawan yang cukup berprestasi, takut mengalami kekalahan dalam pertandingan

dan sebagainya. Tingkat kecemasan tersebut tentunya mempengaruhi terhadap konsentrasi bertanding, dan menurunnya motivasi peserta bertanding.

Berdasarkan uraian di atas menjadi dasar pemikiran bagi penulis untuk melakukan penelitian tentang **Profil Tingkat Kecemasan Atlet Futsal Putra Pelatda Sumut Menghadapi Pon Xxi Tahun 2024.**

1.2 Identifikasi Masalah

Adapun yang menjadi identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI Tahun 2024 cukup tinggi
- b. Profil tingkat kecemasan kurang percaya diri atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI Tahun 2024 cukup tinggi
- c. Profil takut mengalami kekalahan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI Tahun 2024 cukup tinggi
- d. Profil takut menghadapi lawan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI Tahun 2024 cukup tinggi

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ditemukan dalam landasan dan inti permasalahan, maka ada beberapa permasalahan. Agar peneliti lebih terarah dan terkoordinasi, maka permasalahan penelitian dalam uraian ini adalah:

- a. Bagaimana tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI tahun 2024?
- b. Bagaimana profil tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut

menghadapi PON XXI tahun 2024 yang sangat tinggi?

- c. Bagaimana cara mengatasi tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI tahun 2024 yang sangat tinggi?

1.4 Tujuan Penelitian

Permasalahan yang dapat dirumuskan sesuai dengan dasar permasalahan di atas adalah:

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI tahun 2024 sangat tinggi
- b. Untuk mengetahui bagaimana profil tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI tahun 2024 sangat tinggi
- c. Untuk mengetahui upaya penanggulangan tingkat kecemasan atlet futsal putra Pelatda Sumut menghadapi PON XXI tahun 2024 sangat tinggi

1.5 Manfaat Penelitian

Manfaat dari pemikiran ini adalah:

1. Manfaat Hipotesis

- a. Memberikan referensi untuk membantu analisis terkait tingkat kegelisahan pesaing dalam berkompetisi
- b. Memberikan pengetahuan kepada pesaing terkait cara mengatasi kegelisahan.

2. Manfaat Akal Sehat

- a. Bagi Pemerintah

Menjadi bahan perbandingan bagi pemerintah, khususnya Dinas Olahraga, dalam mengatasi kegelisahan pesaing

b. Bagi Pesaing

Menambah wawasan bagi pesaing untuk mendorong diri dalam mengatasi tingkat kegelisahan

c. Bagi Analis

- 1) Memperoleh keterlibatan dalam menyusun laporan ilmiah
- 2) Analis memperoleh pengalaman sehubungan dengan penelitian makalah ilmiah

