BAB I

PENDAHULUAN

1. 1 Latar Belakang

Olahraga dapat di mulai sejak usia muda hingga usia lanjut dan dapat di lakukan setiap hari. Di samping itu olahraga sudah menjadi bagian dari hidup dari Sebagian besar Masyarakat dunia, baik di kota besar maupun di pelosok perdesaan. Maka dari itu peran olahraga di zaman yang serba instan ini memiliki peran yang sangat penting bagi penunjang Kesehatan setiap individu maupun kelompok. Olahraga dan proses sistematis yang berupa segala kegiatan atau usaha yang mendorong, mengembangkan dan membina potensi-potensi jasmaniah dan rohaniyah seseorang perorangan atau Masyarakat dalam bentuk perlombaan/kompetisi, permainan dalam kegiatan jasmani (Alim, A, 2007).

Secara umum pengertian olahraga adalah suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan Gerakan tubuh berulang-ulang dan di tunjukan untuk meningkatkan kebugaran jasmani, pendidikan olahraga di bagi menjadi 3 yaitu olahraga pendidikan, olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga pendidikan ialah Ketika seseorang atau sekelompok orang melakukan olahraga dengan tujuan sebagai proses pendidikan yang maka semua aktivitas gerak diarahkan untuk memenuhi tuntutan tujuan-tujuan pendidikan (Suharjana, 2013).

Oleh karena itu, olahraga yang bertujuan untuk pendidikan ini identik dengan aktivitas pendidikan jasmani yaitu dengan media cabang olahraga

sebagai pendidikan. Adapun olahraga rekreasi ialah olahraga yang mengarah kepada aktivitas gerak yang bertujuan untuk kesenangan dan kegembiraan. Olahraga rekreasi biasanya ditemukan di tempat-tempat wisata, jenisnya juga semakin bervariasi dari mulai yang berpetualangan sampai dengan yang ekstrim. Menurut Sejarah olahraga di Indonesia, olahraga rekreasi merupakan olahraga yang baru muncul (Irianto, D. P., 2002).

Contoh beberapa olahraga rekreasi di antaranya ; Outbound, pendakian gunung, renang, jogging, Bersepeda, dan lain-lain. Pada dasarnya semua cabang olahraga bisa di gunakan sebagai cabang olahraga rekreasi asalkan dengantujuan yang jelas. Sedangkan olahraga prestasi adalah olahraga yang di lakukan dan dikelola secara profesional dengan tujuan untuk membina dan mengembangkan olahragawan secara terencana, berjenjang dan berlanjut melalui kopentisi untuk mencapai prestasi optimal pada cabang-cabang olahraga dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi olahraga (Rizaldi, M., 2021).

Berkaitan dengan cabang olahraga prestasi, sudah menjadi sebuah kewajiban mengenai bagaimana memeberikan hasil yang terbaik bagi daerah, bangsa, negara dan khususnya untuk diri kita sendiri, sebagai dampak positif yang di hasilkan dari sebuah prestasi olahraga Indonesia hal yang mengangkat nama baik dan kredibilitas suatu daerah dan tentunya negara kesatuan republik Indonesia di mata dunia, yang mana tentu hal ini terjadi begitu berarti dan menumbuhkan kepercayaan diri bangsa (Alim, A, 2007).

Prestasi olahraga adalah adalah sebuah hal yang tidak langsung telah

diuji dan secara umum telah menjadi salah satu barometer mutu, kualitas, dan tingkah kesejahteraan suatu daerah bahkan negara. Semakin baik prestasi olahraga yang diraih oleh suatu bangsa, maka kita bisa mengambil sebuah kesimpulan umum secara singkat mengenai kualitas penduduknya yang terjamin di tingkat kesejahteraan yang baik. sejauh ini hal itulah yang kita lihat sepanjang Sejarah berlangsungnya multi event (Laksana, J., 2011).

Olahragawan yang menekuni salah satu cabang tertentu untuk meraih prestasi, dari mulai tingkat daerah, nasional, serta internasional, mempunyai syarat memiliki tingkat kebugaran dan harus memiliki keterampilan pada salah satu cabang olahraga yang ditekuninya tentunya di atas rata-rata non atlet. Untuk mencapai prestasi tentunya harus tetap berlatih. Seperti yang tercantum pada (UU Nomor 3 Tahun 2005 Tentang Sistem keolahragaan Nasional) Olahraga Prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahragawan secara terancam, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan (Jaya, A., 2008). Olahraga prestasi salah satunya adalah Futsal.

Futsal adalah cabang dari olahraga yang menggunakan bola besar dan sangat terkenal dikalangan masyarakat terutama siswa sekolah menengah atas (SMA). Dalam Bahasa Spanyol atau Portugis futsal terbagi atas dua kata yakni *futbal* diartikan sepak bola dan *sala* diartikan dalam ruang. Jadi dapat disimpulkan bahwa futsal merupakan permainan yang dimainkan diruangan tertutup dengan jumlah pemain 5 orang (Faruk, F. t. (n.d.), 2020).

Jumlah pemain, ukuran bola, lapangan, serta sepatu merupakan perbedaan yang signifikan antara permainan futsal dan sepak bola. Permainan futsal mulai berkembang dengan jumlah klub futsal yang semakin banyak di Indonesia. Peraturan olahraga futsal dibuat oleh FIFA agar permainan ini berjalan dengan *fair play* dan juga untuk menghindari cedera yang terjadi (Jaya, A., 2008).

Futsal merupakan aktivitas permainan invasi (*invasion games*) yang dimainkan lima lawan lima orang dalam durasi waktu tertentu yang dimainkan padalapangan, gawang dan bola relatif lebih kecil dari permainan sepak bola yang mensyaratkan kecepatan bergerak, menyenangkan serta aman dimainkan serta tim yang menang adalah tim yang lebih banyak mencetak gol ke gawang lawannya (Saryono, 2008: 49). Permainan futsal memberikan manfaat bagi sistem ketahanan tubuh hampir sepanjang permainan, seorang pemain akan berlari kesegala lapangan, hampir tanpa henti. Menurut (Irawan, 2009: 22) teknik-teknik dasar dalam bermain futsal ada beberapa, seperti *shooting* (menendang bola ke gawang), *passing* (mengumpan), *dribbling* (menggiring bola), *chipping* (mengumpan lambung), *heading* (menyundul bola) dan *receiving* (menerima bola).

Dalam permainan futsal diupayakan menguasai teknik, taktik, dan strategi yang benar juga konsisten atas koordinasi dasar dari kaki untuk tetap menguasai dan mendukung tercapainya inti dalam permainan futsal (Ali, M., 2020). Salah satu teknik atau taktik yang sangat mendasari pada permainan futsal ialah *shooting*, *dribbling*, dan *passing*.

Shooting merupakan tendangan keras mengarah ke gawang dengan tujuan ingin mencetak gol atau menambah poin (Eleftherios, 2007). Pada pelaksanaannya dibutuhkan ketepatan tubuh untuk mengendalikan dan mengarahkan menuju suatu sasaran. *Dribbling* adalah teknik dasar menggiring bola. Setiap pemain harus memiliki kemampuan *dribbling* karena pada saat bermain di lapangan kita tidak bermain sendiri tetapi bermain dengan kelompok. Menurut. (Asmar, 2008) cara melakukan *dribbling* yaitu dengan menggiring bola menggunakan kaki bagian dalam, kaki bagian luar, dan menggunakan punggung kaki. Sedangkan *passing* adalah teknik dasar mengumpan bola atau mengoper bola dengan penguasaan sehingga tepat pada sasaran yang dituju (Lhaksana, 2011).

Teknik dasar yang dikuasai harus diimbangi dengan *Performa* pemain. *Performa* adalah penampilan yang terlihat atau yang diperlihatkan pemain dalam suatu permainan atau pertandingan (Gunarsa,S, 2004). Dalam olahraga, *Performa* pemain sangat penting karena dengan adanya *Performa* tim dapat mencapai tujuan dan memperbaharui skill sehingga dapat menghasilkan *Performa* yang tinggi. *Performa* yang tinggi harus di dorong oleh faktor internal dan eksternal. Aspek psikologis yang menunjang *Performa* adalah self efficacy atau kepercayaan diri yang tinggi, dan tim yang kompak. Sedangkan aspek yang mengganggu peforma adalah kurangnya kepercayaan diri tiap pemain dan adanya keraguan saat menendang, menggiring dan mengumpan bola (Janet L. STarkes & K. Anders Erricsson , 2003).

Performa pemain yang tertarik penulis lihat saat pertandingan yaitu *Performa* siswa SMA Negeri 1 Sungai Penuh dan siswa SMA Negeri 3 Sungai penuh. Adapun profil dari dua sekolah tersebut yaitu:

1. SMAN 1 Kota Sungai Penuh

SMA Negeri 1 merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Negeri yang ada di Provinsi Jambi, Indonesia. Sama dengan SMA pada umumnya di Indonesia masa pendidikan sekolah di SMA Negeri 1 Sungai penuh ditempuh dalam waktu tiga tahun pelajaran, mulai dari Kelas X sampai Kelas XII. SMA Negeri 1 Sungai Penuh Menerapkan Kurikulum nasional yang mengutamakan pendidikan Akademik dan pendidikan karakter. Sekolah yang mendapatkan sebagai sekolah Adiwiyata (Sekolah berbasis Lingkungan) Tingkat Nasional pada tahun 2019 ini adalah salah satu sekolah Favorit di Kota Sungai Penuh, Kabupaten Kerinci dan di Provinsi Jambi.

Sebagai sekolah yang berbasis ICT, SMA Negeri 1 sungai Penuh dilengkapi dengan sarana dan prasarana yang menunjang proses pembelajaran. Sehingga wajar SMA Negeri 1 Sungai Penuh memperoleh berbagai prestasi baik sekolah, Olahraga siswa dan guru yang mampu bersaing dari Tingkat Kota, Kabupaten, Provinsi dan Nasional. Alumni yang telah menyebar di penjuru Nusantara dan Mancanegara inilah yang membuktikan bahwa SMA Negeri 1 sungai Penuh mampu menciptakan generasi yang unggul dalam akademik/ non akademik dan menanamkan pendidikan karakter pada siswanya.

2. SMAN 3 Kota Sungai Penuh

SMA Negeri 3 merupakan sekolah menengah atas negeri yang ada di provinsi jambi, Indonesia Sama dengan SMA pada umumnya di Indonesia masa pendidikan sekolah di SMA Negeri 3 Sungai penuh ditempuh dalam waktu tiga tahun pelajaran, mulai dari Kelas X sampai Kelas XII. SMA Negeri 3 Sungai Penuh Menerapkan Kurikulum nasional yang mengutamakan pendidikan Akademik dan pendidikan karakter. SMA Negeri 3 ini juga banyak memiliki prestasi di tingkat nasional baik di bidang seni, pendidikan, dan juga di bidang olahraga siswa dan guru yang mampu bersaing dari Tingkat Kota, Kabupaten, Provinsi dan Nasional. Alumni yang telah menyebar di penjuru Nusantara dan Mancanegara inilah yang akan menjadi bukti bahwa SMA Negeri 3 sungai Penuh mampu menciptakan generasi yang unggul dalam akademik/ non akademik dan menanamkan pendidikan karakter yang baik pada siswanya.

Salah satu Event Akbar di Kota Sungai Penuh “pertandingan liga futsal CUP yang di buka oleh IPMR (Ikatan Pelajar Mahasiswa Rawang Jambi)” yaitu pertandingan antar sekolah sekota Sungai penuh. Pertandingan ini dilaksanakan selama kurang lebih dalam dua pekan. Pada kegiatan pembukaan pertandingan ini di buka langsung oleh wali kota Sungai penuh yakni bapak Drs.Ahmadi zubir,.MM dan pertandingan tersebut dilaksanakan di GOR Kota Sungai Penuh dan menampilkan dance dan bujang gadis Kota Sungai Penuh. Tentunya mewarnai kemeriahan kegiatan ini yang

dilaksanakan di GOR Kemenangan Kota Sungai Penuh. Kegiatan ini dilaksanakan dengan dukungan dari berbagai pihak yaitu Sekolah, Komite Sekolah, Orang Tua siswa dan Para Sponsor dan Donatur yang telah mendukung kegiatan itu.

Pada akhir acara di pertemukan dua sekolah yang berhasil menuju babak final pada pertandingan yakni SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh dengan SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh kedua sekolah tersebut memiliki kemampuan dan kelebihan masing-masing dalam pertandingan dengan memiliki performa yang bagus juga. Di penghujung pertandingan kemenangan berpihak pada SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh dan pada saat pertandingan banyak nya terjadi kekurangan di SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh yakni bluder yang di lakukan oleh pemain maupun kiper adalah dari sekolah SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh.

Pada saat mengamati pertandingan secara langsung penulis dapat menyimpulkan kesalahan atau kelemahan yang di miliki oleh pemain futsal SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh, kurangnya kepercayaan diri atau *self efficacy* dan bisa jadi kurang nya semangat yang di berikan oleh supporter dan motivasi dari pelatih sehingga pemain tersebut banyak melakukan kesalahan baik itu di kemampuan *passing*, *dribbling* maupun *shooting* yang melenceng kelain arah sehingga mental pemain tersebut melemah dan berkurangnya *Performa* pada saat bermain.

Di sini penulis ingin mencoba meneliti lebih lanjut permasalahan dari kedua sekolah tersebut terutama di SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh

banyaknya latihan yang harus di lakukan untuk menghindari permasalahan yang sudah penulis jabarkan di atas dan harus ada dukungan yang lebih dari pelatih seperti motivasi dan dan model latihan yang akurat dan mudah untuk di pahami maupun di praktekkan langsung ke lapangan sehingga pemain tersebut memiliki mental yang bagus, semangat yang tinggi dalam pertandingan dan terutama harus percaya diri.

Percaya diri (*Self-efficacy*) meyakinkan pada kemampuan dan penilaian diri sendiri dalam melakukan tugas dan memilih pendekatan yang efektif. Kepercayaan atas kemampuan diri sendiri dalam menghadapi lingkungan yang semakin menantang dan kepercayaan atas keputusan dan pendapatnya (Aguss, R. M., 2021). Sedangkan kepercayaan diri merupakan sebuah perilaku positif pada seorang individu yang memampukan dirinya untuk meningkatkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan atau situasi yang sedang dihadapinya. Situasi ini bukan berarti individu tersebut mampu dan telaten melakukan segala sesuatu seorang diri (Rizaldi, M., 2021).

Kepercayaan diri sangat penting untuk seorang atlet sepak bola atau futsal dalam meningkatkan *Performa* pemain. Seorang yang memiliki *Performa* yang tinggi selalu di pengaruhi kepercayaan diri tinggi pula dan penguasaan teknik dasar yang tepat. Pada suatu tim futsal untuk meraih kemenangan harus memiliki kerja sama tim dan kepercayaan antara satu dengan yang lainnya. Sebelum membangun kepercayaan antar tim harus membangun kepercayaan diri sendiri terlebih dahulu dan harus yakin pada

diri sendiri mampu menampilkan *Performa* yang bagus pada saat pertandingan. *Performa* yang bagus tidak dapat ditampilkan tanpa adanya latihan dan teknik yang dikuasai (Vallerand,R.j., Megeau,J.A.,Elliot,A,J., Dumais,A., Demais,M.A., & Rousseau,F, 2008).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, ditemukan bahwa kepercayaan diri siswa sangat dibutuhkan untuk meningkatkan *Performa* pada pertandingan futsal. Dari hasil pengujian terdahulu adanya korelasi yang tinggi antara tingkat kepercayaan diri dengan *Performa* pemain futsal. Hasil penelitian itu juga menunjukan adanya hubungan yang signifikan antara *self efficacy* dengan *Performa* siswa ekstrakurikuler futsal (Kharis Nurdiansyah, Agus Sulastio, Ni Putu Nita Wijayanti, 2022).

Dari uraian di atas dapat dilihat bahwa *self efficacy* memiliki hubungan terhadap *Performa* pemain futsal. Sudah banyak penelitian tentang *self efficacy* terhadap *Performa*. Salah satunya *Colerato in self efficacy* dengan *Performa* siswa ekstrakurikuler futsal SMAN 1 Seberida (Kharis Nurdiansyah, Agus Sulastio, Ni Putu Nita Wijayanti, 2022). *Self efficacy* dan *mental toughness*: Apakah faktor psikologis berkorelasi dengan *Performa* atlet? (Edi setiawan, Ihsan abdul patah, Ceu bapista, M. E Winarno, Bebiana Sabino, Eneng fitri amalia, 2020). Setelah penulis melihat secara langsung masalah yang dihadapi siswa, penulis melihat kepercayaan diri memiliki hubungan yang sangat erat dengan *Performa* pada saat bertanding. Namun, belum pernah diteliti hubungan *self efficacy* terhadap *Performa* pemain futsal.

Oleh karena itu, penulis tertarik ingin meneliti lebih lanjut hubungan *self efficacy* terhadap *Performa* pemain futsal.

1. 2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, dikemukakan identifikasi masalah sebagai berikut:

1. Kepercayaan diri siswa pada saat bertanding
2. Penguasaan teknik dasar tim dalam bermain, seperti *shooting*, *dribbling* dan *passing*
3. Rasa cemas dan takut siswa jika bola melenceng ke arah lain pada saat pertandingan.

1. 3 Batasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah yang telah dikemukakan di atas, pada penelitian ini peneliti membatasi pada *Performa* teknik *Shooting*, *Dribbling*, dan *Passing* pemain futsal. Oleh karena itu peneliti melihat hubungan *self efficacy* terhadap *Performa* pemain futsal SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh dengan SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh.

1. 4 Rumusan Masalah

Berdasarkan batasan masalah di kemukakan, maka rumusan masalah yang akan diteliti yaitu: apakah terdapat hubungan *self efficacy* terhadap *Performa* pemain futsal SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh dengan SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh.

1. 5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah, maka tujuan dari penelitian ini yaitu untuk melihat

hubungan *self efficacy* terhadap *Performa* pemain futsal SMA Negeri 1 Kota Sungai Penuh dengan SMA Negeri 3 Kota Sungai Penuh.

1. 6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan ruang lingkup dan permasalahan yang diteliti, penelitian ini diharapkan mempunyai manfaat sebagai berikut:

1.6.1 Secara Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sarana untuk memperkaya dan mengembangkan ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan *Performa* pemain futsal.
- b. Bagi mahasiswa khususnya pada prodi kepelatihan olahraga, dapat digunakan sebagai acuan atau referensi untuk penelitian-penelitian selanjutnya khususnya di bidang olahraga futsal.

1.6.2 Secara Praktis

- a. Untuk siswa

Diharapkan siswa dapat meningkatkan *self efficacy* pada saat melakukan pertandingan futsal.

- b. Untuk guru

Diharapkan dengan adanya penelitian ini guru dapat menjadikan masukan untuk meningkatkan *self efficacy* pada saat melakukan pertandingan futsal .

- c. Untuk sekolah

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi peningkatan kualitas pembelajaran olahraga di sekolah.