

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang Masalah

Olahraga mempunyai satu tujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik dan mental masyarakat melalui pembinaan dan pengembangan olahraga. Perkembangan olahraga saat ini semakin meningkat di kalangan masyarakat. Hal ini terlihat dari banyaknya masyarakat yang melakukan kegiatan olahraga dan fasilitas penunjangnya. Secara umum olahraga diartikan sebagai salah satu aktivitas fisik dan mental seseorang yang membantu memelihara dan meningkatkan kualitas kesehatan seseorang. Salah satu cabang olahraga yang mulai populer adalah futsal, olahraga yang peminatnya dari semua kalangan, tanpa memandang usia maupun jenis kelamin dimulai dari anak-anak, remaja, dewasa, laki-laki ataupun wanita. Kebanyakan orang bermain futsal sebagai hobi tapi tidak sedikit juga orang yang menjadikan olahraga futsal sebagai profesi dan menjadi pemain profesional yang terikat kontrak dengan klub resmi liga di suatu negara. Futsal adalah gabungan dari dua kata dari bahasa Spanyol, “futbol dan sala”. Futbol artinya sepak bola dan sala artinya ruangan.

Menurut Mulyono (2017: 5) futsal adalah salah satu cabang olahraga yang dimaksud bentuk permainan bola besar. Sepak bola futsal yang dimainkan di dalam ruangan adalah olahraga berupa team dengan sifat dinamis. Sedangkan menurut Naser & Ali (2016: 1) pengertian futsal adalah sebuah versi sepakbola yang dimainkan di dalam ruangan lima melawan lima (satu penjaga gawang dan

lima sebagai pemain) yang telah disetujui oleh badan pengatur sepak bola internasional atau yang biasa kita sebut (Federation International de asosiasi sepakbola, FIFA 2014). Olahraga futsal merupakan olahraga yang memerlukan keterampilan tingkat tinggi berupa teknik, taktik, dan keseimbangan psikologis (aparecido rinaldo 2022: 1).

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim yang terdiri dari lima pemain, termasuk seorang penjaga gawang. Tujuannya adalah untuk memasukkan bola ke gawang lawan dengan memanipulasi bola dengan kaki Anda. Selain lima pemain utama, setiap tim juga diperbolehkan memiliki pemain pengganti. Dalam futsal terdapat 4 faktor yang mempengaruhi performa yaitu fisik, teknik, taktis dan psikologis. Ke 4 faktor ini sangat penting untuk menunjang performa seorang pemain futsal. Namun dalam penerapannya, faktor psikologis seringkali diremehkan oleh pelatih dan atlet itu sendiri. Ketika atlet bertanding, mereka harus siap mental untuk tampil maksimal. Ketika seorang atlet tidak merasa down, takut, khawatir, dan emosi negatif lainnya, seorang atlet dikatakan siap mental. Mentalitas menjadi hal yang sangat penting dalam berbagai aspek kehidupan, terlebih lagi dalam kompetisi olahraga, Terdapat suatu hal yang mendasar yang tidak tampak dilapangan namun sering kali mempengaruhi hasil, adalah keseluruhan cara berpikir, mengambil keputusan, bersikap, berperilaku pemain. Hal tersebut sering disebut dengan mental. Seorang atlet wajib memiliki mentalitas yang baik agar dapat berprestasi dalam bidangnya, terkadang mental seorang atlet menjadi faktor penentu apakah atlet tersebut dapat berprestasi atau tidak. Dalam pertandingan, jika teknik sudah mencukupi maka mental yang akan

berbicara lebih banyak didalam lapangan. Ketangguhan mental dapat mengukur semangat dan kepercayaan diri individu, dan mampu memprediksi kesuksesan dalam ranah pendidikan, tempat kerja, atau olahraga sebagai konsep yang luas. Ketangguhan mental di dalam konteks olahraga muncul sebagai sekumpulan atribut yang memungkinkan seseorang untuk menjadi atlet yang lebih baik dan mampu mengatasi bentuk latihan dan situasi persaingan yang sulit, sehingga atlet mampu tampil prima tanpa kehilangan kepercayaan dirinya (Kumar, 2017:182).

Mental diartikan sebagai kepribadian yang merupakan kebulatan yang dinamik yang dimiliki seseorang yang tercermin dalam sikap dan perbuatan atau terlihat dari psikomotornya. Dalam ilmu psikiatri dan psikoterapi, kata mental sering digunakan sebagai ganti dari kata *personality* (kepribadian) yang berarti mental adalah semua unsur-unsur jiwa termasuk pikiran, emosi, sikap (*attitude*) dan perasaan yang dalam keseluruhan dan kebulatannya akan menentukan corak laku, cara menghadapi suatu hal yang menekan perasaan, mengecewakan atau menggembirakan, menyenangkan dan sebagainya (Arifin. 2012:2). Mental adalah kunci kesuksesan dalam dunia olahraga. gelar juara dan kesuksesan hanya bisa didapat dari jalur kemenangan.

Pentingnya faktor mental di dalam olahraga prestasi sangat berpengaruh terhadap penampilan (*performance*) atlet. Pembinaan terhadap kondisi mental atlet wajib dilakukan melalui cara berpikir, prilaku, bersikap, dan mengambil keputusan mulai dari latihan hingga pemulihan setelah pertandingan (nogueira, 2018:63). Kesehatan mental berperan pada saat pertandingan dan menjadi kunci keberhasilan pertandingan (satriya, 2014). Atlet futsal akan menampilkan

berbagai keterampilan seperti mengoper atau mencetak gol sebagai bukti kesehatan mental atlet (naser, 2017:76).

Sampai saat ini pelatih masih banyak menekankan latihan pada atletnya terfokus pada fisik, teknik, dan taktik saja, sedangkan faktor psikologis jarang tersentuh. dalam bertanding atlet akan menggunakan mentalnya sebesar 80% , sedangkan taktik dan strategi hanya 20%. Oleh karena itu permasalahan mental di dalam menghadapi sebuah pertandingan haruslah di prioritaskan karena pada dasarnya suatu pertandingan 80% ditentukan oleh keadaan psikologis seorang atlet. Terutama untuk pemain muda dan pemain usia dini. Dalam perkembangan pemain usia dini, faktor psikologis adalah hal yang terpenting untuk diperhatikan karena pembentukan mental memang diharuskan dibentuk dari usia muda. Ada banyak kasus pemain profesional maupun semi profesional yang gagal hanya karena punya keadaan psikologis yang buruk. Hal ini karena psikologis adalah salah satu hal yang paling penting untuk menunjang performa pemain diatas lapangan. Akan terlihat perbedaan performa antara satu pemain yang mempunyai mental bagus dan mental yang kurang bagus. Seorang pemain yang mempunyai mental yang bagus akan terlihat percaya diri didalam lapangan dan akan memudahkan dirinya sendiri dalam mengambil keputusan saat sedang memanipulasi bola ataupun bergerak tanpa bola sedangkan untuk pemain yang keadaan mentalnya kurang baik akan terlihat ketidak percayaan diri didalam dirinya sehingga mempengaruhi perfrmannya didalam lapangan, rasa cemas, gugup, takut akan memperburuk seorang pemain dalam pengambilan keputusan yang tepat.

Dari hasil pengamatan peneliti selama magang di Akademi Tor Family Futsal Kota Jambi, beberapa pemain terlihat ada yang malas malasan, ada yang bersemangat, datang terlambat, dan juga disaat ada pertandingan persahabatan terlihat adanya beberapa pemain yang terlihat cemas dan juga ada yang begitu percaya diri. Hal ini terlihat setiap waktu latihan rutin maupun pada saat pertandingan persahabatan yang mereka jalani. Berdasarkan observasi yang peneliti lakukan bersama Akademi Tor Family Futsal Junior Kota Jambi selaku sample penelitian peneliti melihat dan mengamati bahwasanya secara teknik anak-anak *tor family futsal* sudah bagus untuk seusia mereka dan dapat dilihat dari teknik mereka selama masa latihan. Hanya saja keadaan mental mereka belum diketahui secara keseluruhan sehingga terlihat beberapa pemain kurang maksimal dalam mengembangkan potensi mereka. jadi penulis ingin mengetahui tentang mental semua pemain junior akademi tor family.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Kondisi Mental pada atlet akademi tor *family* futsal kota jambi dalam rangka menghadapi *TURNAMENT AAFI*”.

1.2. Identifikasi Masalah

Berdasarkan dari latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti dapat mengidentifikasikan suatu masalah sebagai berikut:

1. Beberapa pemain terlihat ada yang malas malasan saat latihan
2. terlihat beberapa pemain yang antusias dalam latihan maupun pertandingan

3. Bagaimana kondisi mental untuk keseluruhan atlet junior akademi tor family futsal?

1.3. Batasan masalah

Untuk menghindari salah penafsiran dan agar tidak menjadi luas , maka masalah dalam peneliti ini dibatasi pada bagaimana kondisi mental pada keseluruhan atlet junior Akademi Tor *Family* Futsal Kota Jambi dalam rangka menghadapi turnamen aafi. Pembatasan masalah ini diberikan agar ruang lingkup permasalahan menjadi jelas. Dalam penelitian ini penulis hanya akan mengkaji permasalahan mental pada atlet junior Akademi Tor *Family* Futsal Kota Jambi.

1.4. Rumusan Masalah

Dari pembahasan latar belakang di atas maka peneliti merumuskan masalah bertanding pada atlet junior Akademi Tor *Family* Futsal Kota Jambi dengan permasalahan. Bagaimana kondisi mental pada keseluruhan atlet junior Akademi Tor *Family* Futsal Kota Jambi.

1.5. Tujuan Penelitian

Berdasarkan masalah yang di kemukakan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis masalah mental pada atlet junior Akademi Tor *Family* Futsal Kota Jambi.

1.6. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini yaitu:

1. Manfaat teoritis:

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam berpikir ilmiah bagi pelatih.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi atlet

mengetahui titik lemah dan meningkatkan mentalitas diatas lapangan pada atlet junior Akademi Tor *Family* Futsal Kota Jambi.

b. Bagi akademi

Sebagai bahan informasi tentang peningkatan pembelajaran bagi pendidik yang mendidik atlet nya dalam ilmu futsal.

c. Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman berharga bagi peneliti khususnya tentang merumuskan masalah mental bertanding dalam permainan futsal.

