

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang Masalah**

Kepribadian seorang atlet tidak hanya terbentuk oleh faktor biologis dan genetik, tetapi juga oleh interaksi dengan lingkungan sosial mereka. Dalam konteks olahraga, aspek psikososial berperan penting dalam membentuk karakter dan kinerja atlet, terutama karena atlet sering menghadapi tekanan kompetitif, tuntutan masyarakat, serta harapan dari pelatih dan tim. Psikososial mengacu pada pengaruh yang berasal dari kombinasi aspek psikologis seperti emosi, motivasi, dan mental dan aspek sosial seperti hubungan dengan keluarga, teman, pelatih, dan lingkungan (Nopiyanto, & Dimiyati, 2018).

Ada beberapa faktor yang membentuk kepribadian atlet yaitu motivasi atlet, motivasi intrinsik (dorongan dari dalam diri) cenderung lebih stabil secara emosional dan memiliki daya juang tinggi. Ketahanan mental atlet adalah kemampuan mengelola stres, menghadapi tekanan, dan mengatasi kegagalan menjadi bagian penting dari kepribadian seorang atlet. Percaya diri atlet yang percaya diri cenderung lebih optimis, mampu menghadapi tantangan, dan tampil maksimal di lapangan (Pulungan, & Dimiyati, 2019). Pengendalian emosi atlet perlu mengelola emosi mereka, seperti rasa gugup atau marah, untuk menjaga performa.

Atlet kerap menghadapi tantangan psikososial dalam mencapai kesuksesan di dalam bermain sepakbola, seperti tekanan kompetitif, atlet sering berada di bawah tekanan untuk memenangkan pertandingan, yang dapat menyebabkan stres

(Nopiyanto, & Dimiyati, 2018). Keseimbangan kehidupan atlet harus mengelola waktu mereka di antara latihan, kompetisi, dan kehidupan pribadi. Pengaruh media di era digital, atlet sering menjadi sorotan media sosial, yang dapat berdampak positif atau negatif pada kesehatan mental mereka. Cedera fisik dan dampaknya dimana fisik tidak hanya memengaruhi kondisi tubuh tetapi juga mental, seperti rasa cemas atau takut kehilangan performa.

Pentingnya studi psikososial kepribadian atlet dikarenakan mampu membantu pelatih dan tim mendukung atlet secara lebih efektif, untuk mengembangkan program kesehatan mental bagi atlet, pengelolaan bakat atlet dapat dilakukan lebih baik serta membantu atlet tidak hanya sukses secara profesional tetapi juga bahagia secara personal (Sin, 2017). Namun dalam kenyataannya, faktor psikologis belum banyak diperhatikan oleh klub dan pelatih dalam mengevaluasi sebuah pertandingan, sebagian besar pelatih cenderung berkonsentrasi pada fisik dan teknik tanpa menekankan pada bagaimana kondisi psikologis pemain. Kehadiran psikolog olahraga dalam sepakbola masih belum dimaknai urgensinya, karena perannya telah tergantikan oleh staf kepelatihan lain yang mampu meningkatkan dan diterima oleh staf teknis lain dalam struktur sepakbola.

Dengan 11 pemain dalam sepakbola, keterampilan psikologis dapat berbeda antar satu pemain dengan pemain lain. Pemain dari berbagai tingkat permainan mungkin berbeda tidak hanya dalam keterampilan sepakbola mereka tetapi juga dalam karakteristik permainan mereka dan faktor psikologis. Seorang atlet sepakbola profesional dituntut agar selalu tampil baik dalam setiap pertandingan

yang dijalani. Goswami, et al., (2016) dalam penelitiannya menyebut bahwa atlet elit harus dapat tampil di bawah tekanan tinggi, termotivasi, dan lebih percaya diri untuk berprestasi baik di ajang masing-masing dengan standar tertinggi dibandingkan atlet non-elit.

Di sisi lain, keterampilan psikologis seorang pemain sepakbola cenderung dapat berubah dan berkembang seiring dengan berjalannya waktu dan bertambahnya usia mereka. Keterampilan psikologis pemain sepakbola usia muda relatif berbeda dengan usia yang lebih tua karena dalam usia remaja merupakan masa perkembangan keterampilan kognitif seseorang. Komarudin. (2016) berpendapat bahwa pemain sepakbola dalam berbagai kategori usia cenderung memiliki tingkat keterampilan psikologis yang berbeda. Masa usia remaja awal hingga masa remaja akhir merupakan masa seorang pemain sepakbola mengalami proses perubahan mereka dalam menalar, berpikir, dan berperilaku yang dapat mempengaruhi keterampilan psikologis, dan cara bermain mereka. Pendapat tersebut menunjukkan bahwa keterampilan psikologis pemain sepakbola usia muda belum sepenuhnya matang karena masih dalam proses perkembangan.

Berdasarkan hasil observasi di Asprov PSSI Jambi, terdapat beberapa fenomena yang ditemui. Peneliti melihat pada saat latihan, terkesan bahwa pemain kelompok junior lebih bersemangat dalam mengikuti latihan, baik latihan fisik maupun latihan teknik, namun untuk kelompok senior cenderung tidak bersemangat dalam mengikuti latihan. Hal tersebut juga dibenarkan oleh pelatih, ditambahkan presensi latihan yang menunjukkan bahwa pemain junior lebih sering hadir tepat waktu daripada pemain kelompok senior. Masalah ini dapat

disebabkan karena adanya perbedaan motivasi yang dimiliki oleh pemain yunior dan pemain senior. Pemain yunior lebih menekankan pada motivasi instrinsik, sedangkan pemain senior lebih menekankan pada motivasi ekstrinsik.

Berdasarkan kajian literatur sebagaimana disebutkan di atas, psikologi olahraga telah banyak menguji peran aplikasi psikologi untuk keberhasilan atlet baik dalam perspektif atlet sebagai individu maupun atlet dalam tim (Raab, & Schlapkohl, 2016). Cukup menarik untuk dikaji lebih lanjut kaitan antara keterampilan psikologis pemain sepakbola. Aspek-aspek psikologis tersebut sangat penting dalam proses pembinaan cabang sepakbola dalam mengarungi kompetisi level kompetitif, sehingga sangat penting untuk diketahui. Jelas berdasarkan hal tersebut, penelitian tentang keterampilan psikologis pemain sepakbola ditinjau dari posisi bermain dan kelompok usia masih terbilang baru dan jarang penelitian sejenis dilakukan.

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul **“Analisis Psikososial Atlet Sepakbola Berprestasi di Provinsi Jambi.**

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, identifikasi masalah yang muncul adalah prestasi cabang olahraga sepakbola sepakbola Jambi belum terlihat perkasa diajang tingkat Nasional. Meski club sepakbola asal Jambi telah masuk dalam liga 3 namun langkah itu terhenti di 32 besar. Bahkan, cabor sepakbola Jambi juga masih nihil prestasi, apalagi dulunya PSSI Jambi juga gagal mengirim atlet ke PON XX Papua karena tidak lolos Pekan

Olahraga Wilayah. Psikologi olahraga belum dipahami urgensinya dan keberadaanya oleh pelatih dan manajer tim sepakbola.

### **1.3 Batasan Masalah**

Supaya adanya persepsi yang sama dalam menelaah penelitian ini, maka perlu diadakan pembatasan masalah. Adapun masalah yang harus dibatasi adalah analissi psikososial atlet sepakbola berprestasi di Provinsi Jambi yang berjumlah 6 atlet berprestasi tingkat Kabupaten dan Provinsi Jambi.

### **1.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan judul dalam penelitian ini, adapun rumusan masalahnya adalah

1. Bagaimana psikososial atlet sepakbola berprestasi di Provinsi Jambi?
2. Apa saja faktor pendukung dan penghambat atlet sepakbola berprestasi di Provinsi Jambi?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan dari masalah penelitian diatas maka tujuan dari penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui psikososial atlet sepakbola berprestasi di Provinsi Jambi.
2. Untuk mengetahui saja faktor pendukung dan penghambat atlet sepakbola berprestasi di Provinsi Jambi.

### **1.6 Manfaat Penelitian**

Dalam penelitian ini diharapkan dapat membawa manfaat secara langsung maupun tidak langsung untuk dunia olahraga khususnya cabang olahraga sepak bola. Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Dapat mendorong semua pemain sepak bola khususnya pemain kemampuan bermain sepakbola dan kemampuan fisik pada pemain PSSI Jambi untuk meningkatkan kemampuan bermain sepakbola dan kemampuan fisik.
- b. Pelatih dan pemain dapat mengetahui bahwa psikososial atlet sepakbola berprestasi di Provinsi Jambi sangat berpengaruh disaat bertanding.