

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Futsal adalah permainan bola yang dimainkan oleh dua tim dan setiap regu berisikan lima orang pemain (Narti, 2014). Olahraga ini dimainkan dengan kedua tim yang saling memperebutkan bola dan memasukkannya ke gawang lawan agar mendapatkan kemenangan. Futsal muncul pertamakali pada tahun 1930 di Montevideo, Uruguay, yang kemudian diperkenalkan oleh seorang pelatih sepak bola bernama Juan Carlos Ceriani (Chalim 2010). Futsal sendiri terdiri dari 2 tim yang tiap timnya terdiri dari 5 orang. Futsal biasanya dimainkan di ruangan tertutup serta perlengkapan yang harus digunakan seperti, lapangan yang harus mulus dan datar, biasanya terbuat dari semen yang sudah diatur kehalusannya atau bisa juga dari kayu yang memang ternilai bagus dan teruji kualitasnya.

Futsal merupakan olahraga yang berkembang pesat diberbagai daerah, termasuk di Kab. Bangkalan. Melalui wawancara yang peneliti dapatkan dari Fahrozy C. Z, S.STP, MM. selaku ketua Asisoasi Futsal Kab. Bangkalan pada tanggal 05-09-2021, beliau mengatakan bahwa futsal mulai masuk ke Bangkalan pada tahun 2008, pada tahun pertama futsal tidak begitu digemari oleh khalayak ramai atau masyarakat sekitar, karena memang pada saat itu masyarakat lebih condong kepada sepak bola, namun sampai pada akhirnya tahun 2009 diadakan turnamen futsal untuk yang pertama kalinya, turnamen futsal Bangkalan Cup, yang disediakan untuk kategori umum se Jawa Timur dan dihadiri oleh tim-tim dari luar pulau madura. Sejak saat itu futsal sudah mulai digemari oleh masyarakat Bangkalan dan hingga saat ini futsal terus berkembang di Bangkalan, populasinya mencapai 90 pemain aktif.

Seperti yang dikatakan oleh Fahrozy bahwa pemain futsal di Bangkalan selalu mengikuti turnamen yang disajikan oleh tiap lapangan yang ingin menyelenggarakan turnamen, baik itu di daerah Bangkalan, maupun diluar kota Bangkalan, contohnya porpov Bangkalan yang selalu mengikuti turnamen diluar kota,

setiap mengikuti turnamen tentu bermanfaat untuk jam terbang tiap-tiap pemain, melatih mental tiap pemain. Namun tim porpov Bangkalan jarang meraih juara, terdapat beberapa kemungkinan yang menyebabkan tim porpov mengalami kekalahan, seperti jauhnya tempat turnamen sehingga membuat pemain lelah diperjalanan, kurang kompaknya tiap-tiap pemain, tidak stabilnya mental pemain, kurangnya dukungan dari lingkungan sekitar sehingga membuat pemain tidak memiliki semangat yang membuat pemain tidak bisa menampilkan penampilan terbaiknya.

Menjadi pemain futsal yang profesional merupakan impian banyak pemain, terlebih lagi jika sampai bisa meniti karir hingga level internasional, semua pemain berusaha berlatih setiap hari, menghafalkan berbagai macam tehnik dan tak-tik tanpa pernah melatih mental dan psikisnya, tentu saja ini merupakan hambatan yang dirasa cukup serius untuk di perbaiki, karena seperti apapun kita berlatih namun saat bertanding kita tidak memiliki mental maka bisa jadi pemain tidak bisa menampilkan penampilan terbaiknya. Hal ini dibuktikan melalui beberapa penelitian dan studi yang memang melibatkan peranan faktor psikologis dalam olahraga. Seperti apa yang di ungkapkan Dinata (2008) bahwa, untuk meningkatkan prestasi seorang atlet tidak hanya dilihat dari segi kemampuan fisiknya saja, tetapi juga sangat dipengaruhi oleh faktor psikis dari setiap atlet.

Permasalahan yang sering didapatkan saat bertanding yaitu pemain tidak bisa mengeluarkan penampilan puncaknya (*peak performance*) saat pemain memiliki rasa cemas atau merasa tidak percaya diri. Anshel, 1997 (dalam Satiadarma, 2000) menjelaskan kecemasan menggambarkan perasaan atlet bahwa sesuatu yang tidak dikehendaki akan terjadi, misalnya seperti atlet tampil buruk, lawannya dipandang demikian superior, kondisi ini memberikan dampak yang sangat tidak menguntungkan pada atlet, apa lagi jika rasa percaya diri atlet kurang tinggi, atlet cenderung tampil kaku, bingung, dan gerakan-gerakannya menjadi kurang terkontrol dengan baik. Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan Fakhurri (2018) dengan judul penelitian “Pengaruh Kepercayaan Diri Terhadap Tingkat *Peak Performance* Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang” terdapat pengaruh yang signifikan antara kecemasan bertanding

dengan *peak performance*. Pengaruh antara kecemasan bertanding dengan *peak performance* adalah sebesar negative 0.794, hal ini berarti bahwa semakin tinggi kecemasan bertanding atlet bola basket maka *peak performance* akan semakin rendah dan begitu juga sebaliknya. Lain halnya apabila pemain memiliki kepercayaan diri yang tinggi kemungkinan pemain bisa menampilkan penampilan puncaknya (*peak performance*). Hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Astriani (2010) yang berjudul pengaruh kepercayaan diri terhadap penampilan puncak (*peak performance*) atlet basket di kota Malang menunjukkan adanya hubungan yang positif dan signifikan antara kepercayaan diri dengan *peak performance* sebesar positif 0.271. Ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kepercayaan diri yang dimiliki, maka akan semakin tinggi pula penampilan puncaknya (*peak performance*). Menurut William & Krane (2015) penampilan puncak (*peak performance*) adalah kondisi ajaib ketika fisik dan mental selaras digunakan bersama. Menurut Satiadarma (2000) saat atlet mencapai penampilan puncaknya (*peak performance*), maka atlet akan mampu menampilkan permainan terbaiknya dalam sebuah pertandingan. Saat pemain mampu mengeluarkan penampilan terbaiknya pemain mampu mengontrol pertandingan, bermain dengan tenang dan membuat peluang memenangkan sebuah pertandingan menjadi semakin besar.

Guanarsa (2004) menegaskan bahwa penampilan atlet saat bertanding dilapangan dipengaruhi oleh beberapa komponen seperti fisik, teknik, dan psikis. Jika komponen fisik dan teknik bisa didapat saat latihan, maka kemungkinan besar aspek psikis didapat dari dukungan, karena menurut Guanarsa (1996) atlet yang memiliki kondisi fisik yang prima belum tentu mampu menampilkan penampilan terbaiknya jika tidak didukung oleh kondisi mental atau psikis yang baik. Stimulus dari luar lapangan seperti dukungan secara emosional akan membuat pemain merasa dihargai, diperhatikan, diharapkan sehingga tiap pemain memiliki dorongan atas kepercayaan diri, dan keinginan untuk memberikan kemenangan sebagai tanda terimakasih kepada lingkungan yang telah memberinya dukungan dengan menampilkan penampilan puncaknya (*peak performance*).

Menurut William (2015) penampilan puncak (*peak performance*) adalah kekuatan ajaib saat seorang atlet mampu menampilkan kemampuan fisik dan mentalnya secara optimal. Namun kekuatan fisik dan mental itu tidak seakan-akan datang begitu saja, karena kekuatan luar biasa tersebut biasanya didapat oleh pemain saat latihan. Pemain harus sering-sering berlatih untuk melatih taktik dan tehnik yang telah diajarkan agar mereka benar-benar faham dan menguasainya, oleh karena itu biasanya setiap pemain harus memiliki pelatih untuk dirinya, entah pelatih di tim futsal yang diperkuatnya maupun pelatih pribadi. Dengan instruksi dari pelatih dan ketekunan yang dilakukan oleh tiap pemain pelatih mengharapkan pemain bisa mengeluarkan penampilan puncaknya (*peak performance*) saat bertanding.

Penampilan tiap pemain di atas lapangan menunjukkan kualitas mentalnya, pemain harus benar-benar memiliki mental kuat yang ada didalam dirinya. Kuat lemahnya mental pemain bisa disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya ketidak puasan terhadap lingkungan, menurut Harsuki (dalam utamaa, 2020) mengatakan ketidak puasan terhadap lingkungan sosial keluarga, pelatih, pekerjaan, sekolah dan lain – lain. Semua itu mengakibatkan refleksi yang negatif dalam latihan dan juga dalam pertandingan, sehingga menyebabkan pemain menampilkan permainan yang kurang baik. Oleh karenanya pemain membutuhkan peranan lingkungan untuk menumbuhkan mentalnya, berupa dukungan sosial dari teman, keluarga atau orang terdekatnya. Dengan adanya dukungan dari lingkungan sekitarnya pemain diharapkan memiliki rasa kepercayaan diri yang bisa membangun mentalnya yang kemudian membuat pemain bisa menampilkan permainan terbaiknya. Setiap pemain memiliki harapan untuk terus didukung oleh teman saat bermain dilapangan, karena dukungan sosial adalah berbagai bentuk kepedulian, dukungan dan bantuan yang diberikan oleh individu lain ataupun kelompok kepada individu (Sarafino & Smith, 2017). Sarafino (2017) Juga menambahkan bahwa orang yang mendapatkan dukungan sosial memiliki keyakinan bahwa dirinya merasa dicintai, bernilai, dan merupakan bagian dari kelompok yang dapat menolong mereka disaat membutuhkan bantuan. Sarason & Sarason (Marni, 2015) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah

dukungan yang didapat dari keakraban sosial (teman, keluarga, anak ataupun orang lain) bisa berupa pemberian informasi, nasehat verbal dan nonverbal, juga bantuan nyata dan tidak nyata. Dengan adanya dukungan akan membuat pemain bersemangat saat bermain dilapangan karena mereka mendapatkan dukungan dari teman-temannya yang merasa bahwa mereka dihargai, dicintai, dengan begitu pemain bisa berusaha bermain dengan semaksimal mungkin agar meraih kemenangan sebagai hadiah terhadap teman yang mendukungnya.

Dukungan sosial diyakini bisa menjadi alat bantu untuk untuk menumbuhkan kepercayaan diri terhadap pemain dan memberikan stimulus yang membuat kecemasan dan ketakutan jadi berkurang, hal ini selaras dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Sulistiyowati dan Indrawati mengatakan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara dukungan teman sebaya dengan kepercayaan diri pada pemain futsal Universitas Diponegoro. Semakin positif dukungan teman sebaya yang diterima, maka semakin tinggi kepercayaan diri pada pemain futsal di Universitas Diponegoro. Banyak yang menjelaskan bahwa bermain futsal memang membutuhkan support dan semangat dari teman atau orang terdekat mereka agar tiap pemain bisa mencapai penampilan puncak (*peak performance*). Oleh karena itu, perlu dipelajari dan dipahami dukungan sosial yang lebih dalam lagi, sehingga kita tau dukungan sosial yang seperti apa yang pemain futsal butuhkan agar mereka bisa mencapai *peak performance* mereka. sebagaimana yang telah diungkapkan oleh Sarafino (2017) bahwa dukungan sosial mengacu pada kenyamanan, kepedulian, penghargaan, atau bantuan yang tersedia bagi seseorang atau kelompok. Hal itu mungkin bisa membuat mental pemain menjadi rileks dan mampu mengantarkan pemain ke performa terbaiknya (*peak performance*).

Dukungan sosial adalah interaksi timbal balik yang dilakukan oleh sebagian individu yang saling memperdulikan dan saling menyayangi (Feldman, 2012). Sarafino & Smith (2017) juga mengatakan bahwa dukungan sosial adalah berbagai bentuk kepedulian, dukungan dan bantuan yang diberikan oleh individu lain ataupun kelompok kepada individu. Dukungan sosial yang diberikan baik oleh teman sebaya ataupun lingkungan sekitar dapat membuat pemain futsal

merasa dicintai, disayangi, dan dukungan emosional yang diberikan membuat pemain makin merasa percaya diri sehingga pemain bisa mengekspresikan gaya bermainnya karena dukungan sosial yang positif dari teman sebaya maupun lingkungan sekitarnya dapat membuat kepercayaan diri pemain futsal akan bertambah karena mereka merasa dihargai, dan diperhatikan sehingga bisa mengantarkan pemain futsal ke penampilan puncak nya (*peak performance*). Sedangkan peneliti melakukan survei terhadap pemain futsal di Bangkalan dari 30 pemain menyatakan bahwa hal yang dapat menghambat performa terbaik keluar ketika bertanding yaitu kurangnya dukungan dari lingkungan seperti suporter dan orang terdekat sebesar 60%, kurang bersemangat sebesar 20%, kurang percaya diri dan kurang fokus 4%, kurang nya uang jajan saat latihan sebesar 4%, mood yang tidak baik ada sedang ada masalah sebesar 4%, kurangnya istirahat dan pola makan yang kurang baik sebesar 4%, dan kondisi fisik yang kurang sehat 4%.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Supriyanti (2020) yang berjudul “Hubungan tingkat kecemasan terhadap performa atlet dayung *Traditional Boat Race* (TBR)” terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan terhadap performance sebesar negatif 0,689, hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kecemasan atlet dayung maka performance akan semakin rendah dan begitupula sebaliknya. Winahyu (2014) menemukan bahwa korelasi variabel bebas secara parsial dan simultan terhadap variabel terikat artinya terdapat hubungan yang signifikan. Hasil ini menunjukkan bahwa ketika tingkat kepercayaan diri pemain tinggi maka penampilan puncak (*peak performance*) juga tinggi begitu pula sebaliknya. Tingkat kepercayaan diri rendah maka penampilan puncak (*peak performance*) rendah.

Kemudian menurut penelitian yang dilakukan oleh Pratama (2019) dengan hasil penelitian antara kepercayaan diri terhadap *peak performance* pada atlet futsal usia remaja sebesar 13,3%. Sedangkan sebanyak 86,7% dipengaruhi oleh faktor lain. Hal ini menunjukkan bahwa *peak performance* dipengaruhi salah satunya oleh faktor kepercayaan diri sebesar 13,3%. Selain itu, pengujian statistik juga menunjukan hasil bahwa variabel kepercayaan diri dapat memprediksi peak

performance pada atlet futsal usia remaja. Apabila kepercayaan diri semakin tinggi maka peak performance atlet futsal usia remaja semakin tinggi.

Dari uraian latar belakang diatas yang membahas mengenai dukungan sosial dan penampilan puncak (*peak performance*) yang terjadi pada pemain futsal, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh dukungan sosial terhadap penampilan puncak (*peak performce*) pemain futsal di Bangkalan. Penelitian ini diharapkan bisa memberikan pemahaman terhadap pelatih dan asosiasi futsal di Bangkalan bahwa penting nya dukungan sosial seperti dukungan orang-orang terdekat dapat berdampak terhadap penampilan puncak tiap pemain, memberikan pemahaman bahwa penampilan puncak (*peak performance*) juga dapat mengantarkan tim meraih kemenangan dengan memaksimalkan penampilan terbaik dari tiap pemainnya.

1.2 Rumusan Masalaah

Berdasarkan latar belakang diatas, rumusan masalah penelitian ini yaitu:
“Apakah terdapat pengaruh dukungan sosial terhadap penampilan puncak (*peak performance*) pamain futsal”.

1.3 Tujuan Penelitian

Penelian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengaruh dukungan sosial terhadap penampilan puncak (*peak performance*) pemain futsal.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritik dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan, untuk mempermudah dalam melanjutkan penelitian selanjutnya terlebih lagi dalam bidang ilmu psikologi olahraga terkait dukungan sosial yang mempengaruhi penampilan puncak (*peak performance*) pemain futsal tersebut.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Pemain

Penelitian ini diharapkan bisa memberikan manfaat yang dapat membuat pemain futsal lebih bisa memanfaatkan dukungan dari lingkungan guna menunjang penampilan nya agar optimal, hingga bisa mencapai permainan terbaiknya (*peak performance*).

2. Bagi Pelatih

Penelitian ini diharapkan bisa membantu pelatih memahami keadaan, dimana tidak hanya instruksi dan strategi yang dapat membuat pemain mendapatkan kemenangan, melainkan dukungan dari luar lapanganpun bisa membantu pemain mencapai penampilan puncaknya dan membuat pemain bisa meraih kemenangan.

3. FFB (Federasi Futsal Bangkalan)

Penelitian ini diharapkan bisa memberi pemahaman mengenai seberapa besar pengaruh dukungan sosial yang didapat dari orang terdekat untuk menunjang penampilan tiap pemain, dengan begitu diharapkan federasi futsal Bangkalan dapat menyiapkan fasilitas kendaraan untuk pendukung tim yang mewakili daerah masing-masing.