

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Futsal diambil dari bahasa Spanyol *Futbol Sala* yang artinya sepak bola dalam ruangan. Dalam permainan futsal ada 5 pemain utama dengan satu penjaga gawang. Dimainkan oleh dua regu dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin. Permainan ini sangat cepat dan dinamis serta memiliki ukuran lapangan yang jauh lebih kecil dari sepak bola. (Justinus Lhaksana, 2011 :5)

Awalnya futsal di Indonesia hanya olahraga minat saja, masih jarang ada turnamen maupun liga yang digelar. Bahkan futsal kalah bersaing dengan cabang olahraga sepak bola, namun seiring berjalannya waktu olahraga futsal kini semakin populer di Indonesia. Ada berbagai macam turnamen dan liga yang digelar mulai dari antar kampung, kabupaten, provinsi, nasional, dan yang tidak kalah menariknya turnamen antar mahasiswa yang di adakan di berbagai kampus.

Turnamen antar fakultas sering diadakan di berbagai kampus khususnya yang ada di wilayah Jawa Timur. Tim futsal STKIP PGRI Sumenep sering mengikuti berbagai turnamen tingkat provinsi, dan tidak jarang membawa pulang gelar tropi. Membawa pulang gelar tropi tidaklah mudah, karena membutuhkan proses yang panjang mulai dari latihan yang rutin sampai pembentukan tim.

Beruntung tim Futsal STKIP PGRI Sumenep memiliki seorang pelatih yang sangat tegas dan disiplin, Shally Nordiansyah, M.Pd beliau adalah pelatih tim futsal sekaligus dosen di kampus STKIP PGRI Sumenep. Selain sosok pelatih yang sangat disiplin dan tegas ada beberapa pemain sepak bola yang membela klub Sumenep Madura FC dan PERSSU yang bergabung dengan tim futsal STKIP PGRI Sumenep.

Ada beberapa prestasi yang diraih oleh tim asuhan *coach* shally. Diantaranya juara II di turnamen management futsal *competition* (MFC) 2017 di GOR futsal internasional FIK UNESA, juara II turnamen futsal antar fakultas se-Jawa Timur di UKMF PERFEK UTM Bangkalan, juara III CHIKARA CUP Tahun 2019 di Pekandangan Kabupaten Sumenep.

Dalam permainan futsal ada beberapa hal yang harus dimiliki oleh pemain yaitu kecepatan, kelincahan, pemikiran yang bagus, dan juga mental. Mental adalah hal yang cukup penting di sini, karena jika seseorang yang mempunyai mental bagus permainannya akan tenang dan bisa mengontrol situasi yang ada di dalam lapangan. Apabila pemain mentalnya kurang bagus dia akan merasa cemas bahkan sebelum dimulainya pertandingan dia sudah merasa kalah sebelum bertanding.

Kecemasan adalah suatu istilah yang menggambarkan gangguan psikologis yang dapat memiliki karakteristik yaitu berupa rasa takut, keprihatinan terhadap masa depan, kekhawatiran yang berkepanjangan, dan rasa gugup. Rasa cemas memang biasa dihadapi semua orang. Namun, rasa cemas disebut gangguan psikologis ketika rasa cemas menghalangi

seseorang untuk menjalani kehidupan sehari-hari dan menjalani kegiatan produktif. Menurut Sukadiyanto (2006)

Sumber kecemasan dalam diri atlet yaitu rasa percaya diri yang berlebihan rasa percaya diri yang berlebihan pikiran yang negatif, mudah merasa puas, penampilan yang tidak sesuai dengan harapan. Sedangkan sumber kecemasan yang berasal dari luar atlet yaitu rangsangan yang membingungkan, pengaruh penonton, media masa, lawan yang bukanandingannya, kehadiran dan tidak hadirnya pelatih, sarana prasarana, cuaca. Sukadiyanto (2006). Pada kenyataannya jika ada atlet yang mengalami kecemasan tidak bisa dilihat dari segi fisik seperti nafas tersengal-sengal, otot tegang, keringat dingin. Sedangkan dari segi kondisi psikolog seperti tidak tenang, sensitif, sulit berkonsentrasi.

Apabila ada pemain yang mengalami kecemasan dan tidak segera ditangani maka akan merugikan diri sendiri dan juga timnya. Merugikan diri sendiri karena dapat menghambat pemain pada saat akan mengoptimalkan permainannya ketika bermain. Lalu menghambat tim karena dapat mengganggu komunikasi saat bertanding.

Pemain futsal sebelum melakukan pertandingan merasa cemas tidak bisa makan dan tidur. Selain itu kecemasan terjadi karena beratnya tugas yang harus dilakukan oleh pemain dan beratnya lawan yang harus dihadapi dalam pertandingan tersebut. Seberapa baik dan siapnya pemain, jika tidak bisa mengendalikan kecemasannya maka akan mempengaruhi penampilannya saat bertanding.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti bertujuan untuk melakukan penelitian tentang tingkat kecemasan tim futsal STKIP PGRI Sumenep ketika mau mengikuti turnamen tingkat mahasiswa di Jawa Timur Tahun 2020/2021



## **B. Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang di atas maka peneliti mengidentifikasi masalah pada skripsinya sebagai berikut; Seberapa besar tingkat kecemasan tim futsal STKIP PGRI Sumenep sebelum bertanding.

## **C. Batasan Masalah**

Dari permasalahan yang sudah dijelaskan di atas maka peneliti membatasi penelitiannya sebagai berikut : Peneliti ini hanya dibatasi melakukan penelitian tentang tingkat kecemasan tim futsal STKIP PGRI Sumenep.

## **D. Rumusan masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah, batasan masalah, maka dapat diperoleh rumusan masalah sebagai berikut : seberapa besar tingkat kecemasan tim futsal STKIP PGRI Sumenep sebelum bertanding ?

## **E. Tujuan penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah yang sudah dijelaskan di atas maka peneliti memiliki tujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan tim futsal STKIP PGRI Sumenep sebelum bertanding.

## **F. Manfaat penelitian**

### **1. Manfaat teoritis**

- a. Hasil penelitian yang diharapkan dapat menambah wawasan serta pembendaharaan ilmu pengetahuan. Khususnya tentang tingkat kecemasan tim futsal.

- b. Memberikan tambahan pengetahuan khususnya masyarakat pecinta olahraga

## 2. Manfaat praktis

- a. Bagi peneliti akan menjadi pengalaman yang bermanfaat untuk melengkapi pengetahuan yang diperoleh dibangku kuliah, serta peneliti mendapat jawaban yang konkret tentang suatu masalah yang berkaitan dengan judul.
- b. Bagi pemain mengetahui seberapa besar pengaruh kecemasan terhadap pemain dalam suatu pertandingan.
- c. Bagi penonton, dapat mengetahui apa yang harus dilakukan terhadap pemain.
- d. Bagi tim, dapat menjadikan bantuan untuk memilih pemain yang berkualitas secara mental.

## G. Definisi operasional

### 1. Pengertian futsal

Futsal diambil dari bahasa Spanyol *Futbol Sala* yang artinya sepak bola dalam ruangan. Dalam permainan futsal ada 5 pemain utama dengan satu penjaga gawang. Dimainkan oleh dua regu dengan tujuan memasukkan bola ke gawang lawan sebanyak mungkin. Permainan ini sangat cepat dan dinamis serta memiliki ukuran lapangan yang jauh lebih kecil dari sepak bola. (Justinus Lhaksana, 2011 :5)

## 2. Pengertian kecemasan

Kecemasan adalah suatu istilah yang menggambarkan gangguan psikologis yang dapat memiliki karakteristik yaitu berupa rasa takut, keprihatinan terhadap masa depan, kekhawatiran yang berkepanjangan, dan rasa gugup. Rasa cemas memang biasa dihadapi semua orang. Namun, rasa cemas disebut gangguan psikologis ketika rasa cemas menghalangi seseorang untuk menjalani kehidupan sehari-hari dan menjalani kegiatan produktif. Menurut Sukadiyanto (2006).

