

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Cabang olahraga bola voli masuk kedalam kelompok aspek permainan dan olahraga yang diberikan kepada siswa. Selain diberikan kedalam kegiatan intrakurikuler, permainan bola voli bisa dilakukan dalam kegiatan ekstrakurikuler untuk pembinaan siswa yang berminat terhadap permainan bola voli. Hal ini sejalan dengan penjelasan permendikbud nomor 62 tahun 2014 yang berbunyi sebagai berikut “Kegiatan ekstrakurikuler dapat menemukan dan mengembangkan potensi peserta didik, serta memberikan manfaat sosial yang besar dalam mengembangkan kemampuan berkomunikasi, kerjasama, dengan orang lain”.

Permainan bola voli merupakan permainan beregu antara dua tim yang berlawanan yang dibatasi oleh net. Permainan dilakukan dengan cara memukul bola sebelum bola jatuh ke tanah dan setiap tim berusaha untuk menjatuhkan bola dilapangan permainan lawan. Untuk dapat bermain bola voli dengan baik dan benar menurut Aji, Sukma (2016:37) “Ada beberapa teknik dasar yang harus dikuasai oleh seorang pemain bola voli *service, passing, spike*, dan *membendung*”.

Setiap teknik tersebut mempunyai karakteristik yang berbeda dan dapat dilakukan dengan berbagai cara. Oleh karena itu dari setiap teknik tersebut terdiri atas beberapa jenis. Misalnya servis merupakan pukulan untuk mengawali permainan bola voli, tanpa menguasai servis, suatu regu tidak dapat memulai permainan. Teknik dasar servis terdiri atas servis bawah dan servis atas.

Servis bawah dilakukan menggunakan lengan bawah dengan ayunan dari belakang ke depan. Sedangkan servis atas dilakukan dari atas kepala, dengan lintasan dari belakang atas ke depan. Adapun keterkaitan antara permainan bola voli dengan psikologi olahraga yang khususnya dari segi kecemasan dan percaya diri untuk melakukan servis atas.

Psikologi eksperimentasi mulai berkembang pada akhir abad ke 19, yang diawali dengan didirikannya laboratorium psikologi oleh Wilhelm Wundt pada tahun 1886 di Leipzig. Menurut Kohnstam (Mylsidayu, Apta 2014:1) objek studi psikologi adalah “Gejala jiwa yang diselidiki dari segala tingkah laku dan pengalaman manusia”. Para ahli psikologi berusaha menerapkan hasil-hasil penelitian psikologi dalam kehidupan sehari-hari. Bersamaan dengan itu, tumbuh dan berkembanglah psikologi terapan (*applied psychology*) diberbagai bidang, seperti bidang pendidikan, kedokteran, industri, kriminal, dan dibidang olahraga dengan dikembangkannya psikologi olahraga.

Menurut Gunarsa (Mylsidayu, Apta 2014:3) pengertian psikologi olahraga adalah “Psikologi yang diterapkan dalam bidang olahraga, meliputi faktor-faktor yang berpengaruh secara langsung terhadap atlet dan faktor-faktor di luar atlet yang dapat mempengaruhi penampilan (*performance*) atlet tersebut”.

Psikologi olahraga juga berkaitan dengan perasaan nyaman dan bugar (*wellness*), serta keharmonisan kepribadian seseorang. Artinya, berolahraga secara teratur memiliki pengaruh tertentu terhadap kondisi psikis seseorang, yang berpengaruh terhadap kualitas kepribadian. Kondisi psikis akan berpengaruh secara positif dengan berolahraga, dan membentuk aspek/ciri kepribadian yang

positif pula.

Pada dasarnya, manusia mengalami kecemasan saat mereka sadar bahwa eksistensinya terancam hancur/rusak. Kecemasan sebagai salah satu kajian psikologis yang unik dan menarik yang terjadi pada anak didik/atlet. Kecemasan adalah salah satu gejala psikologis yang identik dengan perasaan negatif. Kecemasan dapat timbul kapan saja, dan salah satu penyebab terjadinya kecemasan adalah ketegangan yang berlebihan yang berlangsung lama. Kecemasan menurut Sarwono, Wirawan Sarlito (2012:251) menjelaskan kecemasan merupakan “Takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas alasannya”. Sedangkan menurut Hanafi (2007:23) menambahkan bahwa kecemasan merupakan “Gangguan perasaan yang ditandai dengan adanya ketakutan dan khawatir pada seseorang jika ia tidak bisa menghadapi tekanan yang dialaminya”.

Kesimpulan yang dapat diambil dari beberapa pendapat di atas bahwa kecemasan adalah rasa takut atau khawatir pada situasi tertentu yang sangat mengancam yang dapat menyebabkan kegelisan karena adanya ketidak pastian dimasa mendatang serta ketakutan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi.

Meskipun sering mendengar atlet dan pelatih berbicara tentang percaya diri sepanjang waktu, itu bukan istilah yang mudah untuk didefinisikan. Psikolog olahraga mendefinisikan kepercayaan diri sebagai keyakinan bahwa seseorang akan berhasil dalam melakukan perilaku yang diinginkan. Misalnya, perilaku yang diinginkan seperti menendang ke gawang sepak bola, pulih dari cedera lutut, atau memukul *home run*.

Menurut Horn (Mylsidayu, Apta 2014:103) mendefinisikan percaya diri sebagai “Keyakinan bahwa seseorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan, untuk mencapai keberhasilan, maksudnya kepercayaan diri berakar pada keyakinan dan harapan. Sedangkan menurut Al-Uqshari (Mylsidayu, Apta 2014:103) percaya diri adalah “Sebentuk keyakinan kuat pada jiwa, kesepahaman dengan jiwa, dan kemampuan menguasai jiwa.

Berdasarkan hasil pengamatan di SMK Sariwangi peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada Atlet Bola Voli SMK Sariwangi, karena tim bola voli tersebut bisa dibilang sebagai tim bola voli di Jawa Barat yang prestasinya secara konsisten baik, bahkan cenderung menjadi salah satu tim bola voli ternama di tingkat nasional. Dengan prestasinya yang sering mengikuti pertandingan diluar daerah dan mampu meraih juara kedua yang diselenggarakan oleh pemerintahan kota (02SN) pada tahun 2017.

Walaupun begitu tetap saja yang terjadi dilapangan pada saat akan melakukan servis atas dalam pertandingan, atlet tersebut sering mengalami kecemasan dikarenakan adanya pengaruh dari internal maupun eksternal. Kemudian rasa percaya diri bisa ditanamkan melalui proses latihan dan belajar sehari-hari, serta menumbuhkan pembiasaan sikap berani dalam bersosialisasi baik pada saat latihan maupun pertandingan. Oleh karena itu percaya diri merupakan sifat pribadi yang harus ada pada atlet, tetapi pada kenyataan dilapangan, kondisi percaya diri atlet bola voli SMK Sariwangi berbeda-beda, kebanyakan dari atlet tersebut memiliki sikap percaya diri rendah. Hal ini dapat dilihat dari adanya gejala-gejala yang tampak diantaranya tidak berani, ragu-ragu,

dan tidak yakin akan kemampuan diri sendiri khususnya pada saat melakukan servis atas dalam bola voli. Maka dari itu penulis ingin mengetahui dan meneliti bagaimana hubungan kecemasan dan percaya diri pada Atlet Bola Voli SMK Sariwangi saat melakukan servis atas bola voli.

Dari uraian di atas, penulis tertarik ingin mengetahui seberapa besar Hubungan Kecemasan dan Percaya Diri terhadap servis atas dalam permainan bola voli.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, maka rumusan masalah penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan kecemasan dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli putri SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya?
2. Apakah terdapat hubungan percaya diri dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli putri SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya?
3. Apakah terdapat hubungan kecemasan dan percaya diri dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli putri SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya?

C. Definisi Operasional

Untuk menghindari dari salah satu penafsiran terhadap istilah-istilah yang digunakan dalam penelitian ini, maka penulis akan menjelaskan secara operasional terhadap beberapa istilah-istilah tersebut sebagai berikut :

1. Menurut Sarwono, Wirawan Sarlito (2012:251) kecemasan adalah “Takut yang tidak jelas objeknya dan tidak jelas alasannya”. Kecemasan dalam

penelitian ini dihubungkan dengan rasa kecemasan atlet bola voli SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya pada saat servis atas.

2. Menurut Horn (Mylsidayu, Apta 2014:103) mendefinisikan kepercayaan diri sebagai “Keyakinan bahwa seseorang memiliki sumber daya internal, terutama kemampuan, untuk mencapai keberhasilan, maksudnya kepercayaan diri berakar pada keyakinan dan harapan”. Percaya diri dalam penelitian ini adalah rasa percaya diri atlet bola voli SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya pada saat servis atas.
3. Teknik servis dalam permainan bola voli merupakan pukulan permulaan untuk mengawali permainan bola voli, tanpa menguasai servis, suatu regu tidak dapat memulai permainan. Servis atas dilakukan dari atas kepala, dengan lintasan dari belakang atas kedepan.

D. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan permasalahan yang telah penulis kemukakan diatas, maka tujuan yang ingin penulis dapatkan dari hasil penelitian meliputi tujuan umum dan tujuan khusus. Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan kecemasan dan percaya diri terhadap servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya.

Sedangkan tujuan khusus penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli putri SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya.
2. Untuk mengetahui hubungan percaya diri dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli putri SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya.

3. Untuk mengetahui hubungan kecemasan dan percaya diri dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet bola voli putri SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya.

E. Kegunaan/ Manfaat Penelitian

Secara teoretis, hasil penelitian ini mendukung teori yang sudah ada, bermanfaat untuk memberi bahan masukan dan tambahan informasi ilmiah bagi mahasiswa, atlet, guru, pelatih, dosen, dan manajemen tim.

Secara praktis, hasil penelitian ini dapat direkomendasikan kepada pembina olahraga khususnya untuk olahraga Bola Voli. Juga sebagai salah satu tambahan referensi ilmu pengetahuan yang berkenaan dengan hubungan kecemasan dan percaya diri dengan servis atas dalam permainan bola voli pada atlet SMK Sariwangi Kabupaten Tasikmalaya.