

BAB 1

PENDAHULUAN

1. Latar Belakang Masalah

Pada awal kemunculan *Covid-19*, *Covid-19* awalnya diduga adalah penyakit pneumonia, yang memiliki gejala seperti flu pada umumnya. Gejalanya adalah antaranya demam, batuk, letih, tidak nafsu makan dan sesak napas. Namun ternyata *Covid-19* berbeda dengan flu biasa dan bahkan *Covid-19* dapat berkembang dengan amat cepat sampai dapat mengakibatkan infeksi lebih parah dan gagal organ. Kondisi darurat ini terutama terjadi pada pasien dengan masalah kesehatan sebelumnya.

Seperti halnya di awal tahun 2020 ini semua masyarakat di seluruh dunia memperoleh informasi terkait pandemi *Covid-19* melalui internet. Informasi mengenai pandemi *Covid-19* dari berbagai penyedia informasi/berita menyita perhatian masyarakat dunia, dari informasi tersebut banyak negara mulai mengeluarkan kebijakan guna mengantisipasi wabah tersebut.

Perkembangan pandemi *Covid-19* di bulan Maret 2020 yang semakin meningkat, mengakibatkan terhambatnya semua aktivitas masyarakat di seluruh dunia yang berdampak terhadap perekonomian yang melemah. Tidak hanya sektor ekonomi saja melainkan seluruh sektor mengalami dampak akibat pandemi ini.

Di Indonesia, dampak pandemi ini memiliki dampak yang besar bagi seluruh sektor salah satunya adalah sektor olahraga dimana sebelum adanya pandemi ini aktivitas kegiatan olahraga dilakukan secara terbuka. Melihat kondisi tersebut maka olahraga harus tetap dijalankan demi menjaga imunitas tubuh, oleh karena itu guna keberlangsungan olahraga dimana yang semula dilakukan ditempat terbuka beralih menjadi di rumah masing-masing.

Olahraga adalah salah satu bentuk dari upaya untuk meningkatkan kualitas manusia Indonesia yang diarahkan pada pembentukan watak, kepribadian, disiplin, kesehatan jasmani, menjunjung tinggi sportivitas, dan peningkatan prestasi yang dapat membangkitkan rasa nasionalisme tanpa membedakan ras,

suku, dan agama. Menurut Undang-Undang Nomor 3 tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional, setiap warga negara memiliki hak yang sama untuk melakukan kegiatan olahraga, memperoleh pelayanan dalam olahraga, memilih dan mengikuti jenis cabang olahraga yang sesuai bakat dan minatnya, memperoleh pengarahannya, dukungan, bimbingan, pembinaan, dan pengembangan dalam keolahragaan, menjadi pelaku olahraga, dan mengembangkan industri olahraga baik dibidang olahraga prestasi, olahraga pendidikan, olahraga kesehatan, olahraga rekreasi, dan olahraga mata pencarian (UU No 3 tahun 2005).

Olahraga prestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahraga secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan melalui kompetisi yang terstruktur dengan baik, dengan didukung ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan.

Untuk mencapai puncak prestasi, atlet harus melalui tahap yang dinamakan sebagai latihan. Tanpa adanya latihan atlet tidak akan mampu mengembangkan keterampilan untuk mendapatkan puncak prestasi yang sudah ditargetkan. Menurut Harsono (2017) “mengemukakan bahwa *tujuan training*, tujuan serta sasaran utama dari latihan atau training adalah untuk membantu atlet meningkatkan keterampilan dan prestasinya semaksimal mungkin” .(hlm.49. Untuk mencapai hal itu, ada empat aspek latihan yang perlu diperhatikan dan dilatih secara seksama oleh atlet, yaitu (a) latihan fisik, (b) latihan teknik, (c) latihan taktik, (d) latihan mental. Serangkaian latihan tersebut harus berjalan secara kontinyu sesuai dengan program latihan yang sudah disusun dan diterapkan oleh pelatih. Dalam latihan ini peran atlet dan pelatih harus mempunyai hubungan yang mampu menyelaraskan tujuan dan melaksanakan peran sesuai dengan posisi masing-masing. Kondisi pandemi ini berdampak juga dikegiatan olahraga kampus, seperti unit kegiatan mahasiswa sepakbola universitas siliwangi.

Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) adalah wadah aktivitas kemahasiswaan luar kelas untuk mengembangkan minat, bakat dan keahlian tertentu yang ada dalam kampus. Bertujuan untuk menampung dan mengembangkan minat bakat mahasiswa dengan harapan menjadi mahasiswa yang berprestasi. UKM Sepak

Bola Unsil United dibentuk pada tahun 1986. Pembentukan UKM tersebut tidak lepas dari banyaknya mahasiswa yang menyukai sepak bola dikarenakan olahraga sepak bola dikatakan olahraga yang populer dan membaaur dengan masyarakat maka dibentuklah UKM Sepak Bola di Universitas Siliwangi yang dibina oleh Iwan Sudjarwo. Adapun prestasi yang terbaru UKM Sepakbola Universitas Siliwangi adalah pada awal tahun 2020 yaitu juara 3 Piala Rektor UNSOED, dan tahun sebelum-sebelumnya tahun 2019 juara 4 PSUI NATIONAL CHAMPIONSIP, tahun 2018 juara 1 Piala Menpora tingkat Naional, dan tahun 2017 juara 1 Rektor UAD.

Pandemi *covid 19* berdampak juga latihan sepakbola biasanya pelatihan melakukan latihan tatap muka dengan langsung dipimpin oleh pelatih, akan tetapi hal tersebut tidak dapat dilakukan. Untuk menjaga performanya pelatih memberikan program latihan mandiri pada masa pandemi *covid-19*.

Motivasi merupakan suatu hal yang penting yang harus dimiliki oleh seorang individu atau atlet karena motivasi dapat memicu seseorang untuk melakukan suatu hal yang ingin dicapai. Motivasi berperan memberikan dorongan kepada individu dalam mencapai tujuan dan keinginannya. Akan tetapi kebanyakan atlet yang berlatih di Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Sepak bola Universitas Siliwangi belum sadar betul tentang pentingnya motivasi yang timbul dari dalam dirinya, misalnya seperti sebagian atlet melakukan latihan mandiri tidak tepat waktu sesuai yang ditentukan, jarang melakukan latihan mandiri, melakukan latihan karena tuntutan akademik, apabila diberi materi latihan berat atlet selalu mengeluh, bahkan alasan sakit agar mendapatkan ijin tidak ikut melaksanakan program tersebut. Kejadian semacam itu tidak dilakukan oleh semua atlet, hanya sebagian saja yang melakukannya. Kesungguhan mereka untuk mencapai prestasi masih dipicu dari lingkungan luar seperti dorongan orang tua, teman latihan, dan intuksi dari pelatih untuk melakukan aktivitas latihan dengan sungguh sungguh. Tanpa adanya hal itu para atlet cenderung melakukan proses latihan sesuai keinginan mereka tanpa melihat porsi yang harus mereka lakukan. Dengan demikian bisa dikatakan bahwa motivasi berlatih keras untuk pencapaian prestasi atlet kebanyakan belum muncul dari diri atlet secara keseluruhan, atlet harus

dipicu dengan intruksi-intruksi dari luar untuk mendapatkan apa yang diinginkan. Hal tersebut dapat berpengaruh kepada atlet ketika mereka harus berlatih tanpa didampingi pelatih. Mereka akan setengah hati dalam melaksanakan program latihan, berbeda dengan atlet yang memiliki keseriusan dalam berlatih yang muncul dari dalam dirinya akan mampu melaksanakan aktivitas latihan sesuai prosedur dalam lingkungan apapun.

Motivasi dibagi menjadi dua yaitu motivasi yang timbul dari dalam diri atlet (Intrinsik), dan motivasi yang timbul dari luar diri atlet (Ekstrinsik). Motivasi intrinsik bersumber dari dalam diri individu itu sendiri untuk melakukan aktivitas olahraga. Motivasi intrinsik sifatnya permanen, mandiri, dan stabil karena dorongan berasal dari dalam, kondisi kejiwaan orang yang bersangkutanlah yang akan menentukan kuat atau tidaknya motivasi dan berlangsung lama atau tidaknya motivasi tersebut. Biasanya motivasi berolahraga yang dipengaruhi faktor intrinsik meliputi keinginan untuk tumbuh dan berkembang, mengekspresikan diri, dan harapan. Sedangkan Motivasi ekstrinsik mengacu pada berbagai perilaku yang diperlihatkan seseorang sebagai alat untuk mencapai tujuan. Motivasi ekstrinsik bersumber dari luar diri individu untuk melakukan aktivitas olahraga. Sifatnya sementara, tergantung, dan tidak stabil. Motivasi berolahraga yang dipengaruhi oleh faktor ekstrinsik meliputi sarana dan prasarana, metode latihan, program latihan, dan lingkungan.

Salah satu tujuan dalam latihan adalah untuk berprestasi baik prestasi secara individu atau prestasi yang dicapai oleh klub tempat atlet tersebut latihan. Setiap atlet menginginkan hal seperti itu tergantung proses latihan yang dilakukan oleh setiap atlet. Karena itu pula dikenal istilah teori umum pelatihan sebagai sajian pengetahuan yang telah ditata dan dikemas tentang semua prinsip, dan metode pelatihan olahraga.

Hal tersebut yang ingin peneliti ketahui tentang tingkat motivasi latihan atlet Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) sepakbola Universitas Siliwangi pada masa pandemi *covid-19*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dikemukakan di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut. “bagaimana tingkat motivasi latihan atlet UKM sepakbola Universitas Siliwangi pada masa pandemi *covid-19*?”

1.3 Definisi Operasional

- 1) Motivasi menurut Husdarta (2011) adalah “Meyakini proses peningkatan mesin penggerak internal didalam diri manusia untuk menentukan haluan atau arah perilaku, mengadakan sebuah aksi, dan mempertahankan kelangsungannya untuk mencapai tujuan yang telah ditentukan”(hlm.13). Motivasi yang dimaksud dalam penelitian ini adalah motivasi atlet dalam latihan pada masa pandemi *covid-19*.
- 2) Latihan menurut Harsono (2017) adalah “Proses yang sistematis dari berlatih / bekerja, yang di lakukan secara berulang-ulang dengan kian hari kian menambah jumlah beban latihan atau pekerjaannya”(hlm.50). Dalam penelitian ini latihan yang dimaksud adalah di masa pandemi *covid-19* yang merubah proses latihan dari yang tadinya tatap muka menjadi latihan mandiri di rumah.
- 3) Pandemi *Covid-19* Menurut *World Health Organization* (2019) adalah “Virus yang menyebabkan flu biasa hingga penyakit yang lebih parah seperti sindrom pernapasan timur tengah (*mers-cov*) dan Sindrom penafasan akut parah (*sarscov*) virus ini berawal dari kota Wuhan negara China yang akhirnya menyebar ke negara lain salah satunya Indonesia. Jadi pandemi yang dimaksud adalah sebuah wabah dari Wuhan Negara Cina yang menyerang daerah geografis dan menyebar luas dimana-mana seperti yang dialami sekarang ini yaitu virus *covid-19* yang membuat proses latihan tatap muka berubah menjadi latihan mandiri.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah diatas, maka tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui bagaimana Tingkat Motivasi Latihan Atlet UKM Sepakbola Universitas Siliwangi Pada Masa Pandemi *COVID-19*.

1.5 Kegunaan Penelitian

1) Teoritis

- a) Dapat memberikan masukan dan informasi yang bermanfaat bagi peningkatan motivasi latihan atlet di masa pandemi dan mengevaluasi untuk perbaikan di masa era normal baru.
- b) Menambah wawasan serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

2) Praktis

a) Atlet

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi latihan di masa pandemi.

b) Pelatih

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data untuk melaksanakan evaluasi motivasi latihan atlet di masa pandemi.

c) Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan meningkatkan motivasi dan kemampuan melaksanakan penelitian masalah serupa pada masa yang akan datang.