

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Olahraga adalah serangkaian kegiatan dalam bentuk permainan yang mengedepankan aspek kompetisi terstruktur dengan beragam aturan yang ada di dalamnya. Olahraga memiliki nilai-nilai yang dapat dijadikan tolak ukur perkembangan makhluk hidup. Diantaranya adalah aspek kognitif, apektif dan psikomotorik. Perkembangan olahraga dewasa ini semakin menunjukkan kemajuan. Terbukti olahraga di berbagai Negara bahwa olahraga telah memasuki ranah pendidikan. Dalam Undang-Undang Sistem Keolahragaan Nasional (SKN) tahun 2005 (2011:5) menjelaskan pada pasal VI bahwa olahraga berdasarkan tujuan telah dibedakan menjadi tiga bagian diantaranya adalah olahraga kompetisi, rekreasi dan pendidikan. Dalam dunia pendidikan, olahraga masuk ke ranah pendidikan jasmani. Ada banyak cabang olahraga yang dikenalkan melalui pendidikan jasmani dan bahkan beberapa sekolah telah melakukan pembinaan melalui wadah ekstrakurikuler, salah satunya adalah bola voli.

Kurniawan (2010:2) mengungkapkan bola voli merupakan permainan yang begitu banyak digemari oleh semua lapisan masyarakat diseluruh manca negara, tidak terkecuali masyarakat Indonesia. Pernyataan ini menggambarkan bahwa permainan bola voli digemari oleh hampir semua orang seluruh dunia. Jenis permainannya yang sangat mengagumkan, seluruh drama dalam skenario permainan terjadi saat pertandingan berlangsung, terlebih animo penonton yang

sangat banyak membuat permainan ini semakin menegangkan. Wajar jika bola voli semakin dicintai oleh banyak kalangan.

Bola voli adalah jenis permainan beregu yang mewujudkan semua gerakan ada di dalamnya. Keinginan untuk menang agar setiap penonton merasa puas selalu ada di dalam diri setiap pemain. Hasrat yang begitu besar, dorongan dari pelatih, manajemen serta setiap elemen yang ada dilingkungan pertandingan memunculkan gaya baru dari performance seorang siswa. Meskipun keinginan untuk menang begitu besar, tetapi bagi sebagian siswa kadang kala perilaku sosial yang ada pada lingkungan pertandingan, misalnya tuntutan pelatih, tuntutan penonton, manajemen dan seluruh rangkaian animo pertandingan kadang kala sangat mengganggu psikologis dari siswa tersebut. Sehingga tidak jarang, beberapa siswa memunculkan reaksi psikologi misalnya gejala emosi, marah, senang serta cemas (Nugraha, 2012:1).

Seorang siswa bola voli harus dapat memanajemen dengan baik seluruh reaksi psikologi yang muncul pada saat pertandingan berlangsung, hal tersebut akan sangat berdampak pada situasi pertandingan. Hal yang paling baik adalah bagaimana seorang pemain dapat merubah reaksi negatif dari pengaruh psikologi siswa menjadi kebutuhan positif. Kecemasan misalnya, dalam ilmu psikologi kecemasan atau (*anxiety*) diartikan sebagai bentuk reaksi psikologi yang muncul terhadap segala sesuatu yang baru. Cemas adalah situasi dimana keadaan fisiologi tubuh seolah-olah tercekik, sehingga memunculkan detak jantung yang berlebihan akibat reaksi yang baru saja muncul. Kecemasan jika tidak dikelola dengan baik, maka akan sangat berdampak pada performa siswa khususnya siswa bola voli,

menyebabkan kekauan gerak, keadaan gemetar, takut kalah sehingga keadaan pemain tidak dapat menjalankan semua teknik yang telah dikuasai sebelumnya.

Ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Muara Dua, merupakan ekstrakurikuler yang telah lama membina siswa-siswanya dalam bermain bola voli. Dalam beberapa situasi pertandingan ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Muara Dua kalau ditinjau dari faktor psikologi pertandingan, sepertinya menunjukkan beberapa gejala yang berkaitan dengan reaksi kecemasan. Beberapa reaksi kecemasan yang muncul diantaranya adalah terjadinya beberapa kesalahan yang disebabkan oleh kendala fisiologis tubuh seperti bergetarnya bagian anggota gerak bawah seperti tungkai, kesalahan-kesalahan teknik yang semestinya tidak perlu terjadi dikarenakan saat latihan semua teknik tergolong baik. Gejala seperti ini sangat mungkin disebabkan karena reaksi kecemasan yang datang saat bertanding, apalagi gelajanya muncul saat menit-menit awal pertandingan dimulai. Jantung berdebar dengan sangat kencang, sementara emosi terlalu cepat muncul.

Untuk membuktikan apakah performa tersebut benar disebabkan karena faktor kecemasan, maka peneliti berkeinginan untuk melakukan studi analisa tingkat kecemasan yang dimiliki oleh masing-masing siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola voli di SMA Negeri 2 Muara Dua. Beberapa penelitian sebelumnya yang mirip dengan penelitian peneliti mengungkapkan banyak hal, diantaranya penelitian Sanjaya (2012) Universitas Negeri Lampung. Judul *“Kecemasan Dalam Pertandingan Bola voli Pada Ekstrakurikuler Bola voli SMP Negeri Karanganyar Bali”* Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sanjaya menunjukkan hasil terdapat 60% siswa dalam bertanding merasa cemas, 40%

merasa tidak. Riduan, 2013. Universitas Negeri Semarang. Judul “*Studi Kecemasan Pada Siswa PON Riau Daerah Jawa Barat*”. Hasil penelitian Riduan menunjukkan hasil 78% siswa merasakan kecemasan.

Berdasarkan kedua penelitian yang relevan di atas, bahwa rata-rata siswa mengalami tingkat kecemasan sebelum menghadapi pertandingan. Melihat pentingnya studi penelitian ini, maka peneliti memberikan judul dalam penelitian ini adalah “Tingkat Kecemasan Menjelang Pertandingan Piala Dies Natalis Peserta Didik Ekstrakurikuler Bola Voli Sekolah Menengah Atas Negeri 2 Muara Dua.”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan batasan masalah di atas, dapat dirumuskan masalah sebagai berikut:

1. Faktor apa saja yang mempengaruhi tingkat kecemasan (*anxiety*) pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Muara Dua?
2. Seberapa besar tingkat kecemasan (*anxiety*) pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Muara Dua?

## **C. Tujuan Penelitian**

Penelitian bertujuan untuk mengetahui:

1. faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat kecemasan (*anxiety*) pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Muara Dua;
2. besarnya tingkat kecemasan (*anxiety*) pada siswa ekstrakurikuler bola voli SMA Negeri 2 Muara Dua.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi berbagai pihak berikut ini.

##### 1. Peserta Didik

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan keterampilan teknik dasar permainan bola voli.

##### 2. Guru Mata Pelajaran Penjasorkes

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk menentukan latihan dan keterampilan teknik dasar permainan bola voli.

##### 3. Sekolah

Hasil penelitian diharapkan dapat menjadi masukan dalam perencanaan pengembangan prestasi mata pelajaran Penjasorkes, khususnya cabang olahraga bola voli.

##### 4. Peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat meningkatkan motivasi dan mampu melaksanakan penelitian masalah serupa pada masa yang akan datang.

##### 5. Program Studi Pendidikan Olahraga

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah khazanah ilmu dalam mata pelajaran Penjasorkes, khususnya tingkat kecemasan (*anxiety*) menjelang pertandingan cabang olahraga bola voli.