



# BRAVO'S

Jurnal Program Studi  
Pendidikan Jasmani dan  
Kesehatan

Volume 08  
No. 02, 2020  
page 62-68

## Karakteristik Psikologis Pemain Futsal Kabupaten Sleman dalam Ajang PORDA Yogyakarta Tahun 2019

Antonius Tri Wibowo<sup>1</sup>, Erni Cahya Gupita<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi Ilmu Keolahragaan Universitas Mercu Buana  
Yogyakarta

[antoniustriwibowo@mercubuana-yogya.ac.id](mailto:antoniustriwibowo@mercubuana-yogya.ac.id)

[ernicahyagupita99@gmail.com](mailto:ernicahyagupita99@gmail.com)

### Article History:

Submitted:

20-06-2020

Accepted:

21-06-2020

Published:

26-06-2020

URL : <https://ejournal.stkipjb.ac.id/index.php/penjas/article/view/1505>

DOI : <https://doi.org/10.32682/bravos.v8i2.1505>

### Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian survei, dalam penelitian ini bertujuan untuk mengetahui karakteristik psikologis pemain futsal Porda Sleman yang berjumlah 19 pemain. Hasil dari penelitian ini bahwa pemain cabang futsal tim Porda Sleman memiliki karakteristik untuk aspek motivasi dengan rerata (29,9) dengan presentase (75%), masuk dalam kategori (Tinggi). Sedangkan untuk aspek kepercayaan diri pemain PSIM memiliki rerata (29) dengan presentase (83%) masuk kategori (Tinggi). Untuk aspek kontrol kecemasan memiliki rerata (28,6) dengan presentase (81%) dan masuk kategori (Tinggi), aspek persiapan mental memiliki rerata (24) dengan presentase (80%) dan masuk kategori (Tinggi), aspek pentingnya tim memiliki rerata (15) dengan presentase (77%) dan masuk kategori (Tinggi), dan aspek Konsentrasi memiliki rerata (22) dengan presentase (72%) dan masuk kategori (Tinggi).

**Kata kunci:** Karakteristik Psikologis, Pemain Futsal, Porda DIY

### Abstract

This research is a survey determination, in this study aims to determine the psychological characteristics of Porda Sleman futsal players, amounting to 19 players. The results of this study that the futsal branch players of the Porda Sleman team have characteristics for aspects of motivation with an average (29.9) with a percentage (75%), included in the category (High). As for the aspect of confidence, PSIM players have an average (29) with a percentage (83%) in the (High) category. For the anxiety control aspect, it has an average (28.6) with a percentage (81%) and a category (High), mental preparation aspect has a mean (24) with a percentage (80%) and a category (High), an important aspect for the team to have a mean (15) with a percentage (77%) and included in the category (High), and Concentration aspects had an average (22) with a percentage (72%) and included in the category (High).

**Keywords:** Psychological Characteristics, Futsal Players, Porda DIY



## PENDAHULUAN

Event PORDA (Pekan Olahraga Daerah ) Daerah Istimewa Yogyakarta adalah event resmi olahraga yang diadakan 2 tahun sekali dengan selalu berputar di 5 wilayah kota dan kabupaten di Provinsi Yogyakarta. Diharapkan dari event 2 tahunan ini dapat menghasilkan bibit-bibit yang dapat menjadi atlet yang bisa berprestasi di kancah nasional ataupun di level Internasional sehingga bisa mengharumkan daerah ataupun negara. Perhelatan Porda ke XV Tahun 2019 diselenggarakan bersamaan dengan Paperda (Pekan Paralimpik ) DIY II ini diadakan di Kota Yogyakarta dan berlangsung pada bulan 1 Oktober-18 Oktober 2019.

Adanya event olahraga di setiap daerah di seluruh Negara Indonesia merupakan usaha untuk menghasilkan atlet-atlet yang berprestasi di daerah sehingga akan bisa naik di level nasional. Prestasi olahraga dan kompetisi yang berkualitas akan menjadi pendukung bagi sebuah negara untuk mendapatkan penghormatan dari negara-negara lain, maka dari itu pemerintah merumuskan undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan nasional dan diperkuat lagi oleh pemerintah dan DPR menetapkan undang-undang nomor 16 tahun 2007 berkaitan penyelenggaraan keolahragaan sehingga diharapkan dengan pengutaan dan dukungan dari pemerintah prestasi keolahragaan Indonesia akan meningkat. Pemerintah memperkuat dukungan untuk perkembangan olahraga nasional adalah dengan menetapkan di dalam pasal 20 dan pasal 74 undang-undang nomor 3 tahun 2005 tentang sistem keolahragaan dikemukakan bahwa olahraga prestasi dilaksanakan melalui proses pembinaan dan pengembangan secara terencana, berjenjang, dan berkelanjutan dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Semua penyelenggaraan itu akan selalu didukung oleh pemerintah pusat dan daerah serta masyarakat dapat melakukan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi secara berkelanjutan untuk memajukan keolahragaan nasional, melalui riset, pengkajian, alih teknologi, sosialisasi, pertemuan ilmiah dan kerjasama antar lembaga penelitian baik dalam negeri ataupun luar negeri (Presiden dan DPR, 2005).

Selain itu penguatan lebih khusus lagi tertuang dalam pasal 1 dan pasal 72 UU nomor 16 tahun 2007, pasal 1 tentang pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan adalah peningkatan kualitas dan kuantitas pengetahuan dan teknologi yang bertujuan memanfaatkan kaedah dan teori ilmu pengetahuan yang telah terbukti kebenarannya untuk peningkatan fungsi, manfaat, dan aplikasi ilmu pengetahuan dan teknologi yang telah ada atau menghasilkan teknologi baru bagi kegiatan keolahragaan. Pasal pasal 72 berisi pemerintah, pemerintah daerah, dan masyarakat bertanggung jawab melaksanakan pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan secara terencana dan berkelanjutan untuk memajukan keolahragaan nasional. Oleh karena adanya kesadaran bahwa untuk berprestasi dalam bidang olahraga tidak hanya bergantung oleh satu faktor saja melainkan banyak faktor yaitu ilmu pengetahuan dan teknologi menjadi pendukung selain faktor kualitas atlet, pelatih dan sarana sehingga dari kolaborasi itu akan tercipta atlet yang berkualitas unggul sehingga bisa menjadi juara maka dukungan menggunakan ilmu pengetahuan tertuang pada Pasal 74 pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan diarahkan untuk mengembangkan ilmu dasar (*basic science*) dan ilmu terapan (*applied*

*science*) dalam bidang keolahragaan (Wibowo, Syafitri, & Iwandana, 2019).

Bompa (1999) mengatakan bahwa dalam teori dan metode melatih tersusun oleh beberapa ilmu pendukungnya, diantaranya ilmu faal, ilmu urai, ilmu biomekanika, ilmu gizi, ilmu psikologi, tes dan pengukuran, sosiologi dan ilmu gerak motorik, sehingga diharapkan setiap pelatih mampu memahami ilmu itu dan akan senantiasa berusaha untuk meningkatkan prestasi atlet-atletnya setinggi mungkin. Usaha untuk meningkatkan prestasi dalam olahraga diperlukan ilmu pendukung yaitu anatomi, sosiologi, fisiologi, kedokteran olahraga, biomekanika, statistik, tes dan pengukuran, psikologi, pembelajaran motorik, ilmu pendidikan, ilmu gizi dan sejarah sehingga semuanya menjadi satu bagian dalam meningkatkan kualitas dan kemampuan atlet (Bompa dalam Emran, 2017). Pate, McCleanaghan, dan Rotella (dalam Dimiyati & Hastuti, 2013) menyatakan lebih khusus bahwa sampai saat ini ada tiga ilmu dasar yang telah berkembang menjadi sub disiplin ilmu yang mendukung praktik kepelatihan olahragawan yang sempurna, yaitu Biomekanika, Psikologi Latihan, dan Psikologi Olahraga. Pendapat para ahli di atas menunjukkan bahwa olahraga perlu mendapatkan support dari kelilmuan lain yang bisa menjadi kolaborasi yang baik untuk menciptakan seorang atlet juara (Widanita et al., 2020).

Menurut Wiliam & Reilly dalam (Dimiyati & Hastuti, 2013) menyatakan bawah berdasarkan beberapa kajian yang dilakukan terhadap cabang olahraga sepakbola terdapat beberapa karakteristik psikologi yang perlu dimiliki oleh atlet muda yaitu kontrol tingkat gugahan (*arousal*), kepercayaan diri dan kapasitas untuk tampil penuh semangat. Psikologi olahraga khususnya untuk menyangkut mental emosional atlet menjadi kontributor yang semakin menentukan dalam pembinaan serta peningkatan prestasi atlet (Singgih, Monthy, & Myrna, dalam Dimiyati & Hastuti, 2013). Ada beberapa pendapat dari para ahli olahraga bahwa dalam pertandingan olahraga 80% dipengaruhi oleh mental dan psikologi sedangkan 20% nya adalah faktor yang lain jadi bisa dibayangkan begitu pentingnya faktor psikologi dalam olahraga, jangan sampai terjadi atlet mengalami timpang performa antara pada saat latihan begitu bagus sedangkan pada saat pertandingan malah tidak menampilkan yang terbaik. Cabang olahraga golf profesional baik buruknya penampilan mereka dalam pertandingan sangat ditentukan oleh faktor –faktor psikologis yaitu kecemasan, somatic, kecemasan kognitif, kontrol perhatian, dan kontrol emosional (Julien Bois, Philippe Sarrazin, Julien Southon, 2009).

Prestasi yang tinggi tidak hanya didukung oleh faktor fisik, teknik, dan taktik saja tetapi faktor psikologis juga menentukan (Festiawan et al., 2019). Atlet harus memiliki ketenangan pada saat bertanding agar meminimalisir kesalahan dalam melakukan passing dan shooting agar bola yang dihasilkan dapat tepat sasaran (Festiawan, 2020), terdapat hubungan timbal balik antara psikis dan fisik, artinya jika faktor psikis terganggu maka akan mengakibatkan kerja fisik dan gerak motorik juga terganggu, begitupun sebaliknya (Hildan Efendi & Pramono, 2016). Cox, Liu dan Qiu dalam (Dimiyati & Hastuti, 2013) melakukan penelitian pada atlet profesional di China menemukan bahwa atlet elit memiliki kepercayaan diri dan kontrol emosi yang tinggi, tentu sebagai pemain yang profesional diharapkan sudah komplit kemampuan fisik, teknik dan berkaitan dengan mentalnya. Cabang olahraga beladiri (pencak silat,

taekwondo, dan karate) dibutuhkan faktor psikologis seperti konsentrasi, antisipasi, kontrol emosi, kontrol diri, kepercayaan diri dan daya juang, jika tidak memiliki beberapa faktor itu akan kemungkinan mengalami kegagalan dalam pertandingan (Joaquin Dosil, 2006). Dimiyati & Hastuti (2013) menyatakan secara umum para atlet olahraga tim memiliki karakteristik lebih cemas, dependen, terbuka dan waspada, tetapi kurang sensitive dan imajinatif dibandingkan para atlet cabang olahraga individu. Masalah faktor psikologis dalam beberapa pertandingan menjadi penyebab kekalahan seperti yang disampaikan oleh Ivan Kolev seorang pelatih Tim Sepakbola Profesional PS TNI, tim nya mengalami kemasukan gol pada saat *injury time* melawan tim Persiba disebabkan oleh konsentrasi atlet yang hilang sehingga menyebabkan PS TNI mengalami kekalahan pada Kompetisi Liga1 tahun 2017 (Permana Kusumadijaya, 2017).

Beberapa literatur di atas menunjukkan betapa penting faktor psikologi bagi prestasi atlet, kita dapat membayangkan "seorang atlet dengan kemampuan fisik dan teknik yang hampir sempurna tetapi pada saat pertandingan mengalami masalah karena faktor psikologis atlet tersebut mengalami hilangnya kepercayaan diri, kecemasan berlebihan, konsentrasi hilang, semangat juangnya hilang dan akhirnya kontrol emosinya juga ikut hilang apa yang terjadi? bisa dipastikan atlet tersebut tidak akan menampilkan performa yang optimal". Berbeda kasus jika seorang atlet memiliki kemampuan fisik dan teknik yang baik serta ditunjang juga memiliki kualitas mental psikologisnya barangkali dalam pertandingan resmi akan bisa menampilkan performa yang optimal. Latihan Psikologis menjadi salah satu hal yang sangat penting tetapi hal yang miris terkadang masih kurang menjadi perhatian bagi pelatih untuk diterapkan dalam proses latihan, pelatih masih mengadopsi dan menerapkan sistem kepelatihan lama yang hanya menekankan pada sektor fisik, teknik dan taktik. Latihan psikologis yang menyangkut aspek-aspek psikologis seperti mempertahankan fokus konsentrasi, pengaturan tingkat arousal, meningkatkan kepercayaan, dan mempertahankan motivasi perlu dilakukan secara sistematis (Weinberg & Gould, 2015).

Sampai saat ini pelatih masih banyak menekankan latihan pada atletnya hanya pada fisik, teknik dan taktik saja, sedangkan faktor psikologis sama sekali tidak tersentuh (Suryanto, 2011). Dalam jajaran kebijakan para Pembina olahraga belum memandang penting pembinaan psikologi olahraga dalam pembinaan dan pendampingan atlet nasional yang akan dikirim untuk even-even olahraga penting tingkat internasional (Dimiyati & Hastuti, 2013). Pengalaman peneliti sendiri sebagai mantan atlet sepakbola profesional yang berlaga dipersepakbolaan nasional dan penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh peneliti pada atlet basket profesional yang berlaga di event Indonesia Basket Ball Ligue 2017 yang notabeneanya merupakan kompetisi tertinggi olahraga bolabasket di Indonesia menunjukkan betapa kurangnya latihan psikologis atlet dan bahkan atlet belum pernah mengalami tes berkaitan dengan psikologis (Tri Wibowo Antonius, 2016).

Dalam Porda tahun 2019 Kabupaten Sleman untuk cabang Futsal memiliki target untuk menjadi mejadi juara, dikarenakan dengan materi pemain dan kualitas pelatih sangat optimis untuk menjadi juara di ajang dua tahunan ini. Pemain Futsal Kabupaten Sleman memiliki rata-rata umur di bawah 23 tahun dengan latar belakang Pendidikan

hampir 70 % merupakan mahasiswa, dengan program latihan yang baik dan mengedepankan pembinaan maka pengurus dan tim pelatih menyadari akan adanya data valid yang bisa mendukung tim pelatih dalam program latihan khususnya untuk psikologi atlet. Pelatih menyadari pemain dengan usia muda sangat mudah terpengaruh dengan faktor internal yang berkaitan dengan psikologi dan mental atlet. Maka dari itu tim peneliti dan tim pelatih futsal kabupaten Sleman meneliti karakteristik psikologi pemain futsal kabupaten Sleman dalam menghadapi Porda 2019.

## METODE

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei. Subyek dalam penelitian ini adalah semua pemain Futsal Porda Sleman 2019 yang berjumlah 19 orang dan merupakan pemain semi professional yang berumur 18-23 tahun. Penelitian ini dalam pengambilan datanya menggunakan angket dengan menggunakan instrumen yang bernama PSIS-R-5 yang dikembangkan oleh Mahoney, Gabriel, dan Perkins (M.J.Mahoney, J.Gabriel, & Perkins, 1987). Instrumen ini terdiri dari 44 sistem pernyataan yang didesain untuk mengukur karakteristik psikologis yang berhubungan dengan latar belakang olahraga.

Instrumen ini terdiri dari enam aspek psikologi, yaitu motivasi, kepercayaan diri, control kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi. Sebelum digunakan sebagai instrumen dalam penelitian ini, terlebih dahulu dilakukan langkah-langkah sebagai berikut: (1) Diterjemahkan oleh pakar bahasa Inggris; (2) instrumen yang telah diterjemahkan tersebut selanjutnya dinilai oleh tiga orang *expert*: (3) dan selanjutnya diujicobakan terhadap atlet yang memiliki karakteristik mirip dengan subjek penelitian. Adapun reliabilitas dan validitas instrumen mengikuti penelitian sebelumnya.

Analisis data dalam penelitian ini ada beberapa tahap, tahap pertama adalah dengan pengecekan data yang terkumpul dari semua atlet yang berjumlah 19 orang. Tahap kedua pemberian skor pada setiap jawaban subyek terhadap angket tersebut. Tahap ketiga data yang diperoleh kemudian dianalisis untuk mendeskripsikan karakteristik psikologis atlet meliputi aspek motivasi, kepercayaan diri, control kecemasan, persiapan mental, perhatian tim dan konsentrasi.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil dari analisis data setelah angket instrument mendapatkan skor maka dihasilkan data bahwa pemain Tim Futsal Porda Sleman tahun 2019 sebagai berikut:

Tabel 1. Kategori Karakteristik Psikologi

NO	Aspek Psikologis	N=27		
		Rerata	Persentase	Kategori
1	Motivasi	29,9	75%	Tinggi

2	Kepercayaan Diri	29	83%	Tinggi
3	Kontrol Kecemasan	28,6	81%	Tinggi
4	Persiapan Mental	24	80%	Tinggi
5	Pentingnya Tim	15	77%	Tinggi
6	Konsentrasi	22	72%	Tinggi

Dari Tabel 1 dapat dijelaskan bahwa pemain futsal Porda Sleman yang berjumlah 19 pemain memiliki karakteristik untuk aspek motivasi dengan rerata (29,9) dengan presentase (75%), masuk dalam kategori (Tinggi). Sedangkan untuk aspek kepercayaan diri pemain memiliki rerata (29) dengan presentase (83%) masuk kategori (Tinggi). Untuk aspek kontrol kecemasan memiliki rerata (28,6) dengan presentase (81%) dan masuk kategori (Tinggi), aspek persiapan mental memiliki rerata (24) dengan presentase (80%) dan masuk kategori (Tinggi), aspek pentingnya tim memiliki rerata (15) dengan presentase (77%) dan masuk kategori (Tinggi), dan aspek Konsentrasi memiliki rerata (22) dengan presentase (72%) dan masuk kategori (Tinggi).

## **SIMPULAN**

Berdasarkan data yang tertera di dalam tabel di atas dapat ditemukan dan dianalisis bahwa tim pemain futsal Porda Sleman dalam menghadapi kompetisi Porda DIY 2019 yang diadakan oleh KONI DIY memiliki motivasi, kepercayaan diri, konsentrasi, kontrol kecemasan, persiapan mental, pentingnya tim masuk kategori Tinggi.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Bompa, T. O. (1999). *Periodization Training for Sports. Human Kinetics*. Retrieved from [https://is.muni.cz/el/1451/podzim2015/np2319/um/Periodization\\_Training\\_for\\_Sports.pdf](https://is.muni.cz/el/1451/podzim2015/np2319/um/Periodization_Training_for_Sports.pdf)
- Dimiyati, & Hastuti, H. (2013). *Karakteristik Psikologis Atlet di Pusat Pendidikan dan Latihan Pelajar ( PPLP )*. *Jurnal Psikologi UGM*, 40(2), 143–158. Retrieved from <https://text-id.123dok.com/document/y49m36rz-karakteristik-psikologis-atlet-di-pusat-pendidikan-dan-latihan-pelajar-pplp-dimiyati-jurnal-psikologi-6973-27101-1-pb.html>
- Emran. (2017). *Pengantar Teori dan Metodologi pelatihan Fisik (edisi Pertama)*. Depok: Pt Kencana.
- Festiawan, R. (2020). *Pendekatan Teknik dan Taktik: Pengaruhnya Terhadap Keterampilan Bermain Futsal*. *Gelanggang Olahraga: Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 3(2), 143–155. <https://doi.org/https://doi.org/10.31539/jpjo.v3i2.1080>
- Festiawan, R., Nurcahyo, P. J., & Pamungkas, H. J. (2019). *Pengaruh Latihan Small Sided*

- Games Terhadap Kemampuan Long Pass pada Peserta Ekstrakurikuler Sepakbola. Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(1), 18–22. <https://doi.org/https://doi.org/10.15294/miki.v9i1.20666>
- Hildan Efendi, & Pramono, M. (2016). *Kajian Kecemasan Atlet Hockey Putra Kabupaten Gresik Sebelum Bertanding di PORPROV Jawa Timur Tahun 2015*. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6, 5–10.
- Joaquin Dosil. (2006). *The Sport Psychologist 's Handbook : A Guide for Sport-Specific Performance Enhancement*. *The Sport Psychologist*, 515–516. Retrieved from <http://www.humankinetics.com/acucustom/sitename/Documents/DocumentItem/6290.pdf>
- Julien Bois, Philippe Sarrazin, Julien Southon, J. B. (2009). *Psychological Characteristics and Their Relation to Performance in Professional Golfers*. *The Sport Psychologist*, 23(2), 252–270. <https://doi.org/10.1123/tsp.23.2.252>
- M.J.Mahoney, J.Gabriel, T., & Perkins, T. S. (1987). *Psychological Skills and Exceptional Athletic Performance*. *The Sport Psychologist*, 1(3), 181–199.
- Permana Kusumadijaya. (2017). *Konsentrasi dan Kondisi Lapangan Jadi Biang Kekalahan PS TNI - Indonesia Bola.com*. Retrieved February 26, 2018, from <http://www.bola.com/indonesia/read/3067316/konsentrasi-dan-kondisi-lapangan-jadi-biang-kekalahan-ps-tni>
- Presiden dan DPR. (2005). *UU RI No.3 Tahun 2005 Tentang Sistem Keolahragaan*. Indonesia. Retrieved from <http://www.dpr.go.id/dokjdih/document/uu/45.pdf>
- Suryanto. (2011). *Identifikasi kondisi psikologis (mental) atlet junior cabang olahraga panahan di daerah istimewa yogyakarta*. *Medikora*, 7, 1–73. Retrieved from <https://journal.uny.ac.id/index.php/medikora/article/view/4659>
- Tri Wibowo Antonius. (2016). *Gaya Hidup, Kebugaran Jasmani, dan Konsentrasi Atlet Bolabasket Tim Satya Wacana Salatiga Menghadapi INDONESIA BASKETBALL LEAGUE (IBL) 2017*. *Sportif*, 2(2), 76–84.
- Weinberg, R. S. (Robert S., & Gould, D. (2015). *Foundations of sport and exercise psychology (6th ed.)*. Miami: HKRewards.
- Wibowo, A. T., Syafitri, A., & Iwandana, D. T. (2019). *Psychological Characteristics Of PSIM Yogyakarta Players In Wading The League 2 Soccer Competition In 2019 / 2020*, 9(11), 217–225.
- Widanita, N., Sukamti, E. R., & Festiawan, R. (2020). *Hubungan Tingkat Intelligence Qoutient ( IQ ) dan Bakat dengan Hasil Kejuaaan Senam POPDA DIY*. *JTIKOR: Jurnal Terapan Ilmu Keolahragaan*, 5(1), 41–50. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v5i1.24463>