

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga sebagai salah satu unsur yang berpengaruh dalam kehidupan manusia, telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Setiap bangsa di seluruh dunia berlomba-lomba menciptakan prestasi dalam kegiatan olahraga, karena prestasi olahraga yang baik akan meningkatkan citra bangsa di dunia internasional.

Cabang olahraga Taekwondo merupakan salah satu cabang olahraga yang banyak penggemarnya, karena dapat diikuti oleh pria dan wanita dan dari segala tingkatan usia. Bahkan dari cabang olahraga Taekwondo, diharapkan akan muncul pemain-pemain yang berprestasi yang dapat membawa nama harum bangsa dan negara Indonesia yang tercinta ini.

Taekwondo, merupakan salah satu cabang olahraga yang diharapkan bisa membina generasi muda Indonesia menjadi pribadi yang sehat, tangguh dan mandiri dalam menghadapi tantangan hidup di masa-masa yang akan datang. Sistem pembinaan Taekwondo dilakukan dengan suatu kompetisi atau kejuaraan di Indonesia. Kompetisi sendiri merupakan suatu tolak ukur dari prestasi atlet Taekwondo dan muara terbentuknya atlet nasional.

Pada saat ini memang terdapat dua tubuh organisasi yang menaungi Taekwondo di Indonesia, yaitu PBTI (Pengurus Besar Taekwondo Indonesia) dan YUTI-UTI Pro (Yayasan Universal Taekwondo Indonesia). Meskipun terdapat dua kepengurusan yang berbeda, tetapi tetap memiliki misi yang sama yaitu untuk memajukan Taekwondo Indonesia.

Bergulirnya kejuaraan atau *event* Taekwondo disambut oleh banyak pihak, baik pengurus *dojang* (tempat latihan), pelatih daerah atau nasional serta para atlet Taekwondo sendiri. Namun sistem kompetisi atau kejuaraan yang ada pada saat ini, ternyata belum mampu untuk membentuk atlet Taekwondo mempunyai *skill* dan mental yang bagus. Kompetisi atau kejuaraan yang diharapkan akan mampu untuk mencetak

atlet-atlet handal yang nantinya menunjang terbentuknya atlet nasional Indonesia ternyata jauh dari harapan. Pada *7th Asian Junior Taekwondo Championship* yang berlangsung 20 Juni hingga 23 Juni 2013 lalu merupakan bukti menurunnya prestasi atlet Taekwondo Indonesia, atlet binaan PBTI tersebut hanya mampu meraih 5 medali perunggu masing-masing 4 perunggu di nomor pomse dan 1 perunggu di kategori kyurugi pada hari terakhir. (<http://pelatnastaekwondo.wordpress.com/>).

Dan yang terakhir adalah SEA GAMES 2013 yang telah usai di gelar bulan Desember lalu di Myanmar, tim nasional Taekwondo Indonesia gagal mendapatkan satu edali emas pun dalam tiap kategori yang dipertandingkan. Hasil yang diperoleh ini menunjukkan penurunan prestasi yang sangat drastis, jika dibandingkan dengan perolehan medali emas pada SEA GAMES dua tahun yang lalu saat Indonesia menjadi tuan rumah, tim nasional Taekwondo Indonesia berhasil meraih lima medali emas di cabang olahraga beladiri Taekwondo. Hal ini sungguh merupakan penurunan prestasi yang sangat drastis.

Lalu atlet binaan UTI Pro akhir-akhir ini menorehkan banyak prestasi, diantaranya seperti Indonesia sukses menyabet tiga medali emas, lima perak dan 13 perunggu pada Kejuaraan Taekwondo ASEAN (ATF) ke-11 di Nay Pyi Taw, Myanmar, (<http://sport.news.viva.co.id/news/read/412095-indonesia-sabet-3-emas-di-kejuaraan-taekwondo-asean>), Taekwondoin hasil binaan Universal Taekwondo Indonesia Profesional (UTI Pro) juga menoreh sukses dengan merebut satu medali perak dan dua perunggu dalam kejuaraan taekwondo Amerika Serikat terbuka yang berlangsung di Las Vegas, Amerika Serikat, 19-23 Februari 2013 (<http://utipro.co.id/uti-pro-raih-satu-perak-dan-dua-perunggu-di-us-open/>), pada 1st World Children Taekwondo Champions di Sindelfingen, Jerman, 1-3 Februari 2013 atlet binaan UTI Pro berhasil menyabet dua medali emas, serta berhasil menjadi juara umum Turnamen Internasional Pertama Best Of The Best I, 30 Juni 2013 lalu. (<http://www.metrotvnews.com/metronews/read/2013/06/30/4/164903/Kontingen-Taekwondo-Indonesia-Juara-Umum-Best-Of-The-Best>)

Perbedaan prestasi yang menonjol pada atlet di tiap masing-masing binaan pada kedua pengurus organisasi Taekwondo di atas menunjukkan adanya perbedaan dalam pembinaan pada atletnya, sehingga terjadi perbedaan kualitas pada tiap atletnya. Hal ini menunjukkan bahwa pembinaan yang tepat pada atlet dapat menciptakan seorang atlet yang dapat berprestasi baik dikancah nasional maupun internasional. Pembinaan pada

atlet bukan hanya semata-mata menitik beratkan pembinaan pada fisik dan teknik atlet saja, tetapi pembinaan secara psikologis pada atlet juga perlu diperhatikan. Salah satu faktor psikologis yang dapat menurunkan prestasi atlet adalah anxiety (kecemasan).

Demi mencapai suatu prestasi yang tinggi, tentu diperlukan waktu yang cukup lama untuk dapat menguasai semua keterampilan yang diperlukan dalam cabang olahraga Taekwondo. Selain faktor keterampilan tinggi yang harus dikuasai, juga diperlukan pengorbanan serta kemampuan untuk menghadapi masalah-masalah yang timbul dalam kegiatan berlatih dan bertanding.

Masalah-masalah itu dapat bermacam-macam bentuknya, salah satunya adalah anxiety. Anxiety diartikan sebagai ciri ketakutan atau emosi yang hubungannya dekat (teror, tanda bahaya, takut, gemetar) yang dialami secara subyektif. Untuk mencapai prestasi yang tinggi dalam olahraga maka anxiety atlet sebaiknya tidak terlalu rendah dan juga tidak terlalu tinggi pada waktu pertandingan. Agar anxiety atlet tidak terlalu tinggi pada waktu pertandingan, maka atlet harus mempunyai pengalaman bertanding yang banyak, karena dengan banyak pengalaman bertanding atlet akan terbiasa dengan situasi dan kondisi yang dapat menimbulkan perasaan cemas, takut atau khawatir, tegang dan sebagainya, baik yang datangnya dari lawan, kawan, penonton, wasit, cuaca yang kurang mendukung, dan sebagainya.

Selain ada teknik-teknik yang dapat digunakan untuk menurunkan atau mengurangi anxiety, antara lain: (1) Dengan cara meyakinkan kembali akan kemampuan atlet, (2) Dengan cara memberikan informasi yang bermanfaat kepada atlet, (3) Dengan latihan relaksasi, (4) Dengan teknik yang dikemukakan oleh Jacobson dan Schultz, (5) Dengan teknik memberikan humor, (6) Dengan memberikan jaminan sosial ekonomi, (7) Dengan latihan visualisasi.

Penulis cenderung memunculkan masalah anxiety dengan pertimbangan bahwa anxiety memegang peranan penting dalam kegiatan berlatih dan bertanding. Hal ini diperjelas oleh pendapat Harsono, (1988 : 265) yaitu:

“Lapangan olahraga senantiasa penuh dengan anxiety dan konflik-konflik, penuh dengan ketakutan-ketakutan dan bentrokan-bentrokan mental. Jarang sekali seorang coach dapat merasa pasti bahwa timnya sudah 100 % kuat mental maupun fisiknya. Jarang pula ada seorang atlet, meski dia seorang juara sekalipun, yang dapat mengontrol

dan menyesuaikan segala emosinya, anxietiesnya dan konflik-konfliknya dalam menghadapi suatu pertandingan, apalagi pertandingan tersebut adalah pertandingan yang menentukan. Jarang sekali ada seorang atlet yang dapat dikatakan telah mencapai maturitas olahraganya (athletic maturity) secara komplit.”

Dari kutipan tersebut, dapat ditarik kesimpulan bahwa untuk mencapai prestasi yang tinggi, seorang atlet Taekwondo harus mampu menghadapi dan sekaligus mengatasi masalah-masalah seperti tersebut di atas, yaitu mengenai anxiety dan selain itu juga tentu masih banyak masalah lain yang harus menjadi perhatian pula.

Berdasarkan pengalaman peneliti menjadi atlet dari cabang olahraga Taekwondo juga hasil observasi dalam suatu pertandingan, maka penulis berpendapat bahwa anxiety dapat memberikan pengaruh negatif terhadap prestasi, dan juga dapat memberikan pengaruh positif terhadap prestasi atlet Taekwondo.

Pada suatu saat, setiap orang pasti pernah mengalami anxiety (kecemasan) begitu juga seorang atlet. Sifat kekhawatiran merupakan hal yang wajar bagi setiap orang. Mungkin seseorang merasa khawatir akan sesuatu atau karena orang lain, ataukah ia pernah mengalami hal yang tidak menyenangkan pada kejadian serupa di masa lampau. Bahkan kecemasan sampai pada batas tertentu merupakan hal yang normal dan berfungsi sebagai alarm yang memberikan tanda-tanda bahaya sehingga orang yang mengalaminya menjadi lebih siap menghadapi keadaan yang akan muncul.

Program pembinaan olahraga sering ditemui bahwa seorang atlet yang sudah mempersiapkan diri dengan baik untuk menghadapi suatu pertandingan, mendadak mengalami gangguan pencernaan, sehingga ia tidak mengikuti pertandingan, setelah diperiksa dokter ternyata atlet tersebut sama sekali tidak mengalami gangguan fisik, atau ada kalanya tiba-tiba ia berkeringat dingin menjelang penampilannya di arena pertandingan. (Singgih D. G, 1996 : 38)

Menurut Cratty yang dikutip oleh Harsono dalam buku Psikologi Olahraga mengemukakan bahwa ketakutan pada atlet umumnya dapat diklasifikasikan dalam beberapa kategori antara lain: *pertama*, takut gagal dalam bertanding, *kedua*, cemas akan akibat sosial atas mutu prestasinya, *ketiga*, cemas kalau cidera atau menciderai lawan, *keempat*, cemas fisiknya tidak mampu menyelesaikan tugas atau pertandingan yang baik. (Singgih, D Gunarsa, 1996 : 39)

Kecemasan dengan ambisi terhadap prestasi atlet harus dilatih agar tingkat ketegangannya makin lama makin rendah, tapi jangan sampai hilang sama sekali dan ambisinya untuk menang semakin ditingkatkan. Sehingga petunjuk-petunjuk penenangan (relaxation hint) akan efektif apabila diberikan pada saat-saat menjelang permulaan dan akhir pertandingan. (Singgih D. G, 1996 : 38)

Sebelum pertandingan di mulai kecemasan biasanya naik. Hal ini disebabkan oleh bayangan beratnya tugas atau pertandingan yang akan dihadapi. Selama pertandingan berlangsung tingkat kecemasan biasanya menurun, akan tetapi dalam pertandingan yang berlangsung lama tingkat kecemasan biasanya makin lama makin naik, mendekati akhir pertandingan tingkat kecemasan biasanya akan naik lagi terutama bila skor pertandingan berimbang.

Hasil penelitian Simon dan Marten (dalam Hardy et al. 1999) ditemukan bahwa kecemasan bertanding adalah lebih tinggi pada atlet muda dalam olahraga individu dibandingkan dengan olahraga tim dan lebih tinggi olahraga individu kontak dibandingkan dengan olahraga non kontak. Kecemasan ketika menghadapi pertandingan merupakan masalah gejala emosi yang sering menghinggapi atlet, terutama pada olahraga individual kontak. Oleh karena Taekwondo merupakan olahraga individual kontak, maka dalam mempersiapkan atlet Taekwondo untuk menghadapi pertandingan, sangat penting diperhatikan faktor kecemasan bertanding ini. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan bertanding adalah persepsi-atlet.

Interpretasi atlet mengenai situasi pertandingan yang dinilai sebagai suatu peristiwa yang penting akan menimbulkan suatu reaksi yang berbeda bagi masing-masing atlet. Persepsi mengenai situasi pertandingan melibatkan ketidakpastian dan pentingnya hasil yang diperoleh dari pertandingan tersebut. Persepsi atlet terhadap situasi ini akan menentukan apakah atlet menilai situasi pertandingan yang akan dihadapi sebagai suatu ancaman atau tidak. Apabila atlet menilai situasi pertandingan sebagai suatu yang mengancam, maka akan muncul respon kecemasan.

Persepsi atlet akan suatu pertandingan dan memberikan pengaruh pada tingkat kecemasan dan ketakutannya dalam menghadapi pertandingan. Persepsi yang positif terhadap suatu pertandingan dapat memberikan rasa percaya diri dalam menghadapi pertandingan sehingga membantu atlet mengendalikan kecemasannya dan akhirnya tingkat kecemasannya menurun.

Demi terwujudnya atlet yang diharapkan, tentu melibatkan banyak pihak dalam hal pembinaan atlet, mulai dari pengurus, pelatih, orang tua, pemilik klub, dan pihak-pihak yang terkait seperti pihak sponsor harus saling bekerja sama demi mewujudkan mencetak atlet yang berprestasi. Di Jawa Timur, memang terdapat banyak sekali klub Taekwondo yang tersebar di berbagai daerah tetapi hanya ada beberapa klub saja yang memiliki jumlah anggota lebih dari 300 atlet. Selain itu hanya beberapa klub saja yang memiliki prestasi menonjol, bahkan ada beberapa atlet yang berada dalam klub Taekwondo tertentu sudah memiliki jam terbang bertanding yang sangat banyak, bahkan sampai ketingkatan even pertandingan internasional. Memang tidak semua klub dapat berpartisipasi di even tingkat internasional dikarenakan banyak faktor, beberapa diantaranya klub tersebut tidak memiliki atlet yang mempunyai kemampuan bermain di level internasional, biaya akomodasi even internasional lebih, dan banyak lainnya.

Gold Maestro, merupakan salah satu klub Taekwondo yang terbesar di Jawa Timur, dengan memiliki anggota dengan jumlah kurang lebih 500 anggota yang tersebar di beberapa di daerah Jawa Timur dan memiliki banyak atlet dengan jam terbang bertanding tinggi dan memiliki banyak prestasi, mulai prestasi di tingkat regional, daerah, nasional bahkan internasional. Tentunya klub sebesar ini memiliki banyak bibit-bibit atlet muda yang berbakat dan memiliki segudang prestasi, mulai dari tingkatan pra junior, junior dan senior. Sehingga membuat peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian di klub Taekwondo Gold Maestro ini dan peneliti menganggap sangat cocok jika klub Taekwondo ini dijadikan sebagai tempat penelitian yang mana nantinya hasil dari penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan para pelatih-pelatih Taekwondo lainnya agar lebih dapat memperhatikan faktor psikologis atlet saat hendak mengirimkan atletnya untuk bertanding. Peneliti ingin mengetahui adakah pengaruh persepsi atlet dari klub Taekwondo Gold Maestro ini terhadap suatu pertandingan dengan kecemasan bertanding.

Merujuk pada pembahasan di atas, maka peneliti mencoba untuk menghubungkan antara persepsi atlet terhadap suatu pertandingan dengan kecemasan bertanding. Pada penjelasan di atas, persepsi-atlet terhadap suatu pertandingan memiliki arti penting dalam mempengaruhi tingkat kecemasan bertanding atlet. Oleh karena itu, penulis tertarik untuk mengangkat variabel persepsi-atlet ini dalam penelitian sebagai variabel yang dapat mempengaruhi tingkat kecemasan bertanding pada atlet cabang olahraga beladiri Taekwondo.

B. Rumusan Masalah

Dalam kaitannya dengan latar belakang masalah tersebut, maka muncul permasalahan bagaimana hubungan persepsi atlet terhadap pertandingan dengan kecemasan bertanding pada atlet cabor beladiri Taekwondo Dojang Gold Maestro Surabaya. Dengan demikian yang dicari dalam hal ini adalah:

Adakah Hubungan Antara Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Cabor Beladiri Taekwondo Gold Maestro Surabaya?

C. Keaslian Penelitian

Sepengetahuan penulis, penelitian tentang analisis tentang pengaruh persepsi atlet terhadap suatu pertandingan dan kecemasan bertanding atlet Taekwondo ini belum pernah dilakukan di Jawa Timur. Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif yang difokuskan pada pengaruh persepsi atlet pada pertandingan terhadap tingkat kecemasan bertanding, dengan desain penyebaran angket dan menggunakan skala psikologi (SCAT). Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini. Penelitian yang terkait dengan penelitian ini adalah :

Penelitian terdahulu yang relevan:

1. Penelitian yang dilakukan Yetisa Ika Putri (2007), dengan judulnya Hubungan Intimasi Pelatih Atlet Dengan Kecemasan Bertanding Atlet Ikatan Pencak Silat (IPSI) Semarang.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Analisis Regresi Sederhana. Berdasarkan output dari hasil analisis regresi sederhana diperoleh koefisien sebesar $r_{xy} = -0,4$ dengan $p = 0,003$ ($p < 0,05$), hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini, yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara intimasi pelatih atlet dengan kecemasan bertanding dapat diterima. Kondisi ini menunjukkan bahwa semakin baik intimasi pelatih dengan atletnya maka akan diikuti dengan semakin menurunnya tingkat kecemasan bertanding atlet.

Berdasarkan hasil analisis Independent Sampel T Test, didapatkan $p = 0,926$ ($p > 0,05$) dengan nilai $F = 0,009$ ada di Equal Variance assumed, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat kecemasan bertanding berdasarkan jenis kelamin.

Sumbangan efektif yang diberikan variabel intimasi pelatih-atlet sebesar 16%. Kondisi ini mengandung pengertian bahwa tingkat kecemasan bertanding atlet ditentukan oleh variabel intimasi pelatih-atlet sebesar 16% dan 84% lagi ditentukan oleh variabel lain.

2. Lina Sofia Asnani (IAIN Sunan Ampel, 2004), dengan judulnya Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Kecemasan Bertanding Pada Olahrgawan Bola Voli Surabaya Flame

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah korelasi product moment dan menggunakan korelasi signifikasi tata jenjang *rho spearman*. Berdasarkan output dari hasil analisis regresi sederhana diperoleh koefisien sebesar $r_{xy} = 0,476 - 0,784$ dengan $p = -0,579$ ($p < 0,05$), hasil ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan pada penelitian ini, yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kecerdasan emosional dengan kecemasan bertanding dapat diterima.

Sumbangan efektif yang diberikan variabel kecerdasan emosional dengan kecemasan betanding adalah 43,20%. Kondisi ini mengandung pengertian bahwa kecerdasan emosional mempunyai pengaruh yang efektif untuk mereduksi kecemasan bertanding pada diri seorang atlet. Serta hasil yang didapat juga menunjukkan bahwa kecerdasan emosional yang dimiliki atlet tergolong tinggi, dan juga kecemasan bertanding yang dialami oleh atlet tergolong rendah.

3. Siti Fatimah (IAIN Sunan Ampel, 2006), dengan judulnya Motivasi Berprestasi Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Karate INKADO di Aula Kantor Dispora Pemerintahan Propinsi Jawa Timur.

Teknik analisis yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan korelasi product moment yang diperoleh hasil $r_{xy} = 0,095$ dengan $p = 0,000$ ($p < 0,001$), artinya sangat signifikan. Jadi pengujian hipotesis alternatif dapat diterima, artinya

ada hubungan yang berarah positif antara motivasi berprestasi dengan kecemasan bertanding.

Terdapat kesamaan variabel Y dalam penelitian sebelumnya dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu membahas mengenai masalah kecemasan bertanding. Namun, penelitian yang dilakukan kali ini memiliki perbedaan yaitu meneliti variabel X yang menurut sepengetahuan peneliti belum ada pada penelitian sebelumnya, yaitu persepsi atlet terhadap suatu pertandingan, sedangkan penelitian terdahulu mengambil variabel X dari motivasi berprestasi, intikasi pelatih dan kecerdasan emosional.

D. Tujuan Penelitian

Tujuan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Ingin mengetahui Hubungan Antara Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Cabor Beladiri Taekwondo Gold Maestro Surabaya.

.

E. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini terbagi menjadi dua, yaitu:

1. Manfaat Teoretis

Penelitian diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi olahraga, psikologi pendidikan dan psikologi sosial, dan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat kecemasan bertanding atlet, khususnya bagi atlet Taekwondo yang tergabung dalam Taekwondo Dojang/Klub Gold Maestro Cabang Surabaya, serta dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya persepsi atlet terhadap suatu pertandingan untuk pembinaan atlet dan kerjasama tim (atlet, pelatih dan pembina) yang baik dalam rangka meningkatkan prestasi.

F. Sistematika Pembahasan

Untuk lebih mempermudah dalam pembahasan penelitian ini, maka akan peneliti jelaskan tentang sistematika dalam penelitian ini sebagai berikut:

BAB I:

Pendahuluan. Pada bab ini diuraikan secara singkat mengenai pendahuluan yang berisikan tentang latar belakang, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II:

Kajian Pustaka. Merupakan penjelasan secara rinci tentang landasan teori yang berhubungan dengan persepsi dan kecemasan bertanding yang meliputi : kecemasan, persepsi, hubungan antara kecemasan dan persepsi, hipotesis.

BAB III:

Metode Penelitian. Pada bab ini Merupakan study empiris tentang pelaksanaan penelitian, korelasi antara persepsi dan kecemasan bertanding pada atlet Taekwondo Gold Maestro meliputi tipe penelitian : rancangan penelitian, identifikasi variabel, definisi operasional, subjek penelitian, instrumen penelitian dan teknik analisis data.

BAB IV:

Hasil penelitian dan pembahasan. Pada bab ini Merupakan laporan penelitian yang telah dilakukan meliputi hasil penelitian, gambaran umum subjek penelitian, yang terdiri dari diskriptif lokasi, persiapan penelitian, pengujian hipotesis dan pembahasan.

BAB V:

Penutup. Pada bab ini merupakan kesimpulan penelitian dan saran peneliti untuk penelitian selanjutnya.