

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga merupakan kegiatan aktivitas fisik yang melibatkan otot serta energi dalam tubuh dimana bertujuan untuk mendorong, meningkatkan, maupun menjaga kesehatan jasmani maupun rohani seseorang atau sekelompok masyarakat yang melakukannya secara insentif dan teratur sesuai porsi kebutuhan dan kemampuannya. Tidak hanya sebagai bentuk untuk menjaga kesehatan, olahraga memiliki berbagai macam jenis seperti olahraga rekreasi, kebugaran, kesehatan, pendidikan, dan pastinya olahraga prestasi seperti yang dikatakan oleh (Nalla, 2011 dalam Sandi, 2019).

Olahraga prestasi adalah olahraga yang banyak digemari selain olahraga kebugaran, olahraga kesehatan dan olahraga lainnya khususnya di Indonesia. Olahraga prestasi adalah jenis olahraga yang bersifat kompetisi dimana seorang atlet akan berusaha untuk meraih prestasi terbaik dalam sebuah kompetisi olahraga seperti pada tingkat daerah, tingkat nasional bahkan hingga tingkat internasional. Dalam olahraga prestasi, sudah banyak komponen yang terlibat didalamnya seperti sarana dan prasarana pendukung, atlet, dan pelatih guna memperoleh sebuah pencapaian ataupun prestasi tertinggi sehingga sudah ada program latihan yang terstruktur didalamnya. Di Indonesia sudah banyak jenis dan ragam dari cabang olahraga yang sudah masuk didalam kategori olahraga prestasi yang sudah di pertandingkan hingga saat ini, salah satunya adalah cabang olahraga Petanque.

Petanque pada awalnya merupakan jenis olahraga tradisional yang berasal dari Prancis. Sejalan dengan berjalannya waktu, olahraga Petanque kemudian pada tahun 1958 resmi membentuk federasi internasionalnya yang dinamai Federation International de Petanque et Jeu (FIPJP) yang kemudian dilakukan kejuaraan Petanque tingkat dunia perdana pada tahun 1959 yang mendorong olahraga Petanque ini resmi menjadi olahraga prestasi. Di Indonesia kemunculan olahraga Petanque bisa dikatakan masi baru dimana olahraga Petanque ini diperkenalkan pada pelaksanaan SEA GAMES XXVI 2011 Palembang, Sumatra Selatan sebagaimana dikatakan oleh (Okilanda, 2018 dalam Hafidz et al., 2022). Federasi olahraga Petanque Indonesia resmi dibentuk dengan nama FOPI atau Federasi Olahraga Petanque Indonesia pada 18 Maret 2011 dan resmi menjadi bagian dari anggota KONI pusat pada 25 Maret 2015 FOPI.

Petanque adalah olahraga yang membutuhkan ketangkasan dan fokus yang tinggi dikarenakan tujuan dari olahraga Petanque adalah mendapatkan poin dengan cara mendekatkan bola besi sedekat mungkin dengan boka/jack dan berusaha menghalau bola lawan agar tidak lebih dekat dengan bola sendiri. Olahraga Petanque adalah olahraga yang dimainkan diatas tanah berkerikil dengan permukaan keras tidak licin yang berukuran 3 x 13 meter (Pelana, 2018 dalam Hafidz 2022).

Olahraga Petanque adalah olahraga ketangkasan dan akurasi yang membutuhkan konsentrasi penuh serta tingkat fokus yang tinggi pada saat bermain atau bertanding. Dengan demikian, kondisi mental yang tangguh sangat dibutuhkan oleh atlet Petanque pada saat bermain atau bertanding untuk menentukan keberhasilan atlet (Fauzee, 2012). Kondisi mental yang tangguh

adalah kondisi dimana seorang atlet dapat mengendalikan dan mengontrol dirinya pada saat bertanding ataupun menghadapi lawan tandingnya. Pada atlet Petanque komponen kondisi mental yang sangat berpengaruh yaitu pada aspek percaya diri, regulasi emosi, dan konsentrasi.

Penampilan (performance) seorang atlet dalam sebuah pelaksanaan pertandingan tidak hanya tentang skill, tetapi juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang salah satunya adalah psikologis atau juga sering disebut sebagai faktor mental sebagaimana dikatakan oleh (Effendi, 2016). Jika atlet memiliki kondisi skill yang baik tetapi kondisi mental tidak lebih baik bahkan sebelum bertanding sudah kalah mental maka skill bagus yang dimiliki atlet tidak akan bisa dikeluarkan secara maksimal pada saat pertandingan. Misalkan saja pada olahraga yang pengaruh mentalnya hingga 80-90% seperti olahraga Tennis, Figure Skating, hingga Golf dan dikatakan jika lebih dari 50% keberhasilan atlet adalah pengaruh faktor mental seperti yang dikatakan para pelatih (Weinberg dan Gould, 2011). Dengan demikian untuk memperoleh sebuah prestasi yang baik bagi seorang atlet, diperlukan keseimbangan antara kondisi fisik yang baik, kondisi skill yang bagus, dan kondisi mental bertanding yang kuat.

Hal tersebut didukung oleh hasil pengalaman dan observasi langsung yang dilakukan peneliti pada atlet Petanque Sumatra Utara ketika bertanding pada PON XXI Aceh – Sumut 2024. Dimana dari pencapaian tersebut dapat dilihat sehingga dijelaskan bahwasanya pengaruh kondisi mental khususnya kondisi mental bertanding yang dimiliki oleh setiap atlet sangat berpengaruh besar dalam pelaksanaan pertandingan dengan hasil permainan ataupun performance yang dapat dilakukan oleh atlet Petanque Sumatra Utara.

Jika kondisi mental seorang atlet Petanque terganggu, terutama pada aspek percaya diri, regulasi emosi, dan konsentrasi, maka akan sangat mempengaruhi penampilan yang akan dirasakan atau dialami oleh atlet Petanque. Kondisi mental yang baik dimana atlet Petanque memiliki kepercayaan diri yang tinggi, dapat mengatur regulasi emosi yang baik dan memiliki tingkat konsentrasi yang bagus maka akan memberikan hal positif dalam segi performa atlet. Hal ini terbukti ketika pertandingan PON XXI Aceh – Sumut 2024 dilaksanakan di lapangan Petanque Sport Center Universitas Syah Kuala Banda Aceh, dimana para atlet Petanque Sumatra Utara ikut bertanding disana.

Pada saat pertandingan berlangsung, berbagai macam kendala mental dialami oleh atlet Petanque Sumatra Utara yaitu pada kondisi percaya diri, regulasi emosi, dan konsentrasi. Dimana ketika awal pertandingan ada atlet yang tidak bisa mengeluarkan kemampuan atau performance maksimalnya pada saat melaksanakan pertandingan. Tidak hanya itu, bahkan ada atlet yang memiliki permasalahan dimana pada saat awal pertandingan memiliki tekad dan mental bertanding yang baik bahkan bisa mengeluarkan kemampuan atau performance maksimalnya pada saat melaksanakan pertandingan hingga berhasil sampai ke semi final, tetapi ketika sudah sampai di semi final maka kemampuan atau mental bertanding atlet menjadi berkurang bahkan hilang yang menjadikan permainannya menjadi tidak baik.

Dari hasil pengalaman peneliti dan hasil observasi langsung yang sudah dipaparkan diatas, membuat peneliti merasa ada masalah pada kondisi tingkat mental bertanding yang menonjol yaitu pada aspek percaya diri, regulasi emosi, dan konsentrasi, serta faktor eksternal yaitu pengaruh pelatih pada saat

pelaksanaan pertandingan yang dialami oleh atlet Petanque Sumatra Utara. Sehingga dengan hal diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan pengamatan melalui analisis tingkat mental bertanding yang dialami oleh atlet Petanque Sumatra Utara pada pertandingan di PON XXI Aceh – Sumut 2024.

Subjek yang diambil pada pelaksanaan penelitian ini adalah para atlet Petanque Sumatra Utara yang menjadi perwakilan Sumatra Utara dalam PON XXI Aceh – Sumut 2024 yang berjumlah 19 orang, yaitu 9 atlet putra dan 10 atlet putri. Berdasarkan hasil pengalaman dan observasi langsung peneliti yang dilakukan pada saat PON XXI Aceh – Sumut 2024, atlet Petanque Sumatra Utara berhasil menyumbangkan 1 medali emas, 1 medali perak, dan 6 medali perunggu. Berkaca dari hasil perolehan 6 medali perunggu tersebut, hal ini menjadi pendukung tambahan bagi peneliti dalam menggali informasi mengenai permasalahan yang muncul yang dialami atlet terutama dalam mental bertanding.

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan tersebut, peneliti tertarik untuk mencari tahu dan melakukan analisis mengenai permasalahan yang muncul yang dialami atlet yaitu tingkat mental bertanding atlet melalui aspek percaya diri, regulasi emosi, dan konsentrasi serta pengaruh pelatih pada saat pelaksanaan pertandingan terhadap atlet Petanque Sumatra Utara. Dengan demikian, peneliti mengambil judul “Analisis Tingkat Mental Bertanding Pada Atlet Petanque Sumatra Utara Pada Pon XXI Aceh – Sumut 2024”.

1.2 Identifikasi Masalah

Dengan melihat latar belakang yang ada, sehingga peneliti mengidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Petanque adalah olahraga yang membutuhkan tingkan konsentrasi yang tinggi juga memperhatikan kondisi mental bertanding atlet dalam bermain.
2. Jika kondisi mental bertanding seorang atlet Petanque terganggu, yaitu pada aspek percaya diri, regulasi emosi, konsentrasi dan pengaruh pelatih pada saat pelaksanaan pertandingan maka akan sangat mempengaruhi penampilan yang akan dirasakan atau dialami oleh atlet Petanque.
3. Salah satu komponen penting yang dapat menentukan keberhasilan seorang atlet di arena pertandingan adalah memiliki kondisi mental yang tangguh.
4. Unsur-unsur kemenangan dalam olahraga tidak hanya terletak pada keterampilan, tetapi yang paling penting adalah aspek mental yang memiliki pengaruh yang sangat besar. Jika seorang atlet sudah merasa kalah secara mental, maka keterampilan yang dimiliki tidak akan dapat ditampilkan.

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah, perlu dilakukan pembatasan masalah agar lebih fokus dan tujuan penelitian lebih terarah. Oleh karena itu, penelitian ini akan membatasi permasalahan pada :

Untuk mengetahui tingkat mental bertanding atlet Petanque Sumatra Utara pada aspek percaya diri, regulasi emosi, konsentrasi dan pengaruh pelatih pada saat pelaksanaan pertandingan. Subjek penelitian ini adalah para atlet Petanque Sumatra Utara yang ikut berlaga pada PON XXI Aceh – Sumut 2024 di lapangan Petanque Sport Center Universitas Syah Kuala Banda Aceh.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagaimana tingkat mental bertanding, khususnya dalam hal kepercayaan diri pada atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024 ?
2. Bagaimana tingkat mental bertanding, khususnya dalam hal regulasi emosi pada atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024 ?
3. Bagaimana tingkat mental bertanding, khususnya dalam hal konsentrasi pada atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024 ?
4. Bagaimana pengaruh pelatih pada saat pelaksanaan pertandingan bagi atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024 ?

1.5 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah yang telah diuraikan, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk :

1. Untuk mengetahui tingkat mental bertanding pada aspek kepercayaan diri atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024.
2. Untuk mengetahui tingkat mental bertanding pada aspek regulasi emosi atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024.
3. Untuk mengetahui tingkat mental bertanding pada aspek konsentrasi atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024.
4. Untuk mengetahui seberapa berpengaruh pelatih bagi individu atlet Petanque Sumatra Utara di PON XXI Aceh – Sumut 2024 ketika bertanding.

1.6 Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber pengembangan pengetahuan dalam dunia olahraga, baik untuk cabang olahraga Petanque maupun cabang olahraga lainnya. Khususnya, penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam persiapan atlet selama proses latihan, sehingga mereka dapat meraih prestasi terbaik.

2. Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan bagi para pelatih, baik dalam cabang olahraga Petanque maupun olahraga lainnya, untuk memahami situasi mental atlet dalam proses pembentukan mental bertanding. Selain itu, temuan ini diharapkan dapat dikembangkan menjadi penelitian ilmiah selanjutnya yang membahas pengaruh aspek psikologis sebuah faktor pendukung yang sangat penting dalam meraih prestasi bagi atlet, baik di cabang olahraga Petanque maupun cabang olahraga lainnya.