

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Olahraga tumbuh dan berkembang dengan berbagai bentuk, cara pelaksanaan, perorganisasi, dan tujuan yang berbeda-beda sesuai dengan penekanannya masing-masing. Ada empat tujuan yang ingin dicapai dalam melakukan aktivitas olahraga yakni: 1) Olahraga rekreasi adalah untuk memperoleh kepuasan dalam hal emosional seperti kesenangan, kegembiraan, kebahagiaan, serta memperoleh kepuasan secara fisik fisiologis seperti kebugaran jasmani, 2) Olahraga untuk prestasi (kompetitif) yang lebih menekankan pada kegiatan kompetisi dan pencapaian prestasi, 3) Olahraga untuk pendidikan yang menekankan pada aspek pendidikan, dimana olahraga dimasukkan sebagai mata pelajaran, 4) Olahraga kesehatan bertujuan untuk proses penyembuhan atau pengobatan untuk kelompok tertentu seperti penderita penyakit kronis, penyembuhan setelah cedera dan penderita penyakit lainnya yang dianjurkan oleh dokter.

Dalam dunia olahraga ada banyak cabang olahraga yang sudah mendunia dan bahkan sudah menjadi olahraga umum yang mudah dimainkan oleh masyarakat terkhusus masyarakat di Indonesia dari berbagai golongan, yaitu seperti cabang olahraga bulu tangkis. Cabang olahraga bulu tangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang sudah mendunia termasuk di Indonesia. Olahraga ini menarik minat berbagai kelompok umur dan berbagai tingkat keterampilan. Laki-laki maupun perempuan memainkan olahraga ini. Olahraga ini dapat

dilakukan di dalam maupun di luar ruangan untuk ajang rekreasi dan ajang persaingan. Selain sebagai olahraga rekreasi, bulutangkis merupakan olahraga prestasi yang mampu membawa bangsa Indonesia ke prestasi tingkat dunia.

Bulu tangkis mulai diminati oleh masyarakat Indonesia sejak pertama Atlet Indonesia menjuarai All England pada tahun 1992 Atlet Tunggal Putri Indonesia, yaitu Susi Susanti berhasil meraih juara I dan itulah pertama sekali bendera Indonesia berkibar di Negara asing atas kemenangan tunggal putri Indonesia di kejuaraan bergengsi. Dengan masyarakatnya bulutangkis tersebut maka usaha-usaha untuk menuju prestasi bulutangkis harus secara terus menerus digalakkan dan ditingkatkan guna mempertahankan dan meningkatkan prestasi yang telah diperoleh, agar membawa nama harum Negara Indonesia di tingkat dunia.

Prestasi-prestasi yang diperoleh dalam permainan olahraga bulu tangkis tidak terlepas dari pentingnya menjaga psikologi atlet. Psikologi Olahraga pada hakikatnya adalah psikologi yang diterapkan dalam bidang olahraga, meliputi factor-faktor yang berpengaruh secara langsung terhadap atlet dan factor-faktor di luar atlet yang dapat mempengaruhi penampilan (performance) atlet tersebut. Manfaat utama dari psikologi olahraga adalah untuk menjaga kesehatan mental atlet. Seorang atlet rentan dalam menghadapi kecemasan dan stress. Hal ini disebabkan oleh berbagai hal seperti masalah pada lingkungan sosialnya misalnya keluarga atau teman, tekanan untuk terus berprestasi, cedera yang dialami atlet, kelelahan dan berbagai sumber kecemasan dan stress lainnya.

Namun alasan utama yang paling banyak yang menjadi penyebab kecemasan pada atlet adalah permasalahan-permasalahan yang berhubungan dengan aspek psikologis yaitu tekanan untuk terus berprestasi. Psikologi olahraga merupakan ilmu yang mempelajari tentang bagaimana aspek psikologi mempengaruhi penampilan atlet, latihan dan aktifitas fisik yang dilakukan. Menurut H. Effendi (2016) menyebutkan dalam olahraga prestasi, psikologi olahraga menjadi sangat penting karena melalui disiplin ilmu tersebut akan dapat dipahami bagaimana gejala-gejala psikologik (misal: gugup, tidak percaya diri, tidak fokus atau konsentrasi) yang ditunjukkan atlet. Oleh karena itu, ketika ditemukan adanya gejala negatif pelatih akan mengontrol, sehingga atlet dapat menunjukkan penampilan terbaiknya ketika bertanding di lapangan.

Kurang terjaganya kondisi atlet di luar sesi latihan juga salah satu penyebab dari timbulnya factor-faktor psikologis atlet yang membuat kesiapan psikologis para atlet kurang terjaga dan memang pada kondisi ini merupakan di luar pengawasan dari pelatih, dengan kurang dewasanya para atlet dalam menjaga kondisi kesehatan dan kesiapan diri dalam menjelang pertandingan membuat para atlet menjadi merajalela dan kurang peduli dan kurang memperhatikan kondisi kesehatan tubuhnya sendiri.

Program psikologi yang diberikan oleh pelatih terhadap atlet saat ini tidak ada dan program secara khusus dari Psikolog tidak ada, namun secara tidak langsung pelatih sudah memberikan latihan visualisasi dan motivasi untuk membuat atlet dapat menjaga dan menimbulkan inisiatif bermain dan dapat menimbulkan motivasi intrinsik ketika menghadapi lawan saat bertanding. Hal-hal

seperti inilah yang menjadi penyebab menurunnya kesiapan atau pun performa atlet saat berhadapan dengan lawan dalam pertandingan serta factor emosi yang tidak dapat dikontrol dengan baik oleh atlet sehingga membuat kesiapan diri atlet kurang terjaga dalam menghadapi pertandingan dan juga kemampuan motivasi intrinsic atlet yang kurang, sehingga performa atlet jauh menurun dari saat menjalani sesi latihan dan ketika saat menghadapi pertandingan.

Dampak program terhadap kondisi atlet baik ketika saat latihan dan saat bertanding tidak begitu terlihat karena tidak adanya program khusus untuk pemusatan ke bagian psikologi atlet tersebut. Kemampuan yang telah diterima saat berlatih tidak dapat diaplikasikan saat pertandingan berlangsung. Oleh sebab itu bisa di lihat sangat berbeda keadaan psikologis para atlet antara pada waktu latihan dan pada waktu pertandingan. Sangat diperlukan kondisi psikologis atlet ini diperhatikan dan ditingkatkan lagi, agar prestasi yang diperoleh nantinya juga lebih maksimal. Demikian juga untuk mempersiapkan atlet untuk mengikuti PON (Pekan Olahraga Nasional). Pekan Olahraga Nasional atau disingkat dengan PON merupakan amanat pemerintah melaksanakan UUSKN (Pasal 42 dan 43). Dalam UUSKN tersebut juga dijelaskan bahwa setiap pelaksanaan kejuaraan olahraga yang dilaksanakan oleh pemerintah, organisasi, lembaga, maupun masyarakat wajib memperhatikan tujuan keolahragaan Nasional dan prinsip penyelenggaraan keolahragaan. PON pertama kali diselenggarakan di Solo, pada tahun 1948 dengan mempertandingkan 9 cabang olahraga yang diikuti oleh 600 atlet. PON terus berkembang hingga berevolusi menjadi event olahraga bergengsi dan terbesar di Indonesia. Sampai pada penyelenggaraan PON-XIX Jawa Barat, sudah

ada 9 Provinsi yang telah menjadi tuan rumah terbanyak dengan 8 kali pergelaran, sekaligus menjadi pemegang juara umum terbanyak berjumlah 11 kali. Provinsi Papua dalam penyelenggaraan PON-XX terakhir meraih prestasi terbaik pada peringkat 8 dengan perolehan 17 emas. Hal tersebut menjadi catatan baik bagi Papua di mana bisa menduduki peringkat 8, namun posisi tersebut belum dapat dikatakan posisi baik karena target dari Papua adalah peringkat 5 besar Nasional. Berakhirnya PON-XX Papua pada tanggal 2 sampai 15 Oktober 2021 akan beralih di Aceh-Sumatera Utara (SUMUT) sebagai tuan rumah penyelenggaraan PON-XXI tahun 2024.

Pada PON-XX Papua, Sumatera Utara menempati peringkat 13 dengan perolehan Emas 10, Perak 20 dan Perunggu 19, perolehan medali ini jauh menurun dari PON-XIX dengan 16 Emas, 17 Perak dan 34 Perunggu pada peringkat 9. Pada cabang olahraga Bulu tangkis mengikuti PON-XX Papua para atlet PBSI yang di kirim tidak dapat membawa pulang medali ke Sumatera Utara dan sangat disayangkan atlet yang dikirim kalah pada babak penyisihan. Pelatih atlet bulu tangkis kala itu juga mengatakan sangat tidak menduga jika hasilnya akan seperti ini. Hanafi selaku pelatih atlet bulu tangkis SUMUT di PON XX Papua juga mengungkapkan kalau diri nya tidak menyangka bahwa para atlet akan kalah pada babak penyisihan karena dari segi persiapan yang dilakukan sudah begitu baik dari segi fisik dan kemampuan bermain. Dari hasil wawancara dan pencarian informasi saya selaku peneliti menyatakan bahwa atlet bulu tangkis kontingen sumatera utara pada ajang PON dari Tahun 2012 tidak membawa

mendali apapun, hasil klasemen kejuaran PON pada Tahun 2012 yang digelar Pekanbaru Provinsi Riau pada cabang olahraga bulu tangkis dimenangkan oleh :

1. Peringkat pertama ada Provinsi Jawa Tengah yang mendapatkan 3 mendali emas, 3 mendali perak dan 3 mendali perunggu dengan total 9 mendali.
2. Peringkat kedua ada Provinsi Jawa Barat yang mendapatkan 2 mendali emas, 2 mendali perak dan 3 mendali perunggu dengan total 7 mendali.
3. Peringkat ketiga ada Provinsi DKI Jakarta yang mendapatkan 2 mendali emas, 1 mendali perak dan 4 mendali perunggu dengan total 7 mendali.
4. Peringkat keempat ada Provinsi Jawa Timur yang mendapatkan 1 mendali perak dan 4 mendali perunggu dengan total 5 mendali.

Hasil klasemen kejuaran PON pada Tahun 2016 yang digelar Provinsi Jawa Barat pada cabang olahraga bulu tangkis dimenangkan oleh :

1. Peringkat pertama ada Provinsi DKI Jakarta yang mendapatkan 4 mendali emas, 2 mendali perak dan 2 mendali perunggu dengan total 8 mendali.
2. Peringkat kedua ada Provinsi Jawa Barat yang mendapatkan 2 mendali emas, 2 mendali perak dan 5 mendali perunggu dengan total 9 mendali.
3. Peringkat ketiga ada Provinsi Jawa Tengah yang mendapatkan 1 mendali emas, 2 mendali perak dan 4 mendali perunggu dengan total 7 mendali.
4. Peringkat keempat ada Provinsi Jawa Timur yang mendapatkan 1 mendali perak dan 2 mendali perunggu dengan total 3 mendali.
5. Peringkat kelima ada Provinsi Banten yang mendapatkan 1 mendali perunggu.

Hasil klasemen kejuaraan PON pada Tahun 2020 yang digelar Provinsi Papua pada cabang olahraga bulu tangkis dimenangkan oleh :

1. Peringkat pertama ada Provinsi Jawa Barat yang mendapatkan 3 mendali emas, 3 mendali perak dan 1 mendali perunggu dengan total 7 mendali.
2. Peringkat kedua ada Provinsi Jawa Timur yang mendapatkan 3 mendali emas dan 3 mendali perunggu dengan total 6 mendali.
3. Peringkat ketiga ada Provinsi DKI Jakarta yang mendapatkan 1 mendali emas, 2 mendali perak dan 2 mendali perunggu dengan total 4 mendali.
4. Peringkat keempat ada Provinsi Bali dan Provinsi Jawa Tengah yang mendapatkan 1 mendali perak dan 2 mendali perunggu dengan total 3 mendali.
5. Peringkat kelima ada Provinsi Papua yang mendapatkan 2 mendali perunggu.
6. Peringkat keenam ada Provinsi Banten dan Provinsi Sulawesi yang mendapatkan 1 mendali perunggu.

Banyaknya pemain hebat dari setiap provinsi yang berhadapan dengan atlet bulu tangkis SUMUT membuat para atlet kalah pada babak penyisihan di nomor perorangan dan beregu. Kondisi yang dialami oleh setiap atlet hampir mengalami hal yang sama, yaitu mengalami *nervous* atau grogi pada saat menghadapi lawan sehingga hal itu membuat atlet tidak mampu menunjukkan pola permainan yang baik seperti saat-saat latihan. Pelatih juga menyadari hal tersebut pada saat mendampingi atlet yang sedang bertanding di lapangan dan pelatih juga sudah berusaha memberikan arahan dari belakang dan pada saat

interval poin terjadi di setiap babak, namun hal tersebut tidaklah berdampak besar karena atlet tidak dapat mengontrol dirinya sendiri dengan baik saat berhadapan dengan lawan. Bisa dikatakan setiap atlet bulu tangkis SUMUT yang diberangkatkan untuk mengikuti PON XX di Papua sudah benar-benar dipersiapkan untuk dapat membawa pulang medali emas dan juga Ketua umum PBSI SUMUT bapak Suripno Ngadimin sangat berharap besar, atlet-atlet bulu tangkis SUMUT dapat membawa pulang medali emas ke Sumatera Utara. PON-XXI menjadi kesempatan besar PBSI SUMUT untuk membuktikan kalau atlet PBSI SUMUT bisa menambah perolehan medali untuk Sumatera Utara pada PON kali ini dan target Sumatera Utara di PON 2024 mendatang adalah bisa mendapat peringkat 5 besar Nasional.

Berdasarkan hasil wawancara terhadap Pelatih PBSI SUMUT, yaitu bapak Tedi pada tanggal 26 Juni 2023, mengatakan bahwa para atlet sering mengalami kecemasan yang membuat kurang percaya diri ketika akan bertanding. Kondisi ini sangat berbeda saat atlet sedang latihan. Pelatih menyatakan bahwa saat pertandingan sudah dekat para atlet akan merasa tegang, takut, serta cemas dan seakan tidak bisa untuk memberikan yang terbaik dalam pertandingan. Salah satunya adalah kecemasan melihat lawan yang berlatarbelakang juara Nasional dan juara Internasional sehingga itu menjadi faktor-faktor yang menyebabkan atlet kurang percaya diri. Kondisi atlet saat latihan dengan kondisi saat bertanding menurut penjelasan dari pelatih setiap atlet memiliki kondisi yang berbeda-beda, ada yang sangat bersemangat dan sangat antusias untuk latihan dan pada sesi latihan tidak menunjukkan rasa lelah saat latihan namun ketika saat menghadapi

lawan di pertandingan beberapa atlet mengalami kondisi down yang membuat cara bermain dan juga kondisi fisik tidak stabil karena kurang siapnya mental atlet dalam bertanding. Dari hasil observasi kepada 16 orang atlet yang dilakukan peneliti maka dapat disimpulkan bahwa 16 orang atlet tersebut baru berlatih dalam kegiatan PON PBSI SUMUT, dari hasil observasi 16 orang atlet sudah 3 tahun lebih mengikuti kegiatan latihan PON PBSI SUMUT. Hasil tersebut menyatakan bahwa 16 orang atlet PON PBSI SUMUT belum memiliki prestasi pada kegiatan PON sebelumnya yang dilakukan pada tahun 2020 di Papua. Oleh karena itu untuk mempersiapkan atlet PBSI SUMUT, maka perlu diperhatikan psikologi atlet PBSI SUMUT dalam mendukung target yang akan dicapai nantinya. Berdasarkan itu, peneliti merumuskan judul penelitian sebagai berikut **“Survey Psikologis Atlet Bulu Tangkis Sumatera Utara Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Nasional Tahun 2024”**.

1.2 Identifikasi Masalah

Dari latar belakang masalah yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah dalam penelitian ini yaitu : belum diketahuinya survey psikologis atlet bulu tangkis Sumatera Utara dalam menghadapi Pekan Olahraga Nasional Tahun 2024.

1.3 Pembatasan Masalah

Dari belakang masalah dan identifikasi masalah tersebut di atas, maka peneliti membatasi pokok permasalahan yang akan diteliti. Untuk menghindari hal tersebut perlu diadakan pembatasan masalah dalam penelitian ini agar

penelitian ini menjadi jelas. Pembatasan masalah pada penelitian ini yaitu : ingin melihat survey psikologis atlet bulu tangkis Sumatera Utara dalam menghadapi Pekan Olahraga Nasional Tahun 2024.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah dijabarkan, maka masalah yang akan menjadi dasar penelitian dapat dirumuskan yaitu : bagaimana survey psikologis atlet bulu tangkis Sumatera Utara dalam menghadapi Pekan Olahraga Nasional Tahun 2024 ?

1.5 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah dan rumusan masalah yang dijabarkan, maka dapat ditarik tujuan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui survey psikologis atlet bulu tangkis Sumatera Utara dalam menghadapi Pekan Olahraga Nasional Tahun 2024.

1.6 Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah, identifikasi masalah, pembatasan masalah, rumusan masalah dan tujuan penelitian, maka dapat ditarik kesimpulan tentang penelitian ini yaitu :

1. Memberi informasi tentang kondisi psikologis atlet bulu tangkis SUMUT yang akan mengikuti PON XXI Aceh-SUMUT 2024.
2. Sebagai referensi masukan terhadap atlet bulu tangkis Se-Indonesia khususnya untuk atlet SUMUT supaya mengetahui peranan dari psikologis.

3. Sebagai refrensi masukan terhadap pelatih dalam mengembangkan pembinaan atlet bulu tangkis.
4. Sebagai refrensi masukan terhadap pengurus PBSI SUMUT supaya memperhatikan kondisi psikologis atlet dalam program latihan untuk nantinya mengikuti tournament.

