

BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga bulu tangkis merupakan cabang olahraga pertandingan yang dimainkan oleh dua regu atau tim dan dimainkan dengan keahlian-keahlian khusus. Dimana kedua regu atau tim yang bertanding mengenal kemungkinan menyerang dan bertahan, untuk saling memperebutkan angka atau point dari serangan yang dilakukan (Darwis 1992:1). Sehingga kesiapan atlet sebelum melakukan pertandingan sangat diperlukan, baik itu kesiapan fisik, teknik, taktik/strategi maupun mental atau psikologisnya, aspek psikologis ini sangat penting untuk menghadapi pertandingan, dimana kesiapan psikologis merupakan faktor yang secara tidak langsung berkaitan dengan penampilan atlet (Harsono 1989:101).

Untuk dapat bermain bulu tangkis diperlukan kondisi tubuh dan kondisi fisik yang prima. Oleh sebab itu beberapa kemampuan tersebut dilatih agar mendapatkan kondisi puncak sehingga dapat mencapai prestasi maksimal, prestasi itu bisa didapatkan dengan usaha latihan yang teratur dan berkelanjutan (Darwis 1992:15). Prestasi akan timbul bila kondisi fisik dan psikis baik atau dengan kata lain kondisi fisik dan psikis harus ditingkatkan untuk mendapatkan prestasi. Peningkatan kondisi fisik dan psikis bertujuan untuk meningkatkan kondisi puncak untuk melakukan kegiatan atau aktivitas olahraga dengan prestasi maksimal (Harsono 1989:102).

Untuk melatih seorang atlet dalam mencapai prestasi maksimal perlu melatih aspek sebagai berikut aspek fisik, aspek teknik, aspek taktik/strategi dan yang terakhir adalah aspek mental/psikologis. Keempat aspek tersebut haruslah seiring dilatihnya dan harus diajarkan secara serempak (Harsono 1988:101). Latihan hanya akan dapat dipahami bila atlet dapat membayangkan dirinya tampil dengan sempurna tanpa stres dan kecemasan. Melalui latihan atlet dapat membantu perkembangan pola respon yang benar dalam otaknya. Dengan belajar bagaimana mengingat kembali pola dan respon tersebut ketika tampil dalam pertandingan, atlet akan dapat memaksimalkan potensi penampilannya (Harsono 1988:102).

Melalui diskusi peneliti dengan pelatih PBSI Deli Serdang (Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia) yakni Bapak Pada Hasibuan mengungkapkan bahwa kegagalan tim bulu tangkis dalam beberapa event terakhir tidak terlepas dari faktor psikologis atlet. Dimana aspek psikologis penentu untuk berprestasi dalam SMEP (Sistem Monitoring Evaluasi dan Pelaporan) KONI Sumut antara lain :

motivasi, fokus, percaya diri, pengendalian diri, visualisasi dan persiapan. Motivasi mencerminkan kemampuan atlet untuk memotivasi diri dan mengarahkan energi kearah yang jelas. Fokus merupakan kemampuan mengkonsentrasikan pada sesuatu yang penting dan oleh karena itu atlet akan mampu mengatasi gangguan-gangguan. Percaya diri untuk dapat tampil secara konsisten khususnya kompetisi Internasional, seorang atlet memerlukan tingkat percaya diri terhadap kemampuannya dengan memadai. Pengendalian walaupun sulit dilakukan pada saat pertandingan, kemampuan mengendalikan fikiran dan

perasaan merupakan aspek penting untuk dapat tampil lebih baik. Visualisasi atau latihan mental pada umumnya para atlet top melakukan latihan visualisasi secara teratur sebagai bagian tak terpisahkan dari latihannya. Persiapan melalui prakompetisi secara rutin akan menjadi lebih konsisten dalam penampilan. Program latihan akan memberikan banyak banyak gagasan dan teknik-teknik yang berperan terhadap peningkatan penampilan. Kurangnya pengalaman bertanding sebelum kejuaraan baik *try in* maupun *try out* sangat mempengaruhi tingkat visualisasi (mental), rasa percaya diri dan pengendalian diri (emosi) karena untuk mendukung terbentuknya aspek tersebut dibutuhkan pengalaman tanding.

Dari hasil wawancara peneliti dengan pelatih PBSI Deli Serdang peneliti mendapatkan hasil bahwa pada pekan olahraga provinsi Sumatera Utara tahun yang lalu tim bulu tangkis Deli Serdang hanya berhasil meraih medali perunggu sedangkan target medali yang akan diperoleh pada saat itu adalah medali emas. Meskipun berhasil meraih medali perunggu, akan tetapi hasil tersebut kurang memuaskan. Selanjutnya pada KEJURWIL tahun 2018 tim bulu tangkis deli serdang tidak dapat memperoleh medali apapun bahkan gugur pada saat babak penyisihan. Kegagalan ini dikarenakan para atlet yang bertanding kurang persiapan sama sekali, baik fisik, teknik, taktik/strategi apa lagi faktor psikologisnya. hanya diberikan waktu beberapa minggu untuk penyesuaian dengan atlet-atlet yang lain.

Berdasarkan data diatas, penulis menyimpulkan bahwa sangat sedikit pertandingan atau kejuaraan yang memperoleh medali. Hasil wawancara peneliti yang diperoleh dari pelatih dan beberapa atlet yang ikut dalam pertandingan

tersebut menjelaskan bahwa faktor psikologis atlet menjadi faktor yang dominan dalam masalah tersebut. Hal tersebut dapat dilihat dari tidak adanya komunikasi yang baik antar sesama atlet bahkan kepada pelatih itu sendiri.

Hasil pantauan peneliti sendiri dan hasil wawancara pada pelatih PBSI Deli Serdang itu sendiri mengatakan bahwa sangat berbeda keadaan psikologis antara pada waktu latihan dan pada waktu pertandingan. Dari hasil pertandingan persahabatan (*try out*) ke daerah-daerah yang olahraga bulu tangkisnya cukup maju, atlet bulu tangkis Deli Serdang tersebut memberikan hasil yang memuaskan, tetapi pada waktu pertandingan yang sebenarnya atlet bulu tangkis Deli Serdang tersebut tidak bermain dengan baik.

Penulis mengobservasi awal bahwa sampai saat ini sangat sedikit yang melakukan survey tentang aspek-aspek psikologis atlet bulu tangkis Deli Serdang, tentunya survey ini sangat penting dilakukan untuk mengetahui bagaimana aspek-aspek psikologis atlet bulu tangkis Deli Serdang tersebut. Apakah aspek psikologis atlet juga mempengaruhi kurangnya prestasi yang diraih oleh PBSI Deli Serdang selama ini. Sehingga penulis tertarik untuk melakukan penelitian ini. Alangkah baiknya bila aspek psikologis ini lebih diperhatikan dan ditingkatkan lagi, agar prestasi yang diperoleh nantinya juga lebih maksimal dan lebih baik lagi dari hasil yang diperoleh saat ini.

Penelitian ini dilakukan dengan cara kuesioner angket aspek-aspek psikologis yang dibagikan untuk diisi para atlet yang akan diturunkan dalam Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara. Dari hasil data angket yang diperoleh nantinya akan diketahui bagaimana kesiapan aspek-aspek psikologis atlet bulu

tangkis putra Deli Serdang, dalam bentuk penelitian dengan judul “Survey Aspek-aspek Psikologis Atlet Bulu Tangkis Putra Deli Serdang dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, ruang lingkup masalah dari penelitian ini adalah bagaimana persiapan latihan baik fisik, teknik, taktik/strategi serta mental yang ada di PBSI Deli Serdang?, bagaimana komunikasi atlet baik antar sesama atlet maupun kepada pelatih?, bagaimana kemampuan atlet untuk menyesuaikan diri dengan atlet yang lain dan pelatih?, bagaimana aspek-aspek Psikologis atlet Bulu Tangkis Putra Deli Serdang dalam menghadapi Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara?.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan dari identifikasi masalah diatas, luasnya masalah yang akan diteliti dan waktu penelitian maka yang menjadi batasan masalah dalam penelitian ini adalah “Aspek-aspek Psikologis Atlet Bulu Tangkis Putra Deli Serdang dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara”.

D. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada pembatasan masalah diatas maka dapat dirumuskan masalah yaitu “Bagaimanakah Aspek-aspek Psikologis Atlet Bulu

Tangkis Putra Deli Serdang dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara?''.

E. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah diatas maka yang menjadi tujuan dalam penelitian ini adalah "Untuk mengetahui gambaran tentang aspek-aspek Psikologis Atlet Bulu Tangkis Putra Deli Serdang dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi Sumatera Utara?".

F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian ini adalah :

1. Memberi informasi tentang kondisi psikologis atlet Bulu Tangkis Putra Deli serdang dalam menghadapi Pekan Olahraga Provinsi sumatera Utara.
2. Sebagai bahan masukan umumnya bagi atlet se Indonesia khususnya untuk atlet Deli Serdang agar mengetahui peranan aspek psikologis.
3. Sebagai bahan masukan bagi pembina/pelatih untuk mengembangkan pembinaan atlet khususnya cabang bulu tangkis.
4. Sebagai bahan masukan kepada Pengurus Daerah PBSI Deli Serdang (Persatuan Bulu Tangkis Seluruh Indonesia) agar memperhatikan aspek psikologis dalam program latihan.