

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Karate merupakan cabang olahraga yang diperlombakan untuk Putra dan Putri mulai dari tingkat Daerah, Nasional, maupun Internasional, seperti Pekan Olahraga Daerah (Porda), Kejuaran Daerah (Kejurda), Pekan Olahraga Nasional (PON), Kejuaran Nasional (Kejurnas), *Asean Games*, dan Olimpiade. Kejurda merupakan *multi event* kejuaraan satu tahunan dengan mempertandingkan banyak cabang termasuk didalamnya adalah karate yang dilaksanakan secara bergiliran dari satu Provinsi ke Provinsi lainnya, disamping itu Kejurda merupakan gambaran serta potret pembinaan prestasi olahraga karate di Daerah.

Dalam Kejurda tahun 2013 ini olahraga karate yang dilombakan yaitu *kata* dan *kumite*. Pencapaian suatu prestasi memerlukan proses latihan yang panjang, teratur, terarah dan berkesinambungan. Dimulai dengan menemukan bibit atlet berbakat dalam hal ini adalah atlet karate dan kemudian dibina melalui latihan yang teratur, terarah, terencana dan dengan penguasaan aspek fisik teknik, taktik, dan mental. Untuk melahirkan seorang juara tidak dapat terlepas dari peran seorang pelatih. Atlet yang berbakat sejak lahir atau pembawaan merupakan modal dasar lahirnya seorang juara, namun atlet tidaklah cukup hanya bermodal bakat, akan tetapi bantuan dari pelatih-pelatih yang menguasai berbagai disiplin ilmu mutlak diperlukan. Pelatih yang baik adalah pelatih yang dapat memahami dan mengerti situasi dan kondisi dilapangan dan dalam melakukan proses melatih seorang pelatih sebaiknya menguasai ilmu kepelatihan tentang cabang olahraga yang digelutinya. Berdasarkan kenyataan di lapangan banyak ditemui pelatih karate yang sebagian dari mereka tidak mendalami ilmu kepelatihan cabang olahraga karate, hanya dengan modal pengalamannya sebagai mantan atlet, tetapi dapat membawa atletnya menjadi juara.

Namun terdapat juga pelatih yang mempunyai atau telah menempuh pendidikan formal ilmu kepelatihan tidak dapat menjadikan atletnya untuk meraih prestasi yang maksimal. Secara umum masih banyak pelatih maupun karateka yang beranggapan bahwa prestasi yang tinggi dapat dicapai apabila seorang karateka giat berlatih secara terus menerus. Kadang pelatih hanya memperhatikan pembinaan fisik dan keterampilannya semata dengan mengesampingkan atau kurang memberikan perhatian khusus terhadap hal-hal yang menyangkut aspek mental, sehingga mengakibatkan kurang optimalnya penampilan karateka dalam suatu pertandingan. Menurut Gunarsa, dkk. (1996: 6) peranan aspek mental bertanding dalam suatu perlombaan meliputi: peningkatan kemampuan mempertahankan daya juang, konsentrasi dalam situasi yang menegangkan, mengendalikan stres yang berlebihan, menganalisis situasi pertandingan secara tepat, membedakan antara faktor-faktor yang perlu diperhatikan dan diabaikan serta mengambil keputusan yang tepat dalam situasi pertandingan yang berubah-ubah.

Pesatnya arus globalisasi ditambah dengan maraknya berbagai inovasi dewasa ini membuat dunia olahraga tidak dapat lagi mengandalkan pada bakat, kekuatan, kecepatan, latihan-latihan fisik untuk meningkatkan prestasi. Salah satu faktor lain yang harus diperhitungkan adalah faktor psikologis, faktor ini adalah yang menentukan penampilan (*performance*) atlet dalam pertandingan. Menurut Harsono (Seperti di kutip Gunarsa , 1996: 49) bahwa “penampilan puncak seseorang atlet 80% dipengaruhi oleh aspek mental dan hanya 20% oleh aspek yang lainnya”. Lebih lanjut Garfield (seperti dikutip Gunarsa, 1996: 122) secara tegas mengatakan bahwa “sebagian besar atlet yang mencapai sukses mencapai puncak prestasi sebanyak 60% sampai 90% dipengaruhi oleh faktor mental dan kemampuan atlet menguasai kondisi psikologisnya”.

Atlet yang sudah dipersiapkan dengan kondisi fisik dan tehnik-taktik yang bagus namun selalu ada masalah di dalam diri atlet, misalnya sebelum pertandingan atlet mengalami kurang percaya diri, khawatir akan mengalami cedera, gelisah karena dinilai lawan tandingnya kuat dan cepat, mengeluh karena kurang persiapan, dan gejala-gejala kecemasan lainnya. Hal ini tentu akan mempengaruhi penampilannya seperti tidak memperhatikan pertahanan, tidak mengontrol gerakan (serangan), dan menurunnya prestasi seperti prestasi waktu berlatih. Sehingga disini perlu bantuan dari seorang pelatih yang mana pelatih yang mengerti akan ilmu psikologi.

Disini penulis sangat tertarik untuk melakukan penelitian pada bidang psikologi olahraga ini karena penulis melihat dan mengamati kebanyakan pelatih-pelatih karate masih kurang memperhatikan aspek psikologi atletnya seperti ; mental juara atlet, kebosanan atlet, emosi atlet, motivasi atlet, disiplin atlet, semangat bertanding, mengatasi stres, frustrasi, kecemasan atlet, dan sebagainya. Disamping itu juga penulis tertarik dengan kutipan Garfield yang menyatakan “sebagian besar atlet yang mencapai sukses mencapai puncak prestasi sebanyak 60% sampai 90% dipengaruhi oleh faktor mental dan kemampuan atlet menguasai kondisi psikologisnya”. Salah satu faktor mental atlet adalah kecemasan. Sehingga penulis ingin meneliti keadaan kecemasan atlet Daerah dan atlet Nasional pada Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang masalah, maka dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut, faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi penampilan atlet ? Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kecemasan atlet sebelum pertandingan ? Dari mana sumber-sumber kecemasan pada atlet sebelum pertandingan ? Bagaimana keadaan kecemasan atlet Daerah pada Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar ? Kecemasan yang seperti apa yang di alami atlet sebelum pertandingan ? Bagaimana keadaan kecemasan atlet Nasional pada Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar ? Apa perbedaan kecemasan atlet Daerah dengan atlet Nasional pada Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar ?.

## **C. Pembatasan Masalah**

Untuk menghindari penafsiran yang berbeda-beda terhadap masalah dalam penelitian ini, maka penulis membatasi permasalahan yang akan diteliti. Adapun batasan masalah pada judul Perbedaan Kecemasan Atlet Daerah dengan Atlet Nasional Pada Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar tahun 2013 tersebut adalah Kecemasan adalah sebagai variabel bebas dan Atlet Daerah dan Atlet Nasional sebagai variabel terikat.

## **D. Rumusan Masalah**

Apakah ada perbedaan kecemasan atlet Daerah dengan atlet Nasional pada Dojo KKI SMP Negeri Pematangsiantar tahun 2013 ?

## **E. Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui perbedaan kecemasan atlet Daerah dengan atlet Nasional pada Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar tahun 2013.

## F. Manfaat Penelitian

1. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi perkembangan psikologi olahraga, psikologi pendidikan dan psikologi sosial, dan sebagai bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat kecemasan bertanding atlet, khususnya bagi atlet karate yang tergabung dalam Dojo KKI SMP Negeri 2 Pematangsiantar.
3. Dapat memberikan gambaran mengenai pentingnya aspek psikologi untuk pembinaan atlet dan kerjasama tim (atlet, pelatih dan pembina) yang baik dalam rangka meningkatkan prestasi.
4. Penelitian ini juga kiranya dapat di manfaatkan sebagai masukan dalam penyusunan program latihan pembinaan prestasi khususnya dicabang olahraga karate.