

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap kegiatan olahraga yang dilakukan seseorang mempunyai maksud dan tujuan. Tujuan tersebut dapat berupa peningkatan kesehatan, kebugaran jasmani, aktivitas sosial serta ada juga yang bertujuan untuk meningkatkan prestasi. Untuk tujuan peningkatan prestasi biasanya dilakukan oleh seorang atlet, seperti seorang pelari, pemanah, atlet beladiri tarung derajat dan lain – lain.

Untuk melahirkan seorang atlet yang berprestasi tidak hanya berdasarkan pada segi teknis semata, namun faktor non teknis seperti aspek mental atau kejiwaan seperti motivasi, rasa percaya diri, faktor emosional serta keperibadian sang atlet sangat berpengaruh. Aspek keperibadian seorang atlet seperti sikap kedewasaan, motivasi dalam berlatih, semangat bertanding, sikap pantang menyerah, percaya diri, keseimbangan emosi dan yang paling penting jiwa sportifitas.

Dalam dunia olahraga khususnya bagi atlet, dari hasil penelitian (Singer, 1986:58) selalau menyarankan emosi yang ideal bagi atlet, tetapi telah di ketahui bahwa para atlet mempunyai sifat yang berbeda. Mereka yang ekstrim adalah yang sangat rendah emosinya.

Olahraga bukanlah semata-mata mengolahraga tetapi keinginan itu melibatkan pula aspek lain, yaitu mental atau aspek psikis. Memang kenyataan yang terlihat dalam aktivitas olahraga adalah gerakan bagian-bagian tubuh manusia, namun gerakan-gerakan tersebut dipandang sebagai proses pengolahan tubuh menuju kualitas yang diinginkan.

Yang terjadi dalam berolahraga pada dasarnya adalah *man in movement* yang berarti bahwa yang bergerak dalam aktivitas olahraga bukanlah semata-mata bagian-bagian tubuh manusia melainkan merupakan wujud proses psikofisik manusia sebagai kebulatan (totalitas). Sebab sebagaimana diketahui bahwa manusia terdiri dari jiwa raga dalam susunan yang unik dan saling memengaruhi.

Hubungan jiwa raga itu timbal balik, masing-masing saling mempengaruhi. Kedua aspek tersebut tak terpisahkan satu dari yang lain. Hubungan timbal balik psiko-pisik itu demikian erat, sehingga bila ada gangguan pada salah satu aspek, maka aspek aspek yang lain akan terganggu juga.

Penampilan atlet dalam permainan atau pertandingan, tidak dapat dilepaskan dari tingkah laku dan aspek psikis yang mendasarinya. Kondisi fisik yang meliputi kekuatan dan kelentukan otot-otot, struktur anatomis-fisiologis, keterampilan teknis adalah faktor yang mempengaruhi penampilan dan sekaligus prestasi atlet. Namun kondisi fisik itu saja tidak cukup, karena harus ada yang mengemudikan, mengarahkan, sehingga penampilannya merupakan perpaduan antara berbagai faktor, dimana faktor psikis acapkali berperan besar.

Lapangan olahraga senantiasa penuh dengan kecemasan serta konflik-konflik penuh dengan ketakutan-ketakutan dan kontrol-kontrol mental. Bagi atlet keadaan semacam ini justru dapat menjadi suatu tantangan untuk menguji kemampuan diri, namun tidak sedikit pula yang mengalami hal yang sebaliknya, atlet menjadi putus asa dan keadaan semacam ini membuat seorang atlet tidak hanya akan gagal menguasai keadaan tetapi akan meningkat timbulnya emosi yang negatif. Dalam pertandingan, wajar saja kalau atlet merasa tengang, bimbang, cemas, terutama menghadapi lawan yang lebih kuat atau seimbang dan kalau situasinya mencekam (Singgih Gunarsa, 1989:62).

Singgih mengatakan (1986:59), kecemasan sangat lazim didalam olahraga, bahkan di antara atlet-atlet yang terbaik, dan biasanya yang dicemaskan adalah takut penampilannya buruk, mengecewakan dirinya, takut gagal, mengecewakan pelatihnya, keluarga dan teman, takut terhadap lawannya, dan takut terluka. Kecemasan pada umumnya menimbulkan tingkah laku yang tidak tenang, suasana perasaan yang mudah tersinggung, proses berpikir yang diwarnai kebingungan termasuk didalamnya sukar mengambil keputusan.

Sudibyo Setyobroto (1989:99), mengatakan bahwa penelitian Craty (1973) telah membuktikan kalau kecemasan berpengaruh terhadap penampilan atlet, maka dengan sendirinya juga akan berpengaruh terhadap prestasi.

Pada beberapa cabang olahraga tertentu, seperti olahraga beladiri Tarung Derajat sering diperlukan sikap agresif, pola laku agresif, dimana atlet petarung menunjukkan usaha yang aktif, menyusun berbagai strategi untuk menguasai pertarungan dan mencapai kemenangan. Sikap agresif ini belum berarti bahwa atlet dalam permainannya melakukan pola laku khusus untuk mencelakakan pihak lawannya agar tidak sanggup meneruskan permainan atau cukup cedera sehingga mengurangi mutu permainan lawan.

Agresivitas berhubungan erat dengan kekerasan fisik yang bertujuan mengurangi kondisi fisik pihak lawannya agar dapat memastikan kemenangannya. Pada umumnya pada tingkat pertandingan yang lebih tinggi, perilaku agresif yang lebih ekstrim justru diperlukan dan dianggap wajar, karena agresivitas merupakan suatu pola laku usaha ditandai keberanian dan semangat tinggi untuk mengejar suatu tujuan.

Dalam pertandingan olahraga beladiri Tarung Derajat, agresivitas bertanding merupakan kriteria penilaian khusus dari wasit, juri dan mendapat nilai satu, apabila petarung melakukan teknik-teknik menyerang dan bertahan yang dipakai dalam pertarungan dengan baik dalam setiap

periode yang berlangsung tiga ronde. Jadi perilaku agresif dalam pertandingan olahraga beladiri Tarung Derajat jelas diperlukan, sebab jika atlet kurang agresif maka tidak akan memperoleh nilai.

Perilaku yang bermotivasi semangat kemungkinan menjadi jenis agresi yang efektif dan yang diperlukan dalam olahraga, dimana intimidasi kadang-kadang dapat memainkan peran penting dalam keberhasilan, Zillman (dalam Russell R. Pate, 1993:128)

Karena perilaku agresif memainkan peran penting dalam keberhasilan olahraga, khususnya olahraga beladiri Tarung Derajat, pelatih harus memahami bagaimana cara mengajar olahragawannya : (1) mengembangkan sikap agresif, (2) tetap meningkatkan sifat agresif yang tertentu untuk penampilan olahraga, dan (3) menjaga dorongan-dorongan agresif agar tetap terkendali supaya tidak menimbulkan cedera pada diri sendiri atau pada olahragawan lainnya.

Menurut K. Lorenz (dalam Singgih Gunarsa, 1989:188) agresivitas merupakan dorongan alami yang wajar dan perlu penyaluran untuk mencegah timbulnya kecenderungan permusuhan. Supaya kecenderungan permusuhan bisa dinetralisasikan, agresivitas harus diarahkan ke tujuan-tujuan yang tidak membahayakan dan aman. Pendapat Lorenz menunjang perlunya pertandingan olahraga sebagaimana menetralkan kecenderungan permusuhan dengan cara-cara yang bisa diterima umum. Agar akibat penyaluran agresivitas terhadap lawan atau regu lawan tidak terlalu parah, berat, luka fisik, maka disusun berbagai peraturan dan hukuman terhadap agresivitas yang melampaui batas.

Olahraga beladiri Tarung Derajat merupakan salah satu cabang olahraga prestasi yang dipertandingkan ditingkat PON, yaitu resmi dipertandingkan pada Pekan Olahraga Nasional XVI Palembang, SUMSEL 2004. Untuk menciptakan atlet petarung yang berprestasi, Pengurus Besar Keluarga Olahraga Tarung Derajat (PB KODRAT) setiap tahunnya mengadakan berbagai event

kejuaraan, mulai dari Kejuaraan Daerah, Kejuaraan Wilayah, Kejuaraan Antar Mahasiswa dan Kejuaraan Nasional Piala Presiden RI.

Olahraga beladiri Tarung Derajat memiliki karakter gaya bertarung *Full Body Contact* atau tarung bebas yang menggunakan pukulan dan tendangan tanpa adanya pelindung kepala dan badan. Dalam pertandingan kedua petarung saling adu tehnik pukulan dan tendangan yang bertujuan untuk melukai atau melemahkan penyerangan lawannya. Usaha untuk melukai dan melemahkan lawannya itu bukan tujuan akhir. Tujuannya adalah kejuaraan yang terpampang dibelakang lawan yang telah *Knock Out*. Makin banyak duel berarti makin besar peluang akan timbulnya tingkah laku agresif, maka di dalam pertarungan tingkah laku agresivitas bisa sering dipakai sebagai alat atau cara untuk mencapai kemenangan. Karena tingkah laku agresif erat kaitannya dengan sifat olahraga Tarung Derajat ini, yaitu olahraga dengan adu kekuatan dan olahraga dengan sentuhan kontak langsung.

Dalam pertandingan olahraga beladiri Tarung Derajat yang keras ini berlangsung tiga ronde. Resiko untuk mengalami cedera, patah tulang, pingsan tidak sadarkan diri bahkan sampai kepada kematian akan selalu membayangi pikiran para atlet petarung pada saat sebelum maupun pada waktu bertanding yang berakibat munculnya perasaan takut, cemas, atau khawatir, sehingga mengancam keseimbangan psikologis atlet, yang berakibat menurunnya penampilan dan agresivitas bertanding. Hal ini sering dialami atlet petarung pada saat kejuaraan berlangsung, kecuali pada atlet yang memiliki ketahanan mental bertanding yang baik.

Dari pengamatan dan pengalaman Penulis dilapangan selama ini, disetiap event kejuaraan baik ditingkat daerah maupun nasional, atlet petarung Sumatera Utara masih belum mampu mencapai prestasi terbaik dalam hal perolehan medali, khususnya medali emas. Padahal didalam pembinaan atlet petarung Sumatera Utara sebelum pertandingan sudah dipersiapkan dengan

teratur dan terencana. Mulai dari pengadaan sarana dan prasarana penunjang latihan yang memadai, dukungan moril maupun moral dari pengurus dan KONIDA serta pelatih yang berlatar belakang Sarjana Pendidikan olahraga yang secara kompetensinya sudah mampu didalam melatih dan membina atlet petarung dengan program latihan yang telah disusun dengan sistematis, mulai dari latihan fisik, tehnik dan taktik.

Pengaruh faktor mental (psikis) pada atlet secara khusus terlihat ketika sedang bertanding. Dapat dilihat antara lain kuat-lemahnya dorongan untuk meraih prestasi dan memenangkan pertandingan. Aspek ini sering disebut sebagai aspek mental, yang kadang-kadang berpengaruh besar pada seorang atlet. Sekalipun seorang atlet telah mempersiapkan faktor fisik sebaik-baiknya, mempersiapkan peralatan sebaik-baiknya, pun telah melakukan latihan-latihan tehnik secara cermat dan maksimal, namun kalau tidak ada dorongan untuk berprestasi hasilnya sering mengecewakan.

Sehubungan itu semua peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian tentang hubungan kecemasan dengan agresivitas pada atlet tarung derajat. Dimana peneliti juga menduga adanya hubungan yang erat antara kecemasan dengan agresivitas. Semakin tinggi kecemasan yang dialami atlet semakin tinggi pula agresivitas dan sebaliknya. Dengan adanya penelitian tersebut diharapkan akan menghasilkan data alamiah yang bermanfaat bagi pelatih dan atlet dalam peningkatan prestasi.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas di identifikasi pemasalahan sabagai berikut:

- a. Adanya hubungan yang erat antara kecemasan dengan agresivitas.
- b. Kecemasan berpengaruh terhadap agresivitas pada atlet tarung derajat.

c. Semakin tinggi tingkat kecemasan semakin tinggi tingkat agresivitas atau sebaliknya.

C. Pembatasan Masalah

Untuk menghindari terjadinya penafsiran yang berbeda, perlu adanya pembatasan sehingga ruang lingkup penelitian ini menjadi jelas. Dalam penelitian ini permasalahan dibatasi pada hubungan kecemasan dengan agresivitas pada atlet tarung derajat Sumatera Utara.

D. Rumusan Masalah

Agar terarah pada sasaran maka perlu dirumuskan permasalahan. Masalah yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah : “Adakah Hubungan Yang Signifikan Antara Kecemasan Dengan Agresivitas Pada Atlet Tarung Derajat”?

E. Tujuan Penelitian

Sesuai dengan rumusan masalah tersebut di atas tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan agresivitas pada atlet tarung derajat.

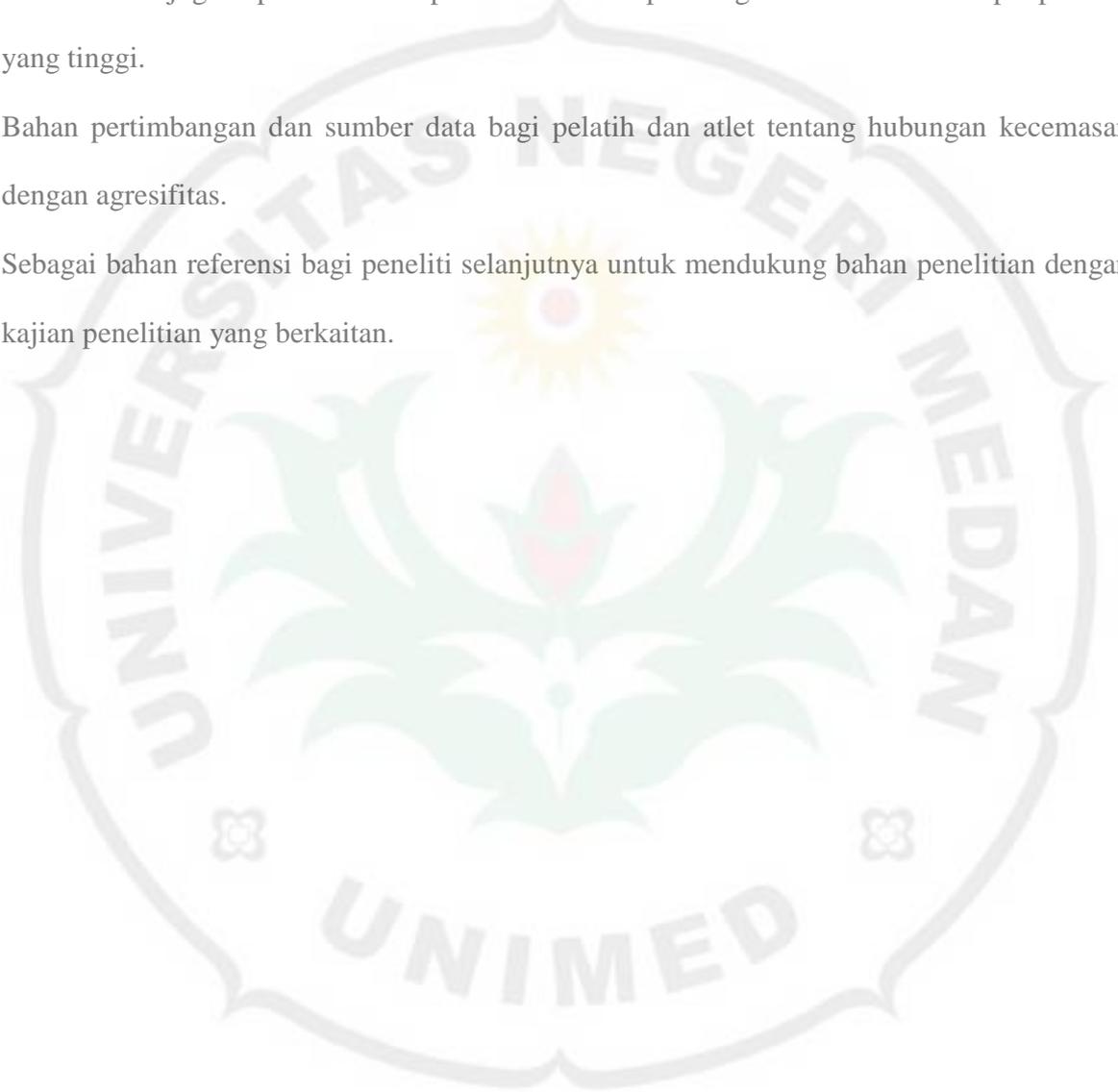
F. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat penelitian yang ingin dicapai setelah kegiatan penelitian ini selesai dilakukan yaitu :

1. Informasi yang diperoleh dari hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan oleh pelatih olahraga beladiri tarung derajat dalam melatih dan membina atlet yang merupakan tugas utamanya. Dengan adanya informasi tersebut diharapkan pelatih tidak hanya melatih fisik, tehnik dan

taktik namun juga dapat lebih memperhatikan faktor psikologis atlet untuk mencapai prestasi yang tinggi.

2. Bahan pertimbangan dan sumber data bagi pelatih dan atlet tentang hubungan kecemasan dengan agresifitas.
3. Sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya untuk mendukung bahan penelitian dengan kajian penelitian yang berkaitan.



THE
Character Building
UNIVERSITY