

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga tenis salah satu olahraga yang digemari semua kalangan. Kejuaraan tenis digelar baik dalam multi event ataupun dalam kejuaraan khusus. Kemenangan dalam suatu kejuaraan merupakan kebanggaan yang luar biasa baik bagi atlet, pelatih, keluarganya, bangsa dan negaranya. Seiring berkembangnya dunia olahraga terutama pada cabang olahraga tenis lapangan di Indonesia, maka PELTI (Persatuan Lawn Tennis Indonesia) sering mengadakan banyak pertandingan nasional, dari kelompok umur junior dan umum/senior. PELTI mengadakan pertandingan tersebut sebagai upaya meningkatkan dan mengembangkan prestasi, sekaligus menarik minat dan bakat adik-adik junior. Untuk dapat mengikuti pertandingan, diperlukan persiapan yang matang seperti tehnik, fisik, mental, dan strategi bertanding agar mendapatkan hasil yang maksimal. Jika pikiran atlet terganggu dengan hal-hal negatif seperti emosi yang berlebihan maka dapat mengganggu konsentrasi. Faktor kecemasan dapat berdampak pada penampilan. Peneliti ingin mengungkap tentang kecemasan atlet tenis lapangan saat menghadapi pertandingan yang didampingi oleh orang tua. Pada usia-usia itulah pengontrolan emosi masih sangat labil. Pada saat pertandingan banyak faktor yang berpengaruh antara

lain : kecemasan, motivasi menang, dan rasa overconfidence.

Kecemasan sebagai salah satu faktor psikis dalam mempengaruhi penampilan atlet menghadapi pertandingan. Tingkat kecemasan yang tinggi dapat berakibat buruk pada penampilan atlet. Kurang siapnya mental serta kurangnya keterampilan mengontrol dan keterampilan persepsi terhadap stimulus yang datang akan mengakibatkan terganggunya kemampuan atlet dalam mengeluarkan kemampuan fisik yang dimilikinya sehingga atlet tersebut tidak akan bisa *all out*. Bukan berarti kecemasan sebagai suatu yang selalu berdampak negatif. Kecemasan juga dibutuhkan oleh atlet untuk pemacu semangat dalam pertandingan. Tinggal bagaimana atlet mengontrol kecemasan pada dirinya sebagai sarana untuk mencapai puncak penampilan. Harsono (dalam Gunarsa, 1996) mengungkapkan bahwa penampilan puncak seorang atlet 80% dipengaruhi oleh aspek mental ini dan hanya 20% oleh aspek yang lainnya, sehingga aspek mental ini harus dikelola dengan sengaja, sistematis dan berencana.

Salah satu sumber kecemasan yang berasal dari luar diri atlet yang sering terjadi adalah pengaruh penonton, kehadiran / ketidakhadiran pelatih, dan tuntutan menang orang tua atlet tersebut. Woodman dan Hardy (dalam Singer et al, 2001) menjelaskan bahwa faktor kecemasan sebelum bertanding dipengaruhi oleh pelatih. Atlet yang sudah tersugesti bahwa kehadiran pelatih dapat berpengaruh baginya, dan akan menjadi suatu hal yang merugikan apabila pelatihnya tidak hadir. Sebaliknya,

atlet akan terganggu akan kehadiran pelatihnya akan merasa tertekan dan akan menyebabkan rasa cemas pada dirinya. Selanjutnya, pengaruh penonton juga dapat mempengaruhi mental atlet saat pertandingan berlangsung dan dapat mengganggu konsentrasi atlet tersebut. Orang tua secara tidak langsung akan memberikan rasa tertekan pada atlet tersebut ketika atlet tersebut menghadapi situasi dengan skor kritis, maka kecemasan pada dalam diri atlet tersebut akan muncul dan meningkat karena atlet tersebut sudah terbebani dengan tuntutan untuk menang.

Dalam pertandingan, kecemasan adalah hal yang wajar dan sering terjadi pada saat bertanding. Untuk bisa mendeteksi tingkat kecemasan atlet dapat dilihat dari beberapa macam gejala yang dialami atlet antara lain dari perubahan fisik, psikis maupun perilaku. Oleh karena itu, peneliti akan mendeskripsikan tentang kecemasan atlet ketika akan bertanding.

Peneliti mengungkapkan bahwa kecemasan merupakan faktor yang berpengaruh pada keadaan mental psikis atlet. Dalam hal ini masih banyak atlet yang kurang mempersiapkan mentalnya saat ketika ingin bertanding, mereka cenderung lebih mempersiapkan keadaan fisik dan teknik dibandingkan mempersiapkan mentalnya sendiri. Selain faktor internal dari dalam atlet itu sendiri, faktor external juga bisa berpengaruh dalam tingkat kecemasan atlet saat bertanding (Singgih D. G, 1996 : 42). Padahal dalam suatu kompetisi faktor yang sangat berpengaruh adalah mental. Jika mental atlet sudah tertekan maka kemungkinan kecil atlet itu akan menang dalam bertanding. Permasalahan yang sering terjadi pada atlet

tenis lapangan adalah tidak bisa menahan dan meminimalisir tingkat kecemasan. Permasalahan selanjutnya yang biasa terjadi juga pada pelatih dan orang tua yang menuntut agar atlet itu bisa bermain dengan baik dan memenangkan pertandingan. Permasalahan ini akan mengakibatkan atlet akan merasa gelisah dan bingung dan menyebabkan ketika sedang bertanding atlet tidak bisa percaya diri terhadap kemampuan bermain yang dimilikinya. Faktor yang sangat berpengaruh juga motivasi dari orang tua. Orang tua sebagai semangat bagi atlet ketika sedang bertanding. Diharapkan ketika orang tua menemani atlet saat pertandingan dapat memberikan efek positif dalam diri atlet tersebut, jika tidak, akan terjadi sebaliknya, orang tua menuntut atlet agar menang dan hal ini akan menimbulkan rasa kecemasan yang sangat tinggi. Oleh karena itu kecemasan adalah hal yang paling sering dirasakan ketika dalam situasi mendesak dan muncul kapan saja melalui banyak faktor. Berdasarkan kesimpulan diatas, peneliti ingin meneliti tentang “Pengaruh Kehadiran Orang Tua Atlet Saat Pertandingan Terhadap Kecemasan Atlet Tennis Lapangan”

B. Ruang Lingkup dan Pembatasan Masalah

Banyak permasalahan yang timbul berdasarkan latar belakang yang berkaitan dengan permasalahan kecemasan yang dialami atlet dalam menghadapi pertandingan, oleh karena itu dapat diidentifikasi sejumlah permasalahan sebagai berikut:

1. Belum diketahui tingkat kecemasan atlet tingkat junior saat pertandingan yang didampingi oleh orang tua.
2. Belum diketahui tingkat kecemasan atlet tingkat senior saat pertandingan yang didampingi oleh orang tua.

C. Pertanyaan Masalah

Berasarkan uraian latar belakang masalah diatas, peneliti akan mengajukan rumusan masalah yang nanti akan terjawab melalui penelitian. Rumusan masalah sebagai berikut :

1. Apakah kehadiran orang tua mempengaruhi rasa cemas dalam bertanding para atlet junior?
2. Apakah kehadiran orang tua mempengaruhi rasa cemas dalam bertanding para atlet senior?

D. Tujuan Masalah

Berasarkan rumusan masalah diatas penelitian bertujuan untuk :

1. Untuk mengetahui kecemasan atlet tingkat junior saat pertandingan yang didampingi oleh orang tua.

2. Untuk mengetahui kecemasan atlet tingkat senior saat pertandingan yang didampingi oleh orang tua.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat kepada pihak-pihak yang terkait:

1. Bagi pelatih :
 - a) Sebagai bahan masukan untuk membuat program latihan.
 - b) Sebagai bahan untuk memahami akan pentingnya pengetahuan tentang psikologi olahraga khususnya tingkat kecemasan atlet tingkat junior dan senior.
2. Bagi atlet :

Sebagai bahan untuk memahami akan pentingnya pengetahuan tentang psikologi olahraga khususnya tingkat kecemasan atlet.