

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pada persiapan fisik dan teknik merupakan salah satu pondasi yang harus ada dalam membangun pencapaian prestasi. Setiap orang perlu mempelajari keterampilan, dan mengedepankan persiapan taktis psikologi yang matang, agar prestasi dalam olahraga ini dapat menggalis atlet lainnya. Namun salah satu permasalahan yang masih menjadi sorotan pada atlet taekwondo khususnya pada kategori usia junior pada rentang usia 15- 17 tahun adalah pada sisi psikologi atau mental yang masih kurang baik, karena pada masa usia mereka merupakan masa peralihan dimana kestabilan dalam mengontrol emosi yang kurang. Membuat mental atau psikologi mereka pun terkadang *up and down*, seperti takut, malu, cemas, gembira. dimana itu bisa mempengaruhi performa atlet taekwondo kelas junior. Ada beberapa faktor kemenangan dan penurunan performa atlet pada saat pertandingan, 50% dari hasil pertandingan dipengaruhi oleh faktor psikologi serta aspek mental yang tidak dilatih atau ditingkatkan menyebabkan aspek fisik, teknik, dan taktik menurun.

Selain dari aspek fisik, teknik, banyak faktor mendukung seseorang dapat berprestasi. Memiliki motivasi dalam diri menjadi faktor seseorang menjadi juara. Motivasi merupakan kekuatan yang mendorong seseorang baik dari dalam maupun dari luar diri untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan sebelumnya. Semakin tinggi motivasi seseorang, semakin besar kemungkinannya untuk mencapai keberhasilan dan kesuksesan. Sebaliknya, semakin rendah motivasi seseorang, semakin kecil peluangnya untuk meraih keberhasilan atau kesuksesan (B. Uno, 2006). Motivasi memiliki dua faktor penggerak yaitu motivasi ekstrinsik yang berasal dari luar diri seperti dukungan dari orang tua dan pelatih dan motivasi intrinsik didefinisikan sebagai melaksanakan suatu kegiatan untuk kepuasan yang melekat dan bukan untuk beberapa konsekuensi lain yang terpisah. Ketika termotivasi secara intrinsik, seseorang bergerak dan bertindak untuk bersenang-senang atau tertantang bukan karena faktor eksternal.

Selain dari motivasi ada faktor lain yang bisa memperkuat mental seorang atlet khususnya atlet junior masih banyak faktor psikologi lainnya seperti

psychological capital atau perasaan positif. *Psychological Capital* merupakan keadaan perkembangan psikologi positif dalam diri seseorang yang dicirikan oleh adanya: (a) kepercayaan diri dalam melakukan tindakan yang perlu untuk mencapai sukses dalam tugas-tugas yang menantang (*self efficacy*); (b) atribusi yang positif tentang sukses masa sekarang dan yang akan datang (*optimism*); (c) persistensi dalam mencapai tujuan dengan mendefinisikan kembali jalur untuk mencapai tujuan kesuksesan (*hope*); dan (d) kemampuan bertahan dan terus maju untuk mencapai sukses ketika menghadapi masalah dalam kesulitan (*resiliency*) (Luthans et al., n.d.). *Psychological capital* juga merupakan suatu keadaan optimis dimana seorang atlet menerima kekalahan untuk menjadikannya lebih kuat dan mengevaluasi kesalahan yang terjadi. Sedangkan pada *mental toughness* yaitu berkaitan dengan aspek sikap yang tangguh. Maknanya atlet yang mengalami kegagalan dalam pertandingan dapat menerima dan memiliki pemikiran bahwa kegagalan dalam kompetisi bukan akhir dari segalanya dan masih ada kesempatan barikutnya.

Mempunyai ketangguhan mental (*mental toughness*) menjadi suatu penilaian diri terhadap reaksi emosi positif, khususnya atlet untuk mengatasi kendala, kesulitan, bahkan tekanan, agar tetap menjaga konsentrasi dan motivasi yang merupakan ketetapan hati dari energi positif untuk mencapai suatu tujuan dalam bertahan disepanjang pertandingan.

Pernyataan tersebut selaras dengan hasil penelitian terdahulu (Nisa & Jannah, 2021) yang menyimpulkan adanya hubungan positif antara *psychological capital* dengan *mental toughness*. Maknanya semakin tinggi *psychological capital* seorang atlet beladiri maka semakin tinggi pula *mental toughness* atlet tersebut. Hal ini karena *psychological capital* mampu membuat atlet memiliki optimisme, resiliensi, daya juang yang tinggi, keinginan untuk sukses, dapat mengatur emosi, lebih percaya diri, dan dapat berkembang ke arah yang positif untuk meningkatkan *mental toughness*. Namun, sebenarnya masih banyak lagi faktor yang dapat memengaruhi *mental toughness*.

Dari paparan penelitian sebelumnya yang sudah dijelaskan di atas menunjukkan bahwa belum adanya penelitian yang menghubungkan antara ketiga variabel yaitu *Psychological capital*, motivasi intrinsik dengan *mental toughness*.

Serta tidak begitu banyak *literature* yang menghubungkan antara *psychological capital* dengan motivasi intrinsik pada atlet yang dilakukan serta keinginan penulis untuk menguji adanya Hubungan *Psychological Capital* Dan Motivasi Intrinsik Terhadap *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat. Melihat masih sedikitnya penelitian yang dilakukan dalam menghubungkan antara *psychological capital* dan motivasi intrinsik terhadap *mental toughness*, membuat penulis tertarik untuk melihat seberapa besar hubungan antara ketiga variabel tersebut. Dalam penelitian yang akan Peneliti ingin mengetahui apakah *psychological capital* dan motivasi intrinsik ini memiliki hubungan dengan *mental toughness* (ketangguhan mental), yang dimana setelah peneliti mencari dari beberapa artikel belum banyaknya penelitian yang menghubungkan ketiga permasalahan tersebut yaitu *psychological capital* dan motivasi intrinsik dengan *mental toughness* (ketangguhan mental). Maka dari itu peneliti merasa perlu untuk melakukan pengujian terhadap ketiga variabel tersebut untuk membuktikan ada tidaknya keterhubungan.

1.2 Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka penulis merumuskan permasalahan penelitian yang dijabarkan dalam bentuk pertanyaan sebagai berikut:

- Apakah terdapat Hubungan *Psychological Capital* dengan *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat?
- Apakah terdapat Hubungan Motivasi Intrinsik dengan *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat
- Apakah terdapat Hubungan secara bersama-sama antara *Psychological Capital* dan Motivasi Intrinsik dengan *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat?

1.3 Tujuan Penelitian

Setiap kegiatan penelitian yang akan dilakukan pasti memiliki tujuan yang akan dicapai, karena penetapan tujuan dalam suatu kegiatan adalah suatu hal yang

penting sebagai awal untuk kegiatan selanjutnya guna mencapai tujuan penelitian. Adapun tujuan dari penulisan ini ialah:

- Untuk mengetahui Hubungan *Psychological Capital* dengan Mental Toughness Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat
- Untuk mengetahui hubungan Motivasi Intrinsik dengan *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat.
- Untuk mengetahui hubungan secara bersama-sama antara *Psychological Capital* dan Motivasi Intrinsik dengan *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat.

1.4 Manfaat/Signifikansi Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang di harapkan oleh penulis melalui penelitian ini adalah manfaat secara teoritis dan secara praktis, yang di paparkan sebagai berikut:

- 1) Secara Teoritis
 - a. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat berupa pengetahuan mengenai Hubungan *Psychological Capital* Dan Motivasi Intrinsik Terhadap *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat.
 - b. Dapat dijadikan sebagai bahan referensi bagi penulis selanjutnya dalam melaksanakan penelitian yang berkaitan dengan masalah diatas.
- 2) Secara Praktis
 - a. Memberikan informasi kepada pelatih dan atlet mengenai Hubungan *Psychological Capital* Dan Motivasi Intrinsik Terhadap *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat dan menjadi referensi untuk peneliti lainnya
 - b. Bagi atlet itu sendiri, dapat mengetahui Hubungan *Psychological Capital* Dan *Motivasi Intrinsik* Terhadap *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat.

1.5 Struktur Organisasi

Dalam upaya untuk memudahkan pemahaman isi dari penelitian ini, penulis membagi lima bab. Kelima bab tersebut meliputi:

Bab I merupakan bab yang berisikan masalah dalam penelitian, tentang alasan peneliti mengambil judul “Hubungan *Psychological Capital* Dan Motivasi Intrinsik Dengan *Mental Toughness* Atlet Taekwondo Junior Jawa Barat”. Dengan rumusan masalah adakah hubungan antara *psychological capital* dan motivasi intrinsik dengan *mental toughness* pada atlet taekwondo junior jawa barat. Maka penulis memiliki tujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan hubungan antara *psychological capital* dan motivasi intrinsik dengan *mental toughness* pada atlet taekwondo junior jawa barat.

Bab II menjelaskan mengenai teori-teori, konsep-konsep dalam bidang yang dikaji. Dalam bagian ini peneliti memaparkan mengenai definisi *psychological capital*, motivasi intrinsik, *mental toughness* dan cabang olahraga taekwondo. Dalam bab ini juga peneliti mencantumkan penelitian terdahulu dan hipotesis penelitian.

Bab III menjelaskan mengenai alur penelitian, dimana dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif dengan desain penelitian korelasi. Populasi dalam penelitian ini adalah atlet taekwondo junior di jawa barat. Teknik dalam pengambilan sampel menggunakan *purpposive sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu kuisisioner dengan menggunakan *psychological capital questionnaire*, *Sport Motivation Scale-II*, dan *Sport Mental Toughness Questionnaire*. Prosedur penelitian yaitu dilakukan dengan mengisi instrumen tersebut melalui platform google form. Sedangkan analisis data menggunakan korelasi *Spherman* dan *Regresi multiples*.

Bab IV hasil temuan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan . pembahasan meliputi pengolahan data atau analisis data berdasarkan hasil, sehingga data yang telah diolah dapat memudahkan dalam pemahaman penelitian tentang hubungan *psychological capital* dan motivasi intrinsik dengan *mental toughness* atlet taekwondo junior Jawa Barat.

Bab V pada bab terakhir ini berisi simpulan, implikasi, dan rekomendasi, yang menyajikan penafsiran dan pemaknaan peneliti terhadap hasil analisis temuan penelitian sekaligus mengajukan hal-hal penting yang dapat dimanfaatkan dari hasil penelitian tersebut.