

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Pelatihan dalam cabang olahraga renang adalah salah satu upaya untuk meningkatkan olahraga sebagai sarana meraih prestasi. Pelatihan olahraga merupakan salah satu upaya untuk membentuk karakter yang memiliki jiwa sportivitas, mandiri, dan memiliki pikiran yang berkembang. Bahwa tujuan utama dari pelatihan olahraga renang adalah membantu atlet menjadi pemain yang terampil dan bersifat sportif serta menyadari kebermaknaan olahraga untuk menunjang kehidupan yang lebih baik. keberhasilan pembinaan dan pelatihan bagi para atlet pada cabang olahraga renang tidak hanya diwujudkan dalam bentuk perilaku. Para atlet diharapkan dapat memperoleh prestasi optimal baik pada kejuaraan lokal maupun nasional.

Seiring dengan perkembangan cabang olahraga di tanah air, perkembangan olahraga renang di Provinsi Banten turut meningkat. Prestasi atlet di Provinsi Banten masih kurang dibandingkan dengan para atlet dari Provinsi lain. Pada event kejuaraan tingkat nasional antar Provinsi, prestasi para atlet renang masih kurang dibanding oleh Provinsi lain. Beragam faktor yang membuat tertinggalnya prestasi para atlet antara lain anggaran, fasilitas, sistem latihan maupun karakteristik yang melekat pada atlet seperti motivasi, disiplin maupun kesempatan yang dimiliki.

Prestasi atlet renang Banten pada PON 2012 di Riau kurang mampu menyaingi kemampuan atlet renang dari daerah lain. Dari medali yang diperoleh yaitu 4 emas, 8 perak, 18 perunggu. Tidak ada medali yang diperoleh dari cabang olahraga renang

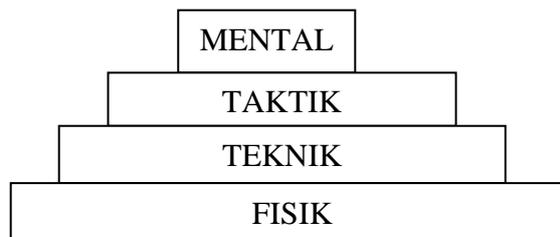
http://id.wikipedia.org/wiki/Pekan_Olahraga_Nasional_XVII

(diakses 20 Agustus 2014). Hal ini menunjukkan bahwa prestasi renang belum mencapai hasil yang diharapkan

Pembinaan terhadap para atlet renang terus dilakukan baik pada aspek kondisi fisik, teknik, maupun mental. Pentingnya aspek fisik, teknik serta mental untuk ditingkatkan secara optimal melalui sejumlah latihan tidak diragukan lagi. Keberadaan program latihan, fasilitas, dukungan anggaran serta komitmen pemerintah Provinsi Banten untuk memberikan motivasi pada saat atlet memperoleh medali perlu ditunjukkan dengan penuh komitmen.

Salah satu hambatan dalam mencapai prestasi maksimal pada cabang olahraga renang adalah kemampuan mental para atlet. Latihan tidak hanya pada untuk meningkatkan kondisi fisik agar lebih optimal dalam bekerja dan bisa melakukan latihan tanpa mengalami kelelahan berarti. Latihan pada aspek mental atau psikologis perlu dilakukan guna menunjang aspek fisik serta teknik dan taktik yang dimiliki para atlet. Latihan pada aspek mental dilakukan guna menumbuhkan rasa percaya diri, pantang menyerah, sportif atau berani dalam bersaing meskipun dengan atlet yang memiliki pengalaman dan prestasi lebih tinggi.

Mencapai prestasi dalam cabang olahraga renang tidak mudah terutama bagi atlet pemula, diperlukan kemampuan fisik, mental serta kesempatan untuk menunjukkan kemampuan dalam beragam kejuaraan. Setiap atlet yang ingin memiliki prestasi sebaiknya berlatih untuk meningkatkan kemampuan fisik, mental maupun teknik-teknik dalam melakukan olahraga. Dalam kegiatan olahraga renang seorang atlet sebaiknya melatih keempat aspek tersebut agar memiliki kemampuan melebihi atlet lain. Pentingnya keempat aspek tersebut dijelaskan Lebih lanjut Satriya (2007, hlm.50) bahwa :



Bagan 1.1
Piramid aspek-aspek latihan

Berdasarkan bagan 1.1 tersebut diketahui bahwa kondisi fisik yang baik dapat menunjang penampilan keterampilan gerak dan penguasaan teknik dasar dari suatu cabang olahraga. Seperti dikemukakan oleh Supandi (1983) bahwa kemampuan fisik diperlukan dalam mempelajari gerak agar hasil yang dicapai cukup efisien. Dalam kenyataan kemampuan fisik diperlukan sebagai dasar untuk mengembangkan gerakan-gerakan ketangkasan. Begitu juga menurut Yaxley (1986) “*That with those physical condition which help the technique and tactics as long as possible*”. “Bahwa dengan kondisi fisik yang baik dapat membantu penampilan teknik dan taktik selama mungkin”. Disisi lain kemampuan mental yang memiliki daya tahan terhadap tekanan psikologis akan mendorong para atlet berprestasi. Aspek mental tidak dapat dilepaskan dari keberhasilan seorang atlet meraih prestasi termasuk atlet renang. Seperti diutarakan bahwa latihan mental merupakan puncak hierarki aspek-aspek yang diperlukan agar terwujud performance olahraga.

Berdasarkan piramida tersebut dapat diketahui bagaimana peran kemampuan mental menunjang prestasi seseorang . Harsono (1988, hlm.49) menegaskan bahwa : “Ada empat aspek latihan yang perlu dilatih dan diperhatikan secara seksama oleh atlet yaitu: (1) latihan fisik, (2) latihan teknik, (3) latihan taktik, (4) latihan mental”.. Komarudin (2013, hlm.3) menyatakan bahwa : “ketahanan mental merupakan sebuah keterampilan mental yang harus dimiliki atlet”. Mental tersebut termasuk pemahaman mengenai diri dan keberhasilan dalam mencapai prestasi atau *locus of control*.

Salah satu aspek mental yang menjadi perhatian dikalangan para atlet Provinsi Banten adalah *locus of control* yang dimiliki. Berdasarkan hasil observasi dan dilanjutkan dengan konfirmasi kepada pelatih renang. Disimpulkan bahwa para atlet memiliki tingkat *locus of control* yang kurang. Secara sederhana dapat disimpulkan bahwa para atlet kurang memperhatikan faktor-faktor yang membuat keberhasilan dalam berolahraga pada cabang renang.

Berdasarkan hasil observasi pada kegiatan latihan renang di Provinsi Banten dan beberapa pertandingan. Diperoleh keterangan bahwa pemahaman mengenai

konsep *locus of control* terutama pada atlet renang sangat rendah. Hal ini turut berpengaruh terhadap bagaimana peningkatan performancenya di lapangan.

Dalam sebuah pertandingan kemenangan atau kegagalan atlet tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknik berenang. Kemampuan memahami penyebab kegagalan meraih prestasi akan berdampak pada stress dan lambatnya proses perbaikan. Disisi lain faktor kemenangan tidak hanya diakui pada kemampuan teknik. Faktor lainnya yaitu usaha, keberuntungan, tingkat kesulitan perlu dipahami sebagai faktor yang mempengaruhi keberhasilan. Seseorang yang memahami dan memiliki *locus of control* lebih baik akan memiliki pemahaman untuk meningkatkan performanya dan meminimalisir kelemahannya melalui latihan.

Kegagalan menampilkan prestasi maksimal dapat disebabkan oleh beberapa kemungkinan atau kombinasi keempat faktor seperti kemampuan, usaha, nasib dan keberuntungan. Keempat faktor inilah yang seharusnya dapat dipahami oleh para atlet Provinsi Banten. Agar para atlet mampu merumuskan apa yang menyebabkan kealahannya dalam pertandingan latihan atau kenapa tidak dipilih mewakili kejuaraan-kejuaraan bergengsi oleh pelatih. Merumuskan faktor yang mempengaruhi kegagalan atau keberhasilan ditentukan oleh faktor internal atau eksternal yang merupakan sesuatu yang sulit terlebih bagi para atlet muda. Kurangnya pengalaman serta kondisi yang masih labil menyebabkan para atlet renang belum memiliki *locus of control* (tempat pengendalian) yang baik.

Olahraga renang adalah jenis olahraga yang memperhatikan prinsip-prinsip mekanik dan psikologis. Penguasaan teknik renang perlu didukung oleh pemahaman tentang kemampuan memahami motif diri sendiri terlibat dalam olahraga renang atau yang dikenal dengan Atribusi. Pemahaman terhadap kemampuan orang lain dalam pertandingan renang akan mendorong sikap berusaha mengimbangi kemampuan lawan, motivasi belajar lebih tinggi dan memahami gerakan-gerakan sendiri pada saat berenang pada tingkat kejuaraan dengan tekanan yang lebih tinggi. Rendahnya *locus of control* para atlet renang disebabkan rendahnya kesadaran terhadap pentingnya memahami *locus of control*

terutama dalam keberhasilan.

Prestasi seseorang dalam dunia olahraga terutama renang tidak hanya ditentukan oleh kemampuan teknik. Faktor internal dan eksternal dapat berpengaruh terhadap kemampuan mencapai prestasi atau kemampuan mengembangkan potensi individu menurut : Lutan (2000, hlm. 322) sebagai berikut:

“Faktor internal adalah faktor-faktor yang ada pada diri anak itu sendiri sedangkan faktor eksternal adalah faktor-faktor yang ada di luar diri anak yang dapat dimanipulasi guna memperkembangkan anak tersebut dalam segala potensi internalnya”.

Dengan demikian untuk kedua faktor tersebut sangat menentukan peranan kemampuan gerak pada seseorang. Kemampuan seseorang secara alamiah akan berkembang dengan sendirinya sesuai dengan proses pertumbuhan, perkembangan, kematangan, dan pengalaman serta faktor latihan. Salah satu faktor yang sangat tidak stabil adalah faktor *luck*, faktor *luck* ini merupakan faktor lingkungan atau yang berada di luar diri manusia yang dapat bervariasi. Faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi atau kegagalan dapat ditelaah dengan kemampuan memahami *locus of control* seorang atlet. Memahami *locus of control* atlet sangat penting agar para atlet mampu menampilkan perubahan dalam setiap penampilannya.

Renang jarak 50 meter memerlukan kecepatan dan kontrol yang berbeda dengan renang jarak jauh. Pada kelas 50 meter seorang atlet dituntut bergerak lebih cepat, memiliki *start* yang baik serta bagaimana mengontrol gerakan dan arahnya agar menuju tujuan *finish* secara efektif dan efisien. Keberhasilan mencapai garis *finish* tidak mudah karena para atlet lain akan bergerak cepat dan mempergunakan kesempatan dan waktu yang ada untuk bergerak cepat menuju *finish*. Tidak hanya fisik yang diperlukan untuk bergerak cepat. Terpenting adalah mengetahui dan menyadari mengapa gagal atau mengapa menang. Jarang sekali para atlet yang melakukan refleksi terhadap kegagalan maupun keberhasilannya.

Menjadikan materi *locus of control* sebagai variabel pokok penelitian sangat penting mengingat kurangnya penelitian tentang *locus of control* terutama di kalangan cabang olahraga renang. Penelaahan ilmiah akan memberikan gambaran

yang dapat dipertanggungjawabkan secara ilmiah sebagai landasan praktek untuk meningkatkan kemampuan para atlet sehingga mampu meraih prestasi maksimal.

Gambaran tentang *locus of control* pada atlet sangat penting dalam kaitannya dengan pengembangan olahraga tersebut. Kurangnya penelitian tentang aspek lain dalam olahraga renang seperti tentang *locus of control* para atlet akan mengurangi usaha-usaha ilmiah untuk memperbaiki dan meningkatkan potensi para atlet. Kerugian yang tampak jelas apabila penelitian ini tidak dilakukan adalah para atlet serta pelatih sulit merumuskan faktor penentu keberhasilan atau kegagalan dalam berprestasi. Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti mengambil judul penelitian : “ **Hubungan *Locus Of Control* Dengan Performa Atlet Pada Cabang Olahraga Renang Jarak 50 meter (studi pada Atlet Proprov Banten)** ”

B. Identifikasi dan Rumusan Masalah

Masalah harus dirumuskan dengan jelas, hal ini dapat tercapai bila merumuskan secara spesifik (Nasution, 1987, hlm. 45). Berdasarkan pada latar belakang dan uraian di atas, penulis perlu meneliti lebih jauh dengan merumuskan masalah sebagai berikut : Apakah terdapat Hubungan yang signifikan antara hubungan *locus of control* dengan performa atlet pada cabang olahraga Renang jarak 50 meter gaya bebas pada atlet Porprov Banten?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan akan mengarahkan penelitian sesuai rencana. Tujuan penelitian berkenaan dengan tujuan peneliti dalam melakukan penelitian (Sugiyono, 2009, hlm. 282). Adapun tujuan yang ingin dicapai oleh penulis dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *locus of control* dengan performa atlet pada cabang olahraga renang jarak 50 meter gaya bebas. Pada atlet renang yang mengikuti Pekan Olahraga Provinsi Banten (PORPROV)

D. Manfaat Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan tujuan penelitian, maka yang diharapkan oleh penulis melalui penelitian ini adalah seperti yang dipaparkan sebagai berikut:

1. Secara teoritis

Amal Shihab Munasya, 2015

HUBUNGAN LOCUS OF CONTROL DENGAN PERFORMA ATLET PADA CABANG OLAHRAGA RENANG JARAK 50 METER GAYA BEBAS

Universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai salah-satu referensi pengetahuan tentang *locus of control* di kalangan para atlet renang serta dapat dijadikan referensi bagi penelitian yang terkait dengan variabel *locus of control* terutama pada cabang renang jarak 50 meter gaya bebas

2. Secara praktis

- a. Bagi penulis hasil penelitian ini untuk mengetahui lebih dalam mengenai hubungan *locus of control* dengan performa atlet pada cabang olahraga renang jarak 50 meter gaya bebas
- b. Bagi masyarakat hasil penelitian dapat dijadikan sebuah referensi bagi pelatih, pembina, dan atlet untuk memotivasi atlet dalam mempersiapkan pertandingan untuk terus dapat menampilkan performa atlet yang maksimal.
- c. Bagi akademik sebagai sumbangan pemikiran yang dapat memperkaya khasanah karya ilmiah yang berkaitan dengan hubungan *locus of control* dengan performa atlet pada cabang olahraga renang jarak 50 meter gaya bebas

E. Batasan Penelitian

Agar penelitian ini memperoleh sasaran dengan tujuan yang diharapkan, maka peneliti berpendapat perlu adanya pembatasan masalah dalam penelitian.

Dapat dilihat dari latar belakang diatas, serta untuk menghindari timbulnya penelaahan yang terlalu luas, dan untuk memperoleh gambaran yang jelas maka penelitian ini dibatasi hanya pada ruang lingkup sebagai berikut:

1. Permasalahan yang diteliti pada penelitian ini yaitu: Hubungan *locus of control* dengan performa atlet pada cabang olahraga renang jarak 50 meter gaya bebas
2. Penelitian ini dilakukan di kalangan atlet yang mengikuti Pekan Olahraga Provinsi Banten (PORPROV)

F. Struktur Organisasi Skripsi

Berdasarkan buku pedoman penulisan karya ilmiah Universitas Pendidikan Indonesia (2013) maka sistematika penulisan laporan penelitian (Skripsi) yang akan di susun adalah sebagai berikut :

Bagian awal, berisi tentang halaman judul, pernyataan keaslian tulisan,

halaman pengesahan, moto dan persembahan, prakata, abstrak, daftar isi, daftar tabel dan daftar lampiran.

Bab I berisi uraian pendahuluan dan merupakan bagian awal dari skripsi, pada bab ini dikemukakan tentang latar belakang penelitian. Rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat atau signifikansi penelitian, dan struktur organisasi skripsi

Bab II landasan teori, kajian pustaka, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian Kajian pustaka mempunyai peranan yang sangat penting. Bab ini membahas teori yang melandasi permasalahan skripsi yang merupakan kerangka teoritis yang diterapkan dalam skripsi, serta teoritik peneliti. Pada bab ini berisi tentang “Hubungan *locus of control* dengan performa atlet renang jarak 50 meter gaya bebas

Bab III berisi tentang metode penelitian, bab ini berisi tentang penjabaran rinci mengenai metode penelitian yang akan digunakan, termasuk komponen seperti waktu dan tempat penelitian, subjek penelitian, desain penelitian, instrument penelitian, serta teknik pengumpulan data dan teknik analisis data

Bab IV berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan, bab ini mengemukakan tentang hasil penelitian dan pembahasan penelitian terdiri dari dua hal utama, yakni pengelolaan atau analisis data untuk menghasilkan temuan berkaitan dengan masalah penelitian, pernyataan penelitian, hipotesis, tujuan penelitian dan pembahasan atau analisis penelitian