

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga pada masa sekarang merupakan kebutuhan yang tidak terpisahkan dari kehidupan manusia. Berbagai tujuan olahraga dapat dicapai, tergantung dari kebutuhan masing-masing individu. Berdasarkan pada tujuan yang ingin dicapai melalui olahraga terdapat beberapa macam olahraga seperti olahraga kesehatan, olahraga rekreasi, dan olahraga prestasi. Salah satu olahraga prestasi adalah olahraga atletik, Atletik adalah gabungan dari beberapa jenis olahraga yang secara garis besar dapat dikelompokkan menjadi lari, lempar, dan lompat. Dalam situs <http://id.wikipedia.org/wiki/Atletik> menjelaskan bahwa: “Atletik berasal dari bahasa Yunani yaitu Athlon atau athlum yang mempunyai arti lomba atau pertandingan”. Atletik dapat dikatakan sebagai cabang olahraga yang paling tua usianya dan disebut juga sebagai ”ibu atau induk” dari semua cabang olahraga dan sering juga disebut juga sebagai *Mother of Sports*, sehingga yang dimana gerakan-gerakan yang ditampilkan merupakan gerakan dasar.

Salah satu nomor dalam atletik adalah nomor lari yang didalamnya memperlombakan jarak pendek yang dikenal dengan nomor *sprint*. *Sprint* atau lari jarak pendek adalah salah satu nomor bergengsi, olahraga yang membutuhkan kecepatan dan kekuatan tungkai. Mengenai hal ini M Djumijar (2004, hlm.13) mengatakan bahwa: “Lari adalah frekuensi langkah yang dicepatkan sehingga badan seperti melayang saat berlari. Lari adalah gerakan dasar mengais, badan yang bergerak maju karena adanya akibat dari gaya dorong ke belakang terhadap tanah”.

Dalam mewujudkan prestasi atlet lari cepat 100 meter tidaklah mudah, karena dipengaruhi oleh dua faktor endogen dan eksogen. Faktor endogen yang

berhubungan dengan keadaan diri atlet, yang meliputi kemampuan fisik, kemampuan teknik, taktik dan psikis. Sedangkan faktor eksogen berhubungan dengan keadaan di luar diri atlet seperti situasi dan kondisi pada saat pertandingan. Kenyataan di lapangan menunjukkan bahwa pada umumnya kondisi fisik, teknik, dan taktik yang baik dalam setiap perlombaan cenderung seimbang atau dalam keadaan yang sama, tetapi berbeda dalam kondisi mentalnya. Pada beberapa atlet yang sudah berpengalaman terlihat kondisi mentalnya cenderung baik. Hal ini tergambar pada perilaku, baik sebelum perlombaan maupun pada saat perlombaan berlangsung. Sedangkan atlet-atlet pemula yang masih sedikit pengalaman tergambar dari kondisi mental yang masih labil. Dikutip dalam situs http://file.upi.edu/Direktori/FPOK/JUR._PEND._KEPELATIHAN/197204031999031KOMARUDIN/MATAKULIAH_PSIKOLOGI_PEL/Mental_training_untuk_pelari.pdf menjelaskan gambaran psikologi atlet sprint dalam bertanding :

Setiap atlet dalam pertandingan selalu berjuang dengan dirinya sendiri, orang lain dan lingkungan disekitar pertandingan itu, dan selalu menghadapi sikap-sikap negatif, atau menjadi terlalu fokus pada perasaan sakit selama latihan atau perlombaan. Atlet berusaha untuk terus bergerak dengan kepercayaan negatif yang penuh dengan perasaan marah, gemetar, yang berusaha untuk menghadapi tantangan tersebut.

Ronge (1951) yang dikutip dalam situs <http://berachunk-amrank.blogspot.co.id> menyebutkan: “manusia sebagai suatu organisme, yang mengikuti hukum-hukum biologi, hukum-hukum dalam pikir, rasa keadilan, dsb. Perasaan atau emosi memegang peranan penting dalam hidup manusia”. Pada beberapa perlombaan lari jarak pendek menunjukkan bahwa kemenangan atlet salah satunya ditentukan oleh kondisi psikologinya, dalam hal ini psikologi yang dimaksud adalah mental yang stabil. Hal ini mengindikasikan bahwa dengan kondisi mental yang stabil prestasi olahraga atletik dapat diraih dengan lebih baik. Oleh karena itu, kondisi mental yang baik mutlak diperlukan agar prestasi olahraga atletik dapat

ditingkatkan. Kondisi mental yang di maksud adalah konsep diri atau adanya keyakinan dalam diri untuk mengalahkan lawan.

Konsep diri merupakan gambaran yang bersifat individu dan sangat pribadi, dinamis, dan evaluatif, di mana setiap individu mengembangkannya dalam setiap interaksi-interaksinya dengan lingkungan kejiwaannya dan yang di bawa dalam perjalanan hidupnya. Centi (1993, hlm. 9) mengemukakan:

Konsep diri tidak lain tidak bukan adalah gagasan tentang diri sendiri, konsep diri terdiri dari bagaimana kita melihat diri sendiri sebagai pribadi, bagaimana kita merasa tentang diri sendiri, dan bagaimana kita menginginkan diri sendiri menjadi manusia sebagaimana kita harapkan.

Artinya konsep diri merupakan gambaran mental diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan tentang diri sendiri, pengharapan diri, dan penilaian terhadap diri sendiri.

Konsep diri (*self concept*) merupakan suatu bagian yang penting tentang kepribadian manusia. Konsep diri merupakan sifat yang unik pada manusia, sehingga dapat digunakan untuk membedakan manusia dari makhluk hidup lainnya. Konsep ini dapat diartikan gambaran mental diri sendiri yang terdiri dari pengetahuan diri sendiri, penghargaan diri, dan penilaian terhadap diri sendiri. Natawidjaya (1979) dalam situs <http://www.pengertiankonsepdiri.com> menjelaskan bahwa: “Konsep diri adalah persepsi individu tentang dirinya, kemampuan dan ketidakmampuannya, tabiat-tabiatnya, harga dirinya dan hubungannya dengan orang lain”. Berkaitan dengan dunia olahraga konsep diri sebagai suatu konstruk multidimensional berkaitan dengan kompetensi atau kemampuan fisik, teknik dan taktik yang dipersepsikan sepanjang masa latihan hingga pertandingan sebelumnya. Banyak dari peristiwa seperti ini yang mempengaruhi pengalaman-pengalaman yang diperoleh pada diri atlet baik keberhasilan maupun kegagalan. Oleh karena itu, konsep diri sangat penting untuk diteliti, sehingga pelatih maupun atlet dapat mengetahui keyakinan yang dimiliki individu atau atlet itu sendiri dalam mencapai prestasi yang maksimal.

Apabila seorang atlet lari cepat 100 meter gagal dalam pencapaian harga diri, maka atlet tersebut akan merasakan kecewa terhadap keadaan diri dan lingkungannya. Seorang atlet akan memandang dirinya dengan sikap negatif, sebaliknya apabila seorang atlet berhasil dalam pencapaian harga dirinya. Oleh karena itu, konsep diri diperlukan oleh seorang atlet lari cepat 100 meter, karena dalam setiap perlombaan, atlet harus bangga terhadap kemampuan diri sendiri, sebagaimana pentingnya keyakinan dan ambisi untuk memenangkan suatu perlombaan sebagai akibat terpenuhinya aspek-aspek atau kondisi lain seperti fisik, teknik, dan taktik, sehingga dengan mengetahui konsep diri dari setiap individu (atlet), maka akan diberikan program latihan. Fenomena ini menggambarkan bahwa aspek mental yang salah satunya adalah konsep diri merupakan faktor yang perlu mendapat perhatian khusus berkaitan dengan kontribusinya terhadap prestasi sprint.

Dalam pencapaian tingkat keberhasilan atlet untuk meningkatkan prestasi secara maksimal, seorang atlet tidak hanya tergantung kepada penguasaan fisik, teknik, dan taktik saja, melainkan kemantapan jiwa dalam latihan dan ketika pertandingan atau perlombaan sesungguhnya juga harus diperlukan. Menurut Harsono (1988) yang dikutip Ibrahim dan Komarudin (2008, hlm. 186) menjelaskan bahwa: "Olahraga bukan hanya merupakan masalah fisik saja yaitu yang berhubungan dengan gerakan-gerakan anggota tubuh, otot, tulang dan sebagainya". Oleh sebab itu untuk mencapai prestasi yang maksimal seorang atlet selain harus memiliki kemampuan fisik, teknik, dan taktik yang baik, seorang atlet juga harus memiliki psikologis yang baik, dalam hal ini tidak hanya konsep diri tetapi motivasi berprestasi juga sangat di butuhkan untuk mendukung prestasi atlet.

Motivasi berprestasi merupakan dorongan yang ada dalam diri seseorang untuk dapat melakukan sesuatu yang diinginkan dan dilakukan dengan baik. Gill Weinberg dalam Komarudin (2015, hml.25) menjelaskan bahwa: "Motivasi berprestasi sebagai orientasi seseorang untuk berjuang menyelesaikan tugas, gigih menghadapi masa depan, dan mengalami rasa bangga dalam menyelesaikannya". Dari penjelasan tersebut, maka motivasi berprestasi pada hakikatnya adalah hasrat

dan dorongan untuk dapat unggul, yaitu mengungguli prestasi yang pernah dicapai sendiri atau mengungguli prestasi orang lain. Oleh karena itu, motivasi berprestasi sangat penting untuk di teliti, sehingga pelatih maupun atlet dapat mengetahui adanya dorongan dan pergerakan dari diri individu atau atlet itu sendiri, karena adanya kemauan yang tinggi untuk mencapai prestasi yang maksimal.

Motivasi berprestasi bukan bawaan lahir, akan tetapi hasil dari belajar atau latihan. Adanya motivasi berprestasi pada diri atlet senantiasa mendorong untuk bekerja dan berusaha untuk memberikan yang terbaik. McClelland dalam Koontz, et.al (1984) pada situs <http://www.damandiri.or.id> menjelaskan bahwa yang terdapat pada halaman :

Orang yang motivasi berprestasi tinggi akan cenderung bekerja keras sesudah mengalami kegagalan untuk mencapai sukses pada waktu-waktu selanjutnya, ia akan terus berusaha untuk mencapai tujuan yang sebelumnya gagal dicapai. Sebaliknya orang yang motivasi berprestasi rendah menganggap kegagalan disebabkan oleh ketidakmampuan.

Berdasarkan kutipan di atas, motivasi berprestasi dapat dideskripsikan sebagai kemauan atau kesediaan individu secara sadar untuk berupaya berdasarkan segala kemampuan yang dimilikinya, melakukan suatu tugas ataupun pekerjaan dengan sebaik-baiknya, lebih baik dari pada yang dilakukan sebelumnya. Artinya, seseorang yang memiliki motivasi berprestasi tinggi akan senantiasa memperbaiki kemampuannya bahkan berusaha untuk melebihi prestasi orang lain. Sehingga, dengan mengetahui motivasi berprestasi dari setiap individu (atlet), maka akan memberikan keuntungan atau kemudahan dan acuan bagi pelatih untuk memberikan program latihan. Dalam hal ini, maka atlet akan mempunyai motivasi tinggi yang harus diikuti dengan rasa tanggung jawab yang tinggi pula agar atlet tersebut mencapai prestasi yang diinginkan. Motivasi yang ada pada diri atlet biasanya menimbulkan keinginan untuk berprestasi untuk kepuasan dirinya, sehingga motivasi berprestasi dapat memberikan dukungan yang relatif besar terhadap penampilan atlet dengan tidak mengabaikan aspek latihan fisik, teknik dan taktik.

Silviana Sari, 2017

HUBUNGAN KONSEP DIRI DAN MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN PENCAPAIAN PRESTASI ATLET LARI CEPAT 100 METER PADA KEJUARAAN ATLETIK JAWA BARAT 2017

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

Berdasarkan uraian tersebut, kedudukan konsep diri sangat erat kaitannya dengan diri individu. Oleh karena itu, konsep diri secara umum mencakup gambaran dari keseluruhan aspek kepribadian individu berdasarkan atas pandangan, persepsi, pikiran, dan keyakinan individu terhadap dirinya sendiri yang sekaligus melahirkan penghargaan dan penerimaan terhadap dirinya. Sedangkan motivasi berprestasi merupakan salah satu faktor yang mendorong individu untuk melakukan kegiatan yang diinginkannya yang menjadi landasan dalam pengembangan kepribadian dan kemampuan-kemampuan untuk memperoleh keberhasilan atau prestasi. Mengacu pada latar belakang masalah di atas penulis tertarik untuk meneliti tentang “Hubungan Konsep Diri dan Motivasi Berprestasi dengan Pencapaian Prestasi Atlet lari cepat 100 meter pada Kejuaraan Atletik Jawa Barat 2017”.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dipaparkan sebelumnya, maka penulis mencoba mengemukakan rumusan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan pencapaian prestasi atlet lari cepat 100 meter pada kejuaraan atletik Jawa Barat 2017?
2. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan pencapaian prestasi atlet lari cepat 100 meter pada kejuaraan atletik Jawa Barat 2017?
3. Apakah terdapat hubungan yang signifikan antara konsep diri dan motivasi berprestasi secara bersama-sama dengan pencapaian prestasi atlet lari cepat 100 meter pada kejuaraan atletik Jawa Barat 2017?

C. Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah yang ingin diteliti dalam penelitian ini, maka tujuan yang ingin dicapai penulis dalam penelitian adalah:

1. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara konsep diri dengan pencapaian prestasi atlet lari cepat 100 meter pada kejuaraan atletik Jawa Barat 2017.
2. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara motivasi berprestasi dengan pencapaian prestasi atlet lari cepat 100 meter pada kejuaraan atletik Jawa Barat 2017.
3. Untuk mengetahui hubungan yang signifikan antara konsep diri dan motivasi berprestasi secara bersama-sama dengan pencapaian prestasi atlet lari cepat 100 meter pada kejuaraan atletik Jawa Barat 2017.

D. Manfaat Penelitian

Apabila penelitian ini terbukti pada taraf signifikan yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah:

1. Secara teoretis dapat dijadikan sebagai sumbangan informasi dan keilmuan aspek psikologis bagi para atlet dan pelatih maupun pihak lain yang membutuhkan dalam upaya untuk menambah keilmuannya di bidang kepelatihan.
2. Secara praktik dapat diimplementasikan dan dapat dimanfaatkan dalam upaya untuk meningkatkan kualitas dan produktivitas sumber daya manusia terutama para Pembina dan pelatih dalam mempertimbangkan konsep diri dan motivasi berprestasi atlet agar dapat menunjang terhadap pencapaian prestasi atlet dalam cabang olahraga sprint.

E. Struktur Organisasi

Penyusunan skripsi ini terdiri dari lima bab. Adapun uraian mengenai isi dari penulisan setiap babnya adalah sebagai berikut:

- 1) Dalam BAB I pendahuluan berisi uraian tentang pendahuluan dan merupakan awal dari penyusunan skripsi ini. Bab ini tersusun atas latar belakang penelitian, rumusan masalah penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan struktur organisasi skripsi.

- 2) Selanjutnya BAB II berisi uraian tentang kajian pustaka dari hipotesis penelitian. Kajian pustaka mempunyai peran yang sangat penting, kajian pustaka berfungsi sebagai landasan teoritik dalam menyusun pertanyaan penelitian, tujuan, serta hipotesis yang terdiri dari pembahasan Teori-teori konsep dan turunannya dalam bidang yang dikaji.
- 3) Kemudian BAB III Metode penelitian, berupa tentang penjabaran secara rinci mengenai siklus penelitian, tindakan penelitian, termasuk beberapa komponen seperti, lokasi dan subjek populasi/sampel penelitian, desain penelitian, metode penelitian, definisi operasional, instrumen penelitian, teknik pengumpulan data, serta teknik yang digunakan untuk menganalisis yang didapat.
- 4) Selanjutnya BAB IV berisi tentang hasil penelitian dan pembahasan yang terdiri dari pengolahan atau analisis data dan pembahasan data penelitian.
- 5) Terakhir BAB V menyajikan penafsiran dan pemaknaan penelitian terhadap hasil analisis temuan penelitian. Ada dua alternatif cara penulisan kesimpulan yaitu dengan cara butir atau dengan uraian padat yang terdiri dari kesimpulan dan saran.