

BAB I

PENDAHULUAN

Bab ini berisi tentang pendahuluan dari penelitian yang dilakukan. Pada bab ini dibahas secara mendalam mengenai dasar penelitian seperti latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, dan manfaat penelitian.

A. Latar Belakang

Awal tahun 2020 seluruh dunia memasuki situasi yang ekstrim dimana terjadi wabah atau sindrom pernafasan akut yang disebabkan oleh *Coronavirus-2* (*SARS-Cov-2* atau COVID-19) (Zu et al., 2020). Pemerintah Indonesia melakukan pemberlakuan karantina atau disebut dengan Pembatasan Sosial Berskala Besar (PSBB) yang dilakukan untuk mengurangi kasus COVID-19. Khusus wilayah Jawa Barat Peraturan Gubernur Jawa Barat nomor 27 tahun 2020 tentang “Pedoman Pembatasan Sosial Berskala Besar dalam penanganan *corona virus disease* 2019 (Covid-19) diberlakukan untuk daerah Kabupaten Bogor, Kota Depok, Kabupaten Bekasi, dan Kota Bekasi (Jabarprov.go.id, 2020).

Krisis global yang tidak biasa ini telah menyebabkan berbagai organisasi ekonomi, bisnis, edukasi, maupun olahraga menjadi terganggu dan terhambat. Salah satu sektor yang ikut terhambat adalah dunia olahraga. Kompetisi olahraga di dunia di hentikan atau ditunda dalam rangka mencegah persebaran *virus corona* (Jukic et al., 2020). Berdasarkan hasil suvey Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) Jawa Barat selama pandemi Covid-19 kondisi para atlet yang tengah mempersiapkan diri menuju PON XX/2021 mengalami penurunan performa. Sehingga mulai diberlakukan tiga program latihan dari rumah yaitu *training from home* (TFH), desentralisasi, dan sentralisasi (arena jabar, 2020).

Program latihan yang diberikan di era COVID-19 seperti *training from home* ini memberikan pertimbangan yang cukup serius untuk peningkatan intensitas dan volume latihan (Jukic et al., 2020). Atlet yang berada di zona merah dan harus melakukan isolasi di rumah masing-masing menimbulkan

tidak adanya pelatihan yang terorganisir, kurangnya komunikasi yang memadai antara atlet dan pelatih. Atlet tidak mampu untuk bergerak bebas atau terbatas serta perubahan gaya hidup atlet yang dapat memberikan dampak buruk bagi kondisi fisiologis atlet seperti gizi buruk, peningkatan kandungan lemak pada tubuh, kualitas tidur yang buruk, kecanduan, dan kesepian (Jukic et al., 2020; Latella & Haff, 2020; Zu et al., 2020).

Untuk mencapai keberhasilan prestasi olahraga serta meningkatkan performa atlet, seperti latihan, peningkatan inovasi dan strategi, serta meningkatkan nutrisi selama masa pandemi. Seorang atlet harus memiliki tingkat disiplin yang terus menerus, untuk dapat meningkatkan kemampuan mereka dalam menghadapi tantangan dan persaingan (Gustafsson, 2007). Oleh karena itu, seorang atlet harus memiliki rasa keterikatan agar dapat menjalankan fungsinya sebagai atlet yang professional (Hodge et al., 2009; Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, 2007).

Pencapaian performa yang maksimal dan prestasi olahraga yang tinggi di ajang PON itu perlu adanya kerjasama atlet dan pelatih. Seorang atlet tidak hanya harus berfokus untuk mempersiapkan teknik pertandingan dan kondisi fisik yang baik, akan tetapi perlu memerhatikan terkait rasa keterikatan atlet terhadap aktivitas olahraga, atau disebut dengan *engagement*. Seorang atlet yang memiliki *engagement* yang baik, akan mampu beradaptasi dan bertahan dengan segala situasi dan tuntutan yang diterima sebagai seorang atlet (Hodge et al., 2009).

Athlete engagement merupakan konstruksi psikologis yang menggambarkan tindakan dalam bentuk hubungan atlet dengan suatu aktivitas atau keterlibatan dalam bidang olahraga yang memengaruhi kinerja atlet dalam lingkungan olahraga (Hodge et al., 2009; Martins et al., 2014). Seorang atlet yang memiliki *engagement* yang baik, akan mampu memiliki dedikasi, kepercayaan diri yang baik, semangat, serta kekuatan mental dan fisik yang baik, untuk menghadapi tantangan dan tugasnya (Hodge et al., 2009). Salah satu tugas seorang atlet adalah untuk terus dapat fokus dan secara komitmen disiplin untuk berlatih, meskipun berada disuatu yang penuh tekanan seperti masa *pandemic Covid-19*.

Menurut penelitian Wilmar & Arnold (2007) seorang atlet yang tidak memiliki *engagement* maka akan menurunkan komitmen, kualitas, antusiasme dan minat dalam pekerjaan atau dalam aktivitas keolahragaan seperti berlatih. Dampak lainnya yang terjadi jika seorang atlet mengalami *disengagement* adalah memiliki sikap kerja yang negatif, memiliki kepuasan yang rendah dan tidak produktif, serta hubungan interpersonal antar kelompok juga menjadi rendah dan meningkatkan konflik (Hodge et al., 2009; Wilmar & Arnold, 2007).

Berdasarkan hasil wawancara dengan sepuluh orang atlet PON XX Jawa Barat pada tanggal 11 Agustus 2020 dari berbagai cabang olahraga, delapan orang mengatakan bahwa selama masa pandemi akibat tersebarnya virus corona (*Corona Virus Disease-19*), mereka menjadi tidak efektif untuk berlatih karena harus mematuhi protokol kesehatan yang berlaku, serta mengharuskan untuk mengurangi aktivitas di luar rumah untuk menjaga kesehatan atau paparan virus corona. Sehingga berdampak menjadi malas berlatih dan lebih nyaman untuk melakukan kegiatan lain seperti bersantai di rumah dengan menonton drama, TV, atau sekedar membuat video latihan tanpa harus melakukan latihan yang sebenarnya hanya karena untuk absen latihan dan karena merasa nyaman dengan keadaan yang ada sekarang. Kemudian dua orang lainnya mengatakan tetap berlatih, meskipun intensitas berlatih masih belum maksimal seperti sebelum pandemi *Covid-19*.

Setiap atlet untuk dapat bertanding dengan optimal dan menghasilkan prestasi olahraga, harus dapat fokus meningkatkan kemampuan teknik dan kekuatan fisik yang baik. Salah satu faktor yang harus dimiliki seorang atlet agar mampu tetap memiliki komitmen atau memiliki keterikatan terhadap aktivitas olahraga yaitu ketangguhan mental (Gucciardi, Gordon, Dimmock, & Mallett, 2009). Seorang yang memiliki ketangguhan mental akan memiliki kesadaran diri dan mampu bersikap waspada serta mengatur dirinya (Gordon et al., 2016; Gucciardi et al., 2009; Jones et al., 2002). Ketangguhan mental memiliki peranan yang sangat penting dalam pencapaian prestasi atlet, sekitar 80% faktor kemenangan atlet profesional ditentukan oleh ketangguhan mental (Jones et al., 2002).

Ketangguhan mental adalah kumpulan nilai, sikap, perilaku, dan emosi yang memungkinkan seseorang untuk mampu melestarikan dan mengatasi kendala atau tekanan yang dialami, namun tetap menjaga konsentrasi dan motivasi agar konsisten dalam mencapai suatu tujuan (Gucciardi et al., 2009). Ketangguhan mental dapat menjadikan atlet untuk merasakan *relax*, tenang, dan bersemangat karena dapat mengembangkan dua keterampilan yaitu energi positif, seperti berpersepsi menghilangkan kesulitan. Kemudian berfikir untuk bersikap atau menghiraukan masalah, tekanan, kesalahan, dan persaingan dalam suatu pertandingan (Algani et al., 2018; Jones et al., 2002).

Selain ketangguhan mental, faktor yang dapat memengaruhi *engagement* seorang atlet adalah adanya keseimbangan antara fisik, emosional dan mental (Fariz & Haryanta, 2017). Sifat kompetitif yang dimiliki atlet dapat memicu emosi yang dapat memengaruhi aktivitas atlet (Botterill & Matt, 2002; Jones et al., 2002). Seorang atlet tentunya membutuhkan kemampuan untuk dapat terus termotivasi ketika mendapatkan tekanan dan situasi yang penuh stress (Lane et al., 2010). Maka untuk dapat terus termotivasi dan disiplin terhadap aktivitas sebagai seorang atlet dalam meningkatkan performa di situasi yang penuh stress dan tekanan dibutuhkan kecerdasan emosional (Lane et al., 2010; Lu, Hsu, Li, & Williams, 2010).

Kecerdasan emosional adalah kemampuan atau kecenderungan untuk mempersepsikan, mengatur, memahami, dan memanfaatkan emosi secara adaptif dalam diri sendiri dan terhadap orang lain untuk memicu keterampilan dalam berkreaitivitas (Austin et al., 2004; Schutte et al., 1998). Kecerdasan emosional diperlukan atlet untuk mengendalikan emosi, memotivasi diri, dan tidak berlebihan dalam kesenangan serta mengatur suasana hati agar bertahan dalam tekanan dari lingkungannya (Titisari & Haryanta, 2019).

Zizzi, Deaner, & Hirschhorn (2003) menyatakan hasil survei yang dilakukan di Amerika Serikat tentang kecerdasan emosional menjelaskan bahwa selain keterampilan teknik yang dimiliki individu untuk melakukan kegiatan dibidangnya, kemampuan dasar pun diperlukan seperti mendengarkan, komunikasi lisan, kepercayaan diri, kerjasama tim, dan ketahanan mental akan kegagalan. Seorang atlet yang memiliki kecerdasan

emosional yang baik akan mampu memahami emosinya pada saat pertandingan, jika emosi tersebut tidak mengganggu performanya pada saat bertanding maka atlet dapat mengelola emosi tersebut sesuai dengan situasi yang dihadapinya (Zizzi et al., 2003).

Hubungan ketangguhan mental dan kecerdasan emosional dengan *athlete engagement* memberikan dampak positif bagi psikologis atlet di era pandemik ini. Atlet dituntut untuk mampu mengontrol emosi dikala sedang berlatih sendiri maupun dengan pelatih, konsentrasi dan fokus yang harus dilatih mandiri, kepercayaan diri yang tinggi, serta otomatisasi dapat meningkatkan kedisiplinan bagi atlet untuk berbagai kegiatan keolahragannya maupun dalam kehidupan sehari-harinya (Gould et al., 2002; Hodge et al., 2009; Valbuena et al., 2016).

Hasil penelitian Gould et al (2002) pada 10 atlet juara olimpiade AS pemenang 32 medali membuktikan bahwa sebagai atlet yang hebat tidak hanya aspek fisik dan taktik yang harus dipenuhi, namun secara psikologis hal yang membuat hebat atlet dan keunggulan atlet dibandingkan lawannya adalah bahwa atlet memiliki penetapan tujuan, aktivasi, relaksasi, kontrol emosi, kesempurnaan menuju tahap perfeksionisme yang membuat atlet melakukan setiap latihan dan apa yang menjadi kewajibannya menjadi komponen penting sehingga tidak tertinggal atau terlewatkan satu *moment* pun.

Penemuan fakta pada penelitian sebelumnya ini membuat penulis tertarik untuk mengetahui dan membuktikan secara ilmiah bagaimana hubungan ketangguhan mental dan kecerdasan emosional dengan *athlete engagement* pada atlet PON Jabar XX (20).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan sebelumnya, maka pertanyaan ini adalah:

1. Apakah terdapat hubungan antara ketangguhan mental terhadap *athlete engagement* pada atlet PON Jawa Barat XX ?
2. Apakah terdapat hubungan antara kecerdasan emosional terhadap *athlete engagement* pada atlet PON Jawa Barat XX ?

3. Apakah terdapat hubungan antara ketangguhan mental dan kecerdasan emosional terhadap *athlete engagement* pada atlet PON Jawa Barat XX ?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk menguji secara empirik:

1. Hubungan ketangguhan mental terhadap *athlete engagement* pada atlet PON Jawa Barat XX.
2. Hubungan kecerdasan emosional terhadap *athlete engagement* pada atlet PON Jawa Barat XX.
3. Hubungan ketangguhan mental dan kecerdasan emosional terhadap *athlete engagement* pada atlet PON Jawa Barat XX.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dalam penelitian ini terdiri dari manfaat teoritis dan manfaat praktis berikut :

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai literatur dalam kajian tentang ketangguhan mental, kecerdasan emosional, dan *athlete engagement* pada atlet PON Jabar di masa yang akan datang.

2. Manfaat praktis

Secara praktis manfaat dilakukannya penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi atlet dan pelatih khususnya mengenai aspek-aspek terkait ketangguhan mental, kecerdasan emosional dan *athlete engagement* yang mana saat pandemik ini atlet maupun pelatih kurang intens dalam melakukan komunikasi sehingga dengan keterlibatan dan keterikatan yang ada sebelumnya bisa di gali dan di latih melalui penerapan *work from home* dengan berlatih bersama, diskusi bersama mengenai pertandingan sebelum PON, maupun hiburan bersama.

E. Struktur Organisasi Skripsi

Sistematika penulisan skripsi ini dibagi menjadi lima bab sebagai berikut

:

1. BAB I : Pendahuluan

Bab ini merupakan bab pendahuluan yang terdiri dari latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta struktur organisasi penelitian.

2. BAB II : Kajian Teori

Bab ini merupakan landasan teoritis yang digunakan dalam penelitian. Bab ini menjelaskan teori mengenai ketangguhan mental, kecerdasan emosional, dan *athlete engagement* pada atlet PON Jabar XX. Selain itu, bab ini juga terdapat kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

3. BAB III : Metode Penelitian

Bab ini merupakan penjelasan mengenai metode yang digunakan dalam penelitian. Bab ini menjelaskan tentang desain penelitian, partisipan, populasi dan sampel, instrumen penelitian, prosedur penelitian, serta analisis data.

4. BAB IV : Temuan dan Pembahasan

Bab ini berisi uraian mengenai temuan penelitian dan pembahasan mengenai penelitian yang telah dilakukan.

5. BAB V : Simpulan, Implikasi, dan Rekomendasi

Bab ini berisi uraian tentang kesimpulan dari temuan penelitian mengenai ketangguhan mental, kecerdasan emosional, dan *athlete engagement* pada atlet PON Jabar XX.

