

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Karate merupakan seni beladiri yang berasal dari Jepang, dan memiliki banyak aliran yang dibawa oleh masing – masing tokohnya seperti Kenwa Mabuni menamakan alirannya Shitoryu, Choyun Miyagi menamakan alirannya Gojuryu, Ghicin Funakoshi menamakan alirannya Shotokan dan Othsuka Hironori menamakan alirannya Wadoryu (Syahputra, 2015). Karate berasal dari dua huruf kanji, yaitu *kara* berarti kosong sedangkan *te* berarti tangan. Kedua huruf kanji tersebut bila digabungkan menjadi *karate*, yang berarti tangan kosong. “Seni beladiri ini pertama kali disebut “*tote*” yang berarti seperti “tangan Cina” kemudian Sensei Gichin Funakoshi mengubah kanji Okinawa (Tote: tangan Cina) dalam kanji Jepang menjadi “karate” (tangan kosong)” (Ferry Fendrian, 2013). Sehingga, Karate dapat diartikan sebagai sebuah taktik yang memungkinkan seseorang dapat membela diri dengan tangan kosong tanpa menggunakan senjata.

Perkembangan Karate dari masa ke masa sangat baik, begitu juga di Indonesia. Perkembangan karate saat ini dapat dibuktikan dengan banyaknya kejuaraan, mulai dari sekolah dasar, menengah, dan perguruan tinggi serta tingkat daerah maupun nasional. Karate di Indonesia mempunyai banyak penggemar dapat dibuktikan dengan munculnya berbagai macam organisasi karate dari berbagai aliran yang diikuti oleh pendirinya masing-masing. Pada tahun 1972,

wadah organisasi karate di Indonesia terbentuk dengan nama Federasi Olahraga Karate-Do Indonesia (FORKI). FORKI merupakan satu-satunya wadah olahraga karate yang menjadi anggota Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI). FORKI terhimpun dari 25 perguruan dengan 8 aliran. Satu diantara 25 perguruan tersebut ialah Lembaga Karate-Do Indonesia (Lemkari) (Danardono, 2015).

Sebagai cabang olahraga prestasi karate memiliki dua kategori pertandingan yaitu *kumite* dan *kata*. *Kumite* merupakan bagian pertandingan karate yang mengajarkan seorang *karateka* untuk berhadapan satu lawan satu mempraktekan teknik menyerang, bertahan dan, menyerang balik dengan sungguh-sungguh tetapi dengan tingkat keamanan yang tinggi. *Kata* merupakan pertandingan yang menampilkan jurus atau seni yang terdiri dari gerakan-gerakan teknik karate yang dirangkai dan tetap memiliki keindahan, *Kata* dalam olahraga karate tidak melatih fisik dan aerobik saja, tapi juga mengandung latihan tentang prinsip bertarung yang sangat baik.

Oleh karena itu, dapat dikatakan bahwa olahraga prestasi merupakan olahraga yang membina serta mengembangkan atlet secara terarah, berjenjang dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk meraih prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi keolahragaan. Sehingga prestasi olahraga berkaitan erat dengan sistem pembinaan, sarana dan prasarana, organisasi serta faktor lain yang menunjang pengembangan olahraga seperti keadaan sosio-budaya, ekonomi dan politik. Selain hal tersebut, aspek mental serta kepribadian seperti kemampuan konsentrasi, kepercayaan diri, tingkat ketegangan-kecemasan, sikap,

serta motivasi sebagai telaah psikologi juga menjadi perhatian utama (Gunarsa, 2008).

Kesulitan pembinaan prestasi atlet biasanya terjadi pada segi fisik antaranya adalah kesehatan (kebugaran jasmani) dan keterampilan, sedangkan dari segi mental antaranya adalah kreativitas, kepercayaan diri, kedisiplinan dan motivasi atlet (Nashori, 2006). Melihat dari teori tersebut, maka faktor mental yang dapat menyebabkan kurang maksimalnya prestasi yang diraih adalah percaya diri dan motivasi. Rasa percaya diri (*self confidence*) erat kaitannya dengan falsafah pemenuhan diri (*self fulfilling prophecy*) dan keyakinan diri (*self efficacy*). Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik, percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olah raga seperti yang diharapkan. Lauster dalam I Made Kusuma Wijaya (2018) menjelaskan bahwa kepercayaan diri merupakan suatu sikap atau perasaan yakin akan kemampuan diri sendiri sehingga orang yang bersangkutan tidak terlalu cemas dalam tindakan-tindakannya, dapat merasa bebas melakukan hal yang disukainya dan bertanggung jawab atas perbuatannya, hangat dan sopan dalam berinteraksi dengan orang dan memiliki dorongan untuk berprestasi.

Banyak penelitian yang mengkaji bagaimana percaya diri berperan dalam membantu meraih prestasi maksimal. Hasil penelitian membuktikan bahwa terdapat hubungan antara kepercayaan diri dengan prestasi atlet (Nashori, 2006). Ada penelitian juga yang menyatakan bahwa kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan modal utama seseorang, khususnya atlet untuk mencapai prestasi. Atlet yang mempunyai kepercayaan diri berarti atlet tersebut sanggup, dan

meyakini dirinya dalam mencapai prestasi maksimal (Sin, 2017). Dan ada juga yang meneliti tentang kepercayaan diri mempunyai hubungan yang positif dengan *peak performance* atlet (Pratama, 2019).

Dalam pencapaian suatu performa olahraga, rasa percaya diri memegang peran yang sangat penting karena seringkali menjadi faktor yang mendahului munculnya kecemasan, kurang konsentrasi, atribusi negatif atau bahkan juga kesombongan jika rasa percaya diri itu berlebihan (Juriana, 2012). Banyak atlet mengalami kecemasan karena merasa kemampuan yang dimiliki belum memadai sesuatu tuntutan kompetisi. Walaupun sesungguhnya kemampuan yang dimiliki sudah memadai, namun perasaan subjektif akan ketidakmampuan sangat mempengaruhi penampilan negatif saat bertanding.

Selain percaya diri, adalah satu faktor mental yang menyebabkan kurang maksimalnya prestasi yang diraih yaitu motivasi. Hal ini sejalan dengan pendapat Smith dalam Satiadarma (2000) yang menyebutkan bahwa motivasi memiliki peran yang sangat penting dalam memengaruhi prestasi atlet. Motivasi merupakan dasar untuk menggerakkan dan mengarahkan perbuatan dan perilaku seseorang dalam berolahraga. Atlet dapat menunjukkan prestasi secara optimal dengan adanya motivasi. Motivasi adalah suatu dorongan yang berasal dari dalam ataupun luar diri atlet untuk melakukan suatu aktivitas yang dapat menjamin kelangsungan aktivitas tersebut, serta dapat menentukan arah, haluan dan besaran upaya yang dilakukan untuk melakukan aktivitas tersebut sehingga dapat mencapai tujuan yang ditetapkan (Komarudin, 2011).

Begitu juga banyak penelitian yang meneliti tentang hubungan motivasi dengan prestasi yang diraih atlet. Ada yang mengatakan bahwa jika seseorang memiliki motivasi yang tepat maka akan mendapatkan tenaga yang luarbiasa sehingga tercapailah hasil – hasil yang tidak terduga. Karena motivasi adalah kondisi internal yang spesifik dan mengarahkan perilaku seseorang ke suatu tujuan (Alim, 2010). Ada juga yang berpendapat bahwa motivasi dibutuhkan oleh semua atlet sebagai sebuah dorongan untuk mencapai tujuan yang dihendakinya (Pramudipta, 2017).

Berdasarkan teori – teori di atas, maka dapat dikatakan bahwa olahraga karate termasuk ke dalam jenis olahraga prestasi, karena memiliki tujuan untuk meraih prestasi tertinggi. Salah satu prestasi yang dapat diraih adalah menjadi juara dalam kejuaraan di tingkat Perguruan Tinggi. Dimana, pada tingkat perguruan tinggi ada beberapa kali kejuaraan yang dilaksanakan dalam setahun. Namun, di tahun 2020 terjadi sedikit perbedaan yang disebabkan oleh adanya pandemic Covid-19. Karena di tahun 2020, kejuaraan Nasional Mahasiswa yaitu UNJ Cup 9 dilakukan secara Virtual. Tentu kejuaraan yang dilakukn secara virtual memberikan nuansa yang berbeda bagi para atlet karate yang bertanding. Karena mereka tidak harus berhadapan secara langsung dengan penonton, lawan tandingnya dan lain – lain. Namun, mungkin ini juga menyebabkan kejuaraan ini menjadi kurang menarik, karena tidak dapat ditonton oleh banyak pendukung dari masing – masing atlet yang bertanding.

Universitas Negeri Jakarta yang merupakan tuan rumah dan peserta dari kejuaraan *virtual* UNJ cup 9. Dengan dilakukannya pertandingan secara *virtual* tentu membuat perbedaan untuk para peserta termasuk dari UNJ sendiri. Perbedaan yang dirasakan adalah tidak adanya penonton yang secara langsung melihat mereka bertanding dan tidak bisa memberikan dukungan secara langsung. Sehingga tidak bisa mendengarkan berbagai komentar baik komentar positif ataupun negatif. Selain itu, juga penilaian wasit yang tidak dilakukan secara langsung sehingga tentu ini bisa menyebabkan sikap tidak adil wasit saat memimpin atau menilai atlet karate yang sedang bertanding.

Oleh karena itu, tentu ini dapat menimbulkan perbedaan tingkat tingkat kepercayaan diri masing-masing atlet, bahkan ada beberapa yang tidak percaya diri dalam mengikuti kejuaraan, sehingga berdampak dengan hasil pertandingan yang akan mereka dapatkan. Atau ada juga yang memiliki motivasi rendah karena tidak yakin dengan kemampuan yang mereka miliki ketika menghadapi lawan tanding dan tentunya akan berdampak dengan hasil pertandingan atau pencapaian prestasi yang tidak stabil. Hal ini yang disebabkan oleh karena mereka tidak dilihat oleh penonton dan dinilai secara langsung. Berdasarkan permasalahan di atas, maka peneliti mencoba melakukan penelitian tentang “Hubungan Percaya Diri dan Motivasi Dengan Hasil Pertandingan *Kata* Atlet KOP Karate Universitas Negeri Jakarta pada Kejuaraan *Virtual* UNJ Cup 9”.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah, yaitu:

1. Perkembangan karate
2. Perkembangan kejuaran – kejuaraan karate di Indonesia
3. Nomor – nomor yang dipertandingkan dalam pertandingan karate
4. Teknik – teknik karate yang harus dikuasai untuk dapat bertanding pada cabang olahraga karate.
5. Terdapat beberapa komponen latihan yang harus dimiliki oleh atlet karate salah satunya adalah komponen mental.
6. Terdapat beberapa komponen mental yang harus diperkuat dan dimiliki oleh atlet karate diantaranya adalah percaya diri dan motivasi
7. Terdapat faktor kepercayaan diri dan motivasi yang mempengaruhi hasil pertandingan *kata* Atlet KOP Karate Universitas Negeri Jakarta.
8. Terdapat hubungan antara percaya diri dengan hasil pertandingan *kata* Atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*.
9. Terdapat hubungan antara motivasi dengan hasil pertandingan *kata* Atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*.
10. Terdapat hubungan antara percaya diri dan motivasi secara bersama-sama dengan hasil pertandingan *kata* atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*.

C. Pembatasan Masalah

Dari identifikasi masalah yang telah ditemukan, dan agar permasalahan dalam penelitian ini lebih fokus serta keterbatasan peneliti dalam melakukan penelitian, maka peneliti membatasi permasalahan yaitu “Hubungan antara percaya diri dan motivasi dengan hasil pertandingan *kata* atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *virtual UNJ Cup 9*”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah dan pembatasan masalah yang telah disebutkan diatas, maka peneliti merumuskan masalah sebagai berikut:

1. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dengan hasil pertandingan *kata* Atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*?
2. Apakah terdapat hubungan antara motivasi dengan hasil pertandingan *kata* Atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*?
3. Apakah terdapat hubungan antara percaya diri dan motivasi secara bersama-sama dengan hasil pertandingan *kata* atlet KOP karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan latar belakang masalah. Pembatasan dan perumusan masalah, maka kegunaan hasil penelitian ini adalah:

1. Untuk menjawab permasalahan penelitian yaitu hubungan antara percaya diri, motivasi, dengan hasil pertandingan *kata* atlet KOP Karate Universitas Negeri Jakarta pada kejuaraan *Virtual UNJ Cup 9*.
2. Untuk menjadi perhatian bagi pelatih dan atlet bahwa faktor mental memiliki peran penting dalam menunjang prestasi atlet Karate.
3. Agar menjadi bahan referensi bagi pelatih maupun atlet untuk tetap memperhatikan faktor mental seperti percaya diri dan motivasi di dalam menyusun program latihan.
4. Dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti lainnya yang ingin meneliti atau mengkaji tentang faktor mental di cabang olahraga yang berbeda.