

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Ilmu bela diri sudah dikenal semenjak manusia ada. Salah satu ilmu bela diri yang terus berkembang hingga saat ini adalah Tai Chi-wushu. Tai Chi-wushu sebagai salah satu bentuk ilmu bela diri diawali di negeri China dan kini berkembang dengan pesat, terutama di Indonesia. Pada prosesnya Tai Chi-wushu dianggap sebagai aktivitas olahraga yang hanya memperlihatkan kelincahan dan keindahan gerak jurus, karena itu tidak ada *body contact* langsung antar wushuwan selama pertandingan atau pun latihan. Namun demikian pada gilirannya ini para atlet perlu memiliki kemampuan untuk menguasai teknik sekaligus percaya diri. Percaya terhadap diri sendiri bahwa dirinya mampu melakukan sesuatu yang diinginkannya dalam mencapai prestasi, tidak memiliki rasa “kurang percaya diri” atau pun “terlalu yakin diri” bahwa dirinya mampu melakukan segalanya. Hal tersebut akan berdampak negatif pada prestasi.¹

Begitu pula penguasaan reaksi emosi perlu dimiliki oleh tiap atlet agar tidak ada pihak-pihak yang dirugikan atas aktivitas yang dilakukannya. Salah satu reaksi emosi yang muncul adalah kecemasan. Kecemasan itu merupakan kondisi emosi negatif dengan perasaan gugup dan ketakutan

¹ Wikipedia, “Taijiquan”, *Wikipedia Online*; <http://id.wikipedia.org/wiki/Taijiquan>, (Diakses 7 Mei 2011), h.1.

yang berhubungan dengan aktivitas atau kegairahan dalam hidup. Kecemasan ini akan menyertai setiap aktivitas atlet terutama bila dihadapkan pada hal-hal yang baru atau pun adanya rasa cemas saat mau mengikuti pertandingan. Kecemasan merupakan suatu kondisi yang dialami oleh hampir semua manusia walau dalam taraf yang berbeda. Hal lain yang perlu diperhatikan oleh para atlet adalah mempertinggi kemampuan penguasaan jurus-jurus yang dipelajarinya, terutama jurus-jurus Tai Chi-wushu, guna mencapai prestasi yang optimal.

Mencermati adanya permasalahan sekitar rasa percaya diri, kecemasan serta kemampuan jurus-jurus Tai Chi pada atlet wushu, maka perlu kiranya diadakan latihan yang dapat memberikan ketenangan dan kenyamanan diri atlet. Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah kecemasan demi mencapai prestasi adalah melalui peningkatan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan serta meningkatkan kemampuan jurus-jurus Tai Chi. Selain itu, latihan ini juga bisa membuat atlet belajar untuk menenangkan jiwa, menyatukan perasaan dan pikiran serta organ tubuh. Atlet yang mengikuti latihan diharapkan akan memiliki rasa percaya diri, tidak terganggu perasaan cemasnya serta meningkatkan kemampuan jurus-jurus Tai Chi, sehingga atlet bisa mencapai prestasi yang optimal.

Namun demikian tidak semua atlet Tai Chi-wushu bisa memiliki rasa percaya diri yang tinggi, hal ini sesuai dengan kondisi dirinya. Tidak semua

atlet menguasai rasa cemasnya dengan baik, karena mungkin sering mengalami hal-hal yang tidak menyenangkan; serta tidak semua atlet mampu menguasai jurus-jurus Tai Chi-nya dengan baik, mungkin disebabkan karena kurangnya frekuensi latihan, atau mungkin kurang keseriusan. Oleh karena itu tidak heran bila para atlet pada gilirannya tidak bisa mencapai prestasi yang gemilang. Hal ini mungkin akan dialami oleh para atlet pada pertandingan/perlombaan jurus-jurus Tai Chi-wushu pada Kejuaraan Nasional (Kejurnas) wushu di Bandung. Tidak menutup kemungkinan bahwa, para atlet yang datang dari berbagai provinsi untuk mengikuti kejuaraan nasional ini akan membawa kepercayaannya dirinya masing-masing, kecemasannya sendiri-sendiri, sekaligus membawa pula kemampuan jurus-jurus Tai Chi-nya yang sudah dilatih beberapa lama, sehingga siap untuk mengikuti pertandingan.

Adapun pelaksanaan kejuaraan nasional ini rencananya diikuti oleh beberapa provinsi, di antaranya Provinsi Jawa Barat, Sumatera Utara, Sumatera Selatan, DI Yogyakarta, Jawa Timur, Jawa Tengah, Bali, dan Banten.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti melakukan penelitian dengan judul: hubungan percaya diri dan kecemasan dengan kemampuan jurus Tai Chi pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka identifikasi masalahnya adalah sebagai berikut:

1. Terdapat beberapa faktor yang dapat membangun kemampuan jurus Tai Chi–Wushu atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.
2. Percaya diri dapat membangun kemampuan jurus Tai Chi atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.
3. Kecemasan dapat membangun kemampuan jurus Tai Chi atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.
4. Terdapat hubungan antara percaya diri dengan kemampuan jurus Tai Chi atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.
5. Terdapat hubungan antara kecemasan dengan kemampuan jurus Tai Chi atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.
6. Terdapat hubungan antara percaya diri dan kecemasan secara bersama-sama dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung.

C. Pembatasan Masalah

Memperhatikan latar belakang masalah dan identifikasi masalah yang begitu luas, maka dilakukanlah pembatasan yaitu pada:

1. Masalah percaya diri para atlet Tai Chi-wushu pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung tahun 2011.

- 2) Masalah kecemasan para atlet Tai Chi-wushu pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung tahun 2011; serta
- 3) Kemampuan jurus Tai Chi-wushu pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung tahun 2011. Ketiga hal yang dibahas ini dilihat secara komprehensif pada saat tampil di arena pada kejuaraan nasional Tai Chi-Wushu di Bandung tahun 2011.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka dibuatlah rumusan masalahnya/permasalahan penelitian, sebagai berikut:

1. Apakah percaya diri mempunyai hubungan dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu atlet pada kejuaraan nasional wushu di Bandung?
2. Apakah kecemasan mempunyai hubungan dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu atlet pada kejuaraan nasional wushu di Bandung?
3. Apakah percaya diri dan kecemasan secara bersama-sama mempunyai hubungan dengan kemampuan jurus Tai Chi-wushu atlet pada kejuaraan nasional wushu di Bandung?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini diharapkan berguna untuk:

1. Kegunaan teoritis:

Menambah hasanah ilmu pengetahuan yang berkenaan dengan

hubungan percaya diri, kecemasan dan kemampuan jurus Tai Chi atlet pada kejuaraan nasional Wushu di Bandung tahun 2011.

2. Kegunaan praktis:

- a. Bagi pimpinan Tai Chi-wushu, dapat digunakan sebagai masukan dalam menentukan kebijakan-kebijakan yang diterapkan di organisasi Tai Chi-wushu, terutama dalam meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan dan meningkatkan kemampuan jurus-jurus Tai Chi-wushu.
- b. Bagi pelatih Tai Chi-wushu, diharapkan menjadi masukan dan informasi dalam memberikan latihan-latihan untuk meningkatkan rasa percaya diri, mengurangi kecemasan dan meningkatkan kemampuan jurus-jurus Tai Chi-wushu.
- c. Bagi atlet Tai Chi-wushu, agar dapat meningkatkan dan memperkuat rasa percaya diri, mengurangi kecemasan dan meningkatkan kemampuan jurus-jurus Tai Chi-wushu.
- d. Bagi peneliti selanjutnya. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan atau masukan bagi peneliti berikutnya mengenai rasa percaya diri, mengurangi kecemasan dan meningkatkan kemampuan jurus-jurus Tai Chi-wushu, sehingga lebih berkembang dan menjadi lebih baik.