

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada dasarnya olahraga selam nomor *finswimming* itu tidak jauh berbeda dengan olahraga renang, dan kedengarannya cabang olahraga selam ini masih asing bagi kebanyakan orang. Olahraga selam nomor *finswimming* ini merupakan perkembangan dari olahraga renang, pada dasarnya atlet menggunakan peralatan seperti *monofin* atau *bifin*, dan snorkel. Penggunaan alat ini yang membedakan olahraga selam dan olahraga renang (Satrio, 2017).

Selam nomor kolam adalah cabang olahraga terukur dan selam nomor laut adalah cabang olahraga tidak terukur. Dimana keberhasilan setiap nomornya tergantung kepada individu atlet itu sendiri. Pencapaian prestasi seorang atlet dipengaruhi oleh beberapa faktor yang saling berkaitan satu dengan yang lain. Ada 4 faktor yang mempengaruhi pencapaian prestasi seorang atlet, yaitu kemampuan fisik, teknik, taktik, dan mental. Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor psikologis yang mempengaruhi keberhasilan seorang atlet untuk mencapai prestasi (Andrianto, 2016).

Atlet selam pelatcab kota Bogor sedang melakukan persiapan untuk menghadapi kegiatan olahraga se-Jawa Barat yaitu Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) yang akan dilaksanakan pada bulan November tahun 2022. Pekan Olahraga Provinsi ini akan berlangsung di kota Garut. PORPROV sendiri diselenggarakan dalam kurun waktu empat tahun sekali.

Menurut penuturan pelatih selama pelatcab kota Bogor ini, para atletnya termasuk dalam usia yang masih muda namun mereka sudah bisa bersaing dengan daerah lain. Sehingga pelatih harus lebih ekstra untuk membuat kepercayaan diri para atlet tetap stabil untuk menghadapi PORPROV. Mengajari para atlet cara untuk menghadapi latihan dan kompetisi sama pentingnya dengan mengajarkan keterampilan teknis yang diperlukan untuk tampil maksimal.

Dalam periodisasi latihan, *mental training* merupakan salah satu program yang harus dipenuhi untuk menunjang keberhasilan atlet. Langkah pertama dalam mengembangkan program *mental training* adalah ketika pelatih dan atlet menetapkan target untuk atletnya. Salah satu tujuan latihan dari *mental training* adalah menumbuhkan rasa percaya diri.

Menurut (Daniel Gould, 2002) yang dikutip oleh (Purnomo, Marheni, & Jermaina, 2017) untuk mencapai prestasi maksimal yang diharapkan harus terjalin kepercayaan diri antara atlet dan pelatih itu sendiri karena percaya diri merupakan karakter dasar yang harus dimiliki oleh seorang atlet baik itu pemula ataupun profesional sekalipun. Terkhusus kepada atlet pemula perlu pemahaman dari pelatih untuk menghadapi situasi yang tidak menguntungkan dalam sebuah pertandingan jangan biarkan atlet menyelesaikan permasalahannya sendiri tanpa pengawasan dan pemberian pemecahan masalah dari pelatih. Karena kondisi tingkat kecerdasan dalam mengolah stimulus yang masuk berpengaruh terhadap keputusan yang akan dibuat (Kiani & Shadlen, 2009) dalam (Purnomo, Marheni, & Jermaina, 2017).

Dalam (Apta Mylsidayu, 2014:102; Horn 2008:66) yang dikutip oleh (Pramana, 2019) psikologi olahraga mendefinisikan kepercayaan diri sebagai keyakinan bahwa seseorang akan berhasil dalam melakukan perilaku yang diinginkan yang berakar pada keyakinan dan harapan. Karena percaya diri merupakan modal utama seorang atlet untuk maju karena pencapaian prestasi yang tinggi harus dimulai dengan percaya bahwa mampu dan sanggup melampaui prestasi yang pernah diraih (setyobroto, 2002:43) dalam (Pramana, 2019).

Kepercayaan diri adalah yakin dan sadar akan kemampuan yang dimiliki oleh individu atlet untuk memperoleh keberhasilan di setiap situasi perlombaan. Selain itu, atlet yang mempunyai rasa percaya diri tinggi akan senantiasa berpikir optimis untuk berprestasi, disamping itu atlet mampu memanfaatkan rasa percaya dirinya untuk memperoleh keberhasilan di setiap pertandingan yang dilakukan dengan baik dan tepat sasaran.

Syarat untuk membangun kepercayaan diri atlet adalah sikap positif. Dukungan psikologi dari diri sendiri, orang tua maupun pelatih penting untuk mempersiapkan mental para atlet. Peranan dari orang tua dan pelatih sangat dibutuhkan untuk tetap membangun dan menjaga kepercayaan diri para atlet dalam melakukan persiapan menghadapi PORPROV 2022 yang akan datang.

Berdasarkan latar belakang di atas maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri atlet pelatcab selam kota Bogor menjelang PORPROV 2022.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan uraian yang dikemukakan tersebut, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yang berkaitan dengan penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana kepercayaan diri atlet selam pelatcab kota Bogor?
2. Faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi kepercayaan diri atlet?
3. Bagaimana cara meningkatkan kepercayaan diri atlet?
4. Seberapa penting peran pelatih dalam membangun kepercayaan diri atlet?

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan dan pembahasan yang diteliti tidak meluas, maka peneliti memberikan pembatasan masalah, yaitu: Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Atlet Selam Pelatcab Kota Bogor Menjelang PORPROV 2022.

## **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang, identifikasi masalah dan pembatasan masalah, maka peneliti akan merumuskan masalah sebagai berikut : Faktor apa saja yang Mempengaruhi Kepercayaan Diri Atlet Selam Pelatcab Kota Bogor Menjelang PORPROV 2022?

## **E. Kegunaan Penelitian**

Pada akhirnya kegunaan hasil penelitian tersebut diharapkan berguna untuk:

1. Sebagai informasi yang berguna bagi atlet, pelatih, dan orang tua atlet selam pelatcab kota Bogor.

2. Untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi kepercayaan diri atlet selam pelatcab kota Bogor.
3. Sebagai bahan evaluasi secara praktis.

