

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Olaharaga *rugby* adalah salah satu olahraga yang sangat populer di daratan eropa. Di Indonesia sendiri, olahraga *rugby* cukup berkembang walaupun sudah ada beberapa klub yang ada di daerah-daerah tertentu. Dimasa pandemi sekarang ini berkurangnya pertandingan-pertandingan seperti kejuaraan nasional antar klub ataupun kejuaraan nasional antar perguruan tinggi. Kenyataannya, meskipun atlet sudah berlatih maksimal dan persiapan sudah cukup, keberhasilan menampilkan peforma belum tentu bisa dicapai. Ditambah pada masa pandemik COVID-19 yang membuat atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta tetap melakukan kewajiban latihan yang intensif, pada situasi ini atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta diwajibkan untuk tetap memenuhi target baik dimasa pandemik COVID-19. Berubah nya situasi terhadap target yang ingin dicapai tetap menuntut Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta melakukan latihan yang *intens* hal ini membuat atlet sulit berkonsentrasi dan mengatur kecerdasan emosional secara aspek psikologis.

Olahraga terdapat empat faktor mempengaruhi prestasi atlet, yaitu faktor fisik, teknik, taktik, dan mental (Bompa, 1994: 39). Agung Nugroho (2000 : 92) menjelaskan tentang ke-empat faktor tersebut untuk cabang olahraga *Rugby* bahwa:

- 1) faktor fisik merupakan faktor pertama dalam olahraga *Rugby*, karena fisik yang baik akan mendukung aktifitas dalam mendukung pencapaian prestasi maksimal,
- 2) faktor tehnik adalah suatu proses gerakan yang dilakukan secara efektif dan efisien untuk mencapai suatu maksud tujuan,
- 3) faktor taktik adalah siasat atau akal

yang digunakan pada saat bertanding untuk mencapai kemenangan secara sportif, 4) faktor mental adalah watak dan kondisi kejiwaan serta kepribadian seorang atlet baik pada saat Latihan dan pertandingan maupun saat kehidupan sehari – hari.

Beberapa faktor tersebut faktor psikologi dapat berpengaruh langsung terhadap atlet, namun atlet juga dapat dipengaruhi oleh faktor-faktor lain di luar dirinya yang kemudian mempengaruhi kondisi psikologisnya. Diantara faktor psikologi yang mempengaruhi keseharian atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta adalah tingkat *Emotional Quotient (EQ)* atau kecerdasan emosional. Oleh karena itu intelegensi atau kecerdasan merupakan faktor penting yang sering menentukan kemenangan dalam pertandingan olahraga (Suranto, 2005:24), khususnya dalam cabang-cabang tertentu seperti sepak bola, bulu tangkis ataupun cabang beladiri. Artinya dalam cabang-cabang tersebut memerlukan kemampuan untuk berpikir secara cepat dan tepat.

Atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta akan mudah mengalami penurunan dalam menjalankan latihan dan lebih lagi apabila kondisi fisik dan mentalnya juga mengalami penurunan yang lebih tajam. Kesulitan pembinaan prestasi dari faktor atlet biasanya terjadi pada segi fisik antara lain keterampilan, kesehatan (kebugaran jasmani), sedangkan dari segi mental antara lain kedisiplinan, motivasi, kreativitas serta kepercayaan diri atlet.

Begitu juga faktor psikologi yang berpengaruh terhadap program latihan atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta adalah konsentrasi atlet. Konsentrasi dalam olahraga memiliki peran yang penting, berbagai masalah akan timbul jika konsentrasi atlet saat latihan terganggu, Adapun permasalahan yang sering terjadi

karena terganggunya konsentrasi pada atlet yaitu berdampak pada menjalankan program latihan, sehingga disituasi pandemik COVID-19 atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta tetap menjalankan kewajiban latihan untuk mencapai tujuan.

Konsentrasi adalah salah satu aspek psikologis yang dibutuhkan seorang atlet *rugby*, terutama pada Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta. kemampuan untuk melakukan konsentrasi selama menjalankan latihan juga sangat penting karena dalam proses jalannya latihan dan kehidupan sehari-hari sangat menguras kemampuan berfikir untuk menyelesaikan kesehariannya.

Konsentrasi merupakan bagian dari psikologi yang mendukung pencapaian target khususnya pada bidang olahraga. “Dalam olahraga terdapat sebuah faktor psikis yang dapat menunjang ataupun menghambat prestasi, faktor tersebut adalah perhatian dan konsentrasi”. Gunarsa (2008: 87). Sedangkan menurut (Maksum, 2012), Terganggunya konsentrasi dapat berakibat pada penurunan performa atlet dilapangan. Misalnya berkurang akurasi lemparan, pukulan, tendangan atau tembakan sehingga tidak mengenai sasaran yang dituju.

Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta, karena atlet Klub *Rugby* Universitas Negeri Jakarta sangat dibutuhkan perhatian secara psikologis olahraga.

Penelitian ini bertujuan untuk meneliti tentang kecerdasan emosional (EQ) dan konsentrasi atlet *Rugby* UNJ.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas dapat diidentifikasi beberapa masalah berikut:

1. Bagaimana peran kecerdasan emosional (EQ) dan konsentrasi pada atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta
2. Seberapa besar peran kecerdasan emosional (EQ) dan konsentrasi pada atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta
3. Apakah atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta sudah mendapatkan kecerdasan emosional (EQ) dan berkonsentrasi dengan baik

## **C. Pembatasan Masalah**

Agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya pembatasan, sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Berdasarkan identifikasi masalah diatas maka dalam penelitian ini hanya membahas “kecerdasan emosional (EQ) dan konsentrasi pada atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta”

## **D. Perumusan Masalah**

Atas dasar pembatasan masalah tersebut, masalah dalam penelitian ini dapat dirumuskan sebagai berikut:

1. Seberapa besar tingkat kecerdasan emosional (EQ) atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta?
2. Seberapa besar tingkat konsentrasi atlet *Rugby* Universitas Negeri Jakarta?

## E. Kegunaan Hasil Penelitian

Pada akhirnya hasil penelitian ini diharapkan dapat berguna untuk:

Setiap hasil penelitian diharapkan bisa memberikan manfaat bagi pengembangan ilmu yang dijadikan objek penelitian. Adapun manfaat yang diharapkan penulis adalah:

1. Sebagai dokumen untuk mengetahui psikologis atlet untuk meningkatkan performa bertanding.
2. Memberikan tambahan cara pendekatan secara psikologis untuk menunjang performa atlet
3. Dapat digunakan sebagai data agar pelatih dapat mengetahui kondisi psikologis atlet saat ini
4. Mendapatkan catatan / dokumen untuk mengetahui kondisi psikologis dirinya sendiri.
5. Supaya atlet memperbaiki dan mempertahankan profil psikologis yang dimilikinya, serta sebagai wawasan pengetahuan teori, bahwa peran psikologis dapat menunjang prestasi atlet.