

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

Pada era modern dengan teknologi yang sangat berkembang, orang-orang menggunakan internet sebagai sarana mencari informasi serta sebagai sarana mencari penghasilan. Salah satunya dalam bidang *E-Sport (Electronic Sport)*. Para *gamer* berlomba-lomba untuk menjadi yang terbaik di dalam suatu permainan sehingga *gamer* mendapatkan penghasilan yang cukup tinggi. Permainan *E-Sport* sebagai sarana permainan juga semakin diminati oleh masyarakat karena beberapa pengembangan teknologi yang semakin maju serta akses yang mudah sehingga mendukung para *gamer e-sport*. *E-Sport* muncul secara resmi di Indonesia pada tahun 1999. Akan tetapi fenomena *e-sport* akhir-akhir ini semakin banyak digemari masyarakat dari kalangan anak-anak hingga ke dewasa. Hal itu terbukti dari beberapa penyelenggaraan pertandingan *e-sport* yang diselenggarakan baik tingkat nasional maupun internasional. Dari beberapa turnamen yang diselenggarakan tim *e-sport* dari Indonesia pun ikut serta didalamnya, bahkan dari beberapa tim *E-Sport* yang menjadi perwakilan Indonesia di turnamen kanca internasional itupun meraih prestasi yang sangat membanggakan dan mengharumkan nama bangsa Indonesia. Pada tahun 2019 *Free Fire World Championship* yang diselenggarakan di Thailand, Indonesia membawa 2 tim *E-Sport* yang akan bertanding di Thailand, kedua tim perwakilan Indonesia pun meraih prestasi yang membanggakan yaitu dari tim Evos Capital *E-Sport* berhasil meraih Juara pertama dan SFI Zet Hades berhasil meraih peringkat ketiga pada turnamen kanca internasional cabang *game Free Fire* tersebut. Dan tak kalah membanggakan juga dari 2 tim perwakilan Indonesia pada cabang *game mobile legends* berhasil meraih juara pertama dan juara kedua pada turnamen *MI World Championship mobile legends* yang diselenggarakan di Kuala Lumpur, Malaysia (2019). Tim Indonesia yang diwakilkan Evos Legend berhasil meraih juara pertama dan tim RRQ berhasil mendapatkan juara kedua. Artinya dalam segi skill dari para pemain *E-Sport* Indonesia sangat tidak diragukan lagi. Berdasarkan data dari (Nextreen, 2021) dinyatakan bahwa Indonesia tercatat pada tahun 2019 terdapat 52 juta orang atlet baik laki-laki maupun perempuan, dalam hal ini pemerintah Indonesia meresmikan *E-Sport* sebagai cabang olahraga dibawah naungan mempora dan mampu masuk dalam

pekan Pekan Olahraga Nasional (PON) karena dilihat begitu banyak prestasi yang dicapai oleh para pemain *E-Sport* (Kurnia, 2019).

Atlet *E-Sport* profesional yang tergabung dalam suatu club mereka diwajibkan untuk melakukan karantina. Selama di karantina mereka menjalani kegiatan yang telah ditentukan oleh pelatih, seperti latihan fisik atau olahraga, bertanding sesama club dan melakukan pertandingan sesuai dengan jadwal yang ditentukan. Atlet *E-Sport* juga dituntut untuk memiliki kemampuan dan strategi yang baik dalam bertanding. Rutinitas latihan yang dijalani para Atlet *E-Sport* juga menuai berbagai keluhan saat menjalani karantina di *Gaming House (GH) E-Sport* mereka masing-masing. Meskipun tinggal di gaming house memiliki manfaat yang baik tapi bukan berarti tidak memiliki pengaruh buruk yang dapat berpengaruh pada psikologis atlet. Hal ini terbukti dari beberapa hal yang menjadi penyebab pengaruh buruk psikologis atlet, antara lain isolasi sosial, keterbatasan privasi, potensi konflik interpersonal, kelelahan dan burnout, stress yang tinggi, tekanan performa. Hal ini lah yang akan menimbulkan kecemasan pada atlet hingga mengakibatkan performa menurun. Ketika atlet *E-Sport* akan menghadapi pertandingan berlaga disuatu kejuaraan yang biasanya berlangsung sangat kompetitif dari pagi hingga dini hari, tak jarang latihan dirasa sangat melelahkan, memberikan tekanan mental bahkan hingga kelelahan (*fatigue*). Hal ini mengakibatkan atlet *E-Sport* sering melakukan kesalahan, sulit untuk fokus dan pergerakan menjadi kaku sehingga performa menurun yang mengakibatkan atlet *E-Sport* mengalami kekalahan (Firdaus, 2020). Saat mengalami kekalahan, tidak semua atlet *E-Sport* bisa menerima dengan baik ada juga atlet *E-Sport* yang menjadi malas latihan, hanya menganggap pertandingan sebagai kewajiban saja, dan tidak mau menerima masukan ketika menghadapi kekalahan, hal ini terjadi pada atlet yang kurangnya percaya diri. Namun ada juga atlet yang tetap semangat untuk berlatih dan menerima kekalahan serta mudah bangkit kembali dan menjadikan kekalahan dimasa lalu sebagai motivasi serta pembelajaran agar menjadi lebih baik lagi.

Keberadaan olahraga elektronik saat ini bukanlah hanya sebatas bermain game saja. Seorang gamer profesional dapat memberikan beberapa keuntungan baik dari segi materil, menambah pengalaman hingga keliling dunia untuk mengikuti turnamen-turnamen yang dilakukan

diluar negeri dan juga bisa membawa nama negara untuk ajang kompetisi internasional. Menurut Wahyunanda, (2017) *eSport* adalah olahraga yang terbuka bagi siapapun, sebab *eSport* dapat dimainkan oleh siapa saja, bahkan *eSport* dapat dimainkan oleh penyandang disabilitas. Hal inilah yang menjadi motivasi untuk anak-anak muda jaman sekarang untuk menjadi seorang atlet *E-Sport*. Adam Apicella dari *Major League Games (MLG)* di Amerika Serikat juga menambahkan “Tujuan kami selalu sama, yaitu mempresentasikan *video game* sebagai olahraga, bukan berkomentar bahwa bermain *video game* bukan olahraga. Dengan pemain-pemain kami, *fan base* yang bergairah diseluruh dunia, saya pikir kesamaan (*video game*) dengan olahraga tidak terbantahkan lagi dalam Dex Glenniza (2018)”.

Di Indonesia keberadaan olahraga elektronik awalnya hanya dirasakan oleh para pelaku dari *eSport* dan juga para penggemar olahraga elektronik itu sendiri, di Indonesia awal perkembangan olahraga elektronik dimulai dari turnamen – turnamen kecil di warnet – warnet yang berhadiah jutaan rupiah hingga saat ini turnamen yang memiliki total hadiah hingga milyaran rupiah, dari yang awalnya turnamen yang bersifat lokal hingga turnamen yang memiliki skala nasional, dari yang awalnya di Indonesia hanya mempunyai sedikit team olahraga elektronik. Saat ini di Indonesia sendiri sudah mempunyai beberapa team besar olahraga elektronik di Indonesia seperti Boom ID, Evos, RRQ, Nxl, dan masih banyak team yang lainnya yang sudah memiliki prestasi di Indonesia hingga di skala Internasional (Indosport.com). Untuk menjadi seorang atlet *E-Sport* yang profesional dibutuhkan pemahaman yang luas bukan hanya sekedar bermain game saja meskipun seorang yang akan menjadi atlet tersebut memiliki skill yang bagus namun tidak mengerti untuk menjaga kesehatan mental. Hal ini terbukti dari banyaknya atlet yang mengalami rasa kecemasan ataupun kepercayaan diri berkurang karena efek dari latihan yang dijalani setiap hari 8 hingga 12 jam per hari berada didepan layar, hal ini berpengaruh pada psikologis atlet hingga berkurangnya konsentrasi tidak fokusnya dan juga mengalami kelelahan yang berlebih sehingga menimbulkan kecemasan ataupun kepercayaan pada diri berkurang pada saat ingin melakukan pertandingan pada suatu kejuaraan. Kualitas tidur dan durasi tidur memiliki peran penting untuk performa atlet, pemulihan pasca latihan, suasana hati, dan kinerja dalam bertanding (Blumert et al.,

2007; Fullagar et al., 2015; Leger et al 2005; Samuels, 2008). Kesehatan mental atlet eSports tidak bisa disamakan dengan individu pada umumnya. Banyak hal yang harus dipersiapkan sebelum para atlet eSports bertanding seperti strategi permainan, evaluasi, target, juga pola pikir.

Ketika menjelang pertandingan atlet *eSports* sering mengalami stres, sehingga tak jarang berpengaruh ke kesehatan dan performa dalam bermain. Para atlet *e-sport* seringkali kurang memperhatikan kesehatan mereka dan terlalu berfokus pada *game*. Padahal karier para pemain muda *e-sport* bisa dimulai sejak dini, saat mereka sedang dalam masa produktif. Seharusnya sebagai olahraga yang melibatkan fisik, para atlet *e-sport* diharapkan juga selalu menjaga kesehatan dan kebugarannya, baik secara fisik maupun mental. Menjadi pemain profesional *e-sport* memang tidak lagi hanya sekedar mimpi bagi anak-anak muda penikmat game, mereka bisa membuktikan skill mereka melalui turnamen-turnamen lokal yang diselenggarakan bahkan turnamen ber skala nasional pun siapa saja bisa mengikutinya hanya dengan mendaftarkan diri mereka melalui situs online yang dibuat oleh tim panitia penyelenggara. Namun, kemungkinan bagi seorang gamer juga untuk menjadi seorang atlet profesional juga tidaklah muda karena harus bersaing dengan jutaan orang gamer yang mendaftar pada *event* tersebut. Sekalipun seorang gamer berhasil menjadi seorang atlet *esport* profesional, ada berbagai masalah yang harus dihadapi, termasuk potensi stress dan burnout. Berdasarkan *World Health Organization (WHO)* masalah *burnout* terjadi ketika atlet *esport* melakukan latihan terlalu keras. Atlet *esports* juga bisa mengalami *burnout*. Bagi banyak *gamers*, dibayar untuk bermain *game* terlihat seperti mimpi yang menjadi nyata. Masalahnya, ada satu perbedaan fundamental antara *gamers* dengan pemain profesional. *Gamers* bermain *game* sebagai hobi, karena mereka memang menyukainya. Mereka bisa memilih waktu untuk bermain dan *game* yang ingin mereka mainkan. Lain halnya dengan pemain profesional. Sebagai profesional, atlet *esports* dituntut untuk latihan secara rutin. Walau, durasi latihan dari setiap organisasi atau atlet *esports* bisa berbeda-beda. Diluar latihan atlet *esport* juga menghabiskan banyak waktu untuk bertanding dikompetisi *esport*.

Para atlet *esport* yang dapat menanggulangi rasa kecemasannya akan memunculkan reaksi psikologis yang positif, yaitu percaya diri. Menurut Rini (2002) Kepercayaan diri adalah sikap

positif seseorang individu yang memampukan dirinya untuk mengembangkan penilaian positif baik terhadap diri sendiri maupun terhadap lingkungan yang dihadapinya. Menurut Thantaway dalam Kamus istilah Bimbingan dan Konseling (2005), percaya diri adalah kondisi mental atau psikologis diri seseorang yang memberi keyakinan kuat pada dirinya untuk berbuat atau melakukan sesuatu tindakan. Orang yang tidak percaya diri memiliki konsep diri negatif kurang percaya pada kemampuannya, karena itu sering menutup diri. Banyak cara untuk menumbuhkan rasa percaya diri dan disiplin bagi atlet *esport* yang ada di Jakarta yang akan melakukan latihan dan pertandingan. Rasa percaya diri bagi atlet *esport* harus diperhatikan supaya dalam pencapaian prestasi akan termotivasi dalam diri atlet *esport* tersebut. Kepercayaan diri (*self confidence*) merupakan modal utama seseorang, khususnya atlet *esport* untuk mencapai prestasi. Atlet *esport* yang memiliki kepercayaan diri berarti atlet tersebut sanggup, dan meyakini dirinya dalam mencapai prestasi maksimal.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut, peneliti ingin mengetahui bagaimana profil kecemasan dan kepercayaan diri yang dimiliki oleh para atlet *E-Sport Rex Requim Qeon (RRQ)*.

## **B. Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, masalah-masalah yang timbul dapat diidentifikasi sebagai berikut :

- 1) Pentingnya profil psikologis atlet *e-sport* untuk diketahui oleh pelatih maupun atlet itu sendiri.
- 2) Minimnya pemahaman atlet *e-sport* tentang peran psikologis, khususnya aspek kecemasan dan percaya diri dalam menunjang prestasi atlet *Rex Requim Qeon (RRQ)*
- 3) Pentingnya diketahui tingkat kecemasan dan percaya diri atlet *Rex Requim Qeon (RRQ)*
- 4) Pentingnya pemahaman pelatih untuk menjaga psikologis atlet *E-Sport Rex Requim Qeon* untuk meningkatkan performa atlet *E-Sport Rex Requim Qeon (RRQ)*
- 5) Pentingnya pemahaman pelatih dalam menjaga kebugaran tubuh atlet *e-sport Rex Requim Qeon (RRQ)* yang berdampak pada psikologis atlet *e-sport RRQ* dalam meningkatkan prestasi atlet *Rex Requim Qeon*

### **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 “Tingkat Kecemasan dan Kepercayaan Diri pada Atlet *E-Sport Rex Requum Qeon (RRQ)*”.

### **D. Perumusan Masalah**

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

- 1) Seberapa besar tingkat kecemasan pada atlet *E-Sport Rex Requum Qeon (RRQ)*
- 2) Seberapa besar tingkat percaya diri pada atlet *E-Sport Rex Requum Qeon (RRQ)*

### **E. Kegunaan Hasil Penelitian**

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 *esport* di Jakarta
- 3) Dapat digunakan sebagai data agar pelatih dapat mengetahui kondisi psikologis 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