

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sebagai cabang olahraga prestasi, panjat tebing memiliki beberapa nomor kategori yang dipertandingkan, salah satunya yaitu kategori *lead* yang identik dengan ketinggian, daya tahan dan strategi (IFSC, 2019). Berdasarkan hasil pertandingan pada kejuaraan dunia yaitu, *sport climbing world cup* Seoul 2022 dan *sport climbing world cup* Jakarta 2023, Indonesia mendominasi podium pada nomor kategori *speed* putra dan putri (IFSC, 2019). Indonesia memiliki prestasi yang unggul di tingkat internasional pada nomor kategori *speed* dibanding dengan *lead*. Hal ini membuat nomor kategori *lead* menarik untuk dikaji dan diteliti perkembangannya sebagai upaya untuk menciptakan bibit-bibit prestasi yang dipersiapkan untuk masa yang akan datang pada cabang olahraga panjat tebing khususnya pada nomor kategori *lead*.

Bagi seorang atlet, suatu pertandingan merupakan suatu ajang pembuktian dimana atlet tersebut dapat menampilkan performa optimalnya atau prestasi. Menurut Gunarsa (2004), performa dalam olahraga merupakan suatu perilaku yang ditunjukkan atlet untuk mendapat prestasi (Indraharsani & Budisetyani, 2017). Beberapa orang mempercayai bahwa *mental toughness* dan *competitive anxiety* merupakan atribut psikologis yang penting dalam menentukan kesuksesan atlet (Rasyid dkk. 2019).

Mental toughness memiliki banyak pengertian, namun secara umum *mental toughness* digambarkan sebagai kemampuan seorang atlet secara konsisten berhasil

mengatasi *adversity*, stres dan kecemasan di saat situasi kompetitif dan penuh tekanan (Weinberg dkk. 2011 dalam Setiawan dkk. 2020). Selain itu, *mental toughness* dianggap sebagai faktor penting bagi atlet untuk menampilkan performa yang terbaik dalam sebuah pertandingan (Mahoney dkk. 2014 dalam Setiawan dkk. 2020). Seorang atlet dengan *mental toughness* yang baik akan tetap dapat menampilkan kemampuan terbaiknya meskipun dalam kondisi tersulit. Namun penelitian terdahulu melaporkan bahwa *mental toughness* belum dapat dipastikan berkorelasi dengan performa olahraga (Cowden, 2017).

Dalam olahraga panjat tebing, atlet dihadapkan pada tekanan yang sangat tinggi, baik dari dalam diri atlet maupun luar diri atlet. Menurut Hardiyono (2020), atlet panjat tebing kemungkinan besar akan mengalami gejala-gejala kecemasan sebelum, selama, atau menjelang akhir pertandingan. Kecemasan yang terjadi pada atlet menimbulkan perasaan khawatir akan sesuatu yang belum terjadi pada saat pertandingan seperti, penampilan yang buruk, tekanan dari luar lapangan seperti pelatih dan penonton yang mencela dan berteriak kepada pemain (Gunarsa, 2008 dalam Wohon & Ediati, 2019). Kecemasan bertanding yang timbul membuat atlet merasa khawatir, gelisah yang mengakibatkan atlet tidak nyaman sehingga menimbulkan kekacauan fisik dan mempengaruhi performa yang akan ditampilkan.

Terdapat beberapa penelitian yang menunjukkan bagaimana pentingnya peranan faktor psikologis khususnya *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa seorang atlet dalam menghadapi pertandingan. Pada penelitian yang dilakukan oleh Herani (2017) menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *mental toughness* dengan *peak performance* atlet renang di

Malang. Penelitian lainnya dilakukan oleh Maheswari (2019) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan positif antara ketangguhan mental dengan *peak performance* pada atlet Taekwondo. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Wibowo & Agustina (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif antara ketahanan mental dengan performa puncak. Pada hasil penelitian Supriyatni dkk. (2020) menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif antara kecemasan terhadap performa pada atlet dayung. Penelitian lainnya yaitu dilakukan oleh Kusnaedi (2020) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang kuat terhadap performa atlet futsal di Cianjur. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Adila dkk. (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan dengan ketepatan servis bola voli putri Kapila Tanjung Pinang.

Banyak kajian terdahulu yang hanya meneliti hubungan dari masing-masing aspek psikologis tersebut secara terpisah dan jarang sekali ditemukan studi yang menganalisis korelasi secara bersamaan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa pada atlet panjat tebing. Selain itu, korelasi antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* juga belum diketahui secara jelas dan bagaimana hal itu mempengaruhi performa pada atlet panjat tebing.

Peneliti melakukan observasi terhadap atlet PPLPD panjat tebing Kota Tangerang dimana permasalahan yang sering dirasakan oleh atlet PPLPD yaitu banyak atlet yang merasa sulit mengatasi tekanan ketika menghadapi suatu pertandingan. Selain itu, saat melakukan pertandingan atlet sering merasa cemas terutama saat menghadapi lawan yang lebih unggul, yang menyebabkan konsentrasi atlet terganggu. Atlet juga merasa ketika dirinya tidak mampu mengatasi segala

tekanan, rasa cemas pada diri atlet semakin meningkat yang mengakibatkan atlet tidak bisa menampilkan pemanjatannya dengan baik.

Berdasarkan adanya fenomena dan permasalahan yang telah dijelaskan, peneliti tertarik ingin mengetahui lebih jauh untuk mengetahui hubungan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijelaskan, maka identifikasi masalah dalam penelitian ini dapat didefinisikan sebagai berikut:

- 1) Belum terbentuknya *mental toughness* pada diri atlet terutama saat menghadapi pertandingan.
- 2) Tingginya tingkat kecemasan yang dialami atlet sebelum pertandingan.
- 3) Tingginya kecemasan dan kurangnya *mental toughness* yang dimiliki atlet saat menghadapi suatu pertandingan dapat mempengaruhi performa atlet.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang telah diidentifikasi, maka dalam penelitian ini perlu dibatasi untuk menghindari terlalu luasnya ruang lingkup permasalahan, maka peneliti membatasi penelitian ini, dengan hanya mengetahui “hubungan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang”.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan dari latar belakang, identifikasi masalah, dan batasan masalah maka permasalahan yang menjadi pokok dalam penelitian ini adalah:

- 1) Apakah terdapat hubungan antara *mental toughness* terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang?
- 2) Apakah terdapat hubungan antara *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang?
- 3) Apakah terdapat hubungan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* secara bersama-sama terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang?

E. Kegunaan Hasil Penelitian

Berdasarkan permasalahan yang akan diteliti, penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat, baik secara teoritis maupun secara praktis.

1. Secara Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta dapat menjadi referensi bagi para pembaca dalam bidang psikologi olahraga mengenai adanya hubungan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang.

2. Secara Praktis

- Bagi peneliti adalah untuk mengetahui hubungan antara *mental toughness* dan *competitive anxiety* terhadap performa atlet pada kategori *lead* PPLPD panjat tebing Kota Tangerang.
- Bagi atlet, diharapkan dapat menjadi acuan kepada dirinya agar lebih memperhatikan kekuatan mental yang dimilikinya untuk menghadapi suatu pertandingan.

- Bagi pelatih, diharapkan pelatih dapat memahami serta memberi masukan kepada atletnya untuk memiliki mental yang baik agar dapat memaksimalkan potensi yang ada pada diri atlet.

