

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor psikologis utama yang berperan penting dalam menentukan kualitas performa atlet dalam latihan maupun kompetisi. Kepercayaan diri atlet mengacu pada keyakinan individu terhadap kemampuannya untuk menampilkan keterampilan olahraga secara efektif dan mencapai tujuan yang diharapkan dalam situasi olahraga tertentu. Kepercayaan diri atlet termasuk konstruk psikologis yang menggambarkan keyakinan individu terhadap kapasitasnya dalam mengeksekusi keterampilan olahraga, mempertahankan performa, serta mencapai target yang telah ditetapkan dalam situasi latihan maupun kompetisi oleh atlet (Lochbaum dkk 2022).

Permasalahan kepercayaan diri masih banyak ditemukan pada atlet usia anak dan remaja yang berada dalam tahap perkembangan psikologis. Atlet dengan kepercayaan diri rendah sering menunjukkan keraguan dalam mengambil keputusan, takut melakukan kesalahan, mudah mengalami kecemasan, serta kurang berani mencoba keterampilan atau strategi baru. Kondisi tersebut dapat menghambat proses pembelajaran keterampilan olahraga, menurunkan motivasi berlatih, dan berdampak negatif terhadap keberlanjutan partisipasi atlet dalam olahraga (Lestari,2022). Atlet dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung memiliki performa yang lebih stabil, mampu menghadapi tekanan kompetisi, serta menunjukkan kesiapan mental yang lebih baik dibandingkan atlet dengan kepercayaan diri rendah (Mukhtarsyaf dkk., 2022). Atlet yang percaya diri lebih mampu mengelola emosi negatif, mempertahankan fokus, serta bangkit dari kegagalan yang terjadi selama latihan maupun pertandingan. Oleh karena itu atlet dengan tingkat kepercayaan diri yang tinggi cenderung memiliki kesiapan mental yang lebih baik dalam menghadapi tuntutan fisik, teknis, dan psikologis dalam olahraga. Dalam konteks performa, kepercayaan diri berfungsi sebagai penguat

motivasi dan pengendali emosi. Atlet yang percaya pada kemampuannya lebih mampu mengelola kecemasan, tekanan kompetisi, serta kegagalan yang mungkin terjadi selama pertandingan (Conde-ripoll dkk., 2024).

Permasalahan kepercayaan diri menjadi lebih kompleks ketika dialami oleh atlet dengan disabilitas intelektual. Berdasarkan hasil survei lapangan dan pengamatan langsung penulis selama kegiatan latihan dan kompetisi, kepercayaan diri atlet terlihat sebagai faktor yang sangat menentukan dalam keterlibatan dan performa mereka selama proses latihan. Atlet yang menunjukkan tingkat kepercayaan diri yang lebih baik cenderung lebih aktif mengikuti instruksi pelatih, berani mencoba gerakan baru, serta mampu menyelesaikan tugas latihan dengan konsentrasi yang lebih stabil. Sebaliknya, atlet dengan kepercayaan diri rendah tampak ragu-ragu dalam melakukan gerakan, mudah teralihkan, dan membutuhkan dorongan eksternal yang lebih besar untuk terlibat secara optimal dalam latihan. Dalam aspek psikososial, kepercayaan diri juga berperan dalam membentuk identitas diri atlet dan interaksi sosialnya. Atlet yang memiliki kepercayaan diri yang baik lebih mudah berinteraksi dengan pelatih, rekan satu tim, dan lingkungan sosialnya, serta mampu mengekspresikan diri secara positif (Crawford dkk., 2015).

Pengamatan penulis juga menunjukkan bahwa kepercayaan diri berperan penting dalam respons atlet terhadap kesalahan dan kegagalan selama latihan. Atlet yang memiliki keyakinan terhadap kemampuan dirinya cenderung lebih cepat bangkit setelah melakukan kesalahan dan tetap melanjutkan latihan tanpa menunjukkan penurunan motivasi yang signifikan. Sementara itu, atlet yang kurang percaya diri sering kali menunjukkan reaksi emosional negatif, seperti menarik diri, menolak mencoba kembali, atau menunjukkan ketergantungan berlebihan pada arahan pelatih dan dukungan orang tua. Selain memengaruhi performa teknis, kepercayaan diri juga terlihat berpengaruh terhadap interaksi sosial atlet selama latihan. Atlet yang percaya diri lebih mudah berkomunikasi dengan pelatih dan rekan latihan, menunjukkan sikap kooperatif, serta berani mengekspresikan kebutuhan atau kesulitannya. Kondisi ini mendukung terciptanya suasana latihan yang positif dan partisipatif. Sebaliknya, rendahnya kepercayaan diri sering kali

berkaitan dengan sikap pasif, minimnya interaksi sosial, dan kecenderungan menghindari situasi latihan yang menantang. Berdasarkan temuan lapangan tersebut, penulis memandang bahwa kepercayaan diri memiliki aspek psikologis yang penting dalam proses pembinaan atlet, khususnya bagi atlet dengan disabilitas intelektual.

Kepercayaan diri menjadi sangat penting karena berfungsi sebagai fondasi kesiapan mental atlet dalam menghadapi tuntutan fisik dan psikologis olahraga. Oleh karena itu, kepercayaan diri tidak hanya berperan sebagai faktor pendukung performa, tetapi juga menjadi komponen inti dalam pembinaan atlet secara holistik (Athira & Merdiaty, 2024). Kepercayaan diri menjadi aspek penting untuk performa kompetitif dan keterlibatan sosial atlet disabilitas intelektual, tanpa dukungan psikososial yang memadai, atlet dapat mengalami hambatan dalam menghadapi tekanan kompetisi dan peran sosialnya. Kepercayaan diri juga memiliki peran penting dalam mendorong keberanian mencoba, ketekunan berlatih, serta partisipasi aktif atlet disabilitas intelektual dalam kegiatan olahraga (Shields & Synnot, 2016). Kepercayaan diri tidak hanya berpengaruh pada kualitas latihan dan kesiapan menghadapi kompetisi, tetapi juga berperan dalam pembentukan sikap positif, kemandirian, serta keberlanjutan partisipasi atlet dalam kegiatan olahraga. Oleh karena itu, upaya pembinaan atlet disabilitas intelektual perlu memperhatikan penguatan kepercayaan diri melalui pendekatan latihan yang suportif serta dukungan lingkungan, termasuk peran pelatih dan orang tua. Dengan demikian kepercayaan diri membantu atlet tetap fokus pada tugas, dan menampilkan keterampilan secara optimal, terutama dalam situasi kompetitif yang penuh tekanan.

Atlet disabilitas intelektual adalah atlet yang memiliki tingkat kecerdasan di bawah rata-rata serta mengalami kesulitan dalam perilaku adaptif, yang mencakup kemampuan komunikasi, keterampilan sosial, dan kemandirian dalam kehidupan sehari-hari (Shree & Shukla, 2016). Atlet disabilitas intelektual cenderung mengalami kesulitan dalam merawat diri dan beradaptasi dengan lingkungan sosial sehingga sangat bergantung pada pola pengasuhan orang tua untuk membantu

mengembangkan keterampilan hidup sehari-hari mereka. Hal ini sejalan dengan temuan yang menunjukkan bahwa anak disabilitas intelektual membutuhkan dukungan keluarga dalam aktivitas merawat diri dan bahwa pola asuh orang tua berperan penting dalam meningkatkan kemandirian aktivitas harian mereka (Afifah dkk 2025)

Pada konteks anak disabilitas, data BPS (2024) berdasarkan *Long Form* Sensus Penduduk 2020 mencatat sekitar 270,2 juta penduduk Indonesia, dengan prevalensi disabilitas mencapai 6,4 %, termasuk anak usia 5–17 tahun yang sekitar 1,72 % mengalami disabilitas. Data global WHO (2023) memperkirakan sekitar 1,3 miliar orang di dunia mengalami disabilitas, termasuk jutaan anak dengan disabilitas intelektual, sedangkan UNICEF (2022/2023) mencatat sekitar 10,1 % anak usia 0–17 tahun mengalami disabilitas *moderate-to-severe* (IQ 35–69 untuk moderate, <35 untuk severe, menurut standar WHO/DSM-5). Studi pendahuluan juga menemukan bahwa pola pengasuhan keluarga berpengaruh terhadap tingkat kepercayaan diri anak disabilitas intelektual, termasuk dalam konteks kompetisi dan aktivitas sosial.

Keterbatasan fungsi kognitif dan adaptif yang dimiliki atlet disabilitas intelektual dapat memengaruhi persepsi kompetensi diri, sehingga mereka lebih rentan mengalami keraguan, rasa takut gagal, dan ketidakpercayaan terhadap kemampuan diri dalam konteks olahraga (Pan dkk., 2018). Keterbatasan fungsi intelektual (kemampuan berpikir, penalaran, belajar, pemecahan masalah) dan fungsi adaptif (kemampuan hidup mandiri, sosial, praktis) adalah dua konstruk terpisah yang mencakup keterampilan berbeda, tetapi keduanya memiliki hubungan positif (Mattie dkk., 2023). Kemampuan adaptif bukan sekadar refleksi dari IQ, beberapa individu dengan IQ rendah tetap menunjukkan keterampilan fungsi sehari-hari yang memadai, sedangkan individu dengan IQ lebih tinggi bisa memiliki keterbatasan adaptif. Oleh karena itu, peran orang tua dalam menciptakan lingkungan yang mendukung keterampilan kemandirian, komunikasi, dan keterampilan sosial sangat penting untuk membantu anak mencapai fungsi adaptif yang optimal (Orío-aporicio dkk., 2025). Selain itu, perbedaan antara usia

perkembangan (*developmental age*) dan usia kronologis (*chronological age*) dapat memengaruhi cara orang tua memperlakukan anak. Konsep usia perkembangan sering kali disalahartikan sebagai identitas keseluruhan anak, sehingga menimbulkan ekspektasi yang rendah terhadap potensi anak. *Developmental age* adalah usia dimana seorang anak berfungsi secara kognitif, emosional, sosial, dan fisik dibandingkan dengan pencapaian perkembangan tipikal, sedangkan *chronological age* hanya mengacu pada jumlah tahun hidup berdasarkan tanggal lahir (Brain Balance, 2025). Hal ini ditegaskan dalam kajian perkembangan anak yang membandingkan penggunaan usia kronologis dan usia yang disesuaikan atau perkembangan aktual, yang menyatakan bahwa memperlakukan anak semata-mata berdasarkan usia kronologis saja dapat menghambat pemahaman terhadap kemampuan mereka yang sesungguhnya dan mengaburkan kesempatan mereka untuk berkembang sesuai dengan kemampuan aktual dan tuntutan sosial yang dihadapi (Gould dkk., 2021).

Sebagai atlet dengan disabilitas intelektual, pada umumnya mengalami keterbatasan dalam fungsi kognitif dan adaptif, seperti kemampuan berpikir abstrak, pemecahan masalah, komunikasi, serta penyesuaian diri dalam situasi sosial (Utami & Tedjasaputra, 2018). Kondisi ini dapat memengaruhi kesiapan mental atlet dalam menghadapi tuntutan latihan dan kompetisi olahraga. Namun demikian, melalui pendekatan olahraga adaptif yang menekankan partisipasi, keberlanjutan, dan penguatan potensi individu, atlet memiliki peluang besar untuk mengembangkan kemampuan fisik, psikologis, dan sosial mereka.

Partisipasi atlet dalam kegiatan olahraga di Special Olympics tidak hanya berorientasi pada pencapaian prestasi kompetitif, tetapi juga berkontribusi terhadap pengembangan kepercayaan diri, regulasi emosi, kemandirian, dan keterampilan sosial. Penelitian menunjukkan bahwa keterlibatan dalam Special Olympics berkaitan signifikan dengan peningkatan *self-esteem*, kualitas hidup, dan adaptasi psikologis pada individu dengan disabilitas intelektual (Crawford dkk., 2015).

Atlet SOIna merupakan individu dengan disabilitas intelektual yang berpartisipasi dalam program olahraga terstruktur dengan tujuan pengembangan

fisik, psikologis, dan social di Indonesia. Atlet *Special Olympics* Indonesia (SOIna) adalah individu dengan disabilitas intelektual (disabilitas intelektual) yang mengikuti program latihan dan kompetisi olahraga yang diselenggarakan secara berkelanjutan oleh SOIna (SOIna.). Atlet SOIna berasal dari berbagai latar belakang usia, tingkat kemampuan intelektual, serta kondisi sosial yang beragam, dan tergabung dalam pembinaan SOIna yang tersebar di berbagai daerah di Indonesia. Atlet *Special Olympics* Indonesia (SOIna) terdiri dari individu dengan disabilitas intelektual yang mengikuti program latihan dan kompetisi olahraga di lingkungan SOIna, di mana mereka menjalani pelatihan kebugaran yang adaptif serta berpartisipasi dalam berbagai cabang olahraga. Melalui pembinaan tersebut, atlet mendapatkan kesempatan untuk berlatih, berkompetisi, dan berinteraksi sosial dalam lingkungan yang inklusif dan suportif.

Dalam konteks SOIna pengalaman mengikuti latihan rutin dan kompetisi membantu atlet membangun rasa percaya diri terhadap kemampuan diri, meningkatkan regulasi emosi, serta memperluas interaksi sosial dengan pelatih, sesama atlet, relawan, dan masyarakat. Oleh karena itu, olahraga dalam konteks SOIna berfungsi sebagai sarana rehabilitatif sekaligus edukatif bagi atlet disabilitas intelektual. Dalam praktiknya, pembinaan atlet SOIna sangat dipengaruhi oleh dukungan lingkungan terdekat, khususnya peran orang tua dan keluarga. Dukungan keluarga meliputi dorongan emosional, motivasi, dan keterlibatan aktif dalam kegiatan olahraga berperan signifikan dalam memotivasi anak dengan disabilitas untuk berpartisipasi dalam olahraga serta mengembangkan keterampilan sosial dan kesejahteraan psikologis. Selain itu, dukungan orang tua dan jaringan keluarga yang holistik juga terbukti dalam membantu anak dengan kebutuhan khusus mengembangkan potensi mereka secara optimal (Sukriadi Slamet, 2021). Bagi atlet dengan disabilitas intelektual seperti atlet SOIna, kepercayaan diri dapat membantu mengurangi perasaan rendah diri, ketergantungan berlebihan, dan stigma sosial yang sering mereka alami, lebih lanjut, kepercayaan diri berkontribusi terhadap keberlanjutan partisipasi olahraga. Atlet yang merasa mampu dan percaya diri akan lebih menikmati aktivitas olahraga, memiliki kepuasan berolahraga yang lebih

tinggi, dan cenderung bertahan lebih lama dalam dunia olahraga. Dengan demikian, kepercayaan diri tidak hanya berpengaruh pada prestasi kompetitif, tetapi juga pada perkembangan psikologis, sosial, dan kualitas hidup atlet secara keseluruhan.

Selain itu, program pembinaan di SOIna tidak hanya berorientasi pada peningkatan kemampuan fisik dan teknik, tetapi juga bertujuan mengembangkan kepercayaan diri, kemandirian, kemampuan sosial, dan kualitas hidup atlet penyandang disabilitas intelektual. Keberhasilan tujuan tersebut memerlukan sinergi antara pelatih, organisasi, dan terutama orang tua sebagai lingkungan terdekat atlet, dukungan keluarga merupakan salah satu faktor penting dalam keberhasilan pembinaan atlet disabilitas intelektual.

Berdasarkan hasil analisis di atas, maka dapat disimpulkan bahwa salah satu permasalahan utama yang dihadapi atlet disabilitas intelektual di Special Olympics Indonesia (SOIna) DKI Jakarta adalah aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri. Pada temuan di lapangan juga menemukan bahwa atlet yang percaya diri akan lebih lancar untuk melakukan suatu gerakan program latihan, sedangkan atlet yang memiliki kepercayaan diri kurang melakukan gerakan malu-malu sehingga terganggu untuk melakukan gerakan, bahkan sampai ada yang menangis untuk melakukan gerakan program latihan tersebut. Meskipun atlet memperoleh pembinaan secara teknis dan fisik, perkembangan kepercayaan diri mereka tidak hanya dipengaruhi oleh proses latihan, tetapi juga oleh lingkungan keluarga, terutama gaya pola pengasuhan yang diterapkan oleh orang tua.

Menurut *UNICEF* Orang tua merupakan pengasuh pertama (*primary caregiver*) sekaligus lingkungan sosial utama yang berinteraksi dengan anak. Oleh karena itu, orang tua dianggap sebagai sumber informasi yang relevan untuk memberikan data pola pengasuhan.

Pola pengasuhan orang tua merupakan faktor penting dalam pembentukan karakter dan psikologi anak, termasuk kepercayaan diri. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pola pengasuhan orang tua berkorelasi signifikan dengan tingkat kepercayaan diri, baik di konteks pendidikan maupun psikososial. Sebagai contoh, penelitian deskriptif korelasional menunjukkan hubungan signifikan antara

pola asuh orang tua dan kepercayaan diri ($p < 0,05$) dengan pendekatan kuantitatif *cross-sectional* (Deisya & Putri, 2025). Pola pengasuhan merupakan faktor kunci dalam keberhasilan perkembangan anak berkebutuhan khusus, karena interaksi responsif dan dukungan orang tua berkorelasi dengan hasil perkembangan kognitif, bahasa, sosial, dan karakter anak disabilitas intelektual (Vilaseca dkk., 2019).

Namun demikian, tidak semua orang tua memiliki pemahaman yang memadai mengenai kebutuhan khusus anak disabilitas intelektual. Sebagian orang tua masih menyerahkan tanggung jawab perkembangan anak sepenuhnya kepada pihak sekolah atau guru, tanpa memberikan dukungan yang cukup di lingkungan rumah (Wahyudi dkk, 2024). Kondisi ini dapat berdampak negatif terhadap kemampuan sosialisasi dan kemandirian anak. Oleh sebab itu, diperlukan upaya peningkatan kesadaran dan pemahaman orang tua mengenai pentingnya penerapan pola pengasuhan yang sesuai bagi anak disabilitas intelektual.

Keterbatasan tersebut menuntut keterlibatan orang tua yang intensif dan konsisten dalam proses pembelajaran dan pengasuhan anak. Interaksi orang tua dan anak di rumah yang meliputi komunikasi efektif, penerapan disiplin, serta pemberian tanggung jawab berperan penting dalam membentuk karakter serta perkembangan anak secara emosional, sosial, dan kognitif. Interaksi yang positif dan suportif antara orang tua dan anak telah terbukti berhubungan dengan kemampuan regulasi emosi, keterampilan sosial adaptif, dan perkembangan bahasa/komunikasi yang lebih baik (Rasyid dkk., 2025). Oleh karena itu, penerapan pola pengasuhan yang tepat menjadi krusial dalam membantu anak disabilitas intelektual mencapai potensi optimalnya.

Menurut Lansford (2018), pola pengasuhan orang tua berkontribusi signifikan terhadap penyesuaian anak, dalam aspek psikologis. Tiga tipe utama pola asuh *authoritative*, *authoritarian*, dan *permissive* menunjukkan hubungan yang berbeda dengan hasil perkembangan anak. Ketiga pola asuh tersebut berbeda dalam aspek kontrol, kehangatan, dan responsivitas orang tua terhadap anak. Pola asuh demokratis ditandai oleh keseimbangan antara penerapan aturan yang jelas dan dukungan emosional, sedangkan pola asuh otoriter menekankan kontrol yang ketat

tanpa adanya diskusi. Sementara itu, pola asuh permisif cenderung memberikan kebebasan yang berlebihan tanpa disertai bimbingan dan batasan yang memadai.

Penelitian mengenai pola pengasuhan pada anak disabilitas intelektual menunjukkan adanya kecenderungan dominasi pola asuh tertentu pada orang tua. Sebagai contoh, penelitian yang dilakukan di SLB Bangkinang Kota menunjukkan bahwa dari 35 orang tua anak disabilitas intelektual, sebanyak 54,3% menerapkan pola asuh demokratis, 31,4% menerapkan pola asuh permisif, dan 14,3% menerapkan pola asuh otoriter (Wahyudi dkk., 2024). Persentase tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar orang tua mulai memahami pentingnya memberikan dukungan serta batasan yang wajar dalam proses pengasuhan anak berkebutuhan khusus.

Karena banyak penelitian sebelumnya lebih menitik beratkan satu jenis pola asuh atau fokus pada populasi non-atlet, penelitian ini berupaya mengkaji hubungan simultan tiga dimensi pola asuh (demokratis, otoriter, dan permisif) terhadap kepercayaan diri atlet secara kuantitatif korelasional. Hal ini penting untuk memberi gambaran yang komprehensif tentang bagaimana ketiga pola pengasuhan tersebut menjelaskan variasi kepercayaan diri atlet (Awiszus dkk., 2022). Penelitian ini relevan karena olahraga paralimpiade bukan hanya fisik, tapi juga mental di mana pengasuhan demokratis dapat menjadi "*booster*" kepercayaan diri, sedangkan otoriter/permisif berpotensi menghambat. Oleh karena itu, menguji korelasi ketiga gaya Baumrind (1971) dengan kepercayaan diri menjadi krusial untuk intervensi psikologi anak berkebutuhan khusus.

Sebelum penelitian dilaksanakan, peneliti melakukan studi pendahuluan pada tim sepak bola SOIna yang mengikuti Gothia Cup di Swedia. Studi pendahuluan dilakukan melalui observasi kegiatan latihan, serta wawancara mendalam dengan pelatih dan orang tua atlet yang menjabat sebagai kapten tim dan penjaga gawang (kiper). Pemilihan informan tersebut didasarkan pada peran strategis kedua atlet dalam memimpin tim dan menjaga stabilitas performa selama pertandingan. Studi pendahuluan bertujuan untuk mengidentifikasi faktor-faktor yang berperan dalam pembentukan kepercayaan diri atlet pada situasi latihan maupun kompetisi.

Berdasarkan hasil observasi di lapangan, peneliti menemukan bahwa kepercayaan diri atlet tampak melalui perilaku yang ditunjukkan selama sesi latihan. Atlet yang memiliki kepercayaan diri tinggi terlihat berani mengambil inisiatif dalam permainan, tidak ragu menerima instruksi baru dari pelatih, aktif berkomunikasi dengan rekan satu tim, serta tetap berusaha menyelesaikan setiap latihan meskipun mengalami kesalahan. Sebaliknya, beberapa atlet terlihat masih menunjukkan keraguan ketika diminta mencoba strategi baru, cenderung menunggu arahan pelatih, kurang berani mengambil keputusan di lapangan, dan mudah kehilangan semangat setelah melakukan kesalahan. Perbedaan perilaku tersebut menunjukkan bahwa aspek psikologis, khususnya kepercayaan diri, menjadi salah satu faktor penting yang memengaruhi kesiapan atlet selama proses latihan.

Selain itu, peneliti juga mengamati adanya keterlibatan orang tua selama proses pembinaan. Beberapa orang tua secara rutin mengantar dan menjemput anak mengikuti latihan, memberikan motivasi sebelum latihan dimulai, serta memberikan apresiasi terhadap usaha yang dilakukan anak setelah latihan selesai. Orang tua juga menjalin komunikasi dengan pelatih untuk mengetahui perkembangan kemampuan, kedisiplinan, serta kondisi psikologis anak selama mengikuti program latihan. Menurut pelatih, atlet yang memperoleh dukungan dan perhatian secara konsisten dari orang tua cenderung memiliki motivasi berlatih yang lebih tinggi, lebih disiplin dalam mengikuti program latihan, lebih percaya diri ketika mencoba keterampilan baru, dan lebih cepat bangkit setelah melakukan kesalahan dibandingkan atlet yang memperoleh dukungan lebih sedikit.

Hasil wawancara dengan pelatih semakin memperkuat temuan tersebut. Pelatih menjelaskan bahwa keberhasilan pembinaan atlet tidak hanya ditentukan oleh kualitas latihan fisik, teknik, dan taktik, tetapi juga dipengaruhi oleh dukungan yang diberikan oleh keluarga, khususnya orang tua. Pelatih mengungkapkan bahwa atlet yang mendapat dorongan positif dari orang tua umumnya lebih yakin terhadap kemampuan dirinya, lebih berani menghadapi tantangan, serta mampu

mengendalikan emosinya ketika menghadapi tekanan selama latihan maupun pertandingan.

Temuan tersebut semakin terlihat ketika tim mengikuti kompetisi Gothia Cup di Swedia. Pada salah satu pertandingan, tim mengalami kekalahan yang sempat memengaruhi kondisi psikologis para atlet. Beberapa atlet menunjukkan penurunan semangat, rasa kecewa, dan keraguan terhadap kemampuan tim untuk melanjutkan pertandingan berikutnya. Menyadari kondisi tersebut, pelatih mengambil inisiatif melakukan pendampingan psikologis dengan menghubungi orang tua masing-masing atlet melalui sambungan telepon. Pelatih meminta orang tua memberikan dukungan emosional, motivasi, dan keyakinan kepada anak-anak mereka agar tetap percaya terhadap kemampuan yang dimiliki serta menjadikan kekalahan sebagai pengalaman belajar.

Menurut pelatih, setelah memperoleh dukungan dari orang tua, terjadi perubahan positif pada sikap atlet. Atlet kembali menunjukkan antusiasme dalam mengikuti latihan pemulihan dan persiapan pertandingan berikutnya, lebih berani berkomunikasi di lapangan, saling memberikan semangat kepada rekan satu tim, serta kembali menunjukkan keyakinan terhadap kemampuan yang dimiliki. Hasil wawancara dengan orang tua kapten tim dan penjaga gawang juga mengungkapkan bahwa mereka secara aktif memberikan penguatan kepada anak orang tua juga berusaha meyakinkan anak agar tetap fokus pada usaha terbaik, bukan semata-mata pada hasil pertandingan.

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara tersebut, peneliti memperoleh gambaran bahwa kepercayaan diri atlet berkembang melalui interaksi antara pembinaan yang dilakukan pelatih dan dukungan yang diberikan oleh orang tua. Dukungan orang tua tidak hanya berperan dalam kehidupan sehari-hari, tetapi juga menjadi sumber penguatan psikologis ketika atlet menghadapi tekanan selama latihan maupun kompetisi. Temuan studi pendahuluan ini memperkuat dugaan bahwa lingkungan keluarga, khususnya pola pengasuhan orang tua, memiliki kontribusi terhadap pembentukan kepercayaan diri atlet. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk menguji hubungan antara gaya pola pengasuhan Baumrind

dengan kepercayaan diri atlet tunagrahita di Special Olympics Indonesia (SOIna) DKI Jakarta.

Salah satu pembahasan yang penting terletak pada pentingnya memperoleh bukti empiris mengenai pengaruh gaya pola pengasuhan orang tua terhadap kepercayaan diri atlet disabilitas intelektual. Kepercayaan diri merupakan salah satu faktor psikologis yang berkontribusi terhadap keberanian mencoba, ketekunan berlatih, kemampuan menghadapi tekanan saat bertanding, dan pencapaian prestasi olahraga. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pola asuh yang demokratis (*authoritative*), disertai dukungan sosial dari keluarga, berkaitan dengan peningkatan kepercayaan diri dan prestasi atlet.

Oleh karena itu, penelitian ini menjadi penting karena diharapkan dapat memberikan dasar ilmiah bagi penyusunan program pembinaan yang tidak hanya berfokus pada aspek olahraga, tetapi juga melibatkan orang tua melalui edukasi mengenai pola pengasuhan yang efektif. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi rekomendasi bagi SOIna dalam merancang program pendampingan keluarga guna meningkatkan kepercayaan diri atlet disabilitas intelektual sehingga mereka mampu berkembang secara optimal, baik dalam latihan, kompetisi, maupun kehidupan sehari-hari.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Pola pengasuhan orang tua berhubungan dengan psikologis atlet, termasuk kepercayaan diri.
2. Variasi pola pengasuhan (demokratis, otoriter, permisif) dapat berbeda hubungannya dengan kepercayaan diri.
3. Penelitian sebelumnya sebagian besar bersifat deskriptif dan belum menilai kontribusi simultan ketiga dimensi pola asuh dalam konteks atlet.

1.3 Pembahasan Masalah

Penelitian ini dibatasi pada hubungan antara pola pengasuhan demokratis, otoriter, dan permisif sebagai variabel independen dengan kepercayaan diri atlet

sebagai variabel dependen. Pendekatan yang digunakan adalah *kuantitatif korelasional* tanpa manipulasi perlakuan maupun eksperimental.

1.4 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh pola pengasuhan demokratis, otoriter dan permisif, terhadap kepercayaan diri atlet tunagrahita *Special Olympics* Indonesia (SOIna) DKI Jakarta?

1.5 Tujuan Penelitian

Untuk menganalisis pengaruh pola pengasuhan orang tua terhadap kepercayaan diri atlet tunagrahita *Special Olympics* Indonesia (SOIna) DKI Jakarta.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memperkaya kajian psikologi keolahragaan mengenai hubungan pola pengasuhan orang tua terhadap kepercayaan diri atlet SOIna dalam perspektif penelitian kuantitatif mutakhir.

1.6.2 Manfaat Praktis

Hasil penelitian dapat menjadi bahan acuan bagi orang tua dan pelatih untuk mengembangkan metode pengasuhan atau dukungan yang mendukung perkembangan kepercayaan diri atlet SOIna.

1.7 State of the Art

Penelitian mengenai kepercayaan diri atlet telah berkembang cukup pesat dalam bidang psikologi olahraga. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa kepercayaan diri merupakan salah satu factor psikologis yang berperan penting dalam meningkatkan performa, motivasi, ketahanan mental, dan keberhasilan atlet dalam menghadapi tuntutan kompetisi selain dipengaruhi oleh pengalaman keberhasilan, pelatih, dan lingkungan latihan, penelitian dari sumber yang lain juga menunjukkan bahwa lingkungan keluarga, khususnya pola pengasuhan orang tua ,

memiliki kontribusi yang signifikan terhadap pembentukan kepercayaan diri atlet (Harwood dkk., 2019). Orang tua yang memberikan dukungan emosional, komunikasi yang positif, serta kesempatan bagi anak untuk mengembangkan kemandirian cenderung mampu meningkatkan keyakinan atlet terhadap kemampuannya, sedangkan pola pengasuhan yang terlalu mengontrol atau kurang memberikan dukungan berpotensi menurunkan kepercayaan diri atlet.

Berbagai penelitian juga menunjukkan bahwa pola pengasuhan demokratis berkaitan dengan berbagai luaran psikologis yang positif, seperti meningkatnya regulasi emosi, motivasi berprestasi, dan kepercayaan diri. Sebaliknya, pola pengasuhan otoriter dan permisif lebih sering dikaitkan dengan rendahnya kemandirian, efikasi diri serta meningkatnya kecemasan dan keraguan terhadap kemampuan diri (Pinquart Kauser, 2023)

Hubungan orang tua dan anak menjadi salah satu factor yang menentukan perkembangan psikologis atlet sejak usia dini hingga mencapai prestasi optimal. Pada atlet dengan penyandang disabilitas intelektual. Namun demikian, Sebagian besar penelitian pada atlet *Special Olympics* masih berfokus pada kualitas hidup atau kepemimpinan pelatih sedangkan penelitian secara khusus menguji pengaruh pola pengasuhan orang tua terhadap kepercayaan diri atlet penyandang disabilitas intelektual masih sangat terbatas. Meskipun demikian, penelitian sebelumnya dilakukan pada atlet tanpa disabilitas atau anak disabilitas intelektual dalam konteks pendidikan dan perkembangan umum. Kajian yang secara empiris menguji hubungan antara gaya pola pengasuhan Baumrind (1971) dengan kepercayaan diri masih belum banyak ditemukan, khususnya di Indonesia. Selain itu, penelitian pada lingkungan *Special Olympics Indonesia* (SOIna), terutama di DKI Jakarta, masih sangat terbatas sehingga bukti empiris mengenai faktor keluarga yang mempengaruhi kepercayaan diri atlet tunagrahita belum tersedia secara memadai.

Oleh karena itu, penelitian ini memiliki keterbaruan dengan mengintegrasikan teori pola pengasuhan secara simultan dan *Model Sport Confidence (Coach-rate)* yang berbentuk observasional oleh pelatih untuk menjelaskan bagaimana pengaruh pola

pengasuhan orang tua terhadap kepercayaan diri atlet. Selain ini dalam penelitian ini juga berbeda dengan penelitian sebelumnya, yang mana lebih banyak menyoroti atlet reguler atau tanpa disabilitas dan menguji hanya salah satu pengaruh, bukan secara simultan ketiga pola pengasuhan.

