

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Olahraga sejatinya bukan hal yang baru untuk membentuk karakter, tanpa disadari olahraga terkandung nilai-nilai yang mencerminkan keadaban seperti disiplin, bersikap jujur, dan kerja keras (Maksum, 2018). Pada dasarnya olahraga dapat dilakukan oleh siapapun, kapanpun, dimanapun, tanpa memandang dan membedakan jenis kelamin, suku, ras, dan lain sebagainya. Firdaus (2011) menjelaskan hakekat olahraga adalah kesenian dari eksistensi suatu negara. Kerabat. Harapannya, olahraga di Indonesia dapat dimanfaatkan sebagai salah satu metode pemberdayaan perkembangan sosial untuk pengenalan kepada masyarakat luas, baik secara intelektual, mental, sosial, dan siap membingkai individu secara utuh.

Rossi (2019) mengatakan bahwa olahraga adalah pengembangan standar dan latihan yang diatur yang sengaja dilakukan individu untuk meningkatkan kapasitas utilitariannya. Dari sinilah dengan melakukan olahraga yang aktif dan berlatih akan memberikan manfaat yang berbeda bagi tubuh (Suharjana, 2013:18). Terdapat banyak jenis olahraga yang populer baik individu maupun beregu. Salah satu olahraga individu yaitu olahragapanahan.

Sejarah olahraga panahan dunia yang diungkapkan oleh Rivalsha (2018:363) Panahan dalam bahasa Inggris yaitu *archery* yang merupakan suatu kegiatan menggunakan busur panah untuk menembakkan anak panah. Bukti-bukti menunjukkan bahwa sejarah panahan telah dimulai sejak 5000 tahun yang lalu yang awalnya digunakan untuk berburu dan kemudian berkembang menjadi sebuah senjata dalam pertempuran dan kemudian sebagai olahraga ketepatan. Panahan digunakan bukan sebagai olahraga melainkan untuk berburu (Maxson, 2013). Pemanahan menjadi cara efektif untuk mendapatkan makanan berupa protein hewani sebelum berkembangnya kemampuan dan pengetahuan untuk beternak. Pemanahan sendiri adalah metode yang menarik untuk mendapatkan makanan sebagai protein makhluk hidup sebelum meningkatkan kapasitas dan informasi untuk memelihara hewan peliharaan. Peralatan berbasis panah itu sendiri tidak dibuat dalam satu domain tetapi di berbagai daerah sehingga bahkan persaingan untuk permainan ini memiliki banyak struktur adat. Selain mengejar, toksophilisme juga digunakan untuk perlindungan diri, terutama dalam pertempuran pada saat itu, serta permainan untuk individu dari dunia (Jannah, 2017).

Olahraga panahan merupakan salah satu olahraga tertua didunia, namun demikian tidak ada seorangpun mengetahui secara pasti kapan busur dan anak panah kemudian ditemukan untuk pertama kali(Rivalsha, 2018). Sejak jaman prasejarah kedua alat ini sudah digunakan untuk berburu dan melindungi diri dari serangan musuh. Sejarah membuktikan penggunaan busur dan anak panah dapat dilihat peninggalannya pada zaman prasejarah manusia, diperkirakan sekitar 50.000 tahun lalu(Mikanda R, 2014:67). Salah satu bukti peninggalannya adalah lukisan-lukisan atau gambar-gambar berburu binatang yang terdapat di goa-goa.Tentu saja pada masa itu perlengkapan memanah masih sangat sederhana.

Olahraga Panahan di Indonesia semula bukan suatu cabang olahraga, umumnya busur panah merupakan alat mata pencaharian pada masyarakatmasa lampau(Jannah, 2017). Khususnya di pulau Papua busur panah selain alat untuk mata pencaharian yang digunakan untuk perburuan hewan di hutan, juga digunakansebagai alat peperangan antar suku.Setelah mengalami perkembangan panahdiangkat untuk dilombakan.Sejak PON ke dua baru dilombakan dan dijadikanolahraga tradisional yang dilakukan dengan posisi duduk bersila. Olahraga panahan yang semula berciri kedaerahan, akhirnya mengalami perkembangan yang demikian pesat mulai dilombakan dengan aturan perlombaan hingga Olimpiade (Asaribab & Siswantoyo, 2015).

Olimpiade ini merupakan kejuaraan antar bangsa yang memiliki dua jenis pertandingan olimpiade musim dingin dan musim panas.Olimpiade ini diselenggarakan setiap empat tahun sekali yang diikuti oleh negara didunia yang terdaftar di Komite Olimpiade internasional (*International Olympic Committe*).Indonesia ikut berpartisipasi dalam olimpiade ini pada tahun 1952 di Helsinki.Cabang olahraga panahan menjadi salah satu cabang olahraga yang dilombakan di kejuaraan olimpiade, dalam kejuaraan olimpiade ini Indonesia berhasil mendapatkan medali perak pada kejuaraan olimpiade di Seoul pada tahun 1988 dengan jenis pertandingan beregu putri dengan nama atlet yaitu Nurfitriyana Saiman (Jakarta), Lilies Handayani (Surabaya), dan Kusuma Wardhani (Makasar)(Mikanda R, 2014:70).

Sejak masuknya olahraga panahan di Indonesia yang mempunyai karakteristik tersendiri dibandingkan cabang olahraga lainnya, meskipun dalam perkembangannya kurang diminati oleh masyarakat, tetapi akhir-akhir ini olahraga panahan mulai di minati seluruh masyarakat Indonesia (Yulianto, F., & Nashori, 2016). Dalam ajang pertandingan bergengsi Presiden Joko Widodo juga memberikan kejutan memanah pada pesta pembukaan Asian Para Games

2018 di Stadion Utama Gelora Bung Karno bersama seorang anak perempuan penyandang disabilitas(Purnomo et al., 2020).

Pada dasarnya cabang olahraga panahan merupakan gabungan antara olahraga dan seni. Disebut olahraga karena menggunakan otot-otot fungsional, seperti trapezius, tricep dan deltoid dan juga membutuhkan ketahanan fisik. Disebut seni karena membutuhkan sentuhan jiwa yang halus, kesabaran, keuletan dan ketahanan mental (Singgih D G, 2017). Faktor-faktor seperti konsentrasi, koordinasi, kekuatan, reaksi, daya tahan, keseimbangan, kekuatan otot tangan dan daya tahan otot lengan sangat menentukan dalam menghasilkan teknik dasar memanah yang baik dan benar(Suharjana, 2017:42). Berdasarkan paparan di atas olahraga panahan merupakan olahraga yang memiliki konsentrasi tinggi dengan ketahanan mental yang memiliki seni yang dibutuhkan sebagai penentuan untuk mendapatkan teknik dasar panahan yang baik.

Dalam cabang olahraga panahan hasil penampilan dan prestasi dapat terlihat pada skor yaitu jumlah perkenaan anak panah pada target *face* atau sasaran, seperti salah satunya atlet panahan pada klub Top's Archery Lampung. Klub Top's Archery Lampung berdiri sejak tahun 2018 merupakan wadah minat bakat berprestasi dalam mencapai prestasi optimal secara terus menerus. Pembinaan klub ini telah banyak prestasi yang dicapai seperti kejuaraan nasional panahan dinobatkan atlet berprestasi tahun 2013, kejuaraan nasional indosat dari tahun 2007-2009, kejuaraan nasional antar PPLP Kalimantan Tengah tahun 2009, POPNAS Yogyakarta tahun 2009, kejuaraan nasional junior Surabaya tahun 2010 dan lain sebagainya. Klub Top's Archery Lampung tidak hanya melakukan aktivitas latihan dan mengikuti kejuaraan saja, tetapi mengadakan event baik antar pelajar klub junior maupun dewasa. Atlet panahan pada klub Top's Archery Lampung melakukan seminggu tiga kali latihan yang berlokasi di lapangan pemerintah yang dimiliki oleh Dinas Pendidikan Olahraga (DISPORA) Provinsi Lampung dan sebagian atlet yang kompetitif tinggal di asrama panahan PPLP PKOR Wayhalim, Bandar Lampung.

Dalam olahraga panahan terdapat 4 divisi/ronde, yaitu divisi *recurve*, divisi *compound*, divisi nasional, dan divisi tradisional, adapun divisi *recurve* dan *compound* adalah yang diperlombakan sampai kejuaraan dunia bahkan *olympic games* dan divisi nasional dan tradisional hanya diperlombakan kancah tertinggi adalah PON(Purnomo et al., 2020). Jika dibandingkan dengan olahraga yang membutuhkan gerakan statis atau kemampuan menutup lainnya seperti olahraga menembak, perbedaan antara toksofilis dan menembak terletak pada

jenis daya tekan dan perangkat keras yang digunakan(Syarifudin, 2016).Akan tetapi olahraga panahan diikut sertakan dalam perlombaan kancan nasional untuk menunjang prestasi dengan kondisi fisik yang optimal.

Kondisi fisik atlet memegang peranan penting dalam menjalankan program latihannya.Program persiapan praktis harus diatur semua hal dipertimbangkan, efisien dan mengarah ke peningkatan kesehatan yang sebenarnya.Selain itu kemampuan fungsional dari sistem tubuh sehingga dapat menimbulkan atlet mencapai prestasi yang lebih baik sesuai harapan.Fisik seorang atlet juga menentukan prestasi atlet seperti yang dikatakan Gielen et al., (2010) bahwa kondisi fisik merupakan salah satu syarat yang sangat diperlukan dalam setiap usaha peningkatan prestasi atlet, bahkan dapat dikatakan dasar landasan titik tolak suatu awalan prestasi.

Kondisi fisik merupakan satu kesatuan yang utuh yang tidak dapat dipisahkan, baik peningkatannya maupun pemeliharannya, artinya bahwa setiap usaha peningkatan kondisi fisik, maka harus mengembangkan semua komponen tersebut walaupun perlu dilakukan dengan prioritas(Prasetyo, 2015). Selain kondisi fisik, salah satu aspek psikologis yang mempengaruhi penampilan seorang atlet dalam melakukan aktivitas olahraga ataupun pertandingan adalah kepercayaan diri.

Kepercayaan diri bisa dimaksud sesuatu keadaan mental ataupun psikologis diri seorang yang berikan kepercayaan kokoh pada dirinya buat berbuat ataupun melaksanakan suatu aksi yang terbaik. Kepercayaan diri(*self confidence*) ialah modal utama seorang, spesialnya atlet buat menggapai prestasi (Yulianto, F., & Nashori, 2016).Kepercayaan diri merupakan penilaian diri untuk melakukan tindakan yang baik atau buruk, tepat atau salah, bisa atau tidak bisa mengerjakan sesuai dengan yang prosedur (Kamal Firdaus, 2013:287). Menurut Agus & Fahrizqi(2020)seorang atlet meyakinkan bahwa penampilannya pada saat bertanding akan berhasil dalam menunjukkan penampilannya di arena gelanggang pertandingan. Atlet yang mempunyai kepercayaan diri berarti atlet tersebut sanggup, dan meyakini dirinya dalam mencapai prestasi maksimal. Seorang atlet yang memiliki rasa percaya diri yang baik, percaya bahwa dirinya akan mampu menampilkan kinerja olahraga seperti yang diharapkan (Agus & Fahrizqi, 2020).

Orang yang tidak percaya diri mempunyai konsep diri negatif, kurang yakin pada kemampuannya, sebab itu kerap menutup diri.Rasa yakin diri yang rendah bisa berpotensi memunculkan prestasi yang rendah. Perihal demikian disebabkan kalau rasa yakin diri yang

rendah bisa menimbulkan orang tidak bisa menanggulangi perkaranya yang rumit (Yulianto, F., & Nashori, 2016). Sesuai dengan pendapat ahli di atas menunjukkan bahwa tingkat kepercayaan diri atlet sangat mempengaruhi penampilan kondisi psikis lainnya, dan juga didukung dengan adanya motivasi untuk performa pertandingan dalam situasi pertandingan.

Motivasi merupakan dorongan dan kekuatan dalam diri seseorang untuk melakukan tujuan tertentu yang ingin dicapainya. (Hamzah B. Uno, 2012:8). Motivasi merupakan suatu hal yang penting yang harus dimiliki oleh seorang individu atau atlet karena motivasi dapat memicu seseorang untuk melakukan suatu hal yang ingin dicapai (Sardiman A M., 2014:56). Sedangkan Alim (2015:18) pengertian motivasi didefinisikan sebagai usaha mencapai sukses atau berhasil dalam kompetisi dengan suatu ukuran keunggulan yang dapat berupa prestasi orang lain maupun prestasi sendiri.

Berdasarkan beberapa pernyataan teori motivasi di atas dapat disimpulkan bahwa motivasi berperan memberikan dorongan kepada individu dalam mencapai tujuan dan keinginannya untuk melakukan tujuan tertentu. Akan tetapi kebanyakan atlet yang berlatih di klub panahan Top's Archery Lampung belum memahami pentingnya motivasi yang timbul dalam dirinya, misalnya sebagian atlet masih terlambat untuk hadir latihan, masih banyak mengeluh ketika melaksanakan program latihan yang cukup berat, dan ada yang izin untuk tidak berangkat latihan.

Sesuai dengan teori-teori di atas olahraga merupakan bagian paling penting untuk menjaga kondisi tubuh dan terdapat nilai-nilai positif di dalamnya baik dari kesehatan bahkan hingga berprestasi. Salah satu olahraga tertua di dunia yaitu panahan menjadi peluang untuk atlet yang akan mengikuti proses dalam setiap pertandingan baik kejuaraan nasional hingga internasional. Faktor untuk tercapainya keberhasilan seorang atlet selain kondisi fisik yang baik adalah motivasi dan kepercayaan diri atlet menjadi peran utama untuk keberhasilan suatu pertandingan. Sebab, motivasi berperan untuk memberikan acuan dalam diri untuk pencapaian yang maksimal dan kepercayaan diri merupakan hal yang harus dimiliki untuk berpikir positif untuk menampilkan performa yang terbaik bahwa dirinya mampu melakukannya sehingga penampilannya tetap baik.

Berdasarkan survey awal yang telah peneliti lakukan di klub panahan Top's Archery Lampung mengenai kepercayaan diri dan motivasi dikemukakan bahwa sebagian atlet masih kurang percaya diri terutama pada saat pertandingan seperti rasa tegang, khawatir dan sulit berkonsentrasi sehingga performa atlet kurang optimal. Meskipun pembinaan latihan yang

dilakukan pelatih sudah terstruktur dengan ilmu melatih dan kepelatihan, akan tetapi pencapaian prestasi masing-masing individu berbeda. Pencapaian yang diraih oleh atlet panahan klub Top's Archery Lampung tidak stabil. Perbedaan-perbedaan mendasar tentang pemahaman latihan setiap atlet berbeda. Tingkat keseriusan latihan yang dilakukan setiap atlet juga berbeda. Sehingga, berdasarkan uraian diatas, peneliti bertujuan melakukan penelitian dengan judul penelitian yang berjudul **“Survey tingkat kepercayaan diri dan motivasi berprestasi pada atlet panahan Top's Archery Club Lampung”**.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas maka, dapat diketahui bahwa masalah yang dihadapi adalah mengenai kepercayaan diri dan motivasi berprestasi atlet. Dapat ditarik beberapa rumusan masalah dalam penelitian ini, antara lain:

1. Bagaimana tingkat kepercayaan diri atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung?
2. Bagaimana tingkat motivasi berprestasi atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung?
3. Seberapa besar tingkat kepercayaan diri berdasarkan faktor internal atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung?
4. Seberapa besar tingkat kepercayaan diri berdasarkan faktor eksternal atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung?
5. Seberapa besar tingkat motivasi berprestasi berdasarkan faktor instrinsik atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung?
6. Seberapa besar tingkat motivasi berprestasi berdasarkan faktor ekstrinsik atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung?

1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah diatas, maka tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

1. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung.
2. Untuk mengetahui tingkat motivasi berprestasi atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung.

3. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri berdasarkan faktor internal atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung
4. Untuk mengetahui tingkat kepercayaan diri berdasarkan faktor eksternal atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung
5. Untuk mengetahui tingkat motivasi berprestasi berdasarkan faktor instrinsik atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung
6. Untuk mengetahui tingkat motivasi berprestasi berdasarkan faktor ekstrinsik atlet panahan pada klub Tops's Archery Lampung

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam bagaimana memahami karakter dan kondisi psikis atlet dalam mengeluarkan jati diri dan potensi yang dimiliki oleh atlet panahan klub Top's Archery Lampung

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dibidang pendidikan kepelatihan olahraga dan atlet panahan klub Top's Archery Lampung.

2. Bagi Pihak klub Top's Archery Lampung

Memberikan informasi kepada pihak klub mengenai kondisi kepercayaan diri dan motivasi khususnya atlet panahan klub Top's Archery Lampung.

3. Bagi Jurusan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan bahan pertimbangan yang bermanfaat bagi peneliti selanjutnya untuk acuan referensi yang lebih berkualitas lagi, dan dapat memberi materi pada pembelajaran disetiap proses latihan.