

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang Masalah

Olahraga adalah suatu kebutuhan manusia untuk menjaga imunitas tubuh. Olahraga merupakan aktivitas yang menggunakan gerak tubuh, dengan olahraga seseorang memiliki tubuh yang sehat dan bugar sehingga meningkatkan produktivitas disetiap aktivitasnya Firdaus (2012). Olahraga memiliki berbagai manfaat mulai dari menghindarkan diri dari penyakit sampai menjadikan olahraga sebagai media meningkatkan prestasi. Orang-orang yang menekuni olahraga dalam suatu cabang tertentu disebut dengan atlet. Dalam Kamus Besar Bahasa Indonesia (1990:55) atlet adalah olahragawan, terutama yang mengikuti perlombaan atau pertandingan. Menurut Wibowo (2002) atlet adalah subjek atau seseorang yang berprofesi atau menekuni suatu cabang olahraga tertentu dan berprestasi pada cabang olahraga tersebut olahraga. Dalam dunia olahraga, olahraga sendiri memiliki banyak cabang olahraga yang diklasifikasi kedalam beberapa jenis olahraga seperti; atletik, akuatik, bola besar, bola kecil, dan bela diri. Salah satu beladiri yang cukup berkembang di Indonesia saat ini adalah judo. Judo adalah salah satu cabang. olahraga seni bela diri berasal dari Jepang yang diciptakan oleh Prof Jigoro Kano dan telah populer di dunia dewasa ini. Seorang pemain atau atlet judo disebut dengan judoka atau pejudo (Ahcmad dalam Suwarli, 2016). Menurut Sopian & Purnamasari (2019) olahraga judo merupakan olahraga yang dilakukan dengan kompetitif dan menjunjung tinggi nilai sportifitas olahraga, sehingga memberikan kesempatan bagi seorang atlet dalam mengembangkan prestasi

melalui pembinaan atlet, baik melalui latihan di klub-klub maupun dalam suatu program pemusatan latihan. Suwarli (2016) juga berpendapat, dalam olahraga judo perlu dilakukan proses latihan yang baik dan teratur demi mencapai hasil maksimum dan meraih prestasi yang baik. Menurut Sukadiyanto (dalam Suwarli, 2016) kualitas latihan sangat ditentukan oleh seorang pelatih dan atlet judo itu sendiri, keduanya harus memiliki komitmen yang tinggi dalam proses meraih prestasi dan hasil yang baik.

Di Indonesia Judo merupakan cabang olahraga beladiri tertua, dikenal di Indonesia pada tahun 1942. Pada tahun 1949 pertama kali Perkumpulan Judo beladiri di Jakarta, kemudian pada tanggal 25 Desember 1955 organisasi Judo Indonesia berdiri dengan nama Persatuan Judo Seluruh Indonesia atau disingkat PJSI (Abdi dalam Materiolahraga.com, 2018). Menurut Olili (dalam Tribun Olahraga, 2019) menyebutkan bahwa prestasi pejudo di Indonesia tergolong tidak menentu bahkan menurut data dari Indonesia Judo *Community* (IJC), saat ini statistic perkembangan Judo di Indonesia masuk dalam kategori yang menyedihkan. Menurut data dari IJC, dari tahun 2008 sampai tahun 2018 hanya terdapat 6 Pengprov, yaitu; Jawa Barat, DKI Jakarta, Jawa Timur, Bali, Banten dan Kalimantan Timur yang menunjukkan prestasi di atas 5%. Sedangkan, pada kejuaran Pekan Olahraga Nasional (PON) Jabar 2016 dicabang olahraga judo provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta berhasil memperoleh satu medali perunggu pada kelas pertandingan -100kg putra. Prestasi tersebut belum terdapat peningkatan pada PON Papua 2020 dengan hasil kontingen DIY cabang olahraga judo belum dapat menyumbangkan medali untuk provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta.

Olili (dalam Tribun Olahraga, 2019) juga menyebutkan PJSI mencatat memiliki 33 Pengprov yang terlibat dalam setiap kejuaraan Judo. Dalam data statistic IJC penyebaran prestasi tersebut didominasi oleh Jawa, Bali dan Kalimantan. Dominasi tersebut dipengaruhi oleh salah satunya adalah belum menyebarnya kepengurusan yang ada di tiap-tiap daerah di Indonesia. Hal tersebut sejalan dengan Kurniawan (2014) dalam penelitiannya yang berjudul “Pengembangan Pembelajaran Judo Teknik Bantingan Kyu 4 Dengan Media VCD Untuk Pejudo PJSI (Persatuan Judo Seluruh Indonesia)”, perkembangan olahraga judo belum begitu dikenal oleh masyarakat secara luas jika dibandingkan dengan olahraga beladiri lainnya, hal tersebut disebabkan oleh masyarakat yang belum tahu bagaimana gambaran mengenai olahraga judo sebenarnya, kurangnya sosialisasi dari pengurus pusat maupun daerah juga menjadi faktor olahraga judo belum dapat berkembang dan menyebarluas di masyarakat.

Menurut Fatan (2016) dalam penelitiannya yang menyebutkan bahwa secara psikologis atlet judo khususnya dari kalangan pelajar pada umumnya cenderung labil ketika dihadapkan oleh harapan untuk sukses dan ketakutan akan kegagalan, hal tersebut memiliki peran penting dalam performa atlet ketika bertanding. Semua perubahan perilaku tersebut, akan mempengaruhi efek utama terhadap individu seorang atlet judo salah satunya adalah motivasi (Fatan, 2016). Menurut Petri (1981) motivasi adalah keadaan dalam pribadi seseorang yang mendorong keinginan individu untuk melakukan kegiatan-kegiatan tertentu guna mencapai suatu tujuan. Menurut Schunk, dkk (2012) mendefinisikan motivasi sebagai proses aktivitas yang terarah untuk suatu tujuan dengan didorong dan dipertahankan.

Motivasi berprestasi atau motivasi untuk berprestasi dengan demikian adalah motivasi dengan tujuan meraih prestasi. Singkatnya, motivasi berprestasi adalah motivasi dengan tujuan untuk meraih prestasi yaitu dengan mengembangkan ataupun mendemonstrasikan kemampuan yang tinggi (Nicholl dalam Purwanto, 2014). Menurut McClelland (1985) Motivasi berprestasi didefinisikan sebagai sejauh mana individu berbeda dalam kebutuhan untuk berusaha mencapai imbalan, seperti kepuasan fisik, pujian dari orang lain, dan perasaan pribadi penguasaan. Muthee dan Thomas (2009) menyebutkan aspek-aspek motivasi berprestasi yang membedakan dengan motivasi berprestasi tinggi dan rendah yaitu; daya saing, keyakinan berprestasi, menerima perubahan, menetapkan tujuan, kemandirian, dan pengendalian diri.

Ketika seorang atlet memiliki motivasi berprestasi, maka dia akan mengerahkan usaha yang lebih besar, karena menurut Purwanto (2014) motivasi berprestasi pada atlet memiliki peran dalam mendemonstrasikan kemampuan sesuai harapan atlet. Sehingga, atlet judo terdorong untuk terus berlatih mengembangkan kemampuan fisik maupun teknik untuk terus menoreh prestasi. Kondisi lingkungan latihan yang kompetitif dapat memacu motivasi atlet judo untuk terus meraih prestasi. Pada kenyataanya, motivasi berprestasi yang dimiliki atlet judo di Daerah Istimewa Yogyakarta ini masuk dalam kategori kurang.

Hasil wawancara dan observasi yang telah dilakukan oleh peneliti pada 13 Oktober 2021 dengan 5 atlet judo di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan rata-rata usia 23-29 tahun dengan latar belakang pelajar dan pekerja, didapatkan hasil bahwa dari wawancara menunjukkan indikasi motivasi berprestasi yang cenderung rendah.

Hal ini diakui oleh 4 dari 5 atlet judo di Daerah Istimewa Yogyakarta dan disesuaikan dengan aspek-aspek motivasi berprestasi menurut Muthee dan Thomas (2009). Tiga dari lima atlet mengakui memilih berlatih dengan rekan atau *partner* dengan kemampuan yang sama atau lebih rendah dalam hal kemampuan, hal ini mengacu pada aspek daya saing. Empat dari lima atlet mengalami kecenderungan rendah pada aspek kemandirian dan menetapkan tujuan, hal tersebut ditandai dengan masih banyak atlet yang belum dapat hadir secara penuh dijadwal latihan yang telah ditentukan, Empat dari lima atlet mengatakan komitmen untuk berlatih hanya ada saat akan menjelang pertandingan saja, hal ini dapat diartikan adanya kecenderungan rendah pada aspek pengendalian diri.

Dari hasil observasi masih banyak atlet yang belum dapat hadir dalam jadwal latihan secara penuh menyebabkan proses berlatih menjadi kurang maksimal, bukan tanpa alasan proses latihan kurang maksimal hal ini dikarenakan olahraga judo merupakan olahraga yang membutuhkan *partner* atau rekan dengan postur tubuh yang seimbang dalam proses latihan dan ketika mengaplikasikan teknik bantingan, selain itu beberapa atlet masih belum maksimal dalam menyelesaikan porsi latihan yang diberikan oleh pelatih dan cenderung untuk menghindari latihan tersebut. Empat dari lima atlet juga berpendapat bahwa bekal pengalaman bertanding yang masih kurang. Kurangnya pengalaman bertanding tersebut ditunjukkan dengan prestasi atlet judo di Daerah Istimewa Yogyakarta dalam kejuaraan nasional yang masih belum kompetitif dengan kontingen daerah lain, hal ini juga disebabkan oleh jumlah kejuaraan atau *try out* sebagai tolak ukur kemampuan atlet judo di lingkup daerah.

Hal ini sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh McClelland (1987) menjelaskan motivasi berprestasi menjadi aspek psikologis yang berpengaruh pada kesuksesan individu dalam melakukan tindakan. Motivasi berprestasi muncul dari sebuah dorongan untuk mencapai keberhasilan dari proses belajar ataupun berlatih. Selain itu, pengalaman bertanding seorang atlet dapat meningkatkan keyakinan terhadap kemampuan atau efikasi diri yang dimiliki individu atlet untuk meraih prestasi. Bagi atlet judo yang masih belum memiliki efikasi diri tentu akan mengalami penurunan terhadap motivasi berprestasi dalam melakukan tindakan yang diharapkan selama proses latihan. Dampak dari adanya semua itu akan mengakibatkan munculnya efek penurunan prestasi pada diri seorang atlet judo. Dari hasil wawancara dan observasi diatas terlihat kualitas latihan ditentukan oleh pelatih dan atlet itu sendiri, keduanya harus memiliki komitmen untuk proses meraih prestasi Sukadiyanto (dalam Suwarli, 2016).

Menurut McClelland (1987) motivasi berprestasi sangat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu, faktor intrinsik dan faktor ekstrinsik. Faktor intrinsik mencakup; kemungkinan untuk sukses, kekuatan, ketakutan akan kegagalan, *value*, efikasi diri, usia, pengalaman dan jenis kelamin. Sedangkan, faktor ekstrinsik meliputi lingkungan, keluarga dan teman. Faktor tersebut menjadi pendorong untuk berprestasi, salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi untuk berprestasi atau motivasi berprestasi adalah faktor intristik adalah efikasi diri. McClelland (1987) mengungkapkan salah satu faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi adalah efikasi diri. Efikasi diri merupakan kepercayaan diri atau keyakinan seorang individu mengenai kemampuan untuk melakukan berbagai hal. Menurut Bandura

(1977) efikasi diri sebagai penentu bagaimana orang merasa berfikir, memotivasi diri, dan berperilaku. Peran efikasi diri dalam fungsi sebagai tingkat motivasi, keadaan afektif, dan tindakan lebih seseorang yang didasarkan pada apa yang mereka yakini. Dinyatakan pula oleh Bandura dan Woods (dalam Ghufron dan Risnawita, 2014) efikasi diri mengacu pada keyakinan akan kemampuan individu dalam menggerakkan motivasi, kemampuan kognitif dan tindakan yang diperlukan dalam memenuhi tuntutan situasi. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Yunifa & Budiarto (2006) yang berjudul “Motivasi Kerja Guru Ditinjau Dari *Self-Efficacy* Dan Iklim Sekolah (Studi Pada Guru Yayasan X)”, motivasi menjadi dasar keyakinan meningkatnya motivasi individu untuk berprestasi dengan menentukan tingkat untuk mencapai tujuan. Efikasi menjadi kontribusi yang secara signifikan mempengaruhi motivasi dan pencapaian individu.

Menurut Paramita (2021) dalam penelitiannya, terdapat hubungan positif yang signifikan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi. Paramita (2021) mengungkapkan bahwa motivasi berprestasi merupakan aspek psikologis yang berpengaruh dalam kesuksesan individu saat melakukan suatu tindakan. Individu akan mempunyai kemauan keras dalam mencapai suatu tujuan apabila memiliki tingkat motivasi berprestasi yang tinggi. Individu yang memiliki tingkat efikasi diri yang tinggi maka individu tersebut akan memiliki kemudahan pencapaian suatu tujuan yang diinginkan, karena memiliki keyakinan yang kuat dalam individu tersebut (Paramita, 2021).

Seorang atlet judo dapat melakukan sesuatu untuk mencapai prestasinya dengan baik karena adanya keyakinan terhadap kemampuan. Seorang atlet judo

harus memiliki keyakinan terhadap kemampuan untuk menghadapi sebuah pertandingan demi mencapai prestasi. Kualitas latihan menjadi penentu utama yang dipengaruhi oleh keadaan dan kemampuan seorang pelatih serta individu seorang atlet judo, keduanya harus memiliki harus meliputi kemampuan, kemauan serta komitmen yang tinggi dalam meraih hasil yang baik (Sukadiyanto dalam Suwarli, 2016). Seorang pelatih juga memiliki andil dalam proses latihan tersebut namun hasil yang maksimal tidaklah mudah tercapai jika seorang atlet yang sedang dalam proses latihan maupun sedang dalam kejuaraan tidak memiliki efikasi diri tersebut.

Menurut Bandura (1997) efikasi pada setiap individu akan berbeda satu dengan lainnya, sehingga terdapat tiga dimensi dalam efikasi diri yaitu; Dimensi tingkat (*level*), Dimensi kekuatan (*strength*), dan Dimensi generalisasi (*generality*). Bandura (1997) mengatakan bahwa efikasi diri adalah hasil dari proses kognitif yang meliputi keputusan, keyakinan atau pengharapan tentang sejauh mana individu tersebut dapat memperkirakan kemampuan dirinya untuk melaksanakan tugas atau tindakan tertentu demi mencapai hasil yang diinginkan. Atlet judo akan memiliki kemauan kuat untuk mencapai tujuan apabila memiliki motivasi untuk berprestasi tinggi, atlet judo yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi maka akan mudah dalam mencapai suatu tujuan, karena individu atlet judo tersebut memiliki keyakinan diri yang kuat. Sebaliknya apabila individu atlet judo memiliki tingkat efikasi diri yang rendah, maka tingkat motivasi berprestasi cenderung akan rendah.

Sehubungan dengan latar belakang yang peneliti jelaskan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada atlet judo di Daerah Istimewa Yogyakarta?

Tujuan dan Manfaat Penelitian

Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara efikasi diri dengan motivasi berprestasi pada atlet judo di Daerah Istimewa Yogyakarta.

Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mempunyai kontribusi dalam menambah wawasan keilmuan psikologi perihal motivasi berprestasi dan efikasi diri.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi peneliti, sebagai referensi bahan penelitian serta dapat lebih memahami atlet judo kaitannya dengan faktor motivasi berprestasi dan efikasi diri.
2. Bagi organisasi, penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi kepada organisasi yang memiliki perhatian pada motivasi berprestasi atlet judo sehingga bisa meningkatkan efikasi diri atlet judo.