

BAB I

LATAR BELAKANG

A. Latar Belakang Masalah

Brazilian Jiu Jitsu (BJJ) adalah salah satu seni bela diri dan cabang olahraga internasional yang populer di seluruh dunia. Cikal bakal olahraga *Brazilian Jiu Jitsu* adalah Kodokan Judo yang dipelopori oleh Mitsuyo Maeda. Maeda sebagai tokoh Judo berkeliling dunia pada tahun 1906 sampai dengan 1913 dan pada akhirnya menetap di Brasil pada tahun 1914. Sekitar tahun 1996 seorang pemuda dari Brasil bernama Carlos Gracie mulai belajar Judo bersama Maeda dan Carlos kemudian bersama-sama menciptakan *Brazilian Jiu Jitsu*. Setelah itu, Carlos mulai membagikan ilmu bela dirinya kepada banyak orang di sekitarnya sehingga *Brazilian Jiu Jitsu* terkenal di penjuru Brasil. Masa puncak meledaknya *Brazilian Jiu Jitsu* ke seluruh dunia adalah pada saat salah satu keluarga Gracie, yaitu Royce Gracie memenangkan kompetisi internasional *Ultimate Fighting Championship* (UFC), ajang tarung bebas yang mengundang praktisi beladiri dari berbagai aliran. Kemenangan ini membuktikan pada dunia bahwa bela diri ini sangat efektif dalam tarung bebas. Olahraga bela diri *Brazilian Jiu Jitsu* terfokus pada pertarungan lantai, bantingan, kuncian, dan cekikan. Filosofi yang dipegang oleh praktisi bela diri ini adalah bagaimana lawan yang lebih kecil, lebih lemah, dan lebih lambat dapat menghadapi lawan yang besar dan kuat.

Saat ini *Brazilian Jiu Jitsu* sedang berkembang dengan pesat di Asia dan juga Indonesia. *Brazilian Jiu-Jitsu* sudah memulai debutnya dalam Olimpiade, salah satunya adalah di *Asean Games 2018 Jakarta dan Palembang*. *Asean Games* adalah kompetisi kedua terbesar di dunia yang diikuti oleh ribuan atlet dari seluruh Asia dan *Brazilian Jiu-Jitsu* resmi menjadi cabang olahraga yang dipertandingkan dan menjadi bagian dari kompetisi akbar tersebut. Berkembangnya *Brazilian Jiu-Jitsu* di Indonesia seiring sejalan dengan banyaknya peminat *Brazilian Jiu-Jitsu* dan juga berkembangnya berbagai organisasi bela diri *Brazilian Jiu-Jitsu* di Indonesia. Dari sudut pandang seni bela diri, masing-masing organisasi dibuat untuk memfasilitasi kebutuhan peminat *Brazilian Jiu-Jitsu* untuk belajar dan mendalami bela diri ini baik sebagai hobi ataupun fokus untuk mengejar prestasi. Berdasarkan hasil wawancara dengan salah satu praktisi *Brazilian Jiu-Jitsu* yang juga memiliki organisasi *Brazilian Jiu-Jitsu* di Jakarta, prestasi yang dapat dicapai dalam *Brazilian Jiu-Jitsu* adalah memenangkan pertandingan dan juga naik tingkatan sabuk. Terdapat organisasi yang fokus pada hobi sehingga kepentingan belajar seni olahraga ini hanya untuk kepentingan pribadi dan rekreasional, namun ada juga yang fokus pada pencapaian prestasi.

Salah satu organisasi *Brazilian Jiu-Jitsu* di Indonesia yang fokus pada pencapaian prestasi adalah JJA. JJA adalah salah satu organisasi bela diri *Mixed Martial Art* di Daerah Istimewa Yogyakarta yang sudah berdiri sejak tahun 2005. Organisasi ini merupakan organisasi bela diri swasta yang memiliki visi yaitu

menjadi *academy* bela diri profesional terbesar di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan membentuk dan menciptakan atlet berprestasi tinggi yang berguna bagi diri sendiri dan dapat menginspirasi bagi banyak orang. Atlet merupakan salah satu Sumber Daya Manusia (SDM) yang merupakan produk organisasi yang menentukan keberhasilan organisasi. Atlet disini berarti individu yang ikut serta dalam suatu kegiatan atau kompetisi olahraga kompetitif (Nugroho, 2012). Atlet harus memiliki performa yang lebih tinggi dari rata-rata dalam melakukan konsentrasi cabang olahraganya. Jadi seseorang bisa dikatakan seorang atlet jika orang tersebut memiliki performa lebih dari rata-rata dan mengikuti kompetisi olahraga tertentu dalam suatu turnamen. Sedangkan, istilah prestasi merujuk pada hasil yang dicapai seseorang melalui usaha yang dilakukan (Depdiknas – Pusat Bahasa, 2002). Hal ini berarti bahwa prestasi bukanlah sesuatu yang terjadi secara kebetulan atau tiba-tiba, melainkan melalui proses panjang. Ditambahkannya kata ‘tinggi’ selain memberikan arti kuat juga bermakna adanya keunggulan dibanding dengan atlet dari organisasi lainnya.

Pemilik organisasi menyatakan bahwa prestasi atlet berperan sangat besar dalam keberlangsungan organisasi. Prestasi atlet merupakan produk dari organisasi yang akan meningkatkan kredibilitas organisasi dan mendatangkan profit organisasi. Atlet dikatakan berprestasi bila atlet memiliki kinerja atau *performance* yang tinggi, untuk itu atlet memiliki tugas dan tanggungjawab yaitu untuk terus meningkatkan *performance* atau kinerja untuk memajukan organisasi. Tugas ini sejalan dengan visi organisasi yaitu menjadi *academy* bela diri profesional terbesar di Daerah Istimewa Yogyakarta dengan membentuk dan

menciptakan atlet berprestasi tinggi yang berguna bagi diri sendiri dan dapat menginspirasi bagi banyak orang.

Demi mewujudkan visi ini maka organisasi membuat kelas dan program khusus untuk memproses atlet hingga mampu menjadi unggulan dan memiliki *performance* atau kinerja tinggi saat bertanding. Atlet pun bertanggungjawab mengikuti seluruh proses dan program sebagai tugas dan tanggungjawab mereka. Pemilik organisasi menyatakan bahwa tingginya kinerja atlet merupakan pencapaian individual atlet dan juga merupakan prestasi organisasi. Hal ini akan meningkatkan kredibilitas atlet dan juga organisasi. Peningkatan kredibilitas terjadi karena organisasi dapat membuktikan bahwa dapat menciptakan petarung yang berkualitas dan mampu menjadi juara. Berkumpulnya para juara yang berkualitas di organisasi akan menjadi daya tarik bagi peminat bela diri *Brazillian Jiu-Jitsu* dalam memilih *academy* tempat mereka berlatih.

Berdasarkan hasil wawancara pada praktisi bela diri *Brazillian Jiu-Jitsu* Indonesia yang juga memiliki organisasi *Brazillian Jiu-Jitsu* di Jakarta, diketahui bahwa dari pengalamannya, terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi individu dalam memilih organisasi bela diri khususnya *Brazillian Jiu-Jitsu* yaitu sarana dan prasarana berlatih, biaya latihan, pelatih, dan juga kualitas partner berlatih. Kinerja tinggi yang dihasilkan oleh atlet di sebuah organisasi membuktikan kualitas petarung yang dimiliki oleh organisasi tersebut dan sekaligus kemampuan pelatih dalam membentuk juara. Hal ini meningkatkan daya tarik organisasi, meningkatnya daya tarik organisasi akan berjalan seiring dengan meningkatnya jumlah individu peminat *Brazillian Jiu-Jitsu* yang bergabung

dengan organisasi. Hal ini merupakan keuntungan bagi organisasi, semakin baik kinerja atlet dan jumlah member yang dimiliki maka organisasi akan mencapai visinya yaitu menjadi wadah bela diri terbesar di Daerah Istimewa Yogyakarta. Berdasarkan hal tersebut maka organisasi perlu memperhatikan pengembangan *performance* atau kinerja atlet dalam organisasi agar benar-benar mampu memberikan prestasi bagi diri sendiri maupun organisasi.

Moeheriono (2012) menyatakan bahwa kinerja atau *performance* atlet adalah tingkat pencapaian pelaksanaan suatu program kegiatan dalam mewujudkan sasaran, tujuan, visi, dan misi organisasi yang dituangkan melalui perencanaan strategi suatu organisasi (Moeheriono, 2012). Kinerja karyawan pada dasarnya diukur sesuai dengan kepentingan organisasi, sehingga indikator dalam pengukurannya disesuaikan dengan kepentingan perusahaan itu sendiri. Robbins (2006) menyatakan bahwa terdapat beberapa indikator pengukuran kinerja, yaitu kuantitas pekerjaan, kualitas pekerjaan, kemandirian, efektivitas, dan komitmen. Pada organisasi ini, pengukuran kinerja atlet dilakukan dengan melihat indikator kuantitas pekerjaan, kualitas pekerjaan, juga komitmen. Robbins (2006) menyatakan bahwa indikator kuantitas pekerjaan merupakan produktivitas kerja yang dihasilkan oleh karyawan dalam jumlah tertentu berdasarkan standar yang telah ditentukan oleh perusahaan. Pada organisasi, kuantitas pekerjaan dinilai dari jumlah kemenangan yang dihasilkan oleh atlet dalam pertandingan yang diikuti. Indikator berikutnya adalah kualitas pekerjaan yang berhubungan dengan kemampuan karyawan menyelesaikan pekerjaan sesuai dengan standar. Pada organisasi ini, kualitas pekerjaan dinilai dengan kualitas atlet dalam bertanding.

Indikator terakhir yang digunakan untuk mengukur kinerja adalah komitmen. Indikator ini mengungkapkan tentang kemampuan karyawan dalam mengemban pekerjaan atau tanggungjawab secara mandiri tanpa harus diminta oleh orang lain. Pada organisasi, indikator ini dinilai dari jumlah keikutsertaan atlet dalam yang ditargetkan oleh organisasi setiap tahunnya.

Berdasarkan penjelasan di atas maka dapat disimpulkan bahwa organisasi melakukan penilaian kinerja dari tiga buah aspek yaitu keikutsertaan dalam pertandingan yang diwajibkan oleh organisasi, kualitas atlet dalam bertanding, dan juga kemenangan yang diperoleh saat bertanding (Kusumajati, 2019). Masing-masing aspek memiliki bobot penilaian kinerja masing-masing, aspek keikutsertaan bertanding memiliki bobot 30%, aspek kualitas bertanding memiliki bobot 40%, dan aspek kemenangan memiliki bobot 30% dari 100% total skor kinerja. Seluruh dimensi ini kemudian akan digabungkan dan dihitung menjadi skor kinerja individual masing-masing atlet. Berdasarkan wawancara dengan pemilik organisasi diketahui bahwa sejak berdiri terutama sejak mengalami perombakan organisasi pada tahun 2016, kinerja atlet belum sesuai harapan atau standar pencapaian minimal organisasi. Kinerja atlet dikatakan sesuai standar pencapaian minimal organisasi bila skor keseluruhan dari tiga aspek di atas berada di atas 65% yang berarti atlet memiliki inisiatif mengikuti kompetisi bertaraf nasional dan internasional yang diwajibkan, memiliki kualitas kerja dengan menunjukkan permainan yang berkualitas saat pertandingan dan juga mampu memberikan hasil akhir yang memuaskan yaitu dengan memenangkan pertandingan.

Walaupun demikian, data organisasi menunjukkan bahwa skor kinerja atlet sejak awal tahun 2016 sampai pada agustus 2019, berada di bawah standar organisasi yaitu di bawah 65% atau dalam kategori kurang, terdapat pula tahun-tahun tanpa prestasi samasekali. Pemilik menyatakan bahwa selama ini atlet cenderung giat ikut serta dalam pertandingan namun tidak menunjukkan kualitas bertanding yang baik dan juga tidak menghasilkan kemenangan (Kusumajati, 2019). Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kinerja atlet, baik faktor dari organisasi itu sendiri dalam menyelenggarakan pelatihan atlet dan juga faktor dari dalam diri atlet.

Peneliti kemudian menggali lebih dalam untuk mengetahui hambatan yang sebenarnya dialami oleh organisasi sehingga memiliki kinerja rendah dan tidak produktif menghasilkan prestasi, dimulai dari faktor atlet. Sekurangnya terdapat tiga faktor dasar yang diyakini mempengaruhi penampilan atlet, yaitu: faktor fisiologis, anthropometris dan psikologis (Peltola, 1992; Hanh, 1990; Bompa, 1990). Faktor fisiologis terkait dengan potensi dan kemampuan biomotor seperti kecepatan, kekuatan, kelincahan dan ketahanan, yang sangat dipengaruhi oleh kondisi kefaalan seseorang. Faktor anthropometris berkenaan dengan ukuran-ukuran tubuh seperti tinggi badan, berat badan, panjang lengan, yang tingkat urgensinya berbeda-beda pada cabang olahraga satu dan cabang olahraga lain. Sementara itu, faktor psikologis bertalian dengan kesiapan dan kesanggupan mental untuk berlatih dan bertanding.

Peneliti melakukan wawancara mendalam kepada pelatih dan atlet mengenai bagaimana kondisi fisiologis, anthropometris dan psikologis atlet di

organisasi pada tanggal 24 sampai 26 Juli 2019. Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih diketahui bahwa seluruh atlet telah memenuhi standar dan layak secara fisiologis dan antropometris dalam melakukan olahraga *Brazilian Jiu-Jitsu*. Hal tersebut adalah persyaratan dasar untuk menjadi atlet *Brazilian Jiu-Jitsu* sehingga kedua faktor tersebut bukanlah penghambat tercapainya prestasi. Peneliti kemudian melakukan analisa pada faktor berikutnya yaitu psikologis atlet. Faktor psikologis memegang peranan yang sangat menentukan dalam *performance* atau kinerja atlet (Hardy, Jones & Gould, 1996; Ungerleider, 1996; Gunarsa, 2000, 2004;). Bahkan James E. Loehr, seorang psikolog olahraga kenamaan mengatakan: “*At least 50 percent of the process of playing well is the result of mental and psychological factors.*” Selain itu, dari sudut pandang keilmuan, penampilan atlet di lapangan hakikatnya merupakan perwujudan tingkahlaku dan tingkahlaku sendiri merupakan objek amatan dari disiplin psikologi. Karena itu, menganalisa faktor psikologis atlet adalah sangat penting dalam meningkatkan *performance* atau kinerja atlet.

Peneliti melakukan analisa untuk mengetahui kondisi psikologis yang mempengaruhi kinerja atlet. Faktor psikologis yang mempengaruhi prestasi atlet adalah kesiapan dan kesanggupan mental untuk bertanding (Peltola, 1992; Hanh, 1990; Bompa, 1990). Terdapat tujuh komponen kesiapan dan kesanggupan atlet yang mempengaruhi prestasi yaitu ambisi prestatif, kerja keras, gigh, komitmen, kemandirian, strategi bertanding, dan swakendali (Maksum, 2006). Peneliti menggunakan ketujuh komponen tersebut sebagai dasar untuk menggali lebih dalam mengenai hambatan yang dialami atlet saat bertanding. Metode yang

digunakan untuk menggali komponen tersebut adalah wawancara. Peneliti kemudian meminta rekomendasi dari pelatih untuk memilih sample subyek yang dinilai memiliki kinerja tidak sesuai standar minimal organisasi di tahun 2019 untuk diwawancara dengan tujuan mengetahui hambatan psikologis yang mempengaruhi kinerja masing-masing atlet. Wawancara dilakukan pada tanggal 26 Juli 2019 pada tiga orang atlet berkinerja rendah yang direkomendasikan oleh pelatih. Berdasarkan hasil wawancara, diketahui bahwa subyek memiliki keinginan untuk berprestasi yang sangat kuat dan menunjukkan berbagai upaya yang konsisten dalam berlatih dengan keras. Namun mereka menyatakan bahwa hambatan paling besar yang dirasakan selama ini adalah rasa kebingungan dalam menentukan arah dan langkah-langkah saat bertanding. Mereka menyatakan bahwa saat bertanding mereka merasa kurang terarah dan bingung mengenai apa yang harus dilakukan untuk menghadapi teknik-teknik dari lawan. Mereka juga menyatakan butuh mengetahui lebih dalam mengenai *game plan* apa yang harus dilakukan dan memahami bagaimana dapat membaca *game plan* lawan juga menemukan *game plan* diri sendiri yang sesuai dengan diri mereka bukan hanya mengetahui teknik-teknik tanpa bisa benar-benar memahami aplikasinya nyata dalam bentuk strategi bertanding. Berikut adalah *evidence* hasil wawancara:

“Nek aku yaa, bingung sebenarnya, yo ngerti kalau ini armbar, ini r n c, ini americana, tapi ga ada strategi, jadi yaa sak inget nya, sak isonya”

“Masih ga ngerti cara main sendiri sih, kayak gaya mainku itu apa. Jadi kayak semua submission aja dicoba, maunya.. Cuma biasanya pas tanding malah bingung”

“Ngene, dari awal nih ya mbak, passing guard yang enak aja terus mau masuk apa biasanya aku bingung, jadi kelamaan mikirnya”

Berdasarkan *evidence* di atas maka diketahui bahwa kendala yang dialami atlet dalam bertanding adalah kurangnya pengetahuan akan alur bermain, kebingungan dalam menentukan langkah, dan kurangnya perencanaan yang dapat membantu mengarahkan mereka dalam menentukan langkah-langkah yang harus diambil saat pertandingan berlangsung. Hambatan ini merupakan bagian dari komponen strategi bertanding sehingga dapat dikatakan bahwa permasalahan yang dialami atlet adalah kurangnya strategi bertanding atlet pada saat berkompetisi.

Menurut Maksim (2006) strategi bertanding sendiri adalah kemampuan membuat dan menganalisa strategi diri sendiri dan lawan kemudian melakukan modifikasi pada strategi tersebut juga kemauan dan kemampuan untuk melakukan teknik atau strategi baru yang belum pernah ditampilkan sebelumnya. Pengertian ini selaras dengan pengertian dari strategi bertanding milik Bouthier (dalam Godbout, 1998) yang menyatakan bahwa strategi bertanding adalah kemampuan individu dalam melakukan observasi dan perencanaan dalam membuat prinsip permainan dan panduan teknik yang disesuaikan dengan atlet dan telah diputuskan sebelum pertandingan dengan tujuan untuk mengatur pola bermain selama pertandingan untuk mendapatkan keberhasilan. Alfianto (2013) juga menyatakan bahwa strategi bertanding adalah siasat atau pola pikir yang digunakan sebelum pertandingan dimulai untuk mencari kemenangan secara sportif.

Strategi bertanding adalah hal yang sangat penting dalam bertanding terutama dalam pertandingan *Brazilian Jiu-Jitsu* dan sangat berdampak pada kesuksesan atlet. Miyao Brothers (dalam Kesting, 2017) yang merupakan juara

dunia *Brazillian Jiu-Jitsu* menyatakan bahwa kunci kesuksesan dalam kompetisi *Brazillian Jiu-Jitsu* adalah strategi. Atlet tidak membutuhkan banyak teknik jatuhan, bantingan, *sweeps*, *guard passes*, dan kuncian. Atlet hanya perlu fokus pada *game plan* sederhana yang benar-benar dikuasai sehingga atlet benar-benar menguasai pertandingan dan dapat bertanding dengan nyaman. *Brazillian Jiu-Jitsu* sendiri juga dikenal dengan *human chess* dimana strategi adalah hal yang sangat menentukan kemenangan karena dapat membantu atlet dalam mengetahui atau memikirkan beberapa langkah lebih maju yang dapat diambil (Frank, 2014).

Berdasarkan data di atas maka dapat dilihat bahwa sangat penting bagi atlet *Brazillian Jiu-Jitsu* untuk memiliki strategi bertanding agar mampu menguasai pertandingan. Maloney dan Ward (dalam Kline, 1993) memaparkan bahwa kemampuan ini dipengaruhi secara langsung oleh proses belajar yang dilakukan manusia. Sehingga proses pembelajaran atau pelatihan yang dialami atlet sangat mempengaruhi strategi bertanding mereka. Berdasarkan hasil wawancara dengan pelatih di organisasi diketahui bahwa metode pelatihan yang digunakan di organisasi adalah *directive coaching*. *Directive coaching* sendiri adalah metode yang lebih banyak melibatkan *coach* atau pelatih dibandingkan individu yang dilatih, dimana pada metode ini peran pelatih adalah memberikan arahan dan saran berdasarkan pengalaman dan keterampilan yang dimilikinya (Ana, 2012). Pelatih di organisasi biasanya memberikan materi sesuai kurikulum secara satu arah. Pelatih lebih banyak melibatkan teknik mentoring dimana pelatih cenderung memberikan pengetahuan secara langsung kepada atlet dan tidak melakukan *questioning techniques* untuk mengetahui dan mengasah kemampuan

berpikir dan analisa atlet. Berdasarkan *The Matrix of Coaching Model* milik Max Landsberg dijelaskan bahwa metode *directive coaching* digunakan untuk individu yang memiliki keinginan belajar dan keterampilan yang rendah atau *low will, low skill* (Morison, 2016). Metode ini dinilai kurang sesuai dengan kebutuhan atlet di organisasi dalam mengembangkan kemampuan strategi bertanding, sebab membuat strategi bertanding untuk mencapai kesuksesan membutuhkan individu yang memiliki keinginan yang kuat dan juga keterampilan yang matang atau *high will, high skill*.

Dunn (2006) menyatakan bahwa untuk mengasah kemampuan strategi bertanding maka atlet perlu mengasah kemampuan analisa dan juga harus didorong untuk membuat pemecahan masalah dan keputusan sendiri dengan melakukan evaluasi dari kesalahan atau kegagalan yang pernah dilakukan. Djoko Pelik (2002) menyatakan bahwa pelatih memegang peranan penting dalam membantu atlet mengasah kemampuan strategi bertanding dengan menciptakan proses belajar dan situasi latihan yang mendorong atlet untuk berpikir dengan mengajukan pertanyaan-pertanyaan juga memberikan *feedback* secara terus menerus. Bila dilihat berdasarkan tahapan proses belajar manusia milik *Anderson and Krathwohl's Taxonomy* (Anderson and Krathwohl, 2001), kemampuan strategi bertanding atlet setara dengan proses belajar tingkat tinggi yaitu proses belajar menciptakan atau *create* dimana pada tahap ini individu mampu merumuskan hasil pembelajaran, membuat perencanaan, dan melakukan proses konstruksi atau menciptakan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa untuk memiliki strategi bertanding maka proses pelatihan atlet perlu didukung dengan metode

pembelajaran yang dapat membuat mereka melakukan proses analisa, membandingkan, mempertanyakan, evaluasi atas efektivitas setiap teknik berdasarkan pengalaman diri, membuat perencanaan strategi atau teknik bermain yang sesuai dengan kebutuhan dan kenyamanan diri.

Pelatih menyatakan bahwa sejauh ini belum pernah dibahas dan dilakukan analisa secara mendalam dan spesifik mengenai teknik yang sesuai dengan kebutuhan atlet, strategi bertanding diri, dan atau bagaimana membaca strategi bermain lawan. Proses pembelajaran hanya sampai pada tahap aplikasi dimana pada tahap ini dilakukan penerapan berkaitan dengan materi yang dipelajari. Pada proses latihan, atlet hanya mengimplementasikan teknik sesuai dengan apa apa yang diajarkan oleh pelatih. Proses latihan hanya dilakukan sampai pada tahap ini namun belum pernah dilakukan analisa lebih dalam yaitu proses memecah informasi atau teknik yang diajarkan menjadi bagian-bagian, melihat bagaimana hubungan antar teknik, pemakaian teknik dengan tujuan keseluruhan, sampai dengan menciptakan strategi bermain. Hal ini menyebabkan atlet hanya terbiasa menerima informasi dan melakukannya tanpa menganalisa lebih lanjut.

Berdasarkan penjelasan di atas maka diketahui bahwa kurangnya strategi yang dimiliki oleh atlet ini dipengaruhi oleh metode belajar yang mereka alami dimana selama ini metode belajar yang mereka alami cenderung *directive coaching* dan belum pernah diajak untuk mengasah kemampuan berpikir dan analisa dalam membuat strategi bertanding. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti bekerjasama dengan organisasi akan melakukan intervensi yang dapat membantu atlet dalam mengembangkan kemampuan strategi bertanding. Intervensi atau

perlakuan yang akan dilakukan berbentuk pelatihan untuk meningkatkan kemampuan membuat strategi bertanding. Pelatihan dipilih sebagai bentuk ideal untuk perlakuan kepada para atlet sebab pelatihan merupakan upaya yang terencana dari organisasi untuk memfasilitasi proses belajar dalam meningkatkan kinerja karena adanya kesenjangan antara apa yang harus dilakukan dan apa yang dapat dilakukan saat ini terkait pengetahuan, keterampilan dan perilaku penyelesaian tugas (Noe, 2011 dan Chan, 2010).

Sesuai dengan pengertian Strategi Bertanding milik Bouthier (dalam Godbout, 1998), maka pada pelatihan ini atlet akan dilatih dalam melakukan proses analisa gaya bertanding, proses merumuskan, proses membuat perencanaan atau desain, dan proses memproduksi, mengonstruksi, atau menciptakan strategi. Harapan peneliti adalah pelatihan strategi bertanding akan meningkatkan kinerja atau *performance* atlet. Semakin baik kinerja atlet maka semakin produktif atlet dalam memenuhi tugas dan tanggungjawabnya sebagai Sumber Daya Manusia di organisasi dan semakin mampu pula memenuhi target organisasi. Hal ini penting dilakukan karena sesuai dengan visi dari organisasi yaitu membentuk dan menciptakan altet berprestasi tinggi yang berguna bagi diri sendiri dan dapat menginspirasi bagi banyak orang.

B. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk menguji Efektivitas Pelatihan Strategi Bertanding *Brazillian Jiu-Jitsu* untuk Meningkatkan Kinerja Atlet *Brazillian Jiu-Jitsu* di JJA

C. Keaslian Penelitian

Penelitian terdahulu mengenai Strategi Bertanding dan Penilaian Kinerja Atlet di Indonesia adalah :

1. Ali Maksum (2006) meneliti tentang Ciri Kepribadian Atlet Berprestasi Tinggi oleh Ali Maksum, Universitas Indonesia,.

Penelitian Ali ini menghasilkan tujuh kriteria kepribadian atlet berprestasi di Indonesia, salah satunya adalah kemampuan strategi bertanding. Kriteria ini memberi sumbangsih teori dalam memahami lebih dalam mengenai strategi bertanding pada penelitian ini. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah :

- a. Kedua penelitian ini sama-sama berfokus pada atlet berprestasi di Indonesia
- b. Kedua penelitian ini sama-sama menggunakan teknik kuantitatif yaitu dengan melakukan pengukuran kuantitatif kepada para subyek

Perbedaan dari penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah pada penelitian tersebut juga digunakan metode kualitatif juga untuk melihat lebih dalam mengenai lingkungan yang mempengaruhi atlet berprestasi dengan melakukan wawancara mendalam ke para subyek atlet berprestasi,

sedangkan pada penelitian ini tidak dilakukan metode kualitatif. Tujuan penelitian juga berbeda yaitu pada penelitian tersebut ingin ditemukan aspek-aspek kepribadian apa saja yang harus dimiliki oleh atlet berprestasi sedangkan pada penelitian ini tujuannya adalah untuk melihat pengaruh dari pelatihan salah satu indikator atlet berprestasi yaitu strategi bertanding pada *performance* atlet. Perbedaan lainnya adalah subyek untuk penelitian tersebut adalah atlet cabang olahraga Bulutangkis sedangkan subyek pada penelitian ini adalah atlet *Brazilian Jiu Jitsu*.

2. Siti Noni Evita, Wa Ode Zusnita Muizu & Raden Tri Wahyu Atmojo (2017) meneliti tentang Penilaian Kinerja Karyawan dengan Menggunakan Metode *Behavioral Anchor Rating Scale* dan *Management by Objectives* (Studi Kasus pada PT Qwords Company International), Fakultas Ekonomi dan Bisnis, Universitas Padjajajaran

Penelitian ini dilakukan sebagai studi kasus untuk membuat Penilaian Kinerja dengan menggunakan Metode *Behaviorally Anchor Rating Scale* dan *Management by Objectives* pada PT QWORDS. Penilaian Kinerja yang telah digunakan oleh perusahaan dinilai tidak produktif sehingga karyawan merasa tidak nyaman dan tidak termotivasi dalam bekerja. Berdasarkan hal tersebut maka peneliti menanggulangi dengan membuat metode penilaian BARS dan MBO. Metode BARS bisa mengatasi masalah penilaian kinerja karyawan yang cenderung subjektif. Sedangkan, metode MBO mengakomodasi kebutuhan perusahaan akan standar dan *feedback* dalam penilaian kinerja karyawan. Dengan menggunakan kedua metode ini diharapkan dapat

menyelesaikan masalah penilaian kinerja karyawan pada PT *Qwords Company International*, hingga akhirnya karyawan bisa bekerja dengan nyaman dan penuh motivasi.

Persamaan penelitian dengan penelitian yang dilakukan peneliti saat ini adalah sama-sama melakukan pembahasan mengenai Pengukuran Kinerja. Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan terdahulu adalah pada penelitian terdahulu, peneliti membantu perusahaan dalam membuat alat ukur penilaian kinerja sedangkan pada penelitian ini alat ukur kinerja sudah ada namun peneliti melakukan eksperimen untuk mengetahui peningkatan skor kinerja subyek.

3. Zusyah Porja Daryanto (2013) meneliti tentang Pengembangan Model Latihan Strategi Serangan dalam Permainan Futsal, Universitas Sebelas Maret, Surakarta

Pada penelitian ini dilakukan uji efektivitas produk modul latihan pada pemain futsal tingkat intermediate di Kota Pontianak dan diperoleh hasil bahwa produk model latihan dapat meningkatkan hasil kemampuan serangan pemain futsal. Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah sama-sama berfokus pada pengembangan strategi dalam bertanding dan modifikasi metode belajar atau latihan. Persamaan lain adalah kedua penelitian memiliki tujuan untuk melihat efektivitas pelatihan yang diberikan untuk meningkatkan strategi bermain.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian ini adalah pada subyek penelitian, dimana subyek pada penelitian tersebut adalah pemain

futsal tingkat *intermediate* di Kota Pontianak sedangkan pada penelitian ini adalah atlet *Brazilian Jiu Jitsu* di JJA. Selain itu, pada penelitian tersebut modul latihan yang diciptakan juga diuji dalam beberapa kelompok mulai dari kecil sampai besar sedangkan pada penelitian ini modul pelatihan hanya diaplikasikan pada JJA. Materi pelatihan juga berbeda yaitu pada penelitian tersebut materi pelatihan bersifat teknis permainan untuk mengembangkan keterampilan atau perilaku sedangkan pada penelitian ini materi pelatihan bersifat konseptual untuk mengembangkan kemampuan strategi bertanding atau lebih bersifat kognitif.

4. Adhisti Tiara Imansari; Ida Hayu Dwimawanti; R. Slamet Santoso Analisis (2015) meneliti tentang Strategi Pembinaan Atlet oleh Dinas Kebudayaan Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Pati, FISIP Jurusan Administrasi Publik Universitas Diponegoro

Penelitian ini bertujuan untuk mencari alternatif strategi bagi pembinaan atlet Kabupaten Pati. Proses penelitian ini dimulai dengan mengidentifikasi dan menganalisis nilai-nilai strategis, lingkungan internal dan eksternal serta faktor-faktor pendukung dan penghambat. Proses selanjutnya yaitu menetapkan isu-isu strategis menggunakan analisis SWOT dan merumuskan strategi pengembangan. Penelitian ini bersifat deskriptif kualitatif. Peneliti akan menggambarkan tentang keadaan di lapangan dan mengajukan sebuah strategi pengembangan sebagai bahan rekomendasi bagi Dinas Kebudayaan Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Pati. Teknik pengumpulan data yang dipergunakan adalah wawancara dan dokumentasi.

Penentuan informan juga diperoleh dengan teknik *purposive sampling*, seperti wawancara kepada Kepala Dinas, Kepala Seksi, pengurus KONI, pelatih dan atlet terkait. Strategi pembinaan atlet yang diperoleh dari hasil analisis SWOT ada empat yaitu : 1) Memanfaatkan kesesuaian visi dan misi dengan kondisi pembinaan saat ini sebagai landasan dalam melakukan pembinaan usia dini, 2) Meningkatkan kesejahteraan atlet dengan memanfaatkan komitmen stakeholders, 3) Peningkatan kualitas dan kuantitas SDM dengan memanfaatkan metode kompetisi dan kondisi politik yang stabil, dan 4) Meningkatkan kualitas sarana dan prasarana olahraga yang sesuai standar dengan memanfaatkan kerjasama dengan pihak ketiga.

Penelitian tersebut memiliki kesamaan dengan penelitian ini yaitu sama-sama fokus pada strategi pengembangan atlet dengan tujuan menciptakan atlet berprestasi. Namun perbedaannya adalah : 1) Jenis pengembangan strategi berbeda, dimana penelitian ini spesifik mengembangkan strategi bertanding untuk meningkatkan kinerja atlet sedangkan penelitian terdahulu mengembangkan strategi pembinaan atlet, sehingga *output*-nya adalah rekomendasi strategi pengembangan bagi Dinas Kebudayaan Pariwisata Pemuda dan Olahraga Kabupaten Pati, kemudian 2) Metode pengolahan data yang dilakukan juga berbeda, dimana penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan analisa statistik dan penelitian terdahulu menggunakan metode deskriptif kualitatif. 3) Tempat dan subyek penelitian juga berbeda, dimana pada penelitian ini, penelitian dilakukan di JJA Academy dan spesifik pada atlet Brazilian Jiu-Jitsu sedangkan pada

penelitian terdahulu, penelitian dilakukan kepada seluruh atlet di Kabupaten Pati.

5. Komarudin (2016) meneliti tentang Penerapan Psikologi dalam Meningkatkan Penampilan Atlet, Jurusan Pendidikan Kepelatihan Olahraga, FPOK-UPI

Pada penelitian ini disebutkan bahwa untuk meningkatkan penampilan puncak atau *peak performance* dari suatu tim, tidak terlepas dari peran pelatih dan psikolog olahraga. Pelatih dan psikolog merupakan aset berharga yang dibutuhkan atlet dalam tim, sehingga mereka mampu menjelaskan keuntungan dari pelatihan keterampilan psikologis untuk tim. Pelatih dan psikolog akan mampu memprediksi berbagai gejala psikologis yang terjadi dalam tim, dan mampu mengendalikan gejala tersebut, dengan menerapkan berbagai metoda keterampilan psikologis diantaranya adalah *self-talk*, *imagery*, konsentrasi, dan metoda intervensi lainnya yang relevan dengan keadaan masalah yang sedang terjadi.

Persamaan penelitian peneliti dan penelitian ini adalah sama-sama fokus untuk meningkatkan *performance* atlet, perbedaanya adalah pada penelitian ini penelitian dilakukan pada atlet cabang olahraga basket untuk melihat keterampilan psikologis yang harus dilatihkan pada atlet untuk meningkatkan *performance* atlet dan hasilnya adalah keterampilan *imagery*, *concentration*, dan *self-talk*. Sedangkan pada penelitian yang dibahas pada laporan ini, diketahui berdasarkan hasil asesmen bahwa keterampilan yang harus ditingkatkan untuk meningkatkan *performance* adalah keterampilan

kognitif yaitu kemampuan strategi bertanding. Kemudian output penelitian ini adalah saran untuk melatih keterampilan-keterampilan tersebut pada atlet tanpa melakukan eksperimen untuk mengetahui efektivitas pelatihan keterampilan psikologis tersebut terhadap *peak performance*.

6. Effendi (2016) meneliti tentang Peranan Psikologi Olahraga dalam Meningkatkan Prestasi Atlet, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang

Penelitian ini mengkaji mengenai psikologi olahraga dan faktor psikologi yang menunjang performa atlet. Penelitian ini meyakini bahwa psikologi olahraga merupakan salah satu cabang ilmu psikologi yang mengkaji secara khusus faktor-faktor psikologi yang berpengaruh dan menunjang penampilan atau kinerja fisik dalam berolahraga dan bagaimana peran dalam latihan dapat mempengaruhi perkembangan aspek psikologi seseorang atlet. Faktor psikologi dan tingkahlaku meliputi; motif-motif berprestasi, intelegensi, aktualisasi diri, kemandirian, agresivitas, emosi, percaya diri, motivasi, semangat, rasa tanggungjawab, rasa sosial, hasrat ingin menang dan sebagainya. Aspek-aspek psikis yang berpengaruh dan dapat dikembangkan pada diri atlet adalah kemantapan emosi, keuletan (agresif), motivasi dan semangat, disiplin, percaya diri, keterbukaan, dan kecerdasan. Ada beberapa manfaat psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet yaitu dapat menjelaskan dan memahami tingkahlaku atlet dan gejala-gejala psikologik yang terjadi dalam olahraga pada umumnya, dapat meramalkan atau membuat prediksi dengan tepat kemungkinan-kemungkinan yang dapat

terjadi pada atlet, berkaitan dengan permasalahan psikologik, dan dapat mengontrol dan mengendalikan gejala tingkah laku dalam olahraga; dengan perlakuan-perlakuan untuk menanggulangi hal-hal yang kurang menguntungkan, juga dapat memberi perlakuan-perlakuan untuk mengembangkan kemampuan dan segi-segi positif yang dimiliki atlet.

Hasil dari penelitian ini mendukung peneliti melakukan asesmen terhadap kondisi psikologis pada atlet *Brazilian Jiu-Jitsu* di JJA dengan tujuan meningkatkan *performance* atlet. Salah satu faktor yang disebutkan pada penelitian ini adalah inteligensi dan kecerdasan yang berkaitan dengan hambatan yang terjadi pada subyek di JJA yaitu strategi bertanding. Proses pengembangan strategi bertanding merupakan proses pelatihan yang dilakukan pada ranah kognitif. Penelitian ini juga mendukung intervensi psikologis dalam upaya meningkatkan *performance* atlet. Penelitian ini mendukung upaya peneliti dalam membuat prediksi kemungkinan-kemungkinan hambatan yang dapat terjadi pada atlet, berkaitan dengan permasalahan psikologik dan dapat mengendalikan hambatan tersebut dengan perlakuan-perlakuan untuk menanggulangi hal-hal yang kurang menguntungkan, juga dapat memberi perlakuan-perlakuan untuk mengembangkan kemampuan dengan menggunakan segi-segi positif yang dimiliki atlet.