

ANALISIS PRESTASI ATLET DI PERGURUAN KEI SHIN KAN KARATE-DO SUMATERA UTARA

Anggi Erna Yani Siregar¹, Nurhayati Simatupang², Albadi Sinulingga³

¹SMAS AI Ulum Terpadu Medan

^{2,3}Program Studi Pendidikan Olahraga Pascasarjana, Universitas Negeri Medan

Email: ernayanianggi@gmail.com

ABSTRAK

Perguruan Kei Shin Kan *Karate-do* Provinsi Sumatera Utara banyak mengalami penurunan perolehan medali sejak lima tahun terakhir pada kejuaraan di daerah maupun di provinsi. Hal ini membuktikan bahwa prestasi atlet Kei Shin Kan Sumatera Utara semakin menurun, dan berdasarkan data wawancara atlet, pelatih, serta orang tua, peneliti meninjau ada faktor yang mempengaruhi penurunan prestasi tersebut terlihat dari psikologi atlet yaitu motivasi berprestasi. Penelitian ini merupakan penelitian *mix methods* yaitu menggabungkan kualitatif dan kuantitatif. Hasil kuesioner angket motivasi berprestasi atlet Kei Shin Kan Karate-Do Sumatera Utara dengan persentase sebesar 74,1% dengan kategori baik. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa keseluruhan psikologi atlet kei shin kan sudah baik namun terdapat beberapa kendala seperti kecemasan menjelang pertandingan, penurunan motivasi atau penurunan percaya diri menjelang bertanding. Dan hal ini dapat diatasi dengan latihan-latihan psikologi yang diterapkan pelatih.

Keywords: *Psikologi, Motivasi Berprestasi*

PENDAHULUAN

Prestasi olahraga yang tertinggi tentu selalu didambakan oleh setiap atlet, terutama bagi atlet yang menekuninya dengan baik secara individu atau kelompok. Untuk mencapai hal tersebut, cara yang tepat dilakukan adalah adanya upaya pembinaan dan latihan untuk setiap cabang olahraga prestasi dengan suatu program latihan yang baik menurut aturan dan ketentuan yang berlaku dalam berlatih. Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai seseorang olahragawan (atlet) atau sekelompok orang (tim/regu) dalam bentuk kemampuan dan keterampilan menyelesaikan tugas gerakan baik dalam kegiatan latihan maupun dalam kompetisi dengan menggunakan parameter-parameter evaluasi yang jelas dan rasional. Menurut UU RI No.3 Tahun 2005 tentang Sistem Keolahragaan Nasional Prestasi adalah hasil upaya maksimal yang dicapai olahragawan atau kelompok olahragawan (tim) dalam kegiatan olahraga.

Pada waktu berolahraga menurut Harsono (1988:242) terutama olahraga pertandingan, atlet yang melakukan aktivitas gerakan fisik tidak mungkin akan dapat menghindarkan diri dari pengaruh-pengaruh mental-emosional yang timbul dalam berolahraga. Peranan masalah-masalah kejiwaan mempunyai pengaruh yang penting, malah kadang-kadang menentukan di dalam usaha atlet untuk mencapai prestasi setinggi-tingginya (Harsono, 1988:242). Seperti aspek peranan motivasi, aktivasi, frustrasi, rasa bimbang, ketakutan, *anxiety*, ambisi untuk menang, dan aspek kejiwaan lainnya. Aspek tersebut perlu dipelajari pelatih untuk dapat menghasilkan atlet yang berprestasi. Pada olahraga karate sangat berpengaruh kesehatan mental olahraga dimana pertandingan dilaksanakan didepan orang banyak dan harus menghadapi lawan sendiri atau di nomor *kata* menghadapi para juri.

Olahraga karate merupakan olahraga yang dilakukan baik kelompok atau pun individu, namun lebih seringnya diadakan pertandingan perorangan. Adanya pertandingan karate perorangan membuat munculnya perasaan cemas yang dialami oleh para atlet. Sehingga kecemasan akan timbul secara alami. Olahraga bela diri karate juga harus dipupuk dengan motivasi berprestasi karena motivasi berprestasi pada seorang atlet sebagai modal penting untuk mendorong mereka menghadapi pertandingan dengan sebaik mungkin, mampu bermain lepas (*optimal*), tidak memperdulikan kondisi di lapangan seperti apa, tidak memperdulikan siapa lawan yang dihadapinya, dan atlet hanya konsentrasi atau fokus memenangi pertandingan serta mencapai prestasi. Dalam olahraga karate kepercayaan diri

menjadi salah satu penyebab merosotnya olahraga karate karena setiap atlet yang sudah berlatih sungguh-sungguh akan timbul percaya diri ketika pengalamannya sudah lebih banyak.

Berdasarkan observasi yang dilakukan di Perguruan Kei Shin Kan *Karate-Do* Sumatera Utara bahwa peneliti menemukan beberapa data seperti dari tahun 2007 s/d 2016 prestasi atlet tidak meningkat begitu pesat, padahal perguruan Kei Shin Kan *Karate-Do* Sumatera Utara terdiri dari beberapa pencab dan banyak terdapat atlet binaan. Secara logika persepsi terhadap prestasi pastilah sangat baik namun malah sebaliknya bahwa belum ada peningkatan prestasi yang lebih signifikan. Kemudian jika ditinjau dari segi pembinaan juga cukup baik dimana atlet dibina dengan waktu yang disesuaikan. Namun ada beberapa aspek yang memang tidak terjangkau oleh pelatih maupun pembina yaitu aspek psikologis atlet.

Berdasarkan wawancara dari salah seorang pelatih di Kei Shin Kan *Karate-do* Sumatera Utara Bapak Ridho Illah dimana beliau menyatakan bahwasannya prestasi atlet kian menurun karena beberapa hal misalnya dalam psikis atlet dimana cukup mempengaruhi. Beliau mengatakan menurunnya motivasi atlet untuk meningkatkan prestasi setelah direkrut dan menjadi atlet binaan diindikasikan oleh motivasi atlet yang dapat disebabkan oleh faktor-faktor yang berasal dari dalam diri atlet (intrinsik/internal) dan dari luar diri atlet (ekstrinsik/eksternal), hal ini dapat dilihat dari perolehan medali saat pertandingan.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *mix methods* yaitu suatu langkah penelitian dengan menggabungkan dua bentuk pendekatan dalam penelitian yaitu kualitatif dan kuantitatif. Penelitian campuran merupakan pendekatan penelitian yang mengkombinasikan antara penelitian kualitatif dan kuantitatif (Cresswell, 2010:5). Sedangkan menurut Sugiono (2010:18) *mix methods* adalah metode penelitian dengan mengkombinasikan antara dua metode penelitian sekaligus, kualitatif dan kuantitatif dalam suatu kegiatan penelitian sehingga akan diperoleh data yang lebih komprehensif, valid, reliable, dan objektif.

Subyek dalam penelitian ini adalah atlet perguruan Kei Shin Kan *Karate-do* Sumatera Utara berjumlah 1532 orang. Berdasarkan kondisi perguruan yang tidak mempertimbangkan kemampuan atlet sehingga diasumsikan bahwa objek penelitian homogen.

Sampel adalah sebagian atau keseluruhan dari populasi yang dianggap dapat mewakili dari sejumlah populasi yang ada. Menurut Sugiyono (2016:85) bahwa "*purposive sampling* adalah teknik pengambilan sampel sumber data dengan pertimbangan tertentu." Alasan menggunakan teknik *purposive sampling* adalah karena tidak semua sampel memiliki kriteria yang sesuai dengan fenomena yang diteliti. Adapun kriteria yang dijadikan sampel di dalam penelitian ini adalah atlet yang berprestasi di tingkat kejuaraan nasional.. Oleh karena itu, penulis memilih teknik *purposive sampling* yang menetapkan pertimbangan-pertimbangan atau kriteria tersebut yang harus dipenuhi oleh sampel yang digunakan dalam penelitian ini. Dalam hal ini terdapat 13 atlet dari Kei Shin Kan Sumatera Utara yang berprestasi sudah pernah mewakili Forki Sumut. Kemudian didukung dengan data wawancara untuk atlet, pelatih dan orang tua atlet sebagai sumber data pendukung yang mana diambil subjek masing-masing 3 orang, khusus atlet menjadi 13 orang.

Dalam penelitian ini, teknik pengumpulan data yang akan digunakan adalah kuesioner, wawancara atlet yang menjadi subyek dalam penelitian ini dan melengkapi data dengan observasi dan dokumentasi. Menurut Lofland (dalam Moleong, 2004: 157) sumber data dalam penelitian kualitatif adalah kata-kata dan tindakan selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen, foto, statistik, dan sumber data tertulis.

a) Kuesioner

Keusioner dalam penelitian ini dibuat untuk menggali informasi dan data tentang masalah penelitian.

b) Wawancara

Wawancara ini bertujuan untuk menggali informasi tentang psikologi atlet dalam mempengaruhi prestasi atlet. Wawancara adalah percakapan dengan maksud tertentu. Percakapan itu dilakukan oleh dua pihak, yaitu pewawancara (*interviewer*) yang mengajukan pertanyaan dan terwawancara (*interviewee*) yang memberikan jawaban atas pertanyaan itu (Moleong, 2004:186). Teknik wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik wawancara langsung *in depth interviewing*, yaitu adanya komunikasi langsung antara *interviewer* dan *interviewee* dan wawancara dilakukan secara pribadi sehingga dapat mengumpulkan informasi yang dipandang bersifat rahasia dari sudut pandang *interviewee*. Jenis wawancara yang digunakan dalam penelitian ini adalah wawancara terbuka dimana para subjek tahu bahwa mereka sedang diwawancarai dan mengetahui pula apa maksud wawancara tersebut.

c) Observasi

Tujuan dilakukan observasi pada penelitian ini adalah untuk melihat penampilan narasumber, ciri-ciri fisik, gaya bicara, tingkah laku yang tampak ketika proses wawancara berlangsung, misal, raut wajah, aktifitas-aktifitas fisik lainnya yang timbul selama proses wawancara.

Sebagai metode ilmiah observasi bisa diartikan sebagai pengamatan dan pencatatan dengan sistematis fenomena-fenomena yang diselidiki. Dalam arti yang luas observasi sebenarnya tidak hanya terbatas kepada pengamatan yang dilakukan baik secara langsung maupun tidak langsung. Jenis observasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah observasi non partisipan, observasi non partisipan merupakan kebalikan dari observasi partisipan. Pada observasi non partisipan observer tidak ikut serta dalam kegiatan yang dilakukan oleh orang yang diobservasi (Moleong, 2004: 176). Observer tidak langsung terlibat pada situasi yang sedang diamati. Observer tidak berinteraksi atau mempengaruhi orang yang diamati, observer hanya berperan sebagai penonton. Dalam observasi ini peneliti ingin mengetahui apakah data yang diberikan oleh observee benar dan melihat aktifitas yang sebenarnya di lapangan.

d) Dokumentasi

Dokumentasi terdiri atas berbagai hal yang dapat membantu terkumpulnya data penelitian. Adapun data dapat berupa tulisan pribadi pada buku harian, surat-surat dan dokumen resmi lainnya. Dokumentasi dipandang banyak memperoleh kegunaan dan keuntungan. Kegunaan yang di peroleh antara lain 1) untuk menunjukkan temuan ilmiah, 2) berperan sebagai dokumen pembantu untuk melengkapi data primer, 3) bisa memberikan gambaran kasar dari suatu jawaban tertentu, sedangkan keuntungan diperoleh adalah menghemat waktu, memperjelas dasar generalisasinya, dan dapat untuk menguji temuan yang telah diperoleh dari data primer penelitian tersebut.

Sugiyono (2010:61) analisis data adalah proses mencari dan menyusun secara sistematis data yang diperoleh dari hasil wawancara, kuesioner, catatan lapangan, dan bahan-bahan lain sehingga dapat mudah dipahami, dan temuannya dapat diinformasikan pad orang lain.

Untuk keperluan analisis data, peneliti menggunakan jenis penelitian deskriptif analisis, yaitu penelitian yang bermaksud untuk memahami fenomena tentang apa yang dialami oleh subyek penelitian misalnya perilaku, persepsi, motivasi dan tindakan.

Ada dua jenis data yang terkumpul dalam penelitian ini yaitu;

1. Data kualitatif (Wawancara)

Data yang terkumpul melalui wawancara dituliskan dalam bentuk kata-kata atau lisan. Data yang terkumpulkan dari beberapa narasumber yang ada dilapangan, penulis menyajikannya, terlebih dahulu akan dilakukan proses analisis agar nantinya data tersebut benar-benar dapat dipertanggungjawabkan kebenarannya.

2. Data kuantitatif (kuesioner)

Data yang terkumpul melalui pembagian kuesioner akan dianalisis dengan menggunakan metode deskriptif analisis dengan mencari deskriptif persentase. Ini dimaksudkan untuk mendeskripsikan data persentase yang terkumpul menurut jawaban responden terhadap setiap aspek yang ditanyakan oleh peneliti dalam kuesioner penelitian.

Selanjutnya, untuk membuat data agar lebih valid maka perlu dilaksanakan triangulasi data. Triangulasi dengan sumber artinya membandingkan dan mengecek balik derajat kepercayaan suatu informasi yang diperoleh melalui waktu dan alat yang berbeda dalam penelitian kualitatif (Patton, 1987:331). Adapun untuk mencapai kepercayaan itu, maka ditempuh langkah berikut: 1) Membandingkan data hasil pengamatan dengan data hasil wawancara 2) Membandingkan apa yang dikatakan orang di depan umum dengan apa yang dikatakan secara pribadi. 3) Membandingkan apa yang dikatakan orang-orang tentang situasi penelitian dengan apa yang dikatakannya sepanjang waktu. 4) Membandingkan keadaan dan perspektif seseorang dengan berbagai pendapat dan pandangan masyarakat dari berbagai kelas. 5) Membandingkan hasil wawancara dengan isi suatu dokumen yang berkaitan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada dasarnya manusia mempunyai kebutuhan berprestasi. Namun untuk dapat berprestasi dalam berbagai hal banyak *problem* yang dihadapi individu salah satunya berkaitan dengan motivasi berprestasi. Motivasi berprestasi adalah keinginan untuk menyelesaikan sesuatu untuk mencapai suatu untuk mencapai suatu standart kesuksesan. Ada 6 indikator dalam penelitian ini mengenai motivasi berprestasi, 6 karakteristik individu yang mempunyai motivasi berprestasi yang tinggi, yaitu :

- 1) Perasaan yang kuat untuk mencapai tujuan, yaitu keinginan untuk menyelesaikan tugas dengan hasil yang sebaik-baiknya.
- 2) Bertanggungjawab, yaitu mampu bertanggungjawab terhadap dirinya sendiri dan menentukan masa depannya, sehingga apa yang dicitacitakan berhasil tercapai.
- 3) Evaluatif, yaitu menggunakan umpan balik untuk menentukan tindakan yang lebih efektif guna mencapai prestasi, kegagalan yang dialami tidak membuatnya putus asa, melainkan sebagai pelajaran untuk berhasil.
- 4) Mengambil resiko “sedang”, dalam arti tindakan-tindakannya sesuai dengan batas kemampuan yang dimilikinya.
- 5) Kreatif dan inovatif, yaitu mampu mencari peluang-peluang dan menggunakan kesempatan untuk dapat menunjukkan potensinya.
- 6) Menyukai tantangan, yaitu senang akan kegiatan-kegiatan yang bersifat prestatif dan kompetitif.

Hasil kuesioner angket motivasi berprestasi atlet Kei Shin Kan Karate-Do Sumatera Utara mendapatkan angka 1445, dan persentase sebesar 74,1% dengan kategori baik. Adapun kesimpulan penelitian ini motivasi berprestasi atlet Kei Shin Kan Karate-Do Sumatera Utara baik namun 25.9% dianggap sebagai masalah yang muncul pada motivasi berprestasi atlet Kei Shin Kan Karete-Do Sumatera Utara. Masalah yang dianggap muncul pada motivasi berprestasi atlet Kei Shin Kan Sumatera Utara adalah bahwa sebagian atlet tidak menunjukkan keinginan untuk berlatih dengan sungguh-sungguh serta tidak bertanggung jawab dari segi disiplin waktu dan aturan yang ditetapkan pelatih. Hal inilah yang dianggap sebagai masalah pada motivasi berprestasi.

Dari hasil wawancara informan 1 (atlet) dapat diketahui bahwa motivasi berprestasi atlet sendiri terbilang baik karena dari hasil wawancara mereka mampu memotivasi diri mereka sendiri serta fokus terhadap tujuan untuk mencapai tujuan yang maksimal. Serta atlet mampu memikirkan efek dari keputusan yang mereka ambil saat bertanding. Artinya motivasi berprestasi mereka sudah baik hanya saja masih memerlukan penyelesaian yang lebih baik lagi untuk setiap masalah yang ada di lapangan.

Hasil wawancara dengan informan 2 (Pelatih) dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi atlet sering tidak tetap dimana dalam bertanding kadang terdapat atlet yang terpancing emosi, kemudian dalam latihan juga ada yang mampu mengeksplor dirinya dan ada yang tidak mampu. Padahal perguruan KSK memberikan fasilitas terhadap atlet yang berprestasi. Pelatih juga memberikan pendekatan untuk mempengaruhi motivasi atlet dan harus menggunakan trik agar semangat atlet semakin membara.

Hasil wawancara motivasi berprestasi untuk informan 3 (Orang Tua) dimana narasumber mengatakan bawah salah satu hal yang tidak siap saat menjelang pertandingan adalah mental kemudian dari fisik dan latihan lainnya sudah sangat hanya saja kadang mental tidak siap. Dimana kadang dalam pertandingan pun atlet terlihat gugup. Padahal rata-rata atlet Kei Shin Kan Sumatera Utara memang memiliki minat berlatih karate tidak hanya sekedar ikut-ikutan.

Hasil angket motivasi dalam penelitian ini rata-rata pada kategori baik dan hasil wawancara baik pelatih, atlet dan pengurus rata-rata pada butir pertanyaan motivasi berprestasi sudah menjawab bahwa atlet secara fisik dan teknik sudah baik artinya antara jawaban dari angket dan wawancara sudah sejajalan. Hanya beberapa poin menjadi PR pelatih Kei Shin Kan dimana latihan untuk psikis belum dilaksanakan hanya terfokus pada latihan teknik dan fisik saja. Sehingga perlu dilaksanakan latihan untuk melatih masalah psikis atlet agar semakin meningkat motivasi berprestasi atlet. Makanya perlu sekali pelatih mengikuti pelatihan konseling khusus psikologi olahraga agar semakin meningkatkan kemampuan melatih sehingga tercapainya konsep latihan yang seimbang.

KESIMPULAN

Berdasarkan masalah dan tujuan penelitian serta hasil analisis data dan uraian deskriptif, sebagaimana sudah diuraikan sebelumnya, maka dapat ditarik simpulan dari hasil yang diperoleh bahwa banyak sekali indikator dalam motivasi berprestasi dimana dari kedisiplinan atlet dalam berlatih, kesiapan atlet menerima evaluasi baik kritik dan saran, sampai pada kesiapan atlet mengikuti program dengan sungguh-sungguh. Hasil yang ditemukan bahwa motivasi berprestasi atlet KSK Sumatera Utara sudah baik hanya saja beberapa atlet memang menampakan beberapa masalah, serta kendala-kendala dilapangan dimana sebenarnya peran pelatihlah yang paling bermain dalam hal ini maka dalam penelitian ini peneliti menawarkan solusi dimana setiap pelatih harus memiliki pelatihan atau ilmu dalam penanganan psikologi olahraga baik itu secara konseling maupun secara komunikasi secara langsung. Karena biasanya atlet akan semakin terpacu jika orang yang dihormati dan dipercayainya memberikan masukan yang baik serta membangun. Pelatih harus menanamkan sikap kooperatif terhadap atlet sehingga pelatih akan dengan mudah memberikan penawaran-penawaran ide menarik baik dalam pertandingan atau latihan.

DAFTAR PUSTAKA

- Creswell, J. W. (2010). *Research design: pendekatan kualitatif, kuantitatif, dan mixed*. Yogyakarta: PT Pustaka Pelajar.
- Harsono. (1988). *Aspek-aspek Psikologi dalam Coaching*. Jakarta: CV. Tambak Kusuma Jakarta.
- Moleong, Lexy J. (2004). *Metodologi Penelitian Kualitatif*. Bandung: Remaja Rosdakarya.
- Patton, Michael Quinn. 1987. Triangulasi. Dalam Moleong (Ed.), *Metodologi Penelitian Kualitatif Edisi Revisi*(hlm. 330-331). Cetakan ke-29. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya
- Sugiyono. (2010). *Metode Penelitian Pendidikan*, Bandung: Penerbit Alfabeta.
- Suharsimi Arikunto. (2010). *Prosedur Penelitian : Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.