

Perbedaan Karakteristik Psikologis

by Risfansi Rahayu

Submission date: 16-Jun-2022 05:34AM (UTC+0700)

Submission ID: 1857554746

File name: 17907-48539-2-ED_Rev_2_-_Turnitin.docx (37.42K)

Word count: 2018

Character count: 13509

Perbedaan Karakteristik Psikologis Atlet Cabang Olahraga Individu dan Tim

Differences Psychological Characteristics of Athletes in Individual Sports and Team Sports

ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan karakteristik psikologis atlet cabang olahraga individu dan cabang olahraga tim. Ada delapan karakteristik psikologis atlet, yaitu, motivasi berprestasi, resilience, kerja keras, kepercayaan diri, kontrol emosi, konsentrasi, persisten dan keterbukaan. Metode dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *retrospective causal comparative design*. Sampel penelitian ini berjumlah 189 atlet di Pusat Latihan Daerah Jawa Timur. Instrumen yang digunakan untuk karakteristik psikologis adalah penelitian ini Skala Karakteristik Psikologis Atlet 2019 (SKPA19). Data dianalisis menggunakan uji t. Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan karakteristik psikologis antara atlet cabang olahraga individu dan olahraga tim. Ada lima karakteristik psikologis, antara lain motivasi berprestasi, resilience, kepercayaan diri, konsentrasi serta persisten atlet olahraga individu lebih tinggi dari atlet cabang olahraga tim. Sedangkan kerja keras, kontrol emosi dan keterbukaan atlet cabang olahraga tim lebih tinggi daripada olahraga individu.

Kata kunci: karakteristik psikologis, olahraga individu, olahraga tim.

The purpose of this study was to determine the differences in the psychological characteristics of athletes in individual sports and team sports. There are eight psychological characteristics of athletes, namely, achievement motivation, resilience, hard work, self-confidence, emotional control, concentration, persistence and openness. The method in this research is quantitative with a retrospective causal comparative design. The sample of this study amounted to 189 athletes at the East Java Regional Training Center. The instrument used for psychological characteristics is the 2019 Athlete Psychological Characteristics Scale (SKPA19). Data were analyzed using t test. The results showed that there were no differences in psychological characteristics between athletes in individual sports and team sports. There are five psychological characteristics, namely achievement motivation, resilience, self-confidence, concentration and persistence. Individual sports athletes are higher than team sports athletes. Meanwhile, the hard work, emotional control and openness of athletes in team sports are higher than individual sports.

Keywords: psychological characteristics, individual sports, team sports

PENDAHULUAN

Dewasa ini, dalam dunia olahraga, latihan fisik tidak dianggap sebagai faktor utama untuk mencapai kesuksesan. Namun faktor selain kemampuan fisik, taktis dan keterampilan profesional, tidak bisa diragukan lagi kemampuan dan sifat kepribadian merupakan faktor yang efektif dalam keberhasilan olahraga (Darisman, Prasetyo, & Bayu, 2021). Karena keberhasilan dalam kompetisi olahraga dipengaruhi dan terkait dengan beberapa faktor. Selain itu, sifat kompetitif olahraga dan tampil dalam kondisi stres menyebabkan setiap atlet mengalami emosi yang berbeda yang dapat berdampak pada kinerja olahraga (Hagan, Pollmann, & Schack, 2017). Faktor psikis atau psikologis adalah salah satu unsur yang terakait dengan kondisi kejiwaan atlet, karena itu faktor ini mempunyai peran penting bagi seorang atlet dalam mencapai prestasi (Candra & Mislana, 2021). Karakteristik psikologis dianggap berpengaruh terhadap perilaku olahraga. Karakteristik psikologis merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi keberhasilan atlet dalam mencapai prestasi (Durand-Bush & Salmela, 2002;

Maksum, 2018; Orlick & Partington, 1988). Berbagai faktor dalam disiplin dan kompetisi olahraga, dalam hal ini jenis olahraga menyebabkan atlet mengalami perilaku psikologis tertentu sehingga berakibat pada munculnya fenomena psikologis tertentu. Fenomena yang muncul ini dapat membantu pelatih dan psikolog olahraga untuk lebih mengenali karakteristik psikologis yang dimiliki atlet. Memperhatikan sifat dan jenis olahraga (kelompok dan individu) dalam olahraga kelompok seperti sepak bola, bola basket, bola tangan sifat olahraganya menyebabkan banyak melakukan pelanggaran selama kompetisi, akibatnya mengalami emosi dan perilaku negatif (Kajbafnezhad, et, al., 2011).

Dalam olahraga individu, atlet sangat bergantung pada kemampuannya, sedangkan dalam olahraga kelompok kinerja tergantung pada kinerja rekan satu tim. Dalam olahraga tim, atlet lebih terlibat dan berinteraksi, menghabiskan banyak waktu dan bekerja sama untuk berlatih dengan rekan satu tim, sebaliknya olahraga individu menghabiskan banyak waktu sendirian dalam berlatih (Hadyansah, 2019). Dalam beberapa olahraga individu, atlet memiliki lebih banyak waktu untuk latihan keterampilan mental di lingkungan yang tenang sementara dalam olahraga tim lebih sering mengalami gangguan dan kehilangan konsentrasi. Dalam olahraga individu, hasil pertandingan adalah menang atau kalah, tidak ada seri. Dalam olahraga tim, hasil akhir bergantung pada seluruh tim, sedangkan dalam olahraga individu, atlet bertanggung jawab sepenuhnya atas hasil tersebut (Nia & Ali Besharat, 2010).

Faktor-faktor ini dapat menyebabkan perbedaan karakteristik psikologis ataupun keterampilan psikologis yang dimiliki ataupun digunakan atlet. Seperti yang dikatakan (Mehamad, Abdullah, & Samsuddin, 2021) bahwa setiap cabang olahraga memiliki karakteristik dan keterampilan khusus. Misalnya, pada olahraga yang membutuhkan daya ledak tinggi akan sangat berbeda dengan yang membutuhkan daya tahan, olahraga yang membutuhkan keterampilan motorik halus akan berbeda dengan olahraga yang membutuhkan keterampilan motorik kasar. Olahraga yang kurang dari satu menit memiliki tuntutan psikologis yang berbeda dari olahraga yang 45 menit. Misalnya lari 100 meter dan sepak bola. Tentunya hal ini akan mempengaruhi jenis keterampilan mental yang digunakan atlet. Berdasarkan hal tersebut ¹mengetahui perbedaan karakteristik psikologis atlet cabang olahraga individu dan tim sangatlah penting. Dengan mengetahui perbedaan tersebut ³pelatih bisa menentukan latihan keterampilan psikologis yang sesuai dengan karakteristik cabang olahraga individu dan tim. Karakteristik psikologis ini digunakan para atlet mencapai keadaan psikologis yang optimal yang berpengaruh terhadap pencapaian prestasi tingginya. Bagian pertama dari sistematika penulisan naskah artikel pada Jurnal Altius adalah pendahuluan yang

memuat uraian latar belakang, urgensi penelitian, dan tujuan penelitian. Ungkap juga penelitian terdahulu untuk mendukung kebaruan penelitian (*novelty*). Artikel yang dikirim ke Jurnal *Altius* adalah tulisan hasil penelitian di bidang Ilmu Keolahragaan (Pendidikan Jasmani, Olahraga Prestasi, Olahraga Rekreasi, Kesehatan Olahraga, Kepeleatihan Olahraga, Biomekanika Olahraga, Sosiologi Olahraga, Kesehatan Olahraga, dan cabang ilmu keolahragaan lainnya) yang belum pernah dipublikasikan.

METODE

Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *restrospective causal comparative design* (Sugiyono, 2013).

Teknik Sampling

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan *purposive random sampling*.

Sampel

Sampel dalam penelitian ini adalah atlet cabang olahraga individu dan tim yang tergabung dalam Pusat Latihan Daerah Jawa Timur (Puslatda Jawa Timur) yang berjumlah 189 atlet dari 13 cabang olahraga, seperti terlihat pada tabel 1.

Tabel 1. Gambaran Sampel Penelitian

| Jenis Cabang Olahraga | Nama Cabang Olahraga | Jumlah |
|-----------------------|----------------------|--------|
| INDIVIDU | Anggar | 16 |
| | Atletik | 19 |
| | Judo | 6 |
| | Karate | 15 |
| | Pencak Silat | 14 |
| | Renang | 7 |
| | Panjat Tebing | 18 |
| TIM | Sepak Takraw | 21 |
| | Voly Pantai | 8 |
| | <i>Handball</i> | 15 |
| | <i>Hockey Indoor</i> | 20 |
| | <i>Hockey Field</i> | 16 |
| | Sepak Bola | 14 |
| Jumlah | | 189 |

Instrumen

Instrumen yang digunakan untuk karakteristik psikologis adalah penelitian ini Skala Karakteristik Psikologis Atlet 2019 (SKPA-19) yang dikembangkan oleh peneliti dan terdapat 8 aspek karakteristik psikologis yaitu, konsentrasi, *resilience*, kontrol persisten, kepercayaan diri, kerja keras, motivasi berprestasi, kontrol emosi dan keterbukaan.

10 Teknik analisis data

3 Teknik analisis data yang digunakan untuk mengetahui perbedaan karakteristik psikologis atlet cabang olahraga individu dan tim menggunakan uji t dengan bantuan aplikasi software statistical product and service solutions (SPSS) versi 24.0.

7 HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

15 Berikut ini adalah hasil data karakteristik psikologis atlet individu dan tim yang telah dianalisis.

Tabel 1. Hasil uji beda karakteristik psikologis atlet

| Karakteristik Psikologis | Jenis Cabor | Mean | Std. Deviation | df | Sig (2-tailed) |
|--------------------------|-------------|-------|----------------|-----|----------------|
| Motivasi Berprestasi | Individu | 16.85 | 4.000 | | 0.988 |
| | Tim | 16.84 | 4.413 | 187 | |
| Ressilience | Individu | 15.87 | 4.852 | | 0.200 |
| | Tim | 15.06 | 4.467 | 187 | |
| Kerja keras | Individu | 22.17 | 4.747 | | 0.618 |
| | Tim | 22.53 | 5.055 | 187 | |
| Kepercayaan Diri | Individu | 16.20 | 4.581 | | 0.429 |
| | Tim | 15.73 | 3.609 | 187 | |
| Kontrol Emosi | Individu | 14.87 | 4.228 | | 0.096 |
| | Tim | 15.97 | 4.752 | 187 | |
| Konsentrasi | Individu | 25.68 | 6.350 | | 0.667 |
| | Tim | 25.31 | 5.613 | 187 | |
| Persisten | Individu | 15.63 | 3.169 | | 0.679 |
| | Tim | 15.42 | 3.660 | 187 | |
| Keterbukaan | Individu | 12.53 | 3.479 | | 0.790 |
| | Tim | 12.67 | 3.830 | 187 | |

Berdasarkan pada tabel 1 diketahui nilai sig (*2-tailed*) pada karakteristik psikologis motivasi berprestasi adalah $0.05 < \text{Sig (2-tailed)}$ yang berarti tidak ada perbedaan karakteristik psikologis motivasi berprestasi atlet cabang olahraga individu dan tim. Dilihat dari nilai mean menunjukkan motivasi berprestasi atlet individu adalah 16.85 dan atlet olahraga tim adalah 16.84, artinya nilai motivasi berprestasi atlet cabang olahraga individu lebih tinggi daripada olahraga tim. Sedangkan pada karakteristik psikologis *ressilience* menunjukkan nilai sig (*2-tailed*) > 0.05 yang berarti tidak ada perbedaan *ressilience* antara atlet cabang olahraga individu dan cabang olahraga tim. Dilihat dari nilai *mean ressilience* atlet cabang olahraga individu adalah 15.87 lebih tinggi dari olahraga tim yaitu sebesar 15.06. Pada karakteristik psikologis kerja keras nilai sig (*2-tailed*) > 0.05 , yang berarti tidak ada perbedaan kerja keras antara atlet olahraga individu dan olahraga tim. Untuk nilai *mean* pada karakteristik psikologis kerja keras, atlet individu sebesar 22,17 dan olahraga tim sebesar 22,57, yang artinya kerja keras atlet olahraga individu lebih tinggi daripada atlet olahraga tim. Karakteristik psikologis kepercayaan diri menunjukkan nilai sig (*2-tailed*) > 0.05 , yang berarti tidak ada perbedaan karakteristik psikologis kepercayaan diri antara atlet olahraga individu dan tim. Namun untuk nilai mean atlet olahraga individu adalah 16.20 lebih tinggi daripada olahraga tim yakni sebesar 15.73. Pada karakteristik psikologis kontrol emosi menunjukkan nilai sig (*2-tailed*) > 0.05 , yang berarti tidak ada perbedaan kontrol emosi antara atlet individu dan olahraga tim. Namun jika dilihat dari nilai mean, atlet olahraga tim lebih tinggi daripada olahraga individu dengan nilai mean olahraga individu sebesar 14.87 dan 15.97 untuk olahraga tim. Pada karakteristik psikologis konsentrasi menunjukkan nilai sig (*2-tailed*) > 0.05 , yaitu tidak ada perbedaan konsentrasi antara atlet olahraga individu dan olahraga tim. Jika dilihat pada nilai mean atlet olahraga individu adalah 25.68 dan olahraga tim 25.31, berarti konsentrasi olahraga individu

lebih tinggi daripada olahraga tim. Pada karakteristik psikologis persisten menunjukkan nilai sig (*2-tailed*) > 0.05 yang berarti tidak ada perbedaan persisten antara atlet olahraga individu dan tim. Sedangkan untuk karakteristik psikologis keterbukaan juga menunjukkan nilai sig (*2-tailed*) > 0.05, yang mempunyai arti tidak ada perbedaan keterbukaan antara atlet cabang olahraga individu dan olahraga tim. Namun untuk nilai mean atlet individu sebesar 12.53 lebih tinggi daripada atlet olahraga tim yaitu sebesar 12.67.

Pembahasan

Berdasarkan penghitungan data di atas, terdapat delapan karakteristik psikologis atlet yang diungkap, yaitu: motivasi berprestasi, *ressilience*, kerja keras, kepercayaan diri, kontrol emosi, konsentrasi, persisten dan keterbukaan. Hasil data menunjukkan tidak ada perbedaan seluruh karakteristik psikologis olahraga individu dan tim. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian (Dimiyanti, Herwin, & Hastuti, 2013) yang menyatakan tidak ada perbedaan karakteristik psikologis antara olahraga tim (sepakbola, bola voli dan sepak takraw) dengan olahraga individu (panahan, atletik, pencak silat dan tae kwon do). Namun jika dilihat dari nilai mean, menunjukkan beberapa karakteristik psikologis atlet individu lebih tinggi daripada olahraga tim, begitu juga sebaliknya. Ada lima karakteristik psikologis yaitu motivasi berprestasi, kepercayaan diri, *resilience*, konsentrasi serta persisten pada atlet olahraga individu lebih tinggi dari atlet cabang olahraga tim. Hal ini diperkuat dengan hasil penelitian Anshel & Payne, (2008) yang menunjukkan terdapat beberapa aspek psikologis yang mempunyai pengaruh terhadap penampilan pada olahraga individu (tae kwon do, pencak silat dan lainlain) adalah konsentrasi, antisipasi, kontrol emosi, kontrol diri, kepercayaan diri dan daya juang. Zetou, (2014) mengatakan bahwa atlet beladiri penting memiliki sikap optimis karena akan berpengaruh terhadap peningkatan konsentrasi, daya juang serta fokus pada perhatian. Motivasi berprestasi diperlukan untuk menunjang penampilan atlet, motif untuk berprestasi menggerakkan atlet untuk berlatih lebih giat untuk mencapai kesuksesan dalam pertandingan. Hasil penelitian Blegur dan Mae (2018) pada atlet atletik dan tinju mengatakan, motivasi yang tinggi cenderung mempengaruhi keberhasilan ataupun kegagalan atlet dalam situasi yang kompetitif.

Hasil penelitian Dongoran, Kalalo, & Syamsudin, (2020); Nopiyanto,et.al, (2021)

menunjukkan **motivasi** mempunyai **penting dalam mencapai prestasi**. Pada atlet renang **memiliki prestasi yang tinggi, karenanya perenang ini berusaha keras untuk mencapai tujuan yang digerakkan oleh kualitas, dan sangat teliti, dan memiliki komitmen terhadap olahraga yang ditekuninya**. cabang olahraga tim. Nampaknya hal ini dikarenakan atlet cabang olahraga individu. Fletcher & Sarkar (2012) mengemukakan bahwa *ressiliensi* berhubungan dengan stress dan olahraga yang kompetitif. Atlet individu lebih mungkin mengalami stress yang tinggi karena tanggung jawab dan tuntutan yang ia emban sendiri. Atlet individu cenderung menganggap stressor sebagai peluang mereka untuk berkembang. Sementara pada karakteristik psikologis kerja keras, kontrol emosi dan keterbukaan menunjukkan bahwa atlet olahraga tim lebih tinggi daripada atlet olahraga individu. hasil penelitian ini diperkuat dengan penelitian Cox, Liu, & Qiu (1996) menunjukkan atlet olahraga tim lebih mempunyai rasa cemas, ketergantungan, keterbukaan, waspada namun kurang peka dan imajinatif dibanding atlet cabang olahraga individu. Atlet pada olahraga yang berinteraksi langsung menunjukkan sikap lebih mandiri dan tidak mementingkan diri sendiri dibandingkan dengan atlet dari yang tidak berinteraksi secara langsung.

4

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang dipaparkan diatas, dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan karakteristik psikologis motivasi berprestasi, *ressilience*, kerja keras, kepercayaan diri, kontrol emosi, konsentrasi, persisten dan keterbukaan.

13

Berdasarkan hasil penelitian penulis mencoba memberikan saran untuk penelitian selanjutnya dengan memperhatikan aspek-aspek lain yang mempengaruhi karakteristik psikologis atlet, seperti karakteristik cabang olahraga beladiri dan non beladiri, pengalaman bertanding, usia dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi.

Perbedaan Karakteristik Psikologis

ORIGINALITY REPORT

20%

SIMILARITY INDEX

17%

INTERNET SOURCES

12%

PUBLICATIONS

2%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

| | | |
|---|---|----|
| 1 | ejournal.unib.ac.id Internet Source | 5% |
| 2 | text-id.123dok.com Internet Source | 3% |
| 3 | Ida Rahmayani, Tono Sugihartono, Yahya Eko Nopiyanto, Santun Sihombing. "Perbedaan Keterampilan Psikologis Atlet Ditinjau dari Cabang Olahraga Individu dan Olahraga Tim di Kelas Khusus Olahraga SMP Negeri 2 Kota Bengkulu", <i>SPORT GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani</i> , 2021 Publication | 2% |
| 4 | Anggit Triananda, Syafril Syafril, Yahya Eko Nopiyanto. "Karakteristik Psikologis Atlet PON Bengkulu ditinjau dari Cabang Olahraga Individu", <i>SPORT GYMNASTICS : Jurnal Ilmiah Pendidikan Jasmani</i> , 2021 Publication | 2% |
| 5 | docobook.com Internet Source | 1% |

| | | |
|----|---|------|
| 6 | jurnal.untan.ac.id Internet Source | 1 % |
| 7 | id.scribd.com Internet Source | 1 % |
| 8 | medpub.litbang.pertanian.go.id Internet Source | 1 % |
| 9 | garuda.kemdikbud.go.id Internet Source | 1 % |
| 10 | 123dok.com Internet Source | 1 % |
| 11 | ejournal.undiksha.ac.id Internet Source | <1 % |
| 12 | garuda.ristekbrin.go.id Internet Source | <1 % |
| 13 | www.scribd.com Internet Source | <1 % |
| 14 | ojs.unm.ac.id Internet Source | <1 % |
| 15 | publikasi.polije.ac.id Internet Source | <1 % |
| 16 | fikunesablog.files.wordpress.com Internet Source | <1 % |

Exclude quotes On

Exclude matches Off

Exclude bibliography On