

BAB I

PENGANTAR

A. Latar Belakang

Sebagai seorang atlet, untuk mencapai hasil yang maksimal membutuhkan kesiapan mulai dari kesiapan fisik, teknik, taktik dan begitu juga dengan kesiapan mental. Faktor utama yang harus dipersiapkan atlet yaitu kesiapan mental. Kesiapan mental sendiri terutama meliputi kecemasan, dimana kecemasan dapat memicu psikologi seorang atlet. Tak sedikit seorang atlet yang mengalami kegagalan dikarenakan faktor ini. Atlet yang mengalami kecemasan akan timbul gejala misalnya rasa cemas, stress dan berpikiran buruk dalam pertandingan.

Permasalahan kecemasan bermacam-macam, seperti yang dialami oleh atlet pencak silat yang bernama Nirmalasari, pesilat kelahiran 12 Oktober 1987 ini, awalnya senang kembali tampil di kelas B, spesialisasinya. Di SEA Games lalu. Kekhawatiran muncul karena PB Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) mengharuskan Nirmala bersaing dengan peraih emas SEA Games 2017 kelas B, Wewey Wita. Persaingan akan menempatkan siapa yang menjadi atlet inti di kelas B tanding.

Hal ini juga dialami oleh atlet dari perguruan Satria Agung, dari data sementara yang diperoleh, dari 60 atlet pencak silat 40 diantaranya menyatakan sering merasa kecemasan yang berlebihan sebelum pertandingan dimulai. Keringat dingin, gugup dan sulit untuk berkonsentrasi, hal ini mengakibatkan performa permainan mereka menurun yang mengakibatkan mereka kalah dalam pertandingan, cedera dalam pertandingan, mudah melakukan penyerangan terhadap lawan (tidak dapat mengontrol diri), hingga stress pasca pertandingan.

Dari kasus dan data sementara yang diperoleh merupakan bukti serta salah satu contoh kecemasan atlet pencak silat sebelum pertandingan, dalam artian kecemasan masih menjadi salah satu pemicu kegagalan atlet dalam pertandingan.

Gunarsa dan Gunarsa (dalam Mawadati, 2017) kecemasan adalah rasa khawatir dan takut yang tidak jelas sebabnya, seseorang akan mengalami kecemasan seringkali tak dapat menyebutkan penyebabnya dengan jelas. Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan berisi keprihatinan mengenai masa-masa yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut (Chaplin, 2006).

Atlet yang mengalami kecemasan yang berlebihan akan berdampak pada banyak hal. Misalnya, tidak dapat fokus dalam pertandingan sehingga menyebabkan kekalahan, cedera saat pertandingan berlangsung, saling menyerang antara lawan main, stress dan hilangnya semangat hidup pasca pertandingan.

Menurut Adler dan Rodman (dalam Ghufro dan Risanwita, 2017) Faktor yang mempengaruhi kecemasan ada dua yakni pengalaman negatif pada masa lalu salah satunya cedera, dan pikiran yang tidak rasional. Dari dua faktor diatas, pengalaman negatif pada masa lalu terutama cedera pada masa lalu merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kecemasan pada atlet pencak silat. Dimana ketika pemain pernah mengalami cedera pada pertandingan sebelumnya, akan memunculkan pengalaman yang buruk tentang pertandingan dan hal ini akan mempengaruhi tingkat kecemasan pada pertandingan berikutnya. Weinberg dan Gould (2007) menjelaskan sumber kecemasan berasal dari sumber instrinsik seperti, atlet yang pencemas percaya diri yang rendah,

pikiran puas diri. Sumber selanjutnya yakni sumber ekstrinsik seperti pengaruh penonton, kehadiran/ketidak hadirannya pelatih, tuntutan untuk menang.

Menurut Adler dan Rodman (dalam Ghufro dan Risnawita, 2017) pengalaman negatif pada masa lalu merupakan hal yang tidak menyenangkan pada masa lalu mengenai peristiwa yang dapat terulang lagi di masa mendatang, apabila individu menghadapi kejadian yang sama dan juga tidak menyenangkan. Cedera merupakan salah satu pengalaman buruk bagi seorang atlet. Cedera adalah kelainan yang terjadi pada tubuh yang mengakibatkan timbulnya nyeri, panas, merah, bengkak, dan tidak berfungsi dengan baik pada otot, tendon, ligamen, persendian, ataupun tulang akibat aktivitas yang berlebihan atau kecelakaan (Ali dan Bambang, 2009).

Johnston dan Carrol (dalam Ardern dkk, 2016) menyatakan bahwa cedera berat dapat menyebabkan seorang individu mengalami depresi, cemas, kurang percaya diri dan akan takut akan mengalami cedera yang baru. Arnheim dan Prentice (dalam Nindyowati dan Priyonoadi, 2016) menjelaskan bahwa atlet yang mengalami cedera sering merasa cemas dan kehilangan dedikasi untuk proses rehabilitasinya.

Nindyowati dan Priyonoadi (2016) menyatakan bahwa cedera mempengaruhi tingkat kecemasan berat pada atlet, yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dengan cedera yang dialami. Dwiariani (2012) Atlet yang pernah mengalami cedera, tingkat kecemasan yang dimiliki akan berkembang.

Reese dkk (2012) Cedera yang dialami oleh atlet akan berpengaruh dengan tingkat kecemasan yang tinggi, mengakibatkan seorang atlet gagal menampilkan penampilannya dengan baik. Di lapangan atlet enggan mengambil

resiko untuk melakukan gerakan tertentu. Pratama (2014) menyatakan atlet yang sering mengalami cedera akan mengalami kecemasan dan ketakutan yang tinggi.

B. Rumusan Permasalahan

Berdasarkan latar belakang permasalahan diatas, rumusan masalah yaitu apakah ada pengaruh cedera terhadap kecemasan atlet pencak silat satria agung yang dapat dilihat dari cedera ringan, sedang dan berat yang dialami.

C. Tujuan dan Manfaat

1. Tujuan Penelitian

Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui apakah ada pengaruh antara cedera kecemasan atlit pencak silat satria agung

2. Manfaat Penelitian

a) Manfaat Teoritis

Dari hasil penelitian ini, diharapkan dapat memberi masukan bagi bidang psikologi sosial dan pada bidang psikologi perkembangan yang membahas tentang pengaruh tingkat cedera terhadap kecemasan atlet pencak silat satria agung.

b) Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberi sumbangan pemikiran khususnya dalam keilmuan psikologi untuk berbagai pihak, khususnya yang berkaitan dengan cedera yang dialami atlet.

D. Perbedaan dengan Penelitian Sebelumnya

Tabel 1.
Perbedaan dengan Peneliti Sebelumnya

No.	Penelitian	Judul	Hasil
1.	Mira Hayu Nindyowati dan Bambang Priyonoadi	Tingkat Kecemasan Atlet Aeromodeling Kelas Free Flight Setelah Mengalami Cedera Bahu	Terdapat pengaruh kecemasan atlet aeromodeling kelas free flight setelah mengalami cedera bahu dalam kategori sedang, dikarenakan kecemasan sering dialami oleh atlet aeromodeling sebelum menghadapi pertandingan.

Perbedaan :

- 1) Subjek yang diteliti, penelitian Mira Hayu Nindyowati dan Bambang Priyonoadi subjeknya atlet aeromodeling, sedangkan penelitian ini subjeknya yaitu atlet pencak silat satria agung.
- 2) Variabel terikat pada penelitian Mira Hayu Nindyowati dan Bambang Priyonoadi yaitu "Cedera bahu", sedangkan pada penelitian ini variabel terikatnya yaitu "Kecemasan".
- 3) Variabel bebas pada penelitian Mira Hayu Nindyowati dan Bambang Priyonoadi yaitu " Tingkat Kecemasan", sedangkan penelitian ini variabel bebasnya yaitu "Cedera"
- 4) Lokasi penelitian Mira Hayu Nindyowati dan Bambang Priyonoadi yaitu di IST AKPRIND *Flying Contest* di Lanud Gading Wonosari, Yogyakarta, sedangkan peneliti melakukan penelitian di Perguruan Satria Agung

Sengon, Purwosari.

- 5) Tahun penelitian yang dilakukan, penelitian Mira Hayu Nindyowati dan Bambang Priyonoadi dilakukan pada tahun 2016, sedangkan penelitian ini pada tahun 2020.

No.	Penelitian	Judul	Hasil
2.	Aisya Kemala dan Elly Diana Mamesah	Perbedaan Tingkat Kecemasan Atlet Cabang Olahraga Atletik DKI Jakarta Yang Pernah Mengalami Cedera Akut Dan Cedera Kronis	Terdapat perbedaan kecemasan atlet yang pernah mengalami cedera akut dan kronis, yang didasarkan oleh pemikiran atlet pada saat bertanding.

Perbedaan :

- 1) Variabel terikat pada penelitian Aisya Kemala dan Elly Diana Mamesah yaitu "Cedera akut dan Cedera Kronis", sedangkan pada penelitian ini variabel terikatnya yaitu "Kecemasan".
- 2) Variabel bebas pada penelitian Aisya Kemala dan Elly Diana Mamesah yaitu "Kecemasan", sedangkan pada penelitian ini variabel terikatnya yaitu "Cedera".
- 3) Lokasi penelitian Aisya Kemala dan Elly Diana Mamesah yaitu di Jakarta, sedangkan penelitian ini Perguruan Satria Agung Sngon, Purwosari.
- 4) Subjek yang diteliti, penelitian Aisya Kemala dan Elly Diana Mamesah

subjeknya Atlet Atletik, sedangkan penelitian ini subjeknya yaitu atlet pencak silat satria agung.

- 5) Tahun penelitian yang dilakukan, Aisya Kemala dan Elly Diana Mamesah dilakukan pada tahun 2014, sedangkan penelitian ini pada tahun 2020.

No.	Penelitian	Judul	Hasil
3.	Edy Priyanto	Pengaruh Latihan Pemanasan Terhadap Kejadian Cedera Pada Atlet Voli Yonif Para Raider 503/MK .	Ada pengaruh latihan pemanasan terhadap kejadian cedera atlet voli yonif para raider 503/MK dikarenakan faktor usia, kurangnya latihan pemanasan dan pengetahuan

Perbedaan :

- 1) Subjek yang diteliti, penelitian Edy Priyanto subjeknya atlet voli yonif para raider 503/MK , sedangkan penelitian ini subjeknya yaitu atlet pencak silat satria agung.
- 2) Pengambilan data oleh Edy Priyanto dilakukan obeservasi, sedangkan penelitian ini pengambilan data dilakukan menggunakan angket (kuisoner).
- 3) Lokasi penelitian Edy Priyanto yaitu di Batalyon Mojokerto, sedangkan penelitian ini perguruan satria agung Sengon, Purwosari.
- 4) Tahun penelitian Edy Priyanto yaitu tahun 2018, sedangkan penelitian ini tahun 2020.
- 5) Variabel terikat pada penelitian Edy Priyanto yaitu "Cedera", sedangkan pada penelitian ini variabel terikatnya yaitu "Kecemasan".

No.	Penelitian	Judul	Hasil
4.	Fajar Bayu Raynadi, Dwi Nur Rochmah dan Sukma Noor Akbar	Hubungan Ketangguhan Mental Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Pencak Silat di Banjar Baru	Berdasarkan penelitian hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat, semakin tinggi ketangguhan mental seorang atlet maka semakin rendah kecemasan bertanding seorang atlet begitu juga sebaliknya semakin rendah ketangguhan mental seorang atlet maka semakin tinggi kecemasan bertanding seorang atlet.

Perbedaan :

- 1) Variabel bebas pada penelitian Fajar Bayu Raynadi, Dwi Nur Rochmah dan Sukma Noor Akbar yaitu "Ketangguhan Mental", sedangkan pada penelitian ini variabel terikatnya yaitu "Cedera".
- 2) Lokasi penelitian Fajar Bayu Raynadi, Dwi Nur Rochmah dan Sukma Noor Akbar yaitu di perguruan pencak silat Banjar Baru sedangkan penelitian ini di Perguruan Satria Agung Sengon, Purwosari. Tahun penelitian yang dilakukan, penelitian Fajar Bayu Raynadi, Dwi Nur Rochmah dan Sukma Noor Akbar dilakukan pada tahun 2016, sedangkan penelitian ini 2020.

No.	Penelitian	Judul	Hasil
5.	Nuzulia Azizi Islamia.	Pengaruh Pendidikan Kesehatan Metode Latihan Siap (<i>Drill</i>) Terhadap Perilaku Penanganan Cedera Olahraga Pada Atlet Beladiri UKM Universitas Airlangga	Pada penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh terhadap peningkatan perilaku penanganan cedera olahraga pada atlet beladiri UKM Universitas Airlangga terutama pada cedera <i>strain</i> dan <i>spain</i> .

Perbedaan :

- 1) Lokasi penelitian Nuzulia Azizi Islamia yaitu di UKM Universitas Airlangga-Surabaya, sedangkan penelitian ini di Perguruan Pencak Silat Satria Agung Sengon, Purwosari. Tahun penelitian yang dilakukan, penelitian Gunawan Nuzulia Azizi Islamia dilakukan pada tahun 2018, penelitian ini dilakukan pada tahun 2020.