

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Olahraga berprestasi adalah olahraga yang membina dan mengembangkan olahraganya secara berencana dan berkelanjutan melalui kompetisi untuk mencapai prestasi dengan dukungan ilmu pengetahuan dan teknologi. Dalam undang-undang Republik Indonesia, (2022) nomer 3 tahun 2005 tentang *system* keolahragaan nasional menjelaskan bahwa pembinaan olahraga nasional tidak terlepas dari peranan Pendidikan. Sementara pada pasal 27 ayat 4 menyatakan bahwa pembinaan dan pengembangan olahraga prestasi dilaksanakan dengan membudidayakan perkumpulan olahraga, menumbuhkan kebanggaan pembinaan olahraga yang bersifat nasional dan daerah serta menyelenggarakan kompetisi secara berjenjang dan berkelanjutan.

Dalam proses kepesertaan dalam kompetisi untuk berprestasi seorang atlet, atau tim atau bagian utuh dari organisasi olahraga harus memiliki kelengkapan pembinaan yang baik. Salah satu aspek pembinaan yang harus ada dalam sebuah organisasi atau klub olahraga adalah pembinaan mental melalui layanan psikologi olahraga.

Psikologi adalah sebuah cabang ilmu pengetahuan dan ilmu terapan yang mempelajari mengenai perilaku dan fungsi mental manusia secara ilmiah. Terdapat dua objek dalam psikologi olahraga yaitu *sport performance* dan aspek – aspek psikosial yang mempengaruhi atlet. Sehingga psikologi dapat diartikan sebagai ilmu yang mempelajari jiwa atau mental. Psikologi tidak mempelajari tentang jiwa atau mental itu secara langsung karena sifatnya abstrak, tetapi psikologi membatasi pada manifestasi dan ekspresi dari jiwa atau mental tersebut yakni berupa tingkah laku dan proses atau kegiatannya, sehingga psikologi dapat didefinisikan sebagai ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku dan proses mental.

Ilmu psikologi diterapkan pula pada bidang olahraga yang dikenal sebagai psikologi olahraga. Penerapan psikologi ke dalam bidang olahraga ini adalah untuk membantu atlet untuk mengembangkan bakat yang ada pada dirinya. Tujuan umum dari psikologi olahraga adalah untuk membantu atlet atau seseorang agar dapat menampilkan prestasi optimal, yang lebih baik dari sebelumnya. Tentu dengan penjelasan tersebut olahraga bukan hanya sekedar aktivitas fisik saja, melainkan harus di kaitkan dengan psikologi pula, yang nantinya akan mengundang persepsi yang mengharuskan para penikmat olahraga mengarahkan pada suatu pemikiran kritis, khususnya jika di kaitkan dengan kontribusi pengetahuan psikologi olahraga terhadap motivasi berprestasi atlet pada olahraga rugby akan ada suatu pembahasan besar mengenai aspek kontribusi pengetahuan psikologi olahraga yang cakupannya luas.

Berbicara tentang motivasi, motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertingkah laku. Dorongan ini berbeda pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Oleh karena itu, perbuatan seseorang yang didasari atas motivasi tertentu mengandung tema sesuai dengan motivasi yang mendasarinya. Motivasi juga dapat dikatakan sebagai perbedaan antara dapat melaksanakan dan mau melaksanakan. Motivasi lebih dekat dengan pada mau melaksanakan tugas untuk mencapai tujuan. Motivasi adalah kekuatan, baik dari dalam maupun dari luar yang mendorong seseorang untuk mencapai tujuan tertentu yang telah ditetapkan sebelumnya. Motivasi dapat diartikan sebagai dorongan mental terhadap perorangan atau orang-orang sebagai anggota masyarakat. Motivasi dapat diartikan juga sebagai proses untuk mempengaruhi orang atau orang-orang yang dipimpinnya agar melakukan pekerjaan yang diinginkan, sesuai dengan tujuan tertentu yang ditetapkan lebih dulu.

Olahraga rugby merupakan salah satu jenis permainan bola besar yang dimainkan oleh kedua tim. Olahraga rugby memperbolehkan pemainnya menyepak, melontarkan, dan mempertahankan bola

menggunakan tangan untuk bisa meraih skor sebanyak-banyaknya. Olahraga rugby sendiri cukup identik dengan olahraga kasar karena penuh dengan benturan fisik. Olahraga rugby yang awalnya dianggap sebagai hiburan sederhana, kini telah berubah menjadi system yang memiliki jaringan global dengan stadion-stadion besar, struktur administrasi yang dibuat dan dirancang untuk mengaturnya. Olahraga rugby dimainkan oleh pria dan wanita di seluruh dunia. Lebih dari 8,5 juta orang berusia 6 sampai 60 tahun lebih secara teratur berpartisipasi dalam olahraga ini. terlepas dari permainan-permainan dan dukungan tambahannya, rugby merangkul sejumlah konsep sosial dan emosional seperti keberanian, kesetiaan, sportivitas, disiplin dan kerjasama tim.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui sejauh mana kontribusi pengetahuan dan persepsi psikologi olahraga yang harus dikuasai oleh atlet sehingga nanti atlet akan berkembang dengan pesat, dan mampu bersaing dengan upaya - upaya atlet itu sendiri. Maka dari itu penulis mengusulkan penelitian ini dengan judul “peranan mental terhadap motivasi berprestasi atlet rugby jawa tengah”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, peneliti merumuskan permasalahan berkaitan dengan peran mental terhadap motivasi berprestasi atlet rugby jawa tengah, sebagai berikut:

- a. Apakah dari peranan latihan mental dapat meningkatkan motivasi berprestasi atlet rugby jawa tengah?
- b. Bagaimana peran latihan mental terhadap motivasi berprestasi atlet rugby jawa tengah?
- c. Bagaimana mekanisme psikologi olahraga dapat berkontribusi dalam meningkatkan motivasi berprestasi atlet rugby jawa tengah?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui:

- a. Untuk mengetahui seberapa besar peran latihan mental terhadap motivasi berprestasi pada atlet rugby Jawa Tengah.

- b. Untuk mengetahui dampak latihan mental terhadap atlet rugby jawa tengah.
- c. Untuk mengetahui motivasi dalam kompetisi setiap individu atlet rugby jawa tengah

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang di harapkan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

- a. Bagi atlet dapat memberikan sebuah rangsangan pemikiran tentang peran mental terhadap motivasi berprestasi pada atlet.
- b. bagi para pelatih rugby diharapkan untuk dapat memberikan lebih intens dalam memperhatikan pentingnya kontribusi psikologi olahraga yang harus di kuasai oleh atlet.
- c. Dengan diketahuinya hasil penelitian ini diharapkan bagi pemerintah dan khususnya pengurus olahraga rugby di jawa tengah dapat dijadikan acuan untuk lebih memperhatikan peran mental terhadap motivasi berprestasi atlet.