

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1. Latar Belakang Masalah

Pada upaya pembangunan dan pembaharuan yang merupakan tuntutan zaman, partisipasi seluruh warga negara baik pria dan wanita dibutuhkan secara aktif. Menurut Chafest (dalam Naully,2003) dalam suatu negara yang sedang membangun, pendidikan yang baik bagi warganya merupakan kunci utama bagi keberhasilan pembangunan negara tersebut. Dalam GBHN 1983 Bab IV juga dicantumkan peranan dan tanggung jawab wanita dalam pembangunan yang semakin dimantapkan melalui peningkatan pengetahuan dan keterampilan di berbagai bidang sesuai dengan kebutuhan dan kemampuan. Namun demikian, walaupun kesempatan pendidikan yang diberikan relatif lebih besar, kesempatan untuk bekerja dikalangan wanita masih kurang. Menurut Surbakti (dalam Naully, 2003) walaupun jumlah penduduk pria sebesar 89,5 juta jiwa, dan penduduk wanita sebesar 89,9 juta jiwa, menunjukkan komposisi yang seimbang, hal ini tidak diikuti dengan keseimbangan kesempatan kerja. Tenaga kerja pria berjumlah 48 juta jiwa, sedangkan tenaga kerja wanita berkisar 29 juta jiwa.

Menjadi seorang atlet yang profesional juga merupakan suatu pekerjaan. Olahraga adalah pekerjaan mereka, dan mereka menandatangani kontrak dan harus ambil bagian dalam kompetisi (<http://www.physicaleducation.co.uk>). Pemberian hadiah (*rewards*) sebagai pengakuan atas prestasi yang diraih oleh seorang atlet dapat melalui berbagai macam bentuk. Sejak olimpiade kuno,

penghargaan hanyalah berbentuk rangkaian bunga zaitun sebagai mahkota sang juara. Penghargaan ini sudah demikian membanggakan bagi atlet. Perubahan zaman membuat perubahan atas peradaban manusia, sehingga mempengaruhi cara berpikir atas penghargaan yang diberikan. Pemberian berikutnya adalah dalam bentuk uang. Perkembangan berikutnya tergantung jenis kompetisi dan tingkatan kejuaraan yang diikuti. Kejuaraan tenis Wimbledon, dengan hadiah yang cukup lumayan besarnya. Di Indonesia baru mulai tahun 2005, pendekatan profesional dan amatir diatur melalui UUSKN (Bab X). Status, fungsi, dan tata cara kerja diatur sedemikian rupa untuk melindungi pemain dan juga lembaga induk organisasi (Pasal 55, Ayat 1). Pasal 55 Ayat: (1) olahragawan profesional melaksanakan kegiatan olahraga sesuai dengan keahliannya; (2) setiap orang dapat menjadi olahragawan profesional setelah memenuhi persyaratan: (a) pernah menjadi olahragawan amatir yang mengikuti kompetisi secara periodik; (b) memenuhi ketentuan ketenagakerjaan yang dipersyaratkan; (c) memenuhi ketentuan medis yang dipersyaratkan; dan (d) memperoleh pernyataan tertulis tentang pelepasan status dari olahragawan amatir menjadi olahragawan profesional yang diketahui oleh induk organisasi cabang olahraga yang bersangkutan; (3) setiap olahragawan profesional mempunyai hak untuk: (a) didampingi oleh, antara lain, manajer, pelatih, tenaga medis, psikolog, dan ahli hukum; (b) mengikuti kejuaraan pada semua tingkatan sesuai ketentuan; (c) mendapatkan pembinaan dan pengembangan dari induk organisasi cabang olahraga, organisasi olahraga profesional, atau organisasi olahraga fungsional; dan (d) mendapatkan pendapatan yang layak.

Perempuan saat ini menghadapi berbagai isu serius seperti pelecehan seksual, pemerkosaan, perdagangan perempuan, dan kasus tindak kekerasan yang kadang berujung pada kematian. “Berdasarkan data yang dihimpun Komnas Perempuan, kasus tindakan Kekerasan Terhadap Perempuan (KTP) dari tahun ke tahun mengalami peningkatan yang cukup mencolok. Pada tahun 2001 setidaknya terjadi 3.169 kasus KTP dan pada tahun 2007 jumlah kasus makin tinggi hingga mencapai 25.522 kasus KTP yang ditangani oleh 215 lembaga, termasuk institusi penegak hukum, rumah sakit, dan organisasi masyarakat pengada layanan.(dalam Media, 2008)

Dari kenyataan itulah, banyak perempuan yang akhirnya terjun ke beladiri, salah satunya adalah olahraga beladiri *Jujitsu*. Bagi para perempuan tersebut *Jujitsu* sangat efisien untuk melindungi diri dari bahaya kejahatan serta meningkatkan daya tahan tubuh. Sudah banyak opini yang didapatkan dari para perempuan yang sudah mengikuti latihan *Jujitsu*. Menurut para perempuan ini dengan berlatih beladiri akan mendapatkan pengalaman tersendiri terutama saat menghadapi bahaya. Banyak dari para perempuan tersebut yang akhirnya memutuskan untuk terjun menjadi seorang atlet, sebab pengalaman yang didapatkan akan semakin bertambah serta dapat terasah dengan terus berlatih secara rutin. (Kristiawan, 1999).

Kondisi tersebut sesuai dengan teori Adler (dalam Kristiawan, 1999) yang menyatakan bahwa perempuan masuk ke dalam salah satu cabang olah raga bukan hanya merupakan suatu keyakinan. Namun pilihan seseorang terhadap salah satu cabang menunjukkan kepribadian dan juga menunjukkan bagaimana hubungan

pergaulannya dengan orang lain, selanjutnya kemampuan berolah raga pada diri atlet tersebut merupakan nilai yang dijunjung tinggi oleh kelompoknya.

Kendala yang dihadapi saat ini adalah banyak dari para atlet putri yang akhirnya memutuskan untuk berhenti setelah berkarier mereka sebagai seorang atlet didunia beladiri (khususnya beladiri *Jujitsu*) semakin melejit akibat adanya ketakutan mereka pada kesuksesan yang sudah diraih sebab atlet putri tersebut beranggapan bahwa kesuksesan justru akan merampas kesempatan para atlet putri untuk merasakan hal-hal yang belum pernah mereka dapatkan dimasa mereka tumbuh menjadi seorang remaja. (Kristiawan, 1999)

Hal ini diperkuat dengan pendapat dari Sugiono, seorang pelatih di salah satu perguruan tinggi negeri tepatnya di Universitas Negeri Surabaya. Bahwa banyak dari anak didiknya yang memutuskan untuk meninggalkan dunia keatletannya setelah atlet putri tersebut mencapai prestasi yang lumayan baik untuk seukuran remaja putri seusianya. Hal ini menurut beliau dikarenakan banyak dari para atlet putri tersebut mulai beranggapan bahwa mereka sudah terlalu tua untuk bertanding lagi, serta ingin untuk memberikan kesempatan bagi juniornya. Selain itu banyak juga dari atlet putri tersebut yang mulai merasa takut pada kondisi tubuhnya, serta banyak dari para atlet putri tersebut yang merasa bahwa mereka akan kehilangan kesempatan untuk meraih pekerjaan yang lebih layak dan memperoleh pasangan hidup yang pernah mereka idam-idamkan.

Selain itu, banyak sekali atlet putri yang takut bila mereka sukses. Hal ini dikarenakan atlet putri tersebut merasa dipaksa untuk menjadi seorang juara di gelanggang, dengan kata lain keinginan tersebut bukanlah keinginan mereka

sendiri. Sehingga akhirnya menjadi masalah di dalam diri atlet putri ini. Selain itu banyaknya keluhan yang diterima oleh peneliti dari para atlet putri adalah tentang padatnya jadwal latihan yang harus dilalui, sedangkan bagi para atlet putri padatnya jadwal latihan merupakan suatu pengekangan terhadap kebebasan dalam menjalin hubungan sosial baik dengan teman-teman dekat maupun untuk menemukan pasangan. Beberapa atlet putri banyak yang mengeluh, karena bagi atlet putri ini mengikuti latihan biasa saja sudah terasa sangat berat apalagi untuk mengikuti pemusatan latihan. Bahkan para atlet putri tersebut juga jarang datang serta selalu menghindari pertandingan, serta suka membolos yang ditunjukkan atlet putri tersebut dikarenakan mereka mengalami ketakutan akan sukses atau disebut dengan *Fear of success*.

Rasa takut yang dirasakan para atlet putri tersebut lebih dikenal dengan istilah *Fear of success* dimana dapat diartikan sebagai suatu ketakutan akan keberhasilan atau kesuksesan yang telah dicapai, dan biasanya *Fear of success* menyerang pada wanita yang memiliki karier atau jabatan yang terus meningkat. *Fear of success* muncul pertama kali berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Mathilda Horner (1978) terhadap 90 perempuan dan 88 laki-laki di Universitas Michigan. Subjek diminta untuk menyelesaikan cerita proyektif yang berbunyi “diakhir ujian semester pertama Anne ternyata menduduki peringkat tertinggi disekolah kedokterannya.” (untuk subjek laki-laki nama Anne diganti mejadi kata john). Setelah hasil cerita para subjek dianalisis, ternyata ada perbedaan yang sangat signifikan antara respon laki-laki dan perempuan dalam menghadapi kemungkinan keberhasilan. Sebagian besar subjek laki-laki dalam penelitian

Horner merespon positif terhadap keberhasilan, hanya 9% yang merespon negatif. Sedangkan 62% subjek perempuan merespon negatif yaitu menentang keberhasilan Anne, perempuan menganggap bahwa keberhasilan akan menimbulkan gangguan dan membawa dampak negatif seperti penolakan sosial, kehilangan kelayakan sebagai teman atau pasangan hidup, takut terkucilkan, kesepian atau tidak bahagia sebagai akibat dari keberhasilannya, dll. Kesimpulan dalam penelitian Horner menunjukkan bahwa *Fear of success* cenderung banyak dialami oleh para perempuan dari pada laki-laki.

Menurut Kartono (dalam Sofyati, 2002) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi munculnya rasa takut tersebut adalah karena kurangnya kemampuan untuk mengontrol serta mengelola serta emosinya dengan baik. Dikatakan bahwa seseorang atlet juga mengalami penolakan jiwa, ciri pergolakan jiwa tersebut tampak dalam bentuk pemberontakan, sikap egois dan individualis, serta mempunyai aspirasi dan ambisi yang besar untuk mendapatkan pengakuan serta untuk mencapai tujuan tertentu. Pada sisi lain dalam periode tersebut juga ditemukan sikap ragu-ragu, kecemasan, ketakutan pada perubahan bentuk tubuhnya serta ketakutan dorongan seksualitas yang semakin tinggi.

Munculnya rasa takut menurut Kristiawan (1999) menyebabkan atlet cenderung merasakan kelelahan secara fisik dan kebingungan secara psikis, sehingga diperlukan adanya kemampuan untuk mengatasi *Fear of success*.

Salah satu faktor yang diasumsikan bisa mengatasi *Fear of success* pada atlet putri adalah kontrol diri atau disebut dengan *Self control*, sebab dengan

adanya *self control* para atlet para atlet putri tersebut bisa menghadapi konsekuensi yang muncul sebagai akibat dari kesuksesan yang telah diraih.

Bender (dalam Septyorini, 2002) mengartikan kontrol diri (*Self control*) sebagai kemampuan individu dalam mengendalikan tindakan yang ditandai dengan kemampuan individu dalam membuat perencanaan yang dihadapi dalam hidupnya, mampu mengatasi frustrasi dan mampu menahan ledakan-ledakan emosi dalam dirinya.

Individu dengan *Self control* yang tinggi sangat memperhatikan cara-cara yang tepat untuk berperilaku dalam situasi yang bervariasi. Demikian juga pada atlet tersebut cenderung mengubah perilakunya sesuai dengan permintaan situasi sosial yang kemudian dapat mengatur kesan yang dibuat. Perilaku lebih responsif terhadap petunjuk situasional, lebih fleksibel, berusaha untuk memperlancar interaksi sosial, serta bersikap hangat dan terbuka. Individu dengan *Self control* yang rendah cenderung tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilaku. Atlet putri tersebut tidak mampu menginterpretasikan stimulus yang dihadapi dan tidak mampu memilih tindakan yang tepat untuk mengatasinya. (Widiana, 2002)

Hurlock (dalam Widiana, 2002) menyatakan bahwa *Self control* berkaitan dengan bagaimana individu mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya. Mengontrol emosi berarti mendekati suatu situasi dengan menggunakan sikap yang rasional untuk merespon situasi tersebut dan mencegah munculnya reaksi yang berlebihan. Dalam diri seseorang terdapat suatu sistem pengaturan diri yang memusatkan perhatian pada pengontrolan diri, proses tersebut menjelaskan bagaimana diri mengatur dan mengelola perasaan-perasaan

yang mengganggu. Pengontrolan diri berkaitan dengan bagaimana seseorang atlet mengendalikan emosi didalam dirinya. Konsep populer menyatakan bahwa semakin berhasil seseorang menekan ekspresi yang tampak, maka akan semakin baik pula kemampuan *self control* nya.

Mischel dkk (dalam Fieqrof, 2005) menyatakan bahwa kemampuan individu untuk mengendalikan *Self control* dipengaruhi oleh perencanaan yang baik dalam bertindak. Individu dapat melakukan berbagai usaha untuk mengendalikan dirinya dengan cara berusaha untuk tidak melakukan kegiatan yang dapat mengalihkan perhatian dari stimulus. Usaha dan kegiatan tersebut merupakan perilaku yang terencana serta efektif, sehingga individu mampu mengontrol dirinya. *Self control* tersebut memungkinkan remaja untuk berperilaku atau berfikir lebih terarah serta dapat menyalurkan semua dorongan-dorongan dalam dirinya secara benar tanpa harus menyimpang dari norma dan aturan yang berlaku di lingkungan masyarakat. (Widiana, 2000)

Oleh sebab itu, *self control* sangat diperlukan oleh para atlet putri dalam menghadapi segala bentuk perubahan perilaku emosi yang ada didalam dirinya. Usia yang masih dalam tahap perkembangan dan mencari jati diri, kemampuan serta perencanaan untuk mengatasi stimulus yang masuk kedalam dirinya masih sangat kecil dan sangat rapuh. Hal ini membuat para atlet putri mudah sekali untuk terpengaruh dengan keadaan di sekitarnya, yang dapat merubah perilaku serta cara berpikir atlet putri tersebut. (Fieqrof, 2005)



## 1.2. Identifikasi Masalah

Seperti diketahui bahwa dalam penelitian ini, peneliti meneliti *Self Control*. Apakah *Self Control* ini benar-benar secara signifikan dapat mempengaruhi takut akan kesuksesan (*Fear of Success*)?. Seperti dilema yang banyak terjadi di Indonesia, adalah banyaknya remaja putri yang sekarang menggeluti kegiatan yang dulunya hanya untuk laki-laki saja serta mereka bercita-cita untuk memasuki dunia pekerjaan yang banyak dilakukan oleh pria. Sehingga pada saat sekarang banyak dijumpai perusahaan terkemuka di Indonesia sudah banyak didominasi oleh kaum perempuan. Para perempuan tersebut seakan sudah lupa dengan kodratnya sebagai perempuan, serta perempuan cenderung mengejar impian mereka meskipun harus mengalahkan kaum pria. Seiring dengan berjalannya waktu banyak para perempuan yang sudah berada dipuncak kariernya mengalami dilema didalam dirinya, salah satunya adalah munculnya *Fear of success* atau ketakutan akan keberhasilan. (Kristiawan, 1999)

Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat dimungkinkan terdapat hubungan antar *Self Control* dengan *Fear of Success*.

## 1.3. Batasan Masalah

Untuk menjaga agar penelitian tetap terarah dan tidak meluas, maka penulis membatasi hal-hal yang terkait dengan tema yang diteliti, yaitu:

### 1.3.1. Self Control

Merupakan kemampuan untuk menyusun, membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk perilaku yang dapat membawa ke arah konsekuensi-konsekuensi positif.

### 1.3.2. Fear of Success

*Fear of success* tidak disadari oleh wanita dan merupakan hasil dari proses sosialisasi yang spesifik pada wanita. Proses sosialisasi ini mengarahkan wanita terhadap antisipasi akan kehilangan femininitasnya (*loss of femininity*). Kehilangan femininitas ini mengarahkan wanita untuk merasa takut jika mendekati keberhasilan dan memperkirakan akan kehilangan penghargaan sosial (*loss of social self esteem*) serta mengantisipasi adanya penolakan sosial (*social rejection*)

## 1.4. Rumusan Masalah

Penjelasan yang telah disampaikan pada bagian sebelumnya, mengantarkan kita pada perumusan pokok permasalahan penelitian ini, yaitu :

“Apakah ada hubungan antara *Self control* yang dimiliki oleh para atlet beladiri *Jujitsu* putri dalam menghadapi *Fear of Success* ?”

## 1.5. Tujuan Penelitian

Tujuan penulis mengadakan penelitian ini adalah untuk dapat menjawab permasalahan yang ada dan memperoleh data yang empiris tentang *Self control* dan *Fear of success* pada atlet beladiri *Jujitsu* putri.

## **1.6. Manfaat Penelitian**

### **1.6.1. Manfaat teoritis**

Manfaat teoritis dari diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran serta manfaat bagi pengembangan ilmu pengetahuan khususnya pada bidang psikologi sosial dan psikologi olahraga.
2. Sebagai bahan pertimbangan bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang menggunakan variabel yang sama dengan penelitian ini.

### **1.6.2. Manfaat praktis**

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Bagi atlet, hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat tentang *Fear of success* pada seluruh atlet beladiri, yang lebih lanjut dapat mengatasi segala rintangan yang dapat menjerumuskan para atlet kedalam ketakutan akan keberhasilan (*Fear of success*).
2. Bagi instansi pemerintah, hasil penelitian ini diharapkan juga dapat memberikan masukan bagi instansi pemerintah terkait yaitu : Koni (Komite Olahraga Nasional Indonesia), dan IJI (Institute *Jujitsu* Indonesia) tentang pentingnya memupuk *self of control* para atletnya supaya tidak mengalami ketakutan akan keberhasilan (*Fear of success*). Serta supaya lebih membina para atletnya dengan memberikan pelatihan-pelatihan yang mampu meningkatkan kemampuan *self control* para atletnya.