

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Mulanya *cheerleading* digunakan untuk menyemangati olahraga lain seperti sepak bola atau basket, tetapi *cheerleading* semakin berkembang dan sekarang dikenal sebagai salah satu olahraga yang cukup ekstrem, dimana membutuhkan tenaga dan kemampuan tertentu. *Cheerleading* tidak hanya bersorak-sorak, tetapi menampilkan sesuatu yang menarik, seperti *stunt* (kegiatan yang melibatkan *base* (orang yang berada di *layer* paling bawah sebuah *stunt* atau *pyramid*), *top person* (orang yang berada di atas individu lainnya), *pyramid* (gabungan dari beberapa *stunt*), *tumbling* (kegiatan yang membutuhkan keseluruhan teknik *cheerleading*, dapat menambah efek visual), *jumps* (gerakan melompat yang membutuhkan fleksibilitas, kekuatan dan teknik), *dance* serta *motion*. Dalam melakukan kegiatan *cheerleading* seperti membuat *pyramid* atau *stunt* dibutuhkan fisik dan nyali yang cukup besar sehingga diperlukan latihan khusus dan cukup rutin agar tidak terjadi cedera (Christanti, 2013).

Di Indonesia *cheerleading* berkembang cukup pesat pada tahun-tahun ini, meskipun awal masuknya *cheerleading* di Indonesia tidak menerapkan konsep *cheerleading* yang sesungguhnya karena kurangnya informasi yang diperoleh (REP, 2012). Menurut Oki Trihatomo, penasehat umum Indonesia Cheerleading Comunity (ICC) pada wawancara awal yang dilakukan melalui

email pada tanggal 5 April 2014, awal masuknya *cheerleading* di Indonesia belum sepenuhnya memahami konsep *cheerleading* yang sebenarnya. Masih banyak *cheerleader* di Indonesia yang belum memahami konsep *cheerleading* sebagai olahraga, sehingga mereka belum menggunakan teknik yang baik dan benar, serta konsep keamanan dalam *cheerleading*.

Menurut Oki, perkembangan *cheerleading* yang cukup pesat di Indonesia tidak dibarengi dengan adanya pengetahuan bahwa cheerleader juga merupakan seorang atlet. Masih banyak masyarakat yang beranggapan bahwa *cheerleading* bukan suatu olahraga. Juga karena *cheerleading* belum resmi diakui sebagai olahraga di dunia oleh IOC (International Olympic Committee), maka pemerintah pun sejauh ini masih menutup sebelah mata akan *cheerleading* di Indonesia. Pemerintah tetap mendukung sebagai sebuah aktivitas anak muda yang bermanfaat, namun karena secara resmi belum diakui sebagai olah raga, maka dukungan dari pemerintah pun masih seadanya, karena masih adanya hambatan tentang pandangan masyarakat maka usaha untuk mengedukasi masyarakat juga dilakukan oleh para *cheerleader*, seperti yang disampaikan Meirizka Andrina, Ketua Umum ICC Jawa Timur pada wawancara awal yang dilakukan pada 4 April 2014.

"Kalau memasyarakatkan cheerleading sebagai olahraga ke masyarakat itu jalurnya lebih susah ya karena pertama kita harus ke anak didik dulu, dari anak didik mereka bisa me-mindset ke orang tuanya, lalu kita bisa memasyarakat ketika kita ada kompetisi-kompetisi, kita bilang ee kepada penonton atau siapapun atau ke klien bahwa cheerleading ini memang suatu olahraga gitu. Makanya kita juga digandeng oleh organisasi-organisasi, cheerleading kan masuk ke olahraga rekreasi masyarakat, jadi disitu memang ee dilihat bahwa cheerleading bukan cuman penghibur lagi, tapi ee sudah ee menjadi suatu bentuk olahraga."

Menurut Meirizka, karena *cheerleading* adalah sebuah olahraga, maka seorang *cheerleader* harus dapat menganggap dirinya sebagai atlet, sehingga sudah harus tahu batasan-batasan, kepribadian dan apa yang harus dilakukan. Oki juga menambahkan, seperti layaknya menjadi atlet lainnya, menjadi atlet *cheerleading* harus memiliki disiplin, fisik yang kuat, teknik yang terlatih, dan senantiasa menjunjung tinggi sportivitas.

Sekarang, *cheerleading* dituntut untuk lebih dinamis, kompetitif, dan membutuhkan kemampuan yang lebih tinggi untuk membuat sebuah *stunt*, *pyramid*, *tumbling*, *jumping*, maupun *toss* sehingga dibutuhkan tubuh yang proposional. Pada beberapa olahraga atletik, adanya tekanan untuk kurus dan terlihat memiliki tubuh yang pas sangat berpengaruh pada seorang *cheerleader* (Torres-McGehee, Monsma, Dompier, & Washburn, 2013). Dalam *cheerleading* terdapat beberapa posisi dalam suatu rutin, dimana posisi tersebut memiliki tugas yang berbeda-beda. *Base* yang memiliki peran membantu *flyer* dan berada diposisi bawah ketika membuat suatu *stunt*. Kemudian ada *backspot* yang bertugas menjaga keselamatan *flyer* pada saat membuat *stunt*, serta menangkap *flyer* ketika *dismount* (turun dari *stunt*). Terakhir yaitu *flyer*, dimana perannya adalah yang diangkat ataupun dilempar oleh *base* dan *backspot* (Chappell, 2005, dalam SooHoo, 2008). Dengan tugas yang berbeda itu, maka setiap posisi memiliki karakteristik yang berbeda pula. Terlihat dari ukuran atau berat tubuh di setiap posisi. *Base* dan *backspot* dibutuhkan yang lebih kuat dan lebih besar agar dapat melempar, menangkap dan menjaga *flyer* yang

dipilih karena ukuran yang lebih kecil dan diharapkan memiliki berat yang lebih kurus dari *base* (Torres-McGehee, Monsma, Dompier, & Washburn, 2013)

Semua olahraga, apa yang akan dilakukan seorang atlet pada tubuhnya dapat berpengaruh pada dirinya. Mereka akan meningkatkan kekuatan, kecepatan, fleksibilitas dan stamina serta teknik untuk meningkatkan kemampuannya. Para atlet juga akan meningkatkan otot pada tubuhnya, membuat tubuhnya tidak berlemak, dan memiliki bentuk yang bagus. Tidak heran para atlet sangat memperhatikan tubuhnya (Petrie & Greenleaf, 2011). Pada atlet terutama perempuan memiliki tipe ideal tersendiri untuk dapat melakukan performa yang baik, sehingga *body image* sangat diperhatikan untuk terus dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kompetensi diri (Cash & Simolak, 2011). Biasanya mereka memiliki tipe tubuh yang ideal, tergantung pada jenis olahraga yang mereka ikuti. Mereka akan mengembangkan bentuk, ukuran dan postur tubuh mereka sesuai dengan ukuran ideal yang terbentuk (Petrie & Greenleaf, 2011). Pada atlet pria biasanya memiliki tingkat ideal sendiri dari level bentuk badan yang berotot (Cash & Simolak, 2011).

Body image mewakili dari segi konstrak individual dalam persepsi, sikap dan kognisi yang akan muncul sebagai perilaku (Soohoo, 2008). Tidak hanya karena adanya kompetisi, para atlet terutama pada olahraga *aesthetic* seperti *gymnastic*, *cheerleading*, dll ditemukan memiliki *body image* yang negatif berhubungan dengan tekanan dalam

lingkungan olahraga (Sherman & Thompson, 2004). Tekanan dalam olahraga dapat berdampak secara langsung pada seorang atlet, terlihat dari perilakunya yang sangat mengontrol ukuran tubuh, bentuk dan berat badan. Hal lain yang dapat memberikan tekanan pada pembentukan *body image* berasal dari *significant other* seperti orang tua, teman dalam tim dan pelatih yang memberikan pendapat mengenai berat, ukuran, bentuk badan dan penampilan. Latihan dan kompetisi juga mempengaruhi atlet pria maupun wanita dalam merasakan bagaimana tubuhnya. Biasanya mereka akan merasakan tentang meningkatkan berat badan, dan menambah massa otot agar penampilannya dalam olahraga yang diikutinya semakin baik. Pelatih dan rekannya memiliki kemungkinan untuk memberi pendapat pada bentuk tubuh yang berotot akan memberikan keuntungan bahwa ia akan lebih kuat, sementara jika massa otanya tidak cukup baik, maka ia tidak akan cukup kuat dalam olahraganya (Petrie & Greenleaf, 2011).

Ketidakpuasan terhadap pandangan tubuh yang terjadi pada *cheerleader* dapat dikarenakan tuntutan dari lingkungan antar *cheerleader*. *Body image* dalam *cheerleading* mungkin di pengaruhi oleh dari lingkungan sosial dan budaya yang menuntut untuk lebih diterimanya bentuk tubuh dengan ukuran yang kecil untuk performa yang maksimal. Tekanan untuk menjadi lebih kurus dan terlihat menarik menjadi keinginan yang cukup besar di kalangan *cheerleader* karena adanya evaluasi subjektif dan keinginan untuk meningkatkan performa. Seorang *cheerleader* tidak hanya dinilai dari performanya saja, tetapi juga

keseluruhan penampilan (Torres-McGehee, Monsma, Dompier, & Washburn, 2013).

Menurut Soohoo (2011), ada beberapa hal yang dapat mempengaruhi pengembangan sikap hingga terbentuk *body image* seorang *cheerleader*, yang pertama adalah *Awareness of Body* yang terdiri perubahan bentuk fisik pada saat remaja dan perbandingan tubuhnya dengan sesama, yang kedua adalah faktor sosial yang terdiri dari pengaruh orang tua dan pendapat dari orang lain. Hal ketiga yaitu lingkungan dalam *cheerleading*, dimana ada *image* yang merupakan gambaran dari bentuk ideal dari fisik dan atribut personal, kemudian posisi dalam tim, tipe tubuh yang dapat mempengaruhi posisi, serta kostum.

Bentuk tubuh dan ukuran dalam *cheerleading* pada dasarnya tidak terlalu penting. Belum ada penelitian yang menemukan bahwa ada perbedaan posisi yang mempengaruhi pembentukan *body image*, tetapi pada kenyataannya dalam tim akan selalu ada tuntutan tertentu dalam setiap posisi, dimana *flyer* akan diharapkan lebih kecil daripada posisi *second* atau *base* (Torres-McGehee, Monsma, Dompier, & Washburn, 2013). Hal tersebut juga disampaikan oleh Familia, salah satu anggota *cheerleader* dari ICC Heroes Surabaya pada wawancara awal tanggal 14 Maret 2014

“Sebenarnya size is doesn’t matter ya di cheerleading itu, tapi kalau untuk top person sih nggak mungkin kan gemuk kan harus di atas yaa, yang pasti harus kecil dan fleksibel. Nggak ada kriteria berat badan kuruus banget, segini kilo segini kilo, nggak ada.”

Menurut Meirizka juga akan ada perbedaan ukuran tubuh dalam tim.

“Kalau postur tubuh pasti akan kita sesuaikan dengan penempatan di tim cheerleader, kita nggak bisa menentukan bahwa yang ikut cheerleader harus tubuhnya besar semua, terus kalau tubuhnya besar semua siapa yang di angkat?”

Posisi dalam tim tersebut cukup berpengaruh pada pemikiran dan perasaan terhadap tubuhnya. Posisi *flyer*, yaitu seseorang yang di lempar ke udara atau juga di sebut dengan *top person*, yaitu *cheerleader* yang berada di atas *stunt* dan di angkat oleh lainnya. Seperti disampaikan oleh Alexa (15 tahun) dalam (Sooahoo, Justine, & Patricia, 2011) yang menyatakan bahwa bentuk dan ukuran seorang *cheerleader* pasti akan tergantung pada posisinya dan ketika seseorang ingin menjadi *flyer* maka ia harus memiliki tubuh yang sangat kecil. Hal itu juga disampaikan oleh subjek lain pada penelitian tersebut.

Seperti disampaikan oleh Mareta, salah satu anggota *cheerleader* dari ICC Heroes Surabaya yang berposisi sebagai *base* dan *second layer* yang menginginkan posisi sebagai *flyer* pada wawancara awal tanggal 14 Maret 2014

“Ee flyer yaa.. ee... kalau flyer itu impianku dari tahun 2007, jadi impian yang mungkin sampai saat ini belum terwujud, tapi insya allah akan saya wujudkan sesegera mungkin. Sangat sangat menginginkan posisi flyer lah. Kalau badan aku segini mungkin sih, cuma yang ngangkat harus orang bener-bener besar. Tapi kalau misalnya di tim itu nggak mungkin kalau badan se aku harus jadi flyer, karena flyer itu memang harus kecil.”

Adanya tuntutan pada tubuh yang lebih proposional juga tergantung pada posisi dalam tim. *Base* dan *backspot* dibutuhkan yang lebih kuat dan lebih berat agar dapat melempar, menangkap dan menahan *flyer*, yang biasanya dipilih karena ukuran yang kecil dan memiliki berat yang lebih ringan karena mengurangi kemungkinan mencelakai *base* (Soohoo, Justine, & Patricia, 2011).

Mareta juga mengungkapkan hal yang sama mengenai ukuran tubuh yang proposional bagi *flyer*.

"Karena.. posisi flyer itu posisi yang.. pusat dari penonton, eh pusat dari pertunjukan cheerleading itu dilihat dari flyer nya. Jadi kalau misalnya jadi flyer itu enak gitu terbang-terbang. Kalau jadi flyer itu harus ada.. ketentuan-ketentuan sendiri, kayak contohnya badannya harus proposional, terus pinter bawa badannya ke atas atau pinter membawa badannya menjadi pusat perhatian orang, terus pinteerr menjaga pola ee gerak badannya juga"

Cheerleader yang berposisi sebagai *flyer* juga membutuhkan *body-awareness* yang baik. *Body-awareness* itu nantinya akan dapat sangat berguna ketika ia berada diatas *stunt* dan melakukan tugasnya. Ia harus dapat mengontrol tubuhnya sendiri pada saat berdiri di atas *stunt* maupun ketika dilempar ke udara. Hal tersebut juga dapat memudahkan *base* untuk mengontrol *stunt* agar tidak jatuh maupun mengalami *shaking*, serta *backspot* juga dengan mudah menjaga dan menangkap (*catching*) *flyer* pada saat *dismount* (saat *flyer* turun dari *stunt*, *pyramid* atau *toss*) (Soohoo, 2008).

Hal tersebut juga disampaikan oleh Familia Rizky pada wawancara awal.

“Kalau idealnya flyer itu harus bisa ngelock badan dengan baik dan benar, punya body awareness yang bagus, punya keberanian. Apalagi yaa.. body awareness itu adalah pos... bisa merasakan posisi badannya sendiri saat di atas tanah maupun di atas stunt atau di atas pyramid.”

Tetapi, meskipun *base* dan *backspot* memiliki tubuh dan lebih besar dari *flyer*, mereka tidak selalu memiliki *body image* yang negatif, mereka masih dapat percaya diri dengan tubuhnya (Torres-McGehee, Monsma, Dompier, & Washburn, 2013)

Familia juga menambahkan mengenai pandangan sebagai *base* dan *second layer*

“Pasti ada, kalau.. base itu biasanya di dominasi sama cowok karena kan perlu power yang gede karena kan masih ada dua layer di atasnya. Kalau untuk second layer otomatis dia harus punya... istilahnya double job ya, istilahnya punya double function, bisa catching, bisaa... ngelock juga karena di naik dan dinaikin kayak gitu.”

Penelitian yang dilakukan Soohoo, Justine, & Patricia (2011) ditemukan bahwa salah satu subjeknya mengatakan bahwa untuk menjadi *base* harus memiliki lengan dan kaki yang cukup kuat untuk mengangkat dan menangkap *flyer* yang memiliki berat tertentu. Serta harus memiliki kemampuan untuk mengetahui waktu yang tepat untuk melempar dan menangkap *flyer* ketika *toss*.

Menurut Soohoo (2008) dari adanya tekanan-tekanan yang berasal dari pikiran, perasaan, media, ekspektasi dari lingkungan sekitar yang menjadikan *role model* serta menggunakan kostum *cheerleader* yang mengakibatkan pembentukan *body image*. Selain dari kompetisi dan posisi dalam *cheerleading*, kostum juga berpengaruh dalam pembentukan *body image cheerleader*. Sebagian besar *cheerleader* pada penelitian Reel and Gill (1996 dalam Soohoo, Justine, & Patricia, 2011) beranggapan bahwa kostum merupakan salah satu hal yang sangat berpengaruh pada tekanan berat badan sehingga mempengaruhi pembentukan *body image*. Dalam penelitian tersebut ditemukan bahwa 60,7% partisipan terpengaruh kostum dalam pembentukan *body image*-nya. Biasanya atlet perempuan berpikir bahwa semakin kecil tubuhnya maka penampilannya akan semakin bagus, terutama ketika menggunakan seragam atau kostum (Thompson & Sherman, 2004) karena pada beberapa olahraga estetik seperti *cheerleading* dan *dance* menggunakan kostum yang *fit* di badan sehingga menyebabkan para atletnya memikirkan bentuk tubuh mereka agar terlihat bagus saat mengenakan kostum (Smiley & Lim, 2008).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti ingin mengkaji tentang dinamika *body image* yang terbentuk di kalangan *cheerleader*, karena di setiap posisi dalam tim memiliki harapan dan karakteristik yang berbeda-beda. Serta adanya tuntutan dalam tim dan penggunaan kostum yang juga dapat mempengaruhi terbentuknya *body image* seorang *cheerleader*.

1.2 Fokus Penelitian

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penelitian ini difokuskan pada *body image* yang terbentuk pada *cheerleader*. Dari fokus penelitian tersebut memunculkan pertanyaan penelitian, antara lain:

- a. Apa saja faktor yang mempengaruhi *cheerleader* dalam membentuk *body image*?
- b. Bagaimana *body image* yang dimiliki oleh *cheerleader* pada posisinya masing-masing?

1.3 Signifikansi Penelitian

Signifikansi penelitian merujuk pada keunikan penelitian dibanding dengan penelitian sebelumnya yang terkait. Penelitian yang membahas *body image* pada *cheerleader* memang belum banyak dilakukan, terutama di Indonesia, tetapi beberapa penelitian sudah dilakukan di Amerika, salah satunya oleh Soohoo (2008) yang membahas beberapa faktor yang dapat membentuk *body image* seorang *cheerleader*, seperti *awareness of body*, lingkungan dalam *cheerleading* dan faktor sosial. Selanjutnya ada penelitian dari Torres-McGehee, Monsma, Dompier, & Washburn (2013), penelitian mereka membahas tentang bagaimana seorang *cheerleader* memandang tubuhnya berdasarkan kostum yang mereka gunakan. Penelitian lain membahas tentang *body image* atlet, tidak spesifik pada *cheerleader*. Peneliti belum menemukan penelitian mengenai *cheerleader* di Indonesia, terutama mengenai *body image*.

Kekhasan lain dari penelitian ini adalah konteks penelitian yang mengambil data di salah satu komunitas *cheerleading* di Surabaya yaitu ICC Heroes. Masih jarang nya penelitian tentang *cheerleader* di Indonesia terutama *body image* yang mereka bentuk, maka penting penelitian ini untuk dilakukan.

1.4 Tujuan Penelitian

Sesuai dengan pertanyaan penelitian diatas, maka tujuan dari penelitian ini adalah

- a. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi *cheerleader* membentuk *body image*
- b. Untuk mengetahui *body image* yang dimiliki oleh *cheerleader* pada tiap masing-masing posisi.

1.5 Manfaat Penelitian

- a. Manfaat Teoritis

Sebagai kajian ilmiah untuk pengembangan ilmu psikologi, terutama dalam kajian mengenai *body image* pada *cheerleader* di tiap posisinya dan faktor yang membentuk.

- b. Manfaat Praktis

Mampu memberikan tambahan pengetahuan mengenai *body image* yang terbentuk sebagai seorang *cheerleader*