

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah.

Olahraga banyak sekali macam dan jenisnya, salah satunya olahraga akuatik. Akuatik adalah jenis atau kegiatan yang dilakukan di air. Menurut KBBI, olahraga adalah menggerakkan badan supaya tubuh menjadi kuat juga menyehatkan tubuh. Olahraga juga diminati berbagai macam kalangan, dari anak-anak, remaja, dewasa, bahkan lansia. Karena fungsi dari olahraga berupa pemeliharaan tubuh, menaikkan kesehatan, menangani penyakit, memulihkan tubuh dari penyakit (Prasetyo, 2015). Manfaat olahraga yang beraneka ragam ini, bisa disesuaikan oleh minat, bakat, dan ketertarikan kepada atau berbagai macam jenis olahraga. Salah satunya adalah olahraga akuatik yang memiliki banyak jenis cabang olahraga seperti renang, selam, loncat indah, renang indah, polo air, dan juga hoki air.

Selam adalah sekian dari cabang olahraga akuatik pada saat ini sudah mulai dikenal dan dijadikan sebagai olahraga rutin dan olahraga berprestasi mulai usia anak-anak maupun dewasa. Perkumpulan klub selam tidak sebanyak olahraga renang namun perkembangannya tidak hanya di kota besar saja, sehingga cukup tersebar di berbagai daerah di Indonesia.

Olahraga selam mulai berkembang di Indonesia dimulai dengan dibentuknya organisasi POSSI (Persatuan Selam Seluruh Indonesia) nama lainnya ISSA (Indonesian Sub-aquatic Sport Association). di tanggal 4 Agustus 1977

organisasi POSSI secara sah berdiri dan menjadi induk organisasi olahraga selam di Indonesia. Pada tingkat nasional POSSI adalah salah satu anggota dari KONI (Komite Olahraga Nasional Indonesia). Lalu pada tingkat internasional atau dunia, POSSI berasosiasi dengan CMAS (Confédération Mondiale des Activités Subaquatiques) yang berpusat di Roma, Italia.

Cabang olahraga selam yang merupakan salah satu cabang olahraga akuatik yang mana saat perlombaan dan berlatih menggunakan alat yang biasa disebut dengan *bifins* (kaki katak) ataupun *monofin* dan juga *snorkel* (alat bantu pernapasan). Olahraga selam dapat dilakukan secara perorangan dan beregu, dan dapat diikuti oleh atlet pria atau wanita, dari usia junior hingga senior.

Populasi atlet selam mayoritas berusia remaja. Pengertian dari remaja adalah sebuah masa peralihan dari masa kanak-anak menuju masa dewasa dimana di dalam prosesnya terdapat perubahan biologis, kognitif, sosial dan emosional. Jika ditelusuri berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja merupakan penduduk dengan kelompok usia 10 tahun - 18 tahun. Penjelasan mengenai remaja berdasarkan Santrock (2007) kelompok remaja dimulai pada 10-13 tahun kemudian berakhir pada 18-22 tahun. Ciri-ciri dan respon pada fase remaja yang berlainan dibandingkan fase perkembangan lainnya seperti; mengalami perubahan yang sejalan dengan berlangsungnya waktu karena proses menuju dewasa, lingkungannya, reaksi dari orang-orang disekitarnya, atau perlunya bimbingan dari orang tua (Diananda, 2019).

Dalam usia remaja merupakan saat-saat serius mengenai prestasi (Santrock, 2007). Remaja memiliki tanggung jawab dan mendapatkan tuntutan dari orangtua

dalam hal berprestasi. Sehingga remaja harus mampu menghadapi situasi yang mengharuskan mereka sanggup menghadapi persaingan dengan teman sebaya. Menurut White (1959, di dalam Santrock, 2007) remaja memiliki motivasi untuk menghadapi lingkungan sosial mereka secara efektif, mengatasi dunia mereka, dan mengolah informasi secara efisien. Hal tersebut dilakukan karena remaja mempunyai keinginan dalam berinteraksi dengan lingkungannya secara efisien. Remaja juga mendapatkan beberapa harapan dalam mencapai peran sosial yang memaksa mereka untuk memperoleh tugas dengan tanggung jawab lebih besar (Santrock, 2007).

Salah satu cara dalam mencapai sebuah prestasi, remaja dapat meraihnya di dalam bidang non-akademik seperti menjadi seorang atlet. Namun sebagai atlet remaja, mereka juga mendapat beberapa persoalan dikarenakan para atlet juga memiliki tanggung jawab dengan hal-hal bersifat akademis di sekolah, menyelesaikan tugas yang diberikan, dan juga menghadapi ulangan maupun ujian. Yang mana kegiatan akademis ini dimulai dari hari senin - jumat dan berlangsung saat pagi hingga siang hari. Kegiatan rutin tersebut seringkali menimbulkan perasaan jenuh pada remaja, merasa kelelahan, dan motivasi semakin berkurang. Belum lagi setelah mereka pulang dari sekolah, mereka harus bersiap untuk berangkat menuju tempat latihan. Sehingga mereka menjadi tidak rutin dalam mengikuti latihan, tidak bersemangat dalam mengikuti latihan.

Penelitian yang dilakukan oleh Stavrou dkk (2018) kepada 43 atlet selama remaja perempuan menunjukkan hasil bahwa cabang olahraga selam, terutama atlet yang memakai alat *monofin* memiliki kekuatan juga permasalahan terhadap otot

paha mereka, dibandingkan atlet yang hanya menggunakan *bifins*. Dari penelitian ini dapat diambil kesimpulan bahwa atlet pada cabang olahraga selam memiliki kecenderungan untuk cedera lebih besar dibandingkan cabang olahraga lainnya, karena penggunaan alat. Kemudian penelitian yang dilakukan O'Neil dkk (2021) menunjukkan hasil bahwa atlet dan pelajar (yang memiliki peran ganda) memiliki hasil positif dalam hal well-being sedangkan sisi negatifnya adalah terjadinya burn-out di sekolah dan prestasi olahraga. Hal itu terjadi karena atlet yang memiliki perasaan yang terjebak akibat olahraga lebih rentan merasa burn-out dibandingkan atlet merasakan ketertarikan pada olahraga.

Penelitian mengenai motivasi berprestasi dari 35 atlet cabang olahraga panahan, tinju, atletik, karate, dan angkat besi menunjukkan hasil motivasi rendah sebanyak 7 orang, sedang sebanyak 26 orang, dan tinggi sebanyak 2 orang (Omchan, 2019). Dan berdasarkan penelitian dari Nurajab (2022) menunjukkan bahwa motivasi pada 24 atlet sepak bola sangat tinggi sebanyak 1 orang, tinggi 6 orang, sedang sebanyak 9 orang, rendah sebanyak 4 orang dan sangat rendah 4 orang. Penelitian-penelitian tersebut mengungkapkan adanya persoalan terhadap motivasi yang dialami oleh para atlet.

Penulis melakukan *survey* pendahuluan, yang dilakukan kepada 6 atlet selam dalam bentuk wawancara (26 Maret 2022). Penulis mendapatkan hasil bahwa keenam atlet yang diwawancara merasakan penurunan motivasi atau merasakan perasaan jenuh. Seperti; program latihan yang diberikan oleh pelatih membuat atlet merasa bosan, lebih mengutamakan bermain dan berkumpul dengan teman dibandingkan berlatih, merasakan kelelahan pada tubuh karena setelah mereka

pulang sekolah harus bersiap untuk berangkat latihan, merasa bosan dengan rutinitas yang harus dilakukan setiap hari, target latihan yang diberikan oleh pelatih terasa berat.

Kemudian hasil wawancara yang penulis lakukan dengan salah seorang pelatih di klub “X” Surabaya, menurutnya jika tinggi rendahnya motivasi pada atlet mempengaruhi hasil latihan. Ketika target limit yang dicapai selama latihan tercapai maka motivasi atlet akan naik, jika target limit tidak dapat dicapai maka akan terjadi penurunan motivasi. Selain dari hasil latihan ada faktor lain karena para atlet ini menyanggah dua tanggung jawab di bidang akademik sebagai pelajar dan tanggung jawab sebagai atlet yang dituntut dalam hal prestasi, kemudian pola makan, pola tidur, kondisi fisik dan kondisi psikologis dalam melakukan proses latihan dan persiapan perlombaan juga mempengaruhi motivasi pada atlet selam.

Motivasi adalah kekuatan yang mendorong seseorang terlibat dalam kegiatan. Motif potensi dan aktualisasinya itulah yang disebut sebagai motivasi. Secara umum, hal tersebut diwujudkan dalam bentuk tindakan. Dalam pendapat yang diberikan oleh McClelland (1985) manusia memiliki keinginan dalam berprestasi, tetapi dalam pencapaian menuju hal tersebut tidaklah mudah dan memiliki berbagai rintangan yang perlu dihadapi salah satunya adalah motivasi berprestasi. Kurangnya motivasi berprestasi juga berdampak pada atlet, mereka merasa kurang bersemangat atau malas dalam berlatih, kemudian berdampak pada sulitnya peningkatan limit terbaik dan kesempatan menjadi juara semakin tipis.

Dalam dunia olahraga motivasi berprestasi merupakan hal yang sangat penting. Ketika motivasi berprestasi pada atlet semakin tinggi, hal tersebut akan

menggerakkan individu tersebut semakin fokus dalam keinginan mencapai prestasi yang diinginkan dan tertinggi. Seorang atlet yang mempunyai motivasi berprestasi tinggi akan sering memperlihatkan pemahaman dan pandangan yang positif dalam suatu masalah, misalnya dalam perlombaan individu tersebut tidak akan melakukan pelanggaran. Oleh karena itu motivasi dari seorang atlet merupakan sebuah pondasi yang harus dimiliki oleh masing-masing atlet jika ingin berprestasi.

Menurut McClelland (1987) motivasi berprestasi memiliki beberapa faktor, yaitu faktor ekstrinsik dan faktor intrinsik. Faktor ekstrinsik adalah faktor yang sumbernya berasal dari luar individu seperti lingkungannya. Faktor intrinsik adalah faktor yang sumbernya berasal dari dalam individu. Faktor-faktor ini saling berkaitan dan mempengaruhi hal-hal yang dilakukan seorang individu agar mencapai hasil yang ingin didapatkan.

Penelitian yang pernah diteliti terkait dengan motivasi berprestasi dilakukan oleh Pertiwi (2015) terhadap atlet voli. Dari hasil penelitian menunjukkan adanya korelasi positif antara dukungan sosial orang tua terhadap motivasi berlatih pada atlet bola voli. Pada penelitian tersebut didapatkan hasil bahwa atlet voli yang mendapatkan dukungan dari orang tua ketika mereka berlatih akan mendapatkan motivasi berprestasi yang tinggi. Kemudian penelitian yang dilakukan oleh Basriyanto, Putra, & Thahroni (2019) kepada atlet sepak bola. Menunjukkan pentingnya dukungan orang tua dalam meningkatkan motivasi berprestasi dan hasil prestasi pada atlet, sehingga dukungan dari orang tua memiliki pengaruh dapat membantu anak dalam meningkatkan semangat untuk mencapai prestasi. Berdasarkan beberapa penelitian tersebut, telah menjelaskan tentang pentingnya

dukungan sosial terlebih dukungan yang diberikan oleh keluarga terlebih orang tua dapat mempengaruhi motivasi berprestasi pada atlet.

Peneliti juga melakukan *survey* pendahuluan yang dilakukan dengan wawancara kepada 6 atlet selam, kemudian didapatkan hasil bahwa 5 atlet selam Surabaya mengaku bahwa faktor kemenangan yang mereka capai adalah adanya dukungan sosial yang bersumber dari orangtua dan keluarga. Dari hasil *survey* yang telah dilakukan, dapat dibuktikan bahwa seorang atlet yang mendapatkan dukungan sosial keluarga dapat mencapai prestasi dan memenangkan pertandingan. Faktor yang membuat mereka memiliki motivasi berprestasi karena mendapatkan dukungan sosial dari orangtua dan keluarga.

Menurut Jowett and Timson-Katchis (2005, di dalam Krommidas dkk, 2022) menyatakan bahwa dukungan dan penguatan orang tua dapat mempengaruhi persepsi atlet muda tentang kompetensi, motivasi intrinsik, dan mungkin memiliki efek positif pada kualitas interaksi, komunikasi, kerja sama, dan hubungan dalam olahraga. Dapat diambil kesimpulan bahwa orang tua dapat memberikan dukungan kepada atlet remajanya.

Pada umumnya, yang diinginkan para atlet selama mereka menjalani latihan adalah mencapai target limit latihan. Keinginan untuk meraih limit tercepat dan hasil perlombaan terbaik inilah yang mendorong atlet untuk berusaha serta memperoleh prestasi sebaik mungkin. Keluarga dari para atlet juga berharap agar para atlet mendapatkan hasil perlombaan yang terbaik, terlebih orang tuanya. Mereka menghendaki supaya anaknya memiliki perasaan bergairah ketika berlatih dan meraih prestasi yang baik sehingga mendapatkan juara di dalam perlombaan.

Dukungan sosial bisa dijelaskan sebagai bentuk ketentraman, afeksi kepercayaan diri atau adanya tawaran bantuan yang tersedia dari individu atau kelompok lain, bantuan bisa dari berbagai sumber seperti pasangan atau kekasih, teman, keluarga, atau lingkungan masyarakat (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial juga memiliki efek bagi seorang individu menganggap dirinya dicintai, berharga, serta menjadi bagian dari lingkungan sosialnya.

Bronfenbrenner (1979) menyebutkan jika terdapat lima sistem lingkungan yang bentuknya berlapis dan saling berkaitan, yaitu; mikrosistem, mesosistem, ekosistem, makrosistem, dan kronosistem. Dari sistem-sistem ini mikrosistem lah berkaitan dengan individu. Mikrosistem merupakan suatu pola peran, aktifitas, dan hubungan komunikasi dengan individu lain yang dijalani oleh sosok individu yang sedang bertumbuh saat keadaan tertentu dengan karakteristik fisik serta material tertentu (Bronfenbrenner, 1979). Di dalam mikrosistem inilah lingkungan sosial yang paling dekat dengan masing-masing individu, meliputi; keluarga, teman sebaya, lingkungan tempat tinggalnya dan lain sebagainya yang sering dijumpai oleh individu bersangkutan. Interaksi antara keluarga dengan individu secara langsung terjadi di dalam mikrosistem. Karena Keluarga merupakan salah satu lingkungan sosial terdekat yang hadir di dalam kehidupan masing-masing individu, maka keluarga memiliki dampak yang besar terhadap motivasi berprestasi pada atlet.

Dari uraian dan fakta-fakta yang telah dijabarkan di atas, dukungan sosial keluarga merupakan salah satu faktor yang dianggap penting, memiliki pengaruh, faktor yang dapat membentuk dan memunculkan motivasi berprestasi pada atlet.

Namun, penelitian yang membahas mengenai dukungan keluarga dan motivasi berprestasi pada lingkup atlet selam di Surabaya belum banyak. Untuk itu penulis tertarik untuk meneliti dan untuk mengetahui apakah dukungan sosial keluarga memiliki pengaruh terhadap motivasi berprestasi pada para atlet selam. Bila memiliki pengaruh, seberapa besar pengaruh dukungan sosial keluarga terhadap motivasi berprestasi pada atlet selam, terlebih pada atlet selam di Surabaya

1.2 Identifikasi Masalah.

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah dijabarkan, maka penulis mengidentifikasi adanya permasalahan yang timbul. Para atlet selalu mempunyai keinginan mendapatkan prestasi terbaik ketika mereka mengikuti perlombaan. Mereka berusaha dengan baik dengan harapan dapat merealisasikan impian melalui proses pelatihan dan usaha yang mereka lakukan. Tetapi pada prosesnya, terkadang di dalam latihan tersebut diwarnai dengan menurunnya semangat para atlet dalam mengikuti dan menjalankan program latihan yang telah diberikan oleh pelatih. Mereka menjadi malas untuk berangkat latihan, tidak mencapai target yang diinginkan dalam latihan, akhirnya berdampak pada penurunan hasil selama latihan. Keadaan seperti ini menunjukkan bahwa para atlet tersebut memiliki penurunan motivasi. Jika hal seperti terus berlangsung, mereka dikhawatirkan tidak dapat memperoleh prestasi secara ideal.

Karena hal ini, mereka membutuhkan dukungan sosial supaya mereka tetap mendapatkan motivasi agar dapat meraih prestasi yang diinginkan. Motivasi pada manusia muncul karena adanya dorongan tertentu dalam meraih suatu tujuan

sehingga individu bersangkutan akan berusaha dalam meraih dan mendapatkannya (McClelland, 1985). Dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi berprestasi adalah sebuah dorongan dalam meraih kesuksesan dengan segenap upaya dan kemampuannya sesuai dengan tolak ukur yang ditetapkan oleh individu tersebut, serta menjadi lebih unggul daripada orang lain. Jika terjadi penurunan motivasi dapat mempengaruhi prestasi individu dan masa remaja merupakan masa yang penting di dalam hidup. Pada masa remaja merupakan saat dimana individu mulai membentuk dan menentukan keputusan mengenai arah hidup mereka, entah dalam hal pekerjaan, sekolah, bahkan prestasi. Pada masa ini juga, seseorang dapat ditentukan sukses atau tidaknya individu tersebut di masa depan karena motivasi berprestasi termasuk sangat penting dalam pencapaian masing-masing individual atau sosial. Dan motivasi berprestasi telah dimulai sejak masa kecil, dan langkah selanjutnya dipengaruhi oleh pengalaman di masa depan.

Masalah yang ingin diperhatikan adalah hubungan dukungan sosial keluarga dengan motivasi berprestasi pada atlet selam. Motivasi berprestasi yang terjadi pada atlet dapat mempengaruhi prestasi individu. Remaja memiliki tanggung jawab dan mendapatkan tuntutan dari orangtua dalam hal berprestasi. Sehingga remaja harus mampu menghadapi situasi yang mengharuskan mereka sanggup menghadapi persaingan dengan teman sebaya. Menurut Santrock (2007) Prestasi pada masa remaja merupakan sebuah permasalahan yang sangat serius, dikarenakan keberhasilan maupun kegagalan pada masa ini merupakan sebuah proyeksi dari keberhasilan dan kegagalan di masa depan.

Atlet yang tidak mendapatkan dukungan dari orang tua tentu akan mempengaruhi motivasi berprestasi pada atlet (Wati & Jannah, 2021). Dukungan orang tua saat berpengaruh terhadap peningkatan motivasi berprestasi dan hasil prestasi pada atlet (Basriyanto, Putra, & Thahroni, 2019). Sehingga dapat diambil kesimpulan jika dukungan dari orang tua memiliki pengaruh, dapat membantu anak dalam meningkatkan semangat untuk mencapai prestasi. Sehingga munculnya motivasi berprestasi atlet tidak terlepas dari adanya dukungan sosial oleh lingkungan sekitar individu tersebut.

Sebelum memulai sebuah perlombaan, seorang atlet memerlukan rasa percaya diri, bakat, pengalaman, motivasi untuk berprestasi, dan keinginan untuk melakukan yang terbaik maka atlet akan berusaha untuk mencapai prestasi yang diinginkan. Motivasi berprestasi juga dapat berasal dari orang-orang di sekitar lingkungan sosial dari atlet; seperti keluarga, orang tua, teman sebaya, dan pelatih. Dukungan sosial bisa dijelaskan sebagai bentuk ketentraman, afeksi kepercayaan diri atau adanya tawaran bantuan yang tersedia dari individu atau kelompok lain, bantuan bisa dari berbagai sumber seperti pasangan atau kekasih, teman, keluarga, atau lingkungan masyarakat (Sarafino & Smith, 2011). Dukungan sosial juga memiliki efek bagi seorang individu menganggap dirinya dicintai, berharga, serta menjadi bagian dari lingkungan sosialnya.

1.3 Batasan Masalah.

Penulis memberikan batasan atas ruang lingkup penelitian sebagai berikut:

1.3.1 Remaja

Remaja merupakan masa perkembangan transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa. Remaja juga merupakan suatu masa pergolakan yang dipenuhi oleh konflik dan perubahan suasana hati. Masa remaja dimulai sejak pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 (Santrock, 2007).

1.3.2 Atlet Selam

Cabang olahraga selam atau finswimming adalah olahraga kompetisi berdasarkan kecepatan atlet yang dilakukan di permukaan atau di bawah air dengan menggunakan *monofin* ataupun *bifins*, saat penggunaan *monofin* atlet hanya perlu menggerakkan pinggang hingga kaki sedangkan dengan *bifins* atlet perlu menggerakkan tangan dan kaki mereka serta menggunakan snorkel (Stavrou dkk, 2018).

1.3.3 Motivasi Berprestasi

Motivasi pada manusia muncul karena adanya dorongan tertentu dalam meraih suatu tujuan sehingga mengarahkan perilaku individu untuk mencapainya (McClelland, 1985). Dapat diambil kesimpulan bahwa motivasi berprestasi merupakan dorongan dalam meraih kesuksesan dengan segenap upaya dan kemampuannya sesuai dengan tolak ukur yang ditetapkan oleh individu tersebut, serta menjadi lebih unggul daripada orang lain.

1.3.4 Dukungan Sosial Keluarga

Dukungan sosial keluarga dalam penelitian ini diambil dari aspek umum dukungan sosial. Dukungan sosial merupakan dukungan sebagai suatu perhatian, kenyamanan, penghargaan ataupun menolong orang dengan sikap menerima kondisinya, yang diperoleh dari individu maupun kelompok (Sarafino & Smith, 2011). Penelitian ini mengkhususkan dukungan sosial yang diterima berasal dari dukungan sosial keluarga.

1.4 Rumusan Masalah.

Berdasarkan pemaparan masalah yang telah dijelaskan sebelumnya, dalam penelitian ini, penulis akan menjelaskan mengenai: Apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial keluarga dengan motivasi berprestasi atlet selam?

1.5 Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara dukungan sosial dengan dengan motivasi berprestasi pada atlet selam.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Dapat menambah bentuk penelitian dalam psikologi perkembangan, dalam psikologi olahraga, dan dapat digunakan sebagai bahan pembelajaran bagi yang tertarik mempelajari dan memahami hal-hal yang terkait dengan dukungan sosial keluarga dan motivasi berprestasi atlet di Indonesia, terlebih pada cabang olahraga selam.

1.6.2 Manfaat Praktis

Melalui penelitian ini, diharapkan dapat memberikan informasi mengenai dukungan sosial keluarga terhadap motivasi berprestasi pada atlet selam, juga dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi atlet selam, keluarga, pelatih dan semua orang yang memiliki peran penting dan dampak besar yang dapat mempengaruhi motivasi dan hasil prestasi atlet selam.