

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Karate adalah salah satu olah raga yang membantu dalam membentuk mental individu. Karate bertujuan membentuk dan mengembangkan kemampuan atlet mulai dari teknik, gerakan dasar dan *attitude* serta prestasi. Karate merupakan salah satu beladiri yang memegang teguh sifat kesatria sehingga terbentuk manusia-manusia yang mampu dan berani dalam menghadapi dan tantangan hidup secara cara baik. (Slamet & Ikhwan, 2021). Dalam menjalani aktivitas menjadi atlet pastinya memiliki tantangan dan manfaat perlu adanya kesadaran dalam menyikapi masalah tersebut.

Atlet merupakan seorang terfokus pada salah satu bidang olahraga dan berlatih secara profesional dan diharapkan mendapat juara (Budianto,2020). Menurut Basuki Wibowo dalam (Pangestu, 2021) Atlet adalah seseorang yang berprofesi atau menekuni suatu cabang olahraga tertentu dan berprestasi pada cabang olahraga tersebut. Dimana salah satunya adalah karate. Ada beberapa jenis atlet dalam cabang olahraga yakni atlet tenis meja, atlet lari, atlet angkat besi, atlet karate, dan lain sebagainya.

Kerugian menjadi atlet adalah porsi latihan yang berat dan memerlukan waktu yang lama sehingga menyita waktu belajar dan kegiatan sosial yang lain. Keuntungan berlatih karate dapat meningkatkan imunitas dan membentuk kepribadian yang kuat. Latihan karate yang diterapkan dengan baik maka akan membentuk imunitas yang baik (Saputra, 2020). Menurut Sardiman prestasi adalah kemampuan nyata yang merupakan hasil interaksi antara berbagai faktor yang mempengaruhi baik dari dalam maupun luar individu dalam belajar. Prestasi merupakan aktualisasi dari hasil latihan yang dijalankan oleh atlet. Semangat diperlukan dalam melaksanakan program latihan dan pengaplikasian dalam pertandingan (Pramono dan Mukarromah, 2017).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 14 Oktober 2021 yang dilakukan pada atlet Federasi Olahraga Karate Indonesia (FORKI) Kabupaten Bondowoso didapatkan hasil 80 atlet yang mengikuti pusdiklat cabang Kabupaten Bondowoso terdapat 50% (50 atlet) tidak memiliki prestasi dalam kejuaraan karate. 25% (20 atlet) mendapat juara di tingkat provinsi dan 12,5% (10 atlet) mendapat juara di tingkat nasional.

Prestasi merupakan tolak ukur keberhasilan pembinaan pemuda dan olahraga yang ada di Kabupaten Bondowoso. Atlet diharapkan mendapat prestasi yang optimal dalam kejuaraan yang diikuti, namun banyak faktor yang mempengaruhi prestasi salah satunya adalah harga diri. Usaha yang dilakukan untuk mendapat prestasi perlu adanya pemahaman dalam menyikapi potensi yang ada dalam diri individu. Dalam proses ini atlet membentuk harga dirinya yang mana dalam proses

pembinaan harga diri sangat berpengaruh terhadap prestasi atlet. Prestasi atlet dibagi menjadi dua yakni prestasi akademik dan non akademik, kedua komponen tersebut saling berkaitan. Selain prestasi ada hal yang lebih mendasar dalam pembentukan prestasi yakni harga diri.

Harga diri yang tinggi akan mendorong pencapaian prestasi dan tingkah laku dalam lingkungannya. Harga diri merupakan bagian penting dalam proses mencetak atlet yang berprestasi. Banyak atlet yang tidak berprestasi dikarenakan kurangnya aktualisasi diri untuk bangga terhadap dirinya sendiri. Kondisi seperti ini berakibat pada harga diri rendah dimana harga diri rendah akan berdampak pada gangguan mental dikarenakan kurangnya apresiasi diri dalam proses latihan akan menciptakan pola pikir yang tidak percaya terhadap kemampuan dirinya. Percaya diri sebagai faktor psikis dapat mempengaruhi penampilan pemain dalam bertanding (Hardiyono, 2020). Harga diri tinggi pada atlet perlu mendapat pembinaan dari berbagai pihak seperti orang tua, pelatih, teman-teman dan lingkungan masyarakat untuk mendukung semua proses dalam pembinaan atlet. Harga diri adalah komponen penting dalam kehidupan karena harga diri salah satu kebutuhan dasar bagi manusia yang dapat memberi perasaan bahwa dirinya berhasil, mampu dan berguna meskipun memiliki kelemahan dan pernah mengalami kegagalan. (Nopiyanto dan Dimiyati, 2018).

Fenomena diatas dapat ditemukan pada atlet karate di Kabupaten Bondowoso dimana atlet diwajibkan untuk mengikuti jadwal latihan yang padat serta adanya persaingan antar atlet. Jika atlet tidak mendapat prestasi tentunya tidak

mendapatkan apresiasi dari pelatih dan menejer tim, hal ini dapat menurunkan semangat atlet dalam berlatih dan bertanding. Atlet yang tidak mendapat prestasi akan merasa harga dirinya menurun dan menarik diri dari program latihan dikarenakan malu terhadap rekan satu tim sehingga menurunkan prestasi atlet tersebut.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik dalam melakukan penelitian untuk melihat adanya hubungan harga diri dengan prestasi atlet karate di Kabupaten Bondowoso. Dengan demikian judul penelitian ini adalah “ Hubungan Harga Diri dengan Prestasi Atlet Karate Kabupaten Bondowoso”.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Harga diri berkaitan dengan kemampuan seseorang untuk memiliki sikap yang menguntungkan terhadap dirinya dan untuk mempertahankan keyakinan positif dalam situasi menantang sekalipun. Terutama saat dievaluasi oleh orang lain. Atlet tentunya memiliki kemampuan dalam menilai dirinya sendiri, Dalam olahraga karate, atlet dibentuk untuk memiliki mental dan fisik yang kuat tentunya akan sangat berkaitan dengan emosional seorang atlet. Harga diri juga berpengaruh kepada proses atlet dalam meraih prestasi. Dimana kurangnya pemahaman emosional atlet akan berdampak pada prestasi yang didapat.

C. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimanakah harga diri atlet karate Kabupaten Bondowoso ?
- b. Bagaimanakah prestasi atlet karate Kabupaten Bondowoso?
- c. Adakah hubungan harga diri dengan prestasi atlet karate Kabupaten Bondowoso?

D. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini ingin mengetahui hubungan antara harga diri dengan prestasi atlet karate Kabupaten Bondowoso.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi harga diri atlet karate Kabupaten Bondowoso
- a. Mengidentifikasi prestasi atlet karate Kabupaten Bondowoso
- b. Mengidentifikasi Hubungan harga diri dengan prestasi atlet karate Kabupaten Bondowoso.

E. Manfaat Penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi :

1. Peneliti

Penelitian diharapkan menambah wawasan terkait dengan harga diri dan prestasi atlet dan diharapkan mampu mengembangkan penelitian yang lebih mendalam mengenai harga diri pada atlet.

2. Pendidikan dan Keperawatan

Pengembangan ilmu pengetahuan dan teknologi juga ilmu keperawatan penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana informasi dan masukan terhadap pengetahuan mengenai harga diri dan prestasi atlet juga keperawatan jiwa khususnya. Dalam keperawatan hanya terfokus pada pemulihan dan pembinaan fisiologis. Tidak terlalu memperhatikan kondisi psikologi atlet. Sehingga dari adanya hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam membina kesehatan psikologis atlet.

3. Pelatih

Hasil penelitian ini untuk sarana pengetahuan mengenai perlunya pengetahuan emosional atlet dan masukan untuk mengatasi masalah prestasi atlet.

4. Atlet

Bagi atlet hasil penelitian ini bisa dijadikan informasi yang baik untuk mengelola emosional serta memahami harga diri atlet untuk menunjang prestasi atlet.