

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pencak silat merupakan budaya dan seni beladiri warisan bangsa yang mempunyai nilai luhur. Dalam perkembangannya hingga saat ini pencak silat sudah dipertandingkan sebagai olahraga prestasi. Olahraga prestasi mempunyai ciri iklim kompetitif yang tinggi, sehingga mendorong para atlet untuk selalu berlatih meningkatkan kemampuannya. Adapun kompetisi itu dinyatakan oleh Syariffudin (1987) dalam Pahlevi (1991: 36) sebagai suatu pertandingan untuk menentukan kejuaraan atau prestasi. Atlet akan berupaya berpenampilan sebaik mungkin untuk mencapai prestasi maksimal. Seorang atlet yang bertanding dalam situasi kompetisi, dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu: fisik, teknik, taktik, dan psikis.

Pencak silat menurut PB IPSI (2003: 1), pencak silat kategori tanding adalah pertandingan pencak silat yang menampilkan 2 (dua) pesilat dari kubu berbeda. yang saling berhadapan dengan menggunakan unsur pembelaan dan serangan yaitu menangkis/mengelak/menyerang pada sasaran dan menjatuhkan lawan. Menggunakan teknik dan taktik bertanding, ketahanan stamina dan semangat juang, menggunakan kaidah pola langkah yang memanfaatkan kekayaan teknik jurus untuk mendapatkan nilai terbanyak dalam waktu yang ditentukan.

Sebagai olahraga *body contact*, pencak silat kategori tanding memungkinkan atlet untuk bersinggungan secara langsung sehingga akan mudah memancing munculnya perasaan emosi. Gejala emosi seperti: rasa takut, cemas, marah, kekhawatiran, dan kebingungan, hampir selalu dirasakan oleh kebanyakan atlet. Pada atlet yang sudah berpengalaman di tingkat internasional perasaan cemas sebelum bertanding masih sering dirasakan. Gejala emosi atlet yang muncul dengan kadar yang tinggi sangat mengganggu dan merugikan penampilan atlet untuk mencapai prestasi terbaik. Sukadiyanto (2005: 6) menyatakan bahwa pengaruh emosi dalam olahraga dapat mengubah perilaku seseorang, mengganggu koordinasi gerak yang halus dan gerak yang kompleks, serta menghambat kinerja di lapangan.

Meningkatnya stres dalam pertandingan dapat menyebabkan atlet bereaksi secara negatif baik secara fisik maupun psikis, sehingga kemampuan olahraganya menurun. Atlet tersebut dapat menjadi tegang dan diikuti dengan denyut nadi meningkat, berkeringat dingin, cemas akan hasil pertandingan, dan mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi. Keadaan ini seringkali menyebabkan para atlet tidak dapat menampilkan permainan yang terbaik.

Latihan aspek psikis perlu ditingkatkan dengan tanpa mengurangi aspek yang lain, karena hubungan antara aspek tersebut saling berkaitan antara satu dengan lainnya. Kelemahan pada faktor mental akan memberi dampak yang besar terhadap kematangan fisik, teknik, dan taktik yang sudah dicapai. Untuk itu, pelatih diharapkan lebih memperhatikan keadaan mental atlet dan lebih aktif dalam memberikan program latihan yang mengarah pada faktor

psikologis, dengan demikian kondisi yang sudah ada tidak menurun melainkan terus meningkat.

Stephen R. Covey dalam situs: http://ilmu_psikologi.Wordpress.com/tag/kecerdasan-ganda/ menyatakan bahwa intelegensi (IQ) adalah kecerdasan manusia berhubungan dengan mentalitas, yaitu kecerdasan untuk menganalisis, berfikir, menentukan tujuan, berpikir abstrak, bahasa, visualisasi, dan memahami sesuatu letaknya di otak bagian korteks manusia. Kemampuan ini pada awalnya dipandang sebagai penentu keberhasilan seseorang. Namun pada perkembangan terakhir, kemampuan IQ tidak lagi digunakan sebagai acuan paling mendasar dalam menentukan keberhasilan manusia. Karena membuat sempit paradigma tentang keberhasilan, dan juga pemusatan pada konsepsi sebagai satu-satunya penentu keberhasilan individu dirasa kurang memuaskan karena banyak kegagalan yang dialami oleh individu yang memiliki IQ tinggi. Ketidakpuasan terhadap konsepsi IQ sebagai konsep pusat dari kecerdasan seseorang telah melahirkan konsepsi yang memerlukan riset yang panjang serta mendalam. Daniel Goleman (1998: 45) kecerdasan emosional adalah kemampuan seperti kemampuan untuk memotivasi diri sendiri dan bertahan menghadapi frustrasi, mengendalikan dorongan hati dan tidak melebih-lebihkan kesenangan, mengatur suasana hati, berempati dan berdoa serta kemampuan untuk membedakan kapan orang yang mempunyai intelegensi tinggi mengalami kegagalan dan orang yang mempunyai intelegensi rata-rata menjadi sangat sukses.

Letak dari kecerdasan emosional ini adalah pada sistem limbik. Antonio R. Damasio (1994: 188) menyatakan, kenyataan pembuat keputusan/ penalaran dan emosi/perasaan memiliki titik potong di dalam otak. Ada sekumpulan sistem di otak yang ditujukan untuk proses pemikiran yang berorientasi membuat tujuan yang kita sebut penalaran, dan untuk menyeleksi respon yang disebut pembuat keputusan. Sekumpulan sistem otak yang sama ini juga terlibat dalam emosi dan perasaan. Perasaan dan emosi memiliki pengaruh yang sangat kuat dalam penalaran. Saya berpendapat bahwa perasaan memiliki status yang sangat istimewa, perasaan memiliki keunggulan yang meliputi kehidupan mental kita. Perasaan ikut memutuskan bagaimana bagian otak lainnya dan fungsinya melangsungkan fungsinya.

Aspek yang sangat mempengaruhi kondisi seseorang dalam kecerdasan emosional (EQ), adalah faktor emosi diri. Singgih D Gunarsa (2004: 62) menegaskan bahwa emosi merupakan suatu aspek psikis yang berkaitan dengan perasaan dan merasakan. Emosi pada diri seseorang berhubungan erat dengan keadaan psikis tertentu yang distimulasi baik oleh faktor dari dalam (internal) maupun faktor dari luar (eksternal). Gejala emosi yang bersifat kegembiraan, kemarahan, atau kesedihan dapat berpengaruh terhadap kondisi kestabilan tubuh, sehingga mempengaruhi keseimbangan psiko-fisiologis. Misalnya, kegembiraan yang berlebihan dapat menyebabkan perubahan fisiologis seperti jantung berdebar-debar, ekskresi air mata, atau kekejangan otot-otot dalam batas-batas tertentu. Untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada

kesatuan yang tidak terpisahkan antara aspek psikis dengan aspek organis-fisiologis seseorang.

Ada kesatuan yang tidak terpisahkan antara aspek psikis dan aspek organis-fisiologis seseorang terhadap kemampuan bertanding atlet yang meliputi fisik, teknik, dan taktik. Kemampuan bertanding atlet dapat dioptimalkan bila atlet yang bertanding dapat mengelola aspek rasa dengan baik, kecerdasan emosional (EQ) ikut berperan membantu IQ manakala perlu memecahkan masalah-masalah penting atau membuat keputusan penting, dengan cara yang istimewa dan dalam waktu singkat dalam beberapa menit, atau beberapa saat, selain itu emosi berfungsi membangkitkan intuisi dan rasa ingin tahu, yang akan membantu mengantisipasi dan merencanakan tindakan-tindakan kita sesuai dengan itu.

Pencak silat kategori tanding merupakan olahraga yang bersifat *body contact*. Dengan demikian atlet pencak silat kategori tanding memerlukan kecerdasan emosional (EQ) yang baik agar dapat mencapai prestasi tinggi. Penelitian tentang tingkat kecerdasan emosional (EQ) atlet pencak silat UKM UNY belum pernah dilakukan. Untuk itu, peneliti bertujuan melakukan penelitian tentang tingkat kecerdasan emosional (EQ) atlet pencak silat (UKM) UNY pada kategori tanding, yang meliputi: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi berbagai permasalahan, di antaranya:

1. Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) dapat meningkatkan prestasi atlet pencak silat kategori tanding.
2. Tingkat intelegensi (IQ) dapat meningkatkan prestasi atlet pencak silat kategori tanding.
3. Tingkat intelegensi (IQ) berpengaruh terhadap tingkat kecerdasan emosional (EQ).
4. Atlet pencak silat kategori tanding yang memiliki kecerdasan emosional (EQ) tinggi, dapat lebih berprestasi.
5. Belum ada penelitian tentang tingkat kecerdasan emosional atlet pencak silat kategori tanding.

C. Batasan Masalah

Berdasarkan hasil identifikasi masalah di atas agar permasalahan dalam penelitian ini tidak menjadi luas, perlu adanya batasan-batasan sehingga ruang lingkup penelitian menjadi jelas. Pada penelitian ini, permasalahan dibatasi pada Tingkat Kecerdasan Emosional (EQ) Atlet Pencak Silat (UKM) UNY Kategori Tanding yang meliputi: mengenali emosi diri, mengelola emosi, memotivasi diri, mengenali emosi orang lain, dan membina hubungan dengan orang lain.

D. Rumusan Masalah

Selain dengan batasan masalah di atas maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Seberapa Besar Tingkat Kecerdasan Emosional Atlet Pencak Silat (UKM) UNY Kategori Tanding”?

E. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian tentang Tingkat Kecerdasan Emosional Atlet Pencak Silat (UKM) UNY Kategori Tanding adalah untuk mengetahui tingkat kecerdasan emosional (EQ) atlet pencak silat (UKM) UNY kategori tanding.

F. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah yang berkaitan dengan kecerdasan emosional (EQ) atlet pencak silat (UKM) UNY kategori tanding. Selain itu, juga sebagai masukan yang berarti bagi perkembangan Ilmu Psikologi, khususnya Psikologi Olahraga dengan cara memberi tambahan data empiris yang sudah teruji secara ilmiah dan merangsang kepada penelitian selanjutnya untuk mengadakan penelitian pada bidang Psikologi Olahraga.

2. Secara Praktis

Memberi masukan kepada pelatih maupun atlet cabang olahraga pencak silat tentang kecerdasan emosional dan hubungannya dalam olahraga.