

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam pertandingan skala kecil atau menengah, pada event sekelas Asian Games pun dapat kita jumpai pelanggaran-pelanggaran yang terjadi dalam pertandingan. Pencak silat telah menjadi cabang resmi yang dipertandingkan di Asian Games. Indonesia menjadi tuan rumah pada perhelatan Asian Games 2018 lalu, dan untuk pertama kalinya pencak silat menjadi cabang resmi dan sejajar dengan karate, wushu, dan taekwondo. Akan tetapi beberapa pertandingan di cabang pencak silat kategori tarung sempat diwarnai insiden yang kurang menyenangkan. Diantaranya pada pertandingan perempat final pada hari Sabtu 25 Agustus 2018 di Padepokan Silat Taman Mini Indonesia Indah (TMII) pelanggaran dilakukan oleh Eko Febrianto pesilat asal Indonesia di kelas J 90-95 putra, Eko harus didiskualifikasi karena telah melakukan pelanggaran dengan memukul wajah Sheikh Farhan Sheikh Alaudiddin pesilat asal Singapura yang menjadi lawannya hingga berdarah. Hal itu membuat pertandingan terpaksa dihentikan di menit 01:15 babak ketiga dan membuat Eko tidak bisa melaju ke babak semifinal bersama sembilan atlet Indonesia lainnya. Alasan Eko melakukan pemukulan yaitu ia mengalami trauma karena empat kali telah menelan kekalahan dari atlet Singapura tersebut. Menurut dia, sheikh merupakan musuh bebuyutan bagi Eko, sehingga Eko tegang dan tidak rileks saat bertanding. Selain itu, masih dalam perhelatan Asian Games seorang pesilat asal Malaysia Mohd Al Jufferi Jamari diketahui mengamuk, berteriak-teriak tidak jelas dan memukul pembatas ruangan hingga jebol sebelum akhirnya ditenangkan oleh tim resmi Malaysia. Hal ini disebabkan karena Al Jufferi kalah atas Komang Harik Adi Putra pesilat asal Indonesia di pertandingan Final kelas E putra 65-70 kg.

(<https://kumparan.com/kumparansport/5-insiden-kontroversial-di-asian-games-2018-1535368216658042919/2>).

Tidak hanya di dalam arena pertandingan saja seorang atlet beladiri dapat menunjukkan emosi negatifnya. Pada kasus di Madiun tanggal 04 September

2022 terjadi pada Peringatan satu abad perguruan silat Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) di Kota Madiun diwarnai aksi lempar batu. Aksi yang disebut hingga merusak tiga rumah ini viral di media sosial. Namun, polisi membantah adanya aksilempar batu ini. Aksi lempar batu oleh massa pesilat itu terekam dalam video dan viral di aplikasi percakapan. Video berdurasi 12 detik itu menyebutkan, kejadian terjadi di Jiwan, Madiun. Tampak dalam video para pesilat masih memakai atribut pakaian warna hitam melempar batu. Lemparan batu itu terlihat saat di sebuah gapura masuk perkampungan dari Jalan Raya Solo Jiwan. Tepatnya gapura masuk Jalan Punden Desa/Kecamatan Jiwan, Madiun. Pesilat tampak memakai helm saat melakukan lemparan batu. Sementara tidak tampak anggota kepolisian berada di lokasi. Kejadian aksi lempar batu dibenarkan oleh Ketua RT 13 Desa/Kecamatan Jiwan, Madiun, Mohammad Warsito. "Betul insiden lempar batu kejadian bersamaan saat acara di padepokan, satu abad PSHT," ujar Warsito kepada detikJatim di rumahnya, Minggu (4/9/2022). Warsito mengatakan kejadian aksi lempar batu terjadi pada Jumat malam Sabtu hingga dini hari (3/9/2022). "Kemarin Sabtu dini hari kejadiannya," kata Warsito. Dia mengakui ada beberapa rumah terkena lemparan batu. Ia menyebut pelaku pelemparan adalah massa pesilat yang pulang dari acara Seabad PSHT di Padepokan Agung Jalan Merak Kota Madiun. Meski begitu warga tak ada yang melapor.

(<https://www.detik.com/jatim/berita/d-6272468/penampakan-aksi-lempar-batu-rusak-3-rumah-warnai-seabad-psht-di-madiun/1>).

Pencak silat sebagai beladiri mempunyai ciri-ciri umum mempergunakan seluruh bagian tubuh dan anggota badan dari ujung jari tangan dan kaki sampai kepala dan bahkan rambutnya dapat digunakan sebagai alat pembelaan diri, dapat dilakukan dengan tangan kosong atau menggunakan senjata, akan tetapi tidak terikat pada penggunaan senjata tertentu, benda apapun dapat dijadikan senjata (Muhtar. T, 2020).

Pencak silat mempunyai pandangan bahwa kita boleh mempunyai lawan, akan tetapi jangan mempunyai musuh, tidak dibenarkan untuk menyerang lebih dahulu, bahkan harus sedapat-dapatnya menghindari kontak fisik (Muhtar. T,

2020). Rosyidah. A (2020) atlet pencak silat merupakan atlet yang berpartisipasi dalam cabang olahraga beladiri pencak silat. Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) adalah induk organisasi pencak silat yang bertugas untuk mengurus cabang olahraga pencak silat di masing-masing daerah, setiap empat tahun terdapat pertandingan pencak silat tingkat nasional dalam Pekan Olahraga Nasional. Pencak silat juga dipertandingkan dalam SEA Games sejak tahun 1987, bahkan Pencak Silat juga menjadi salah satu cabang yang dilombakan pada Asian Games 2018 kemarin, pencak silat sudah berkembang dengan pesat di luar negeri, terbukti saat penyelenggaraan Kejuaraan Pencak Silat Dunia ke-17 di Bali pada Desember 2016 diikuti oleh ratusan atlet dari 40 negara (Saut, dalam Nawawi 2018).

Barry (2001) atlet adalah ahli olahraga atau orang yang profesional dalam bidang olahraga. Sedangkan Sukadiyanto (2005) mengatakan bahwa atlet merupakan seseorang yang menggeluti dan aktif melakukan latihan untuk meraih prestasi pada cabang olahraga yang dipilihnya.

Tim pencak silat Kota Surabaya tengah berjuang untuk lolos Pekan Olahraga Provinsi (Porprov) Jawa Timur VII yang digelar di Lumajang pada Juni 2022. Saat ini kontingen Kota Surabaya bersaing dengan para atlet pencak silat dari 33 kota dan kabupaten se-Jatim mengamankan tiket Porprov Jatim di GOR Utama, Desa Ngumpakdalem, Kecamatan Dander, Kabupaten Bojonegoro. Ketua Umum Ikatan Pencak Silat Indonesia (IPSI) Kota Surabaya, Bambang Haryo Soekartono, mengungkapkan saat ini ada 11 nomor yang dipertandingkan. Kota Surabaya sendiri menyisakan 6 pertandingan. Sementara, target 10 kelas sudah dilewati dengan mulus. Sehingga, Bambang menyatakan peluang kontingen Pencak Silat Kota Surabaya untuk lolos ke Porprov Jatim cukup besar. “Target 10 kelas yang lolos sudah terlewati, kita masih ada 6 pertandingan, kami dari IPSI Kota Surabaya baik pengurus, tim pelatih, serta atlet silat mohon doa restu kepada masyarakat Kota Surabaya agar peluang tersisa masih akan dipertandingkan hari ini dan besok bisa direbut oleh tim pesilat dari Surabaya,” ungkap Bambang Haryo, Sabtu (21/5/2022). Bambang melanjutkan setelah pra-Porprov, atlet pencak silat Kota Surabaya akan kembali menjalani pemusatan latihan. Langkah ini dilakukan agar target menjadi juara umum di Porprov VII ini bisa diraih

kontingen pencak silat Kota Surabaya. Bahkan dalam waktu dekat para atlet ini akan diajak keliling Kota Surabaya untuk memohon doa restu jelang Porprov Juni nanti. Kegiatan pada saat ini diikuti 33 kabupaten kota se-Jatim dengan jumlah atlet sebanyak 525 orang. Penyebutan jumlah 33 kabupaten kota ini karena empat kabupaten lainnya merupakan tuan rumah yaitu Kabupaten Jember, Lumajang, Bondowoso, dan Situbondo.

(<https://beritajatim.com/olahraga/targetkan-lolos-ke-porprov-jatim-tim-pencak-silat-kota-surabaya-mohon-doa-restu/>).

Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) yang berpusat di Madiun, Jawa Timur, berhasil menjadi juara umum dalam kejuaraan pencak silat internasional yang digelar mulai tanggal 13 sampai 17 Agustus 2022 di Padepokan Pencak Silat Taman Mini Indonesia Indah (TMII) Jakarta. Ajang pertandingan pencak silat yang diikuti sebanyak 804 peserta dari berbagai negara, termasuk Belanda, Thailand, dan Malaysia, ini dikemas dalam tajuk Internasional Pencak Silat Indonesia Open Championship 2022. Sesuai laporan hasil pertandingan yang diterima SuaraBanyuurip.com, PSHT berhasil meraih juara umum pertama usai merebut tujuh emas, dua perak, dan lima perunggu dikategori remaja. Sementara posisi kedua direbut Jawa Barat dengan merebut empat emas dan satu perak. Selanjutnya PPLP Jawa Tengah meraih tempat terbaik ketiga setelah mengantongi empat medali emas. Perguruan silat yang berusia 100 tahun ini juga meloloskan atletnya Elrika Salsabila sebagai pesilat terbaik kategori junior putri di Kejuaraan Internasional Pencak Silat Indonesia Open. Pada kategori dewasa, kontingen Persaudaraan Setia Hati Terate menempati kontingen terbaik ketiga, mengoleksi dua medali emas, dua perak, dan satu perunggu di nomor dewasa. Sedangkan Kontingen Garuda A menjadi juara umum untuk kategori dewasa dengan mengantongi empat medali emas dan satu perak. Disusul runner up dari kontingen Jawa Barat yang meraih tiga emas, dua perak, dan satu perunggu. Wakil Sekretaris Jenderal PB IPSI, Bayu Syahjohan mengatakan, meskipun event tersebut baru pertama digelar, tetapi hal itu menjadi ajang seleksi untuk persiapan menjelang Sea Games Kamboja.

(<https://www.suarabanyuurip.com/olahraga/read/465299/psht-juara-umum-i->

internasional-pencak-silat-indonesia-open-championship-2022).

Hal yang tak kalah penting untuk dimiliki seorang atlet yaitu kekuatan mental serta bagaimana seorang atlet mampu mengontrol diri selama pertandingan hingga selesainya pertandingan (Rosyidah. A, 2020). Terlebih bagi atlet pencak silat, olahraga ini tidak hanya mengutamakan penguasaan teknik silat dan kondisi tubuh yang prima, seorang atlet pencak silat juga harus memiliki kontrol diri dan emosi yang stabil supaya mampu melakukan teknik serangan dan bertahan dengan baik sehingga dapat menghasilkan poin yang maksimal dan memenangkan pertandingan (Rosyidah. A, 2020).

Sebanyak 488 Pesilat Tarung di Kejuaraan Pencak Silat PSHT Se-Jatim. Persaudaraan Setia Hati Terate (PSHT) Cabang Surabaya menggelar kejuaraan pencak Silat Antar Rayon atau Ranting atau Komisariat PSHT se-Jatim memperebutkan Piala Universitas Wijaya Kusuma Surabaya (UWKS), Senin (16/4). Kejuaraan ini akan berlangsung 4 hari yakni 16-20 April 2018. Ketua Umum PSHT, Drs R Murjoko, berharap kepada pihak UWKS agar kegiatan ini tidak hanya sampai di sini yakni level Jatim, tapi lebih di tingkatkan lagi ke skala nasional. "PSHT Pusat akan memberikan dukungan," tandasnya. Sementara Ketua IPSI Kota Surabaya, Bambang Haryo, berharap lewat kejuaraan-kejuaraan seperti ini, muncul atlet-atlet yang bisa berprestasi di tingkat Jatim, nasional maupun internasional. "Sebentar lagi ada Piala Wali Kota dan Porprov. Karena itu, semua harus mempersiapkan diri semaksimal mungkin agar bisa berprestasi," ujarnya. (<https://kominfo.jatimprov.go.id/read/umum/sebanyak-488-pesilat-tarung-di-kejuaraan-pencak-silat-psht-se-jatim>).

Goleman (2002) menyatakan bahwa bila emosi telah mengalahkan konsentrasi atau kemampuan berpikir seseorang, semua informasi atau pengalaman yang telah dimilikinya akan menjadi lumpuh atau tidak berfungsi dengan baik. LeDoux,(2000) menyatakan bahwa terdapat dua sirkuit emosional yang tertanam dalam amigdala, salah satunya bekerja dengan cepat sebagai respon terhadap situasi- situasi yang mengancam dan lainnya bereaksi dengan lambat setelah menentukan signifikansi emosional berbagai peristiwa..

Kontrol diri adalah sikap mengendalikan pikiran dan tindakan agar tindakan

kita sesuai dengan norma-norma yang benar (Badriyah, 2013). Dengan adanya kontrol diri pada setiap atlet bela diri, setidaknya mereka dapat menjadi lebih terkontrol dalam perilakunya. Sebab, atlet bela diri dengan kontrol diri yang dimilikinya tersebut dengan sendirinya pula akan mampu mengendalikan segala tindakan dan dapat mempertimbangkan manfaat dan tujuannya, bukan hanya untuk mengutamakan emosinya saja sebagaimana banyak terjadi di kalangan atlet bela diri (Maulana, 2016).

Averill (1973) menambahkan bahwa kontrol diri merupakan kemampuan seseorang untuk melakukan perubahan perilaku, mengelola informasi yang diinginkan dan tidak diinginkan, dan kemampuan individu untuk memilih salah satu tindakan berdasarkan sesuatu yang diyakini. Calhoun dan Acocella (1990) juga menyatakan bahwa kontrol diri adalah kemampuan individu dalam mengelola dan mengendalikan proses fisik, tingkah laku serta proses-proses psikologis yang dapat membentuk dirinya sendiri.

Hurlock (2004) menjelaskan individu yang memiliki kontrol diri memiliki kesiapan diri untuk berperilaku sesuai dengan tuntutan norma, adat, nilai-nilai yang bersumber dari ajaran agama dan tuntutan lingkungan masyarakat tempat tinggal,, emosinya tidak lagi meledak-ledak di hadapan orang lain, melainkan menunggu saat dan tempat yang lebih tepat untuk mengungkapkan emosinya dengan cara yang lebih diterima.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Maulana (2016) yang berjudul “Hubungan Antara Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri pada Atlet Bela Diri Kota Surakarta”, menjelaskan bahwa semakin tinggi kestabilan emosi maka semakin tinggi pula kontrol diri dan sebaliknya pula, semakin rendah kestabilan emosi maka semakin rendah pula kontrol diri. Chaplin (2011) mendefinisikan kontrol diri sebagai kemampuan seseorang dalam mengarahkan perilaku dirinya sendiri untuk menekan atau menghambat munculnya perilaku impulsif. Kemudian Menurut Hurlock (Ghufron & Risnawita, 2010) kontrol diri adalah kemampuan seseorang untuk membimbing, mengatur dan mengarahkan bentuk bentuk perilakumelalui pertimbangan kognitif sehingga dapat membawa kearah yang positif, kemampuan mengontrol diri berkaitan dengan bagaimana seseorang

mengendalikan emosi serta dorongan-dorongan dari dalam dirinya.

Hurlock (2003) mengatakan kontrol diri berhubungan dengan cara individu dalam mengontrol dan stimulus- stimulus yang ada pada dirinya. Ciri-ciri emosi tersebut diantaranya: a) kemampuan individu dalam mengontrol diri agar dapat diterima secara sosial, b) dapat memahami seberapa besar kontrol yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhannya dan tidak melanggar norma yang ada di masyarakat, c) ketika merespon suatu stimulus, individu terlebih dahulu memikirkan situasi secara kritis agar tepat dalam memberikan respon. Menurut Skinner (dalam Alwisol, 2009) mengontrol perilaku dapat dilakukan dengan berbagai cara, yakni melakukan penghindaran, penjenuhan, menjauhi rangsangan yang tidak diinginkan dan menguatkan diri.

Averill (1973) menjelaskan terdapat tiga aspek kontrol diri, yaitu kontrol perilaku (behavior control), kontrol kognitif (cognitive control), dan mengontrol keputusan (decisional control). Menurut Robbins & Judge (2008) bahwa kestabilan emosi adalah tidak berlebih-lebihannya dalam mengungkapkan emosi karena emosi yang diungkapkan secara berlebihan membahayakan kesehatan fisik dan psikis manusia.

Menurut Schneider (1964), Kestabilan emosi ditandai dengan adanya aspek-aspek dalam individu yang meliputi adekuasi emosi, kematangan emosi, dan kontrol emosi. Menurut Darmawan (2008) kestabilan emosi adalah kemampuan individu untuk dapat mengendalikan diri sendiri dari berbagai situasi. Individu yang memiliki kestabilan emosi tidak bertindak emosional karena faktor dari luar dirinya, sehingga tidak mudah terpengaruh hal-hal yang negatif.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Susanti (2020) yang berjudul “Hubungan Antara Kestabilan Emosi dengan Kontrol Diri saat Bertanding pada Atlet Kempo Jawa Tengah”, diketahui bahwa atlet kempo Jawa Tengah yang memiliki tingkat kestabilan emosi rendah sebanyak 6 atlet (9,4%), kategori sedang sebanyak 45 atlet (70,3%), dan kategori tinggi sebanyak 13 atlet (20,3%). Dengan demikian secara keseluruhan tingkat kestabilan emosi atlet kempo Jawa Tengah sebagian besar tergolong dalam kategori sedang. Sedangkan untuk atlet kempo Jawa Tengah yang memiliki tingkat kontrol diri rendah

sebanyak 8 atlet (12,5%), kategori sedang sebanyak 48 atlet (75%), dan kategori tinggi sebanyak 8 atlet (12,5%). Dengan demikian secara keseluruhan tingkat kontrol diri atlet kempo Jawa Tengah sebagian besar tergolong dalam kategori sedang

Fitriyah (2019) mengemukakan bahwasannya untuk mengatur emosional dengan sengaja harus dilakukan melalui menenangkan diri, dan mengendalikan perasaan. Individu dengan kontrol diri rendah cenderung senang melakukan resiko dan melanggar aturan tanpa memikirkan konsekuensi atas perbuatannya, sedangkan individu dengan kontrol diri yang tinggi akan memikirkan akibat dan konsekuensi dari perilaku yang menyimpang (Aroma dan Suminar, 2012).

Kim, Hong, Lee, & Hyun (2017) menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang rendah sangat impulsif, cepat menanggapi rangsangan lingkungan, cepat mencari kepuasan, dan lebih memilih hal-hal yang sederhana. Widiana, Retnowati, dan Hidayat (2004) juga menyatakan bahwa individu dengan kontrol diri yang rendah tidak mampu mengarahkan dan mengatur perilakunya.

Penelitian yang dilakukan oleh Dirgantara (2020) yang berjudul “Pengaruh Stabilitas Emosi dan Motivasi Berprestasi Terhadap Kebanggaan Diri Atlet Muaythai Kota Balikpapan”, dapat diketahui bahwa stabilitas emosi dan motivasi berprestasi berpengaruh secara signifikan terhadap kebanggaan diri pada atlet Muaythai kota Balikpapan. Artinya semakin tinggi stabilitas emosi dan motivasi berprestasi yang dialami maka semakin tinggi tingkat kebanggaan diri yang dialami oleh atlet Muaythai Kota Balikpapan.

Penelitian lainnya yang relevan adalah penelitian yang dilakukan oleh Rahmandani (2022) yang berjudul “Kontrol Diri pada Atlet Taekwondo Kyorugi”, dapat diketahui bahwa terdapat dua orang yang atlet Kyorugi dari Universitas Muhammadiyah Malang memiliki pandangan yang sama mengenai pentingnya kemampuan kontrol diri dan beranggapan semakin baik kontrol diri seorang atlet maka akan semakin maksimal hasil yang akan diperoleh dalam sebuah pertandingan.

Berdasarkan fenomena-fenomena dan penelitian terkait yang telah diuraikan di atas, peneliti memandang penting untuk melakukan penelitian lebih dalam

mengenai pengaruh dari kontrol diri terhadap kestabilan emosi atlet pencak silat psht. Maka dalam penyusunan skripsi ini, peneliti mengambil judul “Pengaruh Kontrol Diri terhadap Kestabilan Emosi pada Atlet Pencak Silat Persaudaraan Setia Hati Terate Kategori Tanding di Jawa Timur”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah adalah apakah ada pengaruh kontrol diri terhadap kestabilan emosi pada atlet pencak silat *Persaudaraan Setia Hati Terate* (PSHT) Kategori Tanding di Jawa Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari proposal penelitian ini untuk mengetahui pengaruh kontrol diri terhadap kestabilan emosi pada atlet pencak silat *Persaudaraan Setia Hati Terate* (PSHT) Kategori Tanding di Jawa Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menyumbang, memperluas dan memperdalam kajian-kajian teori mengenai *Kontrol Diri* serta variabel *Kestabilan Emosi* serta menjadi refrensi untuk jenis penelitian yang sama khususnya dalam ilmu psikologi terhadap bidang olahraga, sosial, dan komunitas.

1.4.2 Manfaat Praktis

1) Bagi Atlet Pencak Silat

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi tentang pentingnya kontrol diri dan kestabilan emosi pada atlet pencak silat yang meningkatkan kemampuan yang maksimal dalam pertandingan.

2) Bagi *Persaudaraan Setia Hati Terate*

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi pada kontroldiri sehingga dapat membantu memprogram pelayanan psikologis untuk meningkatkan kefokusn dalam pertandingan pada atlet pencak silat.

3) Bagi pelatih

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi informasi yang penting bagi pelatih untuk memahami kondisi psikologis mental tiap atlet pencak silat.