

---

**PSIKOLOGI ATLET PENCAK SILAT RIAU PASCA KEKALAHAN DI PON PAPUA XX  
TAHUN 2021**

**PSYCHOLOGY OF RIAU PENCAK SILAT ATHLETES AFTER A DEFEAT AT PON XX PAPUA  
IN 2021**

**Acep Solihin\*<sup>1</sup>, Tofikin<sup>2</sup>, Adyanata Lubis<sup>3</sup>**

<sup>123</sup>STKIP Rokania, Riau, Indonesia

**\*Corresponding Author: Acep Solihin, [siacepsolihin@gmail.com](mailto:siacepsolihin@gmail.com)**

Received: 2022-01-08 ; Revised: 2022-01-28; Accepted: 2022-01-28

---

**Abstrak**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran psikologi atlet pencak silat utusan Riau pada PON XX Papua tahun 2021 setelah kegiatan dilaksanakan. Metode penelitian menggunakan survei dengan desain penelitian *expost facto*. Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember tahun 2021 di Kota Pekanbaru. Pengumpulan data dilakukan secara online menggunakan kuesioner. Populasi dalam penelitian ini merupakan atlet pencak silat utusan provinsi Riau pada PON Papua XX Tahun 2021 sebanyak 3 atlet. Dalam penelitian ini, semua populasi dijadikan sampel mengingat semua atlet yang diutus tidak mendapatkan medali. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah sampling total. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen *The Psychological Skills Inventory for Sport* yang merupakan adaptasi dari Dongoran pada tahun 2017. Mengingat atlet yang diutus tidak ada satupun yang mendapatkan medali, maka peneliti ingin melihat psikologi atlet pada aspek motivasi, persiapan mental, konsentrasi, percaya diri, control kecemasan dan kepentingan tim dengan menggunakan *The Psychological Skills Inventory for Sport*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa profil psikologi atlet pencak silat utusan provinsi Riau yang bertanding pasca PON Papua XX tahun 2021 memiliki kondisi psikologi yang sangat baik pada aspek motivasi, persiapan mental, dan konsentrasi, serta kondisi yang baik pada aspek percaya diri, kontrol kecemasan dan orientasi terhadap tim. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa profil psikologi atlet pencak silat utusan Riau dapat dinyatakan berstatus sangat baik dan baik pada beberapa aspek tertentu.

**Kata Kunci:** pencak silat, psikologi, pekan olahraga nasional, prestasi, atlet

**Abstract**

*This study aims to determine the psychological picture of the pencak silat athletes from Riau Riau at the XX Papua PON 2021 after the activity was carried out. The research method uses a survey with an ex post facto research design. The research was conducted in December 2021 in Pekanbaru City. Data collection was done online using a questionnaire. The population in this study were pencak silat athletes from the Riau-Riau province at the XX Papua PON 2021 as many as 3 athletes. In this study, the entire population was sampled considering that all the athletes who were sent did not get medals. The sampling method used was total sampling. The data collection technique uses the instrument *The Psychological Skills Inventory for Sport* which is an adaptation of Muhammad Fadli Dongoran's research in 2017. Considering that none of the athletes who were sent out got medals, the researchers wanted to look at the psychology of athletes on aspects of motivation, mental preparation, concentration, self-confidence, anxiety control and team interests using *The Psychological Skills Inventory for Sport*. The silat delegates from the Riau-Riau province who competed after the XX Papua PON 2021 had very good psychological conditions in the aspects of motivation, mental preparation, and concentration, as well as good conditions in the aspects of self-confidence, anxiety control and the importance of team orientation towards the team. Therefore, it can be concluded that the psychological profile of the pencak silat athletes from Riau-Riau can be stated as very good and good in certain aspects.*

**Keywords:** *pencak silat, psychology, national sports week, achievement, athlete*

**How To Cite:** Solihin, A., Tofikin, & Lubis, A. (2022). Psikologi atlet pencak silat riau pasca pon papua xx tahun 2021. *Journal Of Sport Education (JOPE)*, 4 (2), 131-142. doi:<http://dx.doi.org/10.31258/jope.4.2.131-142>



Journal Of Sport Education is an open access article under the [CC-BY-SA 4.0](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/)

## PENDAHULUAN

Pekan Olahraga Nasional (PON) merupakan salah satu media pencapaian prestasi sekaligus sebagai salah satu media penjurangan bagi atlet berprestasi nasional, dalam meningkatkan harkat dan martabat sebagai individu maupun negara di *event* Internasional (Dongoran et al., 2020). Sama halnya dengan PON Papua tahun 2021 yang sudah dilaksanakan bulan Oktober tahun 2021 lalu, ajang bergengsi tersebut juga merupakan salah satu *event* pertandingan yang digunakan bagi para atlet untuk meraih prestasi. Mengingat PON merupakan salah satu ajang bergengsi yang ada di Indonesia untuk mencapai prestasi bagi para atlet, maka semua provinsi berlomba-lomba untuk mempersiapkan atletnya pada setiap cabang olahraga untuk dapat tampil maksimal. Namun, tidak semua utusan dari berbagai provinsi mampu untuk meraih kemenangan. Hal ini dapat dilihat dari kondisi salah satu provinsi yang ada di Indonesia yaitu Provinsi Riau. Beberapa cabang olahraga yang diikuti oleh kontingen Provinsi Riau ada yang sama sekali tidak menyumbangkan medali. Beberapa cabang olahraga tersebut berdasarkan kutipan berita yang ditulis oleh Putra (2021) di laman *website* Riau.harianhaluan.com yang terbit pada hari Senin, 18 Oktober 2021 pukul 06:32 WIB menyatakan bahwa cabang olahraga yang pulang tanpa medali diantaranya, panjat tebing, judo, pencak silat, bulu tangkis, basket, balap motor, aeromodeling, binaraga, dan tarung drajat. Berdasarkan beberapa cabang olahraga tersebut, peneliti tertarik untuk mengkaji lebih dalam cabang olahraga pencak silat terutama pada aspek psikologi atlet mengingat salah satu atlet yang menjadi utusan Provinsi Riau merupakan atlet nasional yang memiliki prestasi tingkat internasional beberapa waktu yang lalu, namun atlet tersebut mengalami kekalahan.

Menyoroti tentang prestasi cabang olahraga pencak silat Provinsi Riau yang berlaga pada kejuaraan PON XX Papua tahun 2021 Oktober lalu, 3 atlet pencak silat Provinsi Riau yang didelegasikan sama sekali tidak mendapatkan medali. Padahal jika dilihat dari rekam jejak prestasi, masing-masing atlet telah memiliki prestasi tingkat nasional yang baik. Hal itu dapat terlihat pada data yang penulis dapatkan yaitu jawaban kuesioner dari 3 atlet utusan Provinsi Riau. Berdasarkan hasil kuesioner yang diberikan sebelum penelitian mengenai prestasi yang pernah diraih, didapatkan data bahwa 3 atlet utusan Provinsi Riau memiliki rekam jejak prestasi yang baik pada tingkat nasional. Bahkan, satu dari tiga atlet utusan Provinsi Riau tersebut memiliki prestasi yang baik pada tingkat internasional. Melihat rekam jejak prestasi sebelumnya, dan kekalahan para atlet pencak silat Riau pada PON Papua XX tahun 2021 tersebut, maka penulis bermaksud ingin melihat sejauh mana kondisi psikologi atlet pasca *event* PON Papua XX tahun 2021. Hal ini perlu dilakukan mengingat terdapat faktor-faktor psikologi yang berpengaruh dan menunjang kinerja fisik dalam berolahraga bagi seorang atlet (Effendi, 2016). Tentu, faktor-faktor psikologi tersebut bisa ditinjau saat latihan maupun saat bertanding. Weinberg & Gould (2011) dalam tulisannya mengungkapkan bahwa keberhasilan dan kegagalan atlet dalam olahraga prestasi sangat ditentukan oleh perpaduan dari kemampuan faktor fisik dan psikologi. Bahkan aspek psikologi untuk cabang olahraga tertentu mencapai 80% sampai 90%. Walaupun demikian, bukan berarti bahwa aspek psikologi lebih penting dari fisik, taktik, atau teknik (Nopiyanto & Dimiyati, 2018). Hal ini menandakan bahwa aspek pendukung yang ada tetap diperlukan untuk mendapatkan peluang berprestasi dalam cabang olahraga tertentu. Pernyataan ini juga senada dengan apa yang disampaikan oleh (Harsono, 2017), bahwa untuk dapat mencapai prestasi yang optimal, aspek fisik, teknik, taktik,

dan mental tetap perlu dikembangkan. Berkenaan dengan psikologi, beberapa penelitian telah mengungkapkan bahwa psikologi merupakan aspek yang penting untuk menunjang prestasi olahraga atlet khususnya atlet pencak silat. Penelitian oleh (Raynadi et al., 2016) (Triana et al., 2020) (Nisa & Jannah, 2021) menyatakan bahwa semakin tinggi ketangguhan mental maka semakin rendah kecemasan bertanding, sebaliknya semakin rendah ketangguhan mental maka semakin tinggi kecemasan bertanding pada atlet pencak silat. Penelitian lain oleh (Retno & Amaliya, 2016) pada kajian *Emotional Quetiont (EQ)* yang masih dalam lingkup kajian psikologi juga mengungkap bahwa *EQ* memberikan sumbangan dengan prestasi atlet pencak silat kategori tanding sebesar 42.6%. Selain itu masih pada kajian yang sama, penelitian lain juga menunjukkan betapa pentingnya psikologi dalam pencapaian prestasi olahraga oleh (Linggar et al., 2021). Dalam kajiannya, peneliti mencoba mengembangkan metode latihan *imagery* dan terbukti meningkatkan kepercayaan diri atlet. Mengingat pentingnya psikologi dalam olahraga, (Mahoney et al., 1987) dalam karyanya membuat sebuah instrumen *The Psychological Skills Inventory for Sport (PSIS)* untuk mengetahui keterampilan psikologi atlet. Beberapa aspek yang masuk dalam penilaian diantaranya adalah aspek motivasi, percaya diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, orientasi terhadap tim, dan konsentrasi.

Motivasi memiliki kontribusi terhadap pencapaian prestasi seorang atlet seperti temuan pada penelitian (Muskanan, 2015) dan (Rahayu & Mulyana, 2015). Kedua kajian tersebut menyatakan bahwa motivasi berkontribusi terhadap prestasi atlet. Persiapan mental juga sama pentingnya. Persiapan mental merupakan perencanaan atlet dalam semua aspek kognitif, emosi, dan perilaku yang digunakan untuk memperoleh *peak performance* serta kesiapan psikologis yang optimal dalam kompetisi dan latihan. Persiapan mental penting dilakukan sebelum, selama, dan sesudah menghadapi kompetisi (Dongoran et al., 2020). Perencanaan mental yang digunakan sebelum kompetisi dapat mengoptimalkan kesiapan psikologis (kepercayaan diri, kontrol diri, konsentrasi) dan regulasi emosi (kecemasan, *arrousal*, agresi) (Dongoran et al., 2020). Hasil penelitian menyatakan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara latihan mental terhadap peningkatan penampilan atlet (Kar & Bhukar, 2013). Lebih lanjut, latihan mental (*imagery, goal setting, self-talk, and relaxation*) efektif untuk keberhasilan atlet (Sadeghi et al., 2010). Selanjutnya 44% atlet menjelaskan bahwa performa ditentukan oleh penerapan strategi dan teknik persiapan mental (Komarudin, 2015).

Persiapan mental tidak hanya penting untuk penampilan pada saat kompetisi tetapi sama pentingnya untuk latihan (Dongoran et al., 2020). Seperti yang sudah disampaikan sebelumnya bahwa percaya diri, kontrol kecemasan, dan orientasi tim juga masuk dalam aspek penilaian keterampilan psikologis atlet. Hal ini dikarenakan seorang atlet yang menderita gejala kecemasan pasti akan kurang berprestasi (Yane, 2013). Sebuah kajian menyebutkan bahwa latihan mental *imagery* dapat membantu atlet untuk menjadi merasa lebih percaya diri, memiliki motivasi tinggi, dan meningkatkan tingkat konsentrasi (Wibowo & Rahayu, 2016). Orientasi tim juga merupakan suatu hal yang sangat penting. Hal ini dikarenakan orientasi tim merupakan suatu tindakan yang dilakukan oleh atlet dimana mengutamakan proses kesatuan dan kebersamaan sehingga memungkinkan tim dapat bekerja dengan baik dan efektif (Nopiyanto et al., 2019). Setiap atlet merupakan anggota dari suatu perkumpulan olahraga tertentu, yang secara rutin melakukan kegiatan latihan dan pertandingan. Dalam tim inilah setiap atlet memperoleh pengalaman-pengalaman baik pengetahuan maupun keterampilan olahraga (Nopiyanto et al., 2019). Selain beberapa hal yang sudah disampaikan sebelumnya, konsentrasi atlet juga merupakan hal yang tidak bisa di kesampingkan. Hal ini mengingat konsentrasi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan tendangan pada atlet Pencak silat (Ihsan & Suwirman, 2019).

Melihat banyaknya penelitian tentang psikologi yang mencoba dikaitkan dengan prestasi olahraga, maka semakin membuktikan bahwa aspek psikologis merupakan salah satu aspek

yang sangat penting bagi atlet pencak silat untuk meraih prestasi. Mengingat beberapa permasalahan yang sudah disampaikan sebelumnya tentang kondisi atlet pencak silat Provinsi Riau yang turun pada PON Papua XX lalu, maka gambaran psikologis atlet pencak silat Provinsi Riau yang tidak mendapatkan medali layak untuk ditinjau lebih lanjut untuk mengetahui sejauh mana capaian prestasi dapat mempengaruhi aspek psikologis atlet pencak silat. Selain itu, penelitian ini juga memiliki tujuan untuk mengetahui gambaran psikologis atlet pencak silat Provinsi Riau yang mengalami kekalahan pada PON Papua XX tahun 2021 lalu. Hasil gambaran psikologis atlet pencak silat Provinsi Riau tersebut tentunya dapat digunakan sebagai salah satu acuan bagi pelatih dalam menyusun program latihan dan untuk mempersiapkan atlet pada *event* lainnya.

## METODE

Melihat kekalahan atlet pada PON Papua XX tahun 2021, peneliti ingin mengetahui kondisi psikologis atlet. Kekalahan atlet tidak didesain oleh peneliti dan juga tidak di desain oleh atlet. Dalam artian bahwa peneliti tidak bisa membuat dengan sengaja atlet untuk kalah kemudian dilakukan pengukuran kondisi psikologisnya, begitu juga dengan atlet. Oleh karena itu, metode *expost facto* merupakan metode yang tepat untuk digunakan dalam penelitian ini untuk melihat apakah terjadi perubahan psikologi pada atlet saat mengalami kekalahan. Penelitian ini tidak memberikan perlakuan kepada atlet. Oleh karena itu, desain penelitian yang digunakan adalah desain penelitian *expost facto*. Definisi *expost facto* adalah sesudah fakta, yaitu penelitian yang dilakukan setelah suatu kejadian itu terjadi (Widiarto, 2013).

Penelitian *expost facto* bertujuan menemukan penyebab yang memungkinkan perubahan perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku, gejala atau fenomena yang disebabkan oleh suatu peristiwa, perilaku atau hal-hal yang menyebabkan perubahan pada variabel bebas secara keseluruhan sudah terjadi (Widiarto, 2013). Kekalahan yang dialami atlet merupakan kondisi masa lalu yang memiliki kemungkinan berpengaruh terhadap psikologi atlet. Penelitian *expost facto* merupakan penelitian yang sangat ideal untuk melakukan penelitian terkait sosial ketika tidak memungkinkan untuk memanipulasi karakteristik peserta manusia (Simon & Goes, 2013) dalam (Candra Widyastuti, 2019). Penelitian dilaksanakan pada bulan Desember tahun 2021 di Kota Pekanbaru. Populasi dalam penelitian ini merupakan atlet pencak silat utusan provinsi Riau pada PON Papua XX Tahun 2021 sebanyak 3 atlet. Semua atlet tidak membawa pulang medali. Sehingga, populasi dalam penelitian ini diambil seluruhnya. Oleh karena itu sampel yang digunakan dalam penelitian adalah 3 atlet pencak silat. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *sampling* total. Menurut (Sugiyono, 2019), metode pengambilan *sampling* total merupakan metode pengambilan secara keseluruhan dari jumlah populasi yang ada.

Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen *the psychological skills inventory for sport* (Mahoney et al., 1987) versi PSIS-5R yang sudah diterjemahkan dalam penelitian (Dongoran, 2017). Instrumen ini juga telah divalidasi ke ahli bahasa Inggris (Dr. Suhaini), ahli bahasa Indonesia (Dr. Nurhadi, M.Hum), dan ahli psikologi (Komarudin, M.A dan Dr. Dimiyati, M.Si). Setelah proses validasi selesai, instrumen selanjutnya dilakukan uji coba. Kuesioner PSIS-5R versi bahasa Indonesia oleh (Dongoran, 2017) sudah mengalami reduksi menjadi 38 item berdasarkan uji coba lapangan dengan nilai reliabilitas berdasarkan *Cronbach's Alpha* sebesar 0,60 dan validitasnya telah terbukti melalui metode *expert judgment* dengan melihat validitas isi. Azwar, (2017) menyebutkan bahwa validitas isi merupakan validitas yang diestimasi lewat pengujian terhadap relevansi isi melalui analisis rasional *expert judgment*. Instrumen ini telah banyak digunakan dan disadur dalam mengukur maupun memprediksi penampilan psikologi atlet seperti pada penelitian (Candra Widyastuti, 2019)

(C Widyastuti, 2019), (Nopiyanto & Dimiyati, 2018), (Dongoran et al., 2020)... Apsek yang diukur pada instrument PSIS 5R diantaranya adalah aspek motivasi, percaya diri, kontrol kecemasan, persiapan mental, orientasi terhadap tim, dan konsentrasi. Item pernyataan yang terdapat dalam kuesioner, masing-masing memiliki lima alternatif pilihan selalu (5), sering (4), kadang-kadang (3), sangat jarang (2), tidak pernah (1) (Candra Widyastuti, 2019).

Setelah aspek psikologis masing-masing atlet diketahui, langkah selanjutnya adalah dengan membandingkan hasil masing-masing item dengan tabel 1. Teknik pengambilan data dengan menggunakan sebaran angket secara *online*. Angket *online* menjadi pilihan dikarenakan pandemi Covid-19 masih menjadi halangan bagi atlet untuk bertemu langsung kepada responden.

**Tabel 1.** Kriteria Aspek Psikologi Atlet

Aspek Psikologis	Kategori				
	Sangat Baik	Baik	Cukup Baik	Kurang Baik	Sangat Kurang
Motivasi	33,5-40	27,2-33,5	20,8-27,2	14,4-20,8	8-14,4
Percaya Diri	25,2-30	20,4-25,2	15,6-20,4	10,8-15,6	6-10,8
Kontrol Kecemasan	33,59-40	27,2-33,5	20,8-27,2	14,4-20,8	8-14,4
Persiapan Mental	16,81-20	13,6-16,8	10,4-13,6	7,19-10,40	4-7,19
Orientasi terhadap tim	25,2-30	20,4-25,2	15,6-20,4	10,8-15,6	6-10,8
Konsentrasi	20,9-27,9	16,9-20,9	13,0-16,9	9,0-13,0	5-9,00

Sumber: (Dongoran et al., 2020)

## HASIL

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data tentang demografi atlet pencak silat Provinsi Riau pasca PON XX Papua tahun 2021, riwayat prestasi atlet dan profil psikologi atlet. Data tersebut dapat dilihat lebih lanjut pada tabel 2, tabel 3, dan gambar 1.

**Tabel 2.** Demografi Atlet Pencak Silat Riau pada PON Papua XX tahun 2021

Nama	Kategori	Kelas Tanding	Kelamin	Usia (tahun)	Pendidikan
Redho Kurniawan*	Tanding	C	Laki-Laki	20	S1
Yudha Mahendri*	Tanding	B	Laki-Laki	24	SMA/Sederajat
Sudi Wiradinata*	Tanding	F	Laki-Laki	27	S2

Sumber: Data Penelitian (\*Responden telah menyatakan setuju jika identitas responden di terbitkan)

**Tabel 3.** Riwayat Prestasi Atlet Pencak Silat Riau di PON Papua XX tahun 2021

Nama	Prestasi Pada Berbagai Tingkatan		
	Daerah	Nasional/Regional	Internasional

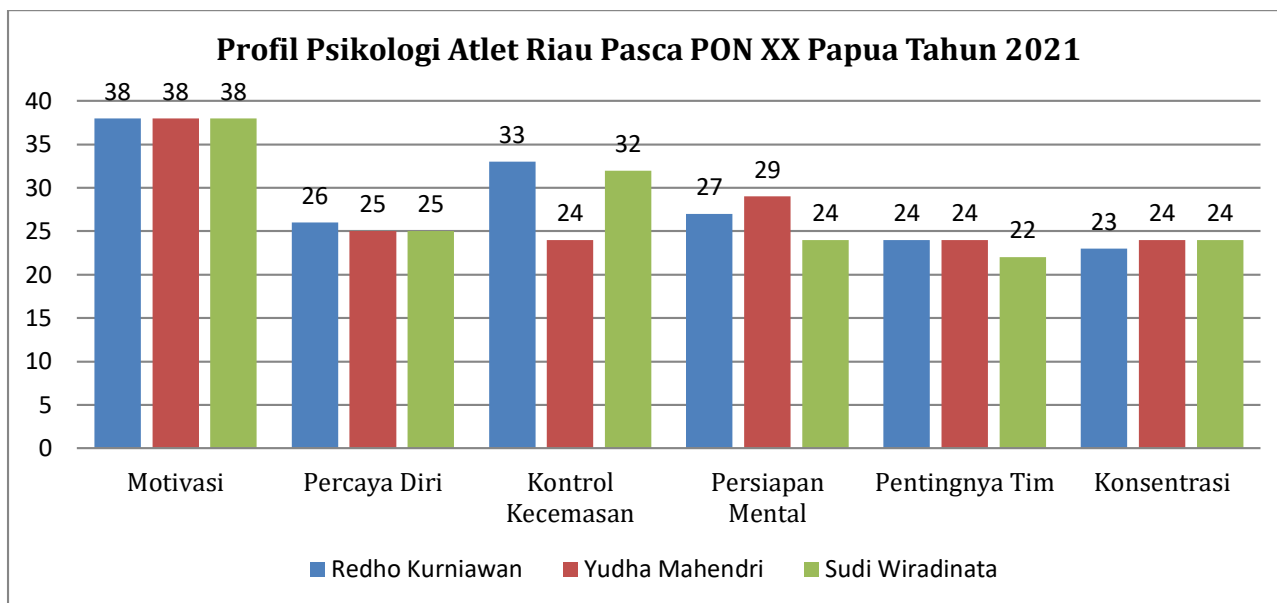
**Lanjutan Tabel 3.** Riwayat Prestasi Atlet Pencak Silat Riau di PON Papua XX

Redho Kurniawan	1. Medali Perak Pekan Olahraga Pelajar Daerah 2016 2. Medali Emas Pekan Olahraga Pelajar Daerah 2018	1. Medali Perunggu Kejurnas PPLP 2016 2. Medali Emas Kejurnas Pra PON 2019	Belum
Yudha Mahendri	1. Medali Perak Popda 2010 2. Medali Emas Popda 2012 3. Medali Emas Kejurda 2013 4. Medali Emas Popda 2014	1. Medali Emas Popnas 2013 2. Medali Emas Kejurnas PPLP 2015 3. Medali Emas Kejurnas PPLP 2013 4. Medali Perunggu PON 2016 5. Medali Emas PraPON 2019	Belum
Sudi Wiradinata	1. Medali Emas Porprov Indragiri Hulu Riau Tahun 2014 2. Medali Emas Porprov Kampar tahun 2017	1. Medali Emas Popnas 2011 2. Medali Perunggu Kejurnas PPLP 2011 Jambi 3. Medali Emas Kejurnas PPLP Tahun 2012 4. Medali Emas Sejori Tahun 2012 5. Medali Perunggu Kejurnas Dewasa 2014 6. Medali Emas Kejurnas PPLM Jakarta 2015 7. Medali Emas Kejurnas Dewasa 2016	1. Medali Emas Kejuaraan Open Turnamen Malaysia tahun 2017 2. Medali Emas Kejuaraan Dunia Singapura tahun 2018

Nama	Prestasi Pada Berbagai Tingkatan		
	Daerah	Nasional/Regional	Internasional
Sudi Wiradinata		1. Medali Emas Pomnas Makassar tahun 2017 2. Medali Perak PraPON Jakarta tahun 2019	

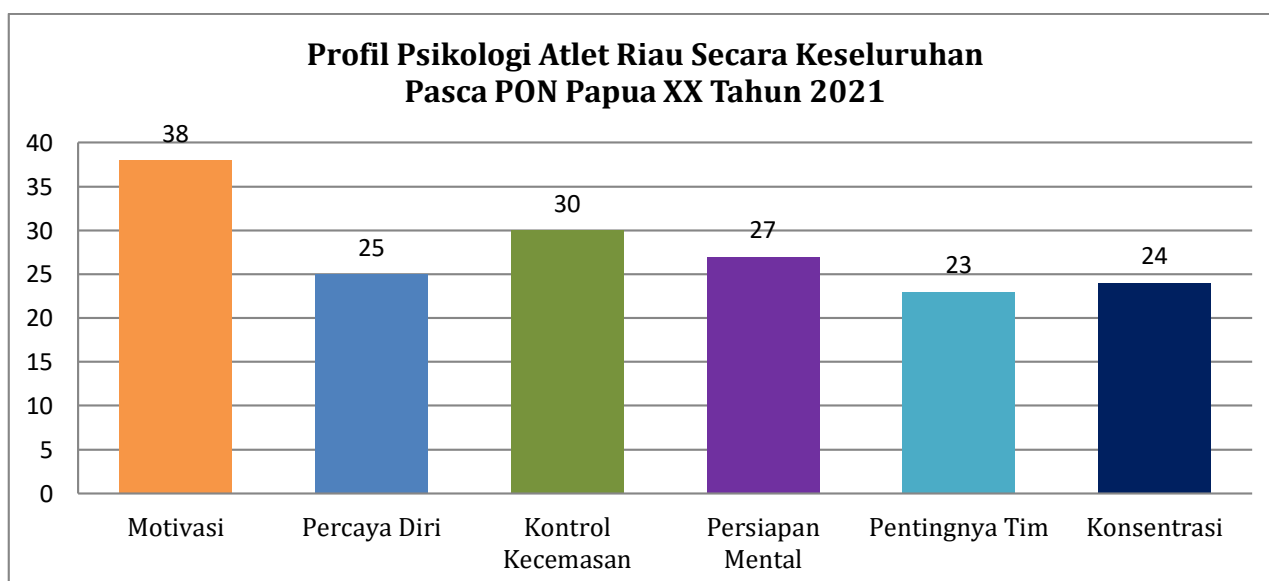
Sumber: Data Penelitian

Berdasarkan tabel 3 tentang riwayat prestasi atlet pencak silat Riau di PON Papua XX tahun 2021 dapat dilihat bahwa prestasi atlet utusan Provinsi Riau memiliki rekam jejak yang baik pada tingkat daerah maupun nasional. Yudha Mahendri dan Redho Kurniawan memiliki rekam jejak yang baik pada tingkat daerah dan nasional, sedangkan satu atlet atas nama Sudi Wiradinata memiliki prestasi yang baik pada tingkat internasional dengan rincian data prestasi memperoleh medali emas kejuaraan *open* turnamen Malaysia tahun 2017 dan medali emas kejuaraan dunia Singapura tahun 2018.



**Gambar 1.** Profil Psikologis Masing-Masing Atlet Riau Pasca PON XX Papua

Berdasarkan gambar 1 dapat dilihat bahwa Redho Kurniawan yang merupakan atlet pencak silat kategori tanding kelas C putra memiliki motivasi dengan skor 38 (sangat baik), percaya diri dengan skor 26 (sangat baik), kontrol kecemasan memiliki skor 33 (baik), persiapan mental dengan skor 27 (sangat baik), orientasi terhadap tim dengan skor 24 (baik) dan konsentrasi dengan skor 23 (sangat baik). Sedangkan Yudha Mahendri yang merupakan atlet pencak silat kelas B putra memiliki skor motivasi sebesar 38 (sangat baik), percaya diri dengan skor 25 (baik), kontrol kecemasan dengan skor 24 (cukup baik), persiapan mental dengan skor 29 (sangat baik), pentingnya tim dengan skor 24 (baik), konsentrasi dengan skor 24 (sangat baik). Selanjutnya Sudi Wiradinata yang merupakan atlet kelas F putra memiliki skor motivasi sebesar 38 (sangat baik), percaya diri dengan skor 25 (baik), kontrol kecemasan dengan skor 32 (baik), persiapan mental dengan skor 24 (sangat baik), pentingnya tim dengan skor 22 (baik), konsentrasi dengan skor 24 (sangat baik).



**Gambar 2.** Profil Keseluruhan Atlet

Apabila ditilik lebih lanjut secara keseluruhan, profil psikologi atlet pencak silat utusan Riau pasca PON Papua XX dilihat dari aspek motivasi dengan skor 38 (sangat baik), percaya diri memiliki skor 25 (baik), kontrol kecemasan dengan nilai 30 (baik), persiapan mental dengan skor 27 (sangat baik), pentingnya tim skor 23 (baik), dan konsentrasi memiliki skor 24 (sangat baik).

## PEMBAHASAN

Temuan dalam penelitian ini yaitu atlet pencak silat utusan Provinsi Riau yang mengalami kekalahan pada PON Papua XX tahun 2021 tetap memiliki kondisi psikologi yang sangat baik pada aspek tertentu dan baik pada aspek yang lain. Secara rinci, berdasarkan gambar 1 dan gambar 2, keseluruhan atlet pencak silat utusan Provinsi Riau masih tetap dalam kondisi yang sangat baik pada aspek motivasi, persiapan mental, dan konsentrasi. Sedangkan kondisi yang baik masih tetap terjaga secara umum pada aspek percaya diri, kontrol kecemasan dan orientasi tim. Kondisi psikologi atlet yang demikian merupakan suatu kondisi yang harus tetap dipertahankan. Bila perlu, pada aspek percaya diri, kontrol kecemasan dan orinetasi tim perlu ditingkatkan sampai pada kondisi yang maksimal.

Mengetahui kondisi atlet pencak silat utusan Provinsi Riau setelah mengalami kekalahan pada PON Papua XX tahun 2021 merupakan sesuatu hal yang dapat menguntungkan bagi para atlet maupun pihak yang berwenang sebagai informasi untuk tetap menjaga sekaligus meningkatkan pada beberapa aspek psikologi dan aspek-aspek yang lain yang juga mendukung pencapaian prestasi atlet seperti fisik, teknik, dan taktik. Hal ini mengingat khususnya pada aspek psikologi, atlet yang mengalami kekalahan saat bertanding mempengaruhi perubahan psikologis atlet. Temuan dari penelitian [Nisa & Jannah \(2021\)](#) membuktikan bahwa atlet beladiri pelajar marah ketika mengalami kekalahan dalam berkompetisi. Bahkan juga sering menangis dan sakit ketika dihadapkan dengan latihan yang berat. Hal ini membuktikan bahwa kekalahan atlet setelah kompetisi memiliki pengaruh terhadap psikologis atlet. Penelitian [Nisa & Jannah \(2021\)](#) konsisten dengan pernyataan Susandi (2017) dalam [Akbar & Lestari \(2019\)](#) yang mengkaji pada cabang olahraga lain, bahwa kapten timnas Italia, Gianluigi Buffon menyebut kekalahan dari Spanyol menjadi perusak mental dan kepercayaan diri para pemain, efek dari kekalahan tim nasional Italia tersebut berlanjut pada performa di pertandingan-pertandingan berikutnya. Lebih lanjut, pada hasil penelitiannya, [Akbar & Lestari \(2019\)](#) menyimpulkan bahwa faktor-faktor yang mendukung ketangguhan mental pada atlet sepakbola di Surakarta adalah tingkah laku, pola pikir, latihan, persiapan, dan pasca kompetisi.

Sebuah kasus yang dikaji ulang oleh [Watson, 2008](#) menyebutkan bahwa istilah *pseudo-sorrow* yaitu merupakan ekspresi keadaan emosional yang mengalami kekalahan. [Thorndike & Wissler \(2005\)](#) juga menyebutkan bahwa istilah *pseudo-sorrow* atau emosi bersifat kurang permanen dan oleh karena itu, lebih mudah dimodifikasi. Selanjutnya [Watson, 2010](#) dalam tulisannya yang lebih baru dari sebelumnya menceritakan tentang bintang piala dunia Rugby Union Inggris, Johnny Wilkinson, saat itu mengakui alasan mendasar tentang karirnya yang hampir hancur. Dalam tulisan [Watson \(2010\)](#) yang mengutip dari Jackson (2006) bahwa, "Johnny Wilkinson seolah-olah merasa ia telah telah mengecewakan dirinya sendiri saat itu, karena kekalahannya membuatnya merasa tersesat. Ia telah memfokuskan hidupnya secara penuh untuk bermain rugby dan kekalahan itu membuatnya tidak yakin lagi tentang apa yang seharusnya ia lakukan dalam hidupnya".

Beberapa referensi yang ditampilkan sudah cukup menggambarkan bahwa kekalahan yang dialami seorang atlet dapat mempengaruhi aspek psikologis. Hanya saja, terkait hasil penelitian yang sudah didapatkan dalam penelitian ini bahwa atlet pencak silat utusan Provinsi



Riau pada PON Papua XX tahun 2021 tetap dalam kondisi yang baik walaupun mengalami kekalahan, maka peneliti merekomendasikan untuk peneliti lain agar dilakukan kajian lebih lanjut, mengingat riset tentang pengukuran atlet setelah mengalami kekalahan sangat minim. Peneliti juga belum menemukan artikel yang membahas tentang waktu ideal pengukuran psikologis atlet yang mengalami kekalahan, mengingat pengambilan data psikologis memiliki rentang waktu lebih kurang dua bulan setelah atlet selesai bertanding. Selain itu, untuk mendapatkan informasi lebih lanjut, mengapa atlet pencak silat Provinsi Riau tetap memiliki psikologis yang secara umum baik, hal tersebut berada di luar ruang lingkup penelitian ini dan selanjutnya dapat menjadi kajian penelaahan di masa mendatang. Hal ini dikarenakan keterbatasan waktu peneliti. Selain itu, instrumen yang digunakan hanya kuesioner keterampilan psikologi atlet yang tentunya perlu teknik lain seperti wawancara untuk dapat mengungkap alasan kondisi psikologis yang baik dari atlet pencak silat utusan Provinsi Riau pada PON Papua XX tahun 2021. Walaupun demikian, instrumen *the psychological skills inventory for sport versi psis-5r* yang digunakan dalam penelitian ini sudah tepat karena sudah divalidasikan dan dapat mengungkap kondisi psikologis atlet. Hanya saja, penelitian semacam ini dapat memberikan gambaran data yang lebih akurat bila dikombinasikan dengan teknik wawancara.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan bahwa profil psikologi atlet pencak silat utusan Provinsi Riau yang bertanding pada PON Papua XX tahun 2021 yang mengalami kekalahan memiliki kondisi psikologis yang sangat baik pada aspek motivasi, persiapan mental, dan konsentrasi, serta kondisi yang baik pada aspek percaya diri, kontrol kecemasan dan pentingnya tim. Penelitian ini masih memiliki kelemahan. Kelemahan penelitian terletak pada teknik pengambilan data. Teknik pengambilan data dalam penelitian ini hanya menggunakan 1 teknik yaitu kuesioner. Data yang didapatkan akan lebih dalam ketika teknik pengambilan data ditambah dengan teknik lain seperti wawancara. Oleh karena itu, untuk penelitian selanjutnya, terkait dengan pengambilan data tentang profil psikologi atlet, perlu mengolaborasi teknik lain agar data yang didapatkan lebih mendalam dan dapat mengungkap informasi-informasi lain yang dapat digunakan untuk mendukung pencapaian prestasi atlet yang maksimal. Selain itu, kelemahan lain yaitu, pengambilan data psikologi atlet tidak dilakukan langsung ketika atlet mengalami kekalahan, pengambilan data memiliki jeda lebih kurang dua bulan. Keadaan tersebut memiliki kemungkinan atlet sudah dalam kondisi psikologis yang baik ataupun memiliki motivasi yang baru untuk mempersiapkan diri pada *event* berikutnya. Disamping kelemahan, penelitian ini juga memiliki keunggulan. Keunggulan tersebut terletak pada kedetailan data responden yang meliputi riwayat pendidikan, umur, rekam jejak prestasi responden, dan alat ukur yang sudah valid dan reliabel. Secara keseluruhan, penelitian ini dapat memperkaya kajian dalam psikologi olahraga khususnya pada populasi atlet yang mengalami kekalahan, mengingat kekalahan juga merupakan bagian nyata dari sebuah kompetisi olahraga.

## DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, I., & Lestari, R. (2019). Ketangguhan mental pada atlet sepakbola di surakarta. in *skripsi*. universitas muhammadiyah surakarta.
- Azwar, s. (2017). *Reliabilitas dan validitas*. pustaka pelajar.
- Dongoran, m. f. (2017). karakteristik psikologis atlet sea games xxix cabang olahraga beladiri indonesia. in *thesis, tidak diterbitkan*. universitas negeri yogyakarta.

- Dongoran, m. f., kalalo, c. n., & syamsudin. (2020). Profil psikologis atlet pekan olahraga nasional (pon) papua menuju pon xx tahun 2020. *journal sport area*, 5(1), 13–21. [https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5\(1\).4621](https://doi.org/10.25299/sportarea.2020.vol5(1).4621)
- Effendi, h. (2016). Peranan psikologi olahraga dalam meningkatkan prestasi atlet. *nusantara (jurnal ilmu pengetahuan sosial)*, 1(1), 22–30.
- Harsono. (2017). *Kepelatihan olahraga. teori dan metodologi*. pt. remaja rosdakarya.
- Ihsan, n., & suwirman. (2019). Sumbangan konsentrasi terhadap kecepatan tendangan pencak silat. *sumbangan konsentrasi terhadap kecepatan tendangan pencak silat*, 8(1), 1–6. <https://doi.org/10.15294/miki.v8i1.11873>
- Kar, r., & bhukar, j. a. i. p. (2013). Effect of mental training on track & field performance and mental skills-a single subject design. *academic sports scholar*, 2(1), 1–7. <https://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.300.6399&rep=rep1&type=pdf>
- Komarudin, m. (2015). *Psikologi olahraga*. PT remaja rosdakarya.
- Linggar, m., prasetya, e., & rahayuni, k. (2021). Pengembangan latihan imagery untuk meningkatkan kepercayaan diri pada atlet pencak silat kategori tanding di padepokan aji soko sidoarjo development of imagery exercises to increase confidence in. *prosiding seminar nasional pendidikan kepelatihan olahraga*, 1(2), 150–164.
- Mahoney, m. j., gabriel, t. j., & perkins, t. s. (1987). Psychological skills and exceptional athletic performance. *psychology*, 1(3), 181–199. <https://doi.org/https://doi.org/10.1123/tsp.1.3.181>
- Muskanan, k. (2015). Analisis motivasi berprestasi atlet pusat pendidikan dan latihan olahraga pelajar provinsi nusa tenggara timur. *Jkap (jurnal kebijakan dan administrasi publik)*, 19(2), 105. <https://doi.org/10.22146/jkap.7608>
- Nisa, k., & jannah, m. (2021). Pengaruh kepercayaan diri terhadap ketangguhan mental atlet bela diri. *Character: jurnal penelitian psikologi*, 8(3), 36–45.
- Nopiyanto, y. E., & dimiyati, d. (2018). Karakteristik psikologis atlet sea games indonesia ditinjau dari jenis cabang olahraga dan jenis kelamin the psychological characteristics of indonesian sea games athletes in terms of sports and sex. *jurnal keolahragaan*, 6(1), 69–76. <https://doi.org/10.21831/jk.v6i1.15010>
- Nopiyanto, y. E., dimiyati, dongoran, m. F., kardi, i. S., arif, b., & alimuddin. (2019). Karakteristik psikologis atlet sea games indonesia ditinjau dari cabang olahraga tim. *Jurnal sporta saintika*, 4(2), 27–46. <https://doi.org/https://doi.org/10.24036/sporta.v4i2.109>
- Putra, e. B. (2021). 10 besar , 21 medali emas dan cita cita almarhum emrizal pakis di pon papua. *haluanriau.co*, 1–4. <https://riau.harianhaluan.com/olahraga/pr-111495820/10->

besar-21-medali-emas-dan-cita-cita-almarhum-emrizal-pakis-di-pon-papua?page=4 diakses pada tanggal 21 oktober 2021 | 19:32 wib

Rahayu, e., & mulyana, o. P. (2015). Hubungan antara goal-setting dan motivasi berprestasi dengan prestasi atlet renang. *Character: jurnal penelitian psikologi.*, 3(2), 1–5. <https://jurnalmahasiswa.unesa.ac.id/index.php/character/article/view/10947>

Raynadi, f. B., rachmah, d. N., & akbar, s. N. (2016). Hubungan ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di banjarbaru relationship between mental toughness and competitive anxiety in pencak silat athletes in banjarbaru. *Jurnal ecopsy*, 3. <https://doi.org/10.20527/ecopsy.v3i3.2665>

Retno, m. . E. S., & amaliya, s. W. (2016). Hubungan antara tingkat emotional quotient (eq) dengan prestasi atlet pencak silat kategori tanding putri. *Jurnal of sport coaching and physical education*, 3(1), 18–23. <https://doi.org/doi.org/10.15294/jsce.v1i1.23350>

Sadeghi, h., omar-fauzee, m.-s., jamalis, m., ab-latif, r., & cheric, m. c. (2010). the mental skills training of university soccer players. *international education studies*, 3(2), 81–90. <https://doi.org/10.5539/ies.v3n2p81>

Sugiyono. (2019). *Metode penelitian pendidikan (kuantitatif, kualitatif, kombinasi, r&d, dan penelitian pendidikan)*. Alfabeta.

Thorndike, e. L., & wissler, c. (2005). *The study of children: the aesthetic emotions*. 5(1983), 1–17.

Triana, j., irawan, s., & windrawanto, y. (2020). Hubungan antara kepercayaan diri dengan kecemasan bertanding atlet pencak silat dalam menghadapi salatiga cup 2018. *Psikologi konseling*, 15(2). <https://doi.org/10.24114/konseling.v15i2.16194>

Watson, n. (2008). An unholy alliance: the sacred and modern sports. *Implicit religion*, 10(3), 0–4. <https://doi.org/10.1558/imre2007.v10i3.314>

Watson, n. (2010). Identity in sport: a psychological and theological analysis. In *theology, ethics and transcendence in sports*. <https://doi.org/http://ray.yorks.ac.uk/id/eprint/843/>

Weinberg, r. S., & gould, d. (2011). *Foundations of sport and exercise psychology* (5th ed.). Human kinetics.

Wibowo, s. A. P., & rahayu, n. I. (2016). Pengaruh latihan mental imagery terhadap hasil tembakan atlet menembak rifle jawa barat. *Jurnal terapan ilmu keolahragaan*, 1(2), 23. <https://doi.org/10.17509/jtikor.v1i2.2776>

Widiarto. (2013). Penelitian ex post facto. *Disampaikan pada kegiatan pelatihan metodologi penelitian pendidikan di fakultas teknik universitas negeri yogyakarta*, 1–8.

Widyastuti, c. (2019). Comparison of psychological skills between pencak silat and karate. *ido movement for culture*, 19(3), 50–55. <https://doi.org/10.14589/ido.19.3.6>

Widyastuti, candra. (2019). Karakteristik psikologis atlet beladiri pencak silat dan karate ditinjau dari jenis kelamin [universitas negeri yogyakarta]. In *thesis*.  
<https://eprints.uny.ac.id/66726/>

Yane, s. (2013). Kecemasan dalam olahraga. *jurnal pendidikan olahraga*, 2 no.2(88), 188–194.  
<http://dx.doi.org/10.31571/jpo.v2i2.236>