



PERBEDAAN SELF-CONFIDENCE PADA ATLET PENCAK SILAT DITINJAU DARI PARENTAL BONDING

Rozi Kuniawan , Rida Yanna Primanita

Jurusan Psikologi, Fakultas Ilmu Pendidikan, Universitas Negeri Padang

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk melihat perbedaan self-confidence pada atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding. Populasi dalam penelitian ini ada sebanyak 50 orang yang merupakan atlet pencak silat berdomisili Sumatera Barat. Teknik pengambilan data menggunakan purposive sampling dengan analisis non parametrik One Way Anova kruskal-wallis. Penelitian ini berjenis kualitatif komparatif dengan menggunakan skala parental bonding instrument oleh Parker, et al (1979) dan skala self confidence. Hasil analisis data dalam penelitian ini diperoleh bahwa nilai signifikansi sebesar 0,101 dimana dalam hal ini tidak adanya perbedaan signifikansi antara self-confidence pada atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding. Pada penelitian ini juga diketahui bahwa kebanyakan dari atlet pencak silat di Sumatera Barat memiliki tipe parental bonding optimal parenting sebanyak 84% subjek dan self-confidence pada kategori sedang sebanyak 62% subjek.

Kata Kunci: Self-Confidence, atlet Pencak Silat, Parental Bonding.

PENDAHULUAN

Di Indonesia banyak terdapat cabang olahraga beladiri. Yakni pencak silat, taekwondo, karate, muaythai, wushu dan lainnya. Namun beladiri asli dari Indonesia adalah pencak silat. Pencak silat berasal dari dua suku kata yaitu pencak dan silat. Pencak adalah gerak dasar dalam beladiri. Sedangkan silat adalah gerakan beladiri yang berasal dari rohani atau batin (Ahmad, 2020). Pencak silat ini selain digunakan untuk membeladiri, juga digunakan sebagai cabang olahraga yang dipertandingkan di beberapa negara termasuk di Indonesia. Pencak silat ini sangat banyak diminati oleh para pemuda-pemudi Indonesia.

Bahkan di negara lain pun pencak silat ini sering diadakan pertandingan atau kejuaraan. Di kejuaraan inilah para atlet menguji kemampuan mereka selama berlatih pencak silat. Jika tidak mengikuti kejuaraan, maka mereka tidak akan tau bagaimana kemampuan dan rasanya bertanding didalam gelanggang.

Dalam pencak silat, kepercayaan diri (self-confidence) seorang atlet sangatlah penting untuk menentukan kesuksesan dalam bertanding. Untuk mendapatkan kepercayaan diri yang baik itu salah satunya mereka harus banyak mengikuti kejuaraan-kejuaraan yang ada, semakin sering mereka mengikuti kejuaraan maka mental mereka akan semakin kuat dan itu akan membuat mereka menjadi percaya diri. Kepercayaan diri (self-confidence) merupakan salah satu syarat bagi seseorang untuk mengembangkan kreatifitas untuk mencapai sebuah prestasi (Kadi, 2016). Kepercayaan diri juga merupakan perasaan yakin atas kemampuan dirinya sehingga tidak terlalu takut dalam mengambil sebuah tindakan, melakukan sesuatu sesuai keinginannya dan bertanggung jawab atas dirinya sendiri serta memiliki dorongan untuk berprestasi

(Lauster,2003). Hakim (2002) juga berpendapat bahwa kepercayaan diri merupakan sebuah keyakinan seseorang terhadap kemampuan yang dimilikinya sehingga membuat seseorang mampu untuk mencapai tujuan hidupnya. Berdasarkan beberapa pengertian tersebut dapat di tarik kesimpulan bahwa kepercayaan diri (self-confidence) adalah suatu pencapaian seseorang dalam suatu target, keinginan , serta tujuan yang diselesaikan walaupun harus menghadapi tantangan dengan rasa tanggung jawab.

Menurut salah satu pelatih pencak silat di perguruan PSTD Bukittinggi, ia mengatakan bahwa kepercayaan diri setiap atlet itu berbeda-beda. Pada atlet yang baru mengikuti pertandingan dengan atlet yang sudah sering bertanding. Hal yang membuat perbedaan kepercayaan diri mereka itu karena atlet yang sudah sering ikut bertanding itu sudah bisa mengontrol rasa cemasnya sehingga membuat kepercayaan dirinya lebih tinggi dibandingkan dengan atlet yang pertama kali bertanding atau jarang mengikuti pertandingan. Selain rasa cemas yang dirasakan atlet, ketika ingin bertanding mereka akan merasa was-was, sulit berkonsentrasi, rasa takut kalah dan dicemooh jika kalah. Ia juga mengatakan bahwa menurutnya yang dapat membuat kepercayaan diri seorang atlet itu rendah terdapat dua faktor, yaitu faktor intenal dan eksternal. Faktor internal ini bisa berupa tidak yakin dengan kemampuan yang ia miliki, menganggap bahwa lawan yang ia hadapi itu lebih hebat darinya dan timbul rasa khawatir jika lawannya sudah sering mengikuti pertandingan sebelumnya. Faktor eksternal yaitu kurangnya dukungan sosial dari berbagai pihak seperti seorang pelatih, orang tua, teman dan orang-orang terdekatnya. Atlet yang memiliki kepercayaan yang tinggi akan menunjukkan perilaku santai, tenang, dan tidak ada beban. Sementara atlet

yang memiliki kepercayaan yang tinggi maka akan terlihat perilaku menyendiri dan menunjukkan perasaan cemas. Untuk melihat seorang atlet sedang mengalami kecemasan akan ditandai dengan sering buang air kecil tidak seperti biasanya, jantung berdetak lebih kencang dari biasanya dan berkeringat walaupun suhu sedang tidak panas.

Hasil wawancara pada penelitian sebelumnya diketahui bahwa subjek pertama mengatakan, sebelum bertanding ia merasa deg-degan saat memasuki gelanggang, membayangkan lawan yang akan dihadapinya hingga membayangkan hasil yang akan ia peroleh dari tuntutan pelatihnya. Pada wawancara subjek kedua, ia mengatakan hal yang paling ditakutinya adalah takut kehilangan konsentrasi, terbebani karena dipandang sebagai atlet unggul dan mengalami cedera pada fisik, karena olahraga pencak silat adalah olahraga yang sering mendapatkan cedera pada fisik. (Reynaldi, Rachmah dan Akbar, 2016).

Dalam pertandingan, selain mental yang baik dapat mempengaruhi kepercayaan diri, dukungan sosial juga mempengaruhi rasa percaya diri seorang atlet untuk mencapai prestasinya (Sakti & Rozali, 2015). Salah satu dari dukungan sosial itu yaitu dukungan dari orang tua. Ketika seseorang mendapat dukungan dari orang tua maka seseorang akan mendapatkan rasa percaya diri dalam dirinya. Rasa percaya pada diri itu akan semakin baik apabila ia memiliki ikatan (bonding) yang baik dengan orang tuanya. Dengan adanya ikatan dengan orang tua (Parental bonding) yang baik maka akan terbentuknya rasa percaya diri atlet. Parental bonding menurut Perry (2001) merupakan adanya pembentukan interaksi antara orang tua dan anak dalam konteks psikologis serta kedekatan emosional. Shin et all (2016) juga mengartikan parental bonding sebagai ikatan interpersonal antara anak dan orang tua sampai kapan pun. Dari

beberapa definisi tentang parental bonding ini dapat diambil kesimpulan bahwa parental bonding merupakan ikatan interpersonal antara orang tua dengan anaknya dari ia lahir sampai kapanpun. Parental bonding ini hanya terjadi antara anak dengan orang tuanya, karena bonding (ikatan) ini tidak didapatkan selain dengan orang tuanya. Berbeda dengan kelekatan (attachment), karena attachment bisa didapatkan selain dari orang tua misalnya seperti teman, saudara dan pacar.

Menurut dari hasil wawancara salah satu atlet pencak silat di kota Bukittinggi, ia mengatakan ketika bertanding sangatlah membutuhkan dukungan dari orang tua karena baginya, peran orang tua sangatlah penting dalam hidupnya. Dia mengatakan bahwa orang tuanya selalu mendukung, memberikan motivasi dan doa yang membuatnya selalu yakin dan percaya diri bahwa dia akan berhasil. Orang tuanya selalu memfasilitasi dirinya ketika akan bertanding dan selalu menyempatkan hadir untuk menonton. Orang tuanya juga selalu mengingatkan dirinya untuk berlatih dan menanyakan bagaimana perkembangan latihannya. Dia mengatakan bahwa jika ia melihat orang tuanya hadir pada saat pertandingan dia merasakan semangatnya menggebu-gebu dan yakin dia bisa menjadi yang terbaik. Orang tuanya juga tidak pernah menuntut untuk harus menjadi juara, tetapi yang diinginkan dari orang tuanya hanya berlatih dengan giat dan tampil dengan baik, masalah menang atau kalah itu belakangan. Dia juga mengatakan orang tuanya tidak terlalu mengekang dirinya, hanya ada batas-batasan yang tidak boleh dikerjakan selagi itu dapat merugikan dirinya. Menurutnya kedekatan dengan orang tua sangat berpengaruh terhadap kepercayaan dirinya.

Berdasarkan penjelasan diatas, maka saya ingin melakukan penelitian mengenai perbedaan kepercayaan diri

(Self confidence) pada atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding. Dengan meneliti 50 orang atlet pencak silat untuk melihat perbedaan kepercayaan diri para atlet pencak silat itu tinggi, sedang atau rendah dan ditinjau berdasarkan tipe parental bonding.

METODE PENELITIAN

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif komparatif. Subjek pada penelitian ini berjumlah 50 orang atlet pencak silat di Sumatera Barat. Subjek dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Teknik ini digunakan untuk mengambil subjek berdasarkan karakteristik yang sudah ditentukan. Karakteristik atau kriteria pada subjek untuk penelitian ini yaitu : a) atlet pencak silat, b) pernah mengikuti pertandingan, c) berdomisili di Sumatera Barat, d) berusia 18-24 tahun.

Skala yang digunakan dalam penelitian ini adalah skala likert. Dimana untuk skala self-confidence (Ardari, 2016) dibuat oleh peneliti sebelumnya yang akan di lakukan try out kembali oleh peneliti saat ini. Dan pada skala parental bonding menggunakan skala berdasarkan aspek Parker, Tupling & Brown (1979) yang akan dilakukan try out dan pengurangan menjadi 10 item pertanyaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Pada penelitian ini memiliki 50 orang subjek atlet pencak silat yang berdomisili di Sumatera Barat. Berdasarkan analisis dan pengkategorisasian dapat dilihat pada table 1 yang menjelaskan kategorisasi dari parental bonding kemudian table 2 yang menjelaskan kategorisasi dari self confidence dan yang terakhir pada table ke 3 yaitu table analisis hipotesis dengan uji non-parametrik One Way Anova.

Tabel 1.
Pengkategorisasian skor subjek pada aspek skala Parental Bonding

Aspek	Skor	Subjek (%)
Care		
Tinggi	15≤X	42 (84%)
Rendah	X<10	8 (16%)
Jumlah		50
Protection		
Tinggi	15≤X	16 (32%)
Rendah	X<10	34 (68%)
Jumlah		50

Berdasarkan pada tabel 1 pada kategorisasi skala parental bonding terdapat 42 atau 84% subjek memiliki aspek care tinggi dan 8 atau 16% subjek memiliki aspek care rendah. Kemudian pada aspek protection terdapat 16 atau 32% subjek memiliki protection tinggi dan 34 atau 68% subjek memiliki protection rendah. Berdasarkan kategorisasi aspek parental bonding maka untuk mengetahui tipe-tipe parental bonding dari 50 subjek penelitian ini dilakukan perbandingan antara aspek care dengan protection. Dari hasil tersebut diketahui terdapat 42 atau 84% subjek berada pada tipe optimal parenting (care tinggi dan protection rendah), kemudian terdapat 5 atau 10% subjek berada pada tipe affectionate constraint (care tinggi dan protection tinggi), kemudian terdapat 2 atau 4% subjek berada pada tipe affectionate control (care rendah dan protection tinggi) dan kemudian terdapat 1 atau 2% subjek berada pada tipe Neglectfull parenting (care rendah dan protection rendah).

Tabel 2.
Kategorisasi tingkat kepercayaan diri (Self Confidence) dan distribusi skor subjek.

Kategori	Skor	Subjek (%)
Tinggi	90≤ X	19 (38%)
Sedang	60≤ X <90	31 (62%)
Rendah	X<60	0

Jumlah	50 (100%)
---------------	-----------

Berdasarkan tabel 2 kategorisasi tingkat kepercayaan diri (Self confidence) dan distribusi skor subjek diatas maka diketahui terdapat 19 atau 38% subjek memiliki kepercayaan diri yang tinggi, kemudian 31 atau 62% subjek memiliki kepercayaan diri yang sedang dan tidak ada subjek yang memiliki kepercayaan diri yang rendah.

Sebelum melakukan uji hipotesis maka terlebih dahulu harus melakukan uji normalitas pada variabel parental bonding dan self confidence dengan menggunakan teknik One Sample Kolmogorov Smirnov test dan terdapat hasil nilai p yaitu 0,037 ($p < 0,05$) maka dapat dikatakan data parental bonding dan self confidence berdistribusi tidak normal dikarenakan nilai p lebih kecil dari 0,05.

Tabel 3
Uji hipotesis dengan Teknik analisis One Way Anova

ANOVA	
	Self confidence
Kruskal-Wallis H	6.225
Df	3
Asymp. Sig.	.101

Untuk menguji hipotesis dilakukan dengan teknik analisis non-parametrik One Way Anova kruskal-wallis dapat dilihat pada tabel 3 dengan nilai signifikansi yaitu sebesar 0,101. Karena dengan nilai signifikasni yang lebih besar dari 0,05 maka menunjukkan tidak adanya perbedaan yang signifikan pada self confidence pada atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil dari uji hipotesis yang menggunakan Teknik analisis non-parametrik One Way Anova Kruskal Wallis diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,101 yang lebih

besar dari nilai 0,05. Maka berdasarkan hasil tersebut H1 (adanya perbedaan self confidence pada atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding) ditolak. Dan sebaliknya H0 (tidak adanya perbedaan self confidence pada atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding) diterima.

Parental bonding memiliki dua dimensi yaitu care dan protection (Luanpreda,2015). Care akan dikatakan tinggi apabila adanya kasih sayang, pemhaman dan perhatian orang tua kepada anak. Sedangkan care yang rendah akan ditunjukkan dengan sikap yang membuat anak merasa tidak diinginkan. Kemudian protection, dikatakan tinggi apabila ditunjukkan dengan sikap pengendalian semua perilaku anak oleh orang tua. Lalu dikatakan rendah apabila orang tua memberikan kebebasan apapun yang akan dilakukan oleh anaknya (Luanpreda,2015). Parental bonding ini terdapat 4 jenis/tipe menurut Karim & Begum (2017) yaitu Optimal Parenting (care tinggi dan protection rendah), Affectionate constraint (care tinggi dan protection tinggi), Affectionate control (care rendah dan protection tinggi), Neglectfull parenting (care rendah dan protection rendah).

Berdasarkan kategorisasi pada tipe parental bonding dapat dilihat pada tabel 1 bahwa atlet pencak silat di Sumatera barat terdapat 42 atau 84% atlet pencak silat memiliki tipe parental bonding optional parenting (care tinggi dan protection rendah). Pada tipe optimal parenting ini terdapat 18 atlet pencak silat memiliki self confidence tinggi, 24 atlet pencak silat memiliki self confidence sedang dan tidak ada atlet pencak silat yang memiliki self confidence rendah. Kemudian terdapat 5 atau 10% atlet pencak silat memiliki tipe parental bonding affectionate constraint. Pada tipe ini terdapat 1 atlet pencak silat memiliki self confidence tinggi, 4 atlet pencak silat memiliki self confidence

sedang dan tidak ada atlet pencak silat yang memiliki self confidence rendah. Kemudian terdapat 2 atau 4% atlet pencak silat memiliki tipe parental bonding affectionate control. Pada tipe ini tidak ada atlet pencak silat yang memiliki self confidence tinggi, 2 atlet pencak silat memiliki self confidence sedang dan tidak ada atlet pencak silat yang memiliki self confidence rendah. Dan terdapat 1 atau 2% atlet pencak silat memiliki tipe parental bonding neglectful parenting. Pada tipe ini tidak ada atlet pencak silat yang memiliki self confidence tinggi, 1 atlet pencak silat memiliki self confidence sedang dan tidak ada atlet pencak silat yang memiliki self confidence rendah.

Pada penelitian (Utami, 2009) mendapatkan hasil bahwa adanya hubungan yang signifikan antara dukungan orang tua dengan kepercayaan diri penyandang tuna rungu namun masih terdapat faktor lain yang mempengaruhi kepercayaan diri salah satu faktor yang mempengaruhi kepercayaan diri seseorang yaitu sebagai berikut : penampilan fisik, penerimaan sosial teman sebaya, dukungan emosional, dan prestasi. Kemudian penelitian yang dilakukan Yulianto dan Nashori (2006) terhadap atlet taekwondo yang menunjukkan hasil penelitiannya terdapat hubungan yang signifikan antara kepercayaan diri terhadap prestasi atlet taekwondo yang dimana pada penelitian ini mendapatkan terdapat dua atlet yang memiliki kepercayaan diri rendah, sebelas atlet memiliki kepercayaan diri sedang dan tiga puluh enam atlet memiliki kepercayaan diri yang tinggi. Kemudian pada penelitian Hartanti dkk (2004) membuktikan bahwa salah satu yang mempengaruhi prestasi seorang atlet adalah kepercayaan diri.

Kemudian pada penelitian yang dilakukan oleh Longkutoy, Sinolungan dan Opod (2015) mendapatkan hasil bahwa terdapat hubungan yang positif

dan signifikan antara pola asuh orang tua dengan kepercayaan diri siswa. Yang terpenjelasan bahwa semakin demokratis orang tua dalam mengasuh anaknya maka akan semakin tinggi pula kepercayaan diri anak. Namun walaupun pada penelitian tersebut mengatakan terdapat hubungan antara pola asuh orang tua dengan kepercayaan diri siswa tapi menurut (Salsabiela dan Wardani, 2019) terdapat sepuluh indikator dari self confidence seseorang yaitu arah, emosi yang stabil, motivasi, pola pikir yang positif, fleksibel, keinginan untuk terus berkembang, kesadaran diri, kesehatan, keberanian dalam mengambil resiko dan memiliki tujuan.

Pada penelitian ini ditemukan bahwa tidak ada perbedaan yang signifikan dari kepercayaan diri atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding. Hal ini dikarenakan jika dilihat dari penelitian-penelitian sebelumnya kepercayaan diri seseorang itu tidak hanya dipengaruhi oleh faktor parental bonding atau orang tua saja tetapi juga dipengaruhi oleh teman sebaya, penampilan fisik, dukungan emosional dan prestasi.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Pada penelitian ini dapat diketahui bahwa :

- 1) Tidak adanya perbedaan yang signifikan pada self confidence atlet pencak silat ditinjau dari parental bonding.
- 2) Tipe parental bonding pada atlet pencak silat di Sumatera barat kebanyakan memiliki tipe optimal parenting dibandingkan dengan tipe affectionate constraint, affectionate control dan neglectful parenting.
- 3) self confidence (kepercayaan diri) atlet pencak silat di Sumatera barat rata rata

berada di kategori sedang dan tidak ada yang berada pada kategori rendah.

Saran

Untuk peneliti selanjutnya agar menambah jumlah subjek penelitiannya agar hasil dari penelitiannya menjadi semakin lebih baik. Dan juga untuk pengambilan data agar tidak menggunakan google form saja melainkan dengan menggunakan print outnya juga.

DAFTAR PUSTAKA

Ahmad. (2020). Pencak silat. Diakses pada 23 November 2020 dari <https://www.yuksinau.id/pencak-silat/>

Ardari, C. S. (2016). Pengaruh Kepercayaan Diri terhadap Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Remaja Awal.

Hakim, T. (2002). Mengatasi rasa tidak percaya diri.

Hartanti, Y. L., Prambudi, I, Zaenal, T, & Lasmono, H. (2004). Aspek psikologis dan pencapaian prestasi atlet nasional indonesia. *Anima Indonesian Psychology Journal*, 20(1), 49-54.

Kadi, A. P. (2016). Hubungan Kepercayaan Diri dan Self Regulated Learning terhadap Prokrastinasi Akademik pada Mahasiswa Psikologi 2013. *Jurnal Universitas Mulawarman*.

Karim, A. R., & Begum, T. (2017). The Parental Bonding Instrument : A Psychometric Measure To Assess Parenting Practices In The Homes In Bangladesh. 25, 231-239.

Lauster, P. (2003). Tes kepercayaan diri. Jakarta: PT. Bumi Aksara.

Luanpreda, P., & Verma, P. (2015). The Influence Of Parental Bonding On Depression , Shame , And Anger Among Thai Middle School Children, Being Mediated By Peer Victimization (Victime Of Bullying) : A Path Analytical Stud. *Scholar Human Science*, 7(2).

Perry, B. (2001). Bonding And Attachment In Maltreated Children. *The Child Trauma Center*, 3, 1-17.

Raynaldi, B., Racmah, D.N, & Akbar, S.N. (2017). Hubungan ketangguhan mental dengan kecemasan bertanding pada atlet pencak silat di Banjarbaru. *Journal Ecospy*, 3(3).

Sakti, G. F., & Yuli Azmi Rozali. (2015). Hubungan Dukungan Sosial Dengan Kepercayaan Diri Pada Atlet Cabang Olahraga Taekwondo Dalam Berprestasi (Studi Pada Atlet Taekwondo Club Bjtcc, Kabupaten Tangerang). *Journal Psikologi Esa Unggul*, 26-33.

Salsabiea , K & Wardani, I . Y. (2019). Hubungan Kepercayaan Diri Remaja Dan Kedekatan Orang Tua Dengan Ide Bunuh Diri. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Jiwa*, 1(1), 39-48.

Shin, H., Lee, D.H, & Ham, K. (2016). The Relationship Between Parental Bonding And Peer Victimization : Examining Child Stress And Hopelessness As Mediators. *Asia Pacific Education Review*, 17(4), 637-650.

Utami, R. T. (2009). Hubungan Antara Dukungan Sosial Orang Tua Dengan Kepercayaan Diri Pada Remaja Tunarungu (Penelitian Pada Siswa SLB-BYPPALB Kota Magelang). *Doctoral Dissertation Universitas Negeri Semarang*.

Yulianto, F., & Nashori, F. (2006). Kepercayaan diri dan prestasi atlet taekwondo daerah istimewa yogyakarta. *Jurnal psikologi*, 3(1), 55-62.