

MENYELIDIKI STRUKTUR PENGETAHUAN YANG MEMPENGARUHI DECISION/ACTION PADA ATLET PANAHAHAN : CONTEXT REVIEW

by Dio Kevin Alief Utama

Submission date: 31-Mar-2023 12:22PM (UTC+0700)

Submission ID: 2051770116

File name: MPENGARUHI_DECISIONACTION_PADA_ATLET_PANAHAHAN_CONTEXT_REVIEW.docx (629.55K)

Word count: 2548

Character count: 17155

MENYELIDIKI STRUKTUR PENGETAHUAN YANG MEMPENGARUHI DECISION/ACTION PADA ATLET PANAHAN : CONTEXT REVIEW

Dio Kevin Alief Utama^{1*}, Irmantara Subagio², Hari Setijono³

^{1,3}Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

²Pendidikan Kepelatihan Olahraga, Universitas Negeri Surabaya, Surabaya, Indonesia

*dio.22003@mhs.unesa.ac.id

DOI: <https://doi.org/10.26740/jses.v6n1.p25-31>

(Received: March 2023 / Revised: March 2023 / Accepted: March 2023)

ABSTRAK : Peran Psikologi dalam olahraga sangat dibutuhkan di olahraga prestasi khususnya cabang olahraga panahan, dimana banyak atlet yang seringkali mengalami masalah psikis saat kejuaraan ataupun pada sesi latihan. Tujuan pada kajian ini akan membahas struktur pengetahuan atau faktor-faktor yang mempengaruhi *decision/action* pada atlet panahan, dengan menggunakan metode analisa *context review* yang dikutip dari hasil penelitian yang relevan. Ulasan pada penelitian ini mengkaji hasil penelitian yang sudah ada sebelumnya yang dikutip dari jurnal internasional seperti PubMed, Springer, ScienceDirect dan Jurnal dari berbagai Universitas di Indonesia. Hasil pada kajian ini ditemukan ada beberapa faktor yang memang dapat dipelajari dan dapat mempengaruhi *decision/action* pada atlet panahan yang bisa digunakan dan ditambahkan pada program latihan tim/klub untuk mengatasi masalah psikis yang dialami atlet. Kesimpulannya ada enam faktor utama yang mempengaruhi *decision/action* pada atlet, harapannya faktor-faktor utama tersebut dapat diterapkan pada program latihan atlet sebagai penunjang performa ketika berlatih maupun saat kompetisi.

KATA KUNCI : Psikis; *Decision*; *Action*; Panahan

ABSTRACTS : The role of psychology in sports is very much needed in achievement sports, especially archery, where many athletes often experience psychological problems during championships or during training sessions. The purpose of this study is to discuss the knowledge structure or factors that influence decisions/actions in archery athletes, using the context review analysis method cited from relevant research results. Reviews in this study examine the results of pre-existing research cited from international journals such as PubMed, Springer, ScienceDirect and Journals from various universities in Indonesia. The results of this study found that there are several factors that can indeed be studied and can influence decisions/actions in archery athletes that can be used and added to team/club training programs to overcome psychological problems experienced by athletes. In conclusion, there are six main factors that influence the decision/action of athletes. It is hoped that these main factors can be applied to athlete training programs as support for performance when practicing or during competition.

KEYWORD : Psychic; *Decision*; *Action*; Archery

1. PENDAHULUAN

Olahraga secara umum dapat kita lihat sebagai suatu rangkaian kegiatan keterampilan gerak atau memainkan sebuah objek, yang tersusun secara terstruktur dan sistematis dengan menggunakan suatu batasan aturan tertentu dalam pelaksanaannya. Olahraga dilakukan dalam berbagai macam pelaksanaannya antara lain pertandingan, permainan, perlombaan ataupun campuran dari ketiga-tiganya (Hernawan, 2020). Dalam dunia olahraga banyak tim atau klub memiliki tenaga psikolog untuk membantu performa

atlet dalam sebuah pertandingan atau perlombaan, seperti pada umumnya tenaga psikolog membantu permasalahan-permasalahan psikis yang dihadapi atlet saat sesi latihan atau kompetisi. Psikologi merupakan bagian dari ilmu fisiologi, dan psikologi merupakan penentu utama performa dalam olahraga (James & Mylsidayu, 2017). Menurut (Supriyanto, 2015) pengertian psikologi adalah ilmu pengetahuan yang mempelajari tingkah laku manusia, baik sebagai individu maupun dalam hubungannya dengan lingkungan disekitar individu tersebut. Tingkah laku tersebut berupa tingkah laku yang tampak maupun tidak tampak, tingkah laku yang disadari maupun yang tidak disadari, "tingkah laku" bisa berarti sesuatu yang nampak seperti berjalan dan berlari, bisa juga berarti sesuatu yang tidak nampak seperti berperasaan dan berpikir. Sementara itu, olahraga adalah segala aktivitas fisik yang sistematis untuk mendorong, membina, dan mengembangkan potensi jasmani, rohani, dan sosial (Kuriawan. et al., 2021). Olahraga Panahan telah lama dikenal di Indonesia, dengan melakukan aktivitas memanah setiap individu mampu melatih kekuatan, ketahanan, fokus, koordinasi tangan ataupun mata, keseimbangan, meningkatkan fleksibilitas tangan maupun jari, meningkatkan kesabaran dan membangun kepercayaan diri. Olahraga ini memerlukan sentuhan jiwa yang halus, kesabaran, keuletan, konsentrasi dan ketahanan mental yang tinggi serta mempunyai tingkat kecemasan yang tinggi (Pelana & Oktafiranda, 2017).

Pengambilan keputusan merupakan suatu hal akan selalu dihadapi oleh manusia, ketika diberikan opsi untuk menentukan sebuah pilihan atau mengambil sebuah keputusan, begitu pula dengan atlet, misal pada cabang olahraga panahan, seorang atlet memiliki banyak opsi untuk menentukan kapan waktu yang tepat melepaskan anak panah, dan mencari peluang lebih besar mendapatkan skor tertinggi yang diarahkan pada target sasaran. Menurut (Febriansyah & Meiliza, 2020) ilmu pengambilan keputusan adalah sebuah filosofi dan metode analisis yang bersinggungan dengan sejumlah penyatuan pemikiran berbeda yang disimpulkan secara ilmiah dan sistematis, diperuntukkan untuk membantu pengambil keputusan dalam memilih satu solusi terbaik dari sejumlah solusi alternatif yang tersedia, dimana akan mengarahkan pada hasil atau peristiwa yang mungkin bisa berbeda. (Czyż, 2021) dalam penelitiannya menjelaskan pengambilan keputusan adalah tindakan kompleks yang membutuhkan pengolahan informasi yang efisien. Khususnya, dalam gerakan di mana efisiensi performa tergantung pada waktu reaksi, misalnya sebuah gerakan yang membutuhkan kontrol sistem loop terbuka, proses ini mungkin memainkan peran penting serta dipengaruhi pengolahan informasi mencakup tiga tahapan yang berbeda antarlain, identifikasi stimulus, pemilihan respon, dan merespon. Terutama, pemilihan respon dapat memainkan kontribusi besar untuk waktu reaksi dan pengambilan keputusan yang tepat.

Teknologi saat ini membantu manusia untuk dapat mengetahui ataupun menganalisa seorang atlet untuk mengetahui tingkah laku atlet tersebut. Teknik analisa pada bidang olahraga saat ini bisa dilakukan analisa gerakan melalui rekaman video atlet tersebut saat berlatih ataupun bertanding. Performa analisis saat ini mengadopsi pendekatan operasi kuantitatif yang berfokus pada hasil rekaman frekuensi tingkah laku dan pola gerakan dari seorang pemain (Travassos et al., 2013), dari hasil rekaman latihan atlet, seorang analisis juga dapat mengetahui pola gerakan yang dilakukan atlet tersebut apakah efektif, efisien dan aman. Maka dari itu pada ulasan ini akan menyelidiki faktor-faktor yang mempengaruhi *decision/action* pada atlet untuk bisa diterapkan pada pelatihan olahraga. Pada penelitian yang dikaji oleh (Kaya, 2014) menjelaskan bahwa faktor yang mempengaruhi pengambilan keputusan tergantung dari performance skill atlet ataupun pelatih dan semua itu berdasarkan pada pengalaman, latihan, feedback dan intuisi.

2. METODE PENELITIAN

Pada ulasan ini menggunakan metode *context review* adalah bentuk *review* yang umum dalam kajian literatur, dimana penulis menghubungkan satu topik kajian khusus kepada khazanah pengetahuan yang lebih luas (Marzali, 2017). Ulasan pada penelitian ini mengkaji hasil penelitian yang sudah ada sebelumnya

yang dikutip dari jurnal internasional seperti PubMed, Springer, ScienceDirect dan Jurnal dari berbagai Universitas di Indonesia, terdapat lima faktor yang mempengaruhi *decision/action*, yang ditinjau dari lingkup penulisan artikel ini untuk dipelajari dan dianalisa hasilnya, masing-masing penelitian yang dikutip menggunakan jenis penelitian yang berbeda, yaitu eksperimen dan review dengan subyek yang berbeda meliputi pelatih, pelajar, serta mahasiswa. Hasil dari kutipan penelitian akan dijelaskan teori mengenai faktor-faktor yang dapat mempengaruhi decision dan action, serta hasil dari temuan penelitian, dan dengan cara mengelompokannya yang bisa dilihat. Secara keseluruhan 5 faktor tersebut adalah fungsi kemampuan kognitif setiap individu yang secara tidak sadar digunakan pada saat berolahraga, dalam olahraga permainan, ataupun kompetisi olahraga seperti perlombaan, dan pertandingan. Setiap Faktor akan dijelaskan lebih terperinci dan bagaimana penerapannya pada bidang Olahraga.

3. HASIL

Pengambilan keputusan dan tindakan merupakan suatu pemikiran sistematis yang dilakukan oleh manusia. Dalam kompetisi olahraga, pengambilan keputusan dan melakukan sebuah tindakan, atlet diharuskan untuk cepat dalam memilih keputusan yang akan dipilih olehnya, karena akan berpengaruh terhadap pertandingan atau perlombaan yang mereka ikuti. Sayangnya hal ini jarang diperhatikan dan dibahas didalam sebuah tim olahraga di Indonesia. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Tenenbaum & Robert, 2007) ada 5 faktor yang mempengaruhi *decision/action* yaitu *Verbal Protocol Analysis*, *Sorting Tasks and Categorization*, *Recognition and Recall Paradigm*, *Memory for Movement Sequences*, dan *Memory for Movement Episodes*.

Tabel 1. Penelitian Relevan yang mengulas faktor-faktor yang mempengaruhi *decision/action*

Referensi	Subjek	Faktor	Hasil Analisa dari penelitian yang relevan
(Whitehead et al., 2016)	6 pelatih rugby British Super League berusia antara 25 – 48 tahun	<i>Verbal Protocol Analysis</i>	Pelatih melaporkan bahwa menjadi lebih berhati-hati dalam berkata dan menjadi berfikir lebih dalam lagi sebelum berkata, bagaimanapun laporan ini juga bermanfaat, dimana pelatih lebih berhati-hati dalam berpikir tentang apa yang mereka katakan.
(CiHAN, 2018)	594 pelajar, 243 perempuan dan 351 laki-laki dari <i>School of Physical Education and Sports University of The Yozgat Bozok, Erciyes University, dan Omer Halis Demir University</i>	<i>Sorting Tasks and Categorization</i>	<i>Skill</i> individu dalam memecahkan masalah akan secara positif mempengaruhi pengendalian diri dan kesuksesan seseorang. Dapat dikatakan bahwa sifat pribadi yang positif, seperti berpikir kreatif dan keberanian dapat merubah perilaku berkat keterampilan dalam memecahkan masalah.
(Nurwanti et al., 2022)	38 mahasiswa, Psikologi Universitas Negeri Brawijaya	<i>Recognition and Recall Paradigm</i>	Hasil analisis menunjukkan bahwa tidak terdapat bukti, bahwa stress mempengaruhi <i>memory recall</i> dan <i>recognition</i> .
(Buszard & Masters, 2018)	Tanpa subyek (Review Article)	<i>Memory For Movement Sequence</i>	Perbedaan kapasitas kerja memori tampaknya mempengaruhi aspek penting dari penguasaan keterampilan motorik; yaitu kemampuan beradaptasi, mengkoreksi, dan mengurutkan sebuah gerakan.

(Carmona, 2021)	Tanpa Subyek (Review Article)	Memory for Movement Episode	Mempelajari dan melatih materi tari sangat menuntut kemampuan secara kognitif. Kami menemukan berbagai contoh canggih, jelas diwujudkan dan terletak dalam mengingat pada suatu gerakan.
-----------------	----------------------------------	--------------------------------	--

Dari penemuan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya seperti pada tabel 1 diatas, pengambilan keputusan sebelum bertindak bisa dikaitkan dengan kemampuan kognitif seseorang. Menurut (Pudjiati & Masykouri, 2011) Kognitif dapat diartikan dengan kemampuan belajar atau berfikir atau kecerdasan yaitu kemampuan untuk mempelajari keterampilan dan konsep baru, keterampilan untuk memahami apa yang terjadi di lingkungannya, serta keterampilan menggunakan daya ingat dan menyelesaikan persoalan sederhana.

4. PEMBAHASAN

Pengambilan keputusan dan bertindak dalam olahraga terutama pada cabang olahraga panahan sangat penting dan diharapkan atlet dapat memiliki faktor-faktor ilmu pengetahuan mengenai *decision/action*, dan ada beberapa faktor yang jarang atau belum pernah diterapkan tentang keilmuannya. Semua cabang olahraga khususnya dalam olahraga prestasi, pelatih dan atlet, dalam hal ini cabang olahraga panahan diharuskan memahami struktur-struktur pemahaman yang mempengaruhi *decision* dan *action*, agar dapat meningkatkan performa atlet dari segi psikis atlet. Hasil dari beberapa penelitian relevan yang telah dikutip dari Tabel 1 diatas dan kelima faktor yang dikutip dari (Tenenbaum & Robert, 2007) pada artikel ini akan dibahas pengertian dan contoh penerapannya.

Verbal Protocol Analysis, laporan verbal dikumpulkan dalam situasi di mana pemain diminta berimajinasi tentang contoh permainan atau kompetisi tertentu; bagaimana untuk membuat poin dalam permainan atau kompetisi, untuk menilai pengetahuan dan rencana taktik pada game atau kompetisi selanjutnya. Dalam metode ini sebuah tim diminta untuk mendiskusikan sebuah rencana yang akan dibahas bersama oleh pelatih dan atlet tim tersebut dengan memikirkan strategi, menganalisa, dan berimajinasi akan pertandingan atau perlombaan yang sebelumnya mereka ikuti, sebagai bahan evaluasi pada pertandingan berikutnya. Komunikasi adalah proses menyampaikan informasi dari satu orang ke orang lain. Ini akan berjalan dengan baik, jika lingkungan sekitar timbul saling pengertian, yaitu, ketika dua sisi antara pengirim dan penerima dapat memahaminya satu sama lain (Widjaja, 2000).

Sorting Task and Categorization, definisi Sorting Task merupakan metode yang bertujuan untuk memberikan pengetahuan atau sebuah informasi dengan kesimpulan, dan tingkat pemahaman dari berbagai situasi masalah. Definisi Kategorisasi, dari berbagai komponen tindakan dibandingkan antar skill dan juga dengan model biomekanik untuk menentukan bagaimana komponen-komponen ini berfungsi secara optimal. Dengan memecah permasalahan lapangan dengan melakukan interview dengan tim secara bersama-sama dan menganalisa cara memecahkan masalah yang terjadi pada saat kompetisi, misal taktik yang telah dipelajari waktu latihan tidak dapat diterapkan pada pertandingan, dan salah satu caranya dengan mengkategorikan masalah skill pada setiap individu, dianalisa dari ilmu biomekanik guna mengetahui gerakan tubuh yang efektif, efisien dan aman dalam berolahraga. Pengorganisasian adalah cara lain untuk melihat proses berlangsungnya penyusunan informasi di dalam memori (ingatan) adalah dengan melihat pengaruh konteks di dalam memori (ingatan). Bentuk lain dari proses kerja memori adalah *constrative process* yaitu mengacu kepada tindakan yang dilakukan oleh manusia untuk mampu mengintegrasikan atau mengorganisasikan informasi di dalam memori sehingga informasi tersebut menjadi saling terhubung (Sandi, 2021).

Recognition dan Recall Paradigm, secara umum ada dua jenis skenario di mana langkah-langkah mengingat dan mengenali telah diterapkan untuk menilai skill. Meskipun metode yang diterapkan dalam kedua skenario adalah menilai memori dan keterampilan kognitif, dalam skenario permainan lebih banyak penekanan ditempatkan pada keterampilan persepsi daripada keterampilan urutan gerakan seperti menari. Pada metode ini seseorang dilatih memori ingatannya untuk mengurutkan suatu gerakan dan mengingat gerakan tersebut, sama halnya dengan olahraga tim, setiap atlet diharuskan bisa mengingat taktik yang sudah dilakukan waktu latihan dapat diterapkan pada pertandingan yang sesungguhnya. (Silva et al., 2021) dalam kajiannya menjelaskan bahwa setiap variabel (misalnya, gaya latihan pelatih dan spesifik game situation) menentukan persepsi pemain dalam pertandingan dan bagaimana masalah seperti taktik dan teknik dapat mereka atasi. Adaptasi pada kebutuhan khusus seperti pengalaman atau jam terbang dan skill seorang pemain sangat penting dalam pengambilan keputusan saat pertandingan berlangsung.

Memory For Movement Sequence, pemain terampil dalam tari, seni bela diri, senam, dan skating telah menunjukkan keuntungan yang signifikan dalam pengenalan dan mengingat urutan gerakan non-acak, berkaitan dengan kemampuan kognitif seseorang dijelaskan oleh (Basri, 2018) perkembangan kognitif berfokus pada keterampilan berpikir, termasuk belajar, pemecahan masalah, rasional, dan mengingat. Dalam cabang olahraga yang diperlombakan dengan penilaian yang dilihat dari keindahan gerak, misal saja seperti Women's Figure Skating pada Olympic Beijing 2022 yang dimenangkan oleh Anna Shcherbakova, termasuk dalam perlombaan yang membutuhkan daya ingat, dimana setiap gerakan yang telah Anna Shcherbakova lakukan saat sesi latihan, akan ditampilkan saat kompetisi dan memerlukan daya ingat untuk mengurutkan koreografi atau gerakannya (Maine, 2022).

Memory for Movement Episode merupakan praktik yang dirancang untuk meningkatkan skill, atensi pada aspek langkah-langkah atau peristiwa yang terlibat dalam gerakan, yang diperlukan untuk meningkatkan sebuah ingatan (Tenenbaum & Robert, 2007), penelitian yang dilakukan (Vaughan & Laborde, 2021) menunjukkan hasil working memory-control dan working- memory-capacity dapat mempengaruhi awareness dan performa lebih besar pada mereka yang memiliki keahlian atletik yang bagus. Seperti kasus Beilock, Wierenga, dan Carr (Tenenbaum & Robert, 2007) Atlet yang terlatih dapat mengingat peristiwa terakhir dan prosedur yang berkaitan dalam urutan tindakan, yang sedikit lebih baik daripada atlet amatir, seperti kasus atlet golf yang dapat mengingat skor mereka pada 10 putt terakhir, tetapi mengalami kesulitan mengingat bagaimana putt ini dieksekusi.

Sport-confidence dan attention merupakan komponen prioritas mental training atlet panahan, yang dimana peningkatan sport-confidence harus mencakup pengembangan keadaan sport-confidence dan trait sport-confidence (Wang et al., 2022). Latihan keahlian psikologi atau mental training terbukti efektif dapat meningkatkan perubahan psikologis dan performa pada atlet panahan, lalu level pemain dan periode latihan merupakan variabel utama yang mengontrol pengaruh latihan keterampilan psikologis (Kim et al., 2021).

Dengan kelima faktor decision / action yang bisa dipelajari oleh pelatih harapannya dapat diterapkan pada atlet dengan harapan atlet dapat mengerti, memahami serta hasil akhirnya atlet dapat percaya diri dalam setiap sesi latihan ataupun saat berkompetisi, Sport-confidence dan attention merupakan komponen prioritas mental training atlet panahan, yang dimana peningkatan sport-confidence harus mencakup pengembangan keadaan sport-confidence dan trait sport-confidence (Wang et al., 2022). Latihan keahlian psikologi atau mental training terbukti efektif dapat meningkatkan perubahan psikologis dan performa pada atlet panahan, lalu level pemain dan periode latihan merupakan variabel utama yang mengontrol pengaruh latihan keterampilan psikologis (Kim et al., 2021).

5. SIMPULAN DAN REKOMENDASI

Analisa dari beberapa penelitian yang relevan dan teori yang didapatkan dari publikasi online artikel atau e-book, memang menunjukkan adanya struktur faktor yang dapat mempengaruhi atlet serta dapat dipelajari, khususnya olahraga panahan yang membutuhkan tingkat konsentrasi tinggi dalam melakukan pengambilan keputusan sebelum bertindak. Diharapkan faktor yang mempengaruhi decision / action dapat diterapkan pada program latihan Atlet Panahan sebagai penunjang program latihan dan dapat membantu peningkatan performa ketika berlatih maupun berkompetisi. Untuk penelitian yang selanjutnya diharapkan dapat menggunakan teknologi, alat / device agar enam faktor yang mempengaruhi decision / action terdapat dokumentasi hasil rekaman data dan harapannya agar bisa diukur atau dianalisa lebih mendalam lagi.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terima kasih saya ucapkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, dosen pembimbing yang memberikan masukan ataupun ide, serta support sytem saya, istri yang selalu memberikan dukungan kepada saya agar terus belajar dan selalu open minded dalam pembuatan kajian pembahasan atau penulisan penelitian ilmiah kedepannya.

MENYELIDIKI STRUKTUR PENGETAHUAN YANG MEMPENGARUHI DECISION/ACTION PADA ATLET PANAHAN : CONTEXT REVIEW

ORIGINALITY REPORT

21%

SIMILARITY INDEX

21%

INTERNET SOURCES

8%

PUBLICATIONS

%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1

sipeg.unj.ac.id

Internet Source

4%

2

press.umsida.ac.id

Internet Source

4%

3

fik.um.ac.id

Internet Source

3%

4

jurnal.ar-raniry.ac.id

Internet Source

3%

5

irfan-andriarto.blogspot.com

Internet Source

2%

6

journal.politeknik-pratama.ac.id

Internet Source

2%

7

repository.ubaya.ac.id

Internet Source

1%

8

journal.uta45jakarta.ac.id

Internet Source

1%

scholar.kyobobook.co.kr

Exclude quotes Off
Exclude bibliography On

Exclude matches < 10 words