

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Aktivitas fisik merupakan berbagai gerakan tubuh disebabkan oleh otot – otot rangka yang membutuhkan sejumlah energi. *World Health Organization* (WHO) menyatakan bahwa kurangnya aktivitas fisik ialah satu dari sepuluh faktor risiko terbanyak penyebab kematian di dunia. Kegiatan olahraga merupakan aktivitas fisik yang dimulai dengan penggunaan sistem otot sebagai pusat kajian. Sistem otot tersebut memulai kegiatan olahraga dengan kontraksi otot sebagai titik permulaan. Kontraksi otot berlebih mengharuskan sistem metabolisme untuk menyediakan lebih banyak energi guna kelangsungan kontraksi otot. Aktivitas olahraga yang kontinyu dilakukan akan merangsang sistem fungsional organ tubuh lainnya.^{1,2}

Aktivitas olahraga yang cukup dan rutin dapat memberikan banyak manfaat bagi tubuh. Kegiatan olahraga dapat meningkatkan kemampuan otot dan kardiorespirasi, meningkatkan kesehatan tulang, mengurangi risiko hipertensi, penyakit jantung koroner, stroke dan diabetes, serta menjaga berat badan dan keseimbangan energi tubuh. Olahraga juga dapat meningkatkan kecakapan hidup atau *life skills*.^{1,3}

Olahraga dikorelasikan dengan banyak indikator perkembangan yang positif, termasuk peningkatan kepercayaan diri, pengaturan emosi, pemecahan masalah, pencapaian tujuan, performa akademik, dan kecakapan sosial. Beberapa penelitian tentang manfaat olahraga pada orang muda dikatakan bahwa olahraga dapat membangun: kerjasama, penyusunan tujuan, manajemen waktu, komunikasi, kepemimpinan, dan pengambilan keputusan.^{3,4}

Hubungan antar aktivitas olahraga dan kepribadian adalah hubungan dua arah. Hal itu dapat diartikan misalnya partisipasi dalam aktivitas olahraga dapat mempengaruhi kepribadian, dan sebaliknya. *Decision making* dapat diartikan sebagai kemampuan individu untuk memilih suatu tindakan fungsional untuk mencapai target yang spesifik dari beberapa kemungkinan tindakan yang ada. Kemampuan *decision making* atau pengambilan keputusan memainkan peran yang signifikan dalam pencapaian tujuan selama aktivitas olahraga dilakukan. Atlet yang berprestasi terbukti lebih sering melatih kemampuan sirkuit *decision making* (otak bagian korteks prefrontal medial dan ganglia basalis) selama latihan dan pertandingan yang diikuti.^{5,6,7}

Decision making adalah komponen vital pada perilaku seseorang. Sama seperti kemampuan eksekutif lainnya, hal tersebut membutuhkan sintesis dari berbagai informasi : *multimodal sensory input*, respon emosional dan autonomik, asosiasi masa lalu, dan tujuan di masa depan. Beberapa stimulan ini harus terintegrasi dengan informasi tentang ketidakpastian, waktu, biaya-manfaat, risiko dan pemilihan tindakan yang tepat untuk dilakukan. Kemampuan *decision making*

seseorang juga ditentukan oleh adaptasi yang disengaja terhadap kendala yang terdapat di lingkungan sekitar, misalnya selama kegiatan olahraga berlangsung.^{8,9}

Pengukuran *decision making* dapat dilakukan dengan beberapa metode, salah satunya yaitu *Iowa Gambling Task*. Metode ini merupakan aplikasi permainan yang terdiri dari rangkaian pemilihan sebuah kartu dari empat buah kartu (A, B, C, D) dengan tujuan mendapatkan uang sebanyak-banyaknya. Masing – masing kartu tersebut memiliki hadiah nominal uang dan pengurangan uang dengan jumlah yang tetap. Penilaian pada *Iowa Gambling Task* berdasarkan pengambilan keputusan yang menguntungkan selama permainan berlangsung.¹⁰

Iowa Gambling Task (IGT) awalnya merupakan instrumen penelitian untuk menilai defisit *decision making* pada orang dewasa dengan kerusakan korteks prefrontal. Namun, IGT kini sudah banyak digunakan dalam penelitian terhadap partisipan yang sehat. Penelitian yang dilakukan oleh Eveline Crone dkk sudah menggunakan IGT untuk mengukur karakteristik personal dan efek suasana perasaan terhadap *decision making*. Jennifer Temple dkk juga melakukan penelitian tentang efek penggunaan kafein akut dan kronik terhadap skor *decision making* yang diukur dengan menggunakan IGT.¹¹⁻¹³

Bola voli, sepak bola, karate, dan taekwondo adalah beberapa olahraga yang disukai oleh masyarakat Indonesia. Sepak bola dan bola voli merupakan olahraga permainan beregu sedangkan taekwondo dan karate merupakan olahraga bela diri individual. Keempat cabang olahraga tersebut memiliki gerakan, teknik, jumlah pemain, dan aturan permainan yang berbeda sehingga memerlukan pola pikir yang berbeda terhadap tindakan yang akan dilakukan.¹⁴⁻¹⁶

Perbandingan karakteristik personal antara atlet cabang olahraga permainan dan beregu sudah pernah dilakukan oleh Mahin dan Mohammad. Adapun yang diukur dalam penelitian tersebut adalah *neuroticism*, *extraversion*, *openness*, *agreeableness*, *sociotropy*, dan *autonomy*. Penelitian yang Sylvain dkk adalah membandingkan *positivity scale*, *perseverance*, *resilience*, *self-efficacy*, dan *self-esteem* pada atlet cabang olahraga beregu, individual dan bukan atlet.^{5,17}

Penelitian mengenai perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga permainan dengan bela diri sejauh ini belum ditemukan. Berdasarkan uraian tersebut peneliti tertarik untuk meneliti perbandingan skor *decision making* pada cabang olahraga permainan dan bela diri dengan subjek atlet remaja untuk cabang olahraga bola voli, sepak bola, karate dan taekwondo.

1.2 Permasalahan penelitian

Berdasarkan latar belakang di atas, disusun rumusan permasalahan sebagai berikut:

1.2.1 Permasalahan umum

Bagaimanakah perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga permainan dengan bela diri ?

1.2.2 Permasalahan khusus

- 1) Bagaimanakah perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga bola voli dengan karate ?
- 2) Bagaimanakah perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga bola voli dengan taekwondo ?

- 3) Bagaimanakah perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga sepak bola dengan karate ?
- 4) Bagaimanakah perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga sepak bola dengan taekwondo ?

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga permainan dengan bela diri.

1.3.2 Tujuan khusus

- 1) Mengetahui perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga bola voli dengan karate.
- 2) Mengetahui perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga bola voli dengan taekwondo.
- 3) Mengetahui perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga sepak bola dengan karate.
- 4) Mengetahui perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga sepak bola dengan taekwondo.

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Bidang ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai perbandingan skor *decision making* pada cabang olahraga permainan dan bela diri.

1.4.2 Bidang pelayanan masyarakat

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat berkaitan dengan skor *decision making* pada cabang olahraga permainan dan bela diri.

1.4.3 Bidang penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya kepustakaan tentang perbandingan skor *decision making* pada cabang olahraga permainan dan bela diri serta dapat menjadi titik tolak penelitian lebih lanjut.

1.5 Orisinalitas penelitian

Tabel 1. Daftar penelitian sebelumnya

No	Penulis / Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Laborde S, Guillen F, Mosley E. 2016. <i>Positive personality-trait-like individual differences in athletes from individual- and team sports and in non-athletes</i> . Journal Psychology of Sport and Exercise; 26:9-13 ⁵	<i>Cross-sectional</i> . Sampel merupakan atlet 11 cabang olahraga beregu dan 23 cabang olahraga individual dan bukan atlet. Variabel yang diukur adalah <i>positivity, perseverance, resilience, self-efficacy, dan self-esteem</i> .	Atlet cabang olahraga individual mempunyai nilai yang lebih tinggi daripada atlet cabang olahraga beregu pada setiap kategori. Skor pada atlet secara signifikan lebih tinggi dibandingkan dengan bukan atlet.

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian (lanjutan)

No	Penulis / Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
2.	Nia, M. E., & Ali Besharat, M. 2010. <i>Comparison of athletes' personality characteristics in individual and team sports</i> . Journal Procedia - Social and Behavioral Sciences; 5:808-812 ¹⁷	<i>Cross-sectional</i> . Sampel merupakan 92 atlet olahraga beregu dan 42 atlet cabang olahraga individual. Variabel yang diteliti adalah <i>neuroticism, extraversion, openness, agreeableness, sociotropy,</i> dan <i>autonomy</i> .	Atlet cabang olahraga beregu mempunyai skor yang lebih tinggi pada <i>conscientiousness</i> dan <i>sociotropy</i> . Atlet cabang olahraga individual lebih tinggi pada <i>agreeableness</i> dan <i>autonomy</i> .
3.	Hooper, C. J., Luciana, M., Wahlstrom, D., Conklin, H. M., & Yarger, R. S. 2008. <i>Personality correlates of Iowa Gambling Task performance in healthy adolescents</i> . Journal Personality and Individual Differences; 44(3): 598-609 ¹⁸	<i>Cross-sectional</i> . Sampel merupakan anak berusia 9 – 17 tahun. Variabel yang diteliti adalah hubungan antara nilai kepribadian, fungsi intelektual, perilaku anak dengan skor IGT.	Terdapat hubungan yang relatif konsisten antara kepribadian dengan skor IGT.

Berdasarkan penelusuran pustaka di internet dan perpustakaan Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro, penelitian tentang perbandingan skor *decision making* antara atlet cabang olahraga permainan dan bela diri belum ditemukan. Sampel yang digunakan adalah atlet cabang olahraga bola voli, sepak bola, karate, dan taekwondo usia 14 - 19 tahun pada tahun 2017. Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode *cross-sectional*.