Bidang Unggulan: Sosial Humaniora, Seni Budaya dan Pendidikan

Kode / Nama Rumpun Ilmu : 039 / Psikologi

LAPORAN AKHIR

PENELITIAN UNGGULAN PERGURUAN TINGGI

MENCIPTAKAN SANG JUARA: IDENTIFIKASI, ASESMEN DAN PENINGKATAN KAPASITAS ATLET PE JAYA RAYA

Oleh:

DION DEWA BARATA	NIDN 0318057803
GITA WHYA LAKSMINI	NIDN 0308117891
CLARA MONINGKA	NIDN 0411097005
YULIUS FRANSISCO	NIDN 0410078605

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN JAYA

APRIL 2018

HALAMAN PENGESAHAN
PENELITIAN UNGGULAN PERGURUAN TINGGI

Judul Penelitian	Menciptakan Sang Juara: Identifikasi, Asesmen dan Peningkatan Kapasitas Atlet PB Jaya Raya
Kode/Nama Rumpun Ilmu	039 / Psikologi
Bidang Unggulan PT	Sosial Humaniora, Seni Budaya & Pendidikan
Topik Unggulan	*Urban Society*
Ketua Tim Pengusul	
a. Nama Lengkap	Dr. Dion Dewa Barata, S.E., M.S.M.
b. NIDN	0318037803
c. Jabatan Fungsional	Asisten Ahli
d. Program Studi	Manajemen
e. Alamat suret (*email*)	dion.dewa@upj.ac.id
Anggota Peneliti (1)	
a. Nama Lengkap	Clara Moningka, S.Psi., M.Si.
b. NIDN	0308117891
c. Perguruan Tinggi	Universitas Pembangunan Jaya
Anggota Peneliti (2)	
a. Nama Lengkap	Gita Widya Laksmini, M.Psi., Psikolog
b. NIDN	0411097605
c. Perguruan Tinggi	Universitas Pembangunan Jaya
Anggota Peneliti (3)	
a. Nama Lengkap	Yulius Fransisco Angkawijaya, M.Psi., Psikolog
b. NIDN	0410078805
d. Perguruan Tinggi	Universitas Pembangunan Jaya
Institusi/Komunitas Mitra	
a. Nama Institusi Mitra	GOR Bulutangkis PB Jaya Raya
b. Alamat	Jl. Garuda No. 18 Sawah Lama Ciputat
c. Penanggung Jawab	Bapak Bambang Bahagio
Lama Penelitian Keseluruhan	1 Tahun
Usulan Penelitian Tahun ke-	1
Biaya Penelitian Keseluruhan	Rp. 15.000.000
- Diusulkan LPPM	Rp. 15.000.000
- Dana institusi lain	-

Mengetahui
Dekan Fakultas Humaniora dan Bisnis

Dion Dewa Barata
NIP/NIK 08.0916.030

Bintaro Jaya, April 2018
Ketua Tim Pengusul

Dion Dewa Barata
NIP/NIK 08.0916.030

Menyetujui,
Ketua LPPM UPJ

Agustinus Agus Setiawan
NIP/NIK 08.1112.034

RINGKASAN

Bulutangkis merupakan salah satu cabang olahraga yang mengangkat reputasi Indonesia di kancah dunia. Di antara sejumlah klub bulutangkis di tanah air, Persatuan Bulutangkis Jaya Raya (PB Jaya Raya) menjadi kontributor dari sejumlah atlet berprestasi. Bulutangkis merupakan cabang olahraga yang efektif dikembangkan sejak usia 11-12 tahun dan diharapkan mencapai puncak pada usia 20-25 tahun. Oleh karena itu, penting bagi Indonesia untuk melakukan pembinaan di usia dini. Kelompok Usaha Pembangunan Jaya memberikan kontribusi pada upaya tersebut dengan meresmikan Gedung Olah Raga (GOR) baru di Bintaro Jaya untuk para atlet usia 12-18 tahun.

Performa atlet merupakan hasil dari stamina, kekuatan, fleksibilitas, koordinasi, keterampilan dan kemampuan bermain – yang dapat dilihat pada resiliensi sekaligus juga kecemasan atlet. Resiliensi merupakan kemampuan atlet untuk bangkit kembali dari kekalahan, sementara kecemasan muncul dalam bentuk perilaku memilikirkan konsekuensi terburuk yang mungkin terjadi. Dengan harapan memberi manfaat praktis dengan berkontribusi pada peningkatan kapasitas atlet juga memberi manfaat teoretis pada pengembangan pengetahuan tentang psikologi olahraga, penelitian ini bertujuan melihat dampak intervensi psikologis pada atlet Jaya Raya. Dalam penelitian dengan metode *quasi experiment* dengan desain *one group pre-test post-test*, intervensi yang diberikan oleh peneliti adalah konseling yang diberikan secara individual dan pelatihan *mental skills* berupa *goal setting*, *self-talk* dan *mental imagery* yang diberikan secara kelompok.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa intevensi menyebabkan peningkatan resilensi pada atlet atau kemampuan atlet untuk kembali bangkit. Di sisi lain, tidak ada pengaruh pada kecemasan – hal yang selaras dengan teori bahwa atlet memerlukan kecemasan sebagai motivator meraih prestasi. Saran untuk penelitian selanjutnya adalah meningkatkan validatas internal penelitian dengan cara menerapkan kontrol yang lebih baik.