

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang Masalah

Indonesia merupakan negara yang tergolong aktif berpartisipasi dalam ajang kompetisi olahraga Nasional maupun Internasional. Beragam prestasi telah diraih oleh Atlet-atlet Indonesia diberbagai cabang olahraga. Salah satu cabang olahraga di Indonesia yang populer dan telah memiliki banyak prestasi dikompetisi Nasional dan Internasional adalah Bulutangkis. Atlet-atlet Bulutangkis terbaik Indonesia telah berhasil mengangkat harkat dan martabat bangsa lewat prestasi yang mereka raih, antara lain juara *Thomas Cup*, *Sudirman Cup*, *Sea Games*, *Asian Games*, dan Olimpiade (Pradicto, 2012). Atlet Bulutangkis Indonesia mampu meraih beragam prestasi tersebut dikarenakan adanya pelatihan dan pembinaan yang dilakukan secara sistematis, terprogram dan berkesinambungan dalam program latihan oleh beragam Perkumpulan Bulutangkis di Indonesia (Aszari, 2014).

Salah satu Perkumpulan Bulutangkis terbesar di Bandung adalah Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung. Tujuan utama didirikannya Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung adalah untuk mencetak Atlet berprestasi serta dapat mengirimkan Atlet untuk masuk Pelatihan Nasional (Pelatnas) yang dibina oleh Persatuan Bulutangkis Seluruh Indonesia (PBSI). Memenangkan beragam pertandingan dan dapat terpilih sebagai Atlet yang berlatih di Pelatnas, merupakan tujuan utama yang di targetkan oleh para Atlet di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung. Syarat untuk dapat terpilih menjadi Atlet yang berlatih di Pelatnas adalah dengan memenangkan Kejuaraan Nasional (Kejurnas) yang diadakan setahun sekali atau memenangkan Sirkuit Nasional (Sirnas).

Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung harus melalui proses panjang, dan perlu mengikuti latihan selama bertahun-tahun untuk dapat mencapai tujuannya yaitu memenangkan Kejurnas dan Sirnas hingga terpilih menjadi Atlet di Pelatnas. Berdasarkan wawancara peneliti terhadap pengurus Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung, Pada umumnya Atlet Bulutangkis mulai berlatih di salah satu *Camp* (tempat les bulu tangkis untuk umum yang dimiliki Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung) sejak usia 6-10 tahun dan sudah mulai mengikuti pertandingan lokal ketika mencapai usia sekolah dasar. Pada usia 13-14 tahun, Atlet yang sudah memiliki keseriusan lebih lanjut untuk mendalami bidang Bulutangkis, akan berusaha untuk masuk Pusat Pendidikan dan Pelatihan (Pusdiklat) Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung merupakan pusat pelatihan yang memberikan pelatihan secara intensif dan beasiswa penuh pada Atlet berusia 14-18 tahun. Atlet yang bergabung di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung, merupakan Atlet yang berhasil lolos dari seleksi ketat yang diadakan setiap tahunnya di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung. Seleksi ini disebut dengan pertandingan internal. Setiap tahun, pertandingan internal akan diikuti oleh Atlet yang berasal dari lima *Camp* yang tersebar di Bandung, dan Atlet yang telah bergabung di Pusdiklat perkumpulan “X” Bandung. Atlet yang telah bergabung sebelumnya di Pusdiklat, dapat digantikan oleh Atlet baru jika hasil penilaian anggota baru lebih baik dari anggota lama.

Dengan adanya persaingan ketat untuk dapat masuk dan bertahan di Pusdiklat perkumpulan “X” Bandung, maka Atlet dituntut untuk dapat berprestasi dan menunjukkan peningkatan dalam kemampuan bermain Bulutangkis. Atlet dapat mengikuti tujuh pertandingan lokal dan sepuluh pertandingan Nasional yang diadakan oleh pihak swasta. Atlet memiliki target untuk dapat berprestasi di setiap pertandingan yang diikutinya. Prestasi yang diraih selama mengikuti pertandingan tersebut, akan menjadi penentu untuk dapat mengikuti

pertandingan Sirnas. Atlet yang dikirim untuk pertandingan Sirnas diseleksi berdasarkan *ranking* prestasi yang telah dimilikinya. Hanya sekitar 10-20 Atlet yang terpilih untuk mengikuti pertandingan Sirnas. Begitu pula jika atlet ingin mengikuti Kejuaraan Nasional. Atlet harus memenangkan beberapa tingkat pertandingan. Pertama, Atlet harus memenangkan pertandingan lokal, dan kemudian Atlet juga harus memenangkan Kejuaraan Daerah apabila ingin mengikuti Kejurnas.

Atlet Bulutangkis juga diberi target oleh Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung untuk dapat memasuki minimal delapan besar dalam sebuah pertandingan. Atlet yang tidak mampu memasuki minimal delapan besar dalam pertandingan, tidak diperkenankan untuk mengikuti dua pertandingan berikutnya. Atlet akan menerima teguran dari pelatih apabila tidak mampu menunjukkan permainan yang maksimal di pertandingan. Hal tersebut dilakukan agar Atlet mengevaluasi kembali kemampuannya dan kemudian berlatih untuk dapat memenangkan pertandingan selanjutnya.

Setiap hari Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung wajib mengikuti dua sesi latihan. Satu sesi latihan berdurasi dua jam. Rangkaian latihan yang dilakukan terdiri dari latihan fisik, latihan kelincahan dan latihan teknik. Pelatih akan memberikan target latihan yang harus dicapai oleh para Atlet tersebut. Target latihan yang diberikan oleh pelatih mengacu pada standar penilaian yang diberlakukan di Pelatnas. Atlet juga diminta untuk mencapai target latihan tambahan meskipun sudah merasa kelelahan. Pelatih akan berusaha mendorong Atlet-atletnya untuk tidak berhenti mengejar target yang telah ditetapkan.

Atlet Bulutangkis juga dituntut untuk selalu disiplin dan serius saat berlatih. Atlet dituntut untuk datang tepat waktu saat berlatih. Atlet yang terlambat datang akan diberikan latihan fisik tambahan sesuai dengan kebijakan pelatih. Apabila terdapat Atlet yang datang ke tempat latihan dan terlihat tidak serius maka pelatih akan segera menegur Atlet tersebut dan

memberikan tambahan latihan fisik bergantung dengan kebijakan pelatih saat itu. Selain itu, Atlet Bulutangkis harus dapat menjaga kesehatan dan dilarang untuk merokok, mengkonsumsi minuman beralkohol, atau obat-obat terlarang lainnya. Apabila Atlet diketahui melanggar aturan tersebut maka akan dikeluarkan dari Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

Proses latihan selama bertahun-tahun serta banyaknya tuntutan dan tantangan yang harus dialami oleh Atlet Bulutangkis, membuat Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung memerlukan ketekunan usaha dan kerja keras. Kecenderungan untuk mempertahankan ketekunan dan minat untuk tujuan jangka panjang yang menantang disebut dengan *Grit* (Duckworth, 2007). *Grit* memungkinkan individu untuk bertahan dengan hal-hal yang menjadi tujuan mereka dalam jangka waktu yang panjang hingga mereka menguasai dan mencapai tujuannya.

Berdasarkan beberapa penelitian yang dilakukan oleh Duckworth, et al (2007) menunjukkan bahwa *Grit* dapat membantu individu untuk mencapai kesuksesan di bidang yang individu geluti. Duckworth et, al (2007) meneliti *Grit* pada 273 finalis *Scripps National Spelling Bee* (Lomba Mengeja Nasional) tahun 2005. Hasilnya menunjukkan bahwa peserta yang memiliki skor *Grit* tinggi cenderung lebih unggul dan tampil lebih baik dibandingkan dengan peserta yang memiliki skor *Grit* rendah. Skor *Grit* juga memprediksi peserta yang akan maju kebabak perlombaan selanjutnya. Selanjutnya, penelitian mengenai hubungan *Grit* dengan *Sport Spesific Engagement* pada Atlet sepak bola berusia 13 tahun ke bawah, menunjukkan bahwa Atlet muda sepakbola yang memiliki *Grit* tinggi cenderung lebih terlibat saat melakukan latihan dan cenderung berlatih lebih banyak dibandingkan dengan Atlet yang memiliki *Grit* rendah (Larkin, 2015).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap lima Atlet di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung, tiga Atlet memiliki tujuan jangka panjang untuk

masuk Pelatnas dan memenangkan berbagai ajang kejuaraan. Seorang Atlet memiliki tujuan jangka panjang untuk menjadi juara dunia, dan seorang Atlet memiliki tujuan jangka panjang untuk memenangkan kejuaraan nasional (Kejurnas) dan membanggakan orangtua.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti mengenai tantangan yang dihadapi sebagai Atlet Bulutangkis, dua orang dari lima Atlet mengatakan memiliki kesulitan saat mengikuti pertandingan. Keduanya merasa kesulitan untuk dapat beradaptasi di lapangan pertandingan meskipun sudah berlatih dan merencanakan strategi bermain. Perbedaan suasana antara tempat latihan dengan tempat pertandingan membuat Atlet seringkali lupa akan strategi yang dibuatnya, sehingga tidak dapat menunjukkan performa yang baik saat pertandingan. Selain itu, ketegangan saat menghadapi lawan yang unggul seringkali menjadi halangan dikarenakan Atlet tidak dapat bermain dengan maksimal dan membuat Atlet berpikir tidak akan memenangkan pertandingan.

Empat orang dari lima Atlet, mengatakan kesulitan yang harus dilalui adalah ketika menghadapi kekalahan dan tidak mampu mencapai target ketika mengikuti pertandingan. Salah seorang Atlet menyatakan tantangan yang dihadapi oleh Atlet tersebut adalah tidak mencapai target di pertandingan dan merasa sangat kecewa ketika kalah dari lawan bermain yang berusia lebih muda. Kekalahan dengan lawan berusia muda cukup membuatnya malu dan kecewa dikarenakan Atlet yang berusia lebih muda berada di kelas kemampuan yang lebih rendah. Atlet tersebut harus menghadapi teguran dari pelatih, merasa kehilangan semangat, dan membuat dirinya beberapa kali membolos latihan.

Kemudian seorang Atlet juga sulit untuk mengatasi kekecewaannya ketika kalah dalam Kejuaraan Nasional. Atlet tersebut telah berlatih sangat keras dan mempersiapkan cukup lama hingga akhirnya terpilih untuk mengikuti Kejurnas. Kekalahan di Kejurnas membuatnya sangat kecewa dan merasa tertekan hingga membuatnya kehilangan nafsu makan. Atlet tersebut mengatakan bahwa dirinya sempat merasa putus asa dan sudah merasa

lelah untuk mengikuti kembali Kejurnas. Atlet merasa demikian dikarenakan harus mempersiapkan kembali dari awal untuk mengikuti Kejurnas dan hal tersebut bukanlah hal yang mudah. Orangtuanya pun pernah meminta Atlet tersebut untuk kembali fokus ke Sekolah dan keluar dari bidang Bulutangkis. Kekalahan serta kehilangan dukungan orangtua sempat membuatnya berpikir untuk keluar dan menyerah untuk menjadi Atlet Bulutangkis, tetapi pada akhirnya atlet tersebut tetap mencoba untuk tetap bertahan di bidang Bulutangkis dan berusaha bangkit kembali. Atlet memilih untuk terus bertahan dikarenakan bidang Bulutangkis adalah minatnya sejak kecil.

Selanjutnya, seorang Atlet mengutarakan bahwa tantangan yang ia hadapi adalah ketika ia tidak dapat mencapai target delapan besar yang diberikan oleh pelatih. Selain mendapatkan teguran dari Pelatih, Atlet tersebut juga merasa kecewa dan merasa bersalah dikarenakan telah mengecewakan pelatih yang telah menaruh harapan kepadanya. Hal tersebut seringkali menjadi beban ketika ia menghadapi pertandingan berikutnya. Seorang Atlet juga menambahkan bahwa adanya tuntutan untuk masuk delapan besar dan semifinal membuatnya merasa tegang dan merasa terbebani, sehingga saat mengikuti pertandingan Atlet kurang maksimal saat bermain.

Seorang dari lima Atlet mengatakan bahwa persaingan diantara pemain Bulutangkis di Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung juga merupakan kesulitan tersendiri. Kesulitan tersebut dirasakan karena Atlet lain sudah mengetahui pola bermain Atlet tersebut sehingga harus menyiapkan beragam strategi untuk mengalahkan sesama pemain Bulutangkis di Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung. Tidak hanya dengan sesama Atlet yang berasal dari Perkumpulan Bulutangkis yang sama, namun persaingan ketat dengan perkumpulan Bulutangkis besar lainnya pun dirasa semakin berat. Atlet tersebut menyatakan ia mengalami kekalahan berkali-kali ketika melawan salah satu Perkumpulan Bulutangkis besar dari

Jakarta. Meskipun merasa terbebani, Atlet tersebut menyatakan tidak ingin menyerah karena sudah mencintai Bulutangkis sejak lama.

Tiga orang dari lima Atlet menambahkan bahwa mereka kesulitan untuk mencapai target latihan yang ditentukan oleh pelatih. Rutinitas latihan yang diawali dengan satu sesi latihan selama dua jam di pagihari, kemudian dilanjutkan dengan pergi ke sekolah (bagi yang masih bersekolah setiap hari), dan dilanjutkan dua jam pada sore hari membuat mereka merasa kelelahan dan jenuh. Hal tersebut membuat mereka kesulitan untuk mencapai target apalagi menambah target latihan. Atlet juga menambahkan bahwa dirinya kesulitan mendapatkan izin dispensasi dari Sekolah sehingga ia merasa kelelahan karena harus belajar dan juga berlatih.

Berdasarkan wawancara peneliti dengan lima orang Atlet di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung, untuk mengatasi kesulitan tersebut, seorang Atlet mengatakan bahwa ia berusaha untuk lebih cepat beradaptasi di lapangan dan mempelajari lawan sebelum bertanding sehingga Atlet tersebut dapat memilih strategi yang lebih tepat ketika melakukan pertandingan. Atlet tersebut juga berusaha untuk mengikuti program latihan tambahan setiap akhir pekan di rumahnya agar dapat mengasah keterampilannya lebih baik. Dua Atlet mengatakan berusaha untuk lebih fokus lagi saat berlatih, mencoba untuk menikmati latihan dan pertandingan sehingga tidak terbebani. Kemudian, dua Atlet mengatakan berusaha untuk fokus latihan, menjaga kondisi tubuh, berusaha mencapai target dengan lebih baik, sebelum bertanding berusaha untuk menyiapkan mental agar lebih siap menghadapi lawan dan meminta latihan tambahan dengan pelatih di *Camp*.

Dengan kesulitan serta tantangan yang harus dihadapi oleh Atlet Bulutangkis, membuat lima orang Atlet memilih keluar dan fokus kembali untuk bersekolah. Sejak awal hingga pertengahan tahun 2018 terdapat tiga Atlet yang memilih untuk kembali fokus bersekolah karena merasa sudah tidak mampu bersaing dengan Atlet lainnya. Kemudian dua

orang Atlet memilih untuk bekerja menjadi pelatih Bulutangkis. Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung juga menerapkan sistem degradasi. Sistem degradasi ini diterapkan setahun sekali setelah pihak perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung mengadakan evaluasi. Sistem degradasi diberikan kepada Atlet yang menunjukkan perilaku yang buruk selama berlatih, tidak memiliki prestasi, motivasi menurun, dan Atlet berusia diatas 18 tahun yang tidak memiliki prestasi. Hanya Atlet berusia diatas 18 tahun yang berprestasi saja yang masih diberikan kesempatan untuk mendapatkan beasiswa dan berlatih di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung. Atlet yang mengalami degradasi akan dikembalikan ke *Camp* pelatihan sebelumnya dan akan kehilangan beasiswa yang didapatkan di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

Fenomena tersebut menunjukkan bahwa untuk menjadi seorang Atlet Bulutangkis bukan hanya harus menghadapi tantangan namun, Atlet juga harus berusaha untuk dapat bertahan di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung. Tantangan yang dihadapi oleh Atlet Bulutangkis seperti mengalami kekalahan berkali-kali, tidak mampu mencapai target dalam latihan dan pertandingan, merasa lelah dan jenuh untuk menjalani rutinitas, serta persaingan ketat antar Atlet Bulutangkis, dapat membuat Atlet Bulutangkis untuk berhenti menjadi Atlet Bulutangkis dan tidak mampu mencapai tujuan jangka panjangnya. Atlet Bulutangkis harus mampu mempertahankan minat dalam Bulutangkis meskipun harus mengalami kekecewaan berulang kali akibat kalah dalam pertandingan. Atlet juga harus dapat tekun berlatih dan meningkatkan kemampuannya untuk mencapai tujuan jangka panjangnya.

Konsistensi untuk dapat tekun berusaha dan konsisten mempertahankan minat merupakan hal penting yang diperlukan dalam *Grit*. Menurut Angela Lee Duckworth (2007), *Grit* memiliki dua hal penting yaitu, *Perseverance* dan *Passion*. *Passion* diartikan sebagai seberapa konsisten usaha yang dikerahkan seseorang pada minatnya untuk menuju suatu arah,

dan *Perseverance* adalah seberapa keras seseorang berusaha untuk mencapai tujuan jangka panjang. Dengan memiliki *Perseverance* dan *Passion* yang tinggi dapat memampukan Atlet untuk dapat menghadapi beragam tantangan, dan mencapai tujuan jangka panjangnya. Dengan demikian, peneliti tertarik untuk mengetahui seperti apakah gambaran derajat *Grit* Atlet Bulutangkis di Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

## **1.2 Identifikasi masalah**

Dari penelitian ini peneliti ingin mengetahui derajat *Grit* pada Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

## **1.3 Maksud dan tujuan penelitian**

### **1.3.1 Maksud penelitian**

Untuk memperoleh data tentang derajat *Grit* pada Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

### **1.3.2 Tujuan penelitian**

Untuk mengetahui gambaran derajat *Grit* berdasarkan aspek konsistensi minat dan ketekunan usaha pada Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

## **1.4 Kegunaan penelitian**

### **1.4.1 Kegunaan teoritis**

- Memberikan informasi sebagai sumbangan untuk perkembangan ilmu pada bidang ilmu Psikologi Positif dan Psikologi Olahraga mengenai *Grit* Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

- Memberi masukan bagi peneliti lain yang berminat melakukan penelitian lanjutan mengenai *Grit* pada Atlet.

#### 1.4.2 Kegunaan praktis

- Memberikan informasi mengenai *Grit* kepada Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung sebagai bahan pembelajaran untuk dapat terus tekun berlatih dan semangat untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan.
- Memberikan informasi mengenai *Grit* kepada pihak Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung untuk dijadikan sebagai acuan menyusun program pelatihan Bulutangkis.

#### 1.5 Kerangka Pemikiran

Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung memiliki rentang usia 14-20 tahun, dan pada umumnya telah berlatih sejak usia 5-10 tahun. Tujuan yang ditetapkan oleh Atlet Bulutangkis adalah untuk dapat menjuarai berbagai tingkat kompetisi dan juga berhasil masuk dalam Pelatihan Nasional (Pelatnas), sehingga dapat mewakili negara Indonesia untuk tampil berkompetisi di berbagai kejuaraan dunia. Atlet Bulutangkis perlu berlatih selama bertahun-tahun untuk mencapai tujuan jangka panjang tersebut. Persaingan ketat yang terjadi di bidang Bulutangkis membuat Atlet harus bekerja keras untuk dapat mencapai tujuan jangka panjangnya. Atlet perlu memenuhi tuntutan untuk terus berprestasi agar tidak terdegradasi. Dengan demikian, Atlet perlu memiliki konsistensi dalam mempertahankan minat dan usaha hingga mencapai tujuan yang telah ditetapkan.

Konsistensi dalam mempertahankan minat dan usaha untuk mencapai tujuan jangka panjang yang menantang disebut dengan *Grit* (Duckworth, 2007). *Grit* yang dimiliki Atlet

Bulutangkis dapat memampukan Atlet untuk secara konsisten mengerahkan usaha dan bekerja keras ketika menghadapi sebuah tantangan baik selama proses latihan maupun ketika pertandingan. Atlet juga dapat mempertahankan usaha dan minatnya untuk mendapat tujuan jangka panjang seperti memenangkan beragam kejuaraan Nasional dan bergabung dengan tim Pelatnas.

Menurut Duckworth (2007) *Grit* terdapat dua aspek, yaitu *Passion* dan *Perseverance*. Aspek pertama adalah *Passion* yaitu seberapa konsisten minat yang dimiliki Atlet Bulutangkis dalam mencapai tujuan jangka panjangnya. Atlet Bulutangkis yang memiliki konsistensi minat, tidak akan mudah untuk mengganti tujuannya. Atlet tetap fokus dan bersemangat untuk mempertahankan tujuan jangka panjang yang sama dalam bidang Bulutangkis, meskipun Atlet merasa kecewa setelah kalah beberapakali dalam pertandingan, kesulitan saat melakukan rutinitas latihan, hanya memiliki sedikit kemajuan dalam latihan, dan kesulitan mencapai target-target latihan dan pertandingan. Atlet cenderung menikmati dan menyukai aktivitasnya sebagai Atlet Bulutangkis dan tidak mudah untuk terdistraksi dengan tujuan lain yang lebih menarik selain bidang Bulutangkis. Atlet juga sudah menetapkan tujuan jangka panjang yang jelas yang ingin dicapai sebagai Atlet Bulutangkis seperti memenangkan kejurnas, terpilih menjadi Atlet di Pelatnas.

Sebaliknya Atlet yang memiliki *Passion* rendah akan mudah untuk mengganti tujuan yang telah ditetapkan. Atlet kurang dapat mempertahankan minatnya untuk mencapai tujuan jangka panjang ketika Atlet merasa kecewa setelah kalah beberapakali dalam pertandingan, kesulitan saat melakukan rutinitas latihan, hanya memiliki sedikit kemajuan dalam latihan, dan kesulitan mencapai target-target latihan dan pertandingan. Atlet kurang dapat fokus untuk mencapai tujuan jangka panjangnya dan mudah teralihkan dengan ide lain seperti mengejar cita-cita lain selain menjadi Atlet Bulutangkis. Atlet kurang juga cenderung memiliki tujuan jangka panjang yang jelas dalam bidang Bulutangkis sehingga atlet mudah kehilangan fokus

untuk dapat mempertahankan minatnya dibidang Bulutangkis. *Passion* yang rendah dapat membuat atlet mengubah tujuan dan memilih untuk tidak meneruskan dibidang Bulutangkis.

Aspek kedua adalah *Perseverance* yaitu seberapa keras Atlet Bulutangkis berusaha untuk mencapai tujuannya yaitu masuk memenangkan beragam kejuaraan dan menjadi Atlet yang berlatih di Pelatnas. Selain itu, aspek ini menunjukkan seberapa lama Atlet Bulutangkis dapat mempertahankan usahanya untuk mencapai tujuannya. *Perseverance* ditunjukkan dengan perilaku rajin berlatih, bekerja keras, tidak mudah menyerah, bangkit kembali ketika menghadapi kesulitan, dan mampu mempertahankan usaha dalam jangka waktu yang lama untuk mencapai tujuan.

Atlet Bulutangkis dengan *Perseverance* yang tinggi akan berusaha sebaik mungkin ketika melakukan latihan maupun pertandingan. Atlet berusaha untuk mencapai target-target yang diberikan oleh pelatih meskipun sudah mengalami rasa lelah. Atlet berusaha untuk menambah jumlah target latihan fisik maupun latihan teknik untuk meningkatkan kemampuan mereka. Saat menghadapi kekalahan berkali-kali, Atlet yang memiliki *Perseverance* yang tinggi tidak menyerah dan berusaha untuk memperbaiki diri, rajin berlatih dan berlatih lebih keras sehingga mampu memenangkan pertandingan. Atlet juga cenderung untuk mengevaluasi kembali perfoma mereka saat bertanding, dan berusaha memperbaiki kelemahannya saat berlatih. Dengan demikian Atlet terus berusaha untuk dapat mencapai tujuan jangka panjangnya.

Sebaliknya, Atlet yang memiliki aspek *Perseverance* yang rendah kurang berusaha untuk dapat mencapai tujuannya. Atlet kurang berusaha mencapai target latihan dan pertandingan yang diberikan oleh pelatih. Atlet juga cenderung untuk membolos ketika menghadapi kesulitan seperti saat mendapatkan teguran dari pelatih, mengalami kekalahan maupun hanya memiliki kemajuan yang sedikit saat berlatih. Atlet juga tidak banyak berusaha untuk meningkatkan kemampuannya dalam bermain Bulutangkis.

*Grit* dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal yaitu *interest*, *daily practice*, *purpose*, dan *hope*. *Interest* merujuk pada minat yang dimiliki individu, dan merupakan awal mula untuk mengembangkan *Grit*. Atlet yang memiliki *interest* yang tinggi pada bidang Bulutangkis cenderung menunjukkan gairah yang besar terhadap bidang Bulutangkis, lebih dapat menikmati proses berlatih dibandingkan atlet yang kurang memiliki *interest* pada bidang Bulutangkis. Memiliki *interest* yang tinggi pada bidang Bulutangkis juga dapat membuat Atlet menunjukkan performa yang lebih baik saat berlatih dan saat mengikuti pertandingan. Atlet juga cenderung lebih dapat bekerja keras dan bertahan dibidang yang sama. Sebaliknya, Atlet yang kurang memiliki *interest* pada bidang Bulutangkis cenderung kurang terlibat dalam latihan, kurang dapat bekerja keras dan kurang dapat menikmati setiap proses yang dilakukan untuk mencapai tujuan jangka panjang sebagai Atlet Bulutangkis.

*Daily practice*, merupakan kapasitas individu untuk dapat berlatih secara disiplin. Jenis latihan yang perlu dilakukan adalah *Deliberate practice* yang dapat membantu individu secara lebih baik dalam meningkatkan dan menguasai suatu keterampilan. Atlet perlu melakukan *deliberate practice* untuk mengasah kemampuannya secara lebih baik lagi sehingga dapat mencapai tujuan jangka panjangnya. Atlet yang melakukan *deliberate practice* cenderung meluangkan waktu lebih banyak untuk berlatih dan meningkatkan kualitas latihannya. Atlet menetapkan target-target yang perlu dicapai dalam latihan, fokus memperbaiki kekurangan, meminta *feedback* dari pelatih, dan melakukan latihan tambahan di *Camp* maupun mengikuti program pelatihan pribadi. Kemudian contoh Atlet yang tidak menjadikan *deliberate practice* sebagai bagian dari latihannya cenderung kurang menetapkan target-target latihan yang perlu dicapai, kurang meluangkan waktu lebih banyak untuk berlatih, kurang fokus untuk menanggulangi kekurangannya, sehingga Atlet kurang dapat menguasai kemampuan yang dibutuhkan untuk mencapai tujuan jangka panjangnya.

*Purpose* artinya memiliki niat untuk melakukan sesuatu demi kesejahteraan orang lain atau memiliki pendekatan, “*other-centered*”. *Purpose* merupakan salah satu sumber *Passion* dan tanpa adanya *purpose*, individu dapat kesulitan untuk mempertahankan minat dalam mencapai tujuan jangka panjang yang telah ditetapkan. Memiliki *Purpose* dapat membantu Atlet Bulutangkis untuk mempertahankan minatnya dalam bermain Bulutangkis. Sebagai contoh, Atlet Bulutangkis yang memiliki *purpose* untuk membanggakan orangtua, atau agar dapat mengharumkan nama Indonesia di kejuaraan dunia maka Atlet akan dapat mempertahankan minatnya hingga tujuan tersebut tercapai. Atlet Bulutangkis yang belum memiliki *purpose* yang jelas dalam bidang Bulutangkis cenderung akan kesulitan untuk mempertahankan minatnya dalam jangka panjang sebagai Atlet Bulutangkis.

*Hope*, dibutuhkan pada setiap tahap pengembangan *Grit* dan dapat membantu individu untuk fokus hingga akhir. *Hope* bergantung pada ekspektasi bahwa usaha individu akan mengubah masa depan. Atlet Bulutangkis yang memiliki *hope* tinggi, cenderung memiliki ekspektasi bahwa dimasa depan keadaan akan lebih baik. Atlet cenderung memiliki keyakinan bahwa setiap usaha yang dilakukannya akan membawa keberhasilan dimasa depan. Atlet juga memiliki keyakinan bahwa kesulitan dan kegagalan yang dialaminya saat ini hanya dialaminya untuk sementara waktu, dan Atlet yakin dapat mengubah keadaan di masa depan jika ia berusaha untuk memperbaiki diri. Sebaliknya Atlet yang kurang memiliki *hope*, kurang memiliki ekspektasi bahwa masa depan akan lebih baik dan usaha yang dilakukannya saat ini tidak akan menghasilkan kesuksesan di kemudian hari. Kegagalan yang dialaminya saat ini dapat membuat Atlet merasa putus asa.

Selanjutnya terdapat faktor eksternal yang dapat mempengaruhi *Grit* yaitu *Parenting* dan *Culture of Grit*. *Parenting* mengacu bagaimana pola asuh yang diberikan orangtua pada anaknya membantu menumbuhkan *Grit*. Duckworth (2016), mengungkapkan bahwa orang tua dapat mengajarkan *interest, practice, purpose* dan *hope* pada anaknya agar menjadi lebih

*Gritty*. Orangtua yang memiliki tipe pola asuh *wise parenting* juga cenderung lebih dapat mengembangkan potensi anak dengan memberikan dukungan dan juga tuntutan untuk berprestasi. Dengan demikian Atlet bulutangkis yang memiliki *Grit* tinggi cenderung diasuh oleh orangtua yang mengajarkan *interest, practice, purpose* dan *hope* dan memiliki tipe pola asuh *wise parenting*, dimana orangtua akan memberikan dukungan dan menuntut Atlet untuk dapat berprestasi di bidang Bulutangkis.

*The playing field of Grit*, Aktifitas ekstrakurikuler yang terstruktur seperti balet, piano, *football* dan lainnya dapat membantu anak untuk meningkatkan *Grit*-nya. Pada kegiatan ekstrakurikuler yang terstruktur terdapat orang dewasa yang akan memberikan dukungan dan tuntutan untuk mendorong anak menjadi lebih baik. Kegiatan ekstrakurikuler yang terstruktur cenderung dirancang untuk memupuk *interest, practice, purpose*, dan *hope*, sehingga menjadi lapangan bermain untuk meningkatkan *Grit*. Atlet Bulutangkis pada umumnya telah mengikuti kegiatan pelatihan Bulutangkis sejak kecil sehingga Atlet bisa saja telah belajar memupuk *interest, practice, purpose*, dan *hope* yang kemudian dapat meningkatkan *Grit* Atlet Bulutangkis.

*Culture of Grit*, Budaya dapat membantu individu untuk menjadi lebih *Gritty*, ketika individu tersebut bergabung dengan lingkungan atau masyarakat yang *Gritty*. Dalam hal ini lingkungan sosial dapat mempengaruhi *Grit* Atlet Bulutangkis. Atlet dapat meningkatkan *Gritnya* dengan bergabung dan bergaul dengan orang yang memiliki *Grit* tinggi juga, yaitu Atlet yang sama-sama memiliki ketekunan usaha dan dapat mempertahankan minatnya untuk mencapai tujuan jangka panjang.

Menurut Angela Lee Duckworth (2016), Individu yang memiliki *Grit* yang tinggi akan berusaha untuk tetap bertahan dan fokus dalam satu hal dibandingkan dengan yang lain, mempertahankan tujuan yang menarik dan bermakna dalam waktu yang panjang,

meluangkan waktu untuk mengikuti latihan yang menantang terus menerus bahkan hingga tahunan, serta bangkit kembali ketika mengalami kegagalan berulang kali.

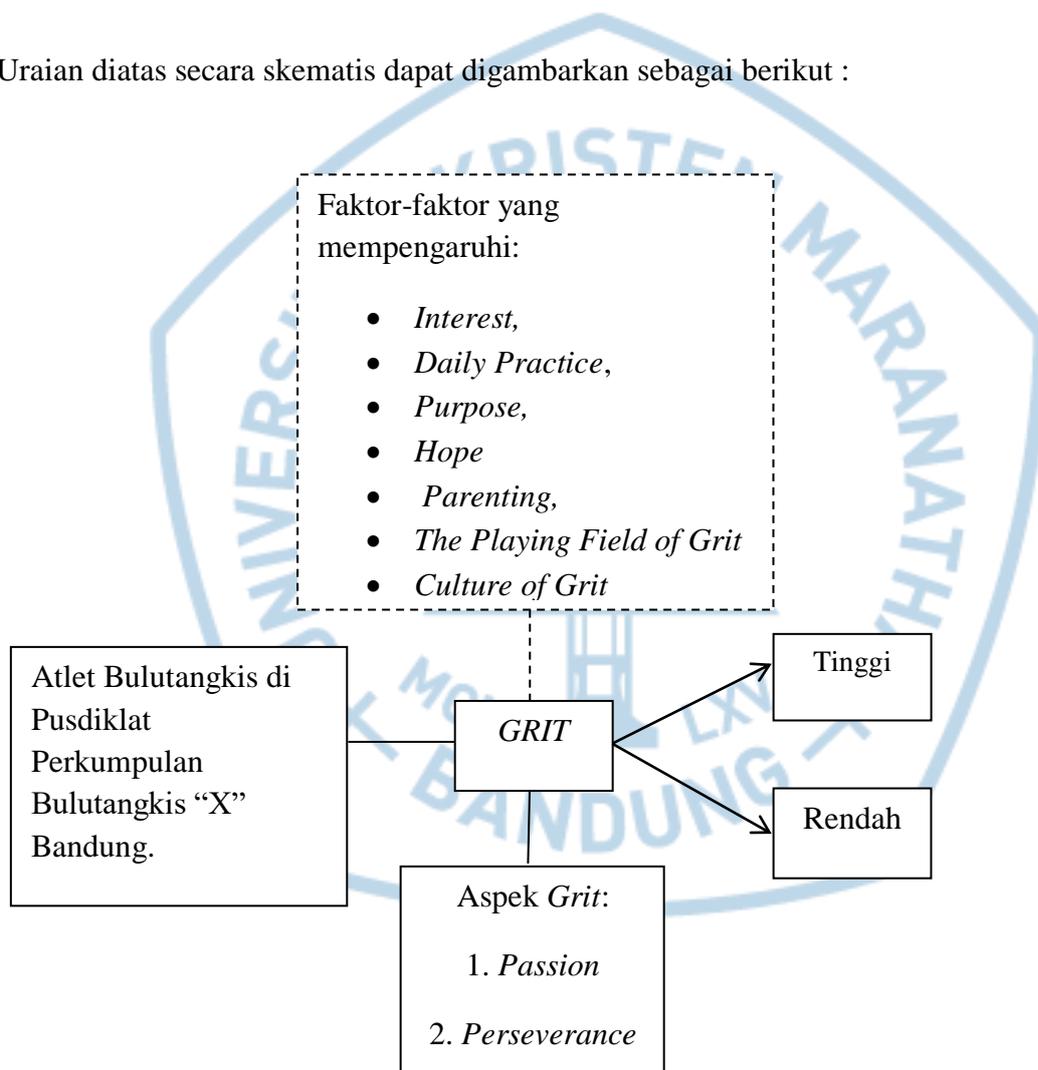
Duckworth (2016), menentukan derajat *Grit* seseorang dilihat dari keseluruhan skor kedua aspek yaitu ketekunan usaha dan konsistensi minat. Seseorang dapat dikatakan memiliki derajat *Grit* yang tinggi, apabila memiliki skor yang tinggi pada kedua aspek *Grit*, meskipun demikian skor yang diperoleh dapat berbeda pada kedua aspek. Dengan demikian, besarnya skor ketekunan usaha dan konsistensi minat dalam menghadapi tantangan dan tuntutan sebagai Atlet, menentukan derajat *Grit* yang dimiliki oleh Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung.

Atlet Bulutangkis yang memiliki derajat *Grit* yang tinggi, akan bertahan untuk mencapai tujuan meskipun mengalami kegagalan atau hanya memiliki kemajuan yang sedikit dalam proses latihan ataupun pertandingan. Ketika mengalami kekalahan berulang kali dalam pertandingan Atlet Bulutangkis akan segera bangkit kembali dan tidak mudah menyerah. Atlet juga akan mampu mengatasi rasa kekecewaannya karena kalah bertanding, dan kembali bersemangat untuk mengikuti pertandingan berikutnya. Atlet dengan *Grit* yang tinggi akan berlatih Bulutangkis dengan rajin dan berusaha untuk mengikuti segala program latihan yang dianggap sulit, hingga menambah target latihan lebih dari yang telah ditetapkan oleh pelatih. Atlet Bulutangkis juga tidak akan mudah terdistraksi dengan hal-hal yang tidak berkaitan dengan tujuannya dan mampu mempertahankan minatnya hingga tujuan tercapai yaitu memenangkan berbagai pertandingan, dan mampu bergabung dengan tim Pelatnas.

Atlet Bulutangkis yang memiliki derajat *Grit* yang rendah akan mudah menyerah ketika ingin mencapai tujuan jangka panjangnya. Atlet juga akan mempertimbangkan atau memutuskan untuk keluar dari bidang olahraga Bulutangkis, dan mudah merasa bosan ketika harus menghadapi program latihan yang panjang yaitu satu hingga dua sesi latihan selama dua jam, atau ketika menghadapi kekalahan berulang kali. Rasa kecewa dapat membuat Atlet

Bulutangkis untuk memutuskan keluar dari bidang Bulutangkis. Ketika mengikuti latihan, Atlet Bulutangkis akan mudah menyerah jika mengikuti latihan yang berat dan tidak akan menambah target yang telah ditetapkan oleh pelatih. Atlet akan mudah untuk mengganti minatnya dengan mengikuti kegiatan lain yang tidak berkaitan dengan Bulutangkis atau memutuskan mengejar cita-cita lainnya dan kembali fokus dalam bidang akademik di Sekolah.

Uraian diatas secara skematis dapat digambarkan sebagai berikut :



**Bagan 1.1 Kerangka Pemikiran**

## 1.6 Asumsi

1. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung memiliki derajat *Grit* yang tinggi atau rendah.
2. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” memiliki kedua aspek *Grit* yaitu aspek *Perseverance* (Ketekunan usaha), dan *Passion* (Konsistensi minat).
3. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung membutuhkan ketekunan usaha, dan konsistensi minat untuk dapat menghadapi beragam tuntutan dan tantangan dalam mencapai tujuan jangka panjang yang telah ditetapkan.
4. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung memiliki *Grit* yang tinggi cenderung berlatih dengan tekun dan terus berusaha ketika menghadapi kesulitan dan konsisten terhadap pilihan/ minat mereka.
5. Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung yang memiliki *Grit* yang rendah cenderung lebih cepat menyerah ketika menghadapi kesulitan dan memiliki keinginan untuk merubah minat/tujuan.
6. *Grit* yang dimiliki Atlet Bulutangkis di Pusdiklat Perkumpulan Bulutangkis “X” Bandung dipengaruhi oleh tujuh faktor yaitu *interest*, *daily practice*, *purpose*, *hope*, *parenting*, *the playing field of Grit*, dan *culture of Grit*.