

**ANXIETY DAN PERCAYA DIRI OLAHRAGA PARALAYANG (STUDI
KASUS KECELAKAAN PARALAYANG PON XX PAPUA 2021)**

SKRIPSI

*Diajukan sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperole Gelar Sarjana
Pendidikan (S.Pd)*



Oleh:

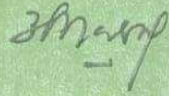
**IVO SETIAWAN AFRIANSYAH
17087021/2017**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN KEPELATIHAN OLAHRAGA
DEPARTEMEN KEPELATIHAN
FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI PADANG
2023**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Judul : *Anxiety* dan Percaya Diri Olahraga Paralayang (Studi Kasus Kecelakaan Paralayang PON XX Papua 2021)
Nama : Ivo Setiawan Afriansyah
NIM : 17087021
Program Studi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga
Departemen : Kepelatihan
Fakultas : Ilmu keolahragaan

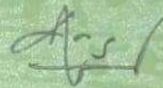
Mengetahui
Kepala Departemen



Dr. Masrun, M.Kes., AIFO
NIP. 19631104987031002

Padang, Januari 2024

Dosen Pembimbing



Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd
NIP. 195610201980631005

PENGESAHAN TIM PENGUJI

Nama : Ivo Setiawan Afriansyah
Nim : 17087021

Dinyatakan Lulus Setelah Mempertahankan Skripsi di Depan Tim Penguji
Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga
Departemen Keperawatan Fakultas Ilmu Keolahragaan
Universitas Negeri Padang
dengan judul

*Anxiety dan Percaya Diri Olahraga Paralayang (Studi Kasus Kecelakaan
Paralayang PON XX Papua 2021)*

Padang, Januari 2024

Nama

Tanda Tangan

1. Ketua : Prof. Dr. Eddy Marheni, M.Pd

1. 

2. Anggota : Prof. Dr. Tjung Hauw Sin,
M.Pd Kons

2. 

3. Anggota : Jeki Haryanto, S.Si., M.Pd

3. 

SURAT PERNYATAAN

Dengan ini saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa:

1. Karya tulis saya, skripsi dengan judul "**ANXIETY DAN PERCAYA DIRI OLAHRAGA PARALAYANG (STUDI KASUS KECELAKAAN PARALAYANG PON XX PAPUA 2021)**" adalah hasil dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik di Universitas Negeri Padang maupun di perguruan tinggi lainnya.
2. Karya tulis ini murni gagasan, penilaian, dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan tidak sah dari pihak lain, kecuali arahan Pembimbing dan Penguji.
3. Di dalam karya tulis ini tidak terdapat hasil karya atau pendapat yang telah ditulis atau dipublikasikan orang lain, kecuali dikutip secara tepat dan dengan jelas dan dicantumkan sebagai acuan di dalam skripsi saya dengan disebutkan nama pengarangnya dan dicantumkan pada daftar pustaka.

Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh karena karya tulis ini, serta sanksi lainnya dengan norma dan ketentuan hukum yang berlaku.

Padang, 7 Juli 2023

Yang menyatakan,



Ivo Setiawan Afriansyah
2017/17087021

ABSTRAK

Ivo Setiawan Afriansyah. 2023. "ANXIETY DAN OLAHRAGA PARALAYANG (STUDI KASUS KECELAKAAN PARALAYANG PON XX PAPUA 2021)" Skripsi. Padang: Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Departement Keperawatan Universitas Negeri Padang.

Masalah dalam penelitian adalah ingin mengetahui faktor kecemasan dan percaya diri terhadap olahraga paralayang apakah olahraga paralayang merupakan olahraga berbahaya karena sebagian besar orang menghindari olahraga ini karena beresiko. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan bagaimana kecemasan dan percaya diri yang sesungguhnya apakah seperti pemikiran orang banyak atau tidak.

Jenis penelitian merupakan penelitian kualitatif dengan pendekatan deskriptif. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 21 Juli 2023 hingga 1 Agustus 2023 yang bertempat di puncak Lawang Kabupaten Agam. pelatih, atlet dan masyarakat sekitar tempat latihan. Metode pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan observasi, wawancara dan dokumentasi. Adapun teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian yaitu, pengumpulan data, reduksi data, display data, verifikasi data dan triangulasi.

Hasil temuan peneliti menunjukkan bahwa percaya diri menjadi kunci utama untuk melakukan olahraga paralayang dan olahraga tidak semenakutkan itu sehingga masyarakat tidak harus cemas dan takut untuk melakukan olahraga ini. masyarakat dihimbau agar mencari tahu terlebih dahulu agar tahu hal yang sebenarnya, bahwasannya olahraga ini *safety* untuk dilakukan.

Kata Kunci: *Anxiety*, Kecemasan, Percaya diri, Berani, Paralayang

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan puji syukur Alhamdulillah Atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Hidayah-Nya, serta nikmat kesehatan, kesempatan Islam sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. dan tidak lupa Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada Nabiullah Muhammad SAW, yang telah diutus oleh Allah dimuka bumi ini untuk menyempurnakan Akhlak Manusia, beliau merupakan Manusia yang paling Termulia dan Suri tauladan yang paling terbaik bagi ummatnya, semoga diakhirat kelak kita bisa mendapatkan Syafaatnya. Selanjutnya, penulis ingin menyampaikan rasa terimakasih yang tak terhingga kepada kedua orang tuaku Tercinta atas kasih sayangnya, jerih payah dan Do'anya sehingga penulis sampai seperti ini. Serta ucapan terimakasih juga kepada para informan yang telah membantu dalam proses pembuatan skripsi ini semoga Allah SWT membalas dengan kebaikan. Sebagai makhluk sosial yang saling membutuhkan satu sama lain sangat menyadari bahwa tanpa bantuan dan dukungan mereka, sulit rasanya bagi penulis untuk menyelesaikan Skripsi ini. disamping itu, izinkan penulis untuk menyampaikan ucapan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Teristimewa kepada kedua orang tua tercinta yaitu ayah saya Rodi Hartono dan ibu saya Nurliana (Almh) yang telah memberikan dorongan, semangat dan doa sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini.

2. Prof. Dr. Nurul Ihsan, M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang yang telah memberikan fasilitas untuk kuliah di Fakultas Ilmu Keolahragaan
3. Dr. Masrun, M.Kes., AIFO selaku Ketua Departemen Keolahragaan Fakultas Ilmu Keolahragaan yang telah memberikan berbagai kemudahan dan pelayanan yang optimal sehingga penulis dapat mengikuti perkuliahan dengan baik sampai akhirnya bisa menyelesaikan skripsi ini.
4. Prof. Dr. Eddy Marheni., M.Pd., selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, dan petunjuk yang sangat membantu dalam penulisan skripsi ini.
5. Seluruh Staf pengajaran Fakultas Ilmu Keolahragaan UNP yang telah memberikan ilmunya kepada penulis selama mengikuti perkuliahan.
6. Wirma Fitri yang selalu memberikan semangat dan dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini dengan sepenuh hati.
7. Rekan-rekan mahasiswa FIK UNP yang senasib dan seperjuangan yang telah memberikan bantuan dan semangat dalam penyusunan skripsi ini.

Semoga bantuan, bimbingan dan arahan yang telah diberikan kepada penulis mendapat pahala dan balasan dari ALLAH SWT. Peneliti menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu peneliti mengrahapkan kritik dan saran yang membangun demi kesempurnaan skripsi ini. Semoga hasil penelitian

ini nantinya bermanfaat bagi kita semua. Akhir kata peneliti mengucapkan terimakasih.

Padang, Juli 2023

Penulis

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR

DAFTAR ISI

BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Fokus Penelitian	9
C. Rumusan Masalah	10
D. Tujuan Penelitian.....	10
E. Kegunaan Penelitian	10
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	12
A. Deskripsi Konseptua Fokus dan Subfokus Penelitian.....	12
1. Hakikat Olahraga Ekstrim.....	12
2. Hakikat <i>Anxiety</i>	20
3. Hakikat Percaya Diri	26
B. Penelitian yang Relevan	36
BAB III METODE PENELITIAN	39
A. Jenis dan Metode Penelitian.....	39
B. Waktu dan Tempat Penelitian	39
C. Informan Penelitian	40
D. Teknik dan Alat Pengumpul Data	40
E. Instrumen Penelitian	41
F. Teknik Analisis Data.....	41
G. Triangulasi.....	42

BAB IV PEMBAHASAN DAN HASIL PENELITIAN.....	44
A. Deskripsi data.....	44
B. Hasil penelitian.....	45
C. Pembahasan	77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	83
A. Kesimpulan	84
B. Saran.....	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN.....	90

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
1. Ilustrasi Reduksi Triangulasi	43
2. Peneliti dengan Pelatih 1	118
3. Peneliti dengan Pelatih 2	118
4. Peneliti dengan Atlet 1	119
5. Peneliti dengan Atlet 2	119
6. Peneliti dengan Atlet 3	120
7. Peneliti dengan Masyarakat 1	120
8. Lokasi peneliti	121

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
1. Pertanyaan Wawancara <i>Anxiety</i> dan Percaya diri.....	90
2. Transkrip Hasil Wawancara dengan Pelatih	93
3. Transkrip Hasil Wawancara dengan Pelatih	97
4. Transkrip Hasil Wawancara dengan Atlet	100
5. Transkrip Hasil Wawancara dengan Atlet	103
6. Transkrip Hasil Wawancara dengan Atlet	106
7. Transkrip Hasil Wawancara dengan Masyarakat.....	109
8. Transkrip Hasil Wawancara dengan Masyarakat.....	112
9. Surat Izin Penelitian.....	116
10. Surat Balasan Izin Penelitian	117
11. Dokumentasi Penelitian	118

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Olahraga pada hakikatnya adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktivitas fisik untuk menghasilkan perubahan *holistik* dalam kualitas individu, baik dalam hal fisik, mental, serta emosional (Fallis, 2013). Olahraga memperlakukan seseorang sebagai sebuah kesatuan utuh, mahluk total, daripada hanya menganggapnya sebagai seseorang yang terpisah kualitas fisik dan mentalnya. Karena hasil-hasil kependidikan dari olahraga tidak hanya terbatas pada manfaat penyempurnaan fisik atau tubuh semata, definisinya tidak hanya menunjuk pada pengertian tradisional dari aktivitas fisik. Kita harus melihat istilah pengertian olahraga pada bidang yang lebih luas dan lebih abstrak, sebagai satu proses pembentukan kualitas pikiran dan juga tubuh.

Setelah kita mengetahui apa itu olahraga, maka ada tingkatan lebih di atasnya yaitu olahraga ekstrim, tentu kita bertanya-tanya apa itu olahraga ekstrim bagaimana suatu olahraga disebut olahraga ekstrim, dan mungkin kita bertanya-tanya bagaimana bisa seseorang melakukan sesuatu hal yang membahayakan kesehatan bahkan sampai menyebabkan kematian, dan apa alasan para pelaku olahraga ekstrim tetap mau melakukannya, oleh sebab itu kita harus memahami apa itu olahraga ekstrim. Olahraga ekstrim dapat didefinisikan sebagai olahraga di mana seseorang harus menerima kemungkinan yang parah cedera atau kematian sebagai bagian yang tidak terpisahkan dari aktivitas olahraga tersebut Cohen et al., (2018). Tentunya hal

yang semacam ini sangat amat ditakuti oleh sebagian besar orang, karena yang dimana tujuan kita berolahraga untuk menyehatkan jasmani dan rohani, dan melepas stres untuk mencari ketenangan, malah dihadapkan dengan sesuatu yang berisiko menyebabkan cedera parah bahkan kematian. Kenapa sebagian kecil orang tersebut mau melakukan hal itu, tentunya itu menjadi tanda tanya besar bagi kita semua. Mungkin kita pernah berpikir apakah mereka para pelaku olahraga ekstrim ini pernah mengalami hal seperti takut akan kegagalan, karena ketika mereka gagal dan melakukan kesalahan nyawa mereka akan terancam.

Paralayang merupakan salah satu olahraga ekstrim yang tergabung dalam Federasi Aero Sport Indonesia (FASI) adalah sebuah organisasi olahraga dirgantara di Indonesia. FASI didirikan oleh pemerintah Indonesia pada 17 Januari 1972 untuk membina, mengembangkan, mengkoordinasikan dan melaksanakan kegiatan olahraga dirgantara segenap warga negara Indonesia di manapun berada, serta segenap olahragawan dirgantara di seluruh wilayah Republik Indonesia apapun kewarganegaraannya. Saat ini PB FASI membawahi tujuh cabang Ordirga yaitu : *Aeromodelling*, Terjun Payung, Terbang Layang, Layang Gantung (*Gantole*), *Microlight*, Pesawat Swayasa, dan Terbang Bermotor.

Untuk meningkatkan prestasi atlet paralayang dibutuhkan fisik, teknik, taktik, dan mental yang mumpuni. Secara umum kondisi fisik yang diperlukan dalam masing-masing olahraga adalah sama, artinya setiap cabang olahraga memerlukan kondisi fisik dalam usaha mencapai prestasi yang

optimal. Seorang atlet dapat dikatakan dalam keadaan kondisi fisik yang prima kalau ia mampu melakukan aktivitas yang dibebankan kepadanya atau yang dilakukannya tanpa kelelahan yang berlebihan (Agustin & Sulistyarto, 2017). Bagi atlet paralayang yang ingin berprestasi tinggi membutuhkan kondisi fisik prima sesuai kebutuhan dan tuntutan cabang olahraga. Karena fisik adalah pondasi untuk mencapai prestasi, maka ketika fisik sudah prima prestasi akan lebih mudah diraih, karena atlet paralayang membutuhkan daya tahan, kekuatan dan keseimbangan. Ketika kondisi tubuh yang kurang bagus dapat dilihat dari kurangnya daya tahan tubuh dan kondisi fisik yang tidak prima mengakibatkan tidak tercapainya prestasi yang diinginkan.

Setelah kondisi fisik terpenuhi maka guna mencapai prestasi atlet harus menguasai teknik cabang olahraga yang diikuti. Latihan teknik dilakukan untuk mempermahir teknik-teknik gerakan yang diperlukan nantinya untuk mampu melakukan cabang olahraga yang dilakukan atlet. Atlet harus menguasai dengan baik teknik-teknik dalam olahraga paralayang karena kesempurnaan dari setiap teknik sangat penting karena nantinya akan menentukan gerakan keseluruhan. Ketika atlet mempunyai teknik yang mumpuni tentunya atlet nantinya akan siap untuk melakukan latihan ataupun pertandingan tanpa memiliki kecemasan, karena atlet merasa teknik yang dia miliki sudah mumpuni untuk melakukan olahraga ekstrim tersebut.

Ketika atlet sudah memiliki teknik yang bagus dan mumpuni diperlukan taktik yang bagus, guna mempermudah atlet untuk memenagkan pertandingan untuk mencapai prestasi yang ingin diraih. Taktik adalah suatu siasat atau

akal yang dirancang dan akan dilaksanakan dalam permainan oleh perorangan, kelompok, maupun tim untuk memenangkan suatu pertandingan secara sportif (Saputra & Aziz, 2020). Taktik sangat diperlukan guna memenangkan pertandingan, peran pelatih sangat dibutuhkan, pelatih harus cerdas dan bijak dalam menentukan taktik apa yang akan mereka gunakan nantinya. Atlet dan pelatih bekerja sama dalam melakukan hal ini, pelatih memberikan instruksi dan atlet menjalankan instruksi tersebut, sehingga ketika hal ini dilakukan maka atlet akan merasa percaya diri, karena di samping memiliki fisik dan teknik yang bagus taktik yang diberikan pelatih tidak kalah bagusnya. Taktik yang diberikan pelatih memberikan rasa percaya diri yang lebih bagi atlet, karena atlet mendapatkan jalan apa yang baik yang harus ditempuh guna memenangkan pertandingan, ketika fisik, teknik, dan taktik telah bersatu maka kecemasan akan hilang dan rasa percaya diri meningkat dan atlet akan mudah memenangkan pertandingan.

Ketika fisik, teknik, dan taktik sudah dikuasai dengan baik tentunya semua itu tidak cukup untuk mencapai prestasi, jika tidak memiliki mental yang cukup untuk bertanding. Semua kemampuan yang dimiliki tidak akan berguna jika mental tidak dilatih dengan baik. Kemampuan mental terutama mengendalikan aspek psikologis yaitu kecemasan, akan membantu meningkatkan prestasi olahraga atlet paralympic sampai tingkat dunia. Telaah ilmiah mengenai aspek psikologis atlet dalam olahraga paralympic akan membantu para profesional mencapai prestasi. Fisik, teknik, taktik, dan mental yang baik akan memberikan kepercayaan diri lebih ke atlet yang mana

ini akan membuat kecemasan pada diri atlet hilang, dan atlet akan lebih mudah mencapai prestasi yang ingin dicapai.

Ketika sudah memiliki fisik, teknik, taktik, dan mental yang mumpuni tentunya atlet perlu peran orang yang bisa membimbing dan mengarahkan atlet. Maka diperlukan sosok seorang pelatih, dan tentu ketika ingin mencapai prestasi membutuhkan pelatih yang berkualitas. Pelatih paralayang harus memiliki lisensi kepelatihan karena olahraga ini olahraga beresiko tinggi. Lisensi untuk pelatih paralayang dikeluarkan oleh Persatuan Olahraga Dirgantara Layang Gantung Indonesia-Federasi Aero Sport Indonesia atau PLGIFASI. Pada umumnya pelatih-pelatih tersebut telah bergabung di klub atau klub pendidikan yang bernaung dibawah FASIDA dimana klub tersebut berada yang sudah tersebar diberbagai daerah Indonesia. Keuntungan berlatih dengan pelatih yang bersertifikat dan diakui oleh PLGI-PB FASI adalah pelatih telah memahami prosedur kepelatihan paralayang yang aman sehingga bisa membaca situasi dan kondisi yang ada, sehingga akan menekan resiko dan mempercepat peningkatan kemampuan pilot. Dalam hal ini PLGI-FASI mengukur system pembelajaran siswa dalam bentuk kurikulum dan tentunya pelatih paralayang di kabupaten Agam ini telah memiliki lisensi tersebut, jadi para atlet tidak perlu lagi takut dan cemas.

Saat sudah memiliki komponen prestasi yang baik serta pelatih yang berkompeten tentunya harus didukung oleh sarana dan prasana yang ada. Apalah arti komponen prestasi dan pelatih yang bagus kalau sarana dan prasana tidak memadai tentu saja itu akan menjadi penghambat untuk

mencapai prestasi atlet. Ketika sarana dan prasana tidak memadai tentunya akan membuat atlet menjadi malas berlatih dan ragu untuk berlatih, terlebih olahraga paralayang termasuk olahraga yang beresiko tentunya atlet akan berpikir dua kali untuk berlatih jika sarana dan prasarana tidak memadai. Jika sarana dan prasarana mendukung tentunya atlet akan lebih bersemangat untuk melakukan latihan, ketika atlet bersemangat untuk latihan maka prestasi yang ingin dicapai akan lebih mudah untuk diraih.

Setelah sarana dan prasarana baik dan memenuhi standar, maka pelatih bisa melihat dan membaca situasi dan kondisi yang ada, baik kondisi atlet ataupun kondisi lingkungan tempat latihan dan tempat pertandingan. Pelatih harus memperhitungkan semua faktor positif dan faktor negatif yang akan timbul pada suatu saat, maka mutu program dan komunikasi pelatihan harus disesuaikan dengan keadaan para atlet atau para pemain, baik secara individu maupun tim, lingkungan, dan karakter para pemain itu sendiri (Cholid, 2018). Sehingga ketika pelatih memiliki kemampuan untuk membaca situasi dan kondisi atlet dan situasi kondisi lapangan yang akan menjadi tempat untuk atlet untuk berlatih dan bertanding. Pelatih yang memahami kondisi fisik atletnya dan tau latihan apa saja yang harus dilakukan guna mencapai prestasi yang diinginkan. Selain fisik pelatih harus memahami kondisi mental atlet pada saat latihan dan bertanding dan pelatih bisa memberikan dorongan dan latihan untuk mental atlet, sehingga di saat kompetisi mental atlet terjaga dengan baik sehingga prestasi lebih mudah untuk diraih.

Pentingnya peran pelatih untuk membimbing, menuntun para atlet agar bisa mengeluarkan potensi yang mereka punyai secara maksimal, dan dibumbui dengan keahlian pelatih dalam memberikan metode latihan baik fisik, teknik, taktik, maupun mental agar atlet bisa mengeluarkan semua kemampuan terbaiknya dalam bertanding nantinya. Pelatih harus bisa membaca situasi dan kondisi yang ada, pelatih harus melihat apakah fisik, teknik, dan mental atlet yang akan berlatih atau bertanding nantinya layak atau tidak, karena kalau pelatih tidak bisa menilai tentunya ketika fisik, teknik, dan mental atlet tidak layak untuk berlatih dan bertanding tapi tetap diperbolehkan untuk berlatih dan bertanding tentu nantinya akan terjadi kecelakaan, apalagi olahraga paralayang adalah olahraga yang beresiko tinggi dan bisa menyebabkan resiko fatal dan kematian.

Setelah bisa melihat situasi dan kondisi atlet, pelatih harus meningkatkan kemampuan atlet didikannya, sehingga atlet yang dididik bisa meraih prestasi yang ingin dicapai. Salah satu cara yang efektif untuk melihat kualitas bertanding atlet meningkat atau tidak, yaitu dengan cara memberikan kesempatan kepada para atlet untuk sering mengikuti pertandingan sebagai jam terbang atlet, semakin banyak jam terbang maka peluang berprestasi semakin tinggi (Pratama et al., 2020). Jam terbang sangat penting bagi atlet makin sering bertanding makin banyak pengalaman menghadapi situasi permainan. Makin kenal juga dengan berbagai macam kondisi lapangan, makin cepat atlet beradaptasi dengan kondisi yang beraneka ragam. Karena situasi lapangan sangat berpengaruh, sering terjadi situasi saat bertanding

berbeda dengan latihan, memang latihan sangat penting tapi situasi dan kondisi saat bertanding sangat berbeda dengan latihan, oleh sebab itu atlet paralyang perlu jam terbang yang banyak dalam pertandingan, di samping jam terbang yang banyak dalam pertandingan diperlukan juga persiapan yang matang.

Persiapan yang matang bisa dipersiapkan dengan latihan, latihan fisik, teknik, taktik, dan mental sangat diperlukan. Salah satu usaha dalam memperkuat mental adalah melalui *try in* dan *try out*, uji coba, atau pertandingan persahabatan. *Try out* atau uji coba adalah kegiatan dalam bentuk pertandingan-pertandingan kecil yang dilakukan dalam rangka menumbuhkan rasa percaya diri pada diri pemain. *Try out* dapat dilakukan sebanyak- banyaknya, baik melalui tingkatan lokal maupun *non* lokal. Di samping itu, dalam uji coba bertanding harus mengutamakan lawan yang lebih baik agar pemain termotivasi untuk mengikuti, bahkan melebihi kemampuan lawan.

Motivasi berolahraga antara individu yang satu dengan lainnya berbeda-beda yang disebabkan karena adanya perbedaan kebutuhan dan kepentingan (Putra, 2020). Motivasi dalam berlatih menentukan prestasi atlet kedepannya, atlet yang serius dan bersungguh-sungguh dalam berlatih dan selalu mengikuti arahan dari pelatih tentunya akan mendapatkan hasil yang maksimal saat melakukan kompetensi atau pertandingan nantinya. Bisa kita ketahui semua para juara dan pemenang selalu berlatih lebih dari orang lain, para pemegang berlatih mati-matian, keringat dan air mata bercampur

menjadi satu, rasa letih, rasa lelah selalu dinikmati oleh para pemenang tanpa ada rasa mengeluh sedikitpun dalam menjalani latihan.

Motivasi prestasi merupakan suatu keinginan yang mendorong individu untuk mencapai sukses dan mencapai standar keunggulan. Individu ini berusaha atau berjuang untuk meningkatkan serta memelihara kemampuannya setinggi mungkin dalam semua aktivitas dengan menggunakan standar keunggulannya. Prestasi atlet merupakan hasil penambahan antara latihan dan motivasi atlet, sehingga motivasi ini dipandang penting dalam mencapai tujuan yaitu atlet berprestasi maksimal (Effendi, 2016). Tanpa motivasi tidak akan ada prestasi yang muncul seperti yang dinyatakan oleh Cratty melalui penelitian mengenai kecemasan dan motivasi terhadap prestasi olahraga menunjukkan bahwa tingkat kecemasan rendah dan motivasi tinggi menghasilkan penampilan olahraga yang meningkat.

B. Fokus Penelitian

Agar penelitian ini menjadi terarah dan tidak melebar kemana-mana maka penelitian ini difokuskan kepada atlet. Berdasarkan latar belakang diatas, dapat diidentifikasi masalah sebagai berikut:

1. Mengetahui apa pengaruh kecemasan dan percaya diri dalam melakukan olahraga paralayang, baik saat bertatih ataupun bertanding.
2. Rasa percaya diri dan keberanian menjadi faktor utama melawan kecemasan.

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang terdapat dalam latar belakang masalah tentang bagaimana olahraga ekstrim yang begitu menakutkan bagi orang banyak tapi bisa dilakukan dan dihadapi oleh pelaku olahraga ekstrim, apalagi dengan banyaknya kecelakaan olahraga ekstrim yang sampai kecelakaan fatal yang bahkan bisa menyebabkan kematian. Tentunya hal itu menjadi tanda tanya besar bagi orang banyak, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Bagaimana Pengaruh Anxiety dan Percaya Diri Olahraga Paralayang Studi Kasus Kecelakaan Paralayang PON XX Papua 2021”

D. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah ingin mengetahui bagaimana kecemasan dan rasa percaya diri berpengaruh besar pada kesuksesan melakukan olahraga ekstrim, dan tentunya banyak hal yang ingin peneliti ketahui terutama bagaimana para pelaku dan atlet olahraga ekstrim tersebut, bisa mengatasi ketakutan yang begitu besar yang tidak semua manusia mampu mengatasinya bahkan hanya sebagian kecil orang yang berani melakukan olahraga tersebut. Oleh sebab itu tujuan penelitian ini bertitik berat pada atlet mengatasi rasa takut yang tidak bisa diatasi oleh manusia pada umumnya.

E. Kegunaan Penelitian

Sesuai dengan tujuan dalam penelitian ini nantinya diharapkan berguna sebagai bahan masukan yang berarti, adapun kegunaan dari penelitian ini adalah:

- a. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menambah pengetahuan dan pengalaman lapangan untuk memahami kaidah penelitian sekaligus sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar sarjana pendidikan di FIK UNP
- b. Bagi mahasiswa, sebagai tambahan ilmu pengetahuan dan referensi untuk penelitian yang akan datang.
- c. Bagi masyarakat, sebagai jawaban dari pertanyaan yang muncul dikepala ketika sesuatu hal yang tidak bisa dilakukan oleh orang banyak tapi bisa dilakukan oleh pelaku olahraga ekstrim tersebut.