

# TINGKAT ADVERSITY QUOTIENT ATLET DIY

---

M. Yunus Sb, BM Wara K. dkk

## 1. PENDAHULUAN

### a. Latar Belakang

Di lapangan sering kita lihat, seorang atlet atau tim yang sudah mempunyai kemampuan fisik yang baik, teknik yang sempurna, dan sudah dibekali berbagai taktik, tetapi tidak dapat mewujudkannya dengan baik di arena pertandingan/perlombaan, dan akhirnya mengalami kekalahan. Banyak ahli olahraga berpendapat bahwa tingkat pencapaian prestasi puncak sangat ditentukan oleh kematangan dan ketangguhan mental atlet dalam mengatasi berbagai kesulitan selama bertanding. Bukti yang masih hangat kita lihat pada pertandingan final Bulutangkis memperebutkan Piala Thomas di Cina beberapa waktu yang lalu (19 Mei 2002). Ganda putra kedua yang diperkirakan akan kalah, justru dapat memenangkan pertandingan, karena terdorong kuat untuk membuka jalan kemenangan bagi tim. Dorongan tersebut bertambah kuat karena tunggal kedua yang diharapkan dapat memenangkan pertandingan ternyata gagal. Dengan kematangan dan ketangguhannya untuk mengatasi berbagai kesulitan, tunggal ketiga bermain lebih tenang dan akhirnya dapat memenangkan pertandingan, sekaligus memastikan diboyongnya Piala Thomas ke Indonesia lima kali berturut-turut.

Kemampuan seseorang untuk bertahan atau menyerah dalam menghadapi kesulitan dapat diukur dengan "Adversity Quotient" atau sering disingkat dengan AQ (Stoltz, 2000). Apabila AQ dapat meramalkan kemampuan seseorang untuk bertahan atau menyerah dalam menghadapi kesulitan, maka seharusnya semua atlet mempunyai AQ tinggi. Sampai saat ini belum ada data tentang AQ atlet, khususnya atlet DIY. Lebih jauh lagi belum ada peta AQ atlet menurut jenis kelamin, tingkatan umur, tingkatan prestasi, dan cabang olahraganya. Respon atlet terhadap kesulitan yang dihadapi sangat tergantung dari tingkat AQ mereka. Karena gambaran AQ atlet ini diperlukan bagi pengembangan atlet itu sendiri, maupun pengembangan prestasi olahraga secara keseluruhan, maka penelitian ini mencoba untuk menyediakan informasi mengenai hal tersebut.

### b. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, dirumuskan permasalahan sebagai berikut:

- 1) Seberapa jauh tingkat AQ atlet DIY?
- 2) Bagaimana peta AQ atlet DIY menurut jenis kelaminnya?
- 3) Bagaimana peta AQ atlet DIY menurut tingkatan umurnya?
- 4) Bagaimana peta AQ atlet DIY menurut tingkatan prestasinya?
- 5) Bagaimana peta AQ atlet DIY menurut cabang olahraganya?

### **c. Tujuan Penelitian**

Tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah:

- 1) Mengetahui tingkat AQ atlet DIY yang dapat menggambarkan respon atlet terhadap kesulitan yang dihadapi.
- 2) Mengetahui peta kekuatan AQ atlet DIY menurut jenis kelaminnya.
- 3) Mengetahui peta kekuatan AQ atlet DIY menurut tingkatan umurnya.
- 4) Mengetahui peta kekuatan AQ atlet DIY menurut tingkatan prestasinya.
- 5) Mengetahui peta kekuatan AQ atlet DIY menurut cabang olahraganya.

### **d. Manfaat Penelitian**

Hasil Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dalam memberikan gambaran kepada para pembina olahraga pada umumnya dan pembina di DIY pada khususnya, tentang AQ atlet baik menurut jenis kelaminnya, tingkatan umurnya, tingkatan prestasinya, maupun cabang olahraganya. Gambaran tersebut sangat bermanfaat untuk mendasari rancangan program pembinaan prestasi atlet selanjutnya, termasuk program peningkatan AQ bagi atlet DIY.

### **e. Definisi Operasional**

Agar tidak menimbulkan penafsiran yang berbeda, maka secara operasional beberapa variabel yang ada dalam penelitian ini didefinisikan sebagai berikut:

- 1) Adversity Quotient (Respon terhadap kesulitan) adalah tanggapan seseorang apabila dihadapkan pada kesulitan, yang bisa diukur dari tingkat kendalinya terhadap peristiwa yang menimbulkan kesulitan, dan dari kedalaman maupun jangkauannya dalam merasakan suatu peristiwa.
- 2) Atlet DIY adalah olahragawan DIY yang pernah mewakili Klub, maupun Pengurus Daerah (Pengda) setiap cabang olahraga dalam berbagai event, baik tingkat junior maupun senior, dengan pendidikan minimal lulusan SLTA.

## **2. METODOLOGI PENELITIAN**

### **a. Desain Penelitian**

Penelitian ini merupakan penelitian eksploratif dengan menggunakan metode survey dan teknik angket

### **b. Populasi dan Sampel**

Yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah atlet Daerah Istimewa Yogyakarta, dengan sampel berjumlah 204 orang dari enam cabang olahraga yang diambil secara insidental. Atlet Atletik berjumlah 22 orang, sedangkan atlet Tennis berjumlah 20 orang atlet. Atlet Bolavoli berjumlah 35 orang, dan atlet Bola Basket berjumlah 90 orang. Atlet Pencak Silat terjaring dengan jumlah 23 orang, dan atlet Tae kwon Do sejumlah 14

orang. Penentuan atlet yang terjaring ini banyak diperankan oleh pelatih maupun pembina olahraga yang bersangkutan.

**c. Instrumen**

Dalam penelitian ini digunakan instrumen yang berupa angket. Angket yang digunakan merupakan pengembangan atau modifikasi dari Adversity Quotient yang dirancang oleh Paul.G.Stoltz,Ph.D dalam bukunya "Adversity Quotient: Mengubah Hambatan Menjadi Peluang". Pada dasarnya instrumen ini terdiri atas lima indikator, yaitu: Control (kendali), Origin (asal-usul), Owner (tanggung jawab), Reach (jangkauan), dan Endurance (daya tahan). Pada dasarnya kendali mempertanyakan tentang seberapa tinggi kendali seseorang terhadap sebuah peristiwa yang menimbulkan kesulitan. Kendali berhubungan langsung dengan pemberdayaan dan pengaruh, dan mempengaruhi indikator yang lain. Asal-usul dan tanggung jawab mempertanyakan tentang siapa atau apa yang menjadi asal-usul kesulitan, dan sampai sejauh mana seseorang mengakui akibat-akibat kesulitan tersebut. Jangkauan mempertanyakan sejauh manakah kesulitan akan menjangkau bagian lain dari kehidupan. Daya tahan mempertanyakan tentang seberapa lama kesulitan akan berlangsung, dan seberapa lama penyebab kesulitan akan berlangsung. Masing-masing indikator terdiri atas 10 pertanyaan, kecuali untuk asal-usul dan tanggung jawab masing-masing 5 pertanyaan. Kisi-kisi angket tersusun sebagai berikut:

**Tabel 1. Kisi-kisi angket Adversity Quotient**

FAKTOR	INDIKATOR	ITEM	
		NEGATIF	POSITIF
Respon Terhadap Kesulitan	Control (Kendali)	1a, 6a, 8a, 9a, 16a, 18a, 19a, 26a, 28a, 29a.	10a, 13a, 17a, 23a, 27a.
	Origin (Asal-usul)	1b, 8b, 16b, 19b, 29b.	10b, 13b, 23b.
	Ownership (Tanggung jawab)	6b, 9b, 18b, 26b, 28b.	17b, 27b.
	Reach (Jangkauan)	2a, 4a, 7a, 11a, 12a, 14a, 15a, 21a, 22a, 24a.	3a, 5a, 20a, 25a, 30a.
	Endurance (Daya tahan)	2b, 4b, 7b, 11b, 12b, 14b, 15b, 21b, 22b, 24b.	3b, 5b, 20b, 25b, 30b.

Modifikasi instrumen AQ dilakukan agar butir pertanyaan lebih kontekstual dengan kondisi atlet sebagai subyek penelitian, tanpa merubah makna pertanyaan. Setelah selesai dimodifikasi, instrumen diuji

coba di lapangan dengan cara disebar pada 50 atlet yang juga mahasiswa Prodi PKO FIK UNY. Hasil uji coba menunjukkan adanya 19 butir pertanyaan yang gugur. Butir pertanyaan yang gugur dianalisis dan dimodifikasi kembali. Angket hasil modifikasi ini disebar kepada 20 orang atlet, dan setelah dianalisis dengan analisis butir, didapatkan adanya kesahihan pada seluruh butir. Untuk menguji keandalan digunakan teknik Alpha Cronbach pada Program SPS-2000 Sutrisno Hadi, dan didapatkan bahwa seluruh faktor andal. Atlet yang sudah sah dan andal ini selanjutnya digunakan untuk mengumpulkan data.

#### d. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data

Data yang dikumpulkan dalam penelitian ini berupa data kuantitatif dari hasil pengukuran AQ pada responden. Data terbagi menjadi 4 variabel jalur, dan 6 variabel numerik. Variabel jalur terdiri atas jenis kelamin, tingkatan umur, tingkatan prestasi, dan macam cabang olahraga. Variabel numerik terdiri atas variabel kendali, asal-usul, tanggung jawab, jangkauan, daya tahan, dan nilai AQ. Data yang terkumpul akan dianalisis secara deskriptif untuk memberi gambaran global mengenai tingkat AQ atlet DIY. Untuk mengetahui adakah perbedaan AQ antara atlet laki-laki dan perempuan, atlet yunior dan senior, atlet klub, daerah dan nasional, serta atlet berbagai cabang olahraga digunakan uji dwivariat dari Program SPS-2000.

### 3. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Secara insidental terjaring 204 atlet dalam enam cabang olahraga, dengan perincian seperti terlihat pada tabel 2.

**Tabel 2. Jumlah dan Karakteristik Responden**

N0	Cabang Olahraga	Jenis Kelamin	Tingkatan Umur	Tingkatan Prestasi	Jumlah
1	Atletik	L: 13 P: 9	Y: 0 S: 22	K: 2 D: 19 N: 1	22
2	Tennis	L: 15 P: 5	Y: 12 S: 8	K: 5 D: 13 N: 2	20
3	Bolavoli	L: 22 P: 13	Y: 21 S: 14	K: 20 D: 13 N: 2	35
4	Bola Basket	L: 70 P: 20	Y: 30 S: 60	K: 70 D: 20 N: 0	90
5	Pencak Silat	L: 16 P: 7	Y: 8 S: 15	K: 11 D: 12 N: 0	23
6	Tae Kwon Do	L: 9 P: 5	Y: 0 S: 14	K: 0 D: 14 N: 0	14
<b>Jumlah Total</b>					<b>204</b>

- Dari 204 atlet DIY tersebut didapatkan rata-rata AQ sebesar 133,725, yang menurut kriteria Stoltz termasuk dalam kategori sedang pada batas atas (95 - 134). Selanjutnya Stoltz mengatakan bahwa kisaran AQ demikian termasuk lumayan baik dalam menempuh liku-liku hidup sepanjang segala sesuatunya berjalan relatif lancar. Namun demikian, mungkin mereka mengalami penderitaan yang tidak perlu akibat kemunduran-kemunduran yang lebih besar, atau menjadi kecil hati dengan menumpuknya beban frustrasi dan tantangan-tantangan hidup.
- Apabila dilihat lebih jauh, atlet laki-laki mempunyai AQ rata-rata 133,959; sedangkan atlet perempuan 133,153. Perbedaan kecil tersebut setelah diuji dengan uji t antar kelompok, tidak menunjukkan adanya perbedaan signifikan ( $p = 0,753 > 0,05$ ). Dengan demikian dapat dikatakan bahwa perbedaan jenis kelamin tidak akan mempengaruhi AQ seseorang, atau AQ seseorang tidak ditentukan oleh jenis kelamin mereka.
- Rata-rata AQ atlet junior adalah 134,028; sedangkan atlet senior adalah 133,564. Setelah diuji dengan uji t antar kelompok ternyata perbedaan tersebut tidak signifikan, dengan nilai p sebesar 0,844. Klasifikasi junior-senior dalam penelitian ini didasarkan pada kelompok umur dengan batas usia 18 tahun. Umur kurang atau sama dengan 18 tahun termasuk kelompok junior, sedangkan umur lebih dari 18 tahun termasuk kelompok senior. Dalam beberapa cabang olahraga mungkin pengelompokan ini tidak tepat, namun untuk keseragaman digunakan klasifikasi yang demikian. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkatan umur atlet tidak menentukan besarnya AQ.
- Pengelompokan atlet menurut tingkatan prestasinya dibagi menjadi Klub, Daerah, dan Nasional. Rata-rata AQ atlet tingkat Klub adalah 130,972; sedangkan atlet daerah adalah 136,429. Atlet Nasional mempunyai AQ rata-rata sebesar 144,000. Apabila dilihat sepiantas terkesan bahwa kenaikan prestasi diikuti atau mengikuti kenaikan AQ. Meskipun demikian, dengan uji t antar kelompok, perbedaan signifikan hanya terdapat pada perbedaan antara atlet tingkat Klub dan atlet tingkat Daerah, dengan nilai  $p = 0,020 < 0,050$ . Perbedaan yang lain tidak terlihat signifikan. Hal ini menunjukkan adanya penyaringan cukup ketat dari atlet Klub menjadi atlet Daerah. Apabila dilihat lebih rinci, perbedaan signifikan terletak pada indikator jangkauan (reach) dengan  $p = 0,036 < 0,050$ . Hal ini berarti bahwa atlet daerah lebih mampu membatasi masalah hanya pada area masalah tersebut, sehingga tidak mempengaruhi segi kehidupan yang lain. Perbedaan signifikan juga terlihat pada indikator dayatahan (endurance), baik antara atlet Klub dengan atlet Nasional ( $p = 0,023$ ), maupun antara atlet Daerah dengan atlet Nasional ( $p = 0,040$ ). Dengan demikian boleh dicurigai adanya indikator dayatahan yang menentukan tingkatan atlet. Masih menjadi pertanyaan, apakah indikator

dayatahan mempengaruhi tingkatan prestasi atlet, ataukah tingkatan prestasi atlet yang akan mempengaruhi dayatahannya.

- Analisis lebih lanjut dengan mengelompokkan atlet menurut cabang olahraganya didapatkan AQ rata-rata atlet atletik sebesar 137,682; sedangkan atlet tennis 134,600; dan atlet Bolavoli mempunyai AQ rata-rata 137,086. Atlet Bola Basket mempunyai AQ rata-rata sebesar 129,078, sedangkan atlet Pencak Silat 136,174, dan atlet Tae kwon Do 143,714. Secara umum perbedaan signifikan hanya terlihat antara atlet Atletik dengan atlet Bola Basket ( $p=0,024$ ), juga antara atlet Bolavoli dengan atlet Bola Basket ( $p=0,014$ ). Ada pula perbedaan sangat signifikan antara atlet Bola Basket dengan atlet Tae Kwon Do dengan  $p=0,005$ .