

# KEPRIBADIAN ATLET



Suharjana FIK UNY

# PENDAPAT TENTANG KEPRIBADIAN ATLET

- Ada 2 pandangan untuk memprediksi prestasi atlet berdasar psikologis
- 1. Credulous: data psikologis berguna untuk meramalkan prestasi atlet
- 2. Sceptical: data psikologis tidak berarti dalam meramalkan prestasi atlet
- Morgan (1980) menyatakan kedua posisi itu dapat diterima: sukses dalam olahraga tergantung pada ciri-ciri dan keadaan psikologis yg dipilih, tetapi hubungan antara data psikologis dan sukses masih jauh dari sempurna.

# Ciri-ciri kepribadian

- Prilaku : kecenderungan seseorang utk bertindak dlm cara tertentu. Prilaku dapat dibuat oleh ahli psikologi, mesti hasilnya belum sempurna. Kepribadian merupakan prilaku yg tetap dan konsisten

## Pembentukan Kepribadian (Singer)

- Pengaruh lingkungan
- Keturunan

# Sifat Kepribadian

INTROVERT	EXTROVERT
Perasa	Mudah tersinggung
Cemas	Gelisah
Tertutup	Agresif
Pesimistik	Optimistik
Pasif	Aktif
Berhati-hati	Responsif
Dapat dipercaya	Mudah begaul

# Weinberg & Gould (1995)

## Untk Membentuk Kepribadian Ada tiga pendekatan Kepribadian

- Pendekatan trait : Atlet berperilaku dan bereaksi tertentu dlm situasi tertentu. Ia akan bekerja keras dlm latihan, memiliki kebutuhan utk berprestasi tinggi, tdk mengenal menyerah
- Pendekatan situasional: perilaku atlet dipengaruhi proses belajar mencontoh dan ada penguat sosial. Jadi perilaku atlet akan berubah jika lingkungan berubah.
- Pendekatan interaksional: pembentukan tingkah laku tergantung faktor pribadi dan lingkungan secara bersama-sama. Anak yg percaya diri suka dgn kompetisi yg banyak. Anak yang kurang percaya diri lebih suka tanpa kompetisi.

## Kecenderunngan Prilaku Atlet Antara Atlet Bintang Dan Bkn Bintang

- Keberanian mengambil resiko: atlet bintang berani mengambil resiko
- Haus terhadap tantangan: atlet bintang suka dg tantangan
- Kompetitif: atlet bintang ingin kompetisi dan tampil baik
- Kemampuan memusatkan perhatian: dari satu situasi ke situasi lain atlet bintang lebih baik dlm mengalihkan pemusatan perhatian
- Mengatasi tekanan: atlet bintang lebih mampu mengatasi tekanan dan mampu mengendalikan diri saat gagal.

# Kecenderungan Prilaku Atlet Bintang

- Intensitas kompetisi lebih tinggi dari waktu latihan
- Dlm latihan fisik atlet bintang berupaya menyelesaikan program
- Atlet bintang mengharapkan kehadiran pelatih
- Atlet bintang cenderung memperkuat keyakinan untuk bertanding
- Mampu mengatasi gangguan