

ANALISIS KEBUTUHAN PSIKOLOGIS ATLET USIA DINI DI KOTA BENGKULU

PSYCHOLOGICAL NEEDS ANALYSIS OF EARLY ATHLETE IN BENGKULU CITY

^{1*}Yahya Eko Nopiyanto,²Andes Permadi

^{1,2}Program Studi Pendidikan Jasmani, Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan, Universitas Bengkulu

Kontak koresponden: yahyaekonopiyanto@unib.ac.id

ABSTRAK

Keterlibatan anak dalam olahraga perlu mendapatkan dukungan dan perhatian khusus dari orang tua maupun pelatih. Oleh sebab itu, peran dari pelatih dalam memberikan intervensi terhadap kebutuhan psikologis haruslah tepat. Tujuan penelitian adalah menganalisis kebutuhan psikologis atlet usia dini di Kota Bengkulu. Deskriptif kualitatif dengan partisipan sebanyak 15 atlet dari cabang olahraga atletik, pencak silat, dan sepak bola. Instrumen EPPS yang terdiri dari 15 aspek kebutuhan dan wawancara semi-terstruktur digunakan untuk mengumpulkan data penelitian. Data yang terkumpul melalui angket dianalisis menggunakan nilai rerata dan standar deviasi. Data melalui wawancara dianalisis secara deskriptif kualitatif sehingga memiliki interpretasi dan mudah dipahami. Hasil penelitian diketahui bahwa atlet laki-laki memiliki nilai positif terhadap kebutuhan *exhibition, autonomy, affiliation, heterosexual, agresion*. Sedangkan atlet perempuan memiliki nilai positif pada kebutuhan *exhibition, intraception, soccurance, change, heterosexual, agresion*. Kesimpulannya adalah atlet laki-laki membutuhkan 5 aspek psikologis dan atlet perempuan membutuhkan 7 aspek psikologis. Kelemahan penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan terhadap atlet usia dini pada cabang olahraga yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Kontribusi dari penelitian ini memberikan sumbangsih secara teoritis pada bidang psikologi olahraga khususnya untuk atlet usia dini. Untuk penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk mengembangkan instrumen atau program latihan untuk memfasilitasi kebutuhan psikologis atlet.

Kata Kunci: psikologis; atlet, usia dini

ABSTRACT

Children's involvement in sports needs special support and attention from parents and coaches. Therefore, the role of the trainer in providing interventions for psychological needs must be appropriate. The aim of the study was to analyze the psychological needs of early athletes in Bengkulu City. Qualitative descriptive with 15 athletes participating from athletics, martial arts, and football. The EPPS instrument consisting of 15 needs aspects and semi-structured interviews was used to collect research data. Data collected through questionnaires were analyzed using the mean value and standard deviation. Data through interviews were analyzed in a descriptive qualitative manner so that they have interpretations and are easy to understand. The results of the study show that male athletes have positive values for the needs of exhibition, autonomy, affiliation, heterosexual, aggression. Meanwhile, female athletes have a positive value on the needs of exhibition, intraception, soccurance, change, heterosexual, aggression.

The conclusion is that male athletes need 5 psychological aspects and female athletes need 7 psychological aspects. The weakness of this study cannot be generalized to young athletes in sports that are not included in this study. The contribution of this research is to make a theoretical contribution to the field of sports psychology, especially for young athletes. For further research it is recommended to develop instruments or training programs to facilitate the psychological needs of athletes.

Keywords: *psychological; athlete; early age*

Pendahuluan

Keterlibatan anak dalam dunia olahraga memiliki ruang penting untuk menumbuhkan nilai kreativitasnya melalui aktivitas olahraga yang menyenangkan (Vissek et al., 2015). Berbagai manfaat yang diperoleh anak dalam partisipasinya dalam olahraga diantaranya mendapatkan kegembiraan, menjadikan sarana untuk mempelajari berbagai keterampilan dasar atau multilateral gerak olahraga, menjadikan olahraga sebagai wahana bersosialisasi sehingga menumbuhkan jiwa peduli terhadap sesama, memperoleh kesenangan ketika berhasil menjadi juara, menjaga dan meningkatkan kebugaran jasmani (Persson et al., 2020). Dari kedua pendapat tersebut dapat ditarik satu pandangan utama yaitu anak memperoleh kesenangan dalam melakukan aktivitas gerak olahraga. Dalam arti yang lain prestasi atau menjadi juara bukanlah prioritas utama. Namun, dalam pandangan sebagian besar orang dewasa atau orang tua menganggap bahwa anaknya harus segera berprestasi sedini mungkin. Hal tersebut seharusnya terjadi karena perbedaan mendasar dari perkembangan antara anak-anak dan orang dewasa terlihat dari aspek fisik, kognitif, dan sosioemosi (Manna, 2014).

Intervensi orang dewasa atau orang tua maupun pelatih terhadap keterlibatan anak dalam olahraga jangan sampai mengarahkan pada anak untuk menjadi atlet profesional dalam usia dini tanpa mengindahkan makna olahraga itu bagi anak. Untuk memperkecil *gap* antara anak, orang tua, dan pelatih diperlukan pemahaman dan persepsi yang sama untuk mencapai kesuksesan di masa depan. Oleh sebab itu, proses pembinaan atlet usia dini sebaiknya memiliki integrasi yang selaras antar beberapa komponen yang terlibat penting seperti pelatih, orang tua, dan atlet (Harwood & Knight, 2015). Dalam proses dan progresnya pelatih, orang tua, dan atlet harus memiliki visi, misi, dan tujuan yang serupa sehingga pembinaan mendapatkan hasil yang optimal.

Untuk itu kebutuhan psikologis anak dalam berolahraga penting untuk diketahui agar menjadi dasar pelatih dan orang tua diterapkan langsung kepada anak didik atau atletnya. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa setidaknya terdapat lima kebutuhan aspek psikologis dari anak berbakat yaitu kebutuhan untuk mampu menampilkan eksistensi dirinya (*excibition*), kebutuhan untuk menyelaraskan diri terhadap lingkungan (*intraception*), kebutuhan untuk menjadi lebih unggul dibandingkan dengan anggota kelompok atau orang lain (*achievement*), kebutuhan untuk memegang kendali atau mengatur orang lain (*dominance*), kebutuhan untuk melakukan berbagai aktivitas yang baru/ berubah (*change*) (Larasati & Winarno, 2016). Dalam konteks olahraga prestasi (Konter et al., 2019) mengungkapkan dasar keterampilan psikologis

yang harus dimiliki atlet pemula yaitu *positive attitude, self-motivation, realistic goals, effectively with people, self-confidence*. Dalam referensi yang serupa juga menyebutkan bahwa terdapat delapan keterampilan psikologis dalam kesuksesan atlet misalnya, penetapan tujuan, pencarian dukungan sosial, dan *self-talk* dan sebagai karakteristik psikologis misalnya, kepercayaan diri, fokus, dan motivasi (Dohme et al., 2019). Dari temuan tersebut dapat disimpulkan bahwa untuk menjadi atlet yang berprestasi maka dibutuhkan keterampilan atau kemampuan dari sisi psikologis.

Untuk mampu memiliki keterampilan tertentu diperlukan keterlibatan dan ketekunan atlet yang panjang dalam berolahraga. Dalam menjaga keterlibatan anak dalam berolahraga maka intervensi orang dewasa di lingkungan anak haruslah tepat. Penelitian selama ini hanya lebih banyak berfokus pada olahraga prestasi yang bersifat profesional. Namun, yang membahas keterlibatan anak dalam olahraga sangat sedikit, padahal kunci keberhasilan dalam olahraga adalah ketika kita mampu menjaga dan memelihara aspek potensial anak saat usia dini. Terlebih lagi kajian mengenai kebutuhan psikologis atlet usia dini di Kota Bengkulu masih minim sekali. Oleh sebab itu, diperlukan langkah praktis untuk mengetahui kebutuhan psikologis atlet usia dini di Kota Bengkulu. Penelitian ini akan mengungkap secara langsung yang terjadi di lapangan sehingga akan benar-benar tampak apa yang menjadi kebutuhan anak yang sebenarnya dari aspek psikologi. Untuk itu peneliti menggunakan metode kualitatif dalam melakukan penelitian. Sebagaimana penelitian kualitatif merujuk pada kualitas, artinya karakteristik yang pada diri melekat diri anak. Agar data yang dihasilkan lebih mengungkap fakta di lapangan.

Metode

Metode penelitian yang digunakan adalah deskriptif kualitatif. Penelitian ini dilaksanakan di Kota Bengkulu pada bulan April-Juni 2023. Pengambilan data penelitian berdasarkan lokasi klub olahraga yang memiliki atlet anak usia dini (8-14 Tahun) di Kota Bengkulu. Subjek dalam penelitian ini adalah 15 atlet yang dipilih oleh peneliti secara *purposive*. Kriteria subjek yang ditetapkan dalam penelitian ini merupakan atlet usia dini yang telah mendapatkan medali dalam kejuaraan nasional dan telah aktif tergabung dalam klub olahraga minimal 1 tahun. Adapun teknik dan instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan tes *Edwards Personal Preference Schedule (EPPS)* dan wawancara semi-terstruktur. Tes EPPS berisi 225 butir pernyataan yang harus dijawab oleh subjek penelitian. Analisis data menggunakan nilai rerata dan standar deviasi dan ketentuan yang telah tertera pada instrumen tes EPPS. Sedangkan analisis data dari wawancara menggunakan deskripsi kualitatif.

Tabel 1. Indikator tes EPPS

No	Indikator	Penjelasan
1	<i>Achievement</i>	Kebutuhan untuk berprestasi
2	<i>Deference</i>	Kebutuhan mengikuti arahan orang lain, menyesuaikan diri
3	<i>Order</i>	Kebutuhan keteraturan, perencanaan
4	<i>Exhibition</i>	Kebutuhan menampilkan diri, pengakuan
5	<i>Autonomy</i>	Kebutuhan kemandirian
6	<i>Affiliation</i>	Kebutuhan menjalin relasi dengan orang lain

7	<i>Intraseption</i>	Kebutuhan memahami orang lain
8	<i>Soccurance</i>	Kebutuhan ketergantungan
9	<i>Dominance</i>	Kebutuhan mengatur atau memimpin orang lain
10	<i>Abasement</i>	Kebutuhan merendahkan diri agar mampu beradaptasi
11	<i>Nurturance</i>	Kebutuhan memperhatikan/ kepedulian terhadap orang lain
12	<i>Change</i>	Kebutuhan untuk melakukan hal baru/berubah
13	<i>Endurance</i>	Kebutuhan ketekunan
14	<i>Heterosexual</i>	Kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis
15	<i>Agrresion</i>	Kebutuhan untuk melawan atau menyerang

Tabel 2. Panduan Wawancara

No	Indikator	Pertanyaan	Jawaban
1	<i>Achievement</i>	Apakah anda memiliki tujuan yang jelas dalam mengikuti cabang olahraga saat ini?	
2	<i>Deference</i>	Bagaimana anda menyikapi perbedaan yang ada pada tempat anda latihan atau lingkungan sekitar anda?	
3	<i>Order</i>	Apakah anda selalu merencanakan setiap kegiatan yang anda lakukan?	
4	<i>Exchibition</i>	Apakah anda suka menjadi pusat perhatian?	
5	<i>Autonomy</i>	Apakah saat ini anda merasa tertekan atau tidak bebas?	
6	<i>Affiliation</i>	Mengapa kita harus memiliki rasa peduli atau <i>care</i> terhadap lawan bertanding atau orang disekitar anda?	
7	<i>Intraseption</i>	Apakah anda selalu memperhatikan lawan bertanding baik sebelum atau sesudah pertandingan?	
8	<i>Soccurance</i>	Kapan anda merasa membutuhkan dukungan atau semangat dari orang sekitar anda?	
9	<i>Dominance</i>	Menurut anda mengapa kepemimpinan sangat penting dalam menghadapi pertandingan?	
10	<i>Abasement</i>	Bagaimana anda menghadapi hasil pertandingan? Baik dalam menghadapi kemenangan atau kekalahan.	
11	<i>Nurturance</i>	Kapan anda merasa harus memberikan bantuan pada orang disekitar anda?	
12	<i>Change</i>	Dimana anda merasa anda dapat menjadi contoh bagi orang lain?	
13	<i>Endurance</i>	Mengapa tugas-tugas yang diberikan harus diselesaikan dengan baik? Baik itu program latihan atau tugas semacamnya.	
14	<i>Heterosexual</i>	Apakah anda pernah suka terhadap orang disekitar anda? Apakah hal itu menjadi penyemangat anda?	
15	<i>Agrresion</i>	Apakah anda selalu berdiskusi pada orang-orang disekitar anda? Baik pelatih ataupun rekan setim anda.	

Hasil

Hasil analisis kebutuhan psikologis atlet usia dini di Kota Bengkulu disajikan ke dalam tabel.

Tabel 3. Hasil Analisis Kebutuhan Psikologis Atlet Laki-Laki

No	Kebutuhan	Keterangan	Mean	Standard deviation	Kategori
1	<i>Achievement</i>	Kebutuhan untuk berprestasi	16,71	2,43	0
2	<i>Deference</i>	Kebutuhan mengikuti arahan orang lain, menyesuaikan diri	15,00	2,16	0
3	<i>Order</i>	Kebutuhan keteraturan, perencanaan	16,86	1,77	-
4	<i>Exhibition</i>	Kebutuhan menampilkan diri, pengakuan	16,57	4,58	++
5	<i>Autonomy</i>	Kebutuhan kemandirian	16,29	4,39	++
6	<i>Affiliation</i>	Kebutuhan menjalin relasi dengan orang lain	14,71	2,06	+
7	<i>Intraseption</i>	Kebutuhan memahami orang lain	13,86	1,77	0
8	<i>Soccurance</i>	Kebutuhan ketergantungan	13,29	2,29	0
9	<i>Dominance</i>	Kebutuhan mengatur atau memimpin orang lain	12,57	2,15	0
10	<i>Abasement</i>	Kebutuhan merendahkan diri agar mampu beradaptasi	14,14	1,77	-
11	<i>Nurturance</i>	Kebutuhan memperhatikan/ kepedulian terhadap orang lain	15,86	1,46	-
12	<i>Change</i>	Kebutuhan untuk melakukan hal baru/berubah	13,29	2,69	0
13	<i>Endurance</i>	Kebutuhan ketekunan	13,57	3,60	-
14	<i>Heterosexual</i>	Kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis	15,86	2,34	++
15	<i>Agresion</i>	Kebutuhan untuk melawan atau menyerang	14,43	2,51	+

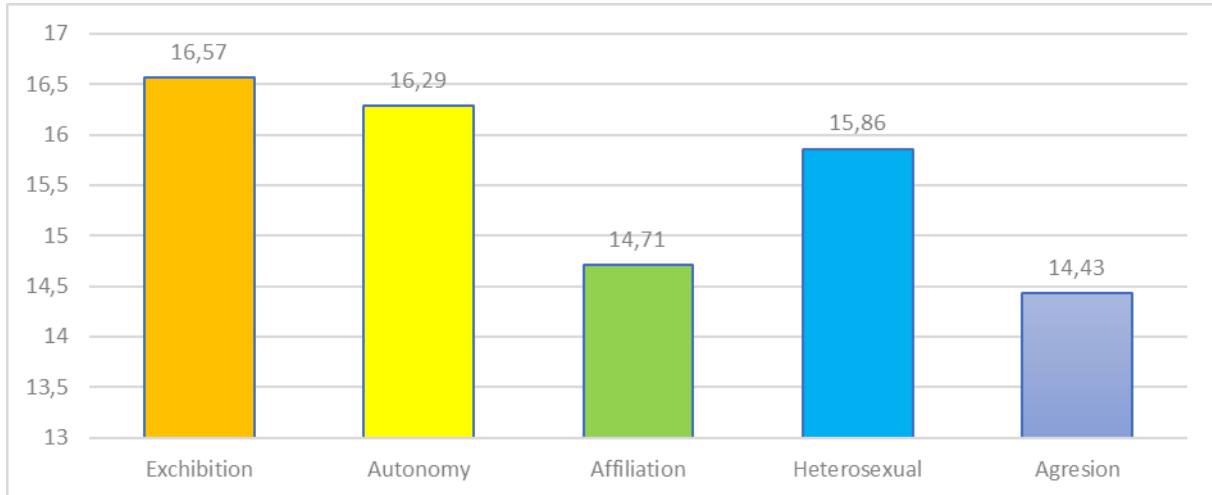
Berdasarkan pada tabel 3 diketahui bahwa 15 kebutuhan yang dikategorikan menjadi beberapa kategori yaitu kategori -, kategori 0, kategori +, dan katgeori ++. Pada kategori - artinya kebutuhan atlet laki-laki pada aspek tersebut belum terpenuhi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori - diantaranya adalah kebutuhan keteraturan atau perencanaan, kebutuhan merendahkan diri agar mampu beradaptasi, Kebutuhan memperhatikan/ kepedulian terhadap orang lain, dan Kebutuhan memperhatikan/ kepedulian terhadap orang lain.

Pada kategori 0 artinya kebutuhan atlet pada aspek tersebut sudah cukup terpenuhi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori 0 diantaranya adalah kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan mengikuti arahan orang lain atau menyesuaikan diri, Kebutuhan memahami orang lain, Kebutuhan ketergantungan, Kebutuhan mengatur atau memimpin orang lain, Kebutuhan untuk melakukan hal baru/berubah.

Pada kategori + artinya kebutuhan atlet pada aspek tersebut cenderung tinggi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori + diantaranya adalah Kebutuhan menjalin relasi dengan orang lain, dan Kebutuhan untuk melawan atau menyerang. Sedangkan Pada kategori ++ artinya kebutuhan atlet pada aspek tersebut sangat tinggi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori ++ diantaranya adalah kebutuhan menampilkan diri atau pengakuan, Kebutuhan

kemandirian, kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis.

Untuk membantu pembaca dalam memahami kebutuhan psikologis atlet laki-laki dapat dilihat pada gambar ini.



Gambar 1. Analisis Kebutuhan Psikologis Atlet Laki-laki

Tabel 4. Hasil Analisis Kebutuhan Psikologis Atlet atlet Perempuan

No	Kebutuhan	Keterangan	Mean	Standard deviation	Kategori
1	<i>Achievement</i>	Kebutuhan untuk berprestasi	13,75	1,98	-
2	<i>Deference</i>	Kebutuhan mengikuti arahan orang lain, menyesuaikan diri	14,88	1,96	0
3	<i>Order</i>	Kebutuhan keteraturan, perencanaan	15,88	1,36	-
4	<i>Exhibition</i>	Kebutuhan menampilkan diri, pengakuan	15,00	1,31	++
5	<i>Autonomy</i>	Kebutuhan kemandirian	14,25	2,43	++
6	<i>Affiliation</i>	Kebutuhan menjalin relasi dengan orang lain	17,25	2,05	0
7	<i>Intracception</i>	Kebutuhan memahami orang lain	16,88	1,36	+
8	<i>Soccurance</i>	Kebutuhan ketergantungan	15,00	2,33	+
9	<i>Dominance</i>	Kebutuhan mengatur atau memimpin orang lain	13,25	1,58	0
10	<i>Abasement</i>	Kebutuhan merendahkan diri agar mampu beradaptasi	13,25	2,25	-
11	<i>Nurturance</i>	Kebutuhan memperhatikan/kepedulian terhadap orang lain	15,50	1,77	0
12	<i>Change</i>	Kebutuhan untuk melakukan hal baru/berubah	16,13	3,09	+
13	<i>Endurance</i>	Kebutuhan ketekunan	15,75	2,43	-
14	<i>Heterosexual</i>	Kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis	13,38	2,88	++

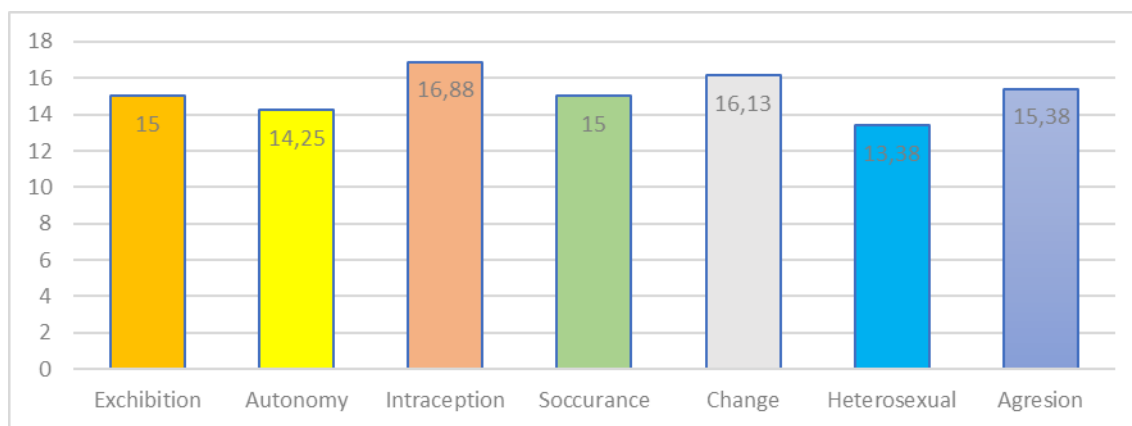
15	<i>Agresion</i>	Kebutuhan untuk melawan atau menyerang	15,38	1,51	++
----	-----------------	--	-------	------	----

Berdasarkan pada tabel, diketahui bahwa 15 kebutuhan yang dikategorikan menjadi beberapa kategori yaitu kategori -, kategori 0, kategori +, dan katgeori ++. Pada kategori - artinya kebutuhan atlet perempuan pada aspek tersebut belum terpenuhi. Kebutuhan atlet perempuan yang termasuk ke dalam kategori - diantaranya adalah Kebutuhan untuk berprestasi, kebutuhan keteraturan atau perencanaan, kebutuhan merendahkan diri agar mampu beradaptasi, dan kebutuhan ketekunan.

Pada kategori 0 artinya kebutuhan atlet perempuan pada aspek tersebut sudah cukup terpenuhi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori 0 diantaranya adalah Kebutuhan mengikuti arahan orang lain atau menyesuaikan diri, kebutuhan menjalin relasi dengan orang lain, Kebutuhan mengatur atau memimpin orang lain, dan kebutuhan memperhatikan/ kepedulian terhadap orang lain.

Pada kategori + artinya kebutuhan atlet perempuan pada aspek tersebut cenderung tinggi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori + diantaranya adalah kebutuhan memahami orang lain, kebutuhan ketergantungan, dan kebutuhan untuk melakukan hal baru/berubah. Sedangkan Pada kategori ++ artinya kebutuhan atlet pada aspek tersebut sangat tinggi. Kebutuhan atlet yang termasuk ke dalam kategori ++ diantaranya adalah kebutuhan menampilkan diri atau pengakuan, kebutuhan kemandirian, kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis.

Untuk membantu pembaca dalam memahami kebutuhan psikologis atlet laki-laki dapat dilihat pada gambar berikut.



Gambar 2. Analisis Kebutuhan Psikologis Atlet Perempuan

Pembahasan

Dilihat dari aspek perkembangan ilmu psikologi, anak usia dini berada dalam masa keemasan sepanjang rentang usia perkembangan anak. Usia keemasan merupakan masa yang disebut oleh Montessori dengan *sensitive period* di mana anak mulai peka untuk menerima berbagai stimulasi dan berbagai upaya pendidikan dari lingkungannya baik disengaja maupun

tidak disengaja (Ahmetoğlu, 2015). Pada masa peka inilah terjadi pematangan fungsi-fungsi fisik dan psikis sehingga anak siap merespons pada stimulasi dan berbagai upaya-upaya pendidikan yang dirangsang oleh lingkungan. Sedangkan berdasarkan aspek pedagogis, masa usia dini merupakan masa peletak dasar (pondasi awal) bagi pertumbuhan dan perkembangan selanjutnya. Masa kanak-kanak yang bahagia merupakan dasar bagi keberhasilan dimasa datang dan sebaliknya (Denham & Liverette, 2019). Agar pertumbuhan dan perkembangan tercapai secara optimal, maka dibutuhkan situasi dan kondisi yang kondusif pada saat memberikan stimulasi dan upaya-upaya pendidikan yang sesuai dengan kebutuhan anak.

Karakteristik anak usia dini memiliki ciri yang khas dan berbeda dalam setiap perkembangannya. Menurut (Hoedaya, 2006) mengklasifikasikannya sebagai berikut: usia 6 sampai 11 tahun (kelompok usia muda): kemampuan fisik masih terbatas. Misalnya tingkat usia 6-8 tahun waktu reaksi masih lambat, koordinasi mata-tangan rendah, struktur jaringan otot masih peka terhadap cedera. Namun, anak-anak pada kelompok ini menyenangkan dan cukup toleran terhadap kegiatan bersifat daya tahan erobik. Pada tingkat usia 10-11 tahun bisa terjadi peningkatan pertumbuhan fisik yang pesat pada beberapa anak. Adalah tugas pelatih untuk tetap memberi semangat kepada anak-anak yang pertumbuhan fisiknya tertinggal. Secara umum, anak masih memiliki tingkat perhatian dan konsentrasi yang pendek. Pelatih harus menyesuaikan instruksi yang diberikan kepada anak. Strategi melatih hendaknya melalui instruksi sederhana dan singkat., dan pemberian semangat atau pengakuan yang positif kepada anak. Penekanan latihan kepada rasa senang dan kegembiraan anak. Setiap usaha anak harus dihargai. Pada Usia 11 sampai 15 tahun (kelompok usia menengah): Pertumbuhan fisik masih bervariasi. Ukuran tubuh bisa menyerupai orang dewasa, tetapi kekuatan otot tidak sama. Pada tingkat usia ini bisa terjadi perubahan perilaku yang disebabkan oleh proses adaptasi terhadap kehidupan sosial, psikologis, dan perubahan fisiologis tubuh. Pada umumnya anakanak pada tingkat usia ini sudah bisa diberikan instruksi dan strategi permainan yang lebih rumit. Pelatih masih harus menekankan pelatihannya pada peningkatan kemampuan dan keterampilan, bukan pada kemenangan semata. Anak mulai memiliki rasa ingin dihargai dan dikenal, tidak mau lagi diperlakukan seperti anak kecil. Pelatih harus mau lebih banyak mendengarkan daripada memberi perintah.

Dalam olahraga usia dini, target yang harus dicapai anak adalah menerapkan sebaik mungkin keterampilan dan kemampuan yang sudah dilatih ke dalam pertandingan. Usaha yang terbesar adalah meningkatkan kepribadian yang merasa dihargai dan bukan untuk mencapai kemenangan dalam pertandingan. Tujuan aktivitas olahraga untuk anak adalah sebagai pengenalan pengalaman berolahraga, meningkatkan keterampilan fisik, dan membangun kepercayaan diri. Dalam masa ini, yang diperlukan anak adalah kegembiraan dalam melakukan latihan olahraga.

Penelitian umumnya menunjukkan bahwa anak-anak berpartisipasi dalam olahraga untuk bersenang-senang, meningkatkan keterampilan, menjadi bagian dari kelompok, menjadi sukses dan mendapatkan pengakuan, menjadi lebih bugar, dan menemukan kegembiraan (Lee, 2002). Alasan untuk menarik diri dari olahraga termasuk melakukan hal-hal lain untuk dilakukan,

kebosanan, kurang sukses, terlalu banyak tekanan, kehilangan minat, ditinggalkan teman, biaya, cedera, bekerja, dan masalah dengan fasilitas atau dukungan. Meskipun tuntutan besar mungkin dibebankan pada para atlet ini untuk berlatih dan berkompetisi, pelatih perlu memastikan bahwa hal ini tidak mengorbankan kesejahteraan dan kesejahteraan anak. Memastikan bahwa seluruh proses olahraga untuk atlet anak elit menyenangkan dan memuaskan akan mendorong kesejahteraan, memungkinkan atlet anak untuk berkembang (Oliver et al., 2011).

Kebutuhan akan prestasi (*achievement*) olahraga belum muncul pada atlet usia dini di Kota Bengkulu. Hal tersebut cukup relevan dengan berbagai teori dan hasil penelitian yang telah disebutkan sebelumnya bahwa tujuan utama atlet usia dini bergabung dalam olahraga adalah untuk mencari kesenangan. Dari hasil wawancara yang dilakukan kepada subjek A menyebutkan bahwa dirinya mengungkapkan bahwa *“saya menikmati semua proses yang saya alami dalam setiap latihan maupun pertandingan. Saya bergembira jika dapat memenangkan pertandingan dan tidak terlalu sedih jika mengalami kekalahan. Bagi saya kekalahan adalah proses untuk menjadi lebih baik”*.

Pada proses keterlibatan atlet usia dini dalam aktivitas olahraga masih membutuhkan arahan dari pelatih maupun orang tua. Pada hasil penelitian ini kebutuhan akan mengikuti arahan orang lain atau menyesuaikan diri (*deference*) dalam kategori 0. Artinya, atlet usia dini sangat membutuhkan bimbingan dari pelatih dan orang tua untuk mampu menyesuaikan diri dengan lingkungan yang baru. Melalui bimbingan yang intensif dari pelatih dan orang tua akan membantu atlet usia dini untuk memperoleh keterampilan psikologis yang optimal (Supriyanto & Nugroho, 2021). Dari hasil penelitian relevan ditemukan bahwa peran orang tua akan membantu atlet untuk mengimplementasikan karakter yang sesuai dengan cabang olahraga yang ditekuninya (Fitri, 2022).

Pada aspek kebutuhan keteraturan atau perencanaan atlet usia dini belum mampu mencapai dengan baik. Artinya, kemampuan atlet usia dini belum optimal untuk merencanakan apa yang akan dilakukan. Pada tahap ini, atlet usia dini sebagian besar kebutuhannya adalah untuk mendapatkan kesenangan dalam berolahraga. Dalam penelitian ini atlet laki-laki ataupun perempuan memiliki kategori minus. Hal tersebut juga diungkapkan oleh subjek dalam penelitian ini bahwa *“saat ini saya mengikuti instruksi yang diberikan oleh pelatih karena saya belum mampu untuk menyusun rencana penting mengenai apa yang akan saya capai”*.

Pada aspek kebutuhan menampilkan diri atau pengakuan (*excibition*). Pada aspek ini sebagian besar atlet mengungkapkan bahwa dirinya merasa senang jika diakui oleh teman sebaya atau kelompoknya. Atlet laki-laki maupun perempuan keduanya memiliki katgeori yang sama yaitu kategori ++. Hal tersebut menunjukkan bahwa melalui olahraga atlet mampu menunjukkan eksistensinya (Pujiyanto et al., 2022). Hasil wawancara dari subjek mengungkapkan bahwa *“saya merasa senang jika teman saya mengakui kemampuan saya”*.

Melalui olahraga yang tekuninya atlet laki-laki maupun perempuan dalam penelitian ini mampu menunjukkan sikap mandiri. Hal tersebut tercermin dari aspek kebutuhan kemandirian (*autonomy*) yang mana atlet laki-laki maupun perempuan memiliki kategori yang sama yaitu kategori ++. Artinya, dengan keterlibatan aktif dalam olahraga maka anak-anak akan mampu

mengembangkan karakter untuk hidup mandiri. Hal tersebut juga diungkapkan oleh subjek A bahwa *“saya merasa mampu untuk melakukan berbagai aktivitas olahraga secara mandiri atau tanpa bergantung kepada orang lain”*. Penelitian yang relevan juga menyebutkan bahwa anak-anak yang mengikuti kegiatan olahraga secara teratur memiliki karakter yang lebih mandiri dibandingkan dengan anak-anak yang tidak mengikuti kegiatan olahraga (Eastabrook, et al., 2022).

Kebutuhan menjalin relasi dengan orang lain pada atlet laki-laki berada pada kategori + sementara itu pada atlet perempuan berada pada kategori 0. Artinya, atlet laki-laki memiliki kemampuan untuk menjalin relasi lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan. Seperti yang diketahui bahwa olahraga bukan hanya semata masalah fisik namun juga berkaitan dengan aspek sosial. Artinya, melalui olahraga anak-anak akan belajar cara untuk bersosialisasi atau menjalin hubungan baik dengan orang lain seperti teman sebaya atau tim, pelatih, maupun staf klub dimana anak-anak berlatih (Cendra & Gazali, 2019). Hasil wawancara kepada subjek A menyebutkan bahwa *“saya mampu menjalin relasi dengan teman-teman selama saya berlatih di klub ini”*. Anak-anak yang aktif dalam mengikuti kegiatan olahraga cenderung memiliki karakter untuk mudah membangun relasi khususnya pada cabang olahraga tim (Komarudin, 2020).

Kebutuhan memahami orang lain pada atlet laki-laki berada pada kategori 0 sedangkan atlet perempuan memiliki kategori +. Artinya, atlet perempuan memiliki kemampuan yang lebih baik dalam memahami orang lain jika dibandingkan dengan atlet laki-laki. Melalui olahraga, anak-anak akan belajar berbagai nilai-nilai positif dalam kehidupan seperti memahami rang lain. Anak-anak dapat belajar memberikan rasa hormat kepada teman sebaya, pelatih, staf, lawan bertanding bahkan penonton. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak-anak yang berpartisipasi dalam olahraga memiliki kemampuan dalam memahami apa yang dirasakan oleh orang lain (Pujiyanto et al., 2023).

Kebutuhan ketergantungan pada atlet laki-laki berada pada kategori 0 sedangkan atlet perempuan memiliki kategori +. Dilihat dari jenis kelamin, atlet perempuan memiliki kebutuhan ketergantungan yang lebih besar dibandingkan dengan atlet laki-laki. Meskipun, atlet dapat melakukan berbagai aktivitas olahraga secara mandiri namun pada berbagai aspek khusus atlet bergantung pada banyak hal seperti, ketergantungan terhadap instruksi dari pelatih maupun orang tua. Hal tersebut sesuai dengan karakteristik dari anak usia dini bahwa pada tahapan ini anak-anak membutuhkan bimbingan yang intensif untuk mampu mengembangkan potensi yang ada dalam dirinya

Kebutuhan mengatur atau memimpin orang lain pada atlet laki-laki dan perempuan berada pada kategori 0. Pada atlet usia dini kemampuan dalam mengatur atau memimpin belum dapat ditampilkan secara optimal karena pada usia ini anak-anak lebih banyak membutuhkan bimbingan dari orang tua ataupun pelatih. Pada aspek kebutuhan merendahkan diri agar mampu beradaptasi pada atlet laki-laki dan perempuan berada pada kategori -. Pada atlet usia dini belum memiliki kemampuan untuk memanipulasi dirinya sehingga atlet menampilkan dirinya sesuai dengan apa yang mereka rasakan.

Kebutuhan memperhatikan atau kepedulian terhadap orang lain pada atlet laki-laki dan perempuan berada pada kategori -. Pada masa usia dini atlet masih membutuhkan bimbingan supaya mampu mengembangkan nilai peduli terhadap orang lain. Selanjutnya, pada kebutuhan untuk melakukan hal baru atau berubah pada atlet laki-laki berada pada kategori 0 sedangkan atlet perempuan memiliki kategori +. Dalam penelitian ini terdapat perbedaan antara kemampuan atlet laki-laki dan perempuan dalam kebutuhan untuk melakukan hal baru. Dalam penelitian ini atlet perempuan lebih mudah untuk beradaptasi dengan hal-hal baru. Hal tersebut selaras dengan hasil penelitian terdahulu yang mengungkapkan bahwa atlet perempuan lebih mudah untuk beradaptasi dengan hal-hal baru (Nisavinea & Kusuma, 2021).

Kebutuhan ketekunan pada atlet laki-laki dan perempuan berada pada kategori -. Artinya, artinya keterlibatan atlet usia dini dalam olahraga bertujuan untuk mencari kesenangan dan kenikmatan dalam melakukan aktivitas olahraga. Anak-anak belum mampu menemukan tujuan yang jelas untuk menjadi atlet profesional. Lebih lanjut diketahui bahwa kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis pada atlet laki-laki dan perempuan berada pada kategori +. Dalam penelitian ini menunjukkan kategori yang positif dalam aspek kebutuhan menjalin relasi dengan lawan jenis. Artinya, atlet usia dini di Kota Bengkulu mulai untuk menjalin relasi dengan lawan jenis. Namun, yang perlu menjadi perhatian bagi pelatih dan orang tua adalah kebutuhan anak untuk menyerang orang lain. Hal tersebut ditunjukkan dari hasil penelitian ini yang menggambarkan bahwa kebutuhan untuk melawan atau menyerang pada atlet laki-laki berada pada kategori + sedangkan atlet perempuan memiliki kategori ++. Artinya, kemampuan atlet usia dini dalam mengelola emosi masih rendah karena dalam penelitian ini atlet menunjukkan nilai yang tinggi. Oleh sebab itu, pelatih memiliki peran yang dominan untuk mengelola kemampuan atletnya dalam aspek agresi.

Nilai-nilai dalam olahraga penting untuk ditanamkan kepada anak sejak dini. Hasil penelitian (Lee & Cockman, 1991) mengidentifikasi nilai-nilai yang penting bagi pemain sepak bola dan tenis muda. Temuannya menunjukkan bahwa atlet muda tampak mengekspresikan nilai-nilai yang spesifik untuk olahraga, atau setidaknya sangat penting dalam pengaturan olahraga. Kedua, kenikmatan lebih sering disebut di antara pemain tenis daripada pemain sepak bola; pesepakbola lebih mementingkan nilai-nilai kolektif seperti kesesuaian, kepatuhan, dan semangat tim. Ini menunjukkan bahwa ada budaya nilai yang dikaitkan dengan berbagai olahraga yang dapat ditransmisikan oleh pelatih. Nilai-nilai yang paling sering disebutkan adalah menang, kenikmatan, dan sportif. Namun, tidak mungkin untuk menggambarkan kepentingan relatif dari nilai-nilai ini pada saat ini. Cukuplah untuk mengatakan bahwa konsisten dengan sebagian besar penelitian yang tersedia bahwa kaum muda mengutamakan mementingkan kesenangan dan kepuasan dalam olahraga mereka. Masalahnya adalah bahwa anak-anak menikmati hal-hal yang berbeda tentang olahraga dan tidak selalu dapat mengartikulasikan perasaan mereka dengan sangat baik (Mossman & Cronin, 2019).

Anak-anak memiliki banyak alasan berbeda untuk hal-hal yang mereka lakukan, dan beberapa alasan mereka berubah dari hari ke hari. Terkadang anak-anak keluar dari olahraga karena mereka tidak merasa sukses dengan cara yang mereka inginkan, dan mereka tidak melihat

cara apa pun untuk mengubah situasi. Jika kita ingin membantu, kita harus mengetahui kebutuhan psikologis dan nilai penting untuk diketahui orang dewasa dalam lingkungan olahraga anak. Pemahaman akan hal itu akan mengembangkan potensi anak. Selain itu, tumbuh kembang anak akan berjalan sesuai dengan kematangannya. Keberhasilan anak menjadi pribadi yang utuh atau menjadi berprestasi dalam olahraga yang ditekuninya akan kian dekat jika orang tua mampu memenuhi kebutuhan psikologis anak dan menanamkan nilai-nilai dalam olahraga.

Kesimpulan

Atlet usia dini membutuhkan penanganan khusus dari pelatih dan orang tua supaya dirinya mampu untuk mengekspresikan nilai-nilai yang positif serta mengembangkan potensi dalam dirinya. Untuk mampu mengembangkan potensi atlet usia dini maka kebutuhan psikologis atlet harus dipenuhi. Dalam penelitian ini dapat disimpulkan bahwa atlet laki-laki memiliki 5 kebutuhan yaitu: *exhibition, autonomy, affiliation, heterosexual, agresion*. Sedangkan atlet perempuan memiliki 7 kebutuhan yaitu: *exhibition, Autonomy intraception, soccurance, change, heterosexual, agresion*. Kelemahan penelitian ini tidak dapat digeneralisasikan terhadap atlet usia dini pada cabang olahraga yang tidak termasuk dalam penelitian ini. Kontribusi dari penelitian ini memberikan sumbangsih secara teoritis pada bidang psikologi olahraga khususnya untuk atlet usia dini. Untuk penelitian selanjutnya direkomendasikan untuk mengembangkan instrumen atau program latihan untuk memfasilitasi kebutuhan psikologis atlet.

Ucapan Terima Kasih

Penelitian ini dapat terlaksana atas bantuan pendanaan penelitian Pembinaan Universitas Bengkulu tahun 2023, dengan nomor kontrak 2059/ UN30. 15/ PP/ 2023.

Referensi

- Ahmetoğlu, E. (2015). Inclusion at preschool period. *Education in the 21st century: Theory and practice*, 278-296.
- Cendra, R., & Gazali, N. (2019). Intensitas Olahraga Terhadap Perilaku Sosial. *Media Ilmu Keolahragaan Indonesia*, 9(1), 13-17. <https://doi.org/10.15294/miki.v9i1.20529>.
- Denham, S. A., Zinsser, K. M., & Brown, C. A. (2006). The emotional basis of learning and development in early childhood education. *Handbook of research on the education of young children*, 2, 85-103.
- Dohme, L. C., Piggott, D., Backhouse, S., & Morgan, G. (2019). Psychological skills and characteristics facilitative of youth athletes' development: A systematic review. *The Sport Psychologist*, 33(4), 261-275. <https://doi.org/10.1123/tsp.2018-0014>
- Eastabrook, C., Taylor, R. D., Richards, P., & Collins, L. (2022). An Exploration of Coaching Practice: How Do High-Level Adventure Sports Coaches Develop Independence in Learners?. *International Sport Coaching Journal*, 10(2), 204-216. <https://doi.org/10.1123/iscj.2021-0087>.
- Fitri, D. (2022). Peran Orangtua terhadap Implementasi Karakter Atlet Sepakbola Usia Muda. *Jurnal Patriot*, 4(1), 105-116. <https://doi.org/10.24036/patriot.v4i1.833>
- Harwood, C. G., & Knight, C. J. (2016). Parenting in sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 5(2), 84. doi: 10.1016/j.psychsport.2014.03.001.

- Hoedaya, D. (2006). Pendekatan Psikologis dalam olahraga usia dini. *Bandung: FPOK UPI*.
- Komarudin, K. (2020). Kepercayaan Diri Dan Kohesivitas Peserta Didik Ekstrakurikuler Sepak Bola Dan Hizbul Wathan. *Jambura Health and Sport Journal*, 2(2), 33-43. <https://doi.org/10.37311/jhsj.v2i2.6994>.
- Konter, E., Beckmann, J., & Mallett, C. J. (2019). 14 Psychological skills for football players. *Football psychology: From theory to practice*, 179.
- Larasati, G., & Winarno, A. R. D. (2016). Studi deskriptif identifikasi kebutuhan psikologis anak berbakat di kelas akselerasi. *Psikodimensia*, 15(1), 58-87. Available at: <http://journal.unika.ac.id/index.php/psi/article/download/592/443>.
- Lee, M., & Cockman, M. (1991). Ethical issues in sport: emergent values among youth football and tennis players. *Unpublished Report Submitted to the Sports Council Research Unit*.
- Lee, M. (2002). *Coaching children in sport: principles and practice*. Routledge.
- Manna, I. (2014). Growth development and maturity in children and adolescent: relation to sports and physical activity. *American Journal of Sports Science and Medicine*, 2(5A), 48-50. doi: 10.12691/ajssm-2-5a-11.
- Mossman, G. J., & Cronin, L. D. (2019). Life skills development and enjoyment in youth soccer: The importance of parental behaviours. *Journal of sports sciences*, 37(8), 850-856. doi: 10.1080/02640414.2018.1530580.
- Nisavinea, N. D., & Kusuma, D. W. Y. (2021). Kepribadian Atlet Karate Pplop Jawa Tengah Dari Sudut Pandang Gender. *Indonesian Journal for Physical Education and Sport*, 2, 20-25.
- Oliver, J. L., Lloyd, R. S., & Meyers, R. W. (2011). Training elite child athletes: Promoting welfare and well-being. *Strength & Conditioning Journal*, 33(4), 73-79.
- Persson, M., Espedalen, L. E., Stefansen, K., & Strandbu, Å. (2020). Opting out of youth sports: how can we understand the social processes involved?. *Sport, Education and Society*, 25(7), 842-854. 10.1080/13573322.2019.1663811.
- Pujianto, D., Nopiyanto, Y. E., Insanisty, B., Yarmani, Syafrial, Sugihartono, T., & Ibrahim. (2023). Emotional Intelligence: A Review of Student-Athletes at Physical Education Program. *International Journal of Human Movement and Sports Sciences*, 11(3), 540-547. <https://doi.org/10.13189/saj.2023.110305>
- Pujianto, D., Nopiyanto, Y. E., Ningrum, H. R. A., & Nevtasari, D. (2022). Self-esteem of fourth grade students in learning physical education. *Altius: Jurnal Ilmu Olahraga dan Kesehatan*, 11(1), 31-37. <https://doi.org/10.36706/altius.v11i1.17904>
- Supriyanto, A., & Nugroho, S. (2021). Kajian Pembinaan Mental Usia Dini Melalui Olahraga. *Jurnal Olahraga Kebugaran dan Rehabilitasi (JOKER)*, 1(2), 141-148. <https://doi.org/10.35706/joker.v1i2.5774>
- Visek, A. J., Achrati, S. M., Mannix, H. M., McDonnell, K., Harris, B. S., & DiPietro, L. (2015). The fun integration theory: toward sustaining children and adolescents sport participation. *Journal of Physical Activity and Health*, 12(3), 424-433. <https://doi.org/10.1123/jpah.2013-0180>.