

# PEMANDUAN BAKAT OLAHRAGA (Sebuah Kajian Psikologi)

Oleh:

KOMARUDIN, S.Pd. M.Pd.

---



# Definisi Pemanduan Bakat Olahraga



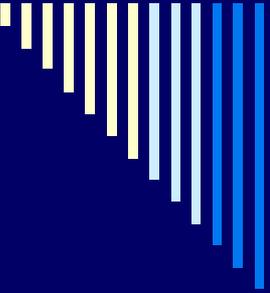
BAKAT  
OLAHRAGA

Potensi seseorang untuk berprestasi dalam kegiatan olahraga tertentu, karena dalam dirinya terdapat ciri-ciri yang dapat dikembangkan dan prakondisi yang menunjang keberhasilan dalam olahraga



# Tujuan Pemanduan Bakat

- Mengidentifikasi calon atlet berpotensi.
  - Memilih jenis olahraga yang sesuai dengan potensi dan minatnya.
  - Memperkirakan peluang untuk berhasil dalam program pembinaan (prestasi)
-



**BAKAT**



**TRAIT THEORY**

**CONSTITUTIONAL  
THEORY**

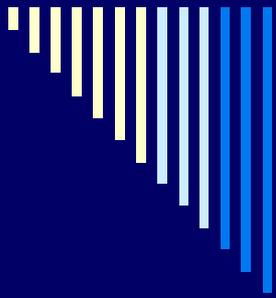
# Sport Performance

## Quality:

Physique  
Personality  
Skill  
Fitness  
Intellect

Genetic





---

The world champion athletes is likely **born and made**, born with **genetic potential of optimal physique**, appropriate **intelligence** and desirable **personal qualities**.

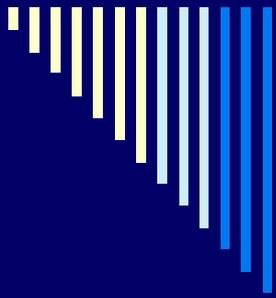
---



---

# CIRI KARAKTERIOLOGIS

- Kegigihan, keuletan (toughmindedness)
  - Kecemasan (anxiety)
  - Mampu mengatasi kesulitan sendiri (independence)
  - Kepercayaan diri (self confidence)
  - Introversi
  - Agresivitas
-



## PEMANDUAN BAKAT – USIA DINI

- ❖ Critical periode
- ❖ Low of readiness
- ❖ Personality assessment

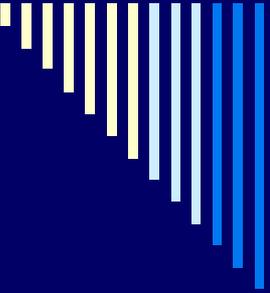


---

# Perkembangan Anak Berbakat dalam Olahraga

**“Athletes are born and then made”**

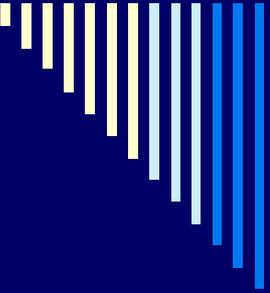
- Faktor bakat mempunyai peranan penting agar seseorang menjadi juara
  - Bakat harus dibina agar muncul dan berfungsi
-



---

# Anak Berbakat dalam Olahraga

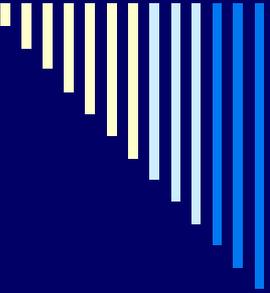
- **Komponen fisik**
    - Struktur anatomis
    - Fisiologis
    - Kondisi Biokemik
  - **Komponen psikologis (kepribadian)**
-



---

# Anak Berbakat dalam Olahraga

- Dipengaruhi Faktor-faktor:
    - Komponen Bawaan (genetic endowment)
    - Faktor Keberuntungan (luck)
    - Perkembangan fisik
    - Kondisi lingkungan
    - Kualitas psikologis
-



---

# Kualitas Psikologis

- **Aspek yang perlu dibina:**
    - Dimensi Intensi (motivasi)
    - Dimensi Atensi (perhatian) – (fungsi kognisi)
    - Dimensi Emosi (Arousal, Anxiety, Stress, Control diri)
-



## Pembentukan Minat-Motivasi OR pada Anak

- Umur 8-12 minat olahraga besar
- Umur 12-14 minat berolahraga menurun
- Dukungan orangtua (fasilitas)
- Titikberat pada motivasi intrinsik
- Pelatih sebagai pemacu minat-motivasi
- Dukungan dan pengakuan pemerintah



---

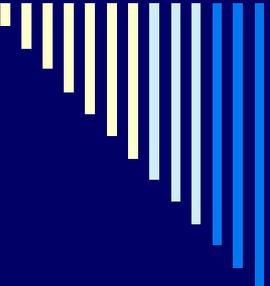
# Pembentukan Ciri Kepribadian Atlet

- Self Confidence (sosial, intelektual, fisik)
  - Motivation
  - Concentration (dialog, feedback, evaluation)
  - Agression
-



# Faktor Psikologis Bagi Atlet Berbakat dalam Olahraga Kompetitif

- ❑ Taraf kecerdasan
  - ❑ Rasa percaya diri
  - ❑ Dorongan yang kuat untuk berhasil
  - ❑ Mental toughness
  - ❑ Konsentrasi
  - ❑ Kecemasan - depresi, kelelahan mental, kebingungan, kemarahan
  - ❑ Sikap sosial yang memadai
  - ❑ Kemandirian
  - ❑ Kreativitas
-



---

# Observasi terhadap Perilaku dalam Bertanding

- ❑ Sebelum bertanding (pemanasan)
  - ❑ Menggunakan teknik visualisasi
  - ❑ Mempersiapkan strategi alternatif
  - ❑ Mempertahankan semangat juang
  - ❑ Mempersiapkan diri menanggapi stress
  - ❑ Menggunakan saat-saat terakhir pertandingan untuk memusatkan perhatian
  - ❑ Mencari masukan untuk mengevaluasi penampilannya
-