



PEMANDUAN BAKAT OLAHRAGA (Sebuah Kajian Psikologi)

Oleh:

KOMARUDIN, S.Pd. M.Pd.



Definisi Pemanduan Bakat Olahraga



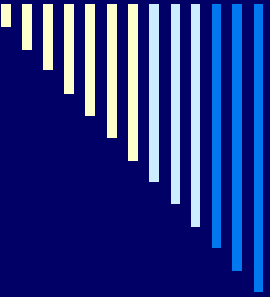
BAKAT
OLAHRAGA

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

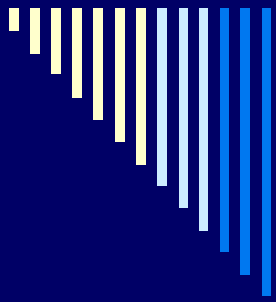
Quality:

Physique
Personality
Skill
Fitness
Intellect

Genetic

```
graph LR; Genetic[Genetic] --> Quality[Quality: Physique, Personality, Skill, Fitness, Intellect];
```

The diagram illustrates the influence of genetic factors on various quality components of sport performance. A box labeled 'Genetic' has an arrow pointing to a larger box labeled 'Quality:'. The 'Quality:' box lists five components: Physique, Personality, Skill, Fitness, and Intellect.



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 - keletihan 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
-