

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Dewasa ini beladiri wushu telah menjadi beladiri yang populer di kalangan masyarakat di seluruh dunia terutama di Indonesia, sepekan terjang wushu di dunia terlebih di Indonesia tidak dapat dipungkiri perkembangannya yang semakin ke sini semakin maju dan berkembang pesat. Hal ini disebabkan oleh orang-orang yang menggeluti wushu yang berjasa untuk menyebarkan, mengembangkan dan mengajarkan wushu kepada orang lain. Terlebih lagi dengan tokoh wanita wushu Indonesia yang menjadi buah bibir masyarakat Indonesia yakni Lindswell Kwok yang berhasil mendapatkan medali emas di ajang olahraga bergengsi antar negara di wilayah Asia. Dengan raihan Lindswell Kwok tersebut membuktikan pada seluruh dunia bahwa Indonesia memiliki atlet yang luar biasa hebat dan menjadi legenda olahraga dalam sejarah Indonesia. Seakan tidak cukup dengan raihan tersebut, Lindswell kembali menjadi buah bibir masyarakat Indonesia yang secara terus menerus dibicarakan oleh banyak orang. Pasalnya Lindswell menjadi seorang muallaf dan menjadi seorang pemeluk agama Islam dan lalu menikah dengan Achmad Hulaefi yang merupakan rekan seperjuangannya selama menjalani pelatnas tim wushu Indonesia sedari dulu. Kini Lindswell menjadi seorang wanita muslimah yang taat agama, hal ini ditunjukkan Lindswell di setiap postingan sosial medianya (instagram) dimana beliau selalu mengenakan pakaian yang sangat tertutup dengan gamis dan balutan hijab yang panjang. Bukan hanya di setiap postingan sosial medianya, Lindswell juga selalu mengenakan pakaian tersebut disaat beliau hadir pada ajang-ajang kejuaraan wushu tingkat daerah maupun nasional.

Wushu merupakan beladiri kuno yang berasal dari negeri tirai bambu yakni Tiongkok (China). Dalam bahasa mandari sebenarnya wushu berasal dari dua kata yaitu *Wu* dan *Shu*. *Wu* berarti ilmu berperang sedangkan *shu* artinya seni. Jadi secara bahasa wushu adalah ilmu/seni dalam berperang.¹ Beladiri wushu sudah ada sejak ribuan tahun yang lalu dan menjadi warisan paling penting dalam kebudayaan tradisional China, pada umumnya orang-orang mengenal wushu dengan istilah kungfu daripada wushu, hal ini kurang tepat dikarenakan kungfu merupakan sebuah istilah yang dipakai untuk menyebut suatu keahlian yang dimiliki seseorang setelah melalui perjalanan serta pelatihan yang lama dan istilah

¹Arya Prasetya Ambara, “*Hubungan Kondisi Fisik Terhadap Prestasi Atlet Wushu Sanda di Sasana Kim Tiauw Surabaya*” (Skripsi, Surabaya: Universitas Negeri Surabaya, 2005), hlm. 4.

kungfu sebenarnya bukan hanya sebatas untuk beladiri saja, melainkan untuk keahlian yang lainnya juga seperti memasak, menjahit, dsb. Wushu juga termasuk ke dalam olahraga beladiri prestasi yang dipertandingkan di berbagai pertandingan seperti PORDA, PON, *Sea Games*, *Asian Games*, bahkan Olimpiade pun wushu termasuk sebagai cabang olahraga yang dipertandingkan.

Wushu di Indonesia dinaungi oleh lembaga resmi yaitu Pengurus Besar Wushu Indonesia (PBWI) dibawah naungan Komite Olahraga Nasional Indonesia (KONI) dan tercatat sebagai cabang olahraga yang menjadi pemberdayaan pemerintah pusat yakni Kementerian Pemuda dan Olahraga (Kemenpora). Sedangkan untuk tingkat internasional lembaga yang menaungi olahraga wushu yakni *International Wushu Federation (IWUF)*² dimana para ahli wushu di china tergabung serta merangkum khas aliran-aliran wushu tradisional menjadi sebuah olahraga yang bisa dipertandingkan secara global, kemudian adanya aturan baku serta adanya standarisasi koreo/gerakan jurus yang disesuaikan dengan umur atlet.

Ada 3 jenis nomor pertandingan yang dipertandingkan dalam olahraga Wushu untuk mencapai prestasi yang tinggi, diantaranya *Taolu* atau peragaan bentuk bentuk jurus, *Jiti* dan *Duilian* atau peragaan bentuk jurus dan pertarungan secara berkelompok dan terkonsep koreonya lalu yang terakhir *sanshou/sanda* yang berarti berkelahi/pertarungan.³ Dalam setiap nomor pertandingan yang dipertandingkan taolu disesuaikan dengan kategori umur atlet tersebut ada *Junior C* untuk atlet yang berusia 7-13 tahun, kemudian *Junior B* berusia 13-15 tahun, lalu *Junior A* yang berusia 15-18 Tahun lalu yang terakhir *Senior* untuk yang berusia 18 tahun ke atas, sedangkan *Duilian* hanya junior B, junior A, senior dengan batasan umur yang sama seperti *Taolu*, sedangkan dipertandingan *Sanda* dibedakan berdasarkan kategori usia atlet diantaranya *Kid* (9-11 tahun), *Children* (12-14 tahun), *Junior* (15-17 tahun), dan *Senior* (18 tahun ke atas).

Di dalam wushu, kita juga mempelajari seni, olahraga, kesehatan, beladiri dan mental bahkan dengan sesuatu yang berhubungan dengan spiritualitas. Dengan demikian mempelajari wushu tidak hanya terbatas pada hal-hal yang berhubungan dengan gerakan fisik dan bela diri saja, tetapi juga melibatkan pikiran.⁴ Maka dari itu wushu sangat berkaitan dengan segala aspek yang mendukung keberhasilan atlet dalam menggapai prestasi yang tinggi serta meningkatkan kualitas diri yang lebih baik lagi.

² Ibid. hlm. 4.

³ <https://id.m.wikipedia.org/wiki/Wushu>, diakses pada 15 Juli 2020, 19:27 WIB

⁴ <https://id.m.wikipedia.org/wiki/Wushu>, diakses pada 15 Juli 2020, 19:45 WIB

Dalam setiap pertandingan atlet memiliki dorongan kuat yang diberikan oleh pengurus cabang/provinsi/pusat untuk mencapai target raihan medali sehingga nantinya menjadi pendorong bagi atlet. Semua cabang olahraga pasti memiliki strateginya sendiri untuk menangani motivasi atlet dalam berlatih maupun dalam pertandingan. Karena jika motivasi berprestasi atlet tersebut terganggu maka saat pertandingan performa atlet tidak akan maksimal akibat dorongan atau penggerakannya tidak terjaga yang terpikirkan oleh beban yang diberikan oleh para pengurus.⁵ Pembangunan motivasi berprestasi yang baik akan membuat atlet tersebut menjadi berpikir secara positif,⁶ tidak akan takut untuk menunjukkan kemampuannya dalam memperagakan bentuk-bentuk jurus, serta bertanding dengan sepenuh tenaga.

Motivasi berprestasi atlet dibentuk dengan berbagai cara khusus yang dirangkum dalam program latihan yang disusun sedemikian rupa agar mental, fisik, serta teknik atlet bisa terbentuk dengan baik sehingga diharapkan bisa memenuhi target dari pengurus.

Selain dari itu setiap atlet pasti memiliki suatu keinginan besar untuk menjadi juara didalam pertandingan tak peduli bagaimana dia harus melewati rintangan, penderitaan, serta rasa sakit di medan latihan yang berat. Rasa keinginan yang besar tersebut bisa disebut dengan motivasi.⁷ Motivasi yang juga bagian terpenting dalam mental tanding untuk mencapai apa yang diinginkan oleh atlet dan pengurus harus diberikan secara berkala agar mendorong atlet untuk bisa melaksanakan tugasnya dengan baik walaupun dibawah tekanan dan beban yang dirasakannya. Dengan berbagai macam tekanan dan beban, atlet harus mengolah kedua hal tersebut agar menjadi pendorong agar memiliki *output* yang diharapkan oleh seorang orang termasuk atlet itu sendiri yakni memperoleh juara di suatu nomor tanding, dengan demikian atlet memiliki sebuah dorongan entah dari pelatihnya, teman-temannya, kekasihnya, dan juga dari keluarganya yang selalu mendukung serta mendoakan atlet tersebut agar bisa mendapatkan hasil yang maksimal. Dengan motivasi tersebut, tumbuhlah gejolak semangat yang berapi-api dalam jiwa atlet tersebut, seakan-akan dia bisa melakukan semuanya tidak peduli hasil apapun.⁸ Kondisi tersebut yang membuat penulis menjadi tertarik untuk membahas dalam penelitian ini, karena penulis juga terjun langsung ke dalam dunia olahraga wushu di Bandung.

⁵ Muhammad Azis Nawawi, “*Hubungan Antara Persepsi Atlet Wushu Sanda Senior Pada Program Latihan Dengan Motivasi Berprestasi Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Tahun 2019*”, (Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran), vol. 4, no. 1, tahun 2018, hlm. 121.

⁶ Ibid, hlm. 122.

⁷ Muhammad Azis Nawawi, “*Hubungan Antara Persepsi Atlet Wushu....*”, hlm. 121.

⁸ Ibid, hlm. 121.

Sebelum bertanding, saat pertandingan dan setelah pertandingan terdapat campur tangan Allah dengan kata lain kasih sayang Allah kepada makhluk-Nya yang sudah berjuang keras untuk menggapai apa yang dia inginkan lewat doa-doa yang ia lantunkan setiap saat. Karena dia mengetahui bahwa manusia hanya bisa berusaha dan berdoa selebihnya biarkan Allah yang hendaki bagaimana akhirnya. Kondisi ini menyebabkan seorang atlet menjadi lebih dekat lagi dengan Allah dengan beribadah yang sungguh-sungguh dan tulus dari hati. Spiritualitas seseorang yang mudah berubah dan bisa diarahkan menjadi faktor utama bagi para atlet dalam menggapai prestasi yang tinggi, dengan bantuan Allah jiwanya seorang atlet menjadi lebih tenang karena keyakinannya terhadap Allah yang sangat kuat. Dengan demikian semangat atlet bisa bertambah beriringan dengan keyakinan yang kuat terhadap Allah.

Melakukan pendekatan diri kepada Allah dapat mendukung prestasi seseorang, karena dengan hal tersebut seseorang bisa mengontrol emosi, pikiran, serta diberikan keselamatan oleh Allah, sejalan dengan itu Allah meninggikan derajat orang-orang yang senantiasa berdoa, berdzikir dan beribadah kepada-Nya.⁹

Sejatinya manusia memiliki akal, hati dan fisik. Ketiga hal tersebut sangatlah penting guna meningkatkan prestasi diri setinggi-tingginya, tanpa akal manusia tidak akan mampu untuk mengevaluasi diri, tanpa hati seseorang tidak akan mampu menjalani serta melakukan sebuah perubahan ke arah yang lebih baik lagi. Tanpa fisik yang sehat manusia tidak akan bisa melakukan apa yang telah menjadi bahan evaluasi untuk menjadi pribadi yang lebih baik lagi. Jadi, ketiga hal tersebut sangat berkaitan erat satu sama lain untuk menopang tingginya prestasi yang diraih oleh seorang atlet yang terarah oleh pelatih ataupun gurunya.

Wushu sangat memperhatikan ketiga hal tersebut, maka dari itu setiap pelatih selalu mengintruksikan selalu berdoa dalam keadaan apapun, baik dalam latihan maupun dalam pertandingan. Pelatihan yang diberikan juga guna meningkatkan potensi yang terpendam dalam diri seseorang, karena wushu bukan hanya soal olahraga saja melainkan olahraga dan olahpikir pula dilatih dalam pelatihan wushu.

Bimbingan serta arahan dari pelatih dan orang tua untuk meningkatkan semangat dalam diri seorang atlet sangat diperlukan agar motivasi berprestasi tetap terjaga dengan baik hingga waktu pertandingan. Seorang atlet akan selalu bersungguh-sungguh dalam berlatih agar saat

⁹ H.M. Amin Syukur, “*Sufi Healing: Terapi Dengan Metode Tasawuf*”, (Jakarta: Penerbit Erlangga, 2012), hlm. 44.

tanding kelak dia bisa menjadi seorang juara, selain itu ada juga atlet yang termotivasi dari orang tuanya yang jika atlet tersebut bisa menjadi juara atau bertanding semaksimal mungkin akan diberi hadiah karena telah mencapai apa yang diinginkan oleh anaknya dan orang tua.¹⁰

Akan tetapi rasa semangat yang seperti itu memungkinkan tidak akan bertahan lama dalam diri atlet karena dapat dipengaruhi juga oleh lingkungan yang tidak menutup kemungkinan banyak atlet-atlet wushu junior yang terkadang dipengaruhi oleh ego negatif yang dimana selalu ingin dipuji, dipandang, serta diakui sehingga menyebabkan atlet tersebut terjebak dalam lingkaran kesombongan diri, sehingga lupa diri bahwasannya dia bisa mencapai apa yang diinginkannya karena arahan dari orang tua dan pelatih bahkan dari teman-temannya juga yang turut memberikan semangat dan doa kepada dirinya¹¹.

Dengan begitu penanaman motivasi berprestasi yang baik serta pengajaran spiritualitas yang baik pula menjadi senjata utama bagi para pelatih dalam melatih atlet-atletnya agar tidak terjebak dalam lingkaran kesombongan atau terjatuh pada lubang yang sangat dalam sehingga dia tidak dapat kembali lagi ke jalan yang benar. Pelatihan mental dan penanaman nilai-nilai yang terkandung dalam *asma`ul husna* pada atlet wushu junior bisa berkembang secara maksimal beriringan dengan perkembangan kemampuan fisik serta teknik dalam wushu sehingga dapat dipalikesikan dalam kehidupan sehari-harinya agar kapanpun dan dimanapun dia berada selalu memberikan dampak positif serta manfaat terhadap orang lain dan dirinya serta dapat meraih prestasi setinggi mungkin tanpa lupa diri dan orang lain yang telah berjasa dalam usaha pencapaian prestasi yang dia raih. Berdasarkan uraian penulis di atas, maka penulis akan melakukan penelitian skripsi dengan judul **“PENANAMAN MOTIVASI BERPRESTASI MELALUI SPIRITUALITAS ASMA`UL HUSNA DALAM Mendukung Prestasi Atlet Wushu Junior”**.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang sudah penulis uraikan diatas, maka terdapat beberapa rumusan masalah yang akan diangkat antara lain:

1. Bagaimana profil Perguruan Kung Fu Naga Mas dan Bandung Taiji Sport?
2. Bagaimana proses penanaman motivasi berprestasi bagi atlet wushu junior dalam mendukung prestasi atlet wushu junior Perguruan Kung Fu Naga Mas dan Bandung Taiji Sport?

¹⁰ Risniati Dewi, “*Motivasi Berbasis Manajemen Qalbu Terhadap Perubahan Akhlak Remaja Awal*”, (Skripsi, Bandung: Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung), 2018, hlm. 2.

¹¹ Ibid, hlm. 2.

3. Bagaimana proses penanaman spiritualitas *asma`ul husna* bagi atlet wushu junior dalam mendukung prestasi atlet wushu junior Perguruan Kung Fu Naga Mas dan Bandung Taiji Sport?

C. Tujuan Penelitian

1. Memaparkan penjelasan tentang latar belakang dan perkembangan Perguruan Kung Fu Naga Mas dan Bandung Taiji Sport
2. Memaparkan bagaimana proses penanaman motivasi berprestasi bagi atlet wushu junior dalam mendukung prestasi atlet wushu junior Perguruan Kung Fu Naga Mas dan Bandung Taiji Sport
3. Memaparkan bagaimana proses penanaman spiritualitas *asma`ul husna* bagi atlet wushu junior dalam mendukung prestasi atlet wushu junior Perguruan Kung Fu Naga Mas dan Bandung Taiji Sport

D. Manfaat Penelitian

a. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini bisa membuka dan memberikan kontribusi serta pandangan mengenai pelatihan wushu yang berhubungan dengan motivasi berprestasi dan spiritualitas *asma`ul husna* dalam mendukung prestasi atlet wushu junior, mengetahui cara seorang pelatih dalam menerapkan latihan untuk menanamkan Motivasi berprestasi dan spiritualitas *asma`ul husna* kepada atlet wushu junior untuk mendukung prestasi yang diraih oleh atlet dari Perguruan Kung Fu Naga Mas dan dari sasana wushu Bandung Taiji Sport sehingga menjadi manfaat bagi pendidikan dalam membuka kesempatan kajian ketasawufan dan psikoterapi yang nantinya dapat digunakan dalam kurikulum pendidikan di akademis khususnya program studi Tasawuf dan Psikoterapi.

b. Manfaat Praktis

1. Bagi pelatih/guru:

Hasil penelitian ini dapat menjadi acuan dalam upaya peningkatan prestasi serta kualitas anak-anak didiknya dari sisi mental dan spiritualnya,

2. Bagi atlet/murid

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi pendongkrak motivasi dan semangat bagi atlet-atlet yang sedang berlatih dan akan bertanding sehingga bukan hanya kemampuan fisiknya saja yang meningkat, akan tetapi mental dan spiritual atlet pun ikut meningkat,

3. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pembuka sudut pandang dan cara pandang peneliti yang akan mengembangkan wushu dengan baik yang memperhatikan sisi kondisi motivasi berprestasi dan spiritualitas *asma`ul husna* juga menjadi manfaat untuk diri sendiri dan orang lain suatu saat nanti,

4. Bagi perguruan/sasana

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu langkah pendongkrak dalam program latihan yang diberikan oleh perguruan atau sasana untuk meningkatkan kualitas murid-murid yang tergabung di dalamnya, lalu menjadi pertimbangan untuk memperhatikan juga sisi mental dan spiritual atlet yang dimana dapat dimasukkan ke dalam program latihan yang sedang dijalankan sehingga nantinya atlet-atletnya mampu menyadari potensi yang terpendam dalam diri atlet pada saat berlatih maupun saat bertanding.

E. Kerangka Berpikir

Depresi dan stress ini sering dialami oleh manusia, khususnya para atlet wushu junior yang masih “polos” terhadap berbagai macam tekanan serta beban yang diembannya sebagai atlet. Atlet wushu junior dalam setiap latihan seringkali menambahkan beban serta depresinya untuk bisa menggerakkan badannya sesuai yang diinstruksikan oleh pelatih/gurunya. Bahkan disaat pelatih memberikan instruksi kepada atletnya kerap kali atlet mengeluh seakan-akan dia depresi karena sudah mencapai batasnya menerima semua porsi latihan yang diberikan dari pelatih. Kondisi tersebut bisa terjadi dikarenakan keadaan fisik yang sudah mulai terkuras tenaganya sehingga membuat pikiran dan hatinya juga sulit untuk dikontrol dan mudah sekali untuk depresi juga bisa bosan berlatih. Hal ini sangat dihindari oleh para pelatih yang melatih berbagai macam dengan porsi dan program latihannya, karena jika atlet sudah merasa terbebani sehingga membuatnya menjadi depresi dan stress akan berdampak sangat fatal dalam memperagakan jurus atau gerakan wushu yang seharusnya menjadi indah, bertenaga, seperti hidup jurusnya malah menjadi sebaliknya.

Kondisi fisik dalam olahraga beladiri wushu ini memang sangat diperlukan, namun motivasi berprestasi atlet pun harus dengan sangat diperhatikan agar memunculkan

keseimbangan dalam dirinya, secara fisik, mentalitas dan psikis seorang atlet. Motivasi sangat erat kaitannya dengan semangat, karena motivasi adalah keterampilan mental yang harus dimiliki oleh setiap atlet.¹²

Keterampilan mental seseorang tersebut dapat terbentuk dan kuat dari pengalamannya, hasil belajar juga lingkungannya, maka dari itu seorang atlet selalu ditekankan agar dapat berlatih dimanapun dan kapanpun atau biasa para pelatih menintruksikannya berlatih di luar jam latihan.

Dengan seringnya si atlet mempelajari sesuatu dia akan bisa melakukannya, bahkan bukan hanya bisa melakukan, melainkan menguasai suatu teknik, gerakan, lompatan dan tau jurus wushu yang sudah distandarisasi oleh Federasi Wushu Internasional atau IWUF juga saat atlet junior tersebut sudah menacapai umur senior yang dimana di umur senior dia harus memperagakan jurus buatannya sendiri (*freestyle*).

Apabila seseorang memiliki motivasi yang lemah akan membuat atlet tersebut tidak akan mempunyai semangat juang yang tinggi, sehingga mudah untuk merasa depresi lalu masuklah berbagai macam energi negatif atau pikiran-pikiran yang negatif tentang dirinya sehingga rasa cemas yang berlebihan tidak bisa dihindari.

Ketika kecemasan atlet tersebut sudah muncul, biasanya atlet enggan untuk melakukan apa yang diintruksikan oleh pelatih. Dimulainya depresi seorang atlet ketika dia sudah mulai lelah untuk melakukan sesuai intruksi pelatih, juga depresi bisa muncul dalam dirinya ketika dia benar-benar sudah berada di jalan buntu. Yang dimaksud berada di jalan buntu disini adalah ketika atlet ingin dan harus bisa menguasai suatu gerakan atau jurus akan tetapi dengan kemampuan yang dia miliki tidak dapat untuk melakukan hal tersebut, walaupun dengan berbagai usaha dan macam latihan yang telah dia lakukan atlet tersebut tidak melakukan hal itu sehingga muncullah depresi.

Dari sanalah seorang atlet harus bisa mengontrol dirinya agar tetap dalam keadaan terjaga walau banyak hal yang harus dia kuasai, namun keterampilan mental seorang atlet diuji disitu untuk melihat bagaimana motivasi berprestasi atlet tersebut, sanggupkah dia menerima atau bahkan melakukan itu semua. Jika tidak maka ada yang harus dilatih atau diganti dengan gerakan lainnya yang masih bisa atlet kuasai.

¹² Komarudin, “*Psikologi Olahraga (Latihan Keterampilan Mental Dalam Olahraga Kompetitif)*”, (Bandung: Remaja Rosdakarya, 2017), hlm. 23

Selain dari itu kejenuhan atlet dalam berlatih juga menjadi penyebab atlet depresi, atau bosan yang timbul dalam diri atlet dikarenakan program latihan yang diberikan kepada atlet itu kurang bervariasi dan bentuk latihannya yang lebih mengarah kepada monoton.¹³

Sebagai contoh, dalam penjurian wushu kuda-kuda merupakan kunci utama juga faktor pendorong seorang atlet untuk bisa melakukan hal lainnya sesuai dengan tingkat kesulitan dalam suatu gerakan itu.

Jika kuda-kuda atlet tersebut lemah maka dia tidak akan bisa melakukan gerakan lain yang mengharuskan dia memperagakan dengan kuda-kuda seperti posisi mendarat setelah melakukan loncatan, gerakan berlari yang diakhiri dengan kuda-kuda, dan atau gerakan sambung dengan berbagai macam kuda-kuda. Dari hal tersebut biasanya pelatih akan melatih kuda-kuda hingga benar-benar mantap tanpa ada sedikitpun kesalahan, namun ketika si atlet sudah dapat melakukan itu tanpa adanya kesalahan sedikitpun materi latihan masih itu-itu saja yang mengakibatkan atlet menjadi jenuh lalu depresi.

Selain dari atlet yang harus bisa mengontrol mentalnya, pelatih juga harus bisa membantu atletnya agar dapat mengontrol dan kuat saat menghadapi keadaan yang sulit. Program latihan yang bukan hanya memaksimalkan kemampuan fisik dan teknik saja melainkan juga harus bisa memaksimal potensi atlet dari sisi mentalitasnya. Karena jika atlet masih dalam keadaan depresi sampai waktu pertandingannya, maka membuat prestasi atletnya menjadi menurun. Bukan hanya menurun saja bahkan akan berdampak sangat buruk terhadap masa depan atletnya.

Agar bisa tetap terjaga motivasi berprestasinya para pelatih akan mengintruksikan atletnya agar selalu menggambarkan dirinya sedang bertanding dalam alam pikirannya agar pikiran dan tubuhnya dapat mengingatnya dan semakin fokus dalam memperagakan jurus-jurus serta mengeluarkan segenap tenaga dan kemampuannya untuk meraih prestasi setinggi-tingginya.¹⁴

Selain motivasi berprestasi yang mendukung prestasi atlet, keberhasilan seorang atlet juga terdapat campur tangan Allah yang selalu memudahkan perjuangan atlet tersebut dalam menggapai apa yang dia inginkan dan apa yang sudah dia latih selama ini.

¹³ Muhammad Bambang Hermanto, *“Tingkat Usaha Mengatasi Kejenuhan Latihan Pada Atlet Atletik Kelas Khusus Olahraga (KKO) dan Atlet Pusat Pembinaan dan Latihan Olahraga (PPLP) Daerah Istimewa Yogyakarta”*, (Skripsi, Yogyakarta: Universitas Negeri Yogyakarta, 2016), hlm. 11.

¹⁴ Muhammad Bambang Hermanto, *“Tingkat Usaha Mengatasi...”*, hlm. 13.

Aliran ucapan doa dia dawamkan baik dalam hati maupun secara lisan, ibadah yang diperkuat koneksinya dengan Allah, akhlak yang terjaga sepanjang waktu dapat membuatnya menjadi seorang juara di suatu pertandingan, tanpa kehendak dan izin Allah seorang atlet tidak akan pernah menjadi juara.

Menurut Javad Nurbakhsy seorang manusia memiliki hati yang dapat terkoneksi dengan Allah yang dimana hati tersebut memiliki 4 stasiun atau lapisan yang diantaranya:¹⁵

- 1) Lapisan pertama disebut dengan dada atau sanubari (*sadr*) merupakan hati yang paling luar diantara qalb dan hawa nafsu yang membetuk garis pembatas antara hati dan nafsu. Di sinilah tempat bertemunya dua kekuatan yang saling bertolak belakang yakni positif dan negatif. Ketika kekuatan positif tersebut yang memenuhi wilayah ini maka akan membuat dada seseorang bersinar karena dipenuhi oleh cahaya ilahi, apabila wilayah ini dipenuhi oleh kekuatan negatif seperti dengki, hasad, iri, sombong dll. maka cahaya ilahi tersebut akan ditutupi oleh kegelapan yang membuat dirinya akan menjadi seseorang yang berakhlak buruk. Untuk mendapatkan cahaya di wilayah dada ini Allah memerintahkan kita agar selalu taat beribadah kepada-Nya dan senantiasa berdoa kepada-Nya, karena setiap ujian yang kita hadapi itu merupakan kasih sayang Allah yang hendak menyucikan hati kita. Allah menegaskan dalam Alquran surat Al-Baqarah ayat 154 yang artinya “*Tuhan hendak menguji apa yang ada dalam dadamu dan menyucikan apa yang ada di dalam hatimu*”
- 2) Lapisan kedua yakni Qalb yang merupakan hati itu sendiri, dalam Qalb ini juga adalah sumber dari segala keyakinan serta Allah yang menanamkan keimanan dalam manusia. Menurut Javad Nurbakhsy, qalbu ini ibarat warna putih yang terdapat pada bagian gelap pupil mata. Yang dimana cahaya tersebut menjadi sumber kekhidmatan, kesucian, serta keyakinannya kepada Allah.
- 3) Di wilayah ini merupakan tempat penglihatan batiniah dan juga merupakan inti dari cahaya *ma'rifat*, wilayah ini disebut sebagai *Fu'ad* atau hati yang lebih dalam. Wilayah hati yang lebih dalam ini sangat berkaitan erat dengan lapisan kedua yaitu *Qalb*, dimana ketika keduanya dipadukan maka sesuatu yang ghaib bisa menjadi nyata dan semakin menguatkan keyakinannya kepada Allah.
- 4) Yang terakhir merupakan hatinya hati atau bisa disebut *Lubb* yang memiliki makna inti dan pemahaman batiniah. Javad menyebutkan wilayah ini dengan sebutan

¹⁵ Javad Nurbakhsy, “*Psikologi Sufi*”, (Yogyakarta: Fajar Pustaka Baru, 2001), hlm 191.

mahjatu al-qalb yang artinya pusat hati yang paling dalam, *Lubb* ini merupakan sumber cahaya sifat-sifat ketuhanan (*ilahiyah*).

Dari keempat stasiun hati tersebut seorang atlet bersungguh-sungguh agar hatinya tetap memiliki kekuatan spiritualitas yang tinggi. Karena atlet mengetahui bahwasannya hanyalah kepada Allah memohon ampunan dan rezeki.¹⁶

Dalam dunia sufistik terdapat sebuah harapan untuk mendekati diri kepada Allah, ada juga penanaman nilai-nilai spiritual dalam upaya mendukung prestasi yang lebih tinggi yang juga seharusnya dimiliki oleh setiap atlet melalui pendidikan karakter sufistik yang beriman, ikhlas menerima hasil apapun, sabar dalam menjalani prosesnya, bersyukur atas apa yang telah dicapainya, berlaku adil (sportif jika dalam olahraga) di setiap pertandingannya dan selalu murah hati untuk memberikan maaf kepada diri sendiri dan orang lain.

Seorang pelatih yang beragama muslim dan memiliki atlet yang beragama muslim selalu menekankan atlet untuk selalu menjaga ibadahnya agar senantiasa selalu dimudahkan oleh Allah, khususnya di wushu yang juga ada suatu kegiatan yang bisa meningkatkan keintimannya dengan Allah lewat meditasi. Dalam meditasi biasanya para pelatih mengintruksikan agar dapat mengosongkan pikirannya lalu memasukan pikiran-pikiran yang positif misalnya seperti mendawamkan dalam hati dzikir atau asma-asma Allah.¹⁷

Di wushu para atlet selalu ditekankan memiliki perangai yang baik, soaps santun dalam berbicara pada orang yang lebih tua, menjaga ikatan pertemanan, tidak boleh iri terhadap apa yang telah diraih oleh orang lain. Maka dari itu sisi spiritualitas seorang atlet pun menjadi pengaruh yang besar buntut keberhasilan seorang atlet menggapai impiannya menjadi seorang juara.

Setiap orang memiliki jalan ceritanya sendiri-sendiri tidak ada yang bisa menebak apa yang akan terjadi beberapa saat kemudian, hanya saja seorang pelatih merencanakan program latihan yang baik untuk atletnya guna atlet tersebut mendapatkan hasil yang terbaik, dan seorang atletpun berusaha semaksimal mungkin hingga titidarah penghabisan untuk mendapatkan juara di sutau pertandingan, sisanya tinggal pasrahkan akhirnya seperti apa kepada Allah, biar Allah yang mengurusnya. Ketika gagal tidak bersedih, ketika menjadi seorang juara tidak sombong.

¹⁶ Javad Nurbakhsy, "*Psikologi...*", hlm 196.

¹⁷ Abdur Rouf, "*Korelasi Penghayatan Asma`ul Husna Dengan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas XI MAN Wonokromo Bantul Tahun Ajaran 2013/2014*", (Skripsi, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2014), hlm. 2.

Orangtuapun memiliki peran di kedua bidang tersebut, orangtua selalu memberikan dorongan kepada anaknya agar sang buah hati selalu semangat dalam menjalani hari-hari latihannya tanpa depresi. Selain itu orangtua juga memiliki peran untuk mengajak anaknya agar selalu taat kepada Allah dengan menjalankan segala perintah-Nya dan menjauhi apa yang dilarang oleh-Nya.

Terkadang orangtua juga melupakan salah satu dari kedua hal tersebut bahkan ada juga yang melupakan keduanya, sehingga membuat sang buah hati menjadi seorang yang pembangkang terhadap perintah Allah, bimbingan dari orang tua dan intruksi pelatihnya. Maka dari itu, kedua hal tersebut haruslah menjadi satu kesatuan dalam upaya meningkatkan prestasi sang buah hati.

Jika seorang atlet menjadi seorang juara tanpa adanya ketaatan beribadah serta jarang sekali memohon kepada Allah juara tersebut akan terasa hampa atau seperti orang yang kosong hatinya karena hatinya tidak diisi dengan nilai-nilai spiritualitas yang baik dan benar sesuai dengan tuntunan Al-quran dan hadits.

F. Hasil Penelitian Terdahulu

Adapun juga penelitian terdahulu yang penulis ambil sebagai bahan rujukan dalam penelitian ini:

1. Skripsi yang berjudul “**Hubungan Kondisi Fisik Terhadap Prestasi Atlet Wushu Sanda Di Sasana Kim Tiauw Surabaya**” yang ditulis oleh Arya Prasetya Ambara dari Universitas Negeri Surabaya. Penelitian tersebut membahas tentang prestasi atlet wushu sanda di sasana wushu *Kim Tiauw* berdasarkan hubungannya dengan kondisi fisik atlet. Pada dasarnya wushu merupakan olahraga beladiri yang sangat memerlukan kondisi fisik yang kuat, namun selain itu dalam penelitian tersebut juga tertulis bahwasannya kondisi mental juga keyakinan atlet terhadap Tuhannya¹⁸. Fokus yang diambil dalam penelitian tersebut yakni kondisi fisik yang bisa meningkatkan prestasi atlet dalam pertandingan.
2. Skripsi yang berjudul “**Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Agresivitas Atlet Beladiri Karate**” yang ditulis oleh Muhammad Hilmanudin dari Universitas Pendidikan Indonesia. Penelitian tersebut sangat erat kaitannya dengan penelitian ini, karena seorang atlet harus mampu mengotrol emosinya agar tidak

¹⁸ Arya Prasetya Ambara, “*Hubungan Kondisi Fisik Terhadap Prestasi Atlet Wushu Sanda Di Sasana Wushu Kim Tiauw*”, (Skripsi, Surabaya: Universitas Negeri Surabaya, 2004), hlm. 4

menjadi pengaruh yang buruk bagi dirinya saat bertanding nanti. Bukan hanya itu saja seorang atlet juga merupakan manusia yang memiliki pikiran serta hati yang membuatnya menjadi merasa hidup. Peneliti tersebut menyebutkan bahwasannya dalam menggapai prestasi yang tinggi haruslah memperhatikan aspek fisik, aspek teknik, aspek taktik dan aspek mental¹⁹. Namun seringkali seorang pelatih melupakan aspek mental dan psikologi seorang atlet yang terus-terusan digerus kondisi fisiknya dengan program latihan yang sudah ditentukan oleh tim pelatih sehingga membuat dirinya menjadi stres dan depresi selama masa latihan juga saat hendak bertanding.

3. Skripsi yang berjudul **“Korelasi Penghayatan *Asma`ul Husna* Dengan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas XI MAN Wonokromo Bantul Tahun Ajaran 2013/2014”** yang ditulis pada tahun 2014 oleh Abdur Rouf dari Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta. Dalam penelitian yang dilakukan oleh beliau ini mengkaji bagaimana hubungan penghayatan *asma`ul husna* yang digunakan sebagai salah satu metode untuk meningkatkan kecerdasan spiritual para siswa. Pengkajian yang dilakukan oleh beliau melalui aspek-aspek spiritualitas yang dibangun dan dibiasakan kepada para murid di MAN Wonokromo. Menurutnya lingkungan pendidikan menjadi salah satu faktor yang memiliki pengaruh dalam membentuk dan perkembangan perilaku anak secara fisik maupun lingkungan sosio-psikologis.²⁰ Oleh karena itu dengan penelitian tersebut beliau meneliti bagaimana penghayatan *asma`ul husna* dalam memiliki pengaruh dalam meningkatkan kecerdasan spiritual para siswa di MAN Wonokromo Bantul itu.
4. Jurnal yang berjudul **“Spiritualitas, Doa Dan Prestasi Belajar”** yang ditulis pada tahun 2018 oleh gabungan penulis antara lain Rio Febrian, Nurul Istiqomah dan Susi Mutoharoh yang berasal dari Universitas Ahmad Dahlan Yogyakarta. Dalam jurnal tersebut mengkaji tentang aspek spiritualitas doa dalam perspektif neurosains dan implikasinya terhadap prestasi belajar. Hubungan antara spiritual doa dengan prestasi belajar tersebutlah yang membuat penulis menjadikan jurnal tersebut sebagai rujukan penulis dalam penelitian ini. Ikhtiar yang diikat dengan doa akan dapat dirasakan ketika kita sudah selesai melakukan suatu hal seperti belajar²¹. Penelitian tersebut

¹⁹ Muhammad Hilmanudin, “*Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Agresivitas Atlet Beladiri Karate*”, (Skripsi, Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia, 2005), hlm. 1.

²⁰ Abdur Rouf, “*Korelasi Penghayatan Asma`ul Husna Dengan Kecerdasan Spiritual Siswa Kelas XI MAN Wonokromo Bantul Tahun Ajaran 2013/2014*”, (Skripsi, Yogyakarta: UIN Sunan Kalijaga, 2014), hlm. 2.

²¹ Rio Febrian, dkk. “*Spiritualitas, Doa Dan Prestasi Belajar*”, (Belajea: Jurnal Pendidikan Islam), vol. 3, no. 2, 2018, hlm. 126.

tertulis juga bahwa spiritualitas dapat menjadi prediktor bagi seseorang dalam menggapai prestasi yang tinggi.

5. Jurnal yang berjudul **“Hubungan Antara Persepsi Atlet Wushu Sanda Senior Pada Program Latihan Dengan Motivasi Berprestasi Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) Tahun 2019”** yang ditulis oleh Muhammad Anis Zawawi yang juga merupakan seorang Penjaskerec UN PGRI Kediri. Dalam jurnal tersebut dibahas bagaimana program latihan yang berhubungan dengan motivasi atlet untuk berprestasi²². Dijelaskan juga dalam jurnal tersebut bahwasannya atlet yang ingin menjadi seorang juara harus mempunyai motivasi dan persepsi prestasi yang baik juga.
6. Jurnal yang berjudul **“Hubungan Ketangguhan Mental Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Pencak Silat Di Banjarbaru”** yang telah diterbitkan pada tahun 2016 oleh Fajar Bayu Raynadi, Dwi Nur Rachmah dan Sukma Noor Akbar yang merupakan mahasiswa yang berasal dari program studi psikologi, fakultas kedokteran, Universitas Lambung Mangkurat Banjarbaru Kalimantan Barat. Dalam jurnal tersebut dibahas bagaimana olahraga menjadi sebuah kebutuhan bagi manusia agar selalu sehat dan kuat secara jasmani maupun rohani. Selain daripada itu olahraga juga dapat dijadikan sebagai pencapaian prestasi yang tinggi karena beberapa olahraga memiliki sifat kompetitif yang tergabung menjadi olahraga prestasi jenis beladiri cabang olahraga pencak silat²³. Hal ini berkaitan erat dengan penelitian yang penulis lakukan dimana ketangguhan kondisi mental yang memiliki hubungan dalam mengatasi kecemasan atlet wushu junior saat akan bertanding dengan atmosfer pertandingan yang menegangkan. Atlet memiliki reaksi emosional yang memiliki hubungannya juga dengan semangat bertanding yang terolah sehingga mental tanding atlet pun menjadi kuat. Dalam jurnal tersebut menjelaskan bahwasannya motivasi juga sangat diperlukan untuk membangun mental yang baik ketika bertanding, dengan demikian motivasi berprestasi seorang atlet akan berpengaruh kepada mental bertanding si atlet tersebut.

²²Muhammad Anis Zawawi, *“Hubungan Antara persepsi Atlet Wushu Sanda Senior Pada Program Latihan Dengan Motivasi Berprestasi Dalam Menghadapi Pekan Olahraga Provinsi (PORPROV) tahun 2019”*, (Jurnal Sportif: Jurnal Penelitian Pembelajaran), vol. 4, no. 1, tahun 2018, hlm. 122.

²³Fajar Bayu Raynadi,dkk. *“Hubungan Ketangguhan Mental Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Pencak Silat Di Banjarbaru”* (Jurnal Ecopsy: Universitas Lambung Mangkurat), vol. 3, no. 3, tahun 2016, hlm.150.