

Jejali Banyak Kepentingan Dapat Rusak Mental Atlet

Ray - BALI.JURNALNASIONAL.CO.ID

Nov 22, 2022 - 12:52



Tim Kontingen Cabor Basket Klungkung raih Medali Perunggu dalam Porprov XV/2022

DENPASAR - Kondisi mental atlet olahraga merupakan kunci sebuah pertandingan untuk mencapai sebuah kemenangan. Menemui I Gede Indra Suwardika Ass. Coach Basket yang akrab dipanggil Kingkong itu mengartikan sebuah kemenangan adalah adanya keakraban dalam tim dan rasa senang dalam bertanding.

Ia tidak memungkirkan kemenangan itu wajib diraih, tetapi menikmati sebuah permainan menjadi passion harmoni itu juga tidak kalah penting.

"Point dari Basket bagi saya adalah olahraga yang harus memiliki Passion yang positif bagi atlet, meningkatkan motivasi dirinya, bisa menjadi hobi dan wajib 'happiness' (bahagia), " ungkap Gede Indra disela-sela kesibukannya, Senin (21/11/2022), di salah satu kampus di Denpasar.

'Character building' yang tumbuh dalam kesenangan bermain dan bertanding tentu membuat atlet sendiri menjadi percaya diri, menjadi karakter pribadi yang baik, bahkan diluar lingkungan dunia olahraganya. Ia juga mengungkapkan dengan itu semua tentu prestasi yang dihasilkan oleh atlet tersebut bisa lebih optimal.

"Saya melihat tekanan psikologis atlet dalam bertanding itu cukup besar bila ditambah lagi desakan atau tekanan hanya untuk menang, terus setelah menang bagaimana mereka di masyarakat? Menjadi sosok yang bagaimana itu yang lebih penting, "ujarnya.



Ia juga menekankan banyaknya tekanan pada atlet di lingkungan sekitarnya, sisi politis, kepentingan golongan atau kelompok, kepentingan para pimpinan itu menjadi 'bola salju' bagi 'Mental Health' atau kesehatan mental bagi atlet itu sendiri.

"Tekanan yang sarat kepentingan inilah yang perlu dibenahi bersama, tidak saling menyalahkan, tetapi tidak dapat bertanding membela dimana atlet itu

tumbuh, itu juga merusak mental mereka"



Menemui Psikolog Olahraga I Gusti Agung Ayu Yunita Utami membenarkan pernyataan dari I Gede Indra Suwardika. Pembinaan atlet memang harus beriringan dengan kondisi 'Mental Health' yang baik. Ia juga menekankan bahwa olahraga Basket adalah suatu permainan yang harus dinikmati dalam tim dan para pengurus dan pimpinan dalam cabang olahraga itu sebaiknya memberikan kesempatan.

"Pertama-tama saya ucapkan kepada kontingen Cabor Basket Klungkung sudah

berjuang mendapatkan juara ke 3, bravo, selamat ya"

Lanjutnya bercerita, "bahkan atlet sekarang yang saya amati tidak takut sama lawan tandangnya, tetapi takut kalo tidak dapat bermain dengan baik, " jelas Yunita.

Yang dimaksud Yunita mungkin adalah ketakutan dimarah pelatih, pembina dan lainnya ini dapat menciptakan 'mental block' tersendiri yang sangat merugikan mental atlet sendiri dalam pertandingan maupun pribadinya kelak.

"Disamping mental yang baik, atlet perlu disupport juga untuk nutrisi - gizi mereka, peran orang tua dalam mendorong si atlet ini juga tidak kalah pentingnya. Ini dapat dibina dengan support system dalam proses long term kepelatihan, " pungkasnya.



Kontingen Klungkung dan pengurus yang bertanding dalam Porprov XV/2022,

1. Cuncun Junaidy Kusuma - Manager
2. Anton Purwo Nugrohi - Head Coach
3. I Putu Kresnadana - Ass. Coach
4. I Gede Indra Suwardika - Official
5. Ida Ayu Mayanti Utari - Official
6. I Gusti Agung Ayu Yunita Utami - Sport Psychology.

Pemain yang bertanding dengan Nomer Jersey (Baju Kaos),

1. I Komang Darsana Putra (4)
2. I Gusti Bagus Hariraja Kinandhana (5)
3. Ida Bagus Erlangga Mahesa Putra Wibawa (6)
4. Komang Wahyu Randika (7)

5. Cokorda Bagus Laksmna Iswara (8)
6. Alvaro Arya Dinatingrat Sumardi (9)
7. Putu Daniswara Marayana (10)
8. Felix Wilayadi Sungkono (11)
9. Revan Surya Winatha (12)
10. I Gde Eka Putra (13)
11. Ananda Sandhi Yudha Pidie N (14)
12. I Gede Bidiseka Sughania Dananjaya (15)

Yang telah meraih medali Perunggu dalam pertandingan Porprov XV/2022 kemarin. (Ray)