

## BAB I PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

*E-Sport (Electronic Sport)* merupakan olahraga baru yang berkembang pesat dan mulai digemari oleh kebanyakan orang di seluruh dunia. *E-Sport* muncul secara resmi pertama kali di Indonesia pada tahun 1999, akan tetapi fenomena *E-Sport* akhir-akhir ini bisa dikatakan semakin “naik daun”. Hal itu terbukti dari beberapa penyelenggaraan pertandingan *E-Sport* di piala *Asian Games 2019*, dan juga di turnamen *E-Sport* tingkat nasional seperti pertandingan memperebutkan piala presiden tahun 2019. Saat ini sudah cukup banyak prestasi yang didapatkan oleh atlet *E-Sport* Indonesia, seperti *Vainglory World Championship* yang di gelar di Singapura *Elite 8* perwakilan Indonesia memenangkan *Point Blank Asia Tenggara Championship* (Kurnia, 2019). Indonesia dinobatkan sebagai juara kawasan asia tenggara dari turnamen *PUBG Mobile Pro League (PMPL) SEA Finals season 2*, *Asian Games 2008 Arena of Valor (AOV)*, *Clash Royale*, *League of Legend (LOL)* (Firdaus, 2020). Artinya dalam segi skill dari para pemain *E-Sport* Indonesia sangat tidak diragukan lagi. Berdasarkan data dari *Newzoo Nextren (2020)* dinyatakan bahwa di Indonesia tercatat pada tahun 2019 terdapat 52 juta orang atlet baik laki-laki maupun perempuan, dalam hal ini pemerintah Indonesia meresmikan *E-Sport* sebagai cabang olahraga dibawah naungan menpora dan mampu masuk dalam Pekan Olahraga Nasional (PON) karena dilihat begitu banyak prestasi yang dicapai oleh para pemain *E-Sport* (Kurnia, 2019).

Atlet *E-Sport* profesional yang tergabung dalam suatu Club mereka diwajibkan untuk melakukan karantina. Selama di karantina mereka menjalani kegiatan yang telah ditentukan oleh pelatih, seperti latihan fisik atau olahraga, bertanding sesama *Club* dan melakukan pertandingan sesuai dengan jadwal yang ditentukan. Atlet *E-Sport* juga dituntut untuk memiliki kemampuan dan strategi yang baik dalam bertanding. Rutinitas latihan yang dijalani para atlet *E-Sport* juga menuai berbagai keluhan saat menjalani karantina di bootcamp *E-Sport* Indonesia. Menurut ketua tim *esport bootcamp Armory* dari 49 pemain laki-laki 87% pemain laki-laki mengeluhkan terlalu banyak latihan yang mereka jalani, mereka mengganggu kurangnya waktu bersantai dan mengobrol dengan lawan jenis (Anonim, 2020). Menurut hasil wawancara yang dilakukan oleh *Esports.id* menjadi seorang *E-Sport* bukan hanya latihan Hari Sabtu dan Minggu, akan tetapi latihan dilakukan setiap hari, dengan durasi latihan 8 hingga 12 jam per hari bila mengikuti standar rata-rata atlet *E-Sport international*. Ketika atlet *E-Sport* akan menghadapi pertandingan berlaga di suatu kejuaraan yang biasanya berlangsung

sangat kompetitif dari pagi hingga dini hari, tak jarang latihan dirasa sangat melelahkan, memberikan tekanan mental bahkan hingga *fatigue*. Akibatnya atlet *E-Sport* sering melakukan kesalahan, sulit untuk fokus dan pergerakan menjadi kaku sehingga performa menurun, yang mengakibatkan atlet *E-Sport* mengalami kekalahan (Firdaus, 2020). Saat mengalami kekalahan, tidak semua atlet *E-Sport* bisa menerima dengan baik ada juga atlet *E-Sport* yang menjadi malas latihan, hanya menganggap pertandingan sebagai kewajiban saja, dan tidak mau menerima masukan ketika menghadapi kekalahan. Namun, ada atlet *E-Sport* yang tetap semangat untuk berlatih dan menerima kekalahan serta mudah bangkit kembali dan menjadikan kekalahan dimasa lalu sebagai motivasi serta pembelajaran agar menjadi lebih baik lagi.

Dilihat dari banyaknya keluhan serta tuntutan tinggi yang dialami para atlet ketika di *bootcamp* membuat atlet tertekan dengan padatnya jadwal tidak sebanding dengan jaminan yang diberikan oleh pemerintah, dari sisi pemerintah belum menjamin kesejahteraan masa depan atlet *E-Sport*. Pemerintah Indonesia juga belum membuat rancangan undang-undang (RUU) sistem keolahragaan elektronik (*E-Sports*) yang dapat memajukan kesejahteraan industri ekonomi digital maupun perlindungan jaminan hari tua serta bonus yang terkait prestasi atlet *E-Sport* (Aisah & Raharja, 2018).

Prestasi dan jaminan yang tidak sepadan dengan yang diberikan pemerintah membuat jaminan yang diberikan oleh pemerintah belum menjamin kesejahteraan para atlet serta kepuasan hati yang merupakan kondisi menyenangkan dan timbul apa bila kebutuhan dan harapan terpenuhi (Hurlock, 1980). Selain itu menurut Diener (2015) menyatakan bahwa kepuasan hidup berhubungan dengan kesejahteraan psikologis secara umum. Apabila kesejahteraan individu secara global meningkat, maka kepuasan hidup akan meningkat (Dariyo, 2017). Sedangkan menurut Hurlock (1980) penilaian terhadap keadaan kesejahteraan diri dan kondisi emosi yang menyenangkan terhadap pemenuhan kebutuhan dan harapan ini disebut kepuasan hidup. Sejalan dengan pendapat Santrock (2003) kepuasan hidup dapat tercapai apabila seseorang merasakan adanya kebahagiaan, kesejahteraan melalui interaksi pertemanan dan keluarga dikaitkan dengan kepuasan hidup.

Ada beberapa atlet *E-Sport* yang menganggap bahwa banyaknya tuntutan untuk menang dan berprestasi serta adanya hambatan dalam menjalani pertandingan dirasakan berat, pesimis bahkan ada perasaan keraguan akan kesejahteraan masa depannya yang masih belum pasti. Namun, ada pula beberapa atlet *E-Sport* yang sudah merasa puas akan pencapaian saat ini, optimis akan masa depan sebagai atlet *E-Sport*, merasa bahagia dengan kegiatan yang dijalani, semangat dalam menjalani kegiatan atau tuntutan yang dihadapi serta menganggap bahwa tuntutan atau

hambatan menjadi hal yang positif bagi atlet (Diener, 2015). Hal ini juga terlihat dari hasil wawancara dibawah ini.

Berdasarkan hasil wawancara tersebut salah satu atlet *E-Sport* perempuan dengan kepuasan hidup rendah adalah seperti A yang berusia 23 tahun.

(subjek A, Perempuan, 23 tahun): *“saya si udah lumayan lama dikarantina, jadwal saya padat untuk latihan-latihan seperti biasa, kalau yang saya rasakan selama saya merasakan kegiatan ini saya terlalu banyak menghabiskan waktu untuk latihan dan membuat strategi supaya menang pertandingan, padahal sebenarnya saya merasa ragu bagaimana hasilnya menang atau engga. Kadang saya memikirkan masa depan saya sih apa masa depan saya terjamin sebagai atlet E-Sport, karena sejujurnya meskipun saya ragu tapi saya tetap melakukan ini terus.*

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek A, subjek memiliki kepuasan hidup rendah yang menyebabkan keraguan akan masa depan sebagai atlet *E-Sport*.

Salah satu atlet *E-Sport* laki-laki dengan kepuasan hidup yang rendah adalah seperti B yang berusia 25 tahun.

(subjek B, Laki-laki, 25 tahun) : *“menurut saya kegiaian saya sebagai atlet E-Sport tuntutan nya sangat banyak apa lagi tekanan dari coach yang membuat saya merasa jadi down dan masi banyak lagi tuntutan-tutan yang lain yang harus saya jalanin diluar jadwal pertandinga, saya merasa kehidupan saya tidak berjalan sesuai dengan yang saya inginkan karena banyaknya pertandingan yang kalah sehingga membuat saya frustrasi karena tujuan yang saya inginkan blm tercapai terus saya juga kurang ngobrol sama temen-temen saya karena jadwal padat sih”*

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek B, subjek memiliki kepuasan hidup rendah yang membuat banyak hambatan sewaktu ia melakukan sesuatu, ia juga merasa hubungan sosial dengan teman-teman kurang.

Sedangkan salah satu atlet *E-Sport* laki-laki dengan kepuasan hidup yang tinggi adalah seperti C yang berusia 27 tahun.

(subjek C, laki-laki, 23 tahun) *“selama ini sebagai atlet E-Sport si fine-fine aja karena saya ngejalaninnya juga enjoy saya nikmatin semua jadwal-jadwal yang udah di tetapin coach, saya merasa sebagai atlet penghasilan saya lumayan cukup sih, saya juga bisa nabung hasil dari tanding, beli peralatan yang sama mau sampe jutaan hehehe, banyak yang bilang menjadi atlet E-Sport ini tidak bermanfaat tapi saya buktikan hal itu tidak benar justru saya menjadi sangat produktif dan sangat berpenghasilan.”*

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek C, memiliki kepuasan hidup tinggi yang membawa manfaat yang besar dalam kehidupan seseorang, mensyukuri yang sudah ia capai dan orang yang memiliki kepuasan hidup tinggi cenderung melakukan yang terbaik untuk mencapai target yang telah ditentukan dalam hidup mereka.

Sedangkan salah satu atlet *E-Sport* perempuan dengan kepuasan hidup yang tinggi adalah seperti D yang berusia 25 tahun.

(subjek *D*, perempuan, 25 tahun). “*aku main game dari SMP sekarang aku masuk komunitas di Jakarta dan tinggal bareng temen di karantina, seru sih jadi banyak temen-temen baru di karantina sering sharing pengalaman bertanding hal itu buat aku makin semangat karena aku punya temen-temen yang sama-sama berjuang, aku berharap ini akan menjadi profesi tetap buat aku karena aku merasa hobi aku ini sangat bermanfaat penghasilannya.*”

Berdasarkan hasil wawancara pada subjek *D*, memiliki kepuasan hidup tinggi memiliki relasi yang luas, lebih mandiri dan menekuni bidang yang ia inginkan.

Kesimpulan dari wawancara dengan beberapa subjek diketahui bahwa atlet *E-Sport* Perempuan *A* dan atlet *E-Sport* Laki-laki *B* diduga memiliki kepuasan hidup rendah mengalami banyak hambatan untuk menunjukkan kemampuan yang sebenarnya sewaktu atlet berlatih maupun saat berada di pertandingan. Hal ini dapat berujung pada rasa tidak puas pada diri sendiri dan rasa tidak bahagia, yang selanjutnya dapat mengakibatkan masalah-masalah saat bertanding maupun saat berlatih (Hurlock, 1980). Sedangkan kesimpulan dari wawancara atlet *E-Sport* laki-laki *C* dan atlet *E-Sport* perempuan *D* yang diduga memiliki kepuasan hidup tinggi karena tingkat kepuasan hidup yang tinggi membawa manfaat yang besar dalam kehidupan seseorang. Atlet dengan kepuasan hidup yang tinggi cenderung mempunyai rasa percaya diri yang tinggi, optimis, mendapatkan penilaian positif dari orang lain, memiliki daya tahan yang baik, dapat mengatasi tantangan dan stress dengan baik, serta memiliki perilaku yang terarah pada tujuan tertentu (Diener, 2015).

Menurut Diener, menyatakan bahwa kepuasan hidup seseorang merujuk pada penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh manakah seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh. Sedangkan kepuasan hidup pada atlet *E-Sport* merujuk pada apa yang telah dialami dan diperoleh selama menjadi atlet *E-Sport*. Hal tersebut akan membuat atlet *E-Sport* merasa bahagia dan sejahtera dengan apa yang dijalankannya, yakin akan kemenangan dalam menghadapi pertandingan, optimis akan masa depan sebagai atlet *E-Sport*, semangat dalam menjalani kegiatan atau tuntutan yang dihadapi serta menganggap bahwa tuntutan atau hambatan menjadi hal yang positif bagi atlet (Diener, 2015). Sebaliknya atlet *E-Sport* yang merasa kepuasan hidupnya rendah ia akan merasa bahwa kehidupan yang dijalani sebagai atlet teramat berat, merasa ragu akan kesejahteraan masa depannya, mengeluhkan tuntutan dan kegiatan yang ia jalani dan merasa bahwa masa depan sebagai atlet *E-Sport* tidak pasti, kepuasan hidup seseorang merujuk pada penerimaan seseorang terhadap keadaan kehidupannya serta sejauh manakah seseorang itu dapat memenuhi apa yang dikehendakinya secara menyeluruh. Sedangkan kepuasan hidup pada atlet *E-Sport* merujuk pada apa yang

telah dialami dan diperoleh selama menjadi atlet *E-Sport*. Hal tersebut akan membuat atlet *E-Sport* merasa bahagia dan sejahtera dengan apa yang dijalainnya, yakin akan kemenangan dalam menghadapi pertandingan, optimis akan masa depan sebagai atlet *E-Sport*, semangat dalam menjalani kegiatan atau tuntutan yang dihadapi serta menganggap bahwa tuntutan atau hambatan menjadi hal yang positif bagi atlet (Pintrich, 2000). Sebaliknya atlet *E-Sport* yang merasa kepuasan hidupnya rendah ia akan merasa bahwa kehidupan yang dijalani sebagai atlet teramat berat, merasa ragu akan kesejahteraan masa depannya, mengeluhkan tuntutan dan kegiatan yang ia jalani dan merasa bahwa masa depan sebagai atlet *E-Sport* tidak pasti.

Kepuasan hidup merujuk pada kemampuan seseorang untuk menikmati pengalaman-pengalamannya, sesuai dengan pernyataan Hurlock (1980), bahwa kepuasan hidup merupakan sebuah proses penerimaan individu terhadap keadaan kehidupannya secara menyeluruh terhadap tujuan yang diinginkan dan tujuan yang telah dicapai secara sadar, dengan didasarkan kriteria-kriteria yang telah ditetapkan oleh dirinya sendiri. Sama seperti yang dinyatakan oleh penelitian sebelumnya oleh Wibowo (2014) yang menunjukkan bahwa kepuasan hidup memiliki orientasi yang positif terhadap kesejahteraan psikologis. Para peneliti mengemukakan bahwa individu yang mendapatkan nilai tinggi pada skala kepuasan hidup akan menghasilkan kesejahteraan psikologis bagi dirinya, sehingga dapat menciptakan lingkungan yang sehat, menjadi pribadi yang produktif, dan memiliki gambaran yang tinggi dalam memandang kehidupan (Berkowitz, 2015). Sama seperti temuan penelitian yang dilakukan oleh Aisah dan Raharja (2018) “Gambaran Kepuasan Hidup pada Dewasa Awal” dengan hasil bahwa dewasa awal memiliki tingkat kepuasan hidup yang tinggi, sedangkan aspek yang dominan dalam gambaran kepuasan hidup dewasa awal ini adalah kepuasan hidup saat ini. Selain itu, hasil penelitian yang ditulis oleh Warini (2018) dengan tema tentang “Gambaran Kepuasan Hidup pada Pekerja Dewasa Awal di Pabrik Cendana” menyatakan bahwa dewasa awal yang bekerja di pabrik cendana memiliki kepuasan hidup yang rendah.

Dari uraian permasalahan yang sudah dikemukakan di atas, maka dalam penelitian ini peneliti ingin melihat gambaran kepuasan hidup pada atlet *E-Sport*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Dari ulasan latar belakang di atas peneliti menetapkan rumusan masalah yang akan dijawab sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran kepuasan hidup pada atlet *E-Sport*?
2. Bagaimana aspek dominan dari kepuasan hidup atlet *E-Sport*?
3. Bagaimana gambaran kepuasan hidup atlet *E-Sport* berdasarkan data penunjang?

### **1.3 Tujuan dan Manfaat Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan untuk melihat :

1. Mengetahui gambaran kepuasan hidup pada atlit *E-Sport*
2. Mengetahui aspek dominan dari kepuasan hidup atlet *E-Sport*
3. Mengetahui gambaran kepuasan hidup berdasarkan data penunjang

#### **1.3.2 Manfaat Penelitian**

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memperoleh manfaat – manfaat sebagai berikut:

##### **1. Manfaat teoritis**

Secara teoritis, sumbangan ilmu dan informasi, untuk memberikan wawasan & informasi mengenai kepuasan hidup yang berhubungan dengan keilmuan Psikologi, khususnya Psikologi Klinis.

##### **2. Manfaat Praktis**

Secara Praktis, penelitian ini memberikan masukan kepada atlit *E-Sport*, menumbuhkan harapan dalam mencapai kepuasan hidup.