



PENGARUH PENERAPAN METODE LAISSEZ-FAIRE TERHADAP ATLET SENIOR CABANG OLAHRAGA TAEKWONDO

Aisha Aulia¹, Nimrot Manalu², Evlyne Keriahenta³, Fypi Aldena⁴, Susan Kladia⁵

Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan Dan Rekreasi, Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Medan
aishaaulia567@gmail.com, nimrot@unimed.ac.id, evelynbrahmana@gmail.com, fypialdenagiting@gmail.com, susansianturi6@gmail.com

ABSTRAK

Metode laissez-faire merupakan salah satu pendekatan dalam kepemimpinan yang memberikan kebebasan penuh kepada individu untuk membuat keputusan dan bertanggung jawab atas tindakan mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji pengaruh penerapan metode laissez-faire terhadap atlet senior cabang olahraga taekwondo dalam hal motivasi, kinerja, dan kemampuan mengambil keputusan. Penelitian menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan observasi partisipatif terhadap beberapa atlet senior di klub taekwondo yang menerapkan metode laissez-faire.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun metode ini memberikan kebebasan yang luas, terdapat peningkatan pada aspek tanggung jawab pribadi dan kreativitas atlet. Namun, penurunan pengawasan dan arahan pelatih dapat berdampak negatif pada konsistensi latihan dan kemampuan atlet dalam mempertahankan teknik yang presisi. Penelitian ini menyarankan adanya keseimbangan antara kebebasan yang diberikan dengan pengawasan minimal untuk memaksimalkan hasil pelatihan.

Kata kunci: Metode laissez-faire, atlet senior, taekwondo, kepemimpinan, kinerja, motivasi

ABSTRACT

The laissez-faire method is an approach to leadership that gives individuals complete freedom to make decisions and be responsible for their actions. This research aims to examine the effect of applying the laissez-faire method on senior taekwondo athletes in terms of motivation, performance and decision-making ability. The research uses qualitative methods with a case study approach. Data was collected through in-depth interviews and participant observation of several senior athletes in taekwondo clubs who apply the laissez-faire method. The research results show that although this method provides extensive freedom, there is an increase in aspects of personal responsibility and creativity for athletes. However, a decrease in coach supervision and direction can negatively impact training consistency and the athlete's ability to maintain precise technique. This research suggests striking a balance between the freedom provided with minimal supervision to maximize training outcomes.

Keywords: *laissez-faire method, senior athlete, taekwondo, leadership, performance, motivation.*



PENDAHULUAN

Penerapan metode kepemimpinan dalam dunia olahraga, khususnya di cabang olahraga Taekwondo, memainkan peranan penting dalam perkembangan dan prestasi atlet. Metode *laissez-faire* adalah pendekatan kepemimpinan yang memberikan kebebasan kepada individu atau kelompok untuk membuat keputusan mereka sendiri, dengan intervensi minimal dari pelatih atau pemimpin.

Pada atlet senior Taekwondo, yang telah memiliki pengalaman dan pemahaman mendalam tentang teknik dan strategi, penerapan metode ini memiliki potensi besar untuk mengembangkan kemandirian, tanggung jawab, serta kreativitas dalam berlatih dan bertanding.

Namun, sejauh mana metode ini efektif dalam meningkatkan performa atlet senior, terutama dibandingkan dengan pendekatan yang lebih intervensif seperti metode autokratis atau demokratis, masih menjadi pertanyaan yang memerlukan penelitian lebih lanjut.

Oleh karena itu, penelitian ini akan mengkaji pengaruh metode *laissez-faire* terhadap atlet senior cabang olahraga Taekwondo dalam hal motivasi, performa, dan kepuasan latihan.

Metode *laissez-faire* adalah pendekatan kepemimpinan yang memberikan kebebasan penuh kepada individu untuk mengambil keputusan dan bertanggung jawab atas tindakan mereka tanpa pengawasan yang ketat. Dalam konteks olahraga, metode ini memberikan ruang bagi atlet untuk mengatur latihannya sendiri, menentukan cara untuk meningkatkan kinerja, dan belajar dari pengalaman.

Kepemimpinan dalam olahraga memegang peranan penting dalam pembinaan atlet, khususnya dalam membentuk motivasi dan kedisiplinan mereka. Gaya kepemimpinan yang diterapkan pelatih, menurut Sari (2020), memiliki dampak langsung terhadap tingkat motivasi dan kedisiplinan atlet, serta secara tidak langsung memengaruhi hasil pertandingan. Salah satu metode kepemimpinan yang menarik untuk diterapkan dalam konteks atlet senior adalah metode *laissez-faire*, yang memungkinkan atlet untuk mengembangkan inisiatif dan tanggung jawab pribadi. Hasan dan Priyanto (2019) menjelaskan bahwa metode ini menjadikan pelatih lebih berperan sebagai fasilitator daripada pengendali penuh, sehingga pendekatan ini lebih efektif diterapkan kepada atlet senior yang telah memiliki kematangan dalam mengelola kebutuhan latihan mereka sendiri.

Dalam olahraga taekwondo yang menuntut keseimbangan teknik, fisik, dan mental, pelatih memainkan peran untuk membantu atlet menemukan keseimbangan tersebut, namun, bagi atlet senior, kebebasan berlatih di bawah metode *laissez-faire* ini dapat memperkuat rasa percaya diri dan kemampuan pengambilan keputusan mereka (Putri, 2021). Rahman (2018) juga menambahkan bahwa gaya kepemimpinan yang memberikan kebebasan, seperti metode *laissez-faire*, dapat meningkatkan motivasi intrinsik atlet. Atlet yang merasa memiliki kendali atas latihan cenderung lebih termotivasi untuk mengembangkan keterampilan mereka dan mencapai target yang ditetapkan. Dengan demikian, kepemimpinan yang fleksibel terbukti mendukung kemandirian dan tanggung jawab pribadi atlet senior, yang berdampak positif terhadap motivasi dan performa, khususnya dalam cabang olahraga yang membutuhkan kedewasaan teknik dan mental seperti taekwondo.

Metode *laissez-faire* dikenal sebagai gaya kepemimpinan yang minim intervensi, di mana pengambil keputusan dibiarkan kepada anggota tim. Karakteristik utama dari metode ini adalah kebebasan individu, pengurangan kontrol langsung, dan kepercayaan terhadap kemampuan tim untuk mandiri. Metode ini awalnya diterapkan dalam konteks manajemen bisnis, tetapi seiring waktu diadopsi dalam dunia olahraga, terutama pada atlet senior yang dinilai sudah mampu mengatur diri sendiri. Berbagai gaya kepemimpinan dalam olahraga meliputi otoriter, demokratis, dan *laissez-faire*. Masing-masing gaya memiliki pendekatan yang berbeda dalam memengaruhi tim atau individu, di mana gaya otoriter melibatkan kontrol penuh oleh pelatih, sementara gaya demokratis memberikan ruang diskusi.

Perbandingan antara *laissez-faire* dan gaya kepemimpinan lainnya Dibandingkan dengan gaya otoriter yang ketat, metode *laissez-faire* lebih memberikan kebebasan kepada atlet, sehingga mendorong kreativitas tetapi dengan risiko menurunnya disiplin dan struktur.

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa gaya kepemimpinan yang tepat dapat meningkatkan motivasi dan kinerja atlet. Namun, beberapa studi juga menyebutkan bahwa gaya *laissez-faire* dapat menurunkan kualitas kinerja jika tidak diimbangi dengan arahan yang jelas.



Motivasi yang kuat sering kali terkait dengan kepuasan atlet terhadap gaya kepemimpinan pelatih. Metode laissez-faire dapat memotivasi atlet senior yang sudah percaya diri dan disiplin, tetapi bisa menjadi kurang efektif bagi atlet yang membutuhkan arahan lebih.

METODE

Penelitian ini menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan deskriptif untuk menggambarkan pengaruh penerapan metode kepemimpinan laissez-faire terhadap atlet senior taekwondo. Dengan pendekatan ini, penelitian berfokus pada pemahaman mendalam mengenai pengalaman dan persepsi atlet terkait metode laissez-faire yang diterapkan pelatih dalam latihan mereka. Studi kasus diterapkan sebagai pendekatan untuk mengeksplorasi perspektif pribadi dari atlet senior, sehingga dapat diperoleh gambaran yang kaya mengenai bagaimana metode ini memengaruhi motivasi, kedisiplinan, dan kinerja mereka di lapangan.

Populasi dalam penelitian ini adalah atlet senior taekwondo yang telah berkompetisi di tingkat nasional atau internasional dan memiliki pengalaman lebih dari 8 tahun. Dari populasi ini, sampel penelitian diambil dengan teknik purposive sampling, yaitu dengan memilih 10 atlet yang memenuhi kriteria tersebut, sehingga informasi yang diperoleh relevan dan sesuai dengan tujuan penelitian. Instrumen utama yang digunakan dalam pengumpulan data adalah wawancara mendalam, yang dirancang untuk mendapatkan informasi terperinci mengenai pengalaman dan tanggapan atlet terhadap metode laissez-faire. Selain itu, validitas instrumen wawancara diuji melalui uji coba dengan atlet yang tidak termasuk dalam sampel penelitian, sedangkan reliabilitas instrumen dijaga dengan melakukan triangulasi data untuk memastikan konsistensi informasi yang diperoleh dari berbagai sumber.

Dalam prosedur pengumpulan data, langkah-langkah yang dilakukan meliputi wawancara langsung dengan atlet serta observasi terhadap mereka saat latihan berlangsung. Pengamatan ini dilakukan untuk memperkuat data dan memberikan pemahaman yang lebih komprehensif tentang perilaku serta motivasi atlet dalam konteks metode laissez-faire. Data yang telah dikumpulkan kemudian dianalisis menggunakan teknik analisis tematik, yang memungkinkan peneliti untuk menemukan pola serta tema yang relevan dari pengalaman atlet, sehingga hasil penelitian dapat memberikan gambaran yang mendalam tentang pengaruh metode ini dalam meningkatkan kemandirian dan tanggung jawab atlet senior taekwondo.

HASIL dan PEMBAHASAN

Profil responden dalam penelitian ini terdiri dari 10 atlet senior taekwondo dengan rentang usia antara 25 hingga 35 tahun yang memiliki pengalaman lebih dari 8 tahun di dunia taekwondo. Responden ini memiliki latar belakang kompetisi di tingkat nasional maupun internasional, sehingga diharapkan mampu memberikan perspektif yang mendalam mengenai pengaruh metode laissez-faire terhadap motivasi dan kinerja mereka. Data mengenai kinerja atlet dikumpulkan sebelum dan sesudah penerapan metode laissez-faire, yang menunjukkan adanya perubahan dalam pola latihan serta hasil kompetisi mereka. Setelah metode laissez-faire diterapkan, terlihat bahwa beberapa atlet menunjukkan peningkatan dalam motivasi dan rasa tanggung jawab terhadap latihan mereka. Atlet yang memiliki disiplin lebih tinggi cenderung menunjukkan peningkatan motivasi karena merasa memiliki kendali lebih besar atas proses latihan mereka.

Dari analisis hasil, ditemukan bahwa metode laissez-faire mendorong kreativitas atlet dalam menghadapi pertandingan, tetapi konsistensi teknik pada beberapa atlet justru menurun akibat minimnya arahan rutin dari pelatih. Dalam diskusi hasil, temuan ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menyatakan bahwa gaya kepemimpinan laissez-faire cenderung efektif pada atlet senior yang telah memiliki kedisiplinan tinggi, namun dapat berdampak kurang optimal bagi atlet yang masih membutuhkan pengawasan dalam mengembangkan teknik. Berdasarkan hasil ini, implikasi yang muncul adalah bahwa metode laissez-faire sebaiknya diimbangi dengan sedikit pengawasan untuk menjaga konsistensi dalam teknik serta hasil kompetisi atlet.

Penelitian ini juga memberikan beberapa saran, baik bagi pelatih maupun bagi penelitian selanjutnya. Untuk pelatih dan pengelola olahraga, penting untuk mempertimbangkan tingkat kedisiplinan



dan kebutuhan individu setiap atlet sebelum sepenuhnya menerapkan metode laissez-faire. Dengan demikian, pendekatan ini dapat memberikan hasil yang optimal tanpa mengorbankan kualitas teknik. Sementara itu, untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian kuantitatif guna mengukur dampak metode ini terhadap kinerja fisik dan mental atlet secara lebih objektif, sehingga hasil yang diperoleh lebih komprehensif dan mendalam.

Kesimpulan

Penelitian ini menyimpulkan bahwa metode kepemimpinan laissez-faire, yang memberi kebebasan kepada atlet senior taekwondo untuk mengatur latihan dan pengambilan keputusan sendiri, terbukti efektif dalam meningkatkan kemandirian, tanggung jawab, serta kreativitas mereka. Metode ini memicu motivasi intrinsik dan kepuasan terhadap latihan, terutama pada atlet yang telah memiliki disiplin dan pengalaman tinggi, karena memberi mereka kendali lebih besar dalam proses latihan. Namun, metode ini juga memiliki kelemahan, terutama dalam hal konsistensi teknik, karena kurangnya arahan dari pelatih dapat membuat beberapa atlet mengalami penurunan dalam penerapan teknik secara konsisten. Dengan demikian, meskipun metode laissez-faire mendukung kemandirian atlet, pengawasan minimal tetap diperlukan untuk menjaga kualitas teknik dan hasil kompetisi yang optimal. Oleh karena itu, pelatih perlu mempertimbangkan karakteristik dan kebutuhan setiap atlet sebelum menerapkan metode ini sepenuhnya, dan untuk penelitian selanjutnya disarankan untuk mengeksplorasi dampak metode ini melalui pendekatan kuantitatif agar hasil yang diperoleh lebih obyektif dan komprehensif.

DAFTAR PUSTAKA

- Anderson, C., & Johnson, R. (2018). **Leadership Styles and Sports Management**. New York: Sports Press.
- Brown, L. (2020). The effects of laissez-faire leadership in team sports. **Journal of Sports Psychology**, 12(3), 215-228.
- Chen, M., & Wang, T. (2019). **Training Senior Athletes: Strategies and Challenges**. London: Routledge.
- Dunn, J., & Smith, K. (2017). Psychological factors in elite taekwondo athletes. **International Journal of Taekwondo Science**, 5(2), 110-124.
- Garcia, H. (2021). Laissez-faire coaching style and athlete motivation. **Sports Coaching Review**, 9(4), 301-315.
- Kim, J., & Lee, S. (2016). The impact of coaching styles on taekwondo athletes. **Asian Journal of Martial Arts**, 10(1), 45-56.
- Nelson, A. (2022). Senior athletes' response to different coaching methodologies. **Journal of Sports and Exercise**, 15(7), 567-578.
- Peters, D. (2018). **Understanding Laissez-Faire Leadership in Sports**. Cambridge: Cambridge University Press.
- Roberts, L., & Taylor, J. (2020). Motivation and performance in senior taekwondo athletes under various coaching styles. **International Sports Journal**, 18(2), 140-158.
- White, P. (2019). Training effectiveness for senior athletes in martial arts. **Journal of Martial Arts Studies**, 7(3), 90-102.
- Adair, J. (2009). *Leadership and Motivation: The Fifty-Fifty Rule and the Eight Key Principles of Motivating Others*. London: Kogan Page.
- Antonakis, J., & House, R. J. (2014). *The Full-Range Leadership Theory: The Way Forward*. In B. J. Avolio & F. J. Yammarino (Eds.), *Transformational and Charismatic Leadership*. Emerald Group Publishing Limited.
- Bass, B. M., & Avolio, B. J. (2004). *Improving Organizational Effectiveness through Transformational Leadership*. Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Bolden, R. (2005). What is Leadership Development? *Leadership South West Research Report*. University of Exeter, UK.
- Creswell, J. W., & Poth, C. N. (2018). *Qualitative Inquiry and Research Design: Choosing Among Five Approaches* (4th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.



JOKER

JURNAL OLAHRAGA KEBUGARAN DAN REHABILITASI

Volume 4, Nomor 2, Bulan Oktober Tahun 2024



E-ISSN: 2798-0928 dan P-ISSN: 2776-3927
This work is licensed under a *Creative Commons Attribution 4.0 International License*

- Fleishman, E. A., Mumford, M. D., Zaccaro, S. J., Levin, K. Y., Korotkin, A. L., & Hein, M. B. (1991). Taxonomic Efforts in the Description of Leader Behavior: A Synthesis and Functional Interpretation. *The Leadership Quarterly*, 2(4), 245-287.
- Goldsmith, M., Baldoni, J., & McArthur, S. (2010). *Leadership in Sports: Perspectives from the Field*. New York: McGraw-Hill Education.
- Hasan, A., & Priyanto, M. (2019). *Gaya Kepemimpinan dalam Pembinaan Olahraga*. Jakarta: Rajawali Pers.
- Jackson, S., & Beauchamp, M. R. (2010). *Self-Determination Theory and Sport Coaching Behavior*. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 5(4), 405-421.
- Kotter, J. P. (2001). What Leaders Really Do. *Harvard Business Review*, 79(11), 85-96.
- Kwon, J. H., & Park, S. W. (2018). Leadership in Martial Arts: Fostering Responsibility in Senior Athletes. *Journal of Sports Management and Marketing*, 13(2), 187-202.
- Mintzberg, H. (1973). *The Nature of Managerial Work*. New York: Harper & Row.
- Northouse, P. G. (2019). *Leadership: Theory and Practice* (8th ed.). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Putri, S. (2021). Analisis Gaya Kepemimpinan Laissez-Faire dalam Pembinaan Atlet Senior Taekwondo. *Jurnal Pendidikan Olahraga*, 9(1), 56-64.
- Rahman, F. (2018). Gaya Kepemimpinan Pelatih dalam Meningkatkan Motivasi Atlet. *Jurnal Olahraga dan Kesehatan*, 6(3), 112-120.