

**HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN
KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET FUTSAL**



**Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
pada Jurusan Psikologi Fakultas Psikologi**

Oleh:

RIZAL RIYANTO

F 100 160 080

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

**HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN
KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET FUTSAL**

PUBLIKASI ILMIAH

oleh :

RIZAL RIYANTO

F 10060080

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji oleh:

Dosen

Pembimbing



Dra. Partini., M. Si. Psikolog

NIK.NIDN: 594/0614066501




HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN
KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET FUTSAL**

OLEH
RIZAL RIYANTO
F 100160080

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
Fakultas Psikologi
Universitas Muhammadiyah Surakarta
Pada hari Kamis, 5 Agustus 2021
Dan dinyatakan telah memnuhi syarat

Dewan Penguji:

1. Dra. Partini, M.Si. Psikolog ()
(Ketua Dewan Penguji)
2. Dr. Wiwien Dinar Pratisti, M.Si, Psikolog ()
(Anggota I Dewan Penguji)
3. Siti Nurina Hakim, S.Psi, M.Si, Psikolog ()
(Anggota II Dewan Penguji)



Dekan,

Prof. Taufik, S.Psi., M.Si., Ph.D
NIK/ NIDN: 799/ 0629037403

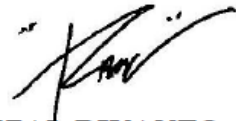
PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam publikasi ilmiah ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 25 Agustus 2021

Penulis



RIZAL RIYANTO
F 100160080

HUBUNGAN MOTIVASI BERPRESTASI DENGAN KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET FUTSAL

Abstrak

Olah raga futsal merupakan salah satu olah raga yang telah membantu dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa melalui kompetisi di tingkat nasional dan internasional. Untuk memperoleh prestasi, seorang atlet memerlukan dorongan salah satunya adalah motivasi. Dampak positif motivasi adalah atlet akan melakukan kegiatan dengan penuh semangat dan dampak negative akan mengakibatkan kecemasan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan motivasi berprestasi dengan kecemasan bertanding pada atlet futsal. Penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data kuantitatif. Sampel penelitian ini adalah seluruh atlet futsal Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta berjumlah 35 atlet. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner yang disebar melalui *google form*. Uji validitas data menggunakan teknik *expert judgement*. Metode analisa data menggunakan *analisis product moment*. Hasil analisa data diperoleh bahwa terdapat hubungan negative antara motivasi berprestasi dengan kecemasan bertanding pada atlet futsal dengan nilai $r -0,585$ dan nilai $p 0,000 < 0,05$. Semakin tinggi motivasi maka semakin rendah kecemasan saat bertanding, begitu pula sebaliknya semakin rendah motivasi maka semakin tinggi kecemasan yang dirasakan saat bertanding.

Kata Kunci : atlet futsal, kecemasan bertanding, motivasi bertanding

Abstract

Futsal sport is one of the sports that has helped the name of the region and the nation through competitions at the national and international levels. To obtain achievement, an athlete needs encouragement, one of which is motivation. The positive impact of motivation is that the athlete will carry out activities with enthusiasm and the negative impact will cause anxiety. This study aims to determine the relationship between achievement motivation and competition anxiety in futsal athletes. This study uses quantitative data collection techniques. The sample of this research is all futsal athletes from the Faculty of Psychology, University of Muhammadiyah Surakarta totaling 35 athletes. The data collection method used a questionnaire distributed via *google form*. Test the validity of the data using expert judgment techniques. The data analysis method uses product moment analysis. The results of data analysis showed that there was a negative relationship between achievement motivation and competition anxiety in futsal athletes with an r -value of -0.585 and a p -value of $0.000 < 0.05$. The higher the motivation, the lower the anxiety when competing, and vice versa, the lower the motivation, the higher the anxiety felt when competing.

Keywords: futsal athletes, anxiety to compete, motivation to compete

1. PENDAHULUAN

Olahraga tidak dapat dipisahkan dari manusia dalam kehidupan, modern sekarang ini. Olahraga dapat dibagi menjadi dua jenis yaitu olahraga rekreasi dan olahraga prestasi. Olahraga rekreasi adalah olahraga sebagai aktivitas pengisi waktu luang dan tujuannya biasanya untuk mencapai kesenangan atau kebahagiaan. Olahraga prestasi merupakan aktivitas yang dilakukan dengan tujuan untuk meraih kemenangan. Salah satunya adalah olahraga Futsal. Olahraga Futsal telah membantu dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Akan tetapi diperlukan adanya dorongan pada atlet untuk meraih prestasi, salah satunya adalah motivasi untuk berprestasi. Motivasi pada mahasiswa mempunyai dampak negatif dan dampak positif terhadap kegiatan mahasiswa tersebut, dampak positifnya akan melakukan kegiatan dengan penuh semangat akan tetapi dampak negatifnya akan mengakibatkan kecemasan.

Berdasarkan data yang diambil dari Asosiasi Pesepakbola Profesional (Fifpro) 2019, dilakukan penelitian terhadap 307 pemain dan hasilnya adalah 11% pesepak bola putri dan 6% pesepak bola putra menunjukkan gejala depresi. Bukan hanya depresi, terdapat pula tanda-tanda kecemasan umum (anxiety) dari para atlet yang disurvei. Hasilnya adalah 18% pemain putri dan 16% persen pemain putra mengalami kecemasan umum, seperti khawatir dan tegang. Survei dilakukan terhadap 1.602 pemain profesional saat menerapkan penangguhan kompetisi dan meminta pesepakbola berlatih secara mandiri di rumah. Hasilnya adalah, 22% dari 468 atlet putri dan 13% dari 1.134 atlet putra menunjukkan gejala yang konsisten dengan diagnosis depresi.

Hasil observasi terhadap atlet futsal Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta pada saat menghadapi pertandingan, Atlet futsal Psikologi mengikuti Tournament Scesa 2020 pada 6 Maret 2020 di GOR Kampus 2 UMS, dengan persiapan yang cukup matang dengan ada nya pelatih baru, namun dari hasil wawancara terhadap 3 (tiga) atlet futsal sebelum menghadapi pertandingan pada Tournament Scesa 2020, "Yang pasti, harapan dan target kita juara. Jadi, pasti kita punya keinginan dan mimpi yang besar," ucap kapten tim. Tetapi ada beberapa

pemain yang mengaku bahwa saat pertandingan sudah dekat mereka mengalami kecemasan yang ditandai dengan badan gemetar / “tremor”, gelisah, merasakan keringat dingin, tidak fokus pada saat pemanasan, ingin menyendiri untuk menenangkan dirinya, dan merasa tidak dapat memberikan hasil yang terbaik dalam pertandingan nanti. Akibat kecemasan yang terjadi didalam tim membuat para pemain menjadi tidak lepas dan merasakan kecemasan pada saat bertanding. Dan sampai pada akhirnya tim futsal Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta mengalami kekalahan telak dengan skor akhir 5-1.

(Clelland, 1987) mengungkapkan bahwa, atlet dengan motivasi berprestasi yang tinggi akan lebih memberikan perhatian terhadap kesalahan-kesalahan yang diperbuatnya. Mc Clelland (dalam Munandar, 2001) juga menjelaskan bahwa pemain atau individu yang memiliki motivasi berprestasi yang tinggi memiliki kecenderungan untuk melakukan sesuatu dengan lebih baik jika dibandingkan dengan individu lain. Individu dengan dorongan berprestasi tinggi lebih tertarik untuk mengerjakan hal-hal dimana individu tersebut dapat bertanggung jawab penuh dalam penyelesaiannya, dapat memperoleh umpan balik terhadap apa yang telah dikerjakannya, dengan pekerjaan-pekerjaan yang beresiko sedang. Individu tersebut akan lebih memikirkan bagaimana cara mencapai keberhasilan dengan baik, sehingga tidak berhasil secara kebetulan, yang dilakukan dengan penetapan tujuan yang jelas, yaitu tujuan yang tidak terlalu sulit namun juga tidak terlalu mudah untuk dicapai. Selanjutnya, Mc Clelland menjelaskan tentang ciri-ciri individu yang memiliki dorongan berprestasi tinggi, yaitu adanya keinginan untuk menjadi yang terbaik, menyukai pekerjaan dengan tanggungjawab pribadi, menginginkan umpan balik terhadap apa yang telah dikerjakan, memilih pekerjaan dengan resiko moderat, serta kreatif dan inovatif dalam melaksanakan pekerjaan.

(Spielberger, 1966) menjelaskan bahwa *trait anxiety* adalah kecemasan yang terjadi karena reaksi dipicu oleh rangsangan atau karakteristik kepribadian yang memiliki perasaan cemas yang berlebihan. Dan *state anxiety*, yaitu timbulnya emosi yang terjadi secara tiba-tiba dan pada waktu tertentu, yang ditandai dengan adanya rasa cemas berlebih, ketakutan, ketegangan, serta *physiological arousal*.

Berdasarkan latar belakang masalah menunjukkan bahwa banyak terjadi kecemasan pada atlet futsal saat menghadapi pertandingan, salah satunya adalah motivasi berprestasi, sehingga mendasari peneliti untuk dapat mengetahui seberapa besar pengaruh antara motivasi berprestasi dengan kecemasan bertanding pada atlet futsal.

2. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif. Populasi dan sampel penelitian ini adalah seluruh atlet futsal Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta yang berstatus sebagai mahasiswa aktif dan bersedia menjadi subjek penelitian dengan jumlah sebanyak ± 35 atlet. Data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh peneliti dengan menyebarkan kuesioner melalui *google form*. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini terlebih dahulu di uji kevalidannya melalui *expert judgement* yang dilakukan oleh professional *juggement* yaitu 3 dosen Fakultas Psikologi Universitas Muhammadiyah Surakarta. Metode analisa data yang adalah analisis *product moment*.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Uji Normalitas

Hasil uji normalitas sebaran variabel motivasi berprestasi diperoleh nilai Kolmogorov-smirnov dengan sig. = 0,200 yang berarti bahwa sebaran data motivasi berprestasi memenuhi distribusi normal. Kemudian, hasil uji normalitas sebaran variabel kecemasan bertanding diperoleh nilai Kolmogorov-smirnov dengan sig. = 0,200 yang berarti bahwa sebaran data kecemasan bertanding memenuhi distribusi normal.

3.2 Uji Linieritas

Berdasarkan uji linearitas dilihat dari anova table diperoleh nilai Deviaton from Linearity 0,635 sehingga dapat disimpulkan variabel bebas (Motivasi Berprestasi) dan variabel tergantung (Kecemasan Bertanding) memiliki hubungan yang linier.

3.3 Uji Hipotesis

Hasil korelasi *product moment*, dan pada analisis diperoleh nilai koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,585 dan (p) sebesar 0,000. Hasil tersebut menunjukkan

adanya hubungan negatif yang sangat signifikan antara variabel motivasi berprestasi dengan variabel kecemasan bertanding pada atlet futsal. Dimana hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi, maka semakin rendah kecemasan bertanding. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi kecemasan bertanding. Dapat disimpulkan dari hasil yang diperoleh bahwa hipotesis peneliti dapat diterima.

3.4 Sumbangan Efektif

Sumbangan efektif dilakukan untuk mengetahui seberapa besar sumbangan variable motivasi berprestasi terhadap kecemasan bertanding memiliki memiliki nilai r^2 sebesar 34,2% dan sisanya sebesar 65,8% dipengaruhi oleh faktor lainnya yang tidak dibahas dalam penelitian ini.

3.5 Pembahasan

Hasil uji hipotesis diperoleh nilai koefisien -0,585 dan sig. $p= 0,000$ yang artinya ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara motivasi berprestasi dengan kecemasan bertanding. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi, maka semakin rendah kecemasan bertanding. Begitu pula sebaliknya, semakin rendah motivasi berprestasi maka semakin tinggi kecemasan bertanding. Berdasarkan penjelasan diatas maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis yang diajukan oleh peneliti dapat diterima.

Hasil penelitian sebelumnya terkait hubungan kecemasan dengan motivasi berprestasi yang dilakukan oleh (Clarasasti & Jatmika, 2017) menyatakan bahwa hipotesis penelitian tersebut diterima, yang berarti bahwa terdapat hubungan signifikan dari kecemasan terhadap motivasi berprestasi atlet bulu tangkis remaja. Penelitian selanjutnya yang dilakukan oleh (Kusumajati, 2011) pada atlet anggar di DKI Jakarta, mengungkapkan adanya hubungan signifikan antara kecemasan dan motivasi berprestasi, dengan hubungan kedua variabel negatif, yang berarti semakin tinggi kecemasan yang dialami seorang atlet, maka semakin menurun motivasi berprestasi yang dimilikinya. Hasil ini menunjukkan bahwa semakin tinggi motivasi berprestasi maka kecemasan bertanding akan menurun, begitu pula sebaliknya apabila motivasi berprestasi rendah maka kecemasan bertanding meningkat.

4. PENUTUP

Berdasarkan hasil analisa data dan pembahasan yang telah dilakukan sebelumnya, maka kesimpulan yang dapat di ambil dari penelitian ini adalah Terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara variabel motivasi berprestasi dengan variabel kecemasan bertanding pada atlet futsal.

DAFTAR PUSTAKA

- Clelland, M. (1987). *The Achievement Motive*. New York: Appleton Century Crof.
- Spielberger, C. (1966). *Theory and research on anxiety* (Vols. pp. 3-20). (Spielberger, Ed.) New York, USA: Academic Press.
- Clarasasti, E., & Jatmika, D. (2017, Agustus 2). Pengaruh Kecemasan Berolahraga terhadap Motivasi Berprestasi Atlet Bulutangkis Remaja di Klub J Jakarta. *Humanitas*, 1 (2), 121-132.
- Kusumajati, D. (2011, April 1). Hubungan Antara Kecemasan Menghadapi Pertandingan Dengan Motivasi Berprestasi Pada Aatlet Anggar Di DKI JAKARTA. *Humaniora*, 2 (1), 58-65.
- A.S, Munandar. (2001). Psikologi Industri dan Organisasi. Jakarta : UI