

## 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. Anggoro (2020) 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. Muskanan (2015) Motivasi dalam olahraga adalah aspek psikologi yang berperan penting bagi para pelatih, guru dan pembina olahraga, karena motivasi adalah dasar untuk menggerakkan dan mengarahkan perbuatan dan perilaku seseorang dalam olahraga. Oleh karena itu, setiap pelatih, guru, dan pembina olahraga perlu memahami hakikat, teori, faktor-faktor yang memengaruhi dan teknik-teknik motivasi, di samping perlu mengetahui atlet yang harus diberi motivasi. Motivasi pada mahasiswa mempunyai dampak negative 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.

Dilansir dari <https://sport.detik.com/> Widiyanto (2020), survei yang dilakukan oleh Asosiasi pesepakbola dan futsal seluruh dunia, **Fifpro** pada 22 Maret-14 April 2020. 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.

Berdasarkan data yang diambil dari Federasi Futsal Indonesia (FFI) motivasi Timnas Futsal Indonesia untuk mengulang prestasi pada tahun 2010 cukup besar karena telah berhasil melaju ke partai final *AFF Futsal Championship* 2019. Jelang laga Final para pemain memiliki motivasi yang besar untuk mampu meraih gelar juara setelah 9 tahun, tetapi para pemain juga mengalami kecemasan karena lawan yang mereka hadapi adalah Thailand, pemegang juara 12 kali dari 13 kali selama penyelenggaraan *AFF Futsal Championship*, tekanan dan beban yang dialami oleh atlet adalah faktor penyebabnya, akibat kecemasan yang terjadi didalam tim serta tuntutan dari pihak manajemen untuk memenangkan pertandingan membuat para pemain menjadi tidak lepas dan merasakan kecemasan pada saat bertanding, akhirnya Timnas Futsal Indonesia mengalami kekalahan telak dengan skor akhir 5-0 yang dimenangkan oleh Timnas Futsal Thailand. (FFI, 2019)

Seperti halnya yang terjadi pada tim Futsal Vamos Mataram yang menjadi tuan rumah pekan keenam Grup A *Pro Futsal League* (PFL) 2020 yang berlangsung di GOR Tujuh Belas Desember Mataram. Tim Futsal Vamos Mataram termotivasi untuk meraih kemenangan karena tampil sebagai tuan rumah dan tidak ingin mengecewakan para pendukungnya ketika Vamos Mataram melawan Jeck Kato 86 Berau dan Halus FC Jakarta. Tim Vamos Mataram telah mempersiapkan tim nya dalam kondisi yang sangat baik, namun menurut Bonus Hasibuan selaku pelatih Vamos Mataram menyatakan kecemasannya dan mewaspadaai kekuatan tim lawan yang akan bermain penuh semangat melawan mereka. Dan akhirnya pertandingan tersebut dimenangkan oleh Vamos Mataram dengan skor 6-4. Pernyataan diatas menandakan bahwa atlet tersebut memiliki motivasi yang tinggi untuk dapat meraih kemenangan dan telah mampu mengatasi masalah psikologis antara motivasi berprestasi dan kecemasan yang sedang dirasakan. (Bolalob, 2020)

Selain hal tersebut, berdasarkan observasi keadaan 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 adanya 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.

McClelland (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*.

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Diyanto, Kusuma & Rustiadi (2018), diketahui bahwa dari hasil penelitian tersebut kinerja atlet menerima kontribusi signifikan dari Kecemasan 45,02%. Kepercayaan diri sebesar 32,15%. Motivasi 57,61%. Kecemasan, Kepercayaan Diri, dan Motivasi 65,50%.

Penelitian terdahulu 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 dari Parnabas (2019) hasil dari 119 atlet dari berbagai macam tingkatan, dari atlet universitas, atlet distrik, nasional, dan atlet negara, menunjukkan bahwa terdapat kecemasan menghadapi pertandingan memiliki hubungan negatif terhadap performa atlet selama dilapangan.

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.

Berdasarkan uraian fenomena diatas 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.

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Hubungan antara motivasi berprestasi terhadap kecemasan seorang atlet futsal ketika menghadapi pertandingan.
2. Mengetahui tingkat kecemasan pada atlet futsal ketika menghadapi pertandingan.
3. Mengetahui tingkat motivasi berprestasi pada atlet futsal.

4. Mengetahui sumbangan efektif motivasi berprestasi terhadap kecemasan bertanding pada atlet futsal.

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan..manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan pengetahuan tentang motivasi berprestasi pada atlet, kondisi kecemasan yang dialami atlet, dan bagaimana cara mengoptimalkan potensi yang dimiliki atlet.

2. Manfaat Praktis

Dapat dijadikan sebagai informasi dan bahan pertimbangan untuk mengenali keadaan psikis para atletnya yang mengalami kecemasan kemudian membuat program untuk menghilangkan kecemasan dan mampu meningkatkan motivasi berprestasi para atletnya.

*Achievement motivation theory*, teori ini dikembangkan pertama kali oleh psikolog Amerika bernama David McClelland pada tahun 1958 dan teori ini berfokus pada motivasi manusia. (Clelland, 1987) berpendapat bahwa motivasi berprestasi merupakan keinginan yang dimiliki individu, sehingga mampu memberikan dorongan dalam upaya mencapai suatu standar atau ukuran keunggulan.

Menurut David McClelland dalam (Karaman M.A, 2019) kebutuhan untuk berprestasi adalah suatu dorongan agar dapat menjadi lebih unggul, mencapai prestasi atas suatu standar, dan memiliki kompetensi untuk meraih kesuksesan.

Teori ini mempunyai 3 (tiga) tipe. kebutuhan yang mendasari, motivasi seseorang, yaitu :

- a. *Need for Achievement (N-Ach)*, merupakan kebutuhan seseorang untuk meraih atau mendapatkan sesuatu. Kebutuhan ini digunakan ketika manusia ingin membuktikan sesuatu, maka manusia akan mencari sebuah pengakuan.
- b. *Need for Power (N-Pow)*, merupakan kebutuhan untuk mendominasi, mempengaruhi orang .lain, dan memiliki kuasa atas orang. lain.
- c. *Need for Affiliation (N-Affil)*, merupakan kebutuhan untuk berada di suatu tempat, menjadi bagian dari sesuatu seperti kelompok sosial, mengembangkan hubungan, dan menjalin persahabatan.

McClelland dalam (Obiero, 2018) sangat percaya bahwa orang-orang yang bermotivasi prestasi umumnya adalah orang-orang yang memiliki keinginan dan mendapatkan hasil yang terbaik, dan bahwa ini meluas untuk mendapatkan hasil melalui organisasi orang lain dan sumber daya.

Menurut Maslow dalam (Ajay, 2016) Motivasi adalah sesuatu yang konstan, tidak pernah berakhir, berfluktuasi, kompleks, dan hampir merupakan karakteristik yang universal dari setiap keadaan organismik. Khan & Islary (2016) Motivasi berprestasi dapat didefinisikan sebagai kebutuhan untuk lebih unggul atau mencapai kesuksesan.

Berdasarkan pemaparan di atas, maka dapat disimpulkan bahwa motivasi berprestasi merupakan suatu keinginan dan dorongan seseorang untuk memenuhi harapan dan mencapai tujuan, sehingga memungkinkan untuk mencapai prestasi yang optimal.

Terdapat aspek motivasi berprestasi yang dikemukakan oleh McClelland, Atkinson, Clark, & Lowell (2015), antara lain:

a. Tanggung Jawab

Individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi mempunyai rasa tanggungjawab terhadap pekerjaannya, berusaha menyelesaikan hingga tuntas dan maksimal. Sedangkan, atlet dengan motivasi berprestasi rendah, mempunyai sikap mudah berputus asa dan menyalahkan hal lain ketika mengalami kegagalan.

b. Pertimbangan Resiko

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi lebih memilih untuk mengerjakan tugas dengan tingkat resiko sedang. Pemilihan pekerjaan tersebut ditentukan dengan berbagai pertimbangan kemungkinan resiko yang bisa terjadi. Berbeda halnya dengan individu dengan motivasi berprestasi rendah, yaitu lebih memilih pekerjaan yang mudah agar dapat segera membawa keberhasilan.

c. Kreatif - Inovatif

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi cenderung bertindak kreatif, dengan mencari cara baru untuk menyelesaikan tugas seefisien dan seefektif mungkin.

d. Memperhatikan Umpan Balik

Individu dengan motivasi berprestasi tinggi akan membutuhkan umpan balik ketika telah selesai mengerjakan suatu pekerjaan. Umpan balik dibutuhkan karena dianggap dapat digunakan sebagai acuan untuk menghasilkan pekerjaan yang lebih baik lagi. Sedangkan individu dengan motivasi berprestasi rendah menolak menerimanya, karena dianggap hanya akan menunjukkan kesalahan yang dilakukannya.

e. Waktu Penyelesaian Tugas

Individu dengan motivasi berprestasi yang tinggi akan berusaha menyelesaikan setiap tugas dalam waktu secepat mungkin dan seefisien mungkin.

f. Tujuan yang realistis dan sesuai dengan kemampuannya

Individu yang memiliki rasa motivasi berprestasi tinggi akan memiliki tujuan yang realistis terhadap sesuatu yang akan dikerjakannya.

Berdasarkan pemaparan tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat berbagai aspek motivasi berprestasi, yaitu tanggung jawab, pertimbangan resiko kerja, penerimaan umpan balik, menyukai tantangan, dan memiliki tujuan yang realistis.

McClelland, Atkinson, Clark, & Lowell (2015) mengungkapkan faktor-faktor motivasi berprestasi, diantaranya. yaitu :

a. Pengalaman masa lalu

Variasi pengalaman yang dialami oleh setiap atlet berpengaruh terhadap tinggi rendahnya kemampuan dalam mencapai prestasi

b. Latar belakang budaya tempat dibesarkan

Budaya dimana seseorang tumbuh dan berkembang memiliki peran dalam membentuk motivasi berprestasi. Seseorang yang tumbuh dalam budaya yang mengedepankan sikap inisiatif, kerja keras dan kompetitif, dan adanya suasana yang mendukung serta memberikan keyakinan penuh dalam penyelesaian masalah secara mandiri, akan memiliki keinginan yang tinggi untuk berprestasi.

c. Peniruan tingkah laku (*modeling*)

Dengan adanya modeling, atlet melakukan peniruan terhadap berbagai sifat dan sikap yang ditunjukkan oleh model, termasuk didalamnya kebutuhan untuk berprestasi.

d. Lingkungan proses pembelajaran

Hal ini mencakup bagaimana suasana tempat pembelajaran berlangsung. Apabila suasana yang terbentuk menyenangkan, tidak mengancam, mampu menciptakan semangat yang tinggi, dan memunculkan sikap optimis, maka akan mendorong seseorang untuk tertarik belajar.

e. Harapan orang tua terhadap anak

Harapan orang tua yang tinggi akan kemampuan anak dalam bekerja keras dan berjuang untuk berprestasi, akan mempengaruhi keinginan anak untuk berperilaku yang mengarah pada pencapaian prestasi.

Berdasarkan pemaparan diatas tersebut maka dapat diperoleh kesimpulan bahwa faktor-faktor motivasi berprestasi, antara lain pengalaman masa lalu, latar belakang budaya tempat dibesarkan, lingkungan proses pembelajaran berlangsung, peniruan tingkah laku (*modeling*), serta harapan orang tua.

Menurut Spielberger dalam (Fauziah, Rafiyah, & Solehati, 2018) membagi kecemasan ke dalam 2 bagian yaitu state anxiety dan trait anxiety yang dapat membedakan antara perasaan cemas dan depresi pada individu tersebut. *State anxiety*, merupakan kondisi emosional dan keadaan sementara pada diri individu dengan adanya perasaan tegang dan khawatir yang dirasakan secara sadar serta bersifat subjektif. *Trait anxiety* diinterpretasikan sebagai pengukuran perbedaan individu yang stabil dalam karakteristik kepribadian yang relatif permanen (Han, 2009).

Kecemasan didefinisikan sebagai keadaan psiko-emosional negatif yang timbul ketika rasa takut akan peristiwa, yang tidak selalu dapat diidentifikasi, bermanifestasi sebagai respons berlebihan di mana kegugupan dan kekhawatiran mendominasi (Sanchez, Ortega, Jimenez, Valero, Marmol, & Cubaros, 2019).

Menurut Pradnyaswari & Budisetyani (2018) Kecemasan adalah salah satu gejala psikologis yang identik dengan perasaan negatif. Viera dalam (Verardi &



Barreto, 2016) kecemasan adalah emosi yang dipicu oleh stres dari kondisi internal dan eksternalnya.

Menurut Clark & Beck (2010) Kecemasan adalah sebagai sistem respon kognitif, afektif, fisiologis, dan perilaku yang rumit dan aktif jika terdapat keadaan yang dianggap tidak menyenangkan karena keadaan tersebut tidak terduga dan tak terkendali serta berpotensi mengancam kepentingan individu.

Menurut Gunarsa (2008) kecemasan bertanding merupakan salah satu faktor psikologis yang dapat memengaruhi seorang atlet dalam situasi pertandingan. Hal ini tidak dapat dihindari dan dipastikan ada dalam situasi pertandingan, sehingga menjadi salah satu penyebab kegagalan atau performa yang tidak maksimal oleh atlet. Ia juga mengatakan kecemasan akan semakin meningkat bila semakin mendekati waktu bertanding, hal ini dikarenakan adanya bayangan akan beratnya pertandingan yang akan dihadapi.

Atlet yang menguasai fisik, teknik dan taktik yang baik, namun jika fikiran seorang atlet terganggu dengan hal-hal negatif seperti emosi negatif yang berlebihan maka dapat mengganggu konsentrasi dan tidak akan maksimal dalam bertanding sehingga menyebabkan atlet merasa cemas (Komarudin, 2015).

Berdasarkan pemaparan di atas, kecemasan bertanding merupakan sebuah reaksi normal terhadap situasi yang sangat menekan kehidupan seseorang. Emosi yang tidak menyenangkan yang ditandai dengan istilah-istilah seperti kekhawatiran, kepribadian dan rasa takut yang kadang-kadang kita alami dalam tingkat yang berbeda-beda. Semua situasi yang akan mengancam kesejahteraan organisme dapat menimbulkan kecemasan.

Clark dalam (Purnamasari, 2020) yang menyebutkan empat aspek sebagai penanda kecemasan, meliputi:

a. Aspek afektif

Ciri afektif dari kecemasan merupakan perasaan seseorang yang mengalami kecemasan, seperti gugup, tersinggung, takut, tegang, gelisah, tidak sabar, atau kecewa.

b. Aspek fisiologis

Ciri fisiologis merupakan ciri dari kecemasan yang terjadi di fisik seseorang seperti peningkatan denyut jantung, sesak napas, napas cepat, nyeri dada,

sensasi tersedak, pusing, berkeringat, kepanasan, menggigil, mual, sakit perut, diare, gemetar, kesemutan atau mati rasa di lengan atau kaki, lemas, pingsan, otot tegang atau kaku, dan mulut kering.

c. Aspek kognitif

Ciri kognitif merupakan ciri yang terjadi dalam pikiran seseorang saat merasakan kecemasan. Ciri ini dapat berupa takut akan kehilangan kontrol, takut tidak mampu mengatasi masalah, takut evaluasi negatif oleh orang lain, adanya pengalaman yang menakutkan, adanya persepsi tidak nyata, konsentrasi rendah, kebingungan, mudah terganggu, rendahnya perhatian, kewaspadaan berlebih terhadap ancaman, memori yang buruk, kesulitan dalam penalaran, serta kehilangan objektivitas.

d. Aspek perilaku

Ciri perilaku dari kecemasan tercermin dari perilaku individu saat mengalami kecemasan, seperti menghindari situasi atau tanda yang mengancam, melarikan diri, mencari keselamatan, mondar-mandir, terlalu banyak bicara, terpaku, diam, atau sulit berbicara.

Berdasarkan pendapat para ahli diatas maka aspek kecemasan yang digunakan dalam penelitian ini yaitu menurut Clark dalam (Purnamasari, 2020) yaitu aspek afektif, aspek fisiologis, aspek kognitif dan aspek perilaku.

Rochman (2010) mengemukakan beberapa penyebab dari kecemasan yaitu:

- a. Rasa cemas yang timbul akibat melihat adanya bahaya yang mengancam dirinya. Kecemasan ini lebih dekat dengan rasa takut, karena sumbernya terlihat jelas didalam pikiran.
- b. Cemas karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang berlawanan dengan keyakinan atau hati nurani. Kecemasan ini sering pula menyertai gejala-gejala gangguan mental, yang kadang-kadang terlihat dalam bentuk yang umum.
- c. Kecemasan yang berupa penyakit dan terlihat dalam beberapa bentuk. Kecemasan ini disebabkan oleh hal yang tidak jelas dan tidak berhubungan dengan apapun yang terkadang disertai dengan perasaan takut yang mempengaruhi keseluruhan kepribadian penderitanya. Cemas sangat berkaitan dengan perasaan tidak pasti dan tidak berdaya. Keadaan emosi

ini tidak memiliki obyek yang spesifik. Kondisi dialami secara subyektif dan dikomunikasikan dalam hubungan interpersonal. Cemas berbeda dengan rasa takut, yang merupakan penilaian intelektual terhadap sesuatu yang berbahaya. Cemas adalah respon emosional terhadap penilaian tersebut. Kapasitas untuk menjadi cemas diperlukan untuk bertahan hidup, tetapi tingkat cemas yang parah tidak sejalandengan kehidupan.

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya kecemasan Stuart (2007). Faktor faktor tersebut antara lain:

a. Teori Psikoanalitik

Menurut teori psikoanalitik Sigmund Freud, kecemasan timbul karena konflik antara elemen kepribadian yaitu id(*insting*) dan super ego (nurani). Id mewakili dorongan insting dan impuls primitif seseorang sedang superego mencerminkan hati nurani seseorang dan dikendalikan norma budayanya. Ego berfungsi menengahi tuntutan dari dua elememen yang bertentangan dan fungsi kecemasan adalah mengingatkan ego bahwa ada bahaya.

b. Teori interpersonal

Menurut teori ini kecemasan timbul dari perasan takut terhadap tidak adanya penerimaan dan penolakan interpersonal. Kecemasan Juga berhubungan dengan perpisahan dan kehilangan yang menimbulkan kelemahan spesifik.

c. Teori behavior

Kecemasan merupakan produk frustrasi yaitu segala sesuat yang mengganggu kemampuan seseorang untuk mencapai tujuan yang diinginkan.

d. Teori perspektif keluarga

Kecemasan dapat timbul karena pola interaksi yang tidak adaptif dalam keluarga.

e. Teori perspektif biologi

Fungsi biologis menunjukkan bahwa otak mengandung reseptor khusus Benzodiapine. Reseptor ini mungkin membantu mengatur kecemasan. Penghambat asam amino butirik-gamma neuro regulator (GABA) juga

mungkin memainkan peran utama dalam mekanisme biologis berhubungan dengan kecemasan sebagaimana endomorfina. Selain itu telah dibuktikan bahwa kesehatan umum seseorang mempunyai akibat nyata sebagai predisposisi terhadap kecemasan. Kecemasan dapat disertai gangguan fisik dan menurunkan kapasitas seseorang untuk mengatasi stressor.

Berdasarkan pendapat para ahli di atas faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan meliputi rasa cemas karena kecemasan, teori psikoanalitik, teori interpersonal, teori behavior, teori perspektif keluarga dan teori perspektif biologi.

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu ada hubungan antara motivasi berprestasi dengan kecemasan bertanding.