

Hubungan Antara Kecemasan Bertanding Dan Dukungan Sosial Dengan Motivasi Berprestasi Pada Atlet Pencak Silat Perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo

Ayang Wahyuningrum Widodo

Program Studi Psikologi, FIP, Unesa, ayangwahyuningrum@yahoo.co.id

Desi Nurwidawati

Program Studi psikologi, FIP, Unesa, de_widawati2006@yahoo.com

Abstrak

Motivasi berprestasi merupakan faktor pendorong untuk meraih sesuatu yang diinginkan agar mencapai kesuksesan. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan bertanding dan dukungan sosial pada motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan sampel penelitian sebanyak 133 atlet. Analisis data yang digunakan adalah uji regresi linier berganda. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa kecemasan bertanding tidak memiliki hubungan yang signifikan dengan motivasi berprestasi dengan nilai signifikansi sebesar 0,541, maka hipotesis pertama tidak diterima yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dukungan sosial memiliki hubungan yang signifikan dengan motivasi berprestasi dengan nilai signifikansi sebesar 0,000, maka hipotesis kedua diterima yaitu ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa kecemasan bertanding dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi dengan nilai signifikansi 0,000, maka hipotesis ketiga diterima yaitu ada hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Nilai R^2 sebesar 0,389 menunjukkan bahwa motivasi berprestasi dipengaruhi oleh kecemasan bertanding dan dukungan sosial sebesar 38,9 %, sisanya 61,1 % dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

Kata Kunci : Kecemasan Bertanding, Dukungan Sosial, Motivasi Berprestasi, Atlet

Abstract

Achievement motivation is the driving factor to achieve something that is desirable in order to achieve success. This research was conducted to determine relationship between anxiety compete and social support with achievement motivation on martial arts athletes Pencak Organisasi Sidoarjo. This research used quantitative method with sample were 133 athletes. Data analyzed by multiple regression linear. The result of this research indicate that there is not a significant relationship between anxiety compete with achievement motivation with significance value of 0,541. This means that the hypothesis which explained that there is a significant relationship between anxiety compete with achievement motivation on martial arts athletes Pencak Organisasi Sidoarjo can not be accepted. The result of this research indicate that there is a significant relationship between social support with achievement motivation with significance value of 0,000. This means that the hypothesis which explained that there is a significant relationship between social support with achievement motivation on martial arts athletes Pencak Organisasi Sidoarjo can be accepted. The result of this research indicate that there is a significant relationship between anxiety compete and social support with achievement motivation with significance value of 0,000. This means that the hypothesis which explained that there is a significant relationship between anxiety compete and social support with achievement motivation on martial arts athletes Pencak Organisasi Sidoarjo can be accepted. R^2 value was 0,389, means that the anxiety compete and social support variables had contributed to achievement motivation variable of 38,9 % and remaining 61,1 % were caused by other variables which were not corrected in this research.

Keyword : Anxiety Compete, Social Support, Achievement Motivation, Athlete

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas penting dalam kehidupan manusia dan telah ikut berperan mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Di Indonesia terdapat banyak cabang olahraga yang bisa diikuti atlet untuk berlomba menciptakan prestasi yang telah diajarkan di sekolah dasar hingga perguruan tinggi antara lain sepak bola, sepak takraw, bulu tangkis, karate, dan pencak silat. Pencak silat adalah salah satu cabang olahraga asli Indonesia. Salah satu lembaga pendidikan yang mengajarkan pencak silat adalah SMP Progressif Bumi Shalawat Sidoarjo. Banyaknya regenerasi yang dilakukan oleh setiap perguruan pencak silat terutama untuk kalangan pelajar agar tercapai prestasi semaksimal mungkin. Pencak Organisasi adalah perguruan bela diri pencak silat yang terdapat di SMP Progressif Bumi Shalawat Sidoarjo. Pada awalnya Pencak Organisasi didirikan di kota Lumajang dan saat ini sudah berkembang di kota-kota lain salah satunya di kota Sidoarjo. Pada saat ini terjadi penurunan prestasi pada perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Pada pertandingan-pertandingan tingkat daerah dan nasional prestasi Pencak Organisasi Sidoarjo berada dibawah perguruan-perguruan pencak silat yang lain.

Berdasarkan pengamatan peneliti dan hasil wawancara studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 27 Oktober 2013 pada pelatih dan tiga atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo, pelatih mengatakan bahwa atlet bela diri pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo masih belum mampu mencapai prestasi terbaik di kejuaraan tingkat nasional dan kejuaraan daerah. Hal ini disebabkan adanya penurunan motivasi berprestasi pada atlet. Wawancara studi pendahuluan yang dilakukan peneliti menemukan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berprestasi antara lain yaitu kecemasan bertanding dan dukungan sosial. Dua atlet mengaku motivasinya untuk memenangkan pertandingan menurun karena cemas saat menghadapi pertandingan dan yang satu tidak karena memperoleh dukungan dari pelatih dan teman-temannya.

Penelitian dari Angraini (2011) dan Hikmah (2012) memperkuat fenomena yang dilakukan peneliti. Angraini (2011) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan antara kecemasan bertanding dengan motivasi berprestasi. Penelitian yang dilakukan Hikmah (2012) dalam penelitiannya menemukan bahwa ada hubungan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi. Studi pendahuluan dan penelitian yang ada sebelumnya tersebut mendasari peneliti untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Antara Kecemasan Bertanding dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Berprestasi Pada

Atlet Pencak Silat Perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo".

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk melihat hubungan antara satu variabel dengan variabel lain berdasarkan koefisien korelasi. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah motivasi berprestasi (Y). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah kecemasan bertanding dan dukungan sosial (X).

Populasi penelitian ini adalah seluruh atlet yang tergabung pada perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo dan masih aktif mengikuti latihan yang berjumlah 200 atlet. Sampel dalam penelitian ini diperoleh melalui teknik purposive sampling yaitu teknik pengambilan sampel yang dilakukan dengan menentukan karakteristik sampel berdasarkan ciri-ciri tertentu. Sampel dalam penelitian ini memiliki ciri-ciri yaitu atlet merupakan atlet pencak silat yang tergabung dalam perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo, atlet yang bersangkutan masih aktif dalam latihan, atlet yang pernah bertanding minimal 1 kali pertandingan. Pengambilan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Slovin sehingga diperoleh sampel sebanyak 133 atlet.

Instrumen pengumpulan data dalam penelitian ini adalah skala sikap pemodelan Likert. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan skala kecemasan bertanding yang berjumlah 75 aitem, skala dukungan social berjumlah 77 aitem, dan skala motivasi berprestasi berjumlah 64 aitem.

Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis regresi linier berganda. Analisis regresi linier berganda adalah analisis regresi yang variabel terikat (Y) ditentukan oleh sekurang-kurangnya dua variabel bebas (X) dan setiap variabel bebas (X) dan terikat (Y) hanya berpangkat satu atau linier. Persyaratan untuk menggunakan analisis regresi linier berganda adalah memenuhi uji asumsi klasik yaitu uji normalitas, uji linieritas, uji multikolinieritas, uji heteroskedastitas, dan uji autokolerasi. Pada penelitian ini uji asumsi klasik sudah terpenuhi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berikut ini adalah hasil analisis menggunakan uji regresi linier berganda :

Tabel 1. Hasil Uji Analisis Regresi Linier Berganda

Model	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig
Regression	29184.855	2	14592.427	41.371	.000 ⁰
Regression	29052.269	1	29052.269	82.760	.000 ⁰

Hubungan Antara Kecemasan Bertanding dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Berprestasi

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa tingkat signifikansi sebesar 0,000 dan hasil tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dan nilai F 41,371. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_1 diterima sehingga ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Variabel kecemasan bertanding dan dukungan sosial secara bersama-sama memiliki hubungan dengan motivasi berprestasi.

Tabel 2. Hubungan antara Kecemasan Bertanding dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Berprestasi

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.	Collinearity Statistic	
	B	Std. error	Beta			Tolerance	VIF
Dukungan Sosial	.712	.084	.610	8.528	.000	.919	1.088
Kecemasan Bertanding	-.036	.059	-.044	-.613	.541	.919	1.088
Dukungan Sosial	.727	.080	.622	9.097	.000	1.000	1.000

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa nilai signifikan variabel dukungan sosial adalah sebesar 0,000 yang berarti lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$) dengan nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,712. Hal tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi sehingga H_1 diterima. Nilai koefisien memiliki tanda positif yang menyatakan bahwa ada hubungan yang searah dimana kenaikan variabel bebas dukungan sosial akan mengakibatkan kenaikan pada variabel terikat motivasi berprestasi, begitu pula sebaliknya. Hal ini berarti apabila dukungan sosial naik satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami kenaikan sebesar 7,12 %. Sebaliknya apabila dukungan sosial turun satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami penurunan sebesar 7,12 %. Nilai signifikansi variabel kecemasan bertanding adalah sebesar 0,541 yang berarti lebih besar dari 0,05 ($p > 0,05$) dengan nilai koefisien regresi (B) sebesar -0,036. Hal tersebut menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dan motivasi berprestasi sehingga H_1 tidak diterima.

Kecemasan bertanding memberikan kontribusi yang sangat kecil dan tidak signifikan pada motivasi berprestasi. Hal ini juga ditunjukkan dengan nilai R^2 kecemasan bertanding sebesar 0,002 yang berarti kecemasan bertanding hanya memberikan kontribusi sebesar 0,2 % pada motivasi berprestasi. Nilai koefisien memiliki tanda negatif yang menyatakan bahwa ada hubungan yang tidak searah dimana penurunan variabel

bebas kecemasan bertanding akan mengakibatkan kenaikan pada variabel terikat motivasi berprestasi, begitu pula sebaliknya.

Hal ini berarti apabila kecemasan bertanding turun satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami kenaikan sebesar 3,6 %. Begitu pula sebaliknya apabila kecemasan bertanding mengalami kenaikan satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami penurunan sebesar 3,6 %.

Kecemasan bertanding dikeluarkan dari model dan dibuat model kedua dikarenakan adanya variabel yang tidak signifikan. Hasil yang didapatkan pada model kedua setelah variabel kecemasan bertanding dikeluarkan dari model yaitu variabel dukungan sosial memiliki nilai signifikansi sebesar 0,000 dengan nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,727. Nilai koefisien memiliki tanda positif yang menyatakan bahwa ada hubungan yang searah dimana peningkatan variabel bebas dukungan sosial akan mengakibatkan kenaikan pada variabel terikat motivasi berprestasi, begitu pula sebaliknya. Hal ini berarti apabila dukungan sosial naik satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami kenaikan sebesar 7,27%. Sebaliknya apabila dukungan sosial turun satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami penurunan sebesar 7,27%.

Pembahasan

Hasil dari teknik analisis regresi linier berganda menunjukkan nilai signifikansi variabel kecemasan bertanding sebesar 0,541 yang berarti tidak ada hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dan motivasi berprestasi. Nilai koefisien regresi (B) kecemasan bertanding sebesar -0,036. Nilai koefisien memiliki tanda negatif yang menyatakan bahwa ada hubungan yang tidak searah dimana penurunan variabel bebas kecemasan bertanding akan mengakibatkan kenaikan pada variabel terikat motivasi berprestasi, begitu pula sebaliknya. Hal ini berarti apabila kecemasan bertanding turun satu tingkatan maka motivasi berprestasi akan diprediksikan mengalami kenaikan sebesar 3,6 %. Hal tersebut serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Anggraini (2011) yang menyatakan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kecemasan menghadapi pertandingan dengan motivasi berprestasi pada atlet anggar DKI Jakarta. Namun pada penelitian ini peneliti tidak menemukan hubungan yang signifikan antara kecemasan bertanding dan motivasi berprestasi.

Kecemasan bertanding memberikan kontribusi yang sangat kecil dan tidak signifikan pada motivasi berprestasi. Hal ini juga ditunjukkan dengan nilai R^2 kecemasan bertanding sebesar 0,002 yang berarti

kecemasan bertanding hanya memberikan kontribusi sebesar 0,2 % pada motivasi berprestasi sedangkan dukungan sosial memberikan kontribusi yang lebih banyak pada motivasi berprestasi yang dapat diketahui dari nilai R^2 sebesar 0,387 atau 38,7 %. Hal ini dapat terjadi karena dukungan sosial terutama dukungan emosional yang diperoleh atlet dapat mereduksi kecemasan atlet dalam menghadapi pertandingan sehingga tidak terlalu mempengaruhi atau memberikan kontribusi yang sangat kecil pada motivasi berprestasi atlet.

Hal ini sesuai dengan apa yang diungkapkan Hurlock (1991) bahwa dengan adanya dukungan sosial dari orang lain dan mempunyai teman yang dapat diajak berbicara, dapat memberi nasehat, dan mendapatkan simpati dari mereka, maka individu akan dapat lebih baik dalam menghadapi kecemasan, ketegangan, dan stress yang dialaminya. Pada variabel dukungan sosial menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi. Adanya hubungan yang signifikan antara dukungan sosial dan motivasi berprestasi sesuai dengan penelitian yang dilakukan Perwira (2014) menyatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara dukungan sosial orang tua, pelatih dan teman secara bersama-sama dengan motivasi berprestasi akademik dan motivasi berprestasi olahraga basket. Penelitian lain yang dilakukan Hikmah (2012) menyatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan positif antara dukungan sosial teman sebaya dengan motivasi berprestasi.

Sarafino (dalam Smet, 1999) mengatakan bahwa dukungan sosial adalah kesenangan yang dirasakan, penghargaan akan kepedulian atau bantuan-bantuan yang diperoleh individu dari orang lain, dimana orang lain disini dapat diartikan sebagai individu perorangan atau kelompok. Dukungan sosial yang dimiliki individu berbeda-beda. Ada individu yang memiliki dukungan sosial rendah, namun ada pula individu yang memiliki dukungan sosial tinggi. Sarason dkk (1983) mengatakan bahwa individu dengan dukungan sosial tinggi memiliki pengalaman hidup yang lebih baik, harga diri yang tinggi, serta pandangan hidup lebih positif dibandingkan dengan individu yang memiliki dukungan sosial lebih rendah. Individu dengan dukungan sosial tinggi mengarahkan perilakunya menuju ke arah konsekuensi positif dan sebaliknya individu yang memiliki dukungan sosial yang lebih kecil, lebih memungkinkan mengalami konsekuensi psikis yang negatif sehingga atlet dengan dukungan sosial tinggi memiliki pandangan hidup lebih positif dan motivasi berprestasi yang tinggi dan sebaliknya atlet dengan dukungan sosial rendah memiliki pandangan hidup yang negatif dan motivasi berprestasi rendah.

Hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang didapatkan peneliti dimana variabel dukungan sosial memiliki nilai koefisien regresi (B) sebesar 0,727. Nilai koefisien memiliki tanda positif yang menyatakan bahwa ada hubungan yang searah dimana peningkatan variabel bebas dukungan sosial akan mengakibatkan kenaikan pada variabel terikat motivasi berprestasi, begitu pula sebaliknya. Hal ini sesuai pada penelitian yang dilakukan Ariyanto dan Anam. C (2007) juga menyatakan bahwa hasil penelitian menunjukkan adanya peran positif dukungan sosial dan self efficacy terhadap motivasi berprestasi pada atlet pencak silat pelajar tingkat SMA kota Yogyakarta.

Hurlock (1991) mengatakan bahwa ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi sikap remaja terhadap pendidikan guna meningkatkan motivasi berprestasi antara lain : sikap teman sebaya, berorientasi pada sekolah atau berorientasi kerja. Sikap orang tua, menganggap pendidikan sebagai batu loncatan ke arah mobilitas sosial. Nilai-nilai yang menunjukkan keberhasilan atau kegagalan akademis. Keberhasilan dalam berbagai ekstrakurikuler. Serta derajat dukungan sosial. Hal ini menunjukkan bahwa dukungan sosial terutama dukungan secara emosional dari orang-orang terdekat mampu meningkatkan motivasi berprestasi dalam menghadapi pertandingan pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo.

Hasil dalam penelitian ini juga menunjukkan bahwa ada hubungan antara variabel kecemasan bertanding dan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi. Hal ini dapat diketahui dari nilai signifikan sebesar 0,000 dan hasil tersebut lebih kecil dari 0,05 ($p < 0,05$). Hal tersebut menunjukkan bahwa H_1 diterima. Sehingga ada hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat.

PENUTUP

Simpulan

Hasil analisis membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif dan tidak signifikan antara kecemasan bertanding dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Hasil analisis membuktikan bahwa terdapat hubungan positif dan signifikan antara dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo. Hasil analisis juga membuktikan bahwa Terdapat hubungan antara kecemasan bertanding dan dukungan sosial dengan motivasi berprestasi pada atlet pencak silat perguruan Pencak Organisasi Sidoarjo.

Saran

Beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat hasil penelitian, adapun saran sebagai berikut :

Hubungan Antara Kecemasan Bertanding dan Dukungan Sosial dengan Motivasi Berprestasi

1. Bagi atlet

Atlet perlu memperbesar dukungan sosial yang terjadi di lingkungan terutama dukungan emosional dari orang-orang terdekat. Atlet diharapkan dapat meningkatkan motivasi berprestasi dengan cara mereduksi kecemasan yang berlebihan yaitu dengan cara setiap atlet harus yakin akan kemampuannya dalam menghadapi pertandingan

2. Bagi perguruan pencak silat Pencak Organisasi Sidoarjo

Bantuan yang dapat diberikan dari pihak perguruan pencak silat dapat berupa dukungan sosial berupa nasehat, memberikan semangat kepada atlet, dan saran yang berguna dalam membantu atlet untuk mereduksi kecemasan yang mereka rasakan. Serta meyakinkan atlet akan kemampuan mereka dalam menghadapi pertandingan sehingga dapat meningkatkan motivasi berprestasi atlet sehingga kecemasan yang terjadi dalam menghadapi pertandingan tidak mengganggu mereka.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Mahasiswa yang tertarik meneliti variabel motivasi berprestasi, dapat meneliti hubungannya dengan variabel-variabel lain yang diduga turut mempengaruhi yang tidak terungkap dalam penelitian ini. Peneliti berharap dengan semakin mendalamnya penelitian tentang motivasi berprestasi maka dapat meningkatkan motivasi berprestasi pada masyarakat luas.

Perwira, P.E. 2014. Hubungan Dukungan Sosial Orang Tua, Pelatih dan Teman dengan Motivasi Berprestasi Olahraga (Basket) pada Mahasiswa Atlet Basket Universitas Surabaya. *Skripsi*. Surabaya : Universitas Surabaya

Sarafino, E.P. 1994. *Health Psychology Biopsychosocial Interaction 2nd edition*. New Jersey : John Willey and Sons

Smet B. 1999. *Psikologi Kesehatan*. Jakarta : PT. Grasindo

DAFTAR PUSTAKA

Angraini, D. 2011. Hubungan Kecemasan Menghadapi Pertandingan dengan Motivasi Berprestasi pada Atlet Anggar di DKI Jakarta. *Jurnal Humaniora 2* (1). (Online). <http://eprints.binus.ac.id>. Diakses tanggal 25 Oktober 2013

Ariyanto & Anam, C. 2007. Peran Dukungan Sosial dan Self Efficacy Terhadap Motivasi Berprestasi pada Atlet Pencak Silat Pelajar Tingkat SMA / KDI Kota Yogyakarta. *Jurnal Humanitas 4* (2) (Online). <http://journal.uad.ac.id>. Diakses tanggal 12 Februari 2014

Hikmah, N. 2012. Hubungan antara Dukungan Sosial Teman Sebaya dengan Motivasi Berprestasi Alumni Siswa-Siswi SMAN 38 Jakarta Lulusan Tahun 2011. *Skripsi*. Depok : Universitas Indonesia

Hurlock, E.B. 1991. *Developmental Psychology A Life Span Approach. Fifth edition*. (Terjemahan oleh Istiwidayanti & Soedjarwo). Jakarta : Erlangga