

TINGKAT KECEMASAN PEMAIN FUTSAL SMK TARUNA JAYA PRAWIRA TUBAN SEBELUM PERTANDINGAN BUPATI CUP

HERRY SUMARTONO

Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga
Universitas Negeri Surabaya, e-mail : HerrySumartono@mhs.unesa.ac.id

Fifit Yeti Wulandari

Program Studi Pendidikan Keperawatan Olahraga, Jurusan Pendidikan Keperawatan Olahraga, Fakultas Ilmu Olahraga
Universitas Negeri Surabaya, e-mail : fifityeti@gmail.com

Abstrak

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode survey, yang bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan pemain futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Sebelum Pertandingan Bupati Cup. Pengumpulan data dalam penelitian ini dengan menggunakan kuesioner, teknik pengambilan sampel adalah dengan cara *purposive sampling*. Yang menjadi sampel dalam penelitian ini adalah pemain futsal putra SMK Taruna Jaya Prawira Tuban yang akan bertanding pada pertandingan Bupati Cup yang berjumlah 15 pemain. Untuk melakukan pengumpulan data peneliti dengan cara membagikan lembar angket kepada peserta, teknik penelitian data dilakukan menggunakan teknik statistik deskriptif yang berupa presentase. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan pemain futsal putra SMK Taruna Jaya Prawira Tuban sebelum menghadapi pertandingan Bupati Cup termasuk dalam kategori sedang dengan presentase sebesar 46,7 % (7 pemain). Sedangkan sisanya pada kategori sangat tinggi sebesar 13,3 % (2 pemain), kategori tinggi sebesar 6,7% (1 pemain), kategori rendah sebesar 26,7% (4 pemain), dan kategori sangat rendah sebesar 6,7 % (1 pemain).

Kata Kunci: Tingkat Kecemasan, Pemain Futsal, Bupati Cup

Abstract

This research is a quantitative research with survey method, which aims to find out how big anxiety level futsal players SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Before Cup Regent Match. The level of anxiety that is meant in this research is the psychological condition of futsal players in the form of feelings of worry, hesitation, decreased concentration, depressed feelings from the voices of audience shouts, feelings of mistrust yourself. Data collection in this study by using questionnaires, sampling technique is by way of purposive sampling. The sample in this study is the players futsal son of SMK Taruna Jaya Prawira Tuban who will compete in the match Regent Cup which amounted to 15 players. Data collection was done by circulating questionnaires to respondents, data analysis techniques were conducted using descriptive statistical techniques with percentage. The results showed that the anxiety level of players futsal son of SMK Taruna Jaya Prawira Tuban before facing the Bupati Cup match is included in medium category with a percentage of 46.7% (7 players). While the remaining category is very high at 13.3% (2 players), high category of 6.7% (1 player), low category of 26.7% (4 players), and very low category of 6.7% 1 player).

Keywords: Anxiety Level, Futsal Player, Regent Cup

PENDAHULUAN

Olahraga dapat dilakukan dimanapun kita berada, olahraga sederhana untuk mengatur kebugaran jasmani. Dalam hal ini di dunia khususnya Indonesia banyak sekali cabang olahraga yang dapat dilakukan, namun olahraga yang memasyarakat adalah cabang olahraga futsal.

Olahraga futsal sangat berbeda dengan olahraga yang lain, di futsal dimainkan oleh 5 orang untuk 1 tim dan di

lakukan secara cepat untuk mengambil keputusan.

Tidak seperti sejarah munculnya sepakbola yang hingga sekarang masih menjadi perdebatan di kalangan negara-negara di dunia tentang siapa dan dimana sepakbola pertama diciptakan. Futsal mempunyai sejarah yang lebih jelas dan terang benderang (Mulyono, 2014).

Juan Carlos Ceriani, seorang yang berkebangsaan Argentina namun menetap di Uruguaylah yang diakui sebagai pencipta permainan olahraga futsal. Ia

sendiri dilahirkan di Buenos Aires, Argentina, pada 9 Maret 1907. Saat usianya menginjak 23 tahun, ia menciptakan sebuah permainan olahraga bola kaki yang mirip dengan sepakbola, yang kemudian dikenal dengan nama Futsal. Meski diciptakan di Amerika latin, futsal sendiri berasal dari Spanyol, seperti yang sudah dijelaskan (Mulyono,2014).

Tekanan psikis tersebut dapat muncul saat sebelum bertanding, saat pertandingan,dan sesudah pertandinganhal yang di rasakan yang mengganggu kecemasan pemain adalah adanya rasa ingin buang air kecil,buang air besar,dan gangguan tidur. Gejala psikis yang akan terjadi yaitu rasa cemas pada pemain. Sehingga kecemasan pada atlet tidak hanya merugikan diri sendiri, namun juga mengakibatkan permainan dalam tim terganggu. Sukadiyanto (2010) kecemasan atlet sangat mengganggu pada performa pemain itu sendiri ataupun tim. Kecemasan merupakan perasaan campuran berisikan ketakutan dan berisi keperihatinan mengenai masa-masa yang akan datang tanpa sebab khusus untuk ketakutan tersebut (Caplin,2006).

Kecemasan yang timbul sebelum pertandingan terlebih mengingat pada hasil yang akan di dapatkan pemain setelah menghadapi laga (Amir,2004). Kecemasan juga muncul akibat memikirkan hal hal yang tidak di kehendaki akan terjadi, meliputi pemain tampil buruk, lawannya dipandang demikian superior, dan atlet mengalami kekalahan (Setia darma,2000).

SMK Taruna Jaya Prawira Tuban merupakan salah satu sekolah yang mempunyai banyak prestasi salah satunya pada bidang non-akademik yaitu olahraga.dari tahun ketahun banyak prestasi yang di raih yaitu : Juara 2 Haornas,Juara 1 smansa cup,juara 1 futsal antar smk se karisidenan bojonegoro. Namun di turnamen tahunan yang bergengsi yaitu Bupati Cup sampai saat ini smk taruna jaya prawira tuban masih

belum mampu menjadi yang terbaik. Salah satu bidang olahraga atau ekstrakurikuler yang ada di SMK Taruna Jaya Prawira adalah futsal, yang akan bertanding pada pertandingan Bupati Cup di Kabupaten Tuban. Banyak dari pemain sering kali mengalami kecemasan sesaat sebelum bertanding. Hal tersebut berdampak pada percaya diri atlet menurun.

Kecemasan yang terjadi pada pemain berdampak pada kekalahan saat pertandingan, seringkali SMK Taruna Jaya Prawira tidak mendapatkan juara atau mengalami kekalahan pada saat event pertandingan Bupati Cup, hal ini disebabkan oleh faktor tingkat kecemasan yang dialami pemain sebelum bertanding. Maka dari itu penulis akan meneliti tentang tingkat kecemasan sebelum pertandingan, karena kecemasan sebelum pertandingan merupakan faktor yang penting untuk menjadi perhatian yang lebih dalam melakukan pembinaan pemain khususnya pada olahraga futsal.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis mengangkat masalah untuk dijadikan judul penelitian skripsi yaitu “Bagaimana Tingkat Kecemasan Pemain Futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Sebelum Pertandingan Bupati Cup”.

Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui Seberapa Besar Tingkat Kecemasan Pemain Futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban Sebelum Pertandingan Bupati Cup.

METODE

Penelitian ini menggunakan kuantitatif dengan metode survei.

Pengumpulan data penelitian menggunakan kuesioner.

Kuesioner yang disusun merupakan penjabaran setiap variabel menjadi sub-variabel yang lebih spesifik dan tunggal (Arikunto, 2013). Kuisisioner tertutup dan sudah tersedia untuk jawabannya dan mempermudah responden untuk memilih. Kuisisioner tersebut nantinya akan diisi oleh pemain futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban yang nantinya di gunakan sebagai data penelitian ini.

Populasi penelitian ini adalah siswa ekstrakurikuler futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban yang akan

bertanding, populasi yang digunakan berjumlah 15 atlet.

'Sugiyono (2012: 81) sampel adalah bagian dari jumlah dan karakteristik yang dimiliki oleh populasi tersebut. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah dengan cara *purposive sampling*, sampel yang digunakan berjumlah 15 atlet. Dimana kriteria yang digunakan adalah pemain futsal yang akan mengikuti pertandingan Bupati Cup. Sampel dalam penelitian ini adalah siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal di SMK Taruna Jaya Prawira Tuban yang akan bertanding. Instrumen penelitian adalah alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam mengumpulkan data agar pekerjaannya lebih mudah dan hasilnya lebih baik, dalam arti lebih cermat, lengkap, dan sistematis sehingga lebih mudah diolah (Arikunto, 2013).

Jawaban	Skor	
	Positif	Negatif
Sangat setuju (SS)	4	1
Setuju (S)	3	2
Tidak Setuju (TS)	2	3
Sangat Tidak Setuju (STS)	1	4

Untuk menentukan keputusan valid atau tidaknya instrumen, penelitian ini dilakukan dengan rumus Korelasi Product moment program *spss versi 19.0 For Windows*. Dalam penelitian ini uji validitas digunakan untuk menganalisis pertanyaan dalam angket yang telah dibuat sebanyak 26 soal tingkat kecemasan, untuk mengukur valid atau tidaknya angket pada tiap butir soal dapat dilihat pada tabel *pearson correlationnya*. Suatu soal dapat dikatakan valid apabila *pearson correlationnya* \geq dari r tabel yaitu 0,30. Uji reliabilitas dalam penelitian ini digunakan untuk mengukur tingkat kestabilan dari hasil pengukuran, dilakukan dengan metode *Cronbach Alpha*. Suatu konstruk atau variabel dikatakan reliabel jika memberikan nilai *Cronbach Alpha* $>$ 0,60.

Berikut ini merupakan hasil uji instrumen dengan 26 responden yaitu uji validitas dengan nilai kritis sebesar 0,30 dan uji reliabilitas dengan nilai kritis sebesar 0,60. Jika pada item instrumen yang kurang dari nilai kritis maka akan dibuang sedangkan item instrumen yang valid akan digunakan untuk pengambilan data.

Pengumpulan data merupakan sebuah proses pengadaaan data untuk keperluan penelitian. Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Menurut Sugiyono (2011: 142) kuesioner merupakan teknik pengumpulan data yang dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atau pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawab. Setelah data terkumpul, maka langkah selanjutnya adalah teknik analisis data, dalam penelitian ini menggunakan teknik statistik deskriptif dengan presentase. Sebelumnya data akan dikategorikan menjadi lima kategori berdasarkan nilai mean dan standar deviasi ideal. Pengkategorian kata tersebut menggunakan kriteria sebagai berikut (Saifuddin Azwar, 2000:106) :

Skala Lima Kategori

Kategori Kurva Normal	Kategori
$Mi + 1,5 Sdi$ ke atas	Sangat Tinggi
$Mi + 0,5 Sdi$ s.d $Mi + 1,5 Sdi$	Tinggi
$Mi - 0,5 Sdi$ s.d $Mi + 0,5 Sdi$	Sedang
$Mi - 1,5 Sdi$ s.d $Mi + 0,5 Sdi$	Rendah
$Mi - 1,5 sdi$ s.d $Mi + 0,5 sdi$	Sangat Rendah

Selanjutnya data akan dianalisis menggunakan presentase dengan rumus sebagai berikut (Anas Sudijono, 2006: 43) :

$$P = \left(\frac{f}{N} \right) \times 100\%$$

Keterangan :

f = frekuensi pengamatan
 P = presentase yang dicari
 N = jumlah responden

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian kedua peneliti menemui guru ekstrakurikuler futsal, selanjutnya

bertanya jadwal latihan futsal di SMK Taruna Jaya Prawira. Setelah mendapatkan jadwal, penelitian dilakukan saat ketika latihan futsal pada sore hari. Peneliti membagikan angket dan diisi oleh seluruh siswa yang mengikuti ekstrakurikuler futsal dan mengikuti pertandingan Bupati Cup Tuban. Jumlah siswa yang mengisi angket adalah sebanyak 15 pemain.

Hasil penelitian ini menggambarkan tanggapan responden dalam menjawab instrumen penelitian mengenai tingkat kecemasan pemain futsal pada pertandingan Bupati Cup SMK Taruna Jaya Prawira Tuban. perhitungan dan rendah. Data yang di peroleh kemudian dinyatakan dalam presentase yang disajikan dalam bentuk grafik. statistik. Analisis deskriptif meliputi perhitungan nilai mean, median,

Pedoman	Skor	Kategori	Frekuensi	Presentase
Mi + 1,5 Sdi keatas	>76	Sangat Tinggi	2	13,3 %
Mi + 0,5 Sdi s.d Mi + 1,5 Sdi	69-76	Tinggi	1	6,7 %
Mi+0,5 sdi s.d Mi+0,5 sdi	62-69	Sedang	7	46,7 %
Mi - 1,5 sdi s,d Mi-0,5 sdi	54-62	Rendah	4	26,7 %
Mi -1,5 kebawah	<54	Sangat Rendah	1	6,7 %

modus, standar deviasi, dan kategorisasi siswa dalam tingkatan tinggi, sedang, dan rendah.

Data tingkat kecemasan dikumpulkan

Descriptive Statistics

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
JUMLAH Valid N (listwise)	15	50,00	80,00	65,2667	7,25521

menggunakan angket yang sudah di uji validitas dan reliabilitas oleh peneliti. Jumlah soal valid adalah sebanyak 22 butir soal. Pada keseluruhan butir pertanyaan yang digunakan terdapat empat pilihan jawaban dengan skor 1 sampai 4.

Hasil penelitian tingkat kecemasan pemain futsal mendapatkan Mean sebesar 65,26; standar deviasi

7,255; nilai minimum 50; dan nilai maksimum 80 dengan tabel sebagai berikut :

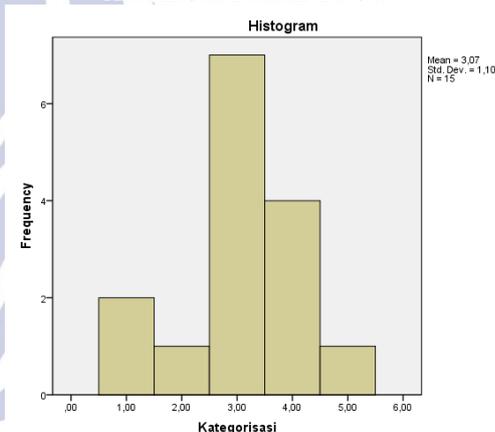
Tabel Hasil Perhitungan nilai Minimum, Maximum, Mean dan Std. Deviasi

Analisis Data

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat kecemasan pemain futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban pada pertandingan Bupati Cup. Menggunakan teknik analisis data presentasi. Data dibuat dalam lima kategori yaitu sangat tinggi, tinggi, sedang, rendah dan sangat rendah. Hasil kategorisasi

Tabel 4.2 Kategorisasi dan Perhitungan Tingkat Kecemasan Pemain Futsal

Gambar Grafik Kategorisasi Tingkat Kecemasan Pemain Futsal



Berdasarkan data diatas diketahui bahwa terdapat 13,3% pemain yang tingkat kecemasannya berada dalam kategori "sangat tinggi", 6,7% berada dalam kategori "tinggi", 46,7% dalam kategori "sedang", 26,7% dalam kategori "rendah", 6,7% dalam kategori "sangat rendah". Data di atas dapat di ambil kesimpulan bahwa dalam kategori sedang yaitu sebesar 46,7%. (Cara perhitungan kategorisasi dapat dilihat dalam lampiran).

PENUTUP

Simpulan

Berdasarkan hasil analisis data, deskripsi hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan dapat ditarik kesimpulan, bahwa tingkat kecemasan pemain futsal SMK Taruna Jaya Prawira Tuban sebelum menghadapi pertandingan Bupati Cup berada pada kategori "sangat tinggi" sebesar 13,3% (2 pemain), kategori "tinggi" sebesar 6,7 % (1 pemain), pada kategori "sedang" sebesar 46,7%

(7 pemain), pada kategori “rendah” sebesar 26,7% (4 pemain), dan pada kategori “sangat rendah” sebesar 6,7% (1 pemain). Berdasarkan hasil presentase tersebut maka dapat disimpulkan tingkat kecemasan pemain futsal SMK Taruna Jaya ”.

Saran

Berdasarkan penelirtian yang telah di ketahui, beberapa saran yang bermanfaat sebagai berikut :

1. Kepelatihan, menjadi bahan pertimbangan untuk menyusun program latihan yang baik dalam latihan
2. Pelatih, dapat menangani kecemasan atlet dan membuat program latihan.
3. Pemain, menambah waktu latihan sendiri agar dapat mengurangi kecemasan
4. Peneliti, dapat di gunakan referensi untuk penelitian psikologis selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian, Edisi Revisi VI*. Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Anas Sudijono. 2006. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Amir, N. 2004. *Pengembangan Instrumen Kecemasan Olahraga*. Anima. Vol. 20, No. 1, 55 – 69.
- Branca. 1965. *Psychology The Science of Behavior*. Boston: Allyn and Brown, Inc.
- Chaplin, J.P. 2006. *Kamus Lengkap Psikologi (Kartini Kartono, Trans)*. Jakarta : PT. Raja Grafindo Persada.
- Dedy Andrianto. 2006. *Tingkat kecemasan pemain psim sebelum bertanding*. skripsi. FIK UNY.
- Hartanti, dkk. 2004. *Aspek psikoloAspek Psikologis dan Pencapaian Atlet Nasional Indonesia*. Anima. No. 1 (40-45)
- Harsono. 1998. *Coaching dan Aspek-aspek Psikologis dalam Coaching Departemen Pendidikan dan Kebudayaan*. Jakarta: Proyek Pengembangan Lembaga Pendidikan dan Kebudayaan.
- Husdarta. 2010. *psikologi olahraga*. Bandung : penerbit alfabeta.
- Justinus Lhaksana, dan Ishak H. Pordasi. 2009. *Inspirasi dan Spirit Futsal*. Jakarta : Raih Asa Sukses.
- Lhaksana, Justinus. 2012. *Taktik dan Strategi Futsal Modern*. Jakarta : Be Champion.
- L. Agus Tri Santoso. 2006. *Tingkat Kecemasan atlet Sepakbola Peserta Invitasi Sepakbola Rektor USD CUP II dalam Rangka Selekd Tim Sepakbola Mahasiswa DIY 2005*. Skripsi
- Mulyono, Muhammad Asiady. 2014. *Buku Pintar Panduan Futsal*. Jakarta Timur : Laskar Aksara.
- Murhananto, 2008. *Dasar-dasar Permainan Futsal*. Kawan Pustaka. Jakarta.
- Parnabas, Vincent A. 2012. *Anxiety and Imagery of Green Space among Athletes*. British Journal of Arts and Social Sciences: Malaysia.
- Saifuddin Azwar. 2012. *Penyusunan skala psikologi*. Pustaka pelajar: Yogyakarta
- Setiadarma, M.P. 2000. *Dasar-dasar Psikologi Olahraga*. Jakarta : Pustaka Sinar Harapan.
- Singgih D. Gunarsa. 2004. *Psikologi Olahraga Prestasi*. Jakarta: PT BPK Gunung Mulia.
- Sukadiyanto. 2010. *Cakrawala pendidikan jurnal ilmiah pendidikan “stres dan cara menguranginya”*. ikatan sarjana pendidikan indonesia DIY. No 1.
- Sugiyono. 2012. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sudibyo Setyobroto. 1993. *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT. Anem Kosong Anem.
- Tenang, John, D. 2008. *Mahir Bermain Futsal*. DAR! Mizan, ISBN :978.
- Yestisa, Ika Putri. 2007. *Hubungan antara intimasi Pelatih atlet dengan kecemasan bertanding pada atlet ikatan pencak silat seluruh indonesia (IPSI)*. Semarang: Skripsi, FK UNDIP.