

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Orientasi Kancah Penelitian

Sebelum melakukan penelitian, terlebih dahulu dilakukan orientasi kancah penelitian. Tujuannya adalah untuk mengetahui lokasi dan situasi penelitian. Oleh karena itu, peneliti melakukan survei awal ke Gold Maestro Martial Art Academy Surabaya sebagai langkah awal dalam penelitian ini. Gold Maestro Martial Art Academy merupakan salah satu klub Taekwondo yang terbesar di Jawa Timur yang mengayomi beberapa dojang yang tersebar di beberapa daerah di Jawa Timur dan memiliki jumlah anggota hampir seribu orang. Awal berdirinya pada tahun 2000 dinamakan dengan Gold Maestro Taekwondo Club. Akhirnya setelah kurang lebih 15 tahun berdiri, Gold Maestro Taekwondo Club berganti menjadi Gold Maestro Martial Art Academy Indonesia, sampai sekarang. Tujuan didirikannya klub ini adalah untuk mengembangkan Taekwondo di Indonesia, tidak hanya sebagai ekspresi gaya hidup sehat, tetapi menjadi suatu olahraga yang dapat dipertandingkan.

Adanya tantangan bela diri dari luar, seperti karate dan judo memaksa kalangan Taekwondoin untuk berpikir dan berbuat lebih baik dalam usaha mengembangkan Olahraga Taekwondo. Oleh karena itu, dibentuk satu komisi teknis khusus untuk merencanakan sebuah paket pencak silat olahraga untuk dipertandingkan. Yang mana organisasi tersebut adalah PBTI dan UTI Pro.

Dilain sisi lain klub Taekwondo sebesar Gold Mestro ini, juga memiliki susunan kepengurusan tersendiri untuk menyusun program latihan yang tepat. Sehubungan dengan pelaksanaan tugasnya, bidang pembinaan prestasi, selain menyusun program untuk pembinaan potensi atlet juga menyusun program pembinaan dan peningkatan potensi pelatih dalam melakukan pembinaan terhadap atlet. Salah satu programnya yang telah dijalankan adalah memberikan pelatihan kepada pelatih Taekwondo yang menjadi anggota di klub tersebut yang tersebar di beberapa daerah. Pelatihan tersebut memberikan pengetahuan kepada pelatih seputar perkembangan fisik dan psikologis atlet, pengelolaan prestasi atlet serta program peningkatan keakraban pelatih-atlet. Salah satu program yang telah dijalankan dalam rangka meningkatkan keakraban pelatih atlet adalah dengan melaksanakan rekreasi keluar minimal sekali dalam seminggu.

Atlet yang diturunkan ini, akan menjalani training center. Training center ini biasanya dilaksanakan tiga bulan sebelum pertandingan diselenggarakan. Pada training center atlet akan dilatih oleh tim pelatih yang terdiri dari tiga orang pelatih. Pelatih ini merupakan pelatih yang telah diseleksi oleh biro pelatih. Pelatih yang telah terpilih bertugas untuk melaksanakan program-program, yang telah disusun oleh bidang pembinaan prestasi atlet untuk periode tersebut. Tim ini terdiri dari tiga orang pelatih yaitu pelatih teknik, pelatih fisik dan pelatih strategi menyerang dan bertahan.

Selama menjalani training center, atlet harus menerapkan disiplin yang telah ditetapkan pelatih dan pembina. Atlet yang telah terpilih sebagai tim yang diturunkan untuk mewakili Gold Maestro Jatim dalam suatu even baik tingkat regional, daerah, nasional maupun internasional harus mengikuti latihan secara rutin setiap hari. Apabila selama periode latihan, tidak datang atau tidak hadir dalam latihan sebanyak tiga kali, tanpa alasan yang jelas maka pelatih bertugas memberikan laporan kepada pembina. Kemudian pembina memberikan surat peringatan pertama kepada atlet tersebut. Apabila atlet tidak memberikan respon yang baik terhadap surat tersebut, maka diberi surat peringatan yang kedua. Setelah diberi surat peringatan yang kedua dan tidak ada respon yang baik dari atlet, maka atlet tersebut akan dikeluarkan dari tim.

Setelah kejuaraan berakhir, atlet-atlet ini diberi kebebasan untuk bergabung dengan dojang/tempat mereka masing-masing di daerah mereka. Mereka kembali dilatih dan dibina oleh dojang mereka masing-masing. Hal ini disebabkan karena keterbatasan dana untuk pembinaan atlet-atlet tersebut.

Di luar training center, atlet ini di bawah binaan pelatih Rendy, yang sekaligus juga merangkap sebagai Pelatih PusLatClub Jatim Gold Maestro. Pelatih dibantu oleh dua orang asistennya dalam memberikan latihan. Latihan dilakukan secara rutin, yaitu dua kali seminggu pada hari Senin dan Kamis. Selain hari ini, atlet tersebut latihan di dojang/tempat latihan mereka masing-masing. Pada hari Selasa dan Kamis, mereka latihan di Pemusatan Latihan Klub, yang sekaligus merupakan sekretariat Gold Maestro Surabaya. Latihan dilaksanakan pada malam hari selama dua jam, dimulai pukul 19.00 WIB sampai dengan pukul 21.00 WIB. Latihan terbagi menjadi tiga yaitu latihan fisik, latihan teknik dan latihan tarung. Urutan latihannya dalam setiap kali latihan adalah latihan fisik dilakukan selama setengah jam, latihan teknik setengah jam dan latihan

tarung juga setengah jam. Setengah jam yang tersisa dijadikan sebagai momen untuk keakraban antara pelatih dengan atlet.

Momen keakraban ini merupakan salah satu cara pendekatan pelatih dengan setiap atletnya, yang digunakan sebagai ajang diskusi antara pelatih dan atlet, baik pada latihan biasanya maupun pada waktu training center. Pada training center, terkadang juga ada beberapa pelatih dari klub lain ataupun dari pengurus TI Jatim ataupun UTI Pro Jatim yang datang mengunjungi dan melihat latihan dan persiapan atlet menghadapi pertandingan. Pada momen ini mereka lebih banyak mendiskusikan masalah latihan, teknik dan strategi bertanding serta kelemahan dan kekurangan mereka dalam bertanding. Mereka duduk berkeliling dan pelatih berada di tengah-tengah mereka. Waktu setengah jam terakhir ini, bagi pelatih juga dimanfaatkan sebagai ajang saling mengenal masing-masing atletnya dan mengenal karakteristik serta keadaan psikologis masing-masing atletnya.

Pemilihan tempat penelitian didasarkan pada pertimbangan :

1. Gold Maestro merupakan salah satu Klub Taekwondo Terbesar di Jatim yang memiliki tujuan untuk memfasilitasi dan melakukan pembinaan terhadap atlet daerah Surabaya menjadi atlet.
2. Gold Maestro Surabaya memiliki atlet yang cukup banyak hampir mencapai 500 anggota dan atlet yang tergabung didalamnya mempunyai frekuensi bertanding keluar cukup besar, mulai tingkat regional, daerah, nasional bahkan internasional.
3. Atlet yang tergabung adalah atlet yang berpotensi dan berprestasi baik, yang telah lulus seleksi dan berprestasi di tingkat Jatim.
4. Penelitian mengenai hubungan antara persepsi atlet terhadap pertandingan dengan kecemasan bertanding belum pernah dilakukan.
5. Adanya ijin untuk melakukan penelitian dari pihak Gold Maestro Martial Art Academy.

B. Hasil Penelitian

1. Persiapan dan Pelaksanaan Penelitian

Persiapan penelitian perlu dilakukan agar penelitian berjalan dengan lancar dan sesuai dengan harapan. Persiapan penelitian ini meliputi: pengajuan ijin penelitian kepada pihak Pengurus Gold Maestro Martial Art Academy dan penyusunan skala yang akan digunakan dalam penelitian. Skala disusun untuk mengukur variabel kecemasan bertanding dan persepsi atlet terhadap suatu pertandingan. Setelah kedua skala tersebut disusun, dilakukan uji coba skala, analisis daya beda aitem, dan menguji reabilitas skala tersebut serta menyusun kembali skala pasca uji coba. Skala hasil uji coba ini akan digunakan sebagai alat ukur dalam penelitian.

Peneliti mengajukan surat ijin penelitian kepada Pengurus Gold Maestro Martial Art Academy Surabaya pada tanggal 10 Juli 2013 dengan nomor In. 02/1/TL.01/1048A/VI/2013 Setelah ijin disetujui, maka peneliti dan pihak Gold Maestro bersama-sama menentukan jadwal uji coba skala dan jadwal penelitian. Jarak waktu pengajuan surat ijin dengan dilakukan uji coba cukup lama. Hal ini disebabkan karena sulitnya menemukan waktu untuk dilakukannya uji coba dan kesulitan dalam mengumpulkan atlet. Kesulitan tersebut disebabkan karena adanya beberapa pertandingan yang harus diikuti oleh atlet.

Setelah melalui proses mufakat yang panjang dengan pelatih, akhirnya jadwal pelaksanaan penelitian ditetapkan pada pertengahan bulan September 2013 karena bertepatan adanya jadwal pertandingan. Uji coba dilaksanakan pada sore hari, dimulai pada pukul 19.00 WIB sampai pukul 21.00 WIB di tempat Training Center Gold Maestro Carefour Lantai 2 Jln Dukuh Kupang tepat 1 hari sebelum berangkat pertandingan. Training Center Gold Maestro Carefour Dukuh Kupang dijadikan sebagai tempat yang dipilih untuk melaksanakan penelitian, karena merupakan tempat yang dirasa strategis oleh peneliti untuk melaksanakan penelitian. Selain itu, pelatih juga menyarankan dan mengizinkan untuk melakukan penelitian di tempat tersebut, karena pelatihnya sendiri juga bertepatan dengan jadwal dia melatih di tempat tersebut

Semua atlet diikutkan pada penelitian skala ini. Informasi mengenai jumlah dan dalam mengumpulkan atlet, peneliti minta bantuan kepada pelatih. Atlet tersebut dikumpulkan Training Center Gold Maestro. Atlet yang diikutkan dalam penelitian ini sebanyak 32 orang. Pengambilan data dilakukan secara klasikal. Pada uji coba kedua

skala ini, peneliti dibantu oleh asisten pelatih. Ada dua skala yang digunakan dalam penelitian ini yaitu skala kecemasan bertanding dan persepsi atlet terhadap pertandingan. Kedua skala ini merupakan alat ukur yang akan digunakan dalam penelitian, sebagai berikut:.

a. Variabel Kecemasan Bertanding

1. Skala Kecemasan Bertanding

Skala ini disusun untuk mengukur tingkat kecemasan bertanding atlet, yang disusun berdasarkan pada model skala likert. Penyusunan aitem-aitem dalam skala ini berdasarkan pada gejala-gejala kecemasan bertanding. Gejala-gejala tersebut dibagi ke dalam dua gejala, yaitu gejala fisik dan gejala psikis.

Skala ini terdiri dari 30 aitem pernyataan yang mewakili gejala kecemasan bertanding, yaitu: keluhan somatic, takut gagal, perasaan tidak mampu, kehilangan kontrol, dan takut menyakit lawan. Subjek diminta untuk merespon salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaannya. Pilihan jawaban pada skala kecemasan bertanding ini adalah SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Nilai bergerak dari 1 sampai empat. Semakin tinggi skor maka semakin tinggi tingkat kecemasan bertanding atlet tersebut.

Komposisi dan sebaran aitem untuk masing-masing gejala dapat dilihat pada tabel-tabel berikut :

Tabel 5 : Komposisi Sebaran Aitem Variabel Kecemasan Bertanding Tiap Indikator

NO	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorabel	
1	Keluhan Somatic	1,11,21	6,16,26	6
2	Takut Gagal	2,12,22	7,17,27	6
3	Perasaan Tidak Mampu	3,13,23	8,18,28	6
4	Kehilangan Kontrol	4,14,24	9,19,29	6
5	Takut Menyakiti Lawan	5,15,25	10,20,30	6
Jumlah		15	15	30

Uji coba dilakukan untuk mengetahui indeks daya beda aitem masingmasing skala dan keterpercayaan alat ukur. Setelah kedua skala diujicobakan, maka dapat ditentukan aitem yang valid dan yang gugur dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 16.0.

2. Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Kecemasan Bertanding pada Uji Coba

Batas daya beda yang digunakan pada skala kecemasan bertanding ini berdasarkan kesepakatan umum oleh para ahli, yaitu $>0,3$. Menurut Azwar (2002) aitem yang mencapai koefisien korelasi minimum 0,3 dipandang mempunyai daya beda yang memuaskan. Dengan demikian, batasan daya beda aitem yang digunakan pada skala kecemasan bertanding ini adalah $>0,3$. Keterangan indeks daya beda dan reliabilitas skala kecemasan bertanding dapat dilihat pada tabel 6 berikut :

Tabel 6 : Reliabilitas Variabel Kecemasan Bertanding

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.847	22

Skala kecemasan bertanding terdiri dari 30 aitem. Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan tersebut, maka didapat pada instrumen nomer 6,10,18,19,20,28,29 dan 30 dinyatakan sebagai item yang tidak valid/gugur karena nilainya kurang dari 0,3. Sedangkan instrumen nomor 1,2,3,4,5,7,8,9,11,12,13,14,15,16,17,21,22,23,24,25,26 dan 27 kita nyatakan sebagai item yang yang valid. Artinya angket yang akan digunakan untuk meneliti sampel asli sebesar 32 adalah menjadi 22 item dari item pra uji validitas sebanyak 30 item. Aitem-aitem tersebut gugur karena memiliki koefisien korelasi daya beda rendah, yaitu di bawah 0,3 ($r_{ix} < 0,3$). Selengkapnya, aitem yang valid dan gugur dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 7 :Komposisi Sebaran Aitem yang Valid Variabel Kecemasan Bertanding Tiap Indikator

Indikator	Nomor Aitem		Jumlah		Total
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Keluhan Somatic	1,11,16,21,26	6	5	1	6
Takut Gagal	2,7,12,17,22,27	-	6	-	6
Perasaan Tidak Mampu	3,8,13,23	18,28	4	2	6
Kehilangan Kontrol	4,9,14,24	19,29	4	2	6
Takut Menyakiti Lawan	5,15,25	10,20,30	3	3	6
Total			22	8	30

Menurut Azwar (2002) suatu alat ukur dapat dinyatakan memiliki reliabilitas yang tinggi apabila koefisien reliabilitas alat ukur tersebut semakin mendekati angka 1,00. Pada bagian Cronbachs Alpha 0,847. Apabila didapatkan nilai *Croanbach's Alpha* kurang dari 0,600 berarti buruk, sekitar 0,700 diterima dan lebih dari atau sama dengan 0,800 adalah baik. Dari tabel di atas dapat dikatakan bahwa variabel kecemasan bertanding dinyatakan baik/diterima atau reliabel.

b. Variabel Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan

1. Skala Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan

Skala ini disusun berdasarkan aspek-aspek persepsi terhadap pertandingan yang mengacu pada persepsi terhadap lawan, penonton, cedera, even dan skill. Penyusunan skala ini berdasarkan pada skala likert dengan 4 pilihan jawaban, yaitu: SS (Sangat Sesuai), S (Sesuai), TS (Tidak Sesuai), dan STS (Sangat Tidak Sesuai). Nilai bergerak dari 1 sampai empat. Semakin tinggi skor maka semakin baik persepsi atlet terhadap pertandingan.

Komposisi dan sebaran aitem untuk masing-masing gejala dapat dilihat pada tabel-tabel berikut:

**Tabel 8 : Komposisi Sebaran Aitem Variabel Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan
Tiap Indikator**

NO	Indikator	Aitem		Jumlah
		Favorable	Unfavorabel	
1	Tim lawan	1,11,21	6,16,26	6
2	Penonton	2,12,22	7,17,27	6
3	Cidera yang dimiliki	3,13,23	8,18,28	6
4	Tingkatan even	4,14,24	9,19,29	6
5	Skill yang dimiliki	5,15,25	10,20,30	6
Jumlah		15	15	30

Uji coba dilakukan untuk mengetahui indeks daya beda aitem masing-masing skala dan keterpercayaan alat ukur. Setelah kedua skala diujicobakan, maka dapat ditentukan aitem yang valid dan yang gugur dengan menggunakan bantuan program komputer SPSS versi 16.0.

2. Daya Beda Aitem dan Reliabilitas Skala Persepsi Atlet pada Uji Coba

Skala persepsi atlet terhadap pertandingan terdiri dari 30 aitem. Skala ini memiliki indeks penghitungan terhadap reliabilitas, didapatkan koefisien reliabilitasnya adalah 0,715. Ringkasannya, dapat dilihat pada tabel berikut.

Tabel 9 : Reliabilitas Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.715	11

Setelah keseluruhan aitem dianalisis, selanjutnya akan dilakukan seleksi terhadap aitem-aitem tersebut. Batas daya beda yang digunakan pada skala persepsi atlet terhadap pertandingan ini adalah $>0,3$ ($r_{ix} > 0,3$). Aitem yang

memiliki koefisien korelasi di bawah 0,3 dinyatakan sebagai aitem yang tidak valid. Dengan demikian, dari hasil analisis terhadap aitem-aitem, didapatkan 11 aitem valid dan 19 aitem gugur. Lebih jelasnya, aitem valid dan gugur dapat dilihatnya pada tabel berikut.

Tabel 10 : Komposisi Sebaran Aitem yang Valid Variabel Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan Tiap Indikator

Indikator	Nomor Aitem		Jumlah		Total
	Valid	Gugur	Valid	Gugur	
Lawan	6,11,26	1,16,21	3	3	6
Penonton	17,22	2,7,12,27	2	4	6
Cidera	8,13,23,28	3,18,	4	2	6
Even	-	4,9,14,19,24,29	-	6	6
Skill	5,15	10,15,20,30	2	4	6
Total			11	19	30

Berdasarkan penghitungan reliabilitas alat ukur ini, didapatkan koefisien korelasinya Pada bagian Cronbachs Alpha 0,715. Apabila didapatkan nilai *Croanbach's Alpha* kurang dari 0,600 berarti buruk, sekitar 0,700 diterima dan lebih dari atau sama dengan 0,800 adalah baik. Dari tabel di atas dapat dikatakan bahwa variabel persepsi terhadap suatu pertandingan dapat diterima atau reliabel. Koefisien korelasi ini menunjukkan bahwa skala persepsi atlet terhadap pertandingan tersebut handal. Dengan demikian, aitem-aitem tersebut dapat digunakan untuk penelitian.

2. Deskripsi Hasil Penelitian

Analisis data dilakukan untuk menguji hipotesis yang telah diajukan dengan cara memberikan skor total pada masing-masing variabel penelitian. Sebelum analisis data dilakukan, terlebih dahulu dilakukan uji asumsi pada data penelitian. Uji asumsi yang diperlukan untuk menguji data penelitian adalah uji normalitas sebaran variabel penelitian dan uji linearitas hubungan antara variabel prediktor dengan variabel kriterium.

1. Uji Normalitas

Uji normalitas dengan menggunakan kertas peluang normal atau uji Chi Kuadrat, hal ini untuk memeriksa apakah populasi berdistribusi normal atau tidak. Uji normalitas perlu dicek keberlakuannya agar langkah-langkah selanjutnya dapat dipertanggungjawabkan.

Uji normalitas data bertujuan untuk melihat apakah data yang diperoleh terdistribusi normal atau tidak. Teknik yang digunakan untuk menguji kenormalan data tersebut adalah teknik Kolmogorov-Smirnov Goodnest of Fit Test. Berdasarkan analisis yang telah dilakukan kedua variabel yang digunakan dalam penelitian terdistribusi normal. Dengan kata lain, uji normalitas terpenuhi. Berikut dapat dilihat tabel berikut yang memuat uji normalitas sebaran data penelitian untuk kedua variabel penelitian.

Tabel 11 : Tabel Uji Coba Normalitas Data

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test			
		Persepsi	Cemas
N		32	32
Normal Parameters ^a	Mean	72.0312	62.4688
	Std. Deviation	5.56767	8.19120
Most Extreme Differences	Absolute	.095	.148
	Positive	.087	.122
	Negative	-.095	-.148
Kolmogorov-Smirnov Z		.538	.835
Asymp. Sig. (2-tailed)		.934	.488
a. Test distribution is Normal.			

Dalam perhitungannya, jika nilai Chi Kuadrat yang diperoleh dalam perhitungan kecil jika dibandingkan dengan harga Chi Kuadrat yang tertera pada tabel, maka distribusinya adalah normal. Pada penelitian ini, syarat yang digunakan adalah mengacu pada nilai asymp sig ≥ 0.05 , artinya nanti di perhitungan SPSS jika asymp sig lebih besar dari 0,05 maka data pada variabel itu bisa dikatakan normal. Untuk uji prasyarat yang harus dipahami adalah

input data ke dalam SPSS adalah jumlah total dari setiap item dari ke 2 variable karena variable pada peneltian ini adalah y = kecemasan bertanding, dan x = persepsi atlet terhadap pertandingan.

Uji normalitas dalam penelitian ini menggunakan rumus *Kolmogorov-Smirnov*. Berdasarkan analisis data dengan bantuan program komputer yaitu SPSS 16.00 dapat diketahui nilai signifikansi yang menunjukkan normalitas data. Kriteria yang digunakan yaitu data dikatakan berdistribusi normal jika harga koefisien *Asymp. Sig* pada output *Kolmogorov-Smirnov test* > dari *alpha* yang ditentukan yaitu 5 % (0.05). Hasil uji normalitas adalah sebagai berikut:

Tabel 12 : Tabel Ringkasan Hasil Uji Normalitas

No	Nama Variabel	Asym. Sig(p-value)	Kondisi	Keterangan Distribusi Data
1.	Kecemasan Bertanding	0,488	$P > 0.05$	Normal
2.	Persepsi Terhadap Pertandingan	0,934	$P > 0.05$	Normal

Berdasarkan tabel di atas nilai signifikansi variabel Kecemasan Bertanding (Y) 0,488 dan Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan (X) 0,934 lebih besar dari *alpha* (0.05). Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa distribusi data dari masing-masing variabel berdistribusi normal.

2. Uji Linieritas

Pengujian hipotesis hubungan antar variabel dilakukan dengan menentukan persamaan garis regresinya terlebih dahulu, untuk mengetahui bentuk hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Linieritas dilakukan terhadap variabel-variabel independen yaitu persepsi atlet terhadap pertandingan dengan kecemasan bertanding.

Uji linearitas ini dimaksudkan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel prediktor dengan variabel kriteriumnya. Uji linieritas dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen dengan variabel independen. Hasil uji linieritas menunjukkan bahwa semua variabel dalam penelitian ini memiliki hubungan yang linier. Uji linieritas dalam penelitian ini

menggunakan uji linieritas dengan bantuan program SPSS. Jika Sig. Deviation from Linarity lebih besar atau sama dengan taraf signifikansi yang dipakai (0,05) berarti berkorelasi linier.

Setelah didapat harga F, kemudian dikorelasikan dengan harga F pada tabel dengan taraf signifikansi 5%. Jika harga F hasil analisis (F_a) lebih kecil dari F_{tabel} (F_t) maka hubungan kriterium dengan prediktor adalah hubungan linier. Jika F hasil analisis (F_a) lebih besar dari F_{tabel} (F_t) maka hubungan kriterium dengan prediktor adalah hubungan non linier.

Tabel 13 : Tabel Rangkuman Hasil Pengujian Linieritas

No	Variabel	Sig. Deviation from Linierity	Taraf Signifikansi	Kesimpulan
1.	Persepsi terhadap suatu pertandingan dengan kecemasan bertanding	0,285	0,05	Linier

Uji linieritas antara Variabel bebas (Persepsi Terhadap suatu pertandingan) dengan Variabel terikatnya (Kecemasan Bertanding) dilihat dari *deviation from liniarity*. Menurut hasil perhitungan didapatkan nilai *deviation from liniarity* sebesar 0,285 antara Persepsi atlet terhadap pertandingan dan kecemasan bertanding. Menurut kriterianya adalah jika harga *deviation from liniarity* lebih besar dari taraf signifikansi yang diambil (5%) berarti berhubungan linier. Dalam penelitian ini terbukti bahwa *deviation from liniarity* antara variabel bebas dengan variabel terikatnya adalah lebih besar terhadap taraf signifikansinya (0.05), maka dapat disimpulkan bahwa Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan dan Kecemasan Bertanding bersifat linier. Artinya hubungan atau korelasi tersebut dapat dinyatakan dengan sebuah garis lurus. Apabila mempunyai hubungan atau korelasi yang linier positif maka jika variabel satu meningkat, variabel yang lain akan meningkat, demikian sebaliknya. Akan tetapi apabila korelasi atau hubungan itu linier negatif jika variabel satu naik maka variabel yang lain akan turun dan demikian sebaliknya.

C. Pengujian Hipotesis

Hubungan antara kedua variabel, kecemasan bertanding dan persepsi atlet terhadap pertandingan ditunjukkan dengan skor korelasi sebesar $r_{xy} = 0,541$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Hasil uji hipotesis ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara kecemasan bertanding dan persepsi atlet terhadap pertandingan. Dengan demikian, hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan positif yang signifikan antara kecemasan bertanding dan persepsi atlet terhadap pertandingan dapat diterima. Arah hubungan yang positif menunjukkan bahwa semakin baik persepsi atlet terhadap pertandingan, maka semakin tinggi tingkat kecemasan bertanding.

Analisis ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara persepsi atlet terhadap pertandingan dengan kecemasan bertanding. Dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis korelasi *product moment* dari *pearson*. Untuk sampel yang saya gunakan adalah 32 responden, maka R tabelnya adalah pada 32 dengan taraf kesalahan 5%. Didapat jika 32 adalah 0,349, maka kita dapat membuat sebuah analisis sebagai berikut :

Hipotesis yang dalam penelitian ini adalah **“Terdapat Hubungan Yang Positif Antara Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Cabor Beladiri Taekwondo Gold Maestro Surabaya”**.

Hipotesis yang diajukan adalah :

- H_0 : Tidak terdapat hubungan yang positif antara Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Cabor Beladiri Taekwondo Gold Maestro Surabaya.
- H_a : Terdapat hubungan yang positif antara Persepsi Atlet Terhadap Pertandingan dengan Kecemasan Bertanding Pada Atlet Cabor Beladiri Taekwondo Gold Maestro Surabaya.

Uji hipotesis yang pertama dilakukan dengan menggunakan analisis regresi sederhana menggunakan bantuan program SPSS versi 16 for windows, yang hasilnya dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 14 : Tabel Rangkuman hasil regresi X-Y

Variabel	Harga r dan r ²			Harga t		Koef	Konst	Ket
	R	r square	t _{table}	t _{hitung}	t _{table}			
X-Y	0,541	0,292	0,349	3,521	2,042	0,796	5,162	Adanya hubungan yang negatif

Dari data perhitungan diatas menunjukkan bahwa antara “Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan” terhadap “Kecemasan Bertanding” adanya hubungan yang positif antara Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding pada Atlet Taekwondo Gold Maestro Surabaya, hal tersebut ditunjukkan dengan melihat harga r_{hitung} (0,541) yang lebih besar dari pada r_{table} (0,349). Cara lain yaitu dengan melihat harga t , dimana t_{hitung} (3,521) lebih besar dari pada harga t_{table} (2,042), sehingga H_a di terima yaitu “ Terdapat Hubungan yang positif antara Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding pada Atlet Taekwondo Gold Maestro Surabaya”. Koefisien determinasi r_{square} sebesar 0,292 yang berarti 29% perubahan pada variabel Kecemasan Bertanding Atlet (Y) dapat diterangkan oleh Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan (X).

Persamaan garis regresi pengaruh Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding dapat dinyatakan dengan $Y = 0,796X + 5,162$. Persamaan tersebut menunjukkan bahwa nilai koefisien X sebesar 0,595 yang berarti apabila Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan (X) meningkat 1 poin maka Kecemasan Bertanding Atlet (Y) akan meningkat 0,796 poin. Dari hasil uji hipotesis 1 ini menunjukkan bahwa dalam penelitian mengenai adanya hubungan yang positif antara Persepsi Terhadap Suatu Pertandingan Dengan Kecemasan Bertanding sudah mendukung teori yang ada.

D. Pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data dengan menggunakan teknik korelasi *product moment*, koefisien korelasi antara persepsi atlet terhadap pertandingan dengan kecemasan bertanding pada atlet taekwondo Gold Maestro Surabaya adalah 0,796 dengan $p=0,000$ atau $p<0,001$ dimana hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan positif yang sangat signifikan antara persepsi atlet terhadap pertandingan dengan kecemasan bertanding. Dalam hal ini semakin tinggi persepsi atlet terhadap pertandingan maka semakin tinggi kecemasan bertanding pada atlet taekwondo dalam menghadapi

pertandingan. Demikian juga sebaliknya, semakin persepsi atlet terhadap pertandingan maka semakin rendah kecemasan bertanding pada atlet taekwondo dalam menghadapi pertandingan.

Hasil penelitian ini juga mendukung persepsi atlet atau tanggapan atlet dalam menilai situasi pertandingan bisa mempengaruhi tingkat kecemasan atlet tersebut, hal ini sejalan dengan pendapat Singgih (1996) yang mengatakan bahwa persepsi atau tanggapan atlet dalam menilai situasi dan kondisi seketika pada waktu menghadapi pertandingan (baik jauh sebelum pertandingan maupun dekat pertandingan) bisa bermacam-macam. Ada yang menganggap kondisi dan situasi mencekam sehingga menyebabkan timbulnya ketakutan, stress, frustrasi. Ada pula yang menganggap situasinya tidak merupakan ancaman baginya. Kalau situasi sekitar tidak merupakan ancaman bagi atlet, maka tidak akan ada masalah. Masalah akan timbul kalau situasinya dianggap sebagai ancaman.

Penting diketahui bahwa rasa cemas dapat diinterpretasikan dengan dua cara, yaitu kecemasan yang dirasakan oleh seorang atlet dalam waktu tertentu, misalnya sebelum bertanding, atau kecemasan yang dirasakan karena atlet tergolong pencemas. Untuk membedakan kedua hal tersebut Charles Spielberger (Singgih, 1989 : 163) memakai istilah *statet anxiety (state-A)* sebagai suatu keadaan emosi mendadak yang ditandai perasaan takut dan tegang. Jadi state-A adalah perasaan yang akut akan ketakutan dan ketegangan, diikuti dengan meningkatnya aktifitas fisiologik.

Trait Anxiety (*trait-A*) adalah gambaran kepribadian. Trait-A adalah predisposisi seseorang untuk menerima suatu keadaan lingkungan sebagai ancaman dan memberi tanggapan pada situasi itu dengan meningkatnya state-A.

Martens (Singgih, 1989 : 163) menyebut stress sebagai proses yang berhubungan dengan state-A. Proses ini diterangkan dalam kaitannya dengan tuntutan objektif, ancaman dan reaksi cemas. Tuntutan objektif menggambarkan suasana di mana atlet tersebut berada. Apakah keadaan itu dinilai mengancam atau tidak itu tergantung dari evaluasi subjektif atlet tersebut terhadap situasinya dan peranan trait-A nya.

Dapat dikatakan bahwa persepsi akan suatu ancaman yang dirasakan oleh seorang atlet sama dengan situasi kompetisi subjektif. Jadi tergantung bagaimana atlet tersebut menerima situasi kompetisi objektif. Apabila atlet menganggap situasi tersebut

mengancam maka akan terjadi peningkatan reaksi cemas. Proses kompetisi adalah proses kecemasan yang terjadi pada seseorang sebagai hasil adanya situasi kompetisi yang objektif. Suatu komponen penting pada proses kompetisi ialah pengaruh trait-A terhadap persepsi atlet pada ancaman. Reaksi state-A dalam situasi kompetisi objektif dapat diduga secara lebih tepat bila trait-A dapat diukur. Sehingga sangat disayangkan jika atlet selama pada masa Training Center menjelang pertandingan tetapi tetap saja persepsi atlet tersebut dalam suatu pertandingan bersifat negatif sehingga jauh sebelum jadwal pertandingan atlet tersebut bisa saja sudah mengalami kecemasan yang berlebih yang mana nantinya akan berdampak negatif pada performance atlet saat di arena pertandingan.

Hal tersebut, juga dapat dijelaskan bahwa dengan adanya persepsi atlet pada suatu pertandingan dapat membantu atlet dalam mengendalikan dan melakukan penyesuaian dengan tekanan-tekanan pertandingan. Pengendalian dan penyesuaian yang baik dapat menurunkan tingkat kecemasannya dalam menghadapi pertandingan. Oleh karena itu, bila atlet memiliki persepsi yang positif, maka tingkat kecemasan bertandingnya rendah.

Pada penelitian terhadap atlet Gold Maestro Surabaya ditemukan bahwa faktor yang menjadi sumber kecemasannya dalam bertanding adalah adanya pikiran khawatir mengenai pertandingan yang akan dihadapinya, siapa lawan yang akan dihadapi, harapan akan kemenangan dan situasi lingkungan pertandingan. Akan tetapi, adanya persepsi yang baik terhadap suatu pertandingan, maka kecemasannya tersebut dapat mereka atasi dan tanggap dengan hal-hal yang positif, sehingga tingkat kecemasan bertandingnya rendah.

Persepsi yang positif ditunjukkan dengan adanya kepercayaan diri dan berpikir positif dalam menghadapi suatu pertandingan. Mempersepsikan suatu pertandingan secara positif dapat membantu atlet dalam menyalurkan dan mengurangi tekanan-tekanan pada saat pertandingan. Tersalurkan tekanan-tekananan tersebut, maka dalam diri atlet timbul perasaan nyaman dan tenang, yang akhirnya dapat mereduksi kecemasannya dalam menghadapi pertandingan.

Singgih (1989) dalam bukunya, mengemukakan bahwa salah satu cara yang dilakukan dalam mereduksi kecemasan atlet saat menghadapi pertandingan adalah berpikir positif. Begitu juga halnya yang dilakukan salah seorang atlet dari 3 atlet yang diwawancarai, mengatakan bahwa perasaan cemas yang menghinggapinya sebelum

bertanding, bisa mereda setelah ia selalu berusaha mempersepsikan pertandingan secara positif guna meredakan kecemasannya. Persepsi atlet yang baik terhadap suatu pertandingan ditunjukkan dengan adanya kepercayaan dan kesiapan atlet dalam menghadapi pertandingan.

Adanya persepsi yang sifatnya negatif karena dicemooh atau dimarahi akan menimbulkan reaksi pada atlet. Reaksi tersebut akan tetap tertahan sehingga menjadi sesuatu yang menekan dan menimbulkan frustrasi yang mengganggu penampilan atlet saat bertanding. Atlet yang sudah mempersepsikan bahwa lawan yang akan dihadapi adalah atlet peringkat di atasnya atau level lebih unggul daripada dirinya, maka dalam hati kecil atlet telah timbul pengakuan akan skill yang dia miliki belum dapat mengatasi lawan yang akan dia hadapi dan timbul pengakuan akan ketidakmampuannya untuk memenangkan suatu pertandingan. Situasi tersebut akan menyebabkan berkurangnya rasa percaya diri pada diri atlet tersebut. Setiap kali berbuat kesalahan, ia semakin menyalahkan dirinya sendiri.

Tingkat kecemasan bertanding atlet Taekwondo Gold Maestro ini rendah, juga didukung oleh pengalaman dan frekuensi bertanding yang sering. Atlet yang sudah berpengalaman atau ahli memiliki kemampuan kontrol yang baik dalam mengendalikan gejala-gejala kecemasan dibandingkan dengan atlet pemula (Frenz dan Epstein dalam Hardy, 1999). Atlet Taekwondo Gold Maestro merupakan atlet muda tetapi atlet ini merupakan atlet yang sudah berpengalaman. Atlet yang bergabung Gold Maestro adalah atlet yang telah mengikuti banyak pertandingan, baik regional sampai internasional.

Berdasarkan uraian di atas, jelas tergambar bahwa persepsi atlet terhadap pertandingan yang baik memiliki arti penting terhadap kecemasan bertanding. Dimana persepsi atlet yang baik/positif terhadap pertandingan dapat menumbuhkan kepercayaan diri bila bertanding, menciptakan suasana yang bersahabat dan nyaman bagi atlet yang dapat membangkitkan motivasi atlet bertanding dan sumber dukungan emosional bagi atlet sehingga dapat menunjang performance atlet saat bertanding. Kesemuanya diperlukan atlet dalam menghadapi pertandingan, agar atlet dapat menilai situasi pertandingan sebagai hal yang positif, sehingga respon kecemasannya rendah.

Setelah dilakukan penelitian, ditemukan bahwa subjek penelitian atlet pria sebanyak 16 orang ($N = 16$) dan sisanya, atlet wanita sebanyak 16 orang ($N = 16$). Dengan demikian, akan dilakukan analisis mengenai perbedaan tingkat kecemasan

berdasarkan jenis kelamin, sebagai analisis tambahan. Perbedaan tingkat kecemasan bertanding akan diuji dengan menggunakan teknik Independent Sampel T Test dengan bantuan SPSS 16.00.

Berdasarkan hasil analisis Independent Sampel T Test, didapatkan $p = 0,105$ ($p > 0,05$) dengan nilai $F = 2,787$ ada di Equal Variance assumed, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada perbedaan tingkat kecemasan bertanding berdasarkan jenis kelamin. Tidak adanya perbedaan tersebut disebabkan karena setiap atlet, baik atlet putri atau pun atlet laki-laki memiliki tugas dan kewajiban yang sama, dengan beban latihan yang sama tanpa adanya perbedaan.

Hasil ini didukung oleh hasil penelitian Wirawan (1999) yang juga menemukan bahwa tidak adanya perbedaan tingkat kecemasan yang signifikan antara atlet pria dengan atlet wanita. Tidak adanya perbedaan tersebut juga disebabkan karena tidak adanya perbedaan perlakuan pelatih baik pada atlet pria maupun wanita. Seluruh atlet memiliki tugas dan kewajiban yang sama, dengan beban latihan yang sama, tanpa adanya perbedaan.

Hasil analisis regresi yang telah dilakukan sebelumnya, menunjukkan bahwa persepsi atlet terhadap suatu pertandingan memberikan sumbangan efektif sebanyak 29% terhadap kecemasan bertanding. Kondisi ini menunjukkan bahwa variabel kecemasan bertanding dapat diprediksi oleh persepsi atlet terhadap pertandingan sebesar 29% dan sisanya sebesar 71,0% dipengaruhi oleh faktor-faktor lain, antara lain kepribadian atlet, rasa percaya diri, kesiapan fisik dan mental atlet serta lingkungan dan situasi pertandingan.

Memang dalam terdapat keterbatasan atau kekurangan dalam penelitian ini terletak pada hal-hal sebagai berikut: responden dalam penelitian ini tidak dibedakan antara atlet yang pernah bertanding ditingkat regional sampai internasional, tetapi minimal pernah bertanding. Sehingga hasil yang diperoleh tidak bisa dijelaskan secara spesifik bagaimana pengaruh persepsi atlet terhadap pertandingan pada atlet yang sudah pernah bertanding di tingkat internasional dengan atlet yang hanya pernah bertanding di tingkat regional. Kuesioner dalam penelitian ini disebarkan secara acak (tidak khusus kepada atlet yang sudah punya jam terbang tinggi), sehingga tidak semua responden memiliki kecenderungan sama.