



Survei Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola SKO Papua dalam Menghadapi Pertandingan

Yan Serontou¹, Ansar CS², Muhammad Teguh rasetyo³

^{1,2,3} Universitas Cenderawasih, Jayapura, Indonesia

Article History | **Received:** 18 November 2024 | **Accepted:** 27 December 2024 | **Published:** 31 December 2024

Kata Kunci:

Kecemasan;
Pemain;
Sepakbola

Abstrak

Dalam pertandingan sepakbola kecemasan sering di anggap hal yang biasa oleh para pelatih dan atlet. Banyak atlet sepakbola yang tidak dapat mencapai potensi maksimal nya, karena terlalu banyak rasa takut dan faktor kecemasan yang timbul dalam diri seorang atlet, faktor kecemasan ini membuat atlet merasa stres dan berpikiran buruk dalam menghadapi sebuah pertandingan. Hal ini pula yang terjadi pada atlet sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan sehingga membuat prestasi pemain menurun. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui seberapa besar tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua Dalam Menghadapi Pertandingan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survei (penelitian deskriptif). Variabel dalam penelitian ini adalah variabel tunggal yaitu tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 60 orang. Instrumen atau alat yang digunakan dalam peneitian ini berupa angket. Adapun Teknik analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik analisis deskriptif dengan pengkategorian. Hasil data menunjukan : kecemasan pemain sepakbola SKO papua dalam menghadapi pertandingan yang mempunyai faktor kecemasan sangat tinggi ada 3 orang (5%), pemain yang memiliki faktor kecemasan tinggi ada 36 orang (60%), pemain yang memiliki faktor kecemasan sedang ada 7 orang (12%). Sedangkan pemain yang memiliki faktor kecemasan Rendah ada 8 orang (13%), dan sangat rendah ada 6 orang (10%), pemain berikut ini adalah petunjuk penulisan dan *template* artikel yang telah direvisi dan mulai diberlakukan pada edisi penerbitan tahun 2020.

Survey of SKO Papua Football Players' Anxiety Levels in Facing Matches

Keywords:

Anxiety;
Football;
Player

Abstract

In football matches, anxiety is often considered normal by coaches and athletes. Many football athletes cannot reach their maximum potential, because there is too much fear and anxiety factors that arise within an athlete, these anxiety factors make athletes feel stressed and have bad thoughts when facing a match. This also happened to SKO Papua football athletes when facing matches, causing the players' performance to decline. This research aims to find out the level of anxiety of SKO Papua football players when facing matches. The research method used in this research is the survey method (descriptive research). The variable in this research is a single variable, namely the Anxiety Level of SKO Papua Football Players in Facing the Match. The sample in this study amounted to 60 people. The instrument or tool used in this research is a questionnaire. Meanwhile, the data analysis technique used in this research is descriptive analysis techniques with categorization. The results of the data show: There are 3 people (5%) who have a very high anxiety factor when facing matches when facing a match, there are 36 players who have a high anxiety factor, 36 players who have a high anxiety factor (60%), 7 players who have a moderate anxiety factor. (12%). Meanwhile, there were 8 players who had a low anxiety factor (13%), and there were 6 players (10%) who had very low anxiety

Corresponding author: Swandika Pinem. Email: ansar.cs46@gmail.com

How to cite: Serontou, Y., Ansar, C.S., Prasetyo, M.T. (2024). Survei Tingkat Kecemasan Pemain Sepakbola SKO Papua dalam Menghadapi Pertandingan. *Jurnal Olahraga Papua*, Jurnal Olahraga Papua, 6(2), 104-112. <https://doi.org/10.31957/jop.v6i02.4875>

PENDAHULUAN

Kecemasan sering kali timbul ketika atlet tidak yakin atau takut dalam melakukan sesuatu yang berkaitan dengan performa. Kecemasan yang dihadapi oleh atlet dapat mempengaruhi penampilan dalam skala yang berbedabeda dari setiap individu atlet. Cemas ialah kondisi yang terjadi saat kondisi fisiologisnya dari tubuh atlet seolah-olah merasa tertekan, akibat detak jantungnya meningkat secara berlebihan (Hardiyati & Hernawati, 2020). Kecemasan merupakan proses di mana seorang merasa emosi yang tak terkendalikan, yang terjadi ketika seseorang sedang mengalami frustrasi serta konflik atau tekanan batin (Sole & Hakim, 2019).

Dampak besar tekanan dari kecemasan yang berlebihan dapat mempengaruhi kondisi fisik. Karena seseorang mengalami kecemasan maka secara tidak langsung akan meningkatkan detak jantung pada dirinya. Akibat dari kecemasan selain berdampak pada psikologi juga berdampak pada keadaan fisik seseorang (Wijaya, 2018). Kecemasan yang dihadapi oleh atlet SKO Papua dapat mempengaruhi penampilan dalam skala yang berbeda-beda dari setiap individu atlet. Kecemasan yang terjadi pada atlet sepakbola SKO Papua dikarenakan dalam kurangnya istirahat baik, jaraknya perjalanan kelapangan sangat jauh,

menjadi sangat cape dan itu bias mempengaruhi kondisi fisik seorang atlet sepakbola SKO Papua.

Berdasarkan uraian diatas di jelaskan bahwa sangat mempengaruhi prestasi Atlet SKO Papua, sehingga tekanan mental yang terjadi pada seorang atlet SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, perlu di tangani oleh pelatih maupun pihak-pihak terkait.

METODE

Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Budiwanto (2017: 147), menyatakan bahwa “rancangan penelitian deskriptif adalah rancangan penelitian yang bertujuan untuk mendeskripsikan atau memaparkan secara sistematis, factual dan akurat secara objektif tentang suatu objek amatan yang terjadi pada masa kini”. Metode penelitian deskriptif yang digunakan untuk menjawab dan memecahkan masalah yang dihadapi saat dilakukannya penelitian

Partisipan

populasi dalam penelitian ini adalah “Pemain Sepakbola SKO Papua yang berjumlah 60 orang. Teknik sampling yang digunakan yaitu total sampling, artinya keseluruhan populasi yang diambil semua untuk menjadi sampel. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah, Pemain Sepakbola SKO Papua yang berjumlah 60 orang.

Instrumen

Instrumen atau alat yang digunakan dalam penelitian ini berupa angket tertutup. Arikunto (2019: 168), menyatakan bahwa “angket tertutup adalah angket yang disajikan dalam bentuk sedemikian rupa, sehingga responden tinggal memberikan tanda check list (☐) pada kolom atau tempat yang sesuai, dengan angket langsung menggunakan skala bertingkat”.

Prosedur

Setelah mendapat institusi pendidikan, peneliti akan mengadakan pendekatan kepada kontingen. Data yang dikumpulkan merupakan data primer dengan menggunakan data angket. Proses pengumpulan data ini dilakukan dengan membagikan angket tertutup. Kepada seluruh responden, untuk memperoleh data tentang kecemasan terhadap responden.

Analisis Data

Setelah semua data terkumpul, langkah selanjutnya adalah menganalisis data, sehingga data-data tersebut dapat ditarik suatu kesimpulan. Analisis data untuk mencari mean, median, modus, standar deviasi, skor maksimal, dan skor minimal menggunakan SPSS 23. Teknik analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis data deskriptif persentase (Sugiyono, 2017:112).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Setelah dilakukannya analisis data, hasil dari penelitian ini akan digambarkan dan dijelaskan sebagai berikut:

Tabel 1. Karakteristik usia

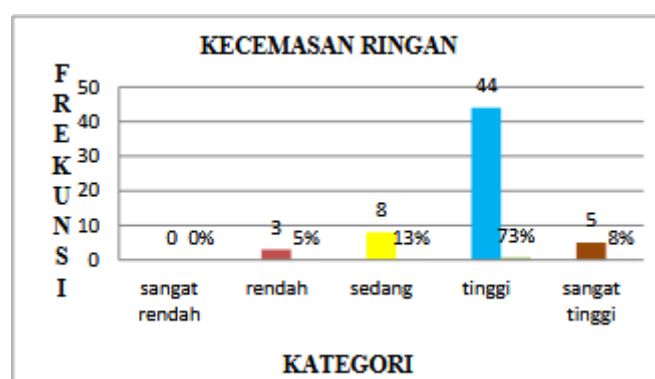
Sampel	Usia	Siswa	Persentase
A	15	4	7 %
B	16	9	15%
C	17	21	35 %
D	18	23	38 %
E	3	3	5 %
Jumlah		60	100 %

Berdasarkan tabel 1 menjelaskan bahwa mata karakteristik umur pada pemain sepakbola SKO Papua umur paling rendah 15 tahun dan paling tinggi 19 tahun.

Tabel 2. Deskripsi hasil analisis faktor kecemasan ringan

Kecemasan Ringan			
Kategori	Interval skor	Siswa	Persentase
Sangat rendah	$x < 26$	0	0 %
Rendah	$26 < x \leq 28$	3	5%
Sedang	$28 < x \leq 30$	8	13 %
Tinggi	$30 < x \leq 40$	44	73 %
Sangat tinggi	$x > 40$	5	8 %
Jumlah		60	100 %

Penilaian pada tabel 2 menjelaskan terkait tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, dan lebih rinci lagi dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:

**Gambar 1. Diagram faktor kecemasan ringan**

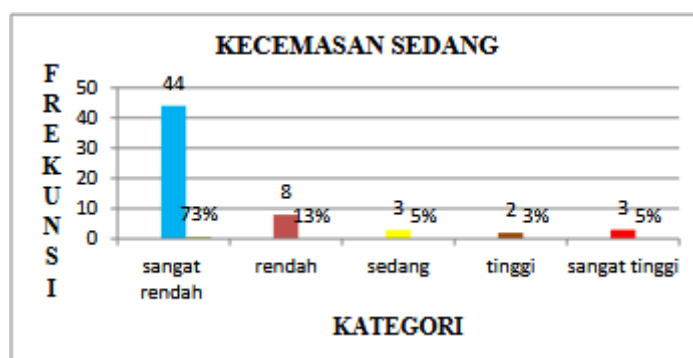
Dari tabel 2 dan gambar 1 di atas, dapat diketahui bahwa hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor kecemasan ringan pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi

pertandingan, yang mempunyai kecemasan ringan, sangat tinggi ada 5 orang (8%), pemain yang memiliki kecemasan ringan, tinggi ada 44 orang (73%), pemain yang memiliki kecemasan ringan, sedang ada 8 orang (13%). sedangkan pemain yang memiliki kecemasan ringan, rendah ada 3 orang (5%), dan sangat rendah adalah tidak ada 0 (0%).

Tabel 3. Deskripsi Hasil Analisis Faktor Kecemasan Sedang

Kecemasan Sedang			
Kategori	Interval skor	Siswa	Persentase
Sangat rendah	$x < 28$	44	73 %
Rendah	$28 < x \leq 32$	8	13 %
Sedang	$32 < x \leq 34$	3	5 %
Tinggi	$34 < x \leq 36$	2	3 %
Sangat tinggi	$x > 36$	3	5 %
Jumlah		60	100 %

Penilaian pada tabel 3 menjelaskan terkait tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, dan lebih rinci lagi dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



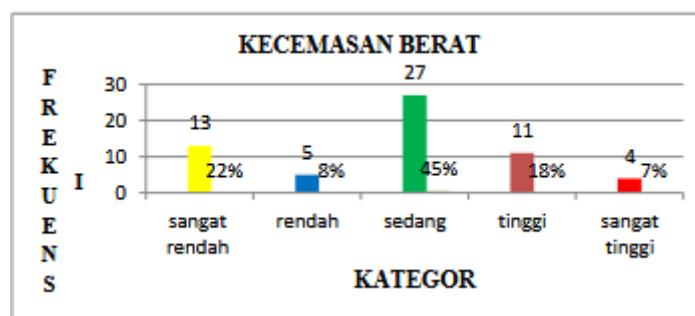
Gambar 2. Diagram faktor kecemasan sedang

Dari tabel 3 dan gambar 2 di atas, dapat diketahui bahwa hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor kecemasan sedang pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai kecemasan sedang, sangat tinggi ada 3 orang (5%), pemain yang memiliki kecemasan. sedang, tinggi ada 2 orang (3%), pemain yang memiliki kecemasan sedang, sedang ada 3 orang (5%). Sedangkan pemain yang memiliki kecemasan sedang, rendah ada 8 orang (13%), dan sangat rendah ada 44 orang (73%).

Tabel 4. Deskripsi hasil analisis faktor kecemasan berat

Kecemasan berat			
Kategori	Interval skor	Siswa	Persentase
Sangat rendah	$x < 24$	13	22 %
Rendah	$24 < x \leq 26$	5	8 %
Sedang	$26 < x \leq 28$	27	45 %
Tinggi	$28 < x \leq 32$	11	18 %
Sangat tinggi	$x > 32$	4	7 %
Jumlah		60	100 %

Penilaian pada tabel 4 menjelaskan terkait tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, dan lebih rinci lagi dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:

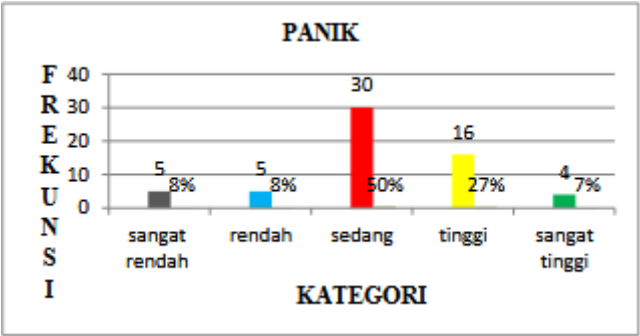
**Gambar 3. Diagram faktor kecemasan berat**

Dari tabel 4 dan gambar 3 di atas, dapat diketahui bahwa hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor kecemasan berat pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai kecemasan berat, sangat tinggi ada 4 orang (7%), pemain yang memiliki kecemasan berat, tinggi ada 11 orang (18%), pemain yang memiliki kecemasan berat, sedang ada 27 orang (45%). sedangkan pemain yang memiliki kecemasan berat, rendah ada 5 orang (8%), dan sangat rendah ada 13 orang (22%), pemain.

Tabel 5. Deskripsi hasil analisis faktor panik

Panik			
Kategori	Interval skor	Siswa	Persentase
Sangat rendah	$x < 20$	5	8 %
Rendah	$20 < x \leq 22$	5	8 %
Sedang	$22 < x \leq 24$	30	50 %
Tinggi	$24 < x \leq 32$	16	27 %
Sangat tinggi	$x > 32$	4	7 %
Jumlah		60	100 %

Penilaian pada tabel 5 menjelaskan terkait tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, dan lebih rinci lagi dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



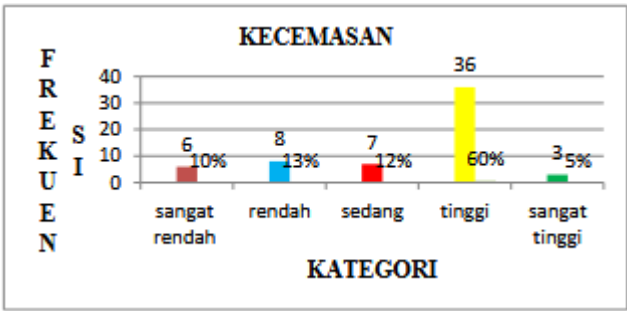
Gambar 4. Diagram faktor panik

Dari tabel 5 dan gambar 4 di atas, dapat diketahui bahwa hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor panik pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai faktor Panik, sangat tinggi ada 4 orang (7%), pemain yang memiliki faktor Panik, tinggi ada 16 orang (27%), pemain yang memiliki faktor Panik, sedang ada 30 orang (50%). Sedangkan pemain yang memiliki faktor Panik, Rendah ada 5 orang (8%), dan sangat rendah ada 5 orang (8%),

Tabel 6. Deskripsi hasil faktor kecemasan

Kecemasan			
Kategori	Interval skor	Siswa	Persentase
Sangat rendah	$x < 97$	6	10 %
Rendah	$97 < x \leq 103$	8	13 %
Sedang	$103 < x \leq 105$	7	12 %
Tinggi	$105 < x \leq 140$	36	60 %
Sangat tinggi	$x > 140$	3	5 %
Jumlah		60	100 %

Penilaian pada tabel 6 menjelaskan terkait tingkat kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, dan lebih rinci lagi dapat dilihat dalam gambar sebagai berikut:



Gambar 4. Diagram faktor kecemasan

Dari tabel 5 dan gambar 4 di atas, dapat diketahui bahwa hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor Kecemasan pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai faktor kecemasan, sangat tinggi ada 3 orang (5%), pemain yang memiliki faktor kecemasan, tinggi ada 36 orang (60%), pemain yang memiliki faktor kecemasan, sedang ada 7 orang (12%). Sedangkan pemain yang memiliki faktor kecemasan, rendah ada 8 orang (13%), dan sangat rendah ada 6 orang (10%).

pembahasan

Berdasarkan hasil analisis data diperoleh kecemasan pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai kecemasan, sangat tinggi ada 3 orang (5%), pemain yang memiliki kecemasan, tinggi ada 36 orang (60%), pemain yang memiliki faktor kecemasan, sedang ada 7 orang (12%). sedangkan pemain yang memiliki faktor kecemasan, rendah ada 8 orang (13%), dan sangat rendah ada 6 orang (10%), penelitian ini menggunakan angket untuk mengambil data dari responden guna menjawab rumusan masalah dengan cara menganalisa data statistik sederhana dengan mencari rata-rata (mean) dengan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa tingkat pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan berada pada tingkat kecemasan “tinggi”. dalam pengambilan data peneliti juga mengumpulkan data dengan cara dokumentasi untuk memperkuat data peneliti. kecemasan merupakan suatu kondisi perasaan seseorang yang wajar dirasakan apabila orang tersebut dihadapkan dengan situasi kondisi tertentu.

Kecemasan dalam penelitian ini didasarkan pada faktor kecemasan ringan, kecemasan sedang, kecemasan berat, dan panik. Yang mana hasil penelitian tersebut dapat diuraikan sebagai berikut: Hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor kecemasan ringan pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai kecemasan ringan, sangat tinggi ada 5 orang (8%), pemain yang memiliki Kecemasan Ringan, tinggi ada 44 orang (73%), pemain yang memiliki Kecemasan Ringan, sedang ada 8 orang (13%). Sedangkan pemain yang memiliki Kecemasan Ringan, Rendah ada 3 orang (5%), dan sangat rendah adalah tidak ada 0 (0%). Hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor kecemasan sedang pada pemain sepakbola sko papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai kecemasan sedang, sangat tinggi ada 3 orang (5%), pemain yang memiliki kecemasan sedang, tinggi ada 2 orang (3%), pemain yang memiliki kecemasan sedang, sedang ada 3 orang (5%). sedangkan pemain yang memiliki kecemasan sedang, rendah ada 8 orang (13%), dan sangat rendah ada 44 orang (73%). hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor kecemasan Berat pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai kecemasan berat, sangat tinggi ada 4 orang (7%), pemain yang memiliki kecemasan berat, tinggi ada 11 orang (18%), pemain yang memiliki Kecemasan Berat, sedang ada 27 orang (45%). Sedangkan pemain yang memiliki kecemasan berat, Rendah ada 5 orang (8%), dan sangat rendah ada 13 orang (22%). Hasil analisis pengkategorisasian diperoleh faktor panik pada pemain sepakbola sko papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai faktor panik, sangat tinggi ada 4 orang (7%), pemain yang memiliki faktor panik, tinggi ada 16 orang (27%), pemain yang memiliki faktor panik, sedang ada 30 orang (50%). Sedangkan pemain yang memiliki faktor panik, rendah ada 5 orang (8%), dan sangat rendah ada 5 orang (8%).

Kecemasan sebagai salah satu faktor psikis dapat mempengaruhi penampilan pemain dalam pertandingan. Tingkat kecemasan yang sangat tinggi dapat berakibat buruk pada penampilan seseorang (Rohmansyah, 2017). Ketika atlet dalam persiapan secara fisik dan mental kurang maka perasaan atlet sebelum bertanding akan merasa cemas. Kecemasan ini akan mengganggu performa atlet pada saat bertanding dan menghambatnya sebuah prestasi atlet.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diperoleh kesimpulan bahwa Pemain Sepakbola SKO Papua memiliki rata-rata Tingkat kecemasan “Tinggi”. Dalam menghadapi pertandingan, hal ini dapat dilihat dari hasil analisis data yang diperoleh faktor Kecemasan pada pemain sepakbola SKO Papua dalam menghadapi pertandingan, yang mempunyai faktor Kecemasan, sangat tinggi ada 3 orang (5%), pemain yang memiliki faktor Kecemasan, tinggi ada 36 orang (60%), pemain yang memiliki faktor Kecemasan, sedang ada 7 orang (12%). Sedangkan pemain yang memiliki faktor Kecemasan, Rendah ada 8 orang (13%), dan sangat rendah ada 6 orang (10%), pemain.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto (2019). Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek. Jakarta: PT Bina Aksara.
- Fadhiil, F. (2024). Meningkatkan Kualitas Pelatih Olahraga Melalui Sport Coaching Clinic. *Jurnal Dorkes (Dedikasi Olahraga dan Kesehatan)*, 2(1), 14-20.
- Budiwanto (2017). Metode statistika untuk mengolah data keolahragaan. Malang: UNM Pres.
- Soleh, B., & Hakim, A. A. (2019). Analisis tingkat kecemasan, kepercayaan diri dan motivasi atlet futsal Childroom di Bangkalan Saat Menjelang Pertandingan. *Jurnal Kesehatan Olahraga*.
- Sugiyono, (2017). Metode penelitian kuantitatif, kualitatif, dan R & D. Bandung: Alfabeta.
- Wijaya, I. M. K. (2018). Kecemasan, percayadiri dan motivasi berprestasi atlet ukm bulutangkis. *JurnalPenjakora*.