

Hubungan antara kecemasan dasar dan achievement goal dengan prestasi atlet (studi pada atlet pelatnas bulutangkis indonesia)

Tetengean, Bobby Joshia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20312764&lokasi=lokal>

Abstrak

Prestasi atlet tidak hanya ditentukan oleh faktor fisik dan faktor teknis, tetapi juga faktor psikologis. Faktor psikologis mempunyai pengaruh yang besar terhadap pencapaian prestasi atlet tingkat internasional. Kemenangan yang diraih oleh atlet pada kejuaraan tingkat dunia terkadang ditentukan oleh beberapa faktor psikologis tertentu. Gunarsa menyatakan bahwa sedikitnya ada dua faktor psikologis yang dapat mempengaruhi prestasi yang dicapai oleh atlet yaitu 1 tingkat kecemasan dasar yang dirasakan oleh atlet dan motivasi yang ditunjukkannya dalam bentuk achievement goal yang dipersepsikan oleh atlet.

Kecemasan dasar adalah kecemasan yang berhubungan dengan karakter atlet dalam menanggapi situasi kompetisi yang ketat. Semakin tinggi tingkat kecemasan dasar atlet semakin rendah prestasi yang dicapainya, sebaliknya semakin rendah tingkat kecemasan dasar atlet semakin tinggi prestasinya. Tingkat kecemasan dasar yang tinggi mempunyai pengaruh yang besar terhadap penurunan faktor fisik dan faktor teknis yang ditampilkan oleh atlet.

Achievement goal adalah persepsi atlet mengenai tujuan pencapaian prestasinya. Ada dua bentuk umum achievement goal yaitu 1 orientasi ego (ego orientation) dan orientasi tugas (task orientation). Atlet yang memiliki kecenderungan persepsi orientasi ego akan mengembangkan tujuan prestasi yang selalu ingin menampilkan kemampuannya dihadapan lawan-lawannya. Atlet yang memiliki kecenderungan persepsi orientasi tugas akan mengembangkan tujuan prestasi yang menekankan pada usaha untuk menguasai suatu teknik bermain atau tugas tertentu. Atlet yang dominan dalam salah satu kecenderungan orientasi achievement goal akan mengembangkan persepsi yang berbeda mengenai tujuan pencapaian prestasinya. Sehubungan dengan pengaruh yang dimiliki oleh kecemasan dasar dan achievement goal terhadap prestasi atlet, maka peneliti tertarik untuk mengetahui apakah prestasi atlet bulutangkis Indonesia berhubungan secara signifikan dengan kecemasan dasar dan achievement goal. Selain itu peneliti juga ingin mengetahui variabel yang merupakan peramal terbaik bagi prestasi atlet bulutangkis Indonesia. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi kontribusi bagi kemajuan prestasi atlet bulutangkis Indonesia dan mengetahui secara spesifik masalah yang berkaitan dengan tingkat kecemasan dasar dan achievement goal yang dapat mempengaruhi kemajuan prestasi atlet. Penelitian dilakukan terhadap 40 atlet (25 putra dan 15 putri) Pelatnas bulutangkis di Cipayung, Jakarta. Teknik pengambilan subyek penelitian adalah populasi. Alat ukur yang digunakan adalah Sport Competitive Anxiety Test (SCAT) untuk mengukur kecemasan dasar, Task and Ego Orientation Sport Quesxionnaire (YEOSQ) untuk mengukur achievement goal, dan data mengenai prestasi yang diraih oleh atlet Pelatnas bulutangkis Indonesia selama satu tahun (1997) mengikuti kejuaraan nasional dan intemasional. Sebelum data diolah lebih lanjut, peneliti melakukan penyaringan (Screening) data.

Pengolahan data dengan menggunakan teknik Pearson product moment menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dasar dengan prestasi atlet bulutangkis Indonesia dan tidak terdapat hubungan yang signifikan antara achievement goal dengan prestasi atlet bulutangkis Indonesia. Selain itu

dengan menggunakan teknik multiple regression diperoleh hasil bahwa variabel yang memberi kontribusi terbesar bagi peramalan prestasi atlet bulutangkis Indonesia adalah kecemasan dasar. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi skor kecemasan dasar atlet semakin rendah prestasi yang diraihnya, sebaliknya semakin rendah skor kecemasan dasar atlet semakin tinggi prestasi yang diraihnya. Kesimpulan lainnya adalah kecenderungan achievement goal yang dipilih atlet tidak berkaitan dengan prestasi yang diraihnya.

Hal lain yang perlu disempurnakan lebih lanjut adalah proses pengujian reliabilitas dan validitas alat ukur. Peneliti menyarankan untuk menambahkan lebih banyak item item SCAT dan TEOSQ sebelum dilakukan pengujian reliabilitas dan validitas alat ukur dan menguji-cobakannya pada sampel atau populasi yang berbeda dengan sampel atau populasi yang diambil. Saran lainnya adalah meneliti variabel lain yang mempunyai pengaruh terhadap peningkatan dan penurunan prestasi atlet bulutangkis Indonesia, khususnya pada atlet putri yang memiliki masalah regenerasi pemain yang tidak lancar. Di samping itu peneliti menyarankan agar atlet yang tinggi tingkat kecemasan dasarnya diberi terapi relaksasi otot untuk menurunkan tingkat kecemasannya.