

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KOHESIVITAS KELOMPOK DAN
KECEMASAN BERKOMPETISI PADA ATLET UKM FUTSAL
FAKULTAS DI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**



Oleh:

**PRASANDHU
HAZHIRA QUDSYI**

**PROGRAM STUDI PSIKOLOGI
FAKULTAS PSIKOLOGI DAN ILMU SOSIAL BUDAYA
UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA
YOGYAKARTA
2018**

NASKAH PUBLIKASI

**HUBUNGAN ANTARA KOHESIVITAS KELOMPOK DAN
KECEMASAN BERKOMPETISI PADA ATLET UKM FUTSAL
FAKULTAS DI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA**

Telah Disetujui Pada Tanggal

21 MAY 2018



Dosen Pembimbing Utama

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'Hazhira Qudsyi', is written over the text 'Dosen Pembimbing Utama'.

(Hazhira Qudsyi. S.Psi., MA.)

HUBUNGAN ANTARA KOHESIVITAS KELOMPOK DAN KECEMASAN BERKOMPETISI PADA ATLET UKM FUTSAL FAKULTAS DI UNIVERSITAS ISLAM INDONESIA

Prasandhu
Hazhira Qudsyi

INTISARI

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi pada 80 mahasiswa aktif yang mengikuti Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) futsal di seluruh fakultas yang berada di Universitas Islam Indonesia berusia 18-26 tahun. Peneliti berhipotesis bahwa terdapat hubungan negatif antara kohesivitas kelompok dengan kecemasan berkompetisi. Pengumpulan data menggunakan adaptasi dari skala penelitian sebelumnya yang mengacu pada skala aspek kohesivitas kelompok Forsyth (2010) sebanyak 40 aitem dan adaptasi dari skala penelitian sebelumnya yang diadaptasi dari skala kecemasan berkompetisi Martens, Vealey dan Burton (1990) sebanyak 27 aitem. Analisis data pada penelitian ini menggunakan korelasional *Spearman's rho* untuk menguji hipotesis. Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan negatif yang signifikan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi ($r = -0,472$) dengan signifikansi 0,000 ($p < 0,05$).

Kata Kunci : Atlet UKM Futsal, kecemasan berkompetisi, kohesivitas kelompok

THE RELATIONSHIP BETWEEN GROUP COHESIVENESS AND ANXIETY COMPETE ON AN ATHLETE FUTSAL OF FUTSAL STUDENT ACTIVITIES UNIT FROM ALL FACULTIES AT ISLAMIC UNIVERSITY OF INDONESIA

Prasandhu
Hazhira Qudsyi

ABSTRACT

This study aims to identify the relationship between group cohesiveness and competition anxiety in 80 active students taking part in Futsal Student Activity Unit (UKM Basket) from all faculties at Islamic University of Indonesia. The author of this study assumes that there is a negative relationship between group cohesiveness and competition anxiety. Data collection using adaptation from previous research scale that refers to the Forsyth's (2010) aspect scale of group cohesiveness as much as 40 items and adaptation of the scale previous studies adapted from Martens, Vealey and Burton's (1990) scale of competition anxiety as much as 27 items. Data analysis in this study using Spearman's rho correlation to test the hypothesis. The result of this study shows that there is a significant negative relation between group cohesiveness and anxiety compete ($r = -0.472$) with significance 0.000 ($p < 0.05$).

Keywords : *Athlete futsal of futsal student activities unit, competition anxiety group cohesiveness*

PENGANTAR

Pada dasarnya olahraga merupakan kegiatan yang tidak hanya mengandalkan kekuatan fisik tetapi juga kondisi psikis. Dalam menghadapi suatu kompetisi futsal yang bersifat kompetitif, berbagai permasalahan psikologis dapat timbul pada diri atlet dan tentunya akan berpengaruh negatif pada kondisi atlet bila tidak dikontrol dengan baik. Idealnya seorang atlet harus memiliki performa yang prima untuk mendapatkan sebuah prestasi, baik itu prima dari segi fisik ataupun psikologis. Persiapan psikologis yang kurang matang dapat menimbulkan rasa cemas dalam diri atlet pada saat berkompetisi. Menurut Darmawan (2014), banyak atlet yang tidak berhasil mewujudkan performa dan kemampuan terbaiknya secara optimal hanya karena rasa cemas dan takut gagal yang berlebihan.

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap tiga atlet dan seorang pelatih dari salah satu UKM futsal fakultas yang ada di Universitas Islam Indonesia, atlet tersebut sudah sering mengikuti latihan rutin dan lumayan banyak mengikuti kompetisi futsal, namun pada saat berkompetisi mereka masih merasa cemas di dalam lapangan. Atlet yang sudah profesional pun demikian, persiapan sebelum pertandingan sudah sangat matang tetapi pada saat berkompetisi mereka tetap merasa cemas. Hal tersebut didukung oleh pernyataan pemain tim nasional Brazil, Ramires, pada saat memberikan pernyataan kepada wartawan. Ramires mengatakan bahwa setiap Brazil bermain, selalu dituntut untuk menang, karena itu semua pemain merasa cemas (<http://viva.co.id> , 2014).

Masalah ini berdampak pada saat mereka berkompetisi, kadang terlihat tidak fokus dalam menjalankan proses pertandingan, kurang mampu untuk berkomunikasi secara baik antar pemain, sehingga terjadi banyak kesalahan pada saat berkompetisi, kesalahan yang dapat merugikan tim sendiri seperti salah mengoper bola, salah posisi pada saat bertahan atau menyerang serta tidak tepat dalam melakukan tendangan ke gawang lawan.

Ketua KONI Rita Subowo mengatakan bahwa tingkat kecemasan atlet Indonesia yang begitu tinggi menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi tidak tercapainya prediksi raihan medali emas dari beberapa cabang unggulan pada Asian Games XVI/2010 di Guangzhou (antarajabar.com, 2010). Pernyataan Rita Subowo jelas merefleksikan pengakuannya terhadap tingkat kecemasan pada atlet dari Indonesia. Berdasarkan pemaparan di atas dapat dikatakan bahwa masih bsnyak atlet yang sering mengalami kecemasan pada saat berkompetisi. Sementara itu Ketua Umum KONI Buleleng Nyoman Artha Widnyana mengatakan bahwa seminar yang khusus membahas soal mental dan psikologis ini bagian dari upaya KONI dalam menyiapkan atlet sebelum terjun dalam porprov di Gianyar mendatang. Kondisi mental dan psikologis patut diasah dengan pemahaman terkait cara mengendalikan, sehingga atlet bisa berlaga dengan optimal tanpa terbebani masalah mental dan Psikologis (Balipost.com, 2017).

Dari rumusah masalah diatas, peneliti ingin meneliti hubungan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi pada atlet UKM futsal fakultas di Universitas Islam Indonesia.

METODE PENELITIAN

A. Responden Penelitian

Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti UKM Futsal dari seluruh fakultas yang ada di Universitas Islam Indonesia, berjenis kelamin laki-laki dan perempuan. Kriteria yang digunakan adalah mahasiswa aktif yang sudah pernah mengikuti latihan dan pertandingan bersama UKM futsal di fakultasnya masing-masing.

B. Metode Pengambilan Data

Metode yang digunakan dalam penelitian ini untuk pengumpulan data adalah metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan angket atau kuesioner. Penelitian ini menggunakan sebuah kuesioner yang terdiri dari dua buah skala pengukuran yaitu skala kecemasan berkompetisi dan skala kohesivitas. Masing-masing skala akan dijelaskan secara rinci sebagai berikut :

1. Skala Kecemasan Berkompetisi

Pada penelitian ini peneliti menggunakan skala yang diadaptasi dan dimodifikasi dari skala kecemasan berkompetisi milik Fachrizal (2015) yang mengacu pada skala kecemasan berkompetisi yang dibuat oleh Martens, dkk (1990). Pada skala ini terdapat 3 dimensi kecemasan berkompetisi yaitu *Cognitive anxiety* (kecemasan kognitif), *somatic anxiety* (kecemasan somatik) dan *Self Confidence* (kepercayaan diri)

Akan tetapi pada penelitian ini peneliti hanya menggunakan dua dari tiga aspek yang ada pada skala tersebut yaitu *cognitive anxiety* (kecemasan kognitif) dan *somatic anxiety* (kecemasan somatik). Jumlah aitem pernyataan yang direncanakan dalam skala ini berjumlah 18 aitem. Subjek diminta untuk menanggapi pernyataan-pernyataan yang diajukan dalam skala tersebut dengan memilih salah satu dari lima macam pilihan yang diajukan, yaitu sangat sesuai, sesuai, kurang sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai.

Pemberian skor dalam setiap aitem bergerak dari angka 5 sampai dengan 1. Untuk aitem yang bersifat *favorable*, skor tertinggi yang diberikan adalah 5 untuk jawaban sangat sesuai, 4 untuk jawaban sesuai, 3 untuk jawaban kurang sesuai, 2 untuk jawaban tidak sesuai, dan 1 untuk jawaban sangat tidak sesuai. Sebaliknya, untuk aitem yang bersifat *unfavorable*, skor tertinggi yang diberikan adalah 5 untuk jawaban sangat tidak sesuai, 4 untuk jawaban tidak sesuai, 3 untuk jawaban kurang sesuai, 2 untuk jawaban sesuai, dan 1 untuk jawaban sangat sesuai.

2. Skala Kohesivitas Kelompok

3. Skala ini diadaptasi dan dimodifikasi oleh peneliti dari skala milik Mahmud (2012) dengan mengacu pada aspek kohesivitas kelompok milik Forsyth (2010). Butir-butir pada skala ini disusun berdasarkan empat aspek yaitu, kohesi sosial, kohesi tugas, kohesi perasaan, dan kohesi emosi.
4. Peneliti mengadaptasi skala tersebut dengan menggunakan seluruh butir pernyataan. Jumlah aitem pernyataan yang direncanakan dalam skala ini berjumlah 40 aitem. Subjek diminta untuk menanggapi pernyataan-pernyataan yang diajukan dalam skala tersebut dengan memilih salah satu dari lima macam

pilihan yang diajukan, yaitu sangat sesuai, sesuai, tidak sesuai, dan sangat tidak sesuai

5. Pemberian skor dalam setiap aitem bergerak dari angka 5 sampai dengan 1. Untuk aitem yang bersifat *favorable*, skor tertinggi yang diberikan adalah 5 untuk jawaban sangat sesuai, 4 untuk jawaban sesuai, 3 untuk jawaban kurang sesuai, 2 untuk jawaban tidak sesuai, dan 1 untuk sangat tidak sesuai. Sebaliknya, untuk aitem yang bersifat *unfavorable*, skor tertinggi yang diberikan adalah 5 untuk jawaban sangat tidak sesuai, 4 untuk jawaban tidak sesuai, 3 untuk jawaban kurang sesuai, 2 untuk jawaban sesuai, dan 1 untuk jawaban sangat sesuai.

C. Metode Analisis Data

Metode analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisa korelasi, yaitu untuk mengetahui hubungan antara kohesivitas kelompok dengan kecemasan berkompetisi pada atlet yang mengikuti UKM futsal dari seluruh fakultas yang ada di Universitas Islam Indonesia. Sebelum uji korelasi terdapat uji asumsi, jika uji asumsi terpenuhi maka analisis data yang digunakan yaitu teknik *Product Moment* dari *Pearson*, dan jika tidak terpenuhi maka analisis data yang digunakan yaitu *Product Moment* dari *Spearman* yang nantinya diproses melalui program SPSS *version 17.0 for Windows*.

HASIL PENELITIAN

Hipotesis yang diajukan pada penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi. Uji hipotesis dilakukan untuk mengetahui korelasi kedua variabel tersebut. Uji hipotesis pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *Spearman's rho*. Berdasarkan dari hasil analisis ditemukan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi ($p < 0,05$) dengan nilai signifikansi $p=0,000$. Koefisien korelasi (r) dari uji hipotesis ini adalah $-0,472$, yang menunjukkan adanya hubungan negatif dari kedua variabel ini. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi kohesivitas kelompok maka semakin rendah kecemasan berkompetisi atlet UKM futsal fakultas, begitu juga sebaliknya. Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti dapat diterima.

Tabel 11. Hasil Uji Hipotesis

Variabel	(r)	(p)	r^2	Keterangan
Kecemasan berkompetisi* Kohesivitas kelompok	-0,472	0,000	0,2227	Sangat Signifikan

PEMBAHASAN

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adakah hubungan kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi pada mahasiswa yang mengikuti UKM futsal fakultas di Universitas Islam Indonesia. Hipotesis penelitian ini adalah adanya hubungan negatif antara kohesivitas kelompok dan kecemasan

berkompetisi, ini menunjukkan semakin tinggi kohesivitas kelompok maka semakin rendah kecemasan berkompetisi. Hasil dari analisis uji hipotesis menunjukkan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi dengan nilai koefisien korelasi $-0,472$, dan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$). Hasil dari perhitungan tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi kohesivitas kelompok maka kecemasan berkompetisi akan semakin rendah, begitu pula sebaliknya, semakin tinggi kecemasan berkompetisi maka kohesivitas kelompok akan semakin rendah. Hal ini didukung oleh penelitian milik Prakoso (2012) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan negatif antara kohesivitas kelompok dan kecemasan menghadapi pertandingan. Penelitian lain yang mendukung yaitu penelitian milik Borrego, Cid dan Silva (2012) yang menyatakan terdapat hubungan negatif antara kecemasan kognitif dan persepsi kohesi. Selain kedua penelitian di atas terdapat penelitian lain milik Eys, Hardy dan Carron (2003), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kohesivitas dan kecemasan berkompetisi sesaat. Dengan adanya hubungan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan berkompetisi menandakan bahwa kohesivitas kelompok merupakan salah satu hal yang mampu mempengaruhi kecemasan berkompetisi. Kohesivitas kelompok pada penelitian ini memberikan sumbangan sebesar 22,27% terhadap kecemasan berkompetisi atlet (lihat tabel 11) dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain.

Berdasarkan apa yang sudah dilakukan peneliti dalam mengolah data penelitian ini menunjukkan bahwa tingkat kecemasan berkompetisi pemain futsal dengan persentase tertinggi berada pada kategori rendah yaitu dengan persentase

sebesar 37,50% dan persentase terendah berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase 5,00% . Sedangkan untuk tingkat kohesivitas kelompok pemain futsal persentase tertinggi yaitu berada pada kategori tinggi dengan persentase sebesar 53,75%. Sedangkan untuk tingkat kohesivitas kelompok dengan persentase terendah yaitu berada pada kategori sangat tinggi dengan persentase sebesar 0,00%.

Penelitian ini tidak lepas dari kelemahan-kelemahan yang ada. Salah satu kelemahan penelitian ini, yaitu dalam proses pengambilan data, pengambilan data pada penelitian ini menggunakan media online (*googleform*) sehingga tidak ada pengawasan secara langsung oleh peneliti. Pengambilan data juga tidak dilakukan pada saat responden sedang berkompetisi, sehingga responden merasa kurang yakin apakah dirinya cemas atau tidak pada saat berkompetisi. Penelitian ini juga mengambil responden yang masih aktif dalam perkuliahan tetapi sudah lama tidak mengikuti kompetisi bersama UKM futsal fakultasnya. Selain itu, skala yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui proses *review* dan *professional judgement* dari ahli di bidangnya, tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa skala tersebut masih mengandung banyak kelemahan. Oleh karena itu diharapkan dapat menjadi evaluasi untuk penelitian berikutnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil analisis dan pembahasan, maka dapat disimpulkan bahwa tinggi rendahnya kohesivitas pada pemain futsal di seluruh fakultas yang berada di Universitas Islam Indonesia berhubungan dengan tinggi rendahnya kecemasan berkompetisi pemain futsal seluruh fakultas yang berada di Universitas Islam Indonesia. Melalui penelitian ini, terdapat hubungan negatif yang signifikan antara kohesivitas kelompok dan kecemasan bertanding, artinya hipotesis pada penelitian ini terbukti bahwa semakin tinggi tingkat kohesivitas kelompok maka akan semakin rendah tingkat kecemasan bertandingnya, begitu juga sebaliknya jika semakin rendah tingkat kohesivitas kelompok maka akan semakin tinggi tingkat kecemasan bertanding pada pemain futsal di seluruh fakultas yang berada di Universitas Islam Indonesia.

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian tersebut, maka dapat dikemukakan saran sebagai berikut:

1. Bagi Atlet/Pemain

Penelitian ini menunjukkan bahwa kohesivitas kelompok memiliki pengaruh pada kecemasan berkompetisi. Oleh karena itu untuk pemain yang sudah merasa nyama, merasa *chemistry* antar anggota di dalam kelompok (tim futsal) sudah terbentuk, sudah memiliki rasa kebersamaan dan kekeluargaan dalam tim disarankan agar terus mempertahankan itu semua, kalau bisa ditingkatkan dan juga disarankan untuk “merangkul” anggota lain

dalam tim yang belum memiliki rasa kebersamaan dan kekeluargaan tersebut agar terjalin kohesivitas di dalam kelompok (tim futsal).

2. Bagi Tim/UKM Futsal

Seluruh anggota UKM futsal khususnya pengurus UKM futsal disarankan tidak hanya memperhatikan kondisi fisik, *skill* dan mental berkompetisi pemain tetapi juga memperhatikan hubungan yang terjalin antar pemain, antar anggota UKM Futsal. Hal ini perlu dilakukan untuk melihat apakah *chemistry* antar pemain sudah terjalin, apakah ada pemain yang sejatinya tidak cocok untuk dimainkan bersama pada saat pertandingan. UKM perlu memperhatikan itu semua agar para pemain/anggota UKM futsal merasa nyaman dan tidak merasa cemas pada saat berkompetisi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan pada saat proses pengambilan data dilakukan secara langsung yaitu dengan datang ke tempat latihan UKM futsal seluruh fakultas yang ada di UII sesuai dengan jadwal latihannya agar peneliti bisa melihat langsung proses mereka dalam mengisi angket atau kuisisioner yang diberikan dan apabila mereka tidak mengerti bisa ditanyakan langsung ke peneliti saat itu juga sehingga pada saat proses pengambilan data semua dapat terkontrol dengan baik. Peneliti juga harus mampu mengadaptasi skala dengan baik dan menggunakan bahasa Indonesia yang mudah dimengerti oleh seluruh golongan, karena keadaan dan kemampuan seseorang di setiap UKM

futsal fakultas yang ada di UII berbeda-beda. Pengambilan data disarankan pada saat responden sedang mengikuti suatu kompetisi. Peneliti disarankan menyisipkan pertanyaan-pertanyaan untuk menyeleksi mana responden yang masih aktif berkompetisi dalam beberapa bulan terakhir dan mana responden yang sudah tidak aktif berkompetisi dengan tujuan mendapatkan responden yang lebih spesifik dan sesuai dengan topik penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Budiharto, Y., & Koentjoro. (2004). Gaya kepemimpinan, kohesivitas kelompok, dan komitmen pada partai politik. *Jurnal Psikologika*. 17(9) : 51-61
- Borrego, C. C., Cid, L & Silva, C. (2012). Relationship between group cohesion and anxiety in soccer. *Journal of Human Kinetics*. 34 (1) : 119-127
- Cox, R.H. (2002). *Sport psychology: concepts and applications*. New York: Mc Graw-Hill Companies, Inc
- Darmawan, R. (2014). Hubungan antara kecerdasan emosi dengan kecemasan sebelum menghadapi pertandingan pada atlet futsal. *Naskah Publikasi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Fachrizal, Y. N. (2015). Hubungan *locus of control* dan kecemasan bertanding pada pemain sepakbola profesional Indonesia. *Skripsi*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Forsyth, D. (2010). *Group dynamics 5th Edition*. USA: Cengage Learning
- Komarudin. (2011). Hubungan level kecemasan dan akurasi passing dalam permainan sepakbola. *Jurnal Ilmu Keolahragaan*. 1(1)
- Lhaksana, J. (2011). *Taktik dan strategi futsal modern*. Jakarta: Penebar Swadaya Group.
- Mahmud, A. (2012). Kohesivitas kelompok dan pemecahan masalah pada unit kegiatan mahasiswa bola basket fakultas psikologi dan ilmu sosial budaya Universitas Islam Indonesia. *Skripsi*. Yogyakarta : Universitas Islam Indonesia
- Martens, R., Vealey, R.S., & Burton, D. (1990). *Competitive anxiety in sport*. Champaign, Illinois: Human Kinetics.
- Prakoso, B. P. (2012). Hubungan antara kohesivitas kelompok futsal dengan kecemasan menghadapi pertandingan. *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.