

HUBUNGAN ANTARA TRUST KELOMPOK DENGAN KECEMASAN MENGHADAPI PERTANDINGAN PADA TIM FUTSAL DI KOTA SEMARANG

Dean Cahyo Triyono, Achmad Mujab Masykur*
Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro
dkopexs@gmail.com
akungpsiundip@yahoo.com

ABSTRAK

Olahraga merupakan salah satu kegiatan yang tidak terpisahkan dalam kehidupan manusia, yang telah ikut berperan dalam mengharumkan nama daerah dan bangsa, baik melalui kompetisi di tingkat nasional maupun internasional. Untuk mengetahui hubungan *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang. Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal yang bergabung dalam tim futsal di Kota Semarang. Jumlah populasi penelitian adalah 12 tim yang terdiri dari 120 orang. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Sampling*. Metode pengumpulan data menggunakan dua buah Skala psikologi, yaitu Skala *Trust* dan Skala Kecemasan. Metode analisis data yang digunakan adalah analisis regresi linier sederhana.

Hasil analisis data menunjukkan angka koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar $-0,515$ dengan tingkat signifikansi korelasi $p = 0,001$ ($p < 0,05$) serta persamaan regresi $Y = 103,253 - 0,427X$, yang berarti ada hubungan negatif antara *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang. Semakin tinggi *trust* kelompok maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain. Sebaliknya, semakin rendah *trust* kelompok, maka tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain menjadi semakin tinggi. *Trust* kelompok memberikan sumbangan efektif sebesar 26,5% terhadap kecemasan menghadapi pertandingan, sisanya 73,5% ditentukan oleh faktor lain.

Kata Kunci: Kecemasan, *Trust*, Tim Futsal.

*Penulis Penanggung jawab

THE CORRELATION BETWEEN ORGANIZATIONAL TRUST AND ANXIETY ON DEALING COMPETITION IN SEMARANG FUTSAL TEAM

Dean Cahyo Triyono, Achmad Mujab Masykur*

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

dkopexs@gmail.com

akungpsiundip@yahoo.com

ABSTRACT

Sports is one of the human life integral activity, which is took a part in the name of region and nation, either through national or international competition. To find out the correlation between organizational trust and anxiety on dealing competition in Semarang futsal players. The population in this study is Semarang futsal players. The total population in this study are 12 clubs consist by 120 players and using cluster sampling technique. Methods of data collection using two psychological scale, they are Trust Scale and Anxiety Scale. Method of data analysis used in this research is simple linear regression analysis.

The results of data analysis showed that the correlation coefficient (r_{xy}) of -0.515 with a significance level of $p=0.001$ correlation ($p<0.05$) and the regression equation $Y=103.253-427X$, it means that there is a negative correlation between organizational trust with anxiety on dealing the competition in semarang futsal players. More higher the organizational trust so the anxiety of futsal players get lower. Conversely, if the organizational trust is lower, the level of anxiety will get higher. Organizational trust effectively contributed 26.5% to the anxiety on dealing the competition, and other 73.5% is determined by other factors.

Keyword: *Anxiety, Trust, Futsal Team*

*Responsible Author

PENDAHULUAN

Olahraga merupakan aktivitas yang bersifat multidimensional sehingga banyak faktor ikut berperan dalam mewujudkan keberhasilan. Faktor psikologis memiliki peran yang sangat menentukan terutama ketika atlet melakukannya untuk mencapai puncak prestasi dalam situasi yang sangat kompetitif, disamping faktor fisik,. Sering kita lihat seorang atlet atau tim yang sudah mempunyai kemampuan fisik yang baik, teknik yang sempurna, dan sudah dibekali berbagai taktik, tetapi tidak dapat mewujudkannya dengan baik di arena pertandingan atau perlombaan, dan akhirnya mengalami kekalahan.

Salah satu olahraga yang saat ini sedang digemari adalah olahraga futsal. Futsal mulai berkembang di Indonesia pada tahun 2000-an. Perkembangan futsal ditandai dengan banyak didirikannya lapangan futsal di Indonesia khususnya wilayah Semarang sejak tahun 2000. Olahraga futsal meskipun tergolong baru memiliki banyak peminat mulai dari pria hingga wanita, serta dari berbagai usia (Aulia, 2007 h. 2). Bukan sesuatu yang mustahil apabila ada suatu harapan besar yang timbul dari cabang olahraga ini, seperti memiliki atlet yang berprestasi sehingga dapat mengharumkan nama bangsa dan negara Indonesia.

Gunarsa (2004, h. 56) mengungkapkan, bahwa peranan aspek psikologis dalam pertandingan meliputi kemampuan mempertahankan daya juang, konsentrasi dalam situasi yang menegangkan, mengendalikan stres yang berlebihan, menganalisis situasi pertandingan secara tepat, membedakan antara faktor yang perlu diperhatikan dan diabaikan serta mengambil keputusan yang tepat dalam situasi pertandingan yang berubah-ubah. Kecemasan dalam permainan futsal dapat teratasi dengan baik, apabila seorang pelatih atau guru mengadakan pembinaan psikologis melalui latihan, baik latihan fisik maupun latihan teknik. Proses pembinaan tersebut diharapkan dapat melatih kesiapan dari para pemain untuk menghadapi pertandingan dan dapat menciptakan prestasi olahraga dalam permainan futsal.

Hasil studi yang dilakukan Sudarwati (2007, h. 29), menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara self-efficacy dengan motivasi berprestasi pada atlet bulutangkis pelatnas Cipayung. Hal ini menunjukkan bahwa semakin

tinggi keyakinan diri seorang atlet, maka motivasi berprestasinya pun akan tinggi. Sebaliknya semakin rendah keyakinan dirinya, maka motivasi berprestasinya akan rendah. Berdasarkan pada penelitian di atas, faktor psikologis sangatlah penting dalam bidang olahraga. Gill, Gould, Weiss, Weinberg, Rushall, dan Terry dalam Satiadarma (2000, h. 30), secara umum berpandangan bahwa atlet yang memiliki ketrampilan yang baik pada umumnya memiliki skor rendah dalam derajat kecemasan, ketegangan, depresi, marah, dan bingung. Mereka sebaliknya memiliki kecenderungan memperoleh skor tinggi dalam aspek trust diri, konsep diri, harga diri, keberanian, kebutuhan berprestasi, kecenderungan untuk mendominasi, agresif, inteligensi, kemandirian, ketegangan mental, independensi atau otonomi, kemampuan sosial, stabilitas pribadi dan kecenderungan ekstrovert (Satiadarma, 2000, h. 40).

Menurut Atkinson, Atkinson, Smith, & Bem (2010, h. 413-414), kecemasan adalah emosi yang tidak menyenangkan, seperti perasaan tidak enak, perasaan kacau, was-was dan ditandai dengan istilah kekhawatiran, keprihatinan, dan rasa takut yang kadang dialami dalam tingkat dan situasi yang berbeda-beda. Teori Behavior menjelaskan bahwa kecemasan muncul melalui classical conditioning, artinya seseorang mengembangkan reaksi kecemasan terhadap hal-hal yang telah pernah dialami sebelumnya dan reaksi-reaksi yang telah dipelajari dari pengalamannya. Kecemasan biasanya timbul karena ancaman atau bahaya yang tidak nyata yang sewaktu-waktu mungkin terjadi pada diri individu, misalnya individu tiba-tiba merasa cemas karena dia berada dalam lingkungan yang baru ataupun dalam situasi atau lingkungan yang kurang mendukungnya. Kecemasan adalah perasaan tidak enak, kacau dan takut yang berlangsung terus-menerus serta tidak dapat dikendalikan perasaan bahwa sesuatu yang buruk akan terjadi, dan rasa ketakutan yang sangat kuat yang muncul pada sebagian besar hari selama selama periode enam bulan, dan tidak disebabkan oleh sesuatu yang berkaitan dengan fisik, seperti penyakit, obat-obatan, atau karena meminum terlalu banyak kopi (Wade & Tavris, 2007, h. 330). Menurut Oltmanns dan Emery (2013, h. 192-193), kecemasan (anxiety) adalah suasana, perasaan atau sindrom. Suasana, perasaan cemas sering didefinisikan dengan diperbandingkan dengan

emosi spesifik ketakutan, yang lebih mudah dipahami. Kecemasan bisa bersifat adaptif di tingkat rendah, karena berfungsi sebagai sinyal bahwa orang itu harus mempersiapkan diri untuk kejadian yang akan datang. Iklim persaingan yang ketat juga seringkali menimbulkan kecemasan dalam diri pemain futsal. Mereka khawatir apakah mereka akan meraih gelar juara atau tidak, apakah pelatih tetap memakainya jika mengalami kekalahan, apakah dia akan kembali mempekuat timnya setelah mengalami kekalahan. Hal ini dapat menyebabkan pemain kehilangan *trust* kepada kelompoknya.

Menurunnya *trust* terhadap kelompok berdampak pada penurunan motivasi, penurunan prestasi, atau seringnya kecemasan dalam diri pemain. Kurangnya *trust* kelompok akan menyebabkan seseorang tidak dapat memecahkan masalah yang rumit. Kurangnya rasa percaya pada kelompok ini disebabkan oleh situasi dan kondisi para atlet pada saat mengikuti kompetisi sehingga tidak dapat meraih prestasi yang baik. berpendapat bahwa untuk dapat berprestasi atlet perlu dipersiapkan mentalnya agar mereka mampu mengatasi ketegangan yang sering dihadapinya baik pada saat berlatih berat maupun pada saat berkompetisi. Pembinaan mental dilakukan agar atlet mudah dan berlatih melakukan konsentrasi serta pengendalian kelompok, sehingga pada saat-saat kritis tetap dapat mengambil keputusan dan melakukam koordinasi kelompok dengan baik.

Telah diketahui bahwa *trust* terjadi karena hubungan satu dengan yang lain. *Trust* digambarkan sebagai suatu kondisi psikologis dimana seseorang dengan sepenuh hati melakukan suatu tindakan dengan niat dan perilaku positif terhadap yang lain. *Trust* adalah suatu elemen dasar dalam membangun dan mempertahankan hubungan intrapersonal dan kelompok yang berisi tentang harapan dan kepercayaan individu terhadap integritas dan kemampuan seseorang. Trust bersifat tidak stabil, rapuh, dan sukar dibangun. Oleh karena itu diperlukan tindakan strategis, logis, dan emosional yang baik, diluar ataupun didalam lingkungan kerja (Pryce & Jones, 2010, h. 156). *Trust* adalah timbal balik yang tinggi antara para anggotanya, anggota meyakini integritas, karakter dan

kemampuan setiap anggota lain. *Trust* diperlukan waktu lama untuk membangunnya, dapat dengan mudah dirusak, dan sukar untuk diperoleh kembali. (Robbins, 2001, h. 293-294). *Trust* meliputi pendekatan emosional yang menggambarkan suatu kepedulian dan perhatian yang tulus terhadap individu yang terlibat. Lingkup pengembangan *trust* dapat diuraikan oleh teori hubungan sosial yang berasumsi bahwa *trust* timbul dari hubungan yang saling menguntungkan antar dua individu. Hubungan sosial didasarkan pada jaminan informal yang mengisyaratkan niat baik dan dukungan yang baik yang akan berdampak di masa depan. Tidak ada jaminan formal yang timbul dalam hubungan sosial, *trust* akan berkembang dengan sendirinya jika dua individu dapat memperlihatkan bahwa mereka saling percaya.

Setiap individu mempunyai *trust*, sikap, perasaan dan cita-cita akan dirinya yang semuanya merupakan konsep diri. Ada yang realistis atau justru tidak realistis. Sejauh mana individu dapat memiliki *trust*, sikap, perasaan dan cita-citanya akan berpengaruh terhadap perkembangan kepribadiannya, terutama kondisi psikologisnya dalam hal ini kecemasan. *Trust*, sikap, perasaan dan cita-cita individu akan dirinya secara tepat dan realistis memungkinkan untuk memiliki kepribadian yang sehat, namun sebaliknya jika tidak tepat dan tidak realistis kemungkinan akan menimbulkan pribadi yang bermasalah.

Menurut Gunarsa bahwa seseorang yang mengalami kecemasan cenderung untuk terus menerus merasa khawatir akan keadaan yang buruk, yang akan menimpa dirinya atau diri orang lain yang dikenalnya dengan baik. Biasanya seseorang yang mengalami kecemasan cenderung tidak sabar, mudah tersinggung, sering mengeluh, sulit konsentrasi, dan mudah terganggu tidurnya atau mengalami kesulitan untuk tidur. Penderita kecemasan mengalami gejala-gejala seperti; berkeringat berlebihan (walaupun udara tidak panas dan bukan setelah berolahraga), jantung berdegup ekstra cepat atau telalu keras, dingin pada tangan atau kaki, mengalami gangguan pencernaan, merasa mulut kering, tampak pucat, sering buang air kecil melebihi batas kewajaran, dan lain-lain.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang.

METODE PENELITIAN

Definisi Operasional

1. Kecemasan Menghadapi Pertandingan

Kecemasan menghadapi pertandingan adalah suatu respon emosional negatif yang melibatkan perasaan, perilaku, dan reaksi fisiologis terhadap situasi pertandingan yang muncul akibat individu merasa dalam keadaan terancam atau tertekan, biasanya ditandai oleh perasaan khawatir dan was-was. Kecemasan menghadapi pertandingan diungkap menggunakan skala kecemasan menghadapi pertandingan menurut Sue dan Sue (2012, h. 162-163) yaitu meliputi aspek kognitif, motorik, somatik, afektif.

2. *Trust* Kelompok

Trust kelompok adalah penilaian hubungan seseorang dengan orang lain dalam kelompoknya yang akan melakukan kegiatan tertentu sesuai dengan harapan dalam sebuah lingkungan yang penuh ketidakpastian. Variabel *trust* kelompok dalam penelitian akan diukur dengan skala yang disusun berdasarkan aspek-aspek *trust* menurut Robbins (2002, h. 294) yaitu *integrity* (keutuhan), *competence* (kemampuan), *consistency* (konsistensi), *loyalty* (loyalitas), *openness* (keterbukaan).

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah pemain futsal yang bergabung dalam klub futsal di Kota Semarang, dengan karakteristik tim yang terdaftar di PENG CAB (Pengurus Cabang) PSSI kota Semarang, tim yang mengikuti liga Maritim divisi utama binaan PENG CAB (Pengurus Cabang) PSSI kota Semarang, dan pemain inti dari setiap tim yang mengikuti liga Maritim divisi utama Sampel yang dipakai dalam penelitian ini adalah seluruh populasi dari

pemain futsal di Semarang yang berjumlah 12 tim terdiri dari 120 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *Cluster Sampling*.

Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan skala psikologis. Menurut Azwar (2005, h.3-4) alat ukur skala psikologis memiliki karakteristik khusus yang membedakannya dari berbagai bentuk alat pengumpulan data yang lain seperti angket, daftar isian maupun inventori.

Metode yang digunakan untuk menganalisis data penelitian yang telah diperoleh adalah analisis analisis regresi linier sederhana dengan program analisis statistik komputer, yaitu *Statistical Package for Social Science (SPSS)* versi 16.00.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil yang diperoleh dari pengujian hipotesis dengan teknik analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang. Hubungan yang signifikan ini terlihat dari angka koefisien korelasi (r_{xy}) sebesar -0,515 dengan tingkat signifikansi korelasi $p = 0,001$ ($p < 0,05$) serta persamaan regresi $Y = 103,253 - 0,427X$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa *trust* kelompok berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang. Kepercayaan tinggi yang diperoleh oleh seorang pemain dari anggota tim lainnya dalam suatu pertandingan futsal dapat berpengaruh pada rendahnya tingkat kecemasan. Hasil penelitian sejalan dengan pendapat Gill, Gould, Weiss, Weinberg, Rushall, dan Terry dalam Satiadarma (2000, h. 30), secara umum berpandangan bahwa atlet yang memiliki ketrampilan yang baik pada umumnya memiliki skor rendah dalam derajat kecemasan, ketegangan, depresi, marah, dan bingung. Mereka sebaliknya memiliki kecenderungan memperoleh skor tinggi dalam aspek *trust* diri, konsep diri, harga diri, keberanian, kebutuhan berprestasi, kecenderungan untuk mendominasi, agresi, intelligensi, kemandirian, ketegangan

mental, independensi atau otonomi, kemampuan sosial, stabilitas pribadi dan kecenderungan ekstrovertasi (Satiadarma, 2000, h. 40).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada saat dilakukan penelitian, Subjek penelitian paling banyak berada dalam kategori sedang, ditunjukkan dengan 37,5% (15 dari 40 pemain futsal) berada pada rentang nilai 67,5 sampai dengan 82,5. Subjek penelitian yang berada dalam kategori sangat tinggi dengan skor di atas 97,5 berjumlah 14 orang (35%). Subjek penelitian yang berada dalam kategori tinggi berjumlah 11 orang (27,5%) dengan skor antara 82,5 sampai dengan 97,5.

Berdasarkan hasil persamaan regresi linier sederhana menunjukkan koefisien korelasi sebesar $-0,515$ dengan $p = 0,001$ ($p < 0,05$). Koefisien korelasi yang bernilai negatif menunjukkan bahwa arah hubungan kedua variabel adalah negatif, artinya semakin tinggi *trust* kelompok maka kecemasan menghadapi pertandingan semakin rendah. Sebaliknya, semakin rendah *trust* kelompok, maka semakin tinggi tingkat kecemasan dalam menghadapi pertandingan

Tingkat signifikansi $p = 0,001$ ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan atau nyata antara *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan. Hasil analisis regresi sederhana menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan peneliti, yaitu terdapat hubungan negatif dan signifikan antara *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang, **diterima**.

Berdasarkan hasil penelitian, kecemasan menghadapi pertandingan pada mayoritas pemain futsal di Kota Semarang berada pada kategori rendah, sedangkan *trust* kelompok pada mayoritas pemain futsal di Kota Semarang berada pada kategori tinggi. Hal tersebut menandakan bahwa pemain mampu mengelola kondisi psikologisnya dengan baik sehingga kemungkinan pemain mengalami kecemasan tergolong rendah. Akan tetapi, apabila kemampuan mengelola kondisi psikologis dan kemampuan bertahan dalam kondisi tersebut tidak dikembangkan, bukan tidak mungkin bahwa kecemasan pada pemain dapat meningkat. Hal tersebut dapat diatasi dengan adanya koordinasi antara pemain dengan pelatih atau manajer tim secara rutin baik pada saat latihan maupun di luar latihan.

Komunikasi yang baik dengan pelatih baik mengenai taktik, strategi maupun kondisi psikologis akan mampu mengurangi kecemasan pada tiap-tiap menghadapi pertandingan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah diperoleh, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan negatif antara *trust* kelompok dengan kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain futsal di Kota Semarang. Semakin tinggi *trust* kelompok maka semakin rendah tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain. Sebaliknya, semakin rendah *trust* kelompok, maka tingkat kecemasan menghadapi pertandingan pada pemain menjadi semakin tinggi. *trust* kelompok memberikan sumbangan efektif sebesar 26,5% terhadap kecemasan menghadapi pertandingan.

Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh, maka dapat dikemukakan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Subjek Penelitian

Tingkat kecemasan menghadapi pertandingan yang dimiliki oleh subjek pada umumnya berada dalam kategori rendah, diharapkan untuk dapat dipertahankan dan penyebab timbulnya kecemasan dapat dihindari. Hal ini dapat dilakukan dengan cara berlatih skill dan taktik permainan dengan sungguh-sungguh serta komunikasi yang intens dengan pelatih dan manajer tim, sehingga pemain dapat terus meningkatkan kepercayaan yang diberikan oleh pelatih, manajer dan pemain lain dalam timnya.

2. Bagi Organisasi (Tim futsal di Kota Semarang)

- a. Pihak tim tempat pemain bernaung hendaknya terus memantau kondisi psikologis pemainnya, baik secara periodik dan utamanya sebelum menghadapi pertandingan.

- b. Mempertahankan suasana tim yang kondusif bagi pemain dan seluruh anggota dalam klub sehingga tercipta lingkungan tim yang nyaman dan tidak menjadi lingkungan tim yang memunculkan kompetisi yang tidak sehat.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan penelitian ini dapat menjadi salah satu referensi pendukung. Bagi peneliti yang tertarik dengan topik yang sama, diharapkan dapat melakukan penelitian dengan subjek atau sampel penelitian yang berbeda atau penelitian yang dilakukan di tempat lain.

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat melakukan perbaikan skala yaitu dengan lebih memperhatikan indikator-indikator tiap aspek yang akan dijadikan aitem dalam skala, sehingga item benar-benar valid dan tidak menyebabkan responden cenderung untuk memilih pernyataan yang tidak sesuai dengan keadaan sebenarnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Atkinson, R. L, Atkinson, R. C, Smith, E. E & Bem, D. J. (2010). *Pengantar Psikologi Jilid Dua*. Dialihbahasakan oleh Kusuma, W.Tangerang : Interkasara
- Aulia, N. R. (2007). *Futsal*. Bandung: PT Indah Jaya Adipratama
- Azwar, S. (2005). *Validitas dan Reliabilitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar.
- Gunarsa, S. D. (2004). *Psikologi Olahraga : Teori dan Praktek*. Jakarta : PT BPK Gunung Mulia.
- Oltmanns,T.F & Emery R.E. (2010). *Psikologi Abnormal*.Dialihbahasakan oleh Soetjipto,H. P & Soetjipto, S. M. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Pryce, J & Jones. (2010). *Happiness at work maximizing your psychological capital for success*. Oxford: wiley blackwell
- Robbins, S. P. (2001). *Perilaku Organisasi*. Dialihbahasakan oleh Pujaatmaka, H & Molan, B. Jakarta: Prenhalindo.

Satiadarma, M. P. (2000). Dasar-dasar Psikologi Olahraga. Jakarta: Pustaka Sinar Harapan.

Sudarwati, L. (2007). Mental Juara: Modal Atlet Berprestasi. Jakarta: Rajawali Sport.

Sue, D., Sue, D. W., Sue, S. (2012). Understanding Abnormal Behavior. Boston : Wadsworth Cengage Learning.

Wade, C & Tavris, C. (2007). Psychology 9th Edition. Dialihbahasakan oleh Mursalin, P & Dinastuti. Jakarta: Erlangga