

GAMBARAN TINGKAT KECEMASAN BERTANDING PADA ATLET BULUTANGKIS DI KABUPATEN JEMBER

Difa Minal Uyun¹ Panca Kursistin Handayani²

INTISARI

Kecemasan bertanding merupakan suatu reaksi emosi negatif yang ditandai dengan perasaan khawatir seperti jantung berdebar-debar, wajah terlihat pucat, gugup, tegang, bingung, menurunnya konsentrasi, mudah lupa, khawatir, sering buang air kecil dan lain sebagainya. Hal ini dapat membuat atlet memikirkan hal-hal yang tidak dinginkan akan terjadi sehingga atlet tidak dapat memberikan performa yang maksimal. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat kecemasan bertanding pada atlet bulutangkis di Kabupaten Jember.

Metodologi penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan jenis deskriptif. Populasi penelitian sebanyak 110 atlet bulutangkis di Kabupaten Jember. Peneliti menggunakan teknik *simple random sampling* untuk mendapatkan sampel sebanyak 84 atlet dengan taraf kesalahan 5% yang dilihat dari tabel Isaac dan Michael. Skala yang digunakan dalam penelitian yaitu skala Likert.

Hasil analisa uji validitas skor koefisien korelasi *sig 2-tailed* 0,01-0,05 dengan skor 0,243-0,616. Hasil reliabilitas dengan nilai 0,661, artinya instrument kecemasan bertanding dapat dikatakan reliabel. Uji assumi *one sample K-S test* dengan nilai 0,013, menunjukkan bahwa instrumen kecemasan bertanding tidak berdistribusi normal. Hasil analisa deskriptif kecemasan bertanding dengan prosentase sebesar 57% kategori tinggi dan aspek tertinggi yaitu aspek fisik dengan prosentase 72%. Dari data demografi, jenis kelamin atlet perempuan memperoleh nilai tertinggi dengan prosentase 68% dan ≤ 2 kali pengalaman bertanding atlet dengan prosentase 60%.

Kata Kunci : Kecemasan Bertanding, Atlet Bulutangkis.

¹Peneliti

²Dosen Pembimbing

DESCRIPTION OF ANXIETY OF ANXIETY COMPETITION IN BADMINTON ATHLETES IN JEMBER DISTRICT

Difa Minal Uyun¹ Panca Kursistin Handayani²

ABSTRAC

Anxiety competing is a negative emotional reaction characterized by feelings of worry such as heart palpitations, faces appear pale, nervous, tense, confused, decreased concentration, easy to forget, worry, frequent urination and so forth. This can make the athlete think of things that are not wanted to happen so that the athlete cannot provide maximum performance. This study aims to describe the level of anxiety competing in badminton athletes in Jember Regency.

The research methodology used is quantitative with descriptive type. The study population was 110 badminton athletes in Jember Regency. Researchers used a simple random sampling technique to get a sample of 84 athletes with an error rate of 5% seen from the Isaac and Michael tables. The scale used in the study is the Likert scale.

The results of the analysis of the validity test score of the 2-tailed sig correlation coefficient 0.01-0.05 with a score of 0.243-0.616. Reliability results with a value of 0.661, meaning that the competition anxiety instrument can be said to be reliable. Asumi one sample K-S test with a value of 0.013, it shows that the competition anxiety instrument is not normally distributed. The results of the descriptive analysis of competing anxiety were 57% in the high category and the highest aspect was the physical aspect with a percentage of 72%. From the demographic data, the sex of female athletes has the highest score with a percentage of 68% and ≤ 2 times the experience of competing athletes with a percentage of 60%.

Keywords: Competitive Anxiety, Badminton Athlete

¹Researcher

²First Supervisor